



HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI DENGAN STATUS GIZI BALITA

Melsi Ollii*, Indra Domili, Denny Indra Setiawan, Nuryani

Program Studi Sarjana Gizi dan Dietetika, Jurusan Gizi,
Poltekkes Kemenkes Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

*e-mail: melsiolii483@gmail.com

ABSTRACT

Nutritional status is a reflection of body health related to dietary patterns and intake. One indicator is weight-for-age (WFA), which is classified into four categories including severely underweight, underweight, normal and overweight. Nutrition during infancy and toddlerhood is crucial because of a golden period for growth and development. Neglect during this period can lead to severe and long-lasting health problems, such as stunted physical development, susceptibility to diseases, and future cognitive impairments. The aims of the study was to determine the relationship between mothers knowledge of nutrition and the nutritional status of toddlers. The study was quantitative research employed a cross-sectional design. The study population was 694 parents of toddlers, with a sample size of 87 parents of toddlers. The results showed that most mothers of toddlers had a moderate level of knowledge about nutrition 36 (41.4%). Among the toddlers, 45 (51.7%) were classified as underweight based WFA, and 85 (97.7%) were not stunted based on their height-for-age (HFA). There was a relationship between mothers knowledge of nutrition and the WFA nutritional status of toddlers, but no relationship was found between mothers knowledge of nutrition and the HFA nutritional status of toddlers.

Keywords: mothers knowledge; nutritional status; toddlers

ABSTRAK

Status gizi adalah cerminan kesehatan tubuh yang berkaitan dengan pola makan dan asupan. Salah satu indikator status gizi adalah berat badan menurut umur (BB/U) yang diklasifikasikan menjadi empat yaitu gizi buruk, gizi kurang, gizi baik dan gizi lebih. Perhatian terhadap gizi pada usia bayi dan balita sangat esensial, karena periode ini merupakan masa emas (*golden period*) untuk tumbuh kembang. Periode ini dapat berakibat buruk dan memicu dampak negatif yang berakibat fatal bagi penerus. Menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti terhambatnya perkembangan fisik, mudah terserang penyakit, dan mengalami gangguan kecerdasan di kemudian hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi balita. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah 694 orang tua balita, sementara sampel penelitian 87 orang tua balita. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan ibu balita tentang gizi sebagian besar memiliki pengetahuan cukup sebanyak 36 (41,4%), balita yang memiliki status gizi BB/U gizi kurang sebanyak 45 (51,7%) dan TB/U tidak stunting sebanyak 85 (97,7%). Terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi BB/U balita dan tidak ada hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi TB/U pada balita.

Kata Kunci: pengetahuan ibu; status gizi; balita

PENDAHULUAN

Perhatian terhadap gizi pada usia bayi dan balita sangatlah esensial, karena periode ini merupakan masa emas (*golden period*) untuk tumbuh kembang bayi dan balita. Periode ini dapat berakibat fatal dan memicu dampak negatif yang berakibat fatal bagi penerus (Abiyoga, 2019). Berbagai masalah kesehatan dapat terjadi akibat kekurangan gizi pada awal kehidupan seperti terhambatnya perkembangan fisik, mudah terserang penyakit dan mengalami gangguan kecerdasan di kemudian hari (Djauhari, 2017).





Negara berkembang menghadapi beragam masalah kesehatan seperti kejadian malnutrisi yang menjadi penyebab utama kematian anak. Masalah gizi balita di negara berkembang tidak hanya berakibat fatal dalam waktu dekat tetapi juga membawa konsekuensi serius bagi masa depan. Masalah gizi dalam jangka panjang menyebabkan kekurangan gizi kronis dan balita dapat mengalami status gizi pendek (*stunting*) dibandingkan balita pada usia yang sama, sehingga mempengaruhi kecerdasan dan keterampilan kognitif anak serta meningkatkan penyakit tidak menular (PTM) dimasa yang akan datang (Handayani dan Mubasyiroh, 2019).

