
STATUS GIZI BALITA BERDASARKAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI PADA BALITA

Fadly Alfenia Irawati*, Darah Ifalahma

Program Studi D3 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Duta Bangsa
Surakarta
alfen08@gmail.com*

Abstrak

Status gizi adalah keadaan tubuh manusia sebagai akibat dari konsumsi suatu makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Kurangnya asupan gizi seimbang dapat mempengaruhi status gizi balita sehingga pertumbuhan dan perkembangan balita tidak normal. Pengetahuan ibu sangat diperlukan agar dapat memberikan dan menyediakan makanan yang dikonsumsi oleh balita bervariasi sehingga kualitas dan kuantitas makanan yang disajikan oleh ibu mempunyai nilai gizi yang tinggi. Tujuan penelitian adalah mengetahui efektifitas pengetahuan ibu terhadap status gizi balita ditinjau dari beberapa literatur. Metode penelitian dengan mencari sumber pustaka yang relevan menggunakan Google Scholar dan Garuda dengan menggunakan kata kunci: Pengetahuan, Status Gizi Balita. Artikel yang didapat sebanyak lima artikel yang dicari sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Hasil review dari semua studi tingkat pengetahuan ibu dapat berpengaruh terhadap status gizi balita. Kesimpulan tingkat pengetahuan ibu berpengaruh terhadap status gizi pada anak balita. Disarankan ibu untuk meningkatkan kesadaran pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi bagi balita.

Kata Kunci : Status Gizi Balita, Pengetahuan

Abstract

Nutritional status is the condition of the human body as a result of consuming a food and using nutrients. Lack of carbohydrate intake can affect the nutritional status of toddlers so that growth and abnormal toddler development. Mother's knowledge is needed in order to be able to provide and provide varied food consumed by the toddler so that the quality and quantity of the food served by the mother has high nutritional value. Method: Finding relevant literature sources using Google Scholar and Garuda using Keywords: Knowledge, Nutritional Status of Toddlers. The articles obtained were five articles that were searched according to the inclusion and exclusion criteria. Results: From all studies the level of mother's knowledge can affect the nutritional status of toddlers. Conclusion: Mother's knowledge level influences nutritional status in children under five and there is a relationship between carbohydrate intake and nutritional status in children under five. It is recommended to increase mother's awareness of the importance of nutritional needs for toddlers.

Keywords: Knowledge, Nutritional Status

PENDAHULUAN

Menurut data WHO masalah gizi merupakan masalah kesehatan masyarakat yang saat ini mengalami masalah dalam penyediaan makanan yang berjumlah sekitar 1 milyar penduduk dunia. Sepertiga atau 171 juta anak dari seluruh anak-anak di dunia dalam keadaan kurang gizi kronik. Prevalensi balita berat kurang (BB/U) di Indonesia adalah 19,9%, sedangkan menurut data RISKESDAS, prevalensi balita berat kurang (BB/U) di Indonesia adalah sebesar 19,6%. Hal tersebut memberikan gambaran bahwa permasalahan yang perlu diselesaikan di dunia maupun di Indonesia adalah gizi kurang. Prevalensi gizi kurang pada bayi usia 6-12 bulan adalah jauh lebih rendah dengan standar WHO.

