

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU RUMAH TANGGA MENGENAI ASUPAN GIZI BALITA DI DESA PEMARON WARU KECAMATAN BREBES

Sinta Aenul Nafasah¹, Wilda Amananti², Iroma Maulida³

DIII Farmasi Politeknik Harapan Bersama Kota Tegal

e-mail: sintaainun123@gmail.com

Article Info

Article history:

Submission April 2022

Accepted April 2022

Publish April 2022

Abstrak

Pemenuhan kebutuhan gizi merupakan indikator penting dalam proses tumbuh kembang balita. Anak usia dibawah 5 tahun (balita) merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan yang pesat, sehingga memerlukan zat-zat gizi yang maksimal setiap kilogram berat badannya. Tingkat pengetahuan orang tua tentang gizi sangat berpengaruh terhadap perilaku dan sikap dalam memilih makanan untuk anaknya. Keadaan gizi yang baik akan menentukan tingginya angka presentase status gizi secara nasional. Tujuan dilakukan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu rumah tangga mengenai asupan gizi balita di Desa Pamaron Waru Kecamatan Brebes.

Penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif. Sampel pada penelitian ini adalah Ibu rumah tangga Desa Pamaron Waru RT.02/RW.02 yang memiliki kriteria inklusi dan eksklusi dengan jumlah responden 60 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan purposive sampling. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner sebanyak 12 pertanyaan. Kuesioner menggunakan skala Ordinal dengan 3 kriteria tingkat pengetahuan yaitu 76-100% pengetahuan baik, 56-75% pengetahuan cukup, <56% pengetahuan kurang. Analisis data menggunakan analisis Univariat SPSS.

Berdasarkan analisis data dihasilkan 40 responden (66,66%) memiliki tingkat pengetahuan baik, 18 responden (30%) memiliki tingkat pengetahuan cukup, dan 2 responden (3,33%) memiliki tingkat pengetahuan kurang.

Kata Kunci - Pengetahuan , Asupan Gizi, Balita, Desa Pamaron Waru

Ucapan terima kasih:

1. Bapak Agung Hendarto, S.E., M.A. selaku Direktur Politeknik Harapan Bersama Tegal.
2. Ibu apt. Sari Prabandari, S.Farm., M.M. selaku Ketua Program Studi DIII Farmasi Politeknik Harapan Bersama Tegal.
3. Ibu Wilda Amananti, S.Pd., M.Si. selaku Dosen Pembimbing I dan Ibu Iroma Maulida, S.KM., M.Epid. selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, memotivasi

Abstract

Fulfillment of nutritional needs is an important indicator in the process of growth and development of toddlers. Children under 5 years old (toddlers) are a group that shows rapid growth, so they require maximum nutrients per kilogram of body weight. The level of knowledge of parents about nutrition is very influential on behavior and attitudes in choosing food for their children. A good nutritional status will determine the high percentage of nutritional status nationally. The purpose of this research was to describe the knowledge of housewives regarding the nutritional intake of children under five in Pamaron Waru Village, Brebes District.

This research uses a quantitative description. The sample in this research were housewives in Pamaron Waru Village RT 02 RW 02 who had inclusion and exclusion criteria with a total of 60 respondents. Sampling was done by purposive sampling. The instrument used in this research was a questionnaire with 12 questions. The questionnaire uses the Ordinal and Nominal scale with 3 criteria for the level of knowledge, namely 76-100% good knowledge, 56-75% sufficient knowledge, <56% poor knowledge. Data analysis used SPSS Univariate analysis.

dan mengarahkan dalam penyusunan tugas akhir ini.

Based on the data analysis, 40 respondents (66.66%) had a good level of knowledge, 18 respondents (30%) had a sufficient level of knowledge, and 2 respondents (3.33%) had a low level of knowledge.

Keywords: Knowledge, Nutritional Intake, Toddler, Desa Pamaron Village..

