

HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG POLA PEMBERIAN MAKAN DENGAN STATUS GIZI BALITA

Media Fitri^{1*}, Yessi Pertiwi¹, Fiona Fani¹

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Mohammad Natsir
Bukittinggi, Jalan Tan Malaka Belakang Balok, email :
mediafitri09@gmail.com

Abstract

Rapid growth and development occur during infancy. This growth and development must be supported by adequate daily nutritional intake. Failure to do so can have long-term consequences. The purpose of this study was to determine the relationship between maternal knowledge about feeding patterns and the nutritional status of toddlers aged 12-59 months. This study used a descriptive correlational design with a cross-sectional approach, with a sample size of 48 respondents. The results of the univariate analysis showed that most toddlers had good nutrition and most mothers had good knowledge about feeding patterns. Thus, there was a significant relationship between maternal knowledge about feeding patterns and nutritional status in toddlers at RSI Bukittinggi. It is recommended that health workers improve maternal knowledge about feeding patterns for toddlers to ensure their nutritional needs are met.

Keywords: Knowledge, Feeding Patterns, Nutritional Status, Toddlers

Abstrak

Proses tumbuh kembang yang sangat pesat terjadi pada masa balita, tumbuh kembang ini harus didukung oleh asupan gizi dalam makanan sehari-hari dalam jumlah yang tepat. Jika tidak maka pada masa balita dapat mengakibatkan efek jangka panjang untuk kedepannya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang pemberian pola makan dengan status gizi balita usia 12-59 bulan. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif korelasional dengan pendekatan cross sectional dengan jumlah sampel adalah 48 responden. Hasil analisis univariat didapatkan bahwa balita dengan gizi baik sebesar 81,25% dan sebagian besar ibu memiliki pengetahuan baik (52,1%) tentang pola pemberian makan pada balita sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang pola makan dengan status gizi pada balita di RSI Bukittinggi. Disarankan bahwa tenaga kesehatan lebih meningkatkan pengetahuan ibu tentang pola pemberian makan pada balita sehingga kebutuhan gizi pada balita terpenuhi.

Kata kunci : Pengetahuan, Pola pemberian makan, status gizi, balita

PENDAHULUAN

Masalah gizi pada balita merupakan salah satu tantangan kesehatan masyarakat yang masih dihadapi baik di tingkat global, nasional, maupun daerah. Masa balita adalah periode emas (*golden age*) yang sangat menentukan kualitas tumbuh kembang anak dimasa mendatang. Pada periode ini, kebutuhan gizi yang optimal sangat penting untuk mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan otak dan daya tahan tubuh anak (Jumiatus, 2019).

Secara global, World Health Organization (WHO, 2024) melaporkan bahwa sekitar 149 juta balita (22,3%) didunia mengalami stunting (pendek), 45 juta (6,8%) mengalami wasting

(gizi buruk) dan 37 juta (5,5%) mengalami overweight (gizi lebih). Kondisi ini menunjukkan bahwa masalah gizi masih menjadi isu serius di berbagai negara, terutama di negara berkembang (WHO, 2024).

Indonesia pada saat ini menghadapi masalah gizi ganda, yaitu masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih. Masalah gizi kurang pada umumnya disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, kurang baiknya kualitas lingkungan (sanitasi), kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan dan adanya daerah miskin gizi (iodium). Sebaliknya masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada lapisan

masyarakat tertentu disertai dengan kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan dan adanya daerah pengetahuan masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan dan adanya daerah miskin gizi (iodium). Sebaliknya masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu disertai dengan kurangnya pengetahuan tentang gizi, menu seimbang, dan kesehatan (Kemenkes RI, 2024). Di Indonesia, Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi stunting mencapai 21,6%, gizi kurang sebesar 7,7% dan gizi buruk sebesar 3,5%. Meskipun angka tersebut mengalami sedikit penurunan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya, namun belum mencapai Sustainable Development Goals (SDGs) yaitu penurunan stunting menjadi di bawah 14% pada tahun 2025 (Riskesdas, 2023).

