

PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI DAN STATUS GIZI BALITA

Marcellina Rasemi Widayanti¹, Magdalena Astrid², Luh Wiryani³

^{1,2,3} STIKES Katolik St. Vincentius a Paulo Surabaya

e-mail: marcellina_raswi@yahoo.co.id

Abstract: Knowledge of maternal nutrition affects the patterns of human diet and nutritional status of children. The purpose of this study is to determine the correlation between mother's knowledge about nutrition with nutrient status. The phenomenon that occurred in June 2010 in RW V Bumiarjo, Sawunggaling village, district Wonokromo than 130 toddlers found 35 children, suffered under the weight of red line and below the dotted line. The population consisted of all mothers who live in neighborhoods V Bumiarjo, affordable and has a population of 130 respondents, with a sample of 67 respondents. This research method uses cross-sectional research methods that are korelasi. Teknik sampling method used was simple random sampling. Data was collected using questionnaires and observation. Analyzed with Spearman Rank statistical test with the correlation. From research found that the result of statistical test $0.183 > 0.05$, which means there is no correlation between levels of maternal knowledge of nutrition with nutritional status of children. Based on these results are expected to knowledge gained, whether formal or non formal education can improve knowledge of mothers about nutrition, so it can be applied to children.

Keywords: knowledge, nutrition status, children

Abstrak: Pengetahuan tentang gizi balita akan mempengaruhi pola pemenuhan gizi dan status gizi anaknya. Fenomena yang terjadi pada bulan Juni 2010 di RW V Bumiarjo, kelurahan Sawunggaling, kecamatan Wonokromo bahwa dari 130 balita ditemukan 35 balita, mengalami berat badan dibawah garis merah dan dibawah garis titik-titik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan ibu dengan status gizi balita. Populasi terdiri dari semua ibu yang tinggal di RW V Bumiarjo, dan populasi terjangkau sebanyak 130 responden, dengan sampel 67 responden. Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian *cross sectional* yang bersifat korelasi. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuisioner dan observasi. Data dianalisa dengan uji statistik *Rank Spearman*. Dari penelitian didapatkan hasil uji statistik $0,183 > 0,05$ yang berarti tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi balita dengan status gizi balita. Berdasarkan hasil tersebut diharapkan pengetahuan yang didapat, baik pendidikan formal ataupun non formal dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi balita, sehingga dapat diterapkan pada anaknya.

Kata kunci: pengetahuan, status gizi, balita

PENDAHULUAN

Arah dan kebijaksanaan pembangunan bidang kesehatan, diantaranya menyebutkan bahwa pembangunan kesehatan diarahkan untuk mempertinggi derajat kesehatan termasuk didalamnya keadaan gizi masyarakat dalam rangka meningkatkan kualitas hidup serta kecerdasan dan kesejahteraan rakyat pada umumnya (Suhardjo, 2003). Kebutuhan nutrisi akan berfungsi secara optimal bila mengandung beberapa zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh (Hidayat, 2008). Status gizi

yang baik dapat membantu proses pertumbuhan dan perkembangan anak untuk mencapai kematangan yang optimal, dapat memperbaiki ketahanan tubuh sehingga tubuh diharapkan akan bebas dari segala penyakit dan dapat membantu untuk mendeteksi lebih dini resiko terjadinya masalah kesehatan. Pada balita sehat, berat badan akan selalu naik, mengikuti pita pertumbuhan sesuai dengan umurnya. Indeks status gizi yang digunakan dalam KMS tersebut adalah berat badan menurut umur. KMS merupakan alat bantu bagi ibu dalam memantau dan menentukan tindakan-

tindakan untuk mewujudkan tingkat pertumbuhan dan perkembangan balita yang optimal. Status gizi balita dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu kurangnya wawasan dan pengetahuan ibu tentang gizi. Rendahnya tingkat pendidikan ibu juga memberikan andil yang besar terhadap kasus gizi buruk balita yang masih sering dijumpai pada masyarakat. Pengetahuan dan pemahaman ibu yang terbatas akan mempengaruhi pola pemenuhan gizi balita. Ibu tidak paham pentingnya gizi bagi pertumbuhan dan perkembangan balita, sehingga penerapan pola konsumsi makan belum sehat dan seimbang.