DOI

©2020 Politeknik Harapan Bersama Tegal

Alamat korespondensi:
Prodi DIII Farmasi Politeknik Harapan Bersama Tegal
Gedung A Lt.3. Kampus 1
Jl. Mataram No.09 Kota Tegal, Kodepos 52122
Telp. (0283) 352000
E-mail: parapemikir_poltek@yahoo.com

p-ISSN: 2089-5313
e-ISSN: 2549-5062

A. Pendahuluan

Masalah gizi kurang masih tersebar luas di negara-negara berkembang termasuk di Indonesia. Pada sisi lain, masalah gizi lebih adalah masalah gizi di negara maju, yang juga mulai terlihat di negara-negara berkembang termasuk Indonesia sebagai dampak keberhasilan dibidang ekonomi. Penyuluhan gizi secara luas perlu digerakkan bagi masyarakat guna perubahan perilaku untuk meningkatkan keadaan gizinya^[1].

Anak merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan yang sangat pesat sehingga memerlukan zat gizi yang tinggi setiap kilogram berat badannya. Peran orang tua sangat penting dalam pemenuhan gizi karena dalam saat seperti ini anak sangat membutuhkan perhatian dan dukungan orang tua dalam menghadapi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Untuk memenuhi gizi yang baik diperlukan pengetahuan gizi yang baik dari orang tua agar dapat menyiapkan menu pilihan yang seimbang.^[2]

Makanan yang dikonsumsi anak sejak usia dini merupakan pondasi penting bagi kesehatan dan kesejahteraan di masa depan. Dengan kata lain, kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) hanya akan optimal, jika gizi dan kesehatan pada beberapa tahun kehidupannya di masa balita baik dan seimbang. Secara global, tercapainya keadaan gizi dan kesehatan yang baik serta seimbang ini merupakan salah satu tujuan utama Millenium Development Goals (MDGs) 2015 yang dicanangkan oleh UNICEF.^[6]

Asupan gizi merupakan kebutuhan yang berperan sangat penting dalam proses pertumbuhan terutama dalam hal perkembangan sistem otak. Kemampuan individu untuk dapat mengembangkan saraf motoriknya adalah melalui pemberian asupan gizi yang seimbang. Masalah gizi dapat disebabkan banyak faktor. Beberapa faktor tersebut berkaitan satu sama lain. Secara langsung dapat disebabkan karena penyakit dan rendahnya konsumsi makanan. Rendahnya konsumsi makanan dan penyakit itu sendiri disebabkan oleh beberapa faktor termasuk akses terhadap makanan dan praktek pemenuhan nutrisi oleh ibu rumah tangga.^[7]

Asupan gizi berhubungan erat dengan kecerdasan dan kesehatan anak, jika pola asuh dan pemberian makan dari ibu tidak terpenuhi untuk anak maka anak akan kekurangan gizi

dan dapat mengganggu pertumbuhan dan dapat menyebabkan terjadinya gizi kurang, gizi buruk bahkan anak tumbuh pendek dan tidak sama dengan seusianya.^[5] zat gizi merupakan senyawa mutlak dari makanan yang diperlukan oleh tubuh manusia untuk kelangsungan fisiologis normal meliputi pengadaan energi, pertumbuhan, dan pemeliharaan jaringan tubuh serta proses pengaturan biologis tubuh. Zat gizi untuk balita merupakan senyawa yang mutlak dari bahan-bahan makanan yang diperlukan oleh tubuh balita sebagai sumber energi, pertumbuhan, serta pemeliharaan dan pengaturan tubuh. Fungsi zat gizi bagi tubuh ialah sebagai zat tenaga, zat pembangun, dan zat pengatur.^[8]

Gizi seimbang adalah susunan pangan yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keaneragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan memantau berat badan secara teratur dalam rangka mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi.^[4]

Gizi seimbang merupakan susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keaneragaman atau variasi masakan, aktivitas fisik, kebersihan, berat badan (BB) ideal.^[3]

Desa Pamaron Waru merupakan sebuah desa di wilayah Kecamatan Brebes yang sebagian besar wilayahnya adalah area persawahan. Mata pencaharian pokoknya sebagian besar (60%) adalah buruh tani dan swasta dengan pendidikan hanya sampai tamat SMP/ sederajat dan SMA/ sederajat. Besarnya potensi sumber pangan di desa ini haruslah diiringi dengan kemampuan untuk mengoptimalkan sumber daya dengan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari untuk mencukupi kebutuhan keluarga khususnya dalam memenuhi kebutuhan gizi balita. Perilaku pemenuhan gizi balita oleh ibu harus didasari dengan pengetahuan yang baik karena perilaku dengan pengetahuan yang baik akan lebih maksimal daripada perilaku yang tidak dengan pengetahuan.

