

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI PADA BALITA DI PUSKESMAS KARANG REJO KOTA TARAKAN

Asma^{1*}, Syamsiah¹, Sari Wijayanti², Irma Novrianti²

¹Program Studi Promosi Kesehatan, Politeknik Kaltara, Jl. P. Lumpuran, Kampung Satu Skip, Kode Pos 77113, Indonesia

²Program Studi Farmasi, Politeknik Kaltara, Jl. P. Lumpuran, Kampung Satu Skip, Kode Pos 77113, Indonesia

* Corresponding author: Asma
email: ojenk.asma@gmail.com

Received November 01, 2023; Accepted November 29, 2023; Published November 30, 2023

ABSTRAK

Status gizi pada balita adalah hal penting yang harus disadari oleh setiap orang tua. Masalah gizi pada anak balita dapat menyebabkan beberapa dampak serius. Karena masalah gizi ini, dapat menyebabkan ketidakmampuan untuk tumbuh dan berkembang secara kognitif bahkan dapat menyebabkan kematian pada balita. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan ibu terkait gizi balita. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif yang dilakukan di Puskesmas Karang Rejo, Kota Tarakan. Sampel yang digunakan sebanyak 97 responden dengan kriteria inklusi ibu yang memiliki bayi atau balita (umur 0-5 tahun) dan ibu yang bersedia menjadi responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi balita di Puskesmas Karang Rejo dengan kategori baik sebanyak 33 ibu (34%), kategori cukup 57 ibu (58,8%) dan kategori kurang sebanyak 7 ibu (7,2%). Dapat disimpulkan dalam penelitian ini, gambaran tingkat pengetahuan ibu tentang gizi balita di Puskesmas Karang Rejo dalam kategori cukup yakni 57 ibu (58,8%) dari 97 ibu.

Kata kunci: pengetahuan, ibu, gizi

ABSTRACT

The nutritional status of toddlers is an important thing that every parent must be aware of. Nutritional problems in children under five can cause several serious impacts. Because of this nutritional problem, it can cause an inability to grow and develop cognitively and can even cause death in toddlers. This study aims to determine the level of knowledge of mothers regarding toddler nutrition. This research used a descriptive method which was carried out at the Karang Rejo Community Health Center, Tarakan City. The sample used was 97 respondents with the inclusion criteria being mothers who had babies or toddlers (aged 0-5 years) and mothers who were willing to be respondents. The research results showed that mothers' knowledge about toddler nutrition at the Karang Rejo Health Center was in the good category as many as 33 mothers (34%), in the sufficient category 57 mothers (58.8%) and in the poor category as many as 7 mothers (7.2%). It can be concluded from this study that the description of the level of knowledge of mothers regarding toddler nutrition at the Karang Rejo Community Health Center is in the sufficient category, namely 57 mothers (58.8%) out of 97 mothers.

Keywords: knowledge, motherhood, nutrition

PENDAHULUAN

Gizi atau nutrisi merupakan suatu komponen yang paling penting dalam menunjang keberlangsungan proses pertumbuhan dan perkembangan dimana gizi merupakan elemen yang terdapat dalam makanan dan dapat dimanfaatkan secara langsung oleh tubuh¹. Salah satu masalah gizi yang terjadi pada anak balita adalah gizi kurang. Gizi kurang adalah gangguan kesehatan akibat kekurangan atau ketidakseimbangan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan, aktivitas berpikir, dan semua hal yang berhubungan dengan kehidupan. Gizi lebih juga merupakan salah satu masalah gizi yang dialami oleh balita. Gizi lebih diartikan sebagai keadaan ketidakseimbangan antara konsumsi dan kebutuhan energi yang digunakan¹.

Usia balita merupakan usia yang rentan terhadap kekurangan gizi. Asupan gizi yang kurang pada balita mengakibatkan kurangnya protein². Masalah kurang gizi pada balita dapat menyebabkan dampak yang serius, seperti gangguan tumbuh kembang, berkurangnya tingkat kecerdasan, hingga dapat menyebabkan kematian. Dampak jangka pendek dari gizi buruk pada perkembangan balita termasuk gangguan bicara, sedangkan dampak jangka panjang termasuk perkembangan kognitif dan motorik.