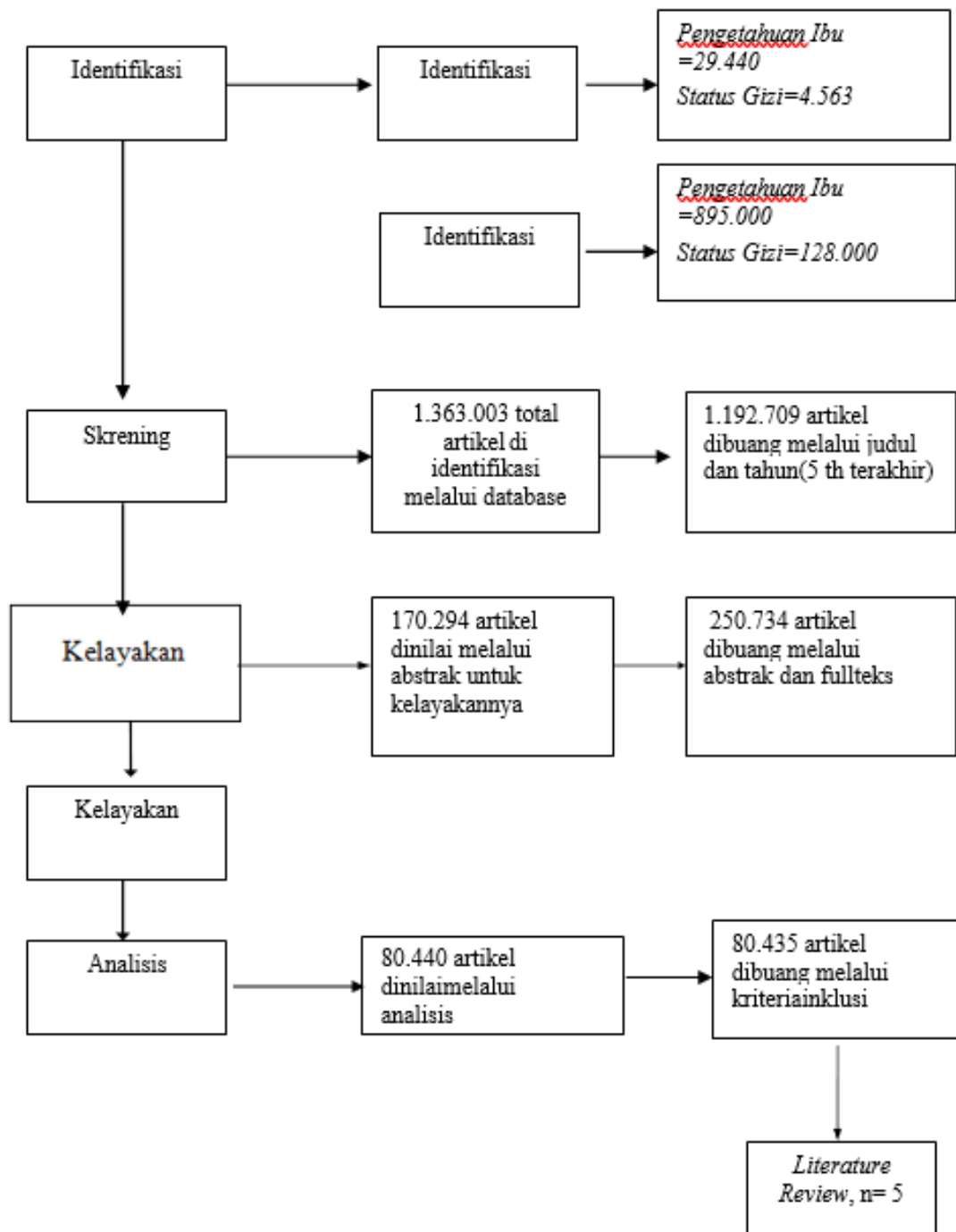
Masalah gizi masyarakat bukan menyangkut aspek kesehatan saja, melainkan aspek-aspek terkait yang lain, seperti ekonomi, social budaya, pendidikan, kependudukan dan sebagainya. Oleh sebab itu, penanganan atau perbaikan gizi sebagai upaya terapi yang tidak hanya pada gangguan gizi atau kesehatan saja, melainkan juga kearah bidang-bidang yang lain, misalnya penyakit gizi KKP (kekurangan kalori dan protein) pada anak-anak balita, tidak cukup dengan hanya pemberian makanan tambahan (PMT). Perlu dipahami bahwa status gizi bisa diartikan suatu keadaan tubuh manusia sebagai akibat konsumsi dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi yang berkaitan dengan asupan makronutrien dan energi berupa karbohidrat, protein dan lemak. Selama usia pertumbuhan dan perkembangan asupan nutrisi sangat penting untuk proses tumbuh kembang balita.

Balita adalah individu atau sekelompok individu yang berada dalam usia rentan juga merupakan kelompok yang rawan gizi dan paling menderita akibat gizi. Penyebab masalah gizi dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung. Penyebab langsung yaitu faktor makanan dan penyakit infeksi. Faktor penyebab tidak langsung yaitu ketahanan pangan dalam keluarga, pola asuh, perawatan kesehatan dan sanitasi lingkungan yang kurang memadai. Keempat faktor tidak langsung tersebut saling berkaitan dengan pendidikan, pengetahuan, penghasilan dan keterampilan ibu. Pengaruh orang tua juga sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak secara normal. Untuk mendapatkan anak yang tumbuh dengan normal juga tidak lepas dari tingkat pengetahuan ibu terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Terlepas dari itu pengetahuan ibu sangat penting dalam mengatur konsumsi makanan dengan pola menu seimbang sangat diperlukan pada masa tumbuh kembang balita. Data riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi gizi kurang di Indonesia sebesar 13,9 % dan Sulawesi tengah sebesar 13,56%.