Khusus di Provinsi Sumatera Barat, berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Barat tahun 2023, prevalensi stunting mencapai 20,8% sedangkan gizi kurang sebesar 8,2%. Hal ini menunjukkan bahwa permasalahan gizi di Sumatera Barat masih berada diatas rata-rata nasional. Salah satu faktor penyebab utama adalah kurangnya pengetahuan ibu mengenai pemberian makanan yang bergizi seimbang bagi anak balitanya (Dinkes Sumbar, 2023).

Data dari Dinas Kesehatan Kota Bukittinggi tahun 2024 melaporkan bahwa dari 3.412 balita yang dipantau status gizinya, sebanyak 15,4% mengalami gizi kurang, dan 4,1% mengalami gizi buruk (Bukittinggi, 2024). Angka ini masih cukup tinggi mengingat Bukittinggi merupakan salah satu kota dengan akses layanan kesehatan yang relatif baik. Beberapa faktor yang mempengaruhi status gizi balita di Bukittinggi antara lain adalah pola makan yang tidak seimbang, pengetahuan ibu yang kurang, serta kebiasaan pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang tidak tepat waktu dan tidak sesuai kebutuhan gizi anak.

Ditingkat rumah tangga, keadaan gizi dipengaruhi oleh kemampuan rumah tangga dalam menyediakan pangan dalam jumlah dan jenis yang cukup serta pola asuh (Susilowati, 2016). Adriani dan Wirjatmadi (2012) menyatakan bahwa penyebab masalah gizi

diantaranya adalah pola pemberian makan yang kurang baik. Misalnya anak terlalu banyak diberikan minum susu, hal tersebut dapat menurunkan minat anak pada makanan lainnya (Adriani, 2012). Rusilanti (2015) menambahkan bahwa kebiasaan makan yang diberikan dapat membentuk pola makan pada anak. Pola makan yang baik ditandai dengan kecukupan akan zat gizi (Istiany, Ani, 2014).

Status gizi balita sangat ditentukan oleh perhatian keluarga, melalui pemberian makan, pengasuhan dan pemeliharaan kesehatan. Orangtua khususnya ibu mempunyai peranan yang besar dalam menentukan status gizi balita. Cukup tidaknya gizi pada balita dapat dilihat dari pola makan yang diberikan ibunya sehari-hari, dimana pola makan tersebut tergantung pada pengetahuan gizi yang dimiliki oleh ibu sebagai penyelenggara makanan bagi balita. Oleh sebab itu wajib bagi ibu untuk memiliki pengetahuan yang baik tentang kebutuhan gizi balita dan pola [emberian makan bagi balita (Adriani, 2012).

Pengetahuan ibu tentang kesehatan dan gizi berperan nyata dalam mengurangi resiko kurang gizi pada anak. Memenuhi kebutuhan gizi anak merupakan salah satu tanggung jawab keluarga, dalam hal ini ibu rumah tangga dan secara tidak langsung merupakan tanggung jawab masyarakat. Dalam masyarakat, kegiatan-kegiatan yang menyangkut perbaikan gizi banyak melibatkan kaum ibu, maka ibu merupakan tokoh utama yang harus peduli pada gizi anak (Sodikin, 2018).

Pengetahuan ibu memiliki peranan penting dalam menentukan perilaku pemberian makan kepada anak. Ibu dengan tingkat pengetahuan yang baik cenderung memberikan makanan bergizi, bervariasi dan sesuai dengan kebutuhan usia anak. Sebaliknya, ibu dengan pengetahuan yang rendah berpotensi memberikan pola makan yang monoton, kurang bergizi atau bahkan tidak sesuai dengan kebutuhan balita.

Dari uraian latar belakang dan fenomena yang telah diuraikan diatas, peneliti tertarik mengetahui “Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pola Pemberian Makan dengan Status gizi balita di Rumah Sakit Ibnu Sina Kota Bukittinggi Tahun 2025.