Pengetahuan seorang ibu tentang gizi pada balitanya merupakan salah satu faktor penting yang berpengaruh terhadap status gizi. Pengetahuan ibu yang kurang tentang aneka bahan dan jenis makanan dapat menyebabkan proses pertumbuhan dan perkembangan otak pada balita sehingga ibu harus memberikan balitanya makanan yang bergizi³. Selain itu faktor lain adalah status ekonomi keluarga yang berdampak pada penghasilan dan kemampuan membeli bahan makanan yang akan dikonsumsi oleh balitanya⁴.

Hasil dari Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) Tahun 2018 di Indonesia, prevalensi gizi kurang pada balita di Indonesia sebesar (17,7 %) untuk usia balita (<5 tahun). Sebesar (3,9%) balita dengan gizi buruk dan sebanyak (13,8%) yang menderita gizi kurang, selain itu dijabarkan juga data status gizi balita usia 0-59 bulan di Indonesia untuk kategori normal (81,8%), gemuk (8,0%), kurus (6,7%) dan sangat kurus (3,5%)⁵. Sedangkan di Provinsi Kalimantan Utara tahun 2018, prevalensi balita stunting menunjukkan angka sebesar 26,9%⁶.

Berdasarkan observasi awal di Puskesmas Karang Rejo Kota Tarakan, ditemukan 2 balita yang obesitas. Hal ini diperkuat dari hasil wawancara terhadap ibu tentang gizi pada balita. Ibu berpendapat bahwa anak yang sehat itu memiliki badan yang gemuk, sedangkan balita yang mengalami kegemukan (obesitas) dapat berdampak terhadap resiko penyakit dan sebagian ibu yang diwawancarai tidak mengerti tentang status gizi balita.

METODE

Metode penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran tingkat pengetahuan ibu tentang gizi balita di Puskesmas Karang Rejo. Penelitian ini dilaksanakan pada Tanggal 01 sampai 30 Desember 2022. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 1.683, sampel pada penelitian ini adalah ibu yang memiliki balita yang datang di Puskesmas Karang Rejo pada bulan Desember dengan jumlah sampel 97 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan rumus *Slovin*⁷.

Penelitian ini menggunakan alat ukur kusioner yang sudah dimodifikasi⁸, untuk variabel yang diukur adalah pengetahuan ibu tentang gizi dengan level kategori baik, cukup, dan kurang. Kuesioner terdiri dari 20 pertanyaan, dimana terdiri dari 16 pertanyaan positif (+) dan 4 pertanyaan negatif (-) dengan menggunakan skala gutman. Penilaian data dengan memberikan skor pada pertanyaan yang berkaitan dengan pengetahuan responden, jawaban benar diberikan skor 1 dan jawaban salah diberi skor 0. Proses penilaian dilakukan menggunakan rumus $P = \frac{x}{N} \times 100$. Setelah didapatkan persentasenya, hasil dimasukkan kedalam kategori baik (76%-100%), cukup (56%-75%) dan kurang (<55%)⁷.

Adapun kriteria inklusi yaitu ibu memiliki bayi/balita (umur 0-5 tahun) dan bersedia menjadi responden sedangkan kriteria eksklusi yaitu ibu yang tidak menandatangani *informed consent*. Data yang didapatkan kemudian dianalisis secara deskriptif menggunakan *Ms. Excel* dan disajikan dalam tabel.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian dijabarkan dalam bentuk tabel, data yang diperoleh berupa data umur, tingkat pendidikan, pekerjaan, penghasilan dan tingkat pengetahuan ibu terhadap gizi balita.