METODE PENELITIAN

Pencarian sumber literatur data base yang relevant menggunakan Portal Garuda dan *search engine Google Scholar* dengan menggunakan kata kunci: *Tingkat Pengetahuan Ibu terhadap Status Gizi Balita*. Dari hasil pencarian yang disesuaikan dengan kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan lima artikel yang masuk dalam tinjauan literature, dimana artikel tersebut diambil dengan menekankan pada pemberian intervensi tingkat pengetahuan ibu terhadap status gizi balita.

Studi literature ini bertujuan untuk mengetahui efek tingkat pengetahuan ibu apakah dapat mempengaruhi status gizi balita. Sebuah tinjauan dilakukan dengan mencari pendekatan secara sistematis dengan menggunakan kriteria inklusi. Artikel yang diambil dari publikasi 5 tahun terakhir, dengan membatasi artikel yang melihat peningkatan status gizi balita.



Skema 1. Strategi Pencarian Literatur

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penulis, tahun	Judul	Populasi	Metode	Intervensi	Intrumen	Hasil
(Nurmaliza and Sara, 2019)	Hubungan Pengetahuan dan Pendidikan Ibu Terhadap Status Gizi Balita	44 sampel 22 kelompok intervensi, 22 kelompok kontrol	Kuantitatif analitik	Pada kelompok intervensi dilakukan uji chi—square untuk menentukan bahwa ada hubungan pengetahuan dan pendidikan ibu terhadap status gizi balita	<ul style="list-style-type: none">• Observasi untuk meningkatkan pengetahuan ibu dengan selalu mengikuti penyuluhan tentang kesehatan terumata gizi balita	<ul style="list-style-type: none">• Nilai $p < 0,05$ yang berarti signifikan terdapat hubungan pengetahuan dan pendidikan ibu terhadap status gizi balita• Terdapat perubahan status gizi jika ibu mempunyai pengetahuan mengenai perkembangan gizi balita• Manfaat dari ibu mengikuti penyuluhan tentang kesehatan pada gizi balita untuk menambah pengetahuan ibu agar pemberian gizi tepat

<p>(Eka Praselia, 2018)</p>	<p>Hubungan Pengetahuan Ibu Dan Asupan Karbohidrat Dengan Status Gizi Pada Anak Balita Di Desa Kalangkangan Kecamatan Galang Kabupaten Tolitoli.</p>	<p>48 Pasien, 24 kelompok intervensi, 24 kelompok kekontrol</p>	<p>Survey Analitik</p>	<p>Hasil uji chi-square menunjukkan Nilai $P=0,003$ ($P < 0,05$) maka dari hasil tersebut dapat di tarik kesimpulan bahwa ada hubungan asupan karbohidrat dengan status gizi pada anak balita di desa Kalangkangan Kecamatan Galang Kabupaten Tolitoli. Hal ini disebabkan karena karbohidrat berguna sebagai penghasil utama glukosa yang selanjutnya digunakan sebagai sumber energy utama bagi tubuh.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • observasi untuk selalu mengkonsumsi karbohidrat untuk menyediakan keperluan energi 	<ul style="list-style-type: none"> • Mengkonsumsi karbohidrat untuk menyediakan keperluan energi dalam tubuh • Fungsi dari karbohidrat bagi kelangsungan proses metabolisme lemak • Perlu adanya program perbaikan gizi anak dan program promosi kesehatan tentang manfaat Asupan Karbohidrat terhadap perkembangan anak balita agar dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya status gizi anak balita
<p>(Resti A.A., Firlia A.A and Ikha, D, P, 2018)</p>	<p>Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Ibu Tentang Pemberian Asi Dengan Status Gizi Balita Usia 6-23 Bulan Di Puskesmas Sukmajaya Depok</p>	<p>130 pasien, 65 kelompok intervensi, 65 kelompok kekontrol</p>	<p>Non eksperimental</p>	<p>Analisis univariat dan bivariat dengan uji <i>chi-square</i>. Dalam penelitian ini diketahui tidak ada hubungan pengetahuan ibu dengan BB/U ($p=0,056$) tetapi ada hubungan sikap ibu dengan BB/U ($p=0,000$) dan perilaku ibu dengan BB/U ($p=0,000$).</p>	<p>Observasi antara sikap dan perilaku ibu dengan status gizi balita usia 6-23 bulan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Manfaat ASI bayi mendapatkan kekebalan tubuh yang kuat dari ASI eksklusif sehingga bayi terhindar dari penyakit atau infeksi • Terdapat hubungan antara status gizi balita dengan perilaku, dan tidak ada hubungan antara status gizi dengan pengetahuan dan sikap ibu.