METODE

Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah desain penelitian korelasi kuantitatif dengan pendekatan studi cross sectional yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor dengan efek dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (Sodikin, 2018). Populasi dalam penelitian adalah semua ibu di RSI Kota Bukittinggi yang memiliki balita usia 13-59 bulan.

Berdasarkan perhitungan rumus Slovin didapatkan jumlah sampel sebanyak 98 responden. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Instrumen pengumpulan data berupa lembar observasi untuk mencatat berat dan tinggi badan balita dan kuesioner pengetahuan terdiri dari 20 pertanyaan dengan pilihan jawaban Ya dan Tidak.

Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji *chi square*. Jika $p \text{ value} < \alpha$ (0,05). Maka H_0 ditolak, artinya ada hubungan yang bermakna dan jika $p \geq \alpha$ maka H_0 gagal ditolak, artinya tidak ada hubungan yang bermakna antar variabel (Hastono, 2016).

HASIL

1. Hasil Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Status Gizi

Status Gizi	Frekuensi	Persentase
Gizi Kurang	7	14,5
Gizi Baik	39	81,25
Total	48	100

Sumber : Data Primer

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 48 balita hampir separuhnya balita memiliki gizi baik (81,25%) dan sebagian kecil yang memiliki gizi kurang (14,5%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Kurang	23	47,9
Baik	25	52,1
Total	48	100

Sumber : Data Primer

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 48 ibu balita sebagian memiliki

pengetahuan yang baik (52,1%).

2. Hasil Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan Pengetahuan dengan Status Gizi pada Balita

Pengetahuan	Status Gizi			
	Kurang		Baik	
	n	%	n	%
Kurang	6	26	17	74
Baik	1	4	24	96
Total	7	14,5	41	85,6

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 41 ibu balita dengan pengetahuan baik akan memiliki gizi yang baik hanya 1 ibu yang memiliki balita yang kurang (4%). Hasil uji statistik diperoleh $p \text{ value} = 0,00$ pada $\alpha = 0,05$ ($p < \alpha$) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang pola pemberian makan dengan status gizi balita usia 12-59 bulan di RSI Bukittinggi.

PEMBAHASAN

1. Status Gizi Pada Balita Usia 12-59 Bulan

Status gizi merupakan kondisi tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi dibedakan antara status gizi buruk, kurang, baik dan lebih (Almatsier, 2019). Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh anak usia 1-3 tahun di Wilayah Kerja BLUD UPT Puskesmas

Hasil penelitian ini sangat baik, karena status gizi sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Hidayat (2012) menyatakan bahwa status gizi adalah salah satu komponen yang penting dalam menunjang keberlangsungan proses pertumbuhan dan perkembangan anak (Alimul, 2012). Gizi menjadi kebutuhan untuk tumbuh dan berkembang selama masa pertumbuhan dan perkembangan seperti protein, karbohidrat, lemak, mineral, vitamin dan air.

Thamarin (2017) menyatakan bahwa gizi kurang adalah gangguan kesehatan akibat kekurangan atau ketidakseimbangan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan, aktivitas berfikir dan semua hal yang berhubungan dengan kehidupan. Pada hakikatnya keadaan gizi kurang dapat dilihat sebagai suatu proses kurang makan ketika kebutuhan normal terhadap satu atau beberapa nutrien tidak terpenuhi, atau nutrien-nutrien tersebut hilang dengan jumlah yang lebih besar daripada yang didapat (Ernawati Naya, 2022).

Menurut peneliti, ada banyak faktor yang melatarbelakangi status gizi balita, salah satunya adalah pengetahuan ibu. Jika seorang ibu memiliki status gizi yang baik, karena ibu tersebut tidak mengetahui zat-zat gizi yang dibutuhkan dalam tumbuh kembang balita. Selain pengetahuan ibu, status sosial ekonomi juga sangat berpengaruh terhadap status gizi balita. Hal ini terjadi karena jika status ekonomi suatu keluarga baik maka segala kebutuhan makanan bergizi dapat terpenuhi dalam kehidupan sehari-hari sehingga menunjang status gizi keluarga termasuk balita. Sebaliknya jika status sosial ekonomi suatu keluarga kurang maka keluarga tersebut hanya menyiapkan kebutuhan makanan seadanya sesuai kemampuan ekonomi. Sehingga pemenuhan makanan bergizi kurang dan dapat berakibat terhadap status gizi balita.

2. Gambaran Pengetahuan Tentang Pola Pemberian Makan Pada Ibu Balita

Pengetahuan merupakan hasil tahu dari manusia, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penawaran rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2018). Dalam penelitian

ini pengetahuan adalah segala hal terkait pola pemberian makan pada balita bertujuan untuk memasukkan dan memperoleh zat gizi penting yang diperlukan oleh tubuh untuk proses tumbuh kembang. Zat gizi berperan dalam memelihara dan memulihkan kesehatan anak serta berguna sebagai sumber energi untuk melaksanakan aktivitas sehari-hari.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir sebagian besar Ibu balita di RSI Bukittinggi memiliki pengetahuan yang baik. Hasil penelitian tersebut menggambarkan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan dalam kategori baik lebih banyak daripada ibu yang memiliki pengetahuan dalam kategori kurang. Hasil tersebut cukup mengembirakan dimana pengetahuan tentang pola pemberian makan sangat berpengaruh status gizi balita dimana ibu adalah penyelenggara makanan bagi balita.

Banyak hal yang melatarbelakangi kenapa ibu memiliki pengetahuan yang baik tentang pola pemberian makan pada balita, salah satu diantaranya adalah tingkat pendidikan ibu. Pendidikan seseorang berpengaruh terhadap pengetahuan karena semakin banyak informasi yang dimiliki. Selain pendidikan, faktor yang bisa menyebabkan ibu memiliki pengetahuan yang baik adalah adanya akses informasi tentang kebutuhan gizi balita, misalnya ibu sering berinteraksi dengan petugas kesehatan. Ibu yang sering datang ke kegiatan posyandu balita akan sering berinteraksi dengan petugas kesehatan dan mendapat informasi masalah gizi balita karena dalam kegiatan posyandu balita terdapat kegiatan penyuluhan tentang kebutuhan gizi balita dan bagaimana cara pemenuhannya. Pengetahuan tentang gizi balita, termasuk bagaimana pola makan yang baik untuk balita sangat penting untuk diketahui oleh para ibu agar menunjang untuk

perkembangan dan pertumbuhan balitanya.

Bertambahnya usia anak, makanan yang diberikan harus lebih beragam serta bergizi dan seimbang guna menunjang status gizi serta tumbuh kembang anak. Ibu dalam hal ini sangat berperan penting untuk menentukan jenis makanan yang akan dikonsumsi makanan anak yang pada akhirnya akan meningkatkan kecukupan zat gizi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi status gizi pada balita.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Sihombing (2020) di Kabupaten Langkat yang mendapatkan hasil hamoir sebagian besar ibu memiliki pengetahuan yang cukup baik tentang pola pemberian makanan (52,9%). Sodikin (2018) dalam jurnalnya menyatakan bahwa pengetahuan ibu tentang kesehatan dan gizi berperan nyata dalam mengurangi resiko kurang gizi pada anak. Supariasa (2017) menyatakan bahwa pengetahuan tentang kebutuhan tubuh akan zat gizi berpengaruh terhadap jumlah dan jenis pangan yang dikonsumsi (Sodikin, 2018). Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi berpengaruh terhadap perilaku ibu dalam memilih makanan untuk seluruh anggota keluarga khususnya anak balitanya yang berdampak pada asupan gizi. Soetjningsih (2015) juga menjelaskan bahwa pada anak balita, pertumbuhan dan perkembangannya sangat bergantung pada perawatan dan pengasuhan orangtua. Kebutuhan dasar utama yang sangat diperlukan anak untuk tumbuh dengan optimal diantaranya adalah kebutuhan pangan (gizi).