Tabel 1. Distribusi karekteristik ibu balita ditinjau dari umur

Umur	Frekuensi (F)	Persentase (%)
17-25	29	29.9
26-35	34	35.1
36-45	30	30.9
46-55	4	4.1
Total	97	100.0

Pada tabel 1 dapat dilihat bahwa berdasarkan karakteristik umur ibu diperoleh data dari 97 responden dengan frekuensi terbanyak yaitu umur ibu 26-35 tahun yaitu sebanyak 34 responden (35.1%), umur ibu 36-45 tahun sebanyak 30 responden (30.9%), umur ibu 17-25 tahun sebanyak 29 responden (29.9%), dan umur ibu 46-55 tahun sebanyak 4 responden (4.1%).

Tabel 2. Distribusi karekteristik ibu balita ditinjau dari pendidikan

Pendidikan	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Sekolah Dasar (SD)	16	16.5
Sekolah Menengah Pertama (SMP)	18	18.6
Sekolah Menengah Atas (SMA)	50	51.5
Sarjana	13	13.4
Total	97	100.0

Pada tabel 2 dapat dilihat bahwa berdasarkan karakteristik pendidikan diperoleh data dari 97 responden dengan frekuensi terbanyak yaitu pendidikan SMA sebanyak 50 responden (51.5%), pendidikan SMP sebanyak 18 responden (18.6%), pendidikan SD sebanyak 16 responden (16.5%), dan sarjana sebanyak 13 responden (13.4%).

Tabel 3. Distribusi karekteristik ibu balita ditinjau dari pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Ibu rumah tangga (IRT)	77	79.4
Petani/Petambak	1	1.0
Karyawan Swasta	8	8.2
PNS	1	1.0
Lain-lain	10	10.3
Total	97	100.0

Pada tabel 3 dapat dilihat bahwa berdasarkan pekerjaan ibu diperoleh data dari 97 responden dengan frekuensi terbanyak yaitu sebagai IRT sebanyak 77 responden (79.4%), lain-lain sebanyak 10 responden (10.3%), karyawan swasta sebanyak 8 responden (8,2%), PNS sebanyak 1 responden (1.0%) dan petani/petambak sebanyak 1 responden (1.0%).

Tabel 4. Distribusi karekteristik ibu balita ditinjau dari penghasilan

Penghasilan (Rp.)	Frekuensi (F)	Persentase (%)
<1.000.000	52	53.6
1.000.000-2.000.000	34	35.1
>2.000.000	11	11.3
Total	97	100.0

Pada tabel 4 dapat dilihat bahwa berdasarkan penghasilan ibu diperoleh data dari 97 responden dengan frekuensi terbanyak yaitu <1.000.000 52 responden (53.6%), 1.000.000-2.000.000 34 responden (35.1%) dan >2.000.000 11 responden (11.3%).

Tabel 5. Distribusi pengetahuan ibu tentang gizi pada balita

Pengetahuan	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Baik (76-100%)	33	34.0
Cukup (56-75%)	57	58.8
Kurang (<56%)	7	7.2
Total	97	100.0

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa pengetahuan ibu tentang gizi pada balita dengan kategori cukup 57 responden (58.8%), pengetahuan baik 33 responden (34.0%), dan pengetahuan kurang 7 responden (7.2%).

PEMBAHASAN

Karakteristik Ibu Balita berdasarkan Umur

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas umur responden 26-35 tahun yaitu sebanyak 34 orang (35.1 %). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Puskesmas Padang Bulan Selayang II Medan⁹ bahwa usia responden terbanyak yaitu pada usia 26-35 tahun sejumlah 62 orang (66,0%). Pada usia 26-35 tahun termasuk kelompok masa dewasa muda, ini merupakan tahap perkembangan yang dianggap kritis karena cenderung aktif mencari informasi terkait pemenuhan gizi seimbang pada balita sehingga sangat berpengaruh terhadap pengetahuan¹⁰.