<p>(Fajriani., Evawany, Y. A., & Zuraidah, N., 2020)</p>	<p>Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Gizi Seimbang Keluarga dengan Status Gizi Anak Balita Usia 2-5 Tahun</p>	<p>20 pasien 10 kelompo k intervensi, 10 kelompok kontrol</p>	<p>mixed method</p>	<p>hasil uji <i>chi-square</i> variabel pengetahuan dengan tindakan perilaku gizi seimbang keluarga diperoleh Pvalue=0,000, variabel sikap Pvalue=0,033 dan variabel tindakan Pvalue=0,000, artinya semua variabel memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi pada anak balita 2-5 tahun</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Observasi mengenai kebutuhan gizi seimbang yang dibutuhkan setiap balita 	<ul style="list-style-type: none"> • Nilai $p < 0.05$ berarti signifikan hubungan pengetahuan, sikap dan tindakan gizi seimbang keluarga dengan status gizi anak balita usia 2-5 tahun • Terdapat pemenuhan gizi yang seimbang • Pengetahuan perilaku gizi seimbang merupakan segala sesuatu yang Ibu ketahui tentang perilaku mengatur susunan atau komposisi makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan oleh tubuh balita dan memperhatikan kuantitas dan kualitas berdasarkan tumpeng gizi seimbang
--	--	--	--	---	--	---

(Endang, S & Alin, H., 2020)	Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Dengan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Gajah 1 Demak	28 Pasien, 14 kelompok intervensi, 14 kelompok kekontrol	survei cross sectional	Hasil analisis dengan <i>chi square</i> diperoleh hasil signifikansi <i>p value</i> = 0,006, karena <i>p value</i> < 0,05 maka secara statistik ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi balita dengan status gizi balita.	<ul style="list-style-type: none">• Observasi tentang kebutuhan gizi balita	<ul style="list-style-type: none">• Nilai $p < 0,05$ berarti signifikan hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi balita• Terdapat tingkat pengetahuan ibu tentang gizi balita sangat mempengaruhi keadaan gizi balita
------------------------------	---	--	------------------------	--	---	---

Berdasarkan tujuan penulisan terdapat 5 studi yang memenuhi syarat pengetahuan ibu terhadap pemenuhan status gizi pada balita (Nurmaliza & Sara., 2019; Eka Prasetya., 2017; Resti, A. P., Firlia, A. A., & Ikha, D. P., 2018; Fajriani., Evawany, Y. A., & Zuraidah, N., 2020; Endang, S & Alin, H., 2020). Dari tiga artikel tersebut menyatakan bahwa pengetahuan ibu terhadap pemenuhan status gizi pada balita yang memperoleh hasil rata-rata menyatakan signifikansi dengan hasil nilai p value $<0,05$ (Nurmaliza & Sara., 2019; Eka Prasetya., 2017; Endang, S & Alin, H., 2020). Ada pula dua artikel tersebut yang menyatakan bahwa pengetahuan ibu terhadap pemenuhan status gizi pada balita yang memperoleh hasil rata-rata menyatakan signifikansi dengan hasil nilai p value $<0,056$ & p value $<0,033$ (Resti, A. P., Firlia, A. A., & Ikha, D. P., 2018; Fajriani., Evawany, Y. A., & Zuraidah, N., 2020).