Masalah gizi di Indonesia yang terbanyak meliputi gizi kurang atau yang mencakup susunan hidangan yang tidak seimbang maupun konsumsi keseluruhan yang tidak mencukupi kebutuhan badan. Anak balita merupakan kelompok umur yang paling sering menderita akibat kekurangan gizi (KEP) atau termasuk salah satu kelompok masyarakat yang rentan gizi (Djaeni, 2000). Pertumbuhan otak berlangsung dengan pesat pada saat balita usia 2 tahun, sehingga hal ini akan berakibat terganggunya fungsi otak secara permanen (Almatsier, 2009). Berdasarkan data yang ada di poli gizi anak RSUD Dr Soetomo Surabaya terhitung mulai bulan Januari sampai pertengahan Juli 2006 sebanyak 50 anak balita kasus gizi kurang, 25 anak balita (50%) dan kasus gizi buruk sebanyak 25 anak balita. Di Indonesia data tahun 2007 memperlihatkan 4 juta balita kekurangan gizi, 700 ribu diantaranya mengalami gizi buruk. Saat ini di Indonesia balita yang mengalami kurang gizi hampir mencapai 38%.

Berdasarkan grafik KMS balita dari hasil penimbangan balita di Posyandu RW V Bumiarjo mulai bulan tanggal 14 Juni 2010, bersama Public Health Care (PHC) Rumah Sakit Katolik Surabaya, didapatkan data dari 130 balita ditemukan 35 balita dengan berat badan dibawah garis merah dan dibawah garis titik (BGM / BGT). Dari hasil survey yang peneliti lakukan pada saat Posyandu di RW V Bumiarjo, didapatkan bahwa dari 10

ibu yang mempunyai balita mengatakan pendidikannya hanya lulus SD, dan ada satu ibu mengatakan bahwa anak balitanya ditinggal berjualan kaki lima, sehingga dirumah diasuh oleh anaknya yang lebih besar yang belum mengerti tentang kebutuhan makan adiknya.

Pengetahuan adalah merupakan hasil dari "Tahu" dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu (Notoatmojo, 2007). Pengetahuan seseorang yang kurang akan menimbulkan perilaku yang merugikan, sedangkan pengetahuan yang memadai akan memungkinkan individu untuk mencegah dampak negatif sehingga dapat melakukan koping yang positif. Begitu pula dengan pengetahuan ibu tentang gizi balita. Pengetahuan ibu dalam mengatur konsumsi makanan dengan pola menu seimbang sangat diperlukan pada masa tumbuh kembang balita. Berat badan merupakan salah satu indikator pertumbuhan pada balita. Oleh karena itu berat badan dapat dipakai untuk menilai pertumbuhan secara umum. Untuk pemantauan ibu bisa menggunakan Kartu Menuju Sehat (KMS) yaitu kartu yang memuat suatu grafik pertumbuhan berat badan menurut umur, yang menunjukkan batas-batas pertumbuhan berat badan anak balita, serta pesan-pesan gizi dan kesehatan yang berhubungan dengan pertumbuhan anak (Aritonang, 1996). Pada masa usia balita anak sering mengalami kesulitan makan, jika kebutuhan nutrisi tidak diperhatikan dengan baik, maka anak yang kurang gizi cenderung mudah terkena infeksi. Ini disebabkan karena daya tahan tubuhnya menurun sehingga jika ia sakit, memerlukan waktu penyembuhan lebih lama. Masalah kurang gizi dapat berpengaruh terhadap perkembangan mental sehingga berdampak pada gangguan pada kemampuan berpikir dan kecerdasan anak.

Tujuan penelitian untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan (tahu) ibu dengan status gizi balita. Pengetahuan ibu tentang gizi balita merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi balita. Apabila ibu tahu tentang gizi balita maka dapat memenuhi kebutuhan gizi anaknya

sesuai dengan pengetahuannya sehingga akan mempengaruhi gizi balita

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Variabel independen adalah pengetahuan ibu tentang gizi balita, sedangkan variabel dependennya adalah status gizi balita

Populasi terjangkau dalam penelitian sejumlah 130 yaitu ibu yang tinggal di RW V Bumiarjo, Kelurahan Sawunggaling, Kecamatan Wonokromo yang memenuhi kriteria inklusi: ibu yang bisa membaca dan menulis, ibu yang memiliki balita, balita usia 1-5 tahun dan memiliki KMS. Sampel diambil dengan tehnik *Simple Random Sampling*, dengan besar sampel 67 responden.

Penelitian dilakukan pada tanggal 15 Juli 2010 di Posyandu RW V Bumiarjo, Kelurahan Sawunggaling, Kecamatan Wonokromo. Pengumpulan data menggunakan kuesioner untuk menilai pengetahuan ibu dan observasi berat badan dan usia balita untuk menilai status gizi balita dengan menggunakan KMS. Analisis data menggunakan program SPSS 16 dan dilakukan uji korelasi *Rank Spearman* dengan derajat kemaknaan $\alpha=0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian

Tabel 1. Karakteristik Responden

Kriteria	n	%
Usia		
20-30	40	60
31-45	27	40
Pendidikan		
<SD	3	5
SD	11	16
SMP	9	13
SMA	39	58
Perguruan tinggi	5	8
Pekerjaan		
Tidak bekerja	53	79
Swasta	14	21
Status anak		
Anak pertama	34	51
Anak kedua	24	36
Anak ketiga	9	13
Informasi		
Tidak pernah mendapat informasi	13	19
Pernah pernah mendapat informasi	54	81
Sumber informasi		
TV/Radio	2	4
Orang Tua	5	9
Petugas Kesehatan	47	87

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 20-30 tahun dengan pendidikan terbanyak adalah SMA dan tidak bekerja. Paling banyak responden merupakan anak pertama. Sebagian besar ibu pernah mendapatkan informasi tentang gizi anak dari petugas kesehatan

Tabel 2. Tabulasi silang tingkat pengetahuan ibu tentang gizi balita dengan status gizi balita

Tingkat Pengetahuan	Status Gizi									
	BB Kurang (berat)		BB kurang (ringan)		BB Normal		BB Lebih		Σ	Total %
	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%		
Kurang	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1
Cukup	5	8	16	24	17	25	0	0	38	57
Baik	3	5	6	9	17	25	2	3	28	42
Total	8	12	22	33	35	52	2	3	67	100

Uji hipotesa untuk melihat hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi balita dengan status gizi balita, menggunakan uji statistik korelasi Rank Spearman. Setelah data dianalisa menggunakan program SPSS 16 windows diperoleh hasil koefisiensi korelasi Rank Spearman $p = 0,183$, dimana $0,183 > 0,05$ hal ini menunjukkan bahwatidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi balita dengan status gizi balita.

Pembahasan

Berdasarkan uji statistik Rank Spearman didapatkan hasil $p > 0,05$ yang artinya tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dengan status gizi balita, meskipun tingkat pengetahuan baik tidak selalu diikuti status gizi normal, begitu pula sebaliknya tingkat pengetahuan rendah tidak selalu diikuti status gizi kurang. Pada kenyataannya didapatkan 38 responden dengan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi berada pada kategori cukup, diikuti dengan status gizi balita pada kategori normal yaitu 19 responden. Teori mengatakan bahwa pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behavior*) dimana perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2003). Dengan demikian maka ada perbedaan antara teori dengan fakta,

meskipun tingkat pengetahuan ibu berada pada kategori cukup namun status gizi balita berada pada kategori normal, dengan melihat grafik KMS dimana berdasarkan hasil penimbangan berat badan balita berada pada garis normal (grafik KMS menunjukkan pada pita warna hijau (diatas pita kuning). Hal ini disebabkan karena ibu sudah pernah mendapatkan informasi tentang gizi balita dari petugas kesehatan. Informasi merupakan suatu cara untuk mendapatkan pengetahuan, berdasarkan informasi yang diterima, maka ibu dapat memberikan gizi yang sesuai dengan kebutuhan anaknya, sehingga kenaikan berat badan anak sesuai dengan umur anak. Akan tetapi untuk dapat menerima informasi dengan baik dapat dipengaruhi oleh beberapa hal antara lain: umur, menurut Hurlock yang dikutip oleh Nursalam (2003), bahwa semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir. Menurut Iqbal Mubarak (2007:31), suatu informasi dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh pengetahuan yang baru, sehingga dengan adanya informasi akan meningkatkan pengetahuan mereka.

