

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permasalahan gizi lebih pada balita menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang semakin meningkat secara global. Prevalensi gizi lebih dan obesitas pada anak-anak dan remaja telah mengalami peningkatan signifikan (Zhang *et al.*, 2024). Kelebihan berat badan dan obesitas pada anak (termasuk balita) telah menjadi isu kesehatan global yang terus meningkat, bahkan kini dianggap sebagai salah satu bentuk malnutrisi ganda yang memerlukan perhatian serius (WHO, 2025).

Obesitas adalah penyakit kronis kompleks yang ditandai dengan timbunan lemak berlebih yang dapat mengganggu kesehatan. Obesitas dapat meningkatkan risiko diabetes tipe 2 dan penyakit jantung, memengaruhi kesehatan tulang dan reproduksi, serta meningkatkan risiko kanker tertentu. Obesitas memengaruhi kualitas hidup, seperti tidur atau aktivitas (WHO, 2025). Kondisi ini dipicu oleh perubahan pola konsumsi makanan menuju makanan tinggi kalori dan rendah nutrisi serta gaya hidup yang semakin sedentari (Zhang *et al.*, 2024).

Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 yang diselenggarakan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi obesitas pada anak balita usia 0–59 bulan mencapai 4,2%. Sebagian besar anak balita, yaitu sekitar 95,8%, tidak mengalami kondisi obesitas. Meskipun proporsi anak balita dengan obesitas masih relatif kecil, peningkatan prevalensi dari 3,5% pada tahun 2022 mengindikasikan adanya perubahan signifikan dalam pola konsumsi dan gaya hidup yang menuntut perhatian dan intervensi sejak tahap awal perkembangan anak (SKI, 2023).

Menurut laporan World Health Organization (WHO) tahun 2024, diperkirakan terdapat sekitar 35 juta anak di bawah usia lima tahun di seluruh dunia yang mengalami

kelebihan berat badan (overweight), mencerminkan peningkatan signifikan dibandingkan dekade sebelumnya dan menandakan pergeseran global menuju masalah gizi lebih pada kelompok usia dini (WHO, 2024)

Data UNICEF/WHO/World Bank Joint Child Malnutrition Estimates (JME) 2025 juga menunjukkan bahwa prevalensi gizi lebih global pada balita mencapai 5,6% atau sekitar 1 dari 20 anak mengalami overweight, dengan tren tertinggi ditemukan di kawasan Timur Tengah, Pasifik, dan beberapa negara berpendapatan menengah (UNICEF, 2025)

Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024, prevalensi gizi lebih (overweight) pada balita di Indonesia tercatat sebesar 3,4%. Angka ini menunjukkan tren penurunan dibandingkan hasil SSGI sebelumnya yaitu 3,8% pada tahun 2021 dan 4,2% pada tahun 2023. Penurunan ini menandakan adanya perbaikan status gizi anak di tingkat nasional, meskipun masih terdapat variasi antar provinsi. SSGI dilakukan oleh Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (BKPK) Kementerian Kesehatan RI sebagai survei nasional representatif untuk menilai status gizi balita secara periodik. Data SSGI 2024 disusun berdasarkan hasil pengukuran balita di seluruh kabupaten/kota di Indonesia dan menjadi rujukan utama dalam penyusunan kebijakan gizi nasional tahun 2025 (SSGI, 2024)

Gizi lebih pada balita merupakan masalah gizi yang semakin meningkat dan menjadi perhatian serius di Indonesia, di mana prevalensi overweight pada balita menurun namun tetap signifikan, yakni dari 8,0% pada tahun 2018 menjadi 4,2% pada tahun 2023 (Kementerian Sekretariat Negara RI, 2024)

Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 menunjukkan bahwa Provinsi Bengkulu memiliki proporsi balita dengan risiko berat badan lebih yang cukup mencolok, misalnya Kota Bengkulu mencapai sekitar 8,4%, sementara beberapa

kabupaten lain berada di kisaran 4–6%, menandakan adanya beban ganda masalah gizi di daerah ini (SSGI, 2024)