Menurut asumsi peneliti, seorang ibu yang memperoleh pengetahuan yang baik karena adanya tingkat pendidikan yang tinggi. Pendidikan seseorang berpengaruh terhadap pengetahuan karena semakin tinggi pendidikan maka semakin banyak informasi yang dimiliki. Pengetahuan tentang gizi

balita, termasuk bagaimana pola makan yang baik untuk balita sangat penting untuk diketahui oleh para ibu agar menunjang untuk perkembangan dan pertumbuhan balitanya.

3. Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Pola Pemberian Makan Dengan Status Gizi Balita Usia 12-59 bulan.

Hasil penelitian didapatkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang pola pemberian makan dengan status gizi balita usia 12-59 bulan di RSI Bukittinggi. Hasil penelitian ini sama dengan hasil penelitian Sihombing (2020) yang mendapatkan hasil bahwa pengetahuan ibu tentang pola pemberian makanan memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi (Aristiyani, 2023).

Pengetahuan ibu tentang kesehatan dan gizi berperan nyata dalam mengurangi resiko kurang gizi pada anak. Memenuhi kebutuhan gizi anak merupakan salah satu tanggung jawab masyarakat. Dalam masyarakat, kegiatan-kegiatan yang menyangkut perbaikan gizi banyak melibatkan kaum ibu, maka ibu merupakan tokoh utama yang harus peduli pada gizi anak (Sodikin, 2018).

Menurut asumsi peneliti, bagaimana ibu memenuhi kebutuhan gizi pada balitanya tergantung bagaimana pengetahuan ibu tentang pola pemberian makan yang baik. Jika ibu memiliki pengetahuan yang baik tentang pola pemberian makan pada balita, maka hal tersebut bisa menjadi dasar ibu untuk menerapkan pada praktek pemberian makan balita sehari-hari. Pola pemberian makan yang baik tersebut dengan sendirinya akan memenuhi kebutuhan gizi balita sehingga balita dapat tumbuh secara optimal.

SIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang pola pemberian makan dengan status gizi balita usia 12-59 bulan di RSI Bukittinggi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada RSI Bukittinggi dan semua pihak yang ikut serta dalam penelitian ini yang telah membantu kelancaran penelitian ini sampai selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, W. (2012) *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Edited by Pustaka Bina Darma. Jakarta.
- Alimul, H. (2012) *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia*. Salemba Me. Jakarta.
- Almatsier (2019) *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Edited by Agistiawan. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Aristiyani, M. (2023) 'Dampak Status Ekonomi Keluarga Pada Status Gizi Balita', *Jurnal Keperawatan Widya Gentari Indonesia*, 7(2), pp. 138–146.
- Bukittinggi, D. (2024) *Profil Kesehatan*. Dinkes Sumbar (2023) *Profil Kesehatan*. Padang.
- Ernawati Naya (2022) *Ilmu Gizi dan Diet*. Edited by M.J.F. Sirait. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Istiany, Ani, R. (2014) *Gizi Terapan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Jumiatun (2019) 'Hubungan pola pemberian makanan dengan status gizi balita umur 1-5 tahun di Desa Ngampel Kulon Kecamatan Ngampel Kabupaten Kendal', *Kebidanan Harapan Ibu*, 2.
- Kemendes RI (2024) *Laporan Kejadian Stunting*. Jakarta.
- Notoatmodjo (2018) *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Riskesdas (2023) *Laporan Gizi Pada Balita*.
- Sodikin, R. (2018) 'Hubungan Pengetahuan Ibu, Pola Pemberian Makan dan Pendapatan Keluarga Terhadap Status Gizi Anak dibawah Lima Tahun : Penerapan Health NBelief Model', *Ilmu Keperawatan [Preprint]*.
- Susilowati, K. (2016) *Gizi dalam Daur Kehidupan*.
- WHO (2024) *Stunting*. Jakarta.