B. Metode

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif dan instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Penelitian deskriptif

merupakan penelitian yang dilakukan untuk mendapatkan gambaran atau deskriptif tentang suatu keadaan secara objektif. Penelitian ini menggambarkan pengetahuan Ibu rumah tangga di Desa Pemaron Waru Kecamatan Brebes Kabupaten Brebes.

Populasi target pada penelitian ini yaitu seluruh ibu rumah tangga yang memiliki balita yang berada di Desa Pemaron Waru Kecamatan Brebes Kabupaten Brebes dengan populasi sebanyak 134 ibu yang memiliki balita.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah ibu yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Dilakukan perhitungan menggunakan rumus slovin sehingga didapatkan jumlah sampel yang akan dijadikan objek dalam penelitian ini sebanyak 60 Ibu rumah tangga yang telah mewakili masing-masing Ibu rumah tangga di Desa Pemaron Waru Kecamatan Brebes Kabupaten Brebes.

C. Hasil dan Pembahasan

Responden dalam penelitian ini berjumlah 60 ibu yang memiliki balita usia 1-5 tahun yang berdomisili di Desa Pemaron Waru, Kecamatan Brebes, Kabupaten Brebes. Data yang diperoleh hasil penyebaran kuesioner kemudian ditabulasi dan dianalisis secara frekuensi. Hasil penelitian akan diperoleh data mengenai gambaran tingkat pengetahuan ibu rumah tangga mengenai asupan gizi balita di Desa Pemaron Waru Kecamatan Brebes.

Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Usia

Usia adalah waktu sejak dilahirkan sampai dilaksanakannya penelitian yang dinyatakan dengan tahun. Usia responden dibagi menjadi dua kelompok yaitu 20-30 tahun dan 31-50 tahun.

Usia	Frekuensi	Presentase
20-30 tahun	30	50%
31-40 tahun	26	43%
>41 tahun	4	6%
Jumlah	60	100%

dari hasil data responden tersebut, ibu rumah tangga yang memiliki balita di Desa Pemaron Waru berusia 20-30 tahun sebanyak 30 responden (50%), usia 31-40 tahun sebanyak 26 responden (43%), usia lebih dari 41 tahun sebanyak 4 responden (6%). Data tersebut memperlihatkan bahwa mayoritas

responden yang memiliki balita di Desa Pemaron Waru RT.02/RW.02 adalah berusia 20-30 tahun sebanyak 30 responden (50%), dan usia 31-40 tahun sebanyak 26 responden (43%). Hal ini disebabkan sebagian dari ibu yang memiliki balita adalah ibu yang memilih untuk menikah di usia muda.

Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Pendidikan

Pendidikan merupakan setiap usaha, pengaruh perlindungan dan bantuan yang diberikan kepada seseorang. Pendidikan responden dibagi menjadi empat kelompok yaitu SD, SMP, SMA/SMK, dan Perguruan Tinggi.

Usia	Frekuensi	Presentase
SD	15	25 %
SMP	10	16,66%
SMA/SMK	31	51,66%
Perguruan Tinggi	4	6,66 %
Jumlah	60	100%

Berdasarkan data diatas dapat disimpulkan bahwa 60 responden tingkat pekerjaan responden yang tidak bekerja sebanyak 22 responden (36,66%), dan responden yang bekerja sebanyak 38 responden (63,66%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Bekerja	38	63,66%
Tidak bekerja	22	36,66%
Jumlah	60	100

Berdasarkan dari hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa 60 responden tingkat pekerjaan responden yang tidak bekerja sebanyak 22 responden (36,66%), dan responden yang bekerja sebanyak 38 responden (63,66%). Data tersebut memperlihatkan bahwa sebagian responden di desa pemaron waru adalah ibu rumah tangga yang memiliki pekerjaan. Pekerjaannya meliputi : pegawai swasta, pedagang, petani, pegawai negeri sipil, guru. **Tingkat Pengetahuan ibu rumah tangga mengenai asupan gizi**

Pengetahuan merupakan domain terpenting untuk terbentuknya perubahan perilaku baru melalui suatu proses yang kompleks dan memerlukan waktu yang relatif lama. Tiga kategori yang menunjukkan

frekuensi tingkat pengetahuan yaitu dikatakan baik dengan nilai 76-100%, dikatakan cukup dengan nilai 56-75% dan dikatakan kurang dengan nilai <56% dari seluruh pertanyaan.

