

HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG PEMENUHAN GIZI SEIMBANG DENGAN STATUS GIZI PADA BALITA USIA 24-35 BULAN DI DESA MANJUNG NGAWEN, KLATEN

Sri Wahyuni¹, Astri Wahyuningsih², Lilik Hartati³

¹²³Studi D III Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Klaten

Email: sri.yuni2402@gmail.com^{1*}, astrinadine@gmail.com², hartatililik91@gmail.com³

Abstract

Nutrition is an important factor that aims to build quality human resources. The impact of malnutrition is low body resistance so that the body is susceptible to infectious diseases, lack of energy and protein which causes impaired growth and development of toddlers. Mother's knowledge about balanced nutrition is very important, considering the role of mothers in the family as food managers. The purpose of this study was to determine the mother's knowledge about the fulfillment of balanced nutrition with nutritional status in toddlers. The research design used is descriptive correlation with a cross sectional approach. The research sample amounted to 38 respondents using the Total Sampling technique. data collection using questionnaires and observation sheets, data were analyzed using the Kendall Tau test with a significant level of 0.05. The results showed that most of the mother's knowledge about the fulfillment of balanced nutrition was sufficient, namely a number of 22 respondents (57.9%) for the nutritional status of toddlers, most of them were good, namely 31 respondents (81.6%), sufficient knowledge with good nutritional status of toddlers as much as 20 respondents (52.6%). The conclusion in this study is that there is a relationship between mother's knowledge about the fulfillment of balanced nutrition with nutritional status in toddlers aged 24-35 months with a p value of 0.020 ($p > 0.05$). It is hoped that in collaboration with posyandu cadres to continue to routinely provide counseling about balanced nutrition for toddlers to mothers in Manjung Village.

Keyword: Mother Knowledge, Fulfillment Of Balanced Nutrition, Nutrition, Toddler

Abstrak

Gizi merupakan faktor penting yang bertujuan membangun sumberdaya manusia yang berkualitas. Dampak yang ditimbulkan dari kekurangan gizi yaitu daya tahan tubuh rendah sehingga tubuh mudah terserang penyakit infeksi, kekurangan energi dan protein yang menyebabkan tumbuh kembang balita terganggu, Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang sangatlah penting, mengingat peran ibu dalam keluarga sebagai pengelola makanan. Tujuan untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi seimbang dengan status gizi pada balita. Desain penelitian yang digunakan adalah Deskriptif Korelasi dengan pendekatan Cross Sectional. Sampel penelitian berjumlah 38 responden dengan menggunakan teknik Total Sampling. pengumpulan data menggunakan kuesioner dan lembar observasi, data dianalisa dengan Uji Kendall Tau dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi seimbang adalah cukup yaitu sejumlah 22 responden (57,9%) untuk status gizi balita sebagian besar adalah baik yaitu 31 responden (81,6%), pengetahuan cukup dengan status balita gizi baik sebanyak 20 responden (52,6%). Simpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi seimbang dengan status gizi pada balita usia 24-35 bulan dengan nilai p sebesar 0,020 ($p > 0,05$). Diharapkan bekerjasama dengan kader posyandu untuk terus rutin memberikan penyuluhan tentang gizi seimbang untuk balita kepada ibu di Desa Manjung.

Kata Kunci: Pengetahuan Ibu, Pemenuhan Gizi Seimbang, Gizi, Balita

1. Pendahuluan

Masa balita disebut dengan masa keemasan. Hal ini disebabkan karena anak balita merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan yang pesat. Berdasarkan hal tersebut maka sangat diperlukan perhatian yang optimal terhadap status gizi anak pada saat itu. Status gizi dapat dipengaruhi oleh pola makan, penyakit infeksi, pengetahuan ibu, status ekonomi, budaya, pelayanan kesehatan, produksi pangan dan kebersihan lingkungan [1].

Asupan gizi yang kurang dan penyakit infeksi. Asupan gizi yang kurang dapat menyebabkan ketidakseimbangan akibatnya berat badan lebih rendah dari normal atau ideal yang bisa mempengaruhi pertumbuhan tinggi badan, sesuai usianya, dalam jangka waktu tertentu [2].