Dilihat dari hasil uji chi-square untuk uji pengaruh pengetahuan ibu terhadap status gizi pada balita menunjukkan bahwa rata-rata nilai p value $<0,05$, berarti ada pengaruh pengetahuan ibu terhadap status gizi balita (Nurmaliza & Sara., 2019; Eka Prasetya., 2017; Resti, A. P., Firlia, A. A., & Ikha, D. P., 2018; Fajriani., Evawany, Y. A., & Zuraidah, N., 2020; Endang, S & Alin, H., 2020).

Dalam tingkat pengetahuan ibu terhadap pemenuhan status gizi pada balita dari lima studi menganjurkan untuk meningkatkan pengetahuan ibu, hal ini dikarenakan bisa meningkatkan status gizi pada balita (Nurmaliza & Sara., 2019; Eka Prasetya., 2017; Resti, A. P., Firlia, A. A., & Ikha, D. P., 2018; Fajriani., Evawany, Y. A., & Zuraidah, N., 2020; Endang, S & Alin, H., 2020).

Dilihat dari manfaat pengetahuan ibu terhadap status gizi pada balita dari lima studi menyatakan bahwa pengetahuan dan pemahaman ibu bermanfaat untuk memberikan kebutuhan gizi balitanya (Nurmaliza & Sara., 2019; Eka Prasetya., 2017; Resti, A. P., Firlia, A. A., & Ikha, D. P., 2018; Fajriani., Evawany, Y. A., & Zuraidah, N., 2020; Endang, S & Alin, H., 2020).

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh tingkat pengetahuan ibu terhadap pemenuhan gizi pada balita dengan nilai p value $<0,05$ (Adriani & Wiratmadi; 2014). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang di table 1 yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh tingkat pengetahuan ibu terhadap pemenuhan gizi pada balita (Nurmaliza & Sara., 2019; Eka Prasetya., 2017; Resti, A. P., Firlia, A. A., & Ikha, D. P., 2018; Fajriani., Evawany, Y. A., & Zuraidah, N., 2020; Endang, S & Alin, H., 2020). Penelitian yang dilakukan Yuli (2016) menunjukkan bahwa jumlah balita yang mempunyai ibu berpendidikan tinggi adalah 112 orang, lebih tinggi daripada balita yang mempunyai ibu berpendidikan rendah yaitu 102 orang. Proporsi gizi kurang pada balita yang mempunyai ibu berpendidikan rendah jauh lebih tinggi daripada yang mempunyai ibu berpendidikan tinggi yaitu 17,9% dibanding 7,8%. Penelitian yang dilakukan Puspasari & Andriani (2017) menunjukkan bahwa sebagian besar ibu balita memiliki pengetahuan tentang gizi yang baik dengan status gizi balita normal (81,8%) dan yang memiliki pengetahuan kurang dengan status gizi balita tidak normal (92,9%).

Pemberian gizi pada masa balita adalah masa pertumbuhan sehingga memerlukan gizi yang baik. Kebutuhan zat-zat gizi utama yang meliputi 5 komponen dasar, yakni hidrat arang, protein, lemak, mineral dan vitamin (termasuk air dalam yang cukup). Kebutuhan gizi pada balita diantaranya energi, protein, lemak, air, hidrat arang dan vitamin mineral (Merryana, 2012).

Dari tingkat pengetahuan ibu tentang gizi balita sangat mempengaruhi keadaan gizi balita tersebut karena ibu adalah seorang yang paling besar keterikatannya terhadap anak. Kebersamaan ibu dengan anaknya lebih besar dibandingkan dengan anggota keluarga yang lain sehingga lebih mengerti segala kebutuhan yang dibutuhkan anak. Pengetahuan yang dimiliki ibu menjadi kunci utama kebutuhan gizi balita terpenuhi. Pengetahuan yang didasari dengan pemahaman yang baik dapat menumbuhkan perilaku baru yang baik pula. Pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi yang dipahami dengan baik akan diiringi dengan perilaku pemberian makanan bergizi bagi balita. Pengetahuan bias didapat informasi berbagai media seperti TV, radio atau surat kabar seperti halnya dalam penelitian ini. Ibu mendapatkan informasi tentang kebutuhan gizi balita dari penyuluh yang diberikan puskesmas setiap pelaksanaan program posyandu. Informasi ini meningkatkan pengetahuan yang diiringi dengan perilaku baru dalam pemberian makanan bergizi bagi balita sehingga status gizi pun menjadi baik (Susilowati & Himawati, 2017).