Tingkat pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik (76%-100%)	40	66,66 %
Cukup (56%-75%)	18	30 %
Kurang (<56%)	2	3,33 %
Jumlah	60	100

Berdasarkan hasil penelitian kuesioner, menunjukkan bahwa 60 responden ibu rumah tangga desa pamaron waru memiliki tingkat pengetahuan yang baik sebanyak 20 responden (66,66%), tingkat pengetahuan cukup sebanyak 18 responden (30%), tingkat pengetahuan kurang 2 responden (3,33%).

Hasil Analisa Koesioner

Pertanyaan	Jawaban	
	Benar	Salah
1	46 (76,66%)	14 (23,33%)
2	49 (81,66%)	11 (18,33%)
3	49 (81,66%)	11 (18,33%)
4	49 (81,66%)	11 (18,33%)
5	50 (83,33%)	10 (16,66%)
6	50 (83,33%)	10 (16,66%)
7	49 (81,66%)	11 (18,33%)
8	52 (86,66%)	8 (13,33%)
9	50 (83,33%)	10 (16,66%)
10	44 (73,33%)	16 (26,66%)
11	49 (81,66%)	11 (18,33%)
12	44 (72,33%)	16 (26,66%)

Berdasarkan hasil analisa kuesioner menunjukkan bahwa sebagian besar ibu rumah tangga sudah mengetahui cara pemenuhan asupan gizi untuk balita. Kuesioner nomor 1 yang menjelaskan tentang pengertian asupan gizi terdapat 14 responden (23,33%) yang menjawab salah, rata-rata

yang menjawab salah pada kuesioner nomor 1 adalah ibu yang memiliki pendidikan dibawah SMA dan tidak bekerja.

Kuesioner nomor 10 yang menjelaskan tentang makanan yang mengandung protein terdapat 16 responden (26,66%) yang menjawab salah, rata-rata yang menjawab salah pada kuesioner nomor 10 adalah ibu yang memiliki pendidikan terakhir SD.

Kuesioner nomor 12 menjelaskan tentang dampak anak jika kekurangan gizi adalah penurunan pada IQ anak, responden yang menjawab salah sebanyak 16 responden (26,66%). Rata-rata yang menjawab salah adalah responden yang berpendidikan akhir SD.

Gambaran Pengetahuan Ibu Rumah tangga Mengenai Asupan Gizi Balita Berdasarkan Umur

Umur	Pengetahuan			Total
	B	C	K	
20-30 Tahun	F : 20 P : 76,66 %	F : 8 P : 26,66 %	F : 2 P : 1,66 %	F : 30 P : 100%
31-40 Tahun	F : 17 P : :65,38 %	F : 9 P : 34,61 %	F : 0 P : 0	F : 26 P : 100%
>41 Tahun	F : 3 P : :75%	F : 1 P : 25%	F : 0 P : 0	F : P : 100%
Total	F : 40 P : 66,67 %	F : 18 P : 30%	F : 2 P : 3,33 %	F : 60 P : 100%

Berdasarkan data responden dapat diketahui bahwa pengetahuan baik lebih banyak terdapat pada ibu dengan umur 20-30 tahun (76,66%) dibanding dengan umur lainnya. Pengetahuan yang cukup baik mengenai asupan gizi lebih banyak pada ibu dengan umur 31-40 tahun (34,61%). Sedangkan pengetahuan yang kurang lebih banyak pada umur 20-40 tahun (1,66%).

Gambaran Pengetahuan Ibu Rumah tangga mengenai Asupan Gizi Balita Berdasarkan Pendidikan Ibu

Pendi dikan	Pengetahuan			Total
	B	C	K	
SD	F : 8 % : 53,33	F : 7 % : 46,66	F : 0 % : %	F : 15 % : 100%

	%			
SMP	F : 5 % : 50 %	F : 5 % : 50%	F : 0 % : 0%	F : 10 % : 100%
SMA/ SMK	F : 23 % : 74,19 %	F : 6 % : % %	F : 2 % : 6,45 %	F : % % : 100%
Pergu ruan Tinggi	F : 4 % : 100 %	F : 0 % : 0%	F : 0 % : 0%	F : 4 % : 100%
Total	F : 40 % : 66,66 %	F : 18 % : 30%	F : 2 % : 3,33 %	F : 60 % : 100%

Berdasarkan hasil data pendidikan responden menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan baik lebih banyak terdapat pada ibu dengan pendidikan SMA/SMK (74,19%) dibandingkan dengan pendidikan lainnya. Sedangkan pengetahuan yang cukup tentang asupan gizi lebih banyak pada ibu dengan pendidikan SD (46,66%).

Gambaran Pengetahuan Ibu Rumah tangga Mengenai Asupan Gizi Balita Berdasarkan Pekerjaan

Pekerj aan	Pengetahuan			Total
	B	C	K	
Beker ja	F : 34 P : 89,4%	F : 3 P : 7,89 %	F : 1 P : 2;63 %	F : 38 P : 100%
Tidak bekerj a	F : 6 P : :27,27 %	F : 15 P : 68,18 %	F : 1 P : 4,54 %	F : 22 P : 100%
Total	F : 40 P : 66,66 %	F : 18 P : 30%	F : 2 P : 3,33 %	F : 60 P : 100%

Berdasarkan hasil data pekerjaan reaponden dapat dilihat bahwa pengetahuan baik lebih banyak terdapat pada ibu yang memiliki pekerjaan (89,4%) dibanding dengan ibu yang tidak bekerja.

D. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan bahwa :

Gambaran karakteristik responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 40 responden (66,66%), pengetahuan cukup 18 responden (30%), dan pengetahuan kurang 2 responden (3,33%).

Presentase pengetahuan ibu rumah tangga mengenai asupan gizi balita berdasarkan umur sebagian besar baik yaitu 50% pada umur 20-30 tahun, berdasarkan pendidikan akhir paling banyak adalah SMA/SMK dengan jumlah 51,66%, dan berdasarkan pekerjaan paling banyak ialah ibu yang memiliki pekerjaan atau bekerja dengan jumlah 63,66 %.

Gambaran pengetahuan berdasarkan karakteristik ibu rumah tangga berdasarkan umur dengan pengetahuan baik terdapat pada ibu dengan usia 20-30 tahun sebanyak 76,66%, berdasarkan pendidikan ibu dengan berpendidikan akhir SMA/SMK sebanyak 74,19 %, dan berdasarkan pekerjaan adalah ibu yang memiliki pekerjaan sebanyak 89,4 %.

Pustaka

- [1]Almatsier. (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- [2]Devi, N. (2012). *Gizi Anak Sekolah*. Jakarta: Buku Kompas.
- [3]Koalisi Fortifikasi Indonesia. (2011). *Artikel Tumpeng Gizi Seimbang*. Diakses 16 Desember 2021, dari <http://www.kfindonesia.org>
- [4]Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia tahun 2014.
- [5]Purwani E., Maryam., 2013. *Pola Pemberian Makan Dengan Status Gizi Anak Usia 1-5 Tahun Di Kabunan Taman Pemalang Tahun 2013*.
- [6]Soekirman, (2006). *Hidup sehat gizi seimbang dalam siklus kehidupan manusia*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka.
- [7]Semba RD, de pee S, Sun K, Sari M, Akhter N, & Bloem MW. 2008. *Efek dari Pendidikan Formal Orang Tua Tentang Risiko Stunting Anak di Indonesia dan Bangladesh : Sectional Study*. Lancet, 371,322-328.
- [8]Tejasari. *Nilai Gizi Pangan*. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2005

Profil Penulis

Nama : Sinta Aenul Nafasah
Tempat, tanggal lahir : Brebes, 01 Januari 2001