Karakteristik Ibu Balita berdasarkan Pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian terkait pendidikan, diperoleh data dari 97 responden dengan frekuensi terbanyak yaitu pendidikan SMA sebanyak 50 responden (51.5%). Penelitian yang dilakukan oleh Zega (2021) sesuai dengan penelitian di atas, bahwa mayoritas adalah ibu dengan pendidikan SMA, ibu yang berpendidikan SMA lebih mudah menerima informasi dibanding dengan berpendidikan SD dan SMP sehingga pengetahuan yang didapat akan lebih banyak⁹. Di sisi lain, kurangnya pendidikan akan menghalangi perkembangan sikap seseorang terhadap kualitas baru yang diperkenalkan⁷. Pendidikan merupakan proses pengembangan intelektual, sikap dan keterampilan manusia melalui proses sosial di lingkungannya sehingga ia mendapatkan pengaruh terhadap kemampuan sosial dan individu yang maksimal¹¹.

Karakteristik Ibu Balita berdasarkan Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas pekerjaan responden terbanyak adalah ibu rumah tangga dengan jumlah 77 responden (79,4%). Ibu rumah tangga memiliki cukup waktu dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita salah satunya dengan datang ke Posyandu. Hasil ini menandakan bahwa ibu rumah tangga yang berkunjung cukup rutin dibanding ibu yang bekerja⁹⁻¹⁰.

Karakteristik Ibu Balita berdasarkan Penghasilan

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden memiliki penghasilan paling banyak adalah <1.000.000 yaitu sebanyak 52 orang (53,6%), penghasilan tersebut termasuk kecil dan dibawah Upah Minum Regional (UMR). Hal ini menjadikan perilaku pemenuhan gizi seimbang pada balita menjadi tidak baik¹⁰. Penghasilan terbesar kedua antara 1.000.000-2.000.000 yaitu 34 ibu (35,1%) dan untuk yang berpenghasilan >2.000.000 yaitu 11 ibu (11,3%). Pendapatan keluarga mempengaruhi kualitas hidup dan kebutuhan keluarga, semakin besar pendapatan maka kebutuhan dapat terpenuhi sehingga kualitas hidup akan lebih baik dan menurunnya tingkat kejadian stunting¹².

Distribusi Pengetahuan Ibu tentang Gizi pada Balita

Berdasarkan hasil penelitian, pengetahuan ibu tentang gizi pada balita yang ditunjukkan pada tabel 5 menggambarkan bahwa berdasarkan pada tingkat pengetahuan terbanyak yaitu mayoritas ibu berpengetahuan cukup 57 ibu (58.8%) dan minoritas ibu berpengetahuan kurang 7 ibu (7.2%). Hasil penelitian ini sesuai yang dilakukan di Puskesmas Remaja Kota Samarinda bahwa pengetahuan terbanyak pada kategori cukup. Tetapi berbeda dengan penelitian Zilawati (2019) yakni pengetahuan ibu tentang gizi di Puskesmas Wonogiri I dalam kriteria sangat baik¹³. Faktor ini dipengaruhi usia, tingkat pendidikan, pekerjaan dan pendapatan dari ibu⁷.