Penyebab utama gizi lebih pada balita adalah konsumsi kalori berlebih yang tidak diimbangi dengan aktivitas fisik yang cukup. Pola makan yang tinggi gula, lemak jenuh dan makanan cepat saji menjadi faktor dominan dalam meningkatkan risiko obesitas sejak dini. Selain faktor aktivitas fisik dan konsumsi makanan, kondisi sosial ekonomi juga berperan penting dalam risiko gizi lebih pada balita (Liang *et al.*, 2025)

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar, Kota Bengkulu, permasalahan gizi lebih pada balita menjadi salah satu isu kesehatan yang perlu mendapat perhatian serius. Data pada periode Januari hingga Agustus 2025 terdapat 16 kasus balita dengan status gizi lebih. Selain itu, terdapat 45 balita yang dikategorikan memiliki risiko gizi lebih, serta 3 balita yang terdiagnosis obesitas.

Asuhan gizi untuk balita dengan gizi lebih di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu meliputi pengkajian pasien seperti data riwayat makan, data antropometri, data biokimia, data fisik dan klinis, dan riwayat klien. Setelah dilakukan pengkajian maka akan ditegakkan diagnosis gizi dan rencana intervensi gizi berupa diet rendah kalori. Jika pasien mengalami komplikasi maka intervensi gizi yang akan diberikan disesuaikan dengan penyakit komplikasi pasien. Setelah dilakukannya intervensi gizi maka akan melakukan monitoring dan evaluasi untuk melihat tingkat kemajuan pasien serta memastikan bahwa sasaran intervensi telah terpenuhi.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) pada balita dengan gizi lebih di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Melakukan Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) pada balita dengan gizi lebih di Wilayah Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian data pasien dengan meliputi riwayat makan, data antropometri, data biokimia, fisik/klinis, dan riwayat klien (riwayat personal medik, dan sosial) pada balita dengan gizi lebih di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025.
- b. Melakukan Diagnosis gizi NI, NC, NB (Nutrion Intake, Nutrion Clinic, Nutrion Behavior) pada balita dengan gizi lebih di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025.
- c. Melakukan rancangan intervensi gizi pada balita dengan gizi lebih di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025.
- d. Melakukan monitoring dan evaluasi pada balita dengan gizi lebih di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025.

D. Manfaat

1. Bagi Mahasiswa

- a. Dapat mengetahui proses asuhan gizi pada balita dengan gizi lebih
- b. Dapat menambah wawasan mengenai masalah gizi lebih pada balita di sertai penatalaksanaan gizinya.
- c. Dapat meningkatkan keterampilan mahasiswa dalam mengerjakan PAGT.
- d. Dapat meningkatkan kemampuan melaksanakan konseling gizi.

2. Bagi Pasien

- a. Meningkatkan Pengetahuan mengenai diet pada balita dengan gizi lebih

- b. Mengetahui beberapa kebiasaan yang salah berkaitan gizi dan makanan yang dapat memicu adanya pembentukan gizi lebih atau overweight pada tubuh.

3. Bagi Pembaca

- a. Menambah wawasan mengenai proses asuhan gizi bagi balita dengan gizi lebih
- b. Sebagai literatur berkaitan dengan diet bagi penderita gizi lebih.

E. Keaslian Penelitian

No	Nama dan Tahun Peneliti	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil
1	(Zirly R.Rahmadia dan Sarah Mardiyah,2022)	Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Lebih pada Balita di Kelurahan Sungai Bambu	Cross-sectional	Ada hubungan antara pengetahuan ibu, pola pemberian makan, berat lahir, dan riwayat ASI eksklusif berhubungan dengan gizi lebih.
2	R. Mariani, (2013)	Faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian gizi lebih pada balita di kabupaten lampung utara	Case-Control	Ada hubungan signifikan antara pengetahun ibu, keturunan (riwayat obesitas), pola makan, dan aktivitas fisik dengan kejadian gizi lebih pada balita (OR keturunan paling tinggi)
3	S. Suriani, (2019)	Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kegemukan Pada Balita di Kelurahan Citangki Kota Cilegon	Kuantitatif analitik cross-sectional	Menunjukkan hubungan bermakna antara jenis kelamin, pola makan, berat lahir dengan kegemukan pada Balita