Akar permasalahan gizi serius pada balita di Indonesia tak lepas dari kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi. Hal ini berdampak langsung pada status gizi balita yang tidak optimal. Pengetahuan yang minim ini memengaruhi sikap dan perilaku ibu dalam memilih makanan untuk balita, serta kebiasaan makan yang tidak ideal sehingga berakibat pada asupan gizi yang tidak seimbang (Puspasari dan Andriani, 2017).

Laporan Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2022 di Kota Gorontalo prevalensi status gizi pada balita menurut indeks BB/U balita *underweight* sebanyak 16,2%. Status gizi indeks tinggi badan menurut umur (TB/U) balita *stunting* yaitu sebanyak 19,1%. Permasalahan gizi serius pada balita di Indonesia dapat disebabkan kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi. Hal ini berdampak langsung pada status gizi balita yang tidak optimal. Pengetahuan kurang memengaruhi sikap dan perilaku ibu dalam memilih makanan untuk balita, serta kebiasaan makan yang tidak ideal sehingga berakibat pada asupan gizi yang tidak seimbang (Puspasari dan Andriani, 2017). Berdasarkan data profil kesehatan kota Gorontalo tahun 2022 menunjukkan status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Kota Barat berdasarkan indeks BB/U balita *underweight* sebanyak 15,8%, sementara berdasarkan indeks TB/U balita *stunting* sebanyak 1,8%. Sehingga tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi balita.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian dengan desain deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional* (Notoatmodjo, 2014). Tempat pelaksanaan penelitian di wilayah kerja Puskesmas Kota Barat Kota Gorontalo pada bulan Januari-April 2024.

Populasi penelitian yaitu orang tua yang memiliki balita di wilayah Puskesmas Kota Barat Kota Gorontalo pada tahun 2024 sebanyak 694 orang. Sampel diambil sebesar 87 responden. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *stratified random sampling*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pengetahuan ibu. Variabel bebas merupakan variabel yang menyebabkan variabel dependen muncul (Sugiyono, 2015). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah status gizi balita. Variabel terikat adalah variabel yang disebabkan oleh adanya variabel bebas (Sugiyono, 2015). Instrumen penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah alat ukur tinggi badan, berat badan dan kuesioner yang terdiri dari data karakteristik ibu (pendidikan dan usia) serta kuesioner pengetahuan gizi sebanyak 21 pertanyaan. Analisis data menggunakan *fisher test*. Kuesioner yang digunakan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada penelitian terdahulu oleh Zega (2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden dalam penelitian ini yaitu 87 ibu yang memiliki balita 24-59 bulan di wilayah Puskesmas Kota Barat Kota Gorontalo. Hasil penelitian ditunjukkan pada Tabel





1. Karakteristik umur responden sebagian besar adalah kategori 26-35 tahun yaitu sebanyak 51 orang (58,7%), pendidikan terakhir SMA sebanyak 40 orang (46%). Karakteristik umur balita 24-35 bulan sebanyak 32 orang (36,8%), 48-59 bulan sebanyak 29 orang (33,3%), dan sampel umur 36-47 sebanyak 26 orang (29,9%). Sebanyak 46 orang (52,9%) ibu balita memiliki balita laki – laki dan 41 orang (47,1%) berjenis kelamin perempuan. Pengetahuan cukup sebanyak 36 orang (41,4%), pengetahuan baik 34 orang (39,1%) dan pengetahuan kurang 17 orang (19,5%). Gizi kurang pada responden penelitian sebanyak 45 orang (51,7%) dan gizi baik 42 orang (48,3%). Kejadian stunting pada balita didapatkan 2 orang (2,3%) dan tidak stunting 85 atau (97,7%).

