

# Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang dengan Status Gizi Balita (1-5 tahun) (Di Desa Sumurgeneng Wilayah Kerja Puskesmas Jenu-Tuban)

## The Correlation between Mother Knowledge about Nutrient Balancing and Child under Five Years Nutrient Status (1-5 years) at Sumurgeneng Public Centre Health, Jenu – Tuban/

Eva Silviana Rahmawati  
STIKES NU TUBAN

### ABSTRAK

Tujuan utama pembangunan nasional yaitu peningkatan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) yang dilakukan secara berkelanjutan. Upaya peningkatan kualitas SDM dimulai dengan pemenuhan kebutuhan dasar manusia dengan perhatian utama pada proses tumbuh kembang anak. Anak balita merupakan kelompok umur yang paling sering menderita akibat kekurangan gizi, salah satu penyebabnya adalah kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi seimbang. Berdasarkan data Pemantauan Status Gizi di Kabupaten Tuban tahun 2009, yang paling terendah status gizinya yaitu di Desa Sumurgeneng wilayah kerja Puskesmas Jenu dari total 190 balita, jumlah gizi buruk 6 (3,15%), gizi kurang 46 (24,21%). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi balita. Dalam penelitian ini menggunakan metode analitik dengan desain cross sectional. Populasinya sebesar 128 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah simple random sampling dengan besar sampel 97 orang. Variabel independennya yaitu pengetahuan ibu tentang gizi seimbang, variabel dependennya yaitu status gizi balita. Teknik pengumpulan data dengan cara menggunakan lembar kuesioner dan observasi status gizi balita. Analisa data dengan menggunakan uji spearman. Hasil penelitian dari 97 responden menunjukkan bahwa responden dengan pengetahuan baik sebagian besar mempunyai balita dengan status gizi baik sebanyak 45 orang (86,53 %), dan responden yang mempunyai pengetahuan kurang setengahnya mempunyai balita dengan status gizi kurang sebanyak 6 orang (54,54 %). Hasil uji korelasi spearman ( $r_s$ ) = 0,355 dan nilai ( $p$ ) = 0,000 dengan  $\alpha = 0,05$  maka  $H_0$  ditolak artinya ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi balita. Oleh Karena itu, penanggulangan gizi kurang dan gizi buruk perlu mendapat prioritas antara lain dalam program perbaikan gizi melalui pemberian makanan tambahan serta peran lintas sektor terkait lainnya.

**Kata kunci :** Pengetahuan Ibu tentang gizi seimbang, Status gizi, Balita

### ABSTRACT

The main aim of national building is increasing source human quality (SDM) that is continued. The efforts of increasing source human quality starts by fulfillment basic human need with main caring to children development process. The child under five years is the age group who suffer less nutrient the most frequently. One of causes is less mother knowledge about balance nutrient. Based on monitoring nutrient status data in Tuban 2009, the lowest nutrient status is in Sumurgeneng at centre health Jenu total from 190 children under five years the amount of bad nutrient 6 (3,15%), less nutrient 46 (24,21%). This research aims to know the relation between mother's knowledge about balance nutrient and child under five years nutrient status. In this research is using analytic method by cross sectional design. The population are 128 people. Sampling technique is using simple random sampling with 97 sample people. The independent variable is children under five years nutrient status technique collecting data by using question are and observation child under five years nutrient status data analyze by using spearman test. The result research from 97 response shows that response with good knowledge, some of them have children under five years with good nutrient status 45 people (86,53%), and response that have less knowledge a half of them have child under five years less nutrient 6 people (54,54%). The result test correlation spearman value ( $r_s$ ) = 0,355 and value ( $p$ ) = 0,000 with  $\alpha = 0,05$ , with that  $H_0$  was rejected it means that there is relationship between mother's knowledge about balance nutrient and children under five years nutrient status. So that's way, tackling less nutrient and bad nutrient needs main priority. There are in developing nutrient program at giving supplement food and another correlation sector participation.