Bila ditinjau dari umur, 10 responden berumur 20-30 tahun, dimana teori mengatakan pada umur tersebut merupakan golongan usia dewasa dini, sehingga daya ingat seseorang masih kuat untuk menerima informasi. (Hurlock, 1992). Hal ini

disebabkan karena ibu berada pada umur dewasa dini sehingga pada umur tersebut kepribadian ibu sudah matang sehingga mudah menerima informasi yang diberikan karena daya ingat ibu masih kuat, selain itu informasi yang didapat dari petugas kesehatan tentang pentingnya gizi untuk balita secara individu pada saat posyandu, dan ibu dapat menyebutkan kembali pentingnya gizi balita sehingga ibu selalu memberikan menu makanan yang dibutuhkan balita, dan ibu dapat memantau kenaikan berat badan anak melalui grafik KMS.

Berdasarkan pendidikan, 10 responden berpendidikan SMA, dengan tingkat pendidikan SMA merupakan pendidikan formal tingkat atas (Suhardjo, 1986), sehingga lebih mudah menerima informasi yang diberikan. Hal ini sesuai antara teori dan fakta, dimana tingkat pendidikan SMA intelegensi seseorang sudah terbentuk sehingga ibu mempunyai kemampuan untuk belajar dan berfikir abstrak guna menyesuaikan diri secara mental dalam situasi baru. Intelegensi bagi seseorang merupakan salah satu modal untuk berfikir akan mengolah berbagai informasi secara terarah sehingga ia mampu menguasai lingkungan, ibu mengatakan dapat menerima informasi yang diberikan oleh petugas kesehatan pada saat posyandu karena pada meja 4 petugas kesehatan memberikan penyuluhan secara individu tentang gizi balita dan tumbuh kembang, sehingga bila ada hal-hal yang belum jelas ibu bisa bertanya langsung pada saat itu. Hal ini dapat dilihat pada jawaban kuesioner dimana responden yang berpendidikan SMA dapat menjawab dengan benar hampir keseluruhan pertanyaan.

Berdasarkan pekerjaan 12 responden tidak bekerja, teori mengatakan bahwa ibu yang tidak bekerja dapat memerankan fungsinya sebagai seorang ibu (Kartono, 1981: 9), sehingga ibu mempunyai waktu penuh untuk merawat anaknya dan apabila anaknya mengalami kesulitan makan, ibu akan lebih sabar memberikan makan anak

sambil bermain atau mengajak jalan-jalan. Terlihat saat kegiatan posyandu ada ibu yang menyuap anaknya yang sulit makan dengan menunjukkan hal-hal yang menarik dan bermain dengan teman-teman yang ada di posyandu.

Berdasarkan jumlah anak dalam keluarga, didapatkan 7 responden yang mempunyai balita merupakan anak pertama, teori mengatakan bahwa pada tugas keluarga yang utama untuk mendapatkan keturunan sebagai generasi penerus, melahirkan anak merupakan kebanggaan bagi keluarga yang merupakan saat-saat yang sangat dinantikan orang tua, apalagi anak pertama (Effendi, 1995:180). Hal ini sesuai antara teori dengan kasus nyata, dimana ibu yang baru mempunyai anak satu lebih memberikan perhatian dan terfokus pada satu anak saja. Sehingga kemampuan ibu akan lebih maksimal dalam perawatan maupun dalam mengolah, menyediakan dan memberikan makanan yang bergizi pada anaknya.

Sedangkan responden yang berpengetahuan baik sebanyak 28 responden, 17 responden diikuti dengan status gizi normal. Teori mengatakan pengetahuan yaitu hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yaitu: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba (Notoatmodjo, 2007). Pengetahuan merupakan hasil dari tahu yang terjadi melalui proses sensoris khususnya mata dan telinga terhadap obyek tertentu (Sunaryo, 2004:25). Hal ini sesuai antara teori dan fakta dimana pengetahuan ibu tentang gizi diperoleh setelah mendapatkan informasi dari petugas kesehatan pada saat posyandu, dengan demikian dapat disimpulkan setelah ibu melihat dan mendengarkan penyuluhan maka ibu menjadi tahu tentang gizi balita, setelah ibu tahu maka ibu akan memberikan makanan sesuai dengan zat gizi yang dibutuhkan untuk tumbuh kembang balita. Selain dari informasi, ada beberapa faktor

lain yang mempengaruhi tingkat pengetahuan yaitu umur dimana didapatkan 12 responden dengan umur 31-45 tahun, diikuti status gizi normal, teori mengatakan pada umur tersebut tergolong usia madya dini, karena orang dewasa lebih menggunakan nalar dalam menyaring informasi yang diterima. Sedangkan dari tingkat pendidikan didapatkan 10 responden dengan tingkat pendidikan SMA, dan 2 responden dengan tingkat pendidikan perguruan tinggi yang berpengetahuan baik diikuti dengan status gizi normal, dengan demikian maka responden mudah menerima informasi yang diberikan dimana informasi yang diberikan secara individu dan berulang kali pada saat posyandu.