Faktor yang mempengaruhi asupan gizi antara lain faktor langsung diantaranya kurangnya asupan gizi dan makanan serta penyakit infeksi, adapun faktor tidak langsung antara lain pengetahuan dan sikap orang tua khususnya ibu tentang gizi, pendapatan keluarga, budaya, kebersihan lingkungan dan fasilitas kesehatan [3].

Gizi merupakan faktor penting yang bertujuan membangun sumberdaya manusia yang berkualitas. Berbagai penelitian yang telah dilakukan mengungkapkan bahwa kekurangan gizi, terutama pada usia dini akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak [4].

Dampak yang ditimbulkan dari kekurangan gizi yaitu daya tahan tubuh rendah sehingga tubuh mudah terserang penyakit infeksi, kekurangan energi dan protein yang menyebabkan tumbuh kembang balita terganggu, kekurangan energi dan protein akut dapat menyebabkan penyakit marasmus dan kwashiorkor [5].

Kondisi balita gizi kurang rentan terjadi pada balita usia 2-5 tahun karena balita sudah menerapkan pola makan seperti makanan keluarga dengan tingkat aktivitas fisik yang tinggi [6]. Kondisi yang terjadi saat ini berkaitan dengan konsumsi makanan yang tidak seimbang dengan kebutuhan berpengaruh pada pertumbuhan seorang anak.

Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang sangatlah penting, mengingat peran ibu dalam keluarga sebagai pengelola makanan. Ibu yang tidak tahu gizi makanan, akan menghadirkan makanan yang tidak seimbang gizinya. Semakin banyak pengetahuan gizinya semakin diperhitungkan jenis dan jumlah makanan yang dipilih untuk dikonsumsinya [7].

Pemenuhan gizi yang seimbang yang sesuai dengan kebutuhan disertai pemilihan bahan makanan yang tepat akan melahirkan status gizi yang baik. 40,6% penduduk mengkonsumsi makanan di bawah kebutuhan minimal yaitu kurang dari 70% dari Angka Kecukupan Gizi (AKG). Masalah remaja merupakan masalah yang

Dari hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Desa Manjung Ngawen Klaten, sebanyak 4 Ibu yang mempunyai balita, diperoleh 3 orang ibu menyatakan kurang memahami mengenai pengetahuan tentang gizi yang baik bagi anak.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pemenuhan Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Pada Balita Usia 24-35 Bulan di Desa Manjung Ngawen Klaten.

2. Metode

Jenis penelitian ini adalah deskriptif *korelasi* dengan pendekatan *crosssectional*. Populasi Seluruh Ibu yang mempunyai balita usia 24-35 bulan. Adapun sampel sebanyak 38 responden dengan teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Yang diadopsi dari penelitian Ayu Galuh Puspitasari, (2017). Dengan Judul *Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pemenuhan Gizi Seimbang Anak Dengan Status Gizi Anak Usia 1-3 Tahun di Posyandu Desa Ngliliran Kecamatan Panekan Kabupaten Magetan. Terhadap Mahasiswa STIKES Bhakti Husada Madiun.*

3.1 Hasil dan Pembahasan

Karakteristik responden bisa dilihat pada tabel berikut

Tabel 1 Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik umur

Umur Responden	N	%
<20	0	0
20-35	23	60,5
>35	15	39,5
Jumlah	38	100

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa jumlah responden sebagian besar berusia 20-35 tahun, sebanyak 23 responden (60,5%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi dan presentase Responden berdasarkan Pendidikan

Pendidikan Responden	N	%
SD	0	0
SLTP	6	15,8
SLTA	21	55,3
Perguruan Tinggi	11	28,9
Jumlah	38	100

Sumber: Data Primer, 2021

Menurut tabel 2 jumlah sebagian besar responden berpendidikan SLTA sebanyak 21 responden (55,3%).

Table 3 Distribusi Frekuensi dan presentase Responden berdasarkan pekerjaan Ibu

Pekerjaan	N	%
PNS	3	7,9
Swasta	16	42,1
Petani	4	10,5
IRT	15	39,5
Total	38	100

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 3 bahwa sebagian responden pekerja Swasta sebanyak 16 responden (42,1%).