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden dan Balita

Karakteristik	Jumlah	
	n	%
Umur Ibu		
17-25 tahun	18	20,7
26-35 tahun	51	58,7
36-45 tahun	13	14,9
46-50 tahun	5	5,7
Pendidikan Terakhir		
SD	14	16,1
SMP	15	17,2
SMA	40	46,0
S1	18	20,7
Umur Balita		
24-35 bulan	32	36,8
36-47 bulan	26	29,9
48-59 bulan	29	33,3
Jenis Kelamin		
Perempuan	41	47,1
Laki-laki	46	52,9
Pengetahuan Ibu		
Baik	34	39,1
Cukup	36	41,4
Kurang	17	19,5
BB/U		
Gizi baik	42	48,3
Gizi kurang	45	51,7
TB/U		
Stunting	2	2,3
Tidak stunting	85	97,7
Total	87	100

Hasil analisis hubungan pengetahuan ibu dengan status gizi balita ditunjukkan pada Tabel 2. Berdasarkan karakteristik pengetahuan gizi ibu kategori baik dengan gizi kurang sebanyak 3 orang (7,2%), pengetahuan cukup dengan gizi kurang sebanyak 9 orang (21,4%), sementara itu pengetahuan kategori kurang dengan gizi kurang sebanyak 14 orang (31,1%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *fisher test* diperoleh nilai *p-value* = 0,000 yang menunjukkan terdapat keterkaitan kuat antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi balita indek BB/U. Analisis bivariate menunjukan pengetahuan gizi ibu kategori baik dengan balita status gizi normal sebanyak 34 orang





(40,0%), sementara pengetahuan gizi ibu kategori cukup dengan balita stunting sebanyak 1 orang, demikian halnya juga dengan kategori pengetahuan gizi ibu kurang dengan balita stunting. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *fisher test* menunjukkan nilai *p-value* = 0,504 yang menunjukkan tidak terdapat keterkaitan kuat antara pengetahuan ibu dengan gizi dengan status gizi balita indeks TB/U.

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu dengan Status Gizi Balita Indeks BB/U dan TB/U

Status Gizi	Pengetahuan						Jumlah		<i>p-value</i>
	Baik		Cukup		Kurang		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
BB/U									
Gizi baik	30	71,4	9	21,4	3	7,2	42	48,2	0,000
Gizi kurang	4	8,9	27	60,0	14	31,1	45	51,8	
TB/U									
Normal	34	40,0	35	41,1	16	18,9	85	97,7	0,504
Stunting	0	0	1	50,0	1	50,0	2	2,3	
Total	34	39,0	36	41,3	17	19,7	87		

Kurangnya pengetahuan tentang gizi dan kesehatan terutama pada ibu dapat menjadi salah satu faktor penyebab kekurangan gizi pada balita. Pengetahaun ibu tentang gizi meliputi pemahaman terkait makanan sehat, makanan yang sesuai dengan usia anak serta cara memilih, mengolah dan menyiapkan makanan dengan tepat. Kekurangan pengetahuan gizi dapat berakibat pada status gizi balita yang buruk (Nurmaliza dan Herlina, 2019).

Orang tua memainkan peran krusial dalam memberikan stimulasi yang tepat untuk mendukung perkembangan anak secara maksimal. Pemahaman orang tua tentang berbagai aspek perkembangan anak di setiap rentang usia sangatlah penting. Kemampuan orang tua dalam melakukan pemeriksaan dan stimulasi dini tumbuh kembang anak juga menjadi kunci untuk mendeteksi dan menangani keterlambatan perkembangan dengan cepat (Nurmaliza dan Herlina, 2019).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Ayuningtyas dkk (2021) yang menyatakan pengetahuan tentang gizi balita kategori tinggi 68% dan rendah 32% pada orang tua balita. Hasil penelitian ini menunjukkan *p-value* = 0,000 yang menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan status gizi balita. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sutrisno dan Huwairits (2023) yang menyatakan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang gizi dan status gizi balita di Posyandu Abung Timur Wilayah Kerja Puskesmas Bumi Agung Kabupaten Lampung Utara dengan hasil statistik *chi-square p-value* = 0,000. Beberapa bukti menunjukkan faktor penting dalam menentukan risiko stunting diantaranya tidak memberikan ASI eksklusif, status sosial ekonomi yang tidak memadai, bayi lahir prematur, panjang badan lahir di bawah normal, pendidikan tidak memadai, sanitasi yang tidak memadai, serta tidak ada akses layanan kesehatan (Saputra dkk, 2023).

Hasil analisis bivariat menunjukkan tidak terdapat hubungan pengetahuan ibu dengan kejadian stunting pada balita. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputra dkk (2023) yang menunjukkan *p-value* = 0,301 yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan status gizi balita indeks TB/U. Penting untuk dicatat bahwa meskipun pengetahuan ibu tentang stunting tidak secara langsung memengaruhi kejadian stunting pada anak, namun pengetahuan gizi yang baik secara umum tetaplah penting untuk pola pengasuhan yang akan berpengaruh pada





status gizi balita. Dalam penelitian ini didapatkan banyak balita yang tidak stunting dengan pengetahuan ibu yang baik, karena pengetahuan terhadap gizi pada balita mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap status gizi anak, sehingga kebutuhan asupan zat gizi bagi anak balita dapat diketahui oleh ibu balita. Pengetahuan yang didasarkan pada pemahaman yang lebih baik juga dapat menghasilkan tindakan baru dan lebih baik. Pengetahuan ibu terhadap kebutuhan gizi balita berkaitan dengan perilaku dalam memberikan makanan bergizi kepada anak (Conterius dan Avelina, 2022).

SIMPULAN

Pengetahuan ibu tentang gizi pada balita sebagian besar masuk kategori pengetahuan baik dan cukup. Terdapat balita dengan status gizi kurang berdasarkan indeks BB/U lebih dari setengah, sementara berdasarkan indeks TB/U sebagian besar termasuk kategori normal. Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi BB/U balita, sementara tidak ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi TB/U. Pengetahuan gizi ibu berperan penting dalam pemberian makan pada anak balita sehingga akan berpengaruh pada status gizi, sehingga pemberian edukasi gizi pada orang tua balita sangat penting dilakukan. Perlu dikembangkan penelitian yang melibatkan jumlah responden yang lebih besar untuk meningkatkan kualitas penelitian.

DAFTAR REFERENSI

- Abiyoga A. 2019. Hubungan Antara Keaktifan Ibu Dalam Kegiatan Posyandu Dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Medika: Karya Ilmiah Kesehatan*. 4(1): 1-9.
- Ayuningtyas G, Uswatun H, Teti Y. 2021. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Dengan Status Gizi Balita. *Journal of Nursing Research*. 1(1): 15–23.
- Conterius, Rosania EB, Avelina Y. 2022. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Dengan Status Gizi Balita Di Posyandu Flamboyan Kelurahan Waioti Kecamatan Alok Timmur Kabupaten Sikka. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*. 9(2): 15–30.
- Djauhari T. 2017. Gizi dan 1000 HPK. *Saintika medika*. 13(2): 125-133.
- Notoadmojo S. 2014. Ilmu perilaku kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta.
- Handayani NU dan Mubasyiroh R. 2019. Masalah Gizi Balita Dan Hubungannya Dengan Indeks Pembangunan Kesehatan Masyarakat. *The Journal of Nutrition and Food Research*. 42(1): 1–10.
- Nurmaliza dan Sara H. 2019. Hubungan Pengetahuan Dan Pendidikan Ibu Terhadap Status Gizi Balita. *Jurnal Kesmas Asclepius*. 1(2): 106–15.
- Puspasari N dan Andriani M. 2017. Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Asupan Makan Balita dengan Status Gizi Balita (BB / U) Usia 12-24 Bulan. 369–378.
- Saputra MR, Malik R, Fitriyasti B, Wahyuni S, Suharni S. 2023. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 4-13 Tahun. *Menara Ilmu: Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah*. 17(1).
- Sugiyono. 2015. Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods). Alfabeta. Bandung.
- Sutrisno and Huwairits T. 2023. Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Status Gizi Pada Balita Di Posyandu Abung Timur Wilayah Kerja Puskesmas Bumi Agung Kabupaten Lampung Utara Tahun 2020. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*. 2(2): 77–83. <https://doi.org/10.35912/jimi.v2i2.1513>.
- Zega SNK. 2021. Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Di Puskesmas Padang Bulan Selayang Ii Medan Tahun 2021. 5(3): 248–53.