Responden yang berpengetahuan kurang 1 orang diikuti dengan status gizi normal, hal ini disebabkan karena ibu tidak bekerja dan baru mempunyai 1 anak sehingga perhatian ibu terfokus untuk merawat anaknya, dan ibu sudah berumur 31-45 tahun dan ibu sangat menginginkan punya anak sehingga ibu sungguh-sungguh memberikan kasih sayang pada anaknya dengan memperhatikan kebutuhan gizi anaknya.

Responden yang berpengetahuan baik dan cukup dan diikuti dengan status gizi kurang (berat) ada 3 responden dan 5 responden, status gizi kurang (ringan) ada 6 responden dan 14 responden, hal ini disebabkan karena ibu bekerja sehingga anak dititipkan ke tetangga sehingga ibu kurang memperhatikan pola pemberian makan anaknya karena ibu menganggap anaknya sudah diberikan makan oleh pengasuhnya. Disamping itu ibu juga

kurang memperhatikan pertumbuhan anaknya, karena menurut ibu anak yang tidak sakit dianggap sudah sehat dan sesuai dengan pertumbuhannya.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dengan status gizi balita di posyandu RW V Bumiarjo, kelurahan Sawunggaling, kecamatan Wonokromo. Walaupun responden dengan tingkat pengetahuan baik tetapi status gizi anak dalam kategori kurang, karena pengetahuan yang baik tidak selalu diikuti dengan tindakan yang tepat dalam memberikan gizi balitanya. Ibu yang bekerja sehingga anak dititipkan ke tetangga sehingga ibu kurang memperhatikan pola pemberian makan anaknya karena ibu menganggap anaknya sudah diberikan makan oleh pengasuhnya. Ibu yang pengetahuannya cukup justru dapat memenuhi kebutuhan gizi anaknya sehingga status gizi balita dalam kategori normal karena selain faktor pengalaman, informasi tentang gizi balita dari petugas kesehatan mempengaruhi para ibu dalam tindakan memenuhi gizi balitanya

Puskesmas diharapkan tetap mempertahankan program penyuluhan di Posyandu yang sudah ada untuk lebih meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya gizi balita. Perawat komunitas diharapkan lebih meningkatkan penyuluhan secara kelompok tentang gizi balita, terutama bagi ibu yang bekerja.

DAFTAR RUJUKAN

- Almatsier, Sunita. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Ahira, Anne. 2008. *Perkembangan Fisik Balita*. Htm://www. Asian Brain.com
- Arisman. 2004. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Aritonang, Irianton. 1996. *Pemantauan Pertumbuhan Balita*. Yogyakarta: Kanisius.
- Arisman. 2004. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Djaeni, Achmad. 2004. *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa & Profesi*. Jilid 2. Jakarta: Dian Rakyat.

- Effendi, Nasrul. 1995. *Perawatan Kesehatan Masyarakat*. Editor, Ni Luh Gede Yasmin Asih. Jakarta: EGC.
- Eisen Berg, Arcene. 1995. *Anak Dibawah Tiga Tahun: Apa Yang Anda Hadapi Bulan Perbulan*. Alih Bahasa. Susi Purwoko. 1998. Jakarta: Arcan.
- Hurlock, Elisabeth. B. 1980. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi kelima. Alih Bahasa. Istiwidayanti. 1992. Jakarta: Erlangga.
- Hidayat, A. Aziz Alimul. 2003. *Riset Keperawatan dan Tehnik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kartini, Kartono. 1981. *Psikologo Wanita: Wanita Sebagai Ibu dan Nenek*. Bandung : Bandar Maju.
- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam dan Siti Paryani, 2001. *Pendekatan Praktis Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Proverawati, Alikah, dkk. 2009. *Buku Ajar Gizi Untuk Kebidanan*. Jakarta: Nuha Medika.
- Purwanto, Heri. (1994). *Pengantar Statistik Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Siswono. 2001. *Kurang Gizi Pada Anak*. info@ gizi net.
- Soetjningsi. 1995. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.
- Sugiono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supriasa, I Dewa Nyoman. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta EGC