**Key words :** Mother knowledge about balance nutrient, nutrient status, child under five years

### PENDAHULUAN

Tujuan utama pembangunan nasional yaitu peningkatan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) yang dilakukan secara berkelanjutan. Upaya peningkatan kualitas SDM dimulai dengan pemenuhan kebutuhan dasar manusia dengan perhatian utama pada proses tumbuh kembang anak.<sup>1</sup>

Kualitas tumbuh kembang balita sangat ditentukan oleh pemenuhan zat gizi. Karena

itu ibu perlu mencermati konsumsi makanan balita seperti yang seharusnya dibutuhkan berdasarkan pola makan dengan gizi seimbang.<sup>2</sup>

Sebagian ibu tidak mempunyai cukup pengetahuan bahwa balita memerlukan makanan yang cukup untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.<sup>3</sup>

Menurut data dari Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2007 Angka Kematian Bayi (AKB) di Indonesia

pada tahun 2007 sebesar 34/1000 kelahiran hidup sedangkan Angka Kematian Balita (AKBAL) pada tahun 2007 sebesar 44/1000 kelahiran hidup (Muliadi, 2009). Sedangkan berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007 Prevalensi nasional gizi buruk pada anak balita mencapai 5,4% dan gizi kurang 13%.<sup>4</sup>

Berdasarkan pemantauan status gizi Dinas Kesehatan Kabupaten Tuban Tahun 2008-2009 dari 33 Puskesmas, di dapatkan kasus gizi buruk sebanyak 975 balita, gizi kurang sebanyak 3335 balita, gizi baik sebanyak 19.586 balita dan gizi lebih sebanyak 640 balita pada tahun 2008. Sedangkan berdasarkan data Pemantauan Status Gizi (PSG) balita tahun 2009 di Kabupaten Tuban, mengalami peningkatan dari total 75.747 balita, jumlah balita gizi buruk yaitu 882 (1,2%), gizi kurang 8.465 (11,2%), gizi baik 66.054 (87,2%), gizi lebih 1.484 (2,0%). Di Puskesmas Jenu dari total 3.433 balita, jumlah balita gizi buruk 109 (3,2%), gizi kurang 683 (19,9%), gizi baik 2.490 (72,5%), gizi lebih 151 (4,4%).

Berdasarkan Pemantauan Status Gizi di wilayah kerja Puskesmas Jenu, kejadian gizi buruk yang tertinggi yaitu di Desa Sumurgeneng dari total 128 balita dan 62 bayi, jumlah gizi buruk 6 (3,15%), gizi kurang 46 (24,21%), gizi baik 113 (59,47%), gizi lebih 25 (13,16%).

Berdasarkan survei awal dari 10 responden yang mempunyai balita usia 1-5 tahun di Desa Sumurgeneng wilayah kerja Puskesmas Jenu-Tuban, di dapatkan 4 (40%) mempunyai pengetahuan baik, pengetahuan cukup 3 (30%), Pengetahuan kurang 3 (30%).

Anak balita merupakan kelompok umur yang paling sering menderita akibat kekurangan gizi (Paath, 2004 : 66). Yaitu kelompok di bawah lima tahun (1-5 tahun).<sup>5</sup>

Karena anak balita baru berada dalam masa transisi dari makanan bayi ke makanan orang dewasa dan anak balita belum dapat mengurus dirinya sendiri, termasuk dalam memilih makanan, di pihak lain ibunya sudah tidak begitu memperhatikan lagi makanan anak balita.<sup>5</sup>

Kekurangan gizi disebabkan oleh beberapa faktor : kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi seimbang, serta adanya daerah miskin gizi (iodium).<sup>6</sup>

Dalam kehidupan masyarakat sehari-hari sering terlihat keluarga yang berpenghasilan cukup akan tetapi makanan yang dihidangkan seadanya saja. Dengan demikian, kejadian gangguan gizi tidak hanya ditemukan pada

keluarga yang berpenghasilan kurang tetapi juga pada keluarga yang berpenghasilan relative baik (cukup). Keadaan ini menunjukkan bahwa ketidaktahuan akan faedah makanan bagi kesehatan tubuh mempunyai sebab buruknya mutu gizi makanan keluarga, khususnya makanan anak balita.<sup>7</sup>

Kurangnya pengetahuan di bidang memasak, konsumsi anak, keragaman bahan dan keragaman jenis masakan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi balita. Untuk dapat menyusun menu seseorang perlu memiliki pengetahuan mengenai bahan makanan dan zat gizi, kebutuhan gizi seseorang serta pengetahuan hidangan dan pengolahannya. Umumnya menu disusun oleh ibu.<sup>8</sup>

Masalah gizi berdampak serius terhadap kualitas generasi mendatang. Anak yang menderita gizi kurang akan mengalami gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan mental, dimana anak akan mempunyai IQ lebih rendah. Setiap anak yang berstatus gizi buruk mempunyai status risiko kehilangan IQ 10-13 poin dan daya tahan anak cenderung menurun, sehingga mudah terserang infeksi.<sup>1</sup>

Upaya penanggulangan masalah gizi yang dilakukan secara terpadu antara lain : 1) Pemberdayaan keluarga di bidang kesehatan dan gizi, upaya perbaikan gizi yang dilakukan adalah dengan meningkatkan kemandirian dengan fokus keluarga mandiri sadar gizi dengan harapan mereka dapat mengenal dan mencari pemecahan masalah yang dihadapi. 2) Pemberdayaan masyarakat di bidang gizi, pemberdayaan masyarakat di bidang gizi dimaksudkan untuk meningkatkan kemandirian masyarakat dalam memerangi kelaparan dan peduli terhadap masalah gizi yang muncul di masyarakat. 3) Pemberdayaan petugas, agar kualitas gizi meningkat, maka diharapkan para petugas kesehatan dapat memberikan pelayanan kesehatan sesuai dengan standar.<sup>1</sup>

Berdasarkan data yang di peroleh bahwa masih ada balita dengan status gizi kurang dan buruk di Desa Sumurgeneng wilayah kerja Puskesmas Jenu-Tuban, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi balita (1-5 tahun) di Desa Sumurgeneng wilayah kerja Puskesmas Jenu-Tuban.

## **METODE PENELITIAN**

Desain yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah analitik korelasional yaitu penelitian yang mengkaji hubungan

antar variabel. Penelitian korelasional bertujuan mengungkapkan hubungan korelatif antar variabel. Pendekatan penelitian ini menggunakan *cross sectional* yang merupakan jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran/observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada suatu saat.<sup>9</sup>

Dalam penelitian ini, variabel independen (pengetahuan ibu tentang gizi seimbang) dan dependen (status gizi balita) dikumpulkan dalam waktu bersamaan dengan menggunakan kuesioner dan observasi.

## HASIL PENELITIAN

### Pendidikan Ibu Balita

**Tabel 1.** Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu Balita di Desa Sumurgeneng wilayah kerja Puskesmas Jenu-Tuban pada bulan Juli 2010

No.	Pendidikan	f	%
1	Sekolah Dasar	31	31,95
2	Sekolah Menengah Pertama	51	52,57
3	Sekolah Menengah Atas	15	15,46
4	Perguruan Tinggi	0	0
Jumlah		97	100

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat dijelaskan bahwa setengah ibu balita berpendidikan SMP/ sederajat sebanyak 51 orang (52,57%) dan sebagian kecil berpendidikan SMA/ sederajat sebanyak 15 orang (15,46%).

### Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang

**Tabel 2.** Distribusi responden berdasarkan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang di Desa Sumurgeneng wilayah kerja Puskesmas Jenu-Tuban pada bulan Juli 2010.

No.	Pengetahuan Ibu tentang Gizi seimbang	f	Prosentasi (%)
1	Kurang	12	12,36
2	Cukup	33	34,03
3	Baik	52	53,60
Jumlah		97	100

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa setengahnya mempunyai pengetahuan baik sebanyak 52 orang (53,60 %) dan sebagian kecil responden mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 12 orang (12,38 %).

### Status gizi balita usia 1-5 tahun

**Tabel 3.** Distribusi status gizi balita (1-5 tahun) di Desa Sumurgeneng wilayah kerja Puskesmas Jenu-Tuban pada bulan Juli 2010.

No.	Status gizi balita	f	Prosentase (%)
1.	Lebih	2	2,06
2.	Buruk	4	4,12
3.	Kurang	19	19,59
4.	Baik	72	74,23
Jumlah		97	100

Berdasarkan tabel 3 di atas dapat dijelaskan bahwa sebagian besar balita mempunyai status gizi baik sebanyak 72 balita (74,23 %), dan minoritas balita mempunyai status gizi lebih sebanyak 2 balita (2,06 %).

### Hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi balita (1-5 tahun).

**Tabel 4.** Distribusi responden berdasarkan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi balita (1-5 tahun) di Desa Sumurgeneng wilayah kerja Jenu-Tuban pada bulan Juli 2010

No.	Tipe pengetahuan ibu tentang gizi seimbang	Status gizi balita				Σ	%
		Lebih	Buruk	Kurang	Baik		
1	Kurang	2	15,38	1	7,69	3	10
2	Cukup	2	6,06	2	6,06	4	13
3	Baik	1	3,03	1	3,03	2	6
Jumlah		5	14,47	4	10,77	9	29
		χ <sup>2</sup> =0,355		χ <sup>2</sup> =0,001		χ <sup>2</sup> =0,001	

Berdasarkan tabel 4 Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa responden dengan pengetahuan baik sebagian besar mempunyai balita dengan status gizi baik sebanyak 45 orang (86,53 %). Responden yang mempunyai pengetahuan cukup sebagian besar mempunyai balita dengan status gizi baik sebanyak 25 (73,52%). Responden yang mempunyai pengetahuan kurang setengahnya mempunyai balita dengan status gizi kurang sebanyak 6 orang (54,54 %).

## ANALISIS HASIL PENELITIAN

Berdasar hasil uji spearman menggunakan SPSS versi 16 didapatkan nilai koefisien korelasi *spearman* ( $r_s$ ) = 0,355 dan nilai (p) =

0,000 dengan kemaknaan  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak artinya ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi balita.

## PEMBAHASAN

### 1. Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang

Berdasarkan tabel 2 dapat dijelaskan bahwa setengahnya responden mempunyai pengetahuan baik sebanyak 52 orang (53,60 %). Sebagian kecil responden mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 12 orang (12,38 %).

Dari hasil penelitian ternyata perilaku yang didasari pengetahuan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari pengetahuan. Pengetahuan akan memudahkan seseorang untuk menyerap informasi dan mengimplementasikannya dalam perilaku dan gaya hidup sehari-hari.<sup>5</sup>

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu umur, pendidikan dan pengalaman. Semakin cukup umur, tingkat pematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir, belajar dan bekerja sehingga pengetahuanpun akan bertambah. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah menerima informasi, sehingga banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Pengalaman merupakan sumber pengetahuan atau pengalaman merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan.

Pendapat ini sesuai dengan keadaan di Desa Sumurgeneng wilayah kerja Puskesmas Jenu-Tuban bahwa setengahnya responden mempunyai pengetahuan yang baik tentang gizi seimbang balita. Hal ini dikarenakan responden aktif dalam mencari dan menerima informasi-informasi baru dari kader, bidan, dan sumber-sumber lain tentang kesehatan dan gizi balita, sehingga wawasan responden semakin luas dan pengetahuan tentang gizi seimbang balita semakin baik. Sedangkan sebagian kecil responden mempunyai pengetahuan kurang tentang gizi seimbang. Hal ini dapat dipengaruhi oleh pendidikan yang diperoleh, selain itu tempat tinggal responden yang ada dipedesaan sehingga menyebabkan kurangnya informasi yang didapat, sehingga pengetahuan dan wawasan yang diperoleh lebih sempit terutama tentang gizi seimbang yang di butuhkan balitanya.

### 2. Status gizi balita

Berdasarkan tabel 3 dapat dijelaskan bahwa sebagian besar balita mempunyai status gizi baik sebanyak 72 balita (74,23 %), dan

minoritas balita mempunyai status gizi lebih sebanyak 2 balita (2,06 %).

Menurut Syafiq (2010) bahwa perlu dilakukan pemantauan status gizi balita untuk mengetahui status gizi balita, yaitu ada tidaknya malnutrisi pada individu atau masyarakat. Status gizi ini penting karena merupakan salah satu faktor risiko untuk terjadinya kesakitan dan kematian. Status gizi yang baik pada seseorang akan berkontribusi terhadap kesehatannya dan juga terhadap kemampuan dalam proses pemulihan.

Berdasarkan hasil penelitian di Desa Sumurgeneng sebagian besar balita mempunyai status gizi baik. Hal ini karena pengetahuan ibu yang baik tentang gizi seimbang, sehingga asupan makanan balita terpenuhi sesuai dengan kebutuhan gizi yang diperlukan balita, baik dari segi kualitas maupun kuantitasnya. Dimana dalam kesehariannya balita memerlukan gizi yang cukup untuk pertumbuhan dan perkembangan. Sedangkan dari hasil penelitian minoritas balita mempunyai status gizi lebih. Gizi lebih merupakan salah satu penyakit salah gizi sebagai akibat konsumsi makanan yang jauh melebihi kebutuhannya. Oleh karena itu, ibu harus memperhatikan kebutuhan gizi balitanya agar balitanya dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal.

### 3. Hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi balita

Berdasarkan tabel 4 dapat dijelaskan bahwa responden dengan pengetahuan baik sebagian besar mempunyai balita dengan status gizi baik sebanyak 45 orang (86,53 %). Responden yang mempunyai pengetahuan cukup sebagian besar mempunyai balita dengan status gizi baik sebanyak 25 (73,52%). Responden yang mempunyai pengetahuan kurang setengahnya mempunyai balita dengan status gizi kurang sebanyak 6 orang (54,54 %).

Berdasar hasil uji spearman menggunakan SPSS versi 16 didapatkan nilai koefisien korelasi *spearman* ( $r_s$ ) = 0,355 dan nilai ( $p$ ) = 0,000 dengan kemaknaan  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak artinya ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi balita.

Semakin banyak pengetahuan gizinya semakin diperhitungkan jenis dan jumlah makanan yang dipilih untuk dikonsumsi. Sedangkan untuk yang tidak mempunyai cukup pengetahuan gizi, akan memilih makanan yang paling menarik panca indera dan tidak mengadakan pilihan berdasarkan

nilai gizi makanan. Sebaliknya mereka yang semakin banyak pengetahuan gizinya, lebih banyak mempergunakan pertimbangan rasional dan pengetahuan tentang nilai gizi makanan tersebut.<sup>10</sup>

Hal ini sesuai dengan keadaan ibu balita di Desa sumurgeneng wilayah kerja Puskesmas Jenu-Tuban, bahwa semakin baik pengetahuan ibu tentang gizi seimbang maka semakin baik status gizi balitanya. Ibu dengan pengetahuan yang baik didapatkan balita dengan status gizi baik, sedangkan ibu dengan pengetahuan gizi kurang didapatkan balita dengan status gizi kurang dan status gizi buruk. Hal ini disebabkan ibu yang mempunyai pengetahuan yang baik akan mengimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari sehingga kebutuhan gizi balitanya terpenuhi. Sementara balita dengan gizi kurang dan gizi buruk di akibatkan karena kurangnya informasi yang didapat tentang gizi seimbang sehingga ibu balita kurang mampu untuk menerapkan pola gizi seimbang dalam jumlah asupan dan kebutuhan zat gizi yang sesuai dengan umur balita, akibatnya zat-zat gizi yang dikonsumsi dalam makanan sehari-hari balita kurang terpenuhi yang dapat menyebabkan masalah gizi pada balita. Karena pengetahuan ibu sangat berpengaruh pada status gizi balitanya, maka sebagai orang tua khususnya ibu agar menambah pengetahuan tentang gizi seimbang agar ibu dapat memenuhi gizi seimbang untuk balitanya dan melakukan pemantauan status gizi balita secara rutin dengan datang ke Posyandu.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas maka peneliti dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut : Adapun kesimpulan tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Setengahnya dari responden mempunyai pengetahuan baik di Desa sumurgeneng wilayah kerja Puskesmas Jenu-Tuban.
2. Sebagian besar balita mempunyai status gizi baik di Desa Sumurgeneng wilayah kerja Puskesmas jenu-Tuban.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi balita.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Kesehatan Ibu dan Anak. **Buku Panduan Kesehatan Ibu Dan Anak Program Departemen Kesehatan RI**. Departemen Kesehatan RI, Jakarta, 2007.

2. Sigitcoo. **Gizi dalam Tumbuh kembang Anak Usia Dini**. <http://wordpress/sigitcool.com>, 2009.
3. Abidin, Zainal. **Solusi Alternatif Tanggulang Gizi Buruk di Indonesia**. 19 Mei 2009. <http://www.lempu.co.id>, 2009
4. Soendoro, Triono. **Laporan Hasil Riskesdas Tahun 2007**. <http://www.Docstoc.com>, 2008.
5. Notoatmodjo, Sukidjo. **Kesehatan Masyarakat Imu dan Seni**. Rineka Cipta, Jakarta, 2007.
6. Almatsier, Sunita. **Prinsip Dasar Ilmu Gizi**. Gramedia Pustaka, Jakarta, 2009.
7. Jhon. **Gizi Balita**. 24 Desember 2008 <http://www.medicastore.com>, 2008
8. Santoso, Soengeng dan Anne Lies Ranti. **Kesehatan dan Gizi**. Rineka Cipta, Jakarta, 2004.
9. Nursalam. **Konsep dan penerapan Metodologi penelitian dan ilmu keperawatan**. Salemba Medika, Jakarta, 2008.
10. Sediaoetama, Ahmad Djaeni. **Ilmu Gizi**. Dian Rakyat, Jakarta, 2000.