SIMPULAN

Dari hasil studi literatur ini didapatkan bahwa mayoritas ibu dengan pendidikan tinggi memiliki anak dengan status gizi balita baik, sedangkan hasil berdasarkan analisa bivariat dengan menggunakan uji *chi-square* menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan dan pendidikan terhadap status gizi balita. Manfaat dari pengetahuan ibu yang tinggi dapat membantu dalam proses pemberian gizi seimbang, dapat mengetahui status gizi balita.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., & Wiratmadi, B. (2014). *Gizi dan Kesehatan Balita Peranan Mikro Zinc pada Pertumbuhan Balita*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group
- Astuti, F. D., & Sulistyowati, T. F. (2012). Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dan Tingkat Pendapatan Keluarga dengan Status Gizi Anak Prasekolah dan Sekolah Dasar di Kecamatan Godean. *Kesmas*, 7(1), 15-20
- Burhani, P. A., Oenzil, F., & Revilla, G. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu dan Tingkat Ekonomi Keluarga Nelayan dengan Status Gizi Balita di Kelurahan Air Tawar Barat Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3), 515-521. <http://jurnal.fk.unand.ac.id>
- Jannah, M., & Maesaroh, S. (2014). Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dengan Status Gizi Balita di Posyandu Bangunsari Semin Gunung Kidul Tahun 2014. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 6(1). 42-52. DOI <https://doi.org/10.36419/jkebin.v6i1.100>
- Kurniawati, E. (2011). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Status Gizi Balita di Kelurahan Baledeno Kecamatan Purworejo Kabupaten Purworejo. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(2)

-
- Lestari, P., & Hati, F. S. (2016). Pengaruh Pemberian Stimulasi pada Perkembangan Anak Usia 12-36 The Influence of Stimulation in Children Aged 12-36 Months in Sedayu Regency , Bantul. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 4(1), 44-48. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21927/jnki>
- Padila, P., Andari, F, N., Andri, J. (2019). Hasil Skrining Perkembangan Anak Usia Toddler antara DDST dengan SDIDTK. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), 244-256. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jks.v3i1.809>
- Puspasari, N., & Andriani, M. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Asupan Makan Balita dengan Status Gizi Balita (BB/U) Usia 12-24 Bulan. *Open Acces: Amerta Nutr*, 369-378. DOI : 10.2473/amnt.v1i4.2017.369-378
- Ranityas, K., Era, R., & Diyah, Y. (2016). Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dengan Status Gizi Balita di Puskesmas Pleret. *Jurnal Kesehatan*, 7(1)
- Rahardjo, S., Wayanti, S., & Wardani, N. E. K. (2019). Pengaruh Fungsi Manajemen Pelaksana Kegiatan SDITK terhadap Cakupan SDITK Balita & Anak Prasekolah. *Jurnal Pamator*, 12(1).<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21107/pmt.v12i1.5173http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/32433>
- Rakhmawati, N. Z., & Panunggal, B. (2014). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Perilaku Pemberian Makanan Anak Usia 12-24 Bulan. *Jurnal of Nutrition Collage*, 3(1)
- Susanti, R., Indriati, G., & Utomo, W. (2014). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Status Gizi Anak Usia 1-3 Tahun. *Jom PSIK*, 1(2), 1-7
- Giri, Made.K.W, dkk. 2013."Hubungan Pengetahuan Ibu Dan Sikap Ibu Tentang Pemberian ASI Eksklusif dengan Status Gizi Balita Usia 6-24 Bulan (Di Kelurahan Kampung KajananKecamatan Buleleng)". *Jurnal Magister Kedokteran Keluarga*. Vol 1.No 1, pp 24-37
- Helmi R. 2013. Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada balita di wilayah kerja puskesmas margototo kecamatan metro kibang kabupaten lampung *Jurnal Kesehatan, Volume IV, Nomor 1. April 2013. hlm 233-242*
Dinas Kesehatan Kabupaten Tolitoli.2016. *Laporan tahunan program perbaikan giziTolitoli*. Dinas Kesehatan Kabupaten Tolitoli
- Nugroho.HP, 2010. Hubungan Tingkat Pengetahuan Pada Nutrisi, Pola Makan, Dan Energi Tingkat Konsumsi Dengan Status Gizi Anak Usia Lima Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Selogiri, Wonogiri. *Jurnal Keperawatan, Vol. 1 No. 1, Juli 2010 (1-7)*.
-