Tabel 4 Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan ibu

Pengetahuan Ibu	N	%
Baik	10	26,3
Cukup	22	57,9
Kurang	6	15,8
Total	38	100

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 4 bahwa sebagian responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 22 responden (57,9%).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Status Gizi Balita

Status Gizi	N	%
Gizi Lebih	3	7,8
Gizi Baik	31	81,6
Gizi Kurang	4	10,5
Gizi Buruk	0	0
Total	38	100

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 5 sebagian besar balita memiliki status gizi baik sebanyak 31 responden (81,6%).

3.2 Pembahasan

Umur

Sebagian besar umur responden yaitu berumur 20-35 tahun sebesar (60,5%) dimana usia tersebut adalah cukup umur dan tingkat kematangan seorang akan lebih matang dalam berfikir dan memiliki pengetahuan baik dalam hal ini tentang gizi serta dapat menerapkan pengetahuan tersebut [8].

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Puspasari, Andriani. (2017). Dengan judul *Association Mother's Nutrition Knowledge and Toddler's Nutrition Intake with Toddler's Nutritional Status at the Age 12-24 Months*. Dengan status gizi balita usia 12-24 bulan,

ibu yang berusia kurang dari 35 tahun lebih banyak memiliki balita dengan status gizi normal (80,8%) jika dibandingkan dengan ibu yang berusia diatas 35 tahun (19,2%) [9].

Pendidikan

Hasil penelitian ini sangat dipengaruhi oleh pendidikan ibu yang sebagian besar responden memiliki jenjang pendidikan akhir hingga SLTA berjumlah 21 responden (55,3%). Hal ini dikarenakan sebagian besar ibu berpendidikan SLTA dan ada pula yang berpendidikan SLTP. Seseorang yang berpendidikan lebih rendah dibandingkan dengan orang yang berpendidikan tinggi akan mempengaruhi daya terima dan pemahaman tentang informasi dalam hal ini adalah informasi tentang gizi.

Pekerjaan

Dimana sebagian besar responden adalah pekerja swasta sebanyak 16 responden (42,1%). Hal ini menyebabkan ibu tidak dapat mencari informasi tentang gizi lebih banyak dibandingkan dengan dengan Ibu Rumah Tangga Dari hasil penelitian yang didapatkan Ayu Galuh bahwa paling banyak sebagai swasta yaitu 23 responden (54,8%) yaitu tidak berpengaruh langsung terhadap pengetahuan seseorang, namun bila seseorang berpenghasilan cukup besar, maka akan mampu menyediakan fasilitas sumber informasi [10].

Pengetahuan

Dapat diketahui bahwa dari 38 responden yang memiliki pengetahuan baik sebesar 26,3% sebanyak 10 responden, sedangkan yang memiliki pengetahuan cukup sebesar 57,9% sebanyak 22 responden. Kurangnya pengetahuan tentang gizi akan mengakibatkan berkurangnya kemampuan untuk menerapkan informasi dalam kehidupan sehari-hari yang merupakan salah satu penyebab terjadinya gangguan gizi [11],[12].

Ibu yang mempunyai pengetahuan yang cukup tentang gizi akan dapat memperhitungkan kebutuhan gizi anak balitanya agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Selain itu pengetahuan yang dimiliki ibu akan berpengaruh terhadap jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi anaknya. [13].

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmatillah, (2018). Dengan judul *Relationship Between Knowledge, Attitudes and Practices and Nutritional Status* terdapat 65 responden (81,25%) memiliki pengetahuan yang cukup. Hal ini memang sudah cukup baik namun tetap saja pengetahuan ibu tentang gizi balita harus tetap ditingkatkan agar pemahaman ibu dan pengetahuan ibu menjadi lebih baik [14].

Status gizi balita

Bahwa sebagian besar status gizi anak balita adalah gizi baik sebanyak 31 responden (81,6%). Keadaan ini di karenakan pengetahuan ibu tentang gizi hasilnya cukup sehingga dapat mempengaruhi pola perilaku ibu dalam memberikan pemenuhan gizi dan mengakibatkan anak memiliki gizi yang baik. Menurut Puspasari (2017) yang mengatakan bahwa pengetahuan dapat mengubah perilaku seseorang [9],[15].

Keadaan gizi seimbang yang menjamin tubuh memperoleh makanan yang cukup dan mengandung semua zat gizi dalam jumlah dibutuhkan. Dengan gizi seimbang maka pertumbuhan dan perkembangan balita akan optimal dan daya tahan tubuhnya akan baik sehingga tidak mudah sakit [15],[16],[17].

Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pemenuhan Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Balita

Berdasarkan hasil penelitian tabel 4.6 diketahui bahwa responden yang mempunyai pengetahuan cukup dengan status balita gizi baik sebanyak 20 responden (52,6%). Berdasarkan uji menggunakan *Kendall Tau* di dapatkan hasil nilai *tau* 0,443 dan nilai $p = 0,020$ ($p < 0,005$), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi seimbang dengan status gizi pada balita usia 23-35 bulan di Desa Manjung, Ngawen, Klaten.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan Purwitasari (2012) bahwa pengetahuan tentang gizi mempunyai hubungan dengan status gizi dengan nilai $p = 0,034$ ($p < 0,05$) dan didukung oleh penelitian yang dilakukan Desi (2013) bahwa hubungan status gizi dengan prestasi belajar terdapat hubungan yang bermakna dengan nilai $p = 0,037$ ($p < 0,05$) serta

penelitian yang dilakukan oleh (Sartika, 2011) bahwa status gizi memiliki hubungan dengan perkembangan anak umur 3-5 tahun dengan nilai $p < 0,008$ ($p < 0,05$).

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dari data yang diperoleh, adapun kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini yaitu: Pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita di Desa Manjung Klaten yaitu paling banyak pada kategori cukup sebanyak 22 responden (57,9%) dari total 38 responden.

Status gizi pada balita usia 24-35 bulan di Desa Manjung Ngawen Klaten paling banyak dengan status gizi baik sebanyak 31 balita (81,6%).

5. Daftar Pustaka

- [1] Adriani M, Irjatmadi B. Gizi dan Kesehatan Balita Peranan Micro. 2014.
- [2] Puspitasari AG. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pemenuhan Gizi Seimbang Anak Dengan Status Gizi Anak Usia 1-3 Tahun di Posyandu Desa Ngliliran Kecamatan Panekan 2017.
- [3] Depkes RI. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 5. Jakarta: Depkes RI; 2014.
- [4] Deswita. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Balita di Nagari 2013. <https://doi.org/https://doi.org/10.25077/njk.10.1.75-90.2014>.
- [5] Abai Siat Wilayah Kerja Puskesmas Koto Besar Kabupaten Dharmasraya n.d.
- [6] Falerius J. Artikel Pengetahuan Ibu, Pola Makan Balita dan Pendapatan Keluarga dengan Status Gizi pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Danga Kecamatan Aesesa Kabupaten Nagekeo 2019;1.
- [7] Kemenkes RI. Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI Situasi Balita Pendek. Jakarta Selatan: 2016.
- [8] Notoatmodjo S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2010.
- [9] Puspasari A. Association Mother's Nutrition Knowledge and Toddler's Nutrition Intake with Toddler's Nutritional Status (WAZ) at the Age 12-24 Months 2017. <https://doi.org/https://doi.org/10.20473/amnt.v1i4.2017.369-378>.
- [10] Notoatmodjo S. Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2014.
- [11] Notoatmodjo S. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2016.
- [12] Wawan, Dewi M. Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap Dan Prilaku Manusia (II). Yogyakarta: Nuha Medika; 2011.
- [13] Pujiastuti N, Dkk. Ilmu Gizi Untuk Praktisi Kesehatan. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2013.
- [14] Rahmatilla. Relationship Between Knowledge, Attitudes and Practices and Nutritional Status 2018. <https://doi.org/https://doi.org/10.20473/amnt.v2i1.2018.106-112>.
- [15] Ruslianti, Dahlia M, Yulianti Y. Gizi dan Kesehatan Anak Prasekolah. Bandung: PT Remaja Rosdakarya; 2015.
- [16] Sediaoetama. Pola Makan Dan Status Gizi Ilmu Gizi Untuk Remaja, Keluarga dan Profesi, Jilid Pertama. Jakarta: Dian Rakyat; 2013.
- [17] Diniyyah SR, Nindya TS. Asupan Energi, Protein Dan Lemak Dengan Kejadian Gizi Kurang Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Desa Suci, Gresik 2017. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20473/amnt.v1i4.2017.341-350>.