Pengetahuan akan mempengaruhi karakter ibu, dan ibu akan lebih memahami tentang pemberian asupan gizi yang baik untuk balita¹⁴. Jika pengetahuan ibu yang kurang, maka ibu tidak akan bisa memberikan makanan sehat dan bergizi untuk anaknya¹⁵. Status gizi pada balita dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi dan pola makan yang baik pada balita. Pengetahuan ibu yang baik tentang gizi dapat memenuhi asupan makanan pada balita dari segi nutrisi sesuai dengan angka kecukupan gizi bagi balita¹⁶.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat ditarik kesimpulan bawah pengetahuan ibu terkait status gizi balita di Puskesmas Karang Rejo Kota Tarakan, berada pada kategori cukup dengan presentase 58.8%. Tingkat pengetahuan yang memadai dan praktik gizi yang baik menjadi kunci dalam upaya pencegahan masalah gizi pada balita, seperti stunting dan kekurangan gizi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Iskandar. Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Modifikasi Terhadap Status Gizi Balita (Effect Of Supplementary Feeding Modification On Nutritional Status Of Toddler). *J Action Aceh Nutr Journal*, Novemb 2017; 2(2). 2017;2(2):120–5.
2. Mayasari E, Kusumayanti E. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Balita Di Desa Pulau Jambu Wilayah Kerja Puskesmas Kuok Tahun 2020. *J Doppler*. 2021;5(1):87–92.
3. Nurma Yuneta Ae, Hardiningsih H, Yunita Fa. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Ibu Dengan Status Gizi Balita Di Kelurahan Wonorejo Kabupaten Karanganyar. *Placentum J Ilm Kesehat Dan Apl*. 2019;7(1):8.
4. Wijhati Er, Nuzuliana R, Pratiwi Mle. Analisis Status Gizi Pada Balita Stunting. *J Kebidanan*. 2021;10(1):1.
5. Naktiany Wc, Yunita L, Rahmiati Bf, Lastiyana W. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Status Gizi Balita Relationship Between Mother ' S Knowledge Level Of Nutrition And Nutritional Status Of Child Under Five Years. 2022;03(02):57–62.
6. Jalilah Nh, Ariyanti R, Febrianti S. Factors Associated With Stunting Incidence In Toddlers In North Kalimantan. *Jambura J Heal Sci Res*. 2022;4:106–12.
7. Yuhansyah M. Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Pada Anak Balita Di Upt Puskesmas Remaja Kota Samarinda. *Borneo Noursing J*. 2019;1(1):76–82.

8. Putri Mm, Mardiah W, Yulianita H. Mother's Knowledge Toward Stunting In Toddler. *J Nurs Care*. 2021;4(2).
9. Zega S. Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Di Puskesmas Padang Bulan Selayang Ii Medan Tahun 2021. *Suparyanto Dan Rosad* (2015. 2021;5(3):248–53.
10. Yohana Azhari K, Neti Hartaty Dm. Gambaran Pengetahuan , Sikap Dan Perilaku Keluarga Dalam Jeulingke An Overview Of The Family ' S Knowledge , Attitude , And Behavior In Fulfillment Of Balanced Nutrition Children Under Five In The Working Area Of Jeulingke Community Health Center. 2022;V(4):174–83.
11. Anik Sholikhah, Eunike Raffy Rustiana Ay. Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita Di Pedesaan Dan Perkotaan. *E-Journal Cakra Med Heal Perspect J* 2 9 - 18. 2017;1(2):9–18.
12. Ariyanti Ks, Peratiwi Nm1. Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Di Desa Lebih Kabupaten Gianyar Tahun 2020. *J Med Usada*. 2021;4(1):17–27.
13. Nur Zilawati 1) W 2). Jurnal Kebidanan Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang GIZI Pada Balita Usia 1-5 Tahun Di Puskesmas Wonogiri I Description Of Toddler ' S Knowledge Mother About Nutrition In Age 1-5 Years In Wonogiri I Puskesmas Kesehatan Republik Indonesia Tahun. 2019;X1(02):170–8.
14. Afrisah K, Febria C, Mariyona K. Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Status Gizi Pada Balita Di Kenagarian Tanjung Bungo Kecamatan Suliki Kabupaten Lima Puluh Kota. *J Ners Univ Pahlawan* [Internet]. 2022;6(1):23–30. Available From: [Http://Journal.Universitaspahlawan.Ac.Id/Index.Php/Ners](http://Journal.Universitaspahlawan.Ac.Id/Index.Php/Ners)
15. Winengsih E. Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Status Gizi Balita Di Desa Mandalamukti Kecamatan Cikalong Wetan. *J Ilm Kesehat*. 2022;14(1):1–8.
16. Mahmud. Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Zat GIZI, Tingkat Konsumsi Dan Status GIZI Balita Diposyandu Asoka Puskesmas Tulehu Kecamatan Salahutu. *Glob Heal Sci*. 2019;2(2):325–31.