

## PENGETAHUAN IBU TENTANG KEBUTUHAN GIZI SEIMBANG DENGAN PERTUMBUHAN ANAK DALAM UPAYA MENINGKATKAN GIZI ANAK

### NUTRITIONAL NEEDS KNOWLEDGE OF BALANCED GROWTH WITH CHILDREN IN EFFORTS TO IMPROVE CHILD NUTRITION

Endang Khoirunnisa<sup>1</sup>, Wiwin Hindriyawati<sup>2</sup>, Diyah Paramita Nugraha<sup>3</sup>

Akademi Kebidanan Yogyakarta, Jl Parangtritis Km 6 Sewon Yogyakarta

Telp/Fax 0274-371345

Email: endang.khoirunnisa@yahoo.co.id

#### ABSTRACT

**Background:** Children is a loving couple, the parents should be responsible for the health and welfare of their children. Child welfare is alive bearing the security, tranquility, and prosperity for children both spiritually and temporally. Prosperous state will be achieved when a child needs both spiritual and physical can be fulfilled, then the need for it in an effort to achieve these goals, which can be a way of increasing the economic income families or the elderly. The growth and development of children is the result of an interaction between genetic factors-hereditary-constitutional and environmental factors, both prenatal and environmental surroundings postnatal the growth of children affected by dietary factors (nutrition) and genetic.

**Objective:** To improve the nutrition of children in order to obtain optimal growth in the region of 2 health centers Sewon Bantul.

**Objective:** In a study that will be conducted by researchers, the objectives to be achieved are: to improve child nutrition in order to obtain optimal growth in the area of health centers Sewon 2 Bantul.

**Methods:** This study was a quantitative study using a study design was cross-sectional. This type of research is cross sectional. In this type, the independent and dependent variables assessed simultaneously at any one time, so there was no follow-up

**Results:** The higher the mother's knowledge, the better growth in children. Knowledge contributes to the growth of children as an effort to improve child nutrition. an increase in the mother's knowledge will be in line with the growth of children. The knowledge of the mother is associated with the growth of children, which depicts a mother in caring for her child in the subject of children's growth as undertakings improving child nutrition

**Conclusion:** There is a relationship between maternal knowledge about nutritional needs balanced with the growth of the child in an effort to improve gisi child health centers in the region of 2 Sewon Bantul

**Keywords:** Knowledge, balanced nutrition

#### INTISARI

**Latar belakang:** Anak adalah hasil cinta kasih sepasang suami istri maka orang tua harus bertanggung jawab atas kesehatan dan kesejahteraan anak-anaknya. Kesejahteraan anak yaitu keadaan hidup menyangkut keamanan, ketentraman, dan kemakmuran bagi anak-anak baik rohani maupun jasmani. Keadaan sejahtera akan tercapai apabila kebutuhan anak baik rohani maupun jasmani dapat di penuhi, maka untuk itu di perlukan suatu usaha dalam mencapai tujuan tersebut, yaitu bisa dengan cara meningkatkan pendapatan ekonomi keluarga atau orang tua. Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan hasil interaksi antara faktor genetik-herediter-konstitusi dengan faktor lingkungan, baik lingkungan prenatal maupun lingkungan postnatal. Pertumbuhan anak dipengaruhi oleh faktor makanan (gizi) dan genetik.

**Tujuan penelitian:** untuk meningkatkan gizi anak agar memperoleh pertumbuhan yang optimal di wilayah puskesmas Sewon 2 Bantul.

**Metode penelitian:** Jenis penelitian ini adalah dengan pendekatan *cross sectional*. Pada jenis ini, variabel independen dan dependen dinilai secara simultan pada suatu saat, jadi tidak ada tindak lanjut

**Hasil:** Semakin tinggi pengetahuan ibu, maka semakin baik pertumbuhan pada anak. Pengetahuan memberikan kontribusi dalam pertumbuhan anak sebagai upaya peningkatan gizi anak. adanya peningkatan pengetahuan ibu maka akan sejalan dengan pertumbuhan anak. Pengetahuan yang dimiliki ibu dikaitkan dengan pertumbuhan anak, yang menggambarkan ibu dalam mengasuh anaknya dalam perihal pertumbuhan anak sebagai upaya meningkatkan gizi anak

**Simpulan:** Terdapat Hubungan pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi seimbang dengan pertumbuhan anak dalam upaya meningkatkan gizi anak di wilayah Puskesmas Sewon 2 Bantul.

**Kata kunci :** Pengetahuan, Gizi seimbang

## PENDAHULUAN

Kualitas anak masa kini merupakan penentu kualitas sumber daya manusia (SDM) dimasa yang akan datang. Pembangunan manusia masa depan dimulai dengan pembinaan anak masa sekarang. Untuk mempersiapkan SDM yang berkualitas di masa yang akan datang maka anak perlu dipersiapkan agar anak bisa tumbuh dan berkembang seoptimal mungkin sesuai dengan kemampuannya<sup>1</sup>. Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan hasil interaksi antara faktor genetik-herediter-konstitusi dengan faktor lingkungan, baik lingkungan prenatal maupun lingkungan postnatal. Faktor lingkungan ini yang memberikan segala macam kebutuhan yang merupakan kebutuhan dasar yang diperlukan oleh anak untuk tumbuh dan berkembang<sup>1</sup>.

Pertumbuhan anak dipengaruhi oleh faktor makanan (gizi) dan genetik. Pertumbuhan anak-anak di negara berkembang termasuk Indonesia ternyata selalu tertinggal dibandingkan anak-anak di negara maju. Pada awalnya, diduga faktor genetik adalah penyebab utamanya. Perlambatan pertumbuhan kemudian mulai terjadi pada periode 6-24 bulan. Penyebabnya adalah pola makan yang tidak memenuhi syarat gizi dan kesehatan. Kemampuan genetis yang mempengaruhi pertumbuhan anak dapat muncul secara optimal jika didukung oleh faktor lingkungan yang kondusif. Yang dimaksud dengan faktor lingkungan disini adalah asupan gizi. Apabila terjadi tekanan terhadap asupan gizi maka terjadilah *growth faltering* atau biasa disebut gagal tumbuh<sup>2</sup>.

Di Indonesia interpretasi status gizi dengan metode antropometri menggunakan standart WHO (2007). Pengukuran antro-

pometri dapat dilakukan oleh siapa saja lewat pemberian latihan sederhana. Sedangkan untuk tercapainya tumbuh kembang yang optimal tergantung pada potensi biologiknya. Tingkat tercapainya potensi biologik seseorang merupakan hasil interaksi beberapa faktor yang saling berkaitan, yaitu faktor genetik, lingkungan bio-fisiko-psiko-sosial dan perilaku. Proses yang unik dan hasil faktor yang berbeda-beda yang memberikan ciri tersendiri pada setiap anak<sup>3</sup>.

Masalah gizi pada hakekatnya adalah masalah kesehatan masyarakat, namun penanggulangannya tidak dapat dilakukan dengan pendekatan medis dan pelayanan kesehatan saja. Penyebab timbulnya masalah gizi adalah multifaktor, oleh karena itu pendekatan penanggulangannya harus melibatkan berbagai sektor yang terkait. Masalah gizi di Indonesia dan di negara berkembang masih didominasi oleh masalah kurang energi protein (KEP), masalah anemia besi, masalah gangguan akibat kekurangan yodium (GAKY), masalah kurang vitamin A (KVA) dan masalah obesitas terutama di kota-kota besar yang perlu ditanggulangi. Disamping masalah tersebut, masalah gizi mikro lainnya seperti defisiensi zink yang sampai saat ini belum terungkapkan, karena adanya keterbatasan iptek gizi. Secara umum masalah gizi di Indonesia, terutama KEP masih lebih tinggi dari pada negara ASEAN lainnya<sup>4</sup>.

Anak balita (bawah lima tahun) sehat atau kurang gizi dapat diketahui dari pertambahan berat badannya tiap bulan sampai usia minimal 2 tahun (baduta). Apabila pertambahan berat badan sesuai dengan pertambahan umur menurut suatu standar organisasi kesehatan dunia, dia bergizi baik. Kalau sedikit dibawah standar disebut bergizi kurang yang

bersifat kronis. Apabila jauh dibawah standar dikatakan bergizi buruk. Jadi istilah gizi buruk adalah salah satu bentuk kekurangan gizi tingkat berat atau akut. Kurangnya pengetahuan tentang gizi atau pengetahuan untuk menerapkan informasi yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari merupakan faktor penting dalam masalah kurang gizi <sup>5</sup>.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan penelitian *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Puskesmas Sewon 2 Bantul yaitu di Desa Bangunharjo. Subyek penelitian ini dipilih ibu yang memiliki balita di wilayah puskesmas Sewon II dengan populasi sebanyak 784 orang, Jumlah subyek penelitian ini adalah sebanyak 200 orang.<sup>6</sup>

## HASIL

Subyek penelitian ini dipilih ibu yang memiliki balita di wilayah puskesmas sewon II

dengan populasi sebanyak 784 orang. Jumlah subyek penelitian ini adalah sebanyak 200 orang dengan karakteristik sebagai berikut

### 1. Pendidikan

Berdasarkan tabel 1 Karakteristik pendidikan terdiri dari sebagian besar pada lulus pendidikan SLTA sebanyak 175 (87,5%) dan yang paling sedikit berpendidikan tamat SD 1 orang (5%).

### 2. Pekerjaan

Tabel 2 terlihat bahwa keseluruhan responden paling banyak yang bekerja sejumlah 155 (77,5%).

### 3. Pendapatan

Tabel 3 terlihat bahwa karakteristik responden berdasar pendapatan paling banyak pendapatan <Rp. 1300.000,00 sejumlah 105 orang (52,5%) dan berjumlah > Rp. 500.000, 00 Sejumlah 9 Orang (4,5%).

**Table 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan**

	Pendidikan	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tamat SD	1	.5	.5	.5
	tamat SLTP	9	4.5	4.5	5.0
	Tamat SLTA	175	87.5	87.5	92.5
	Tamat PT	15	7.5	7.5	100.0
	Total	200	100.0	100.0	

**Table 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak bekerja	45	22.5	22.5	22.5
	bekerja	155	77.5	77.5	100.0
	Total	200	100.0	100.0	

**Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendapatan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	> 500.000/bln	9	4.5	4.5	4.5
	<1300.000/bln	105	52.5	52.5	57.0
	>1300.000/bln	86	43.0	43.0	100.0
	Total	200	100.0	100.0	

#### 4. Pengetahuan

Tabel 4. Pengetahuan Ibu

PENGETAHUAN		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	KURANG	2	1.0	1.0	1.0
	CUKUP	18	9.0	9.0	10.0
	BAIK	180	90.0	90.0	100.0
	Total	200	100.0	100.0	

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa responden yang memiliki Pengetahuan baik sebanyak 180 (90%) dan yang memiliki pengetahuan cukup 18 (9%), berpengetahuan kurang 2 (1%).

Tabel 6 Dari hasil penelitian sebanyak 200 responden yang memiliki pengetahuan baik dan pertumbuhan normal sebanyak 191 (95,5%), memiliki pengetahuan cukup

#### 5. Pertumbuhan

Tabel 5. Pertumbuhan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	KURUS	5	2.5	2.5	2.5
	NORMAL	191	95.5	95.5	98.0
	GEMUK	4	2.0	2.0	100.0
	Total	200	100.0	100.0	

Tabel 5 didapatkan hasil responden yang memiliki pertumbuhan normal 191 (95,5%) dan yang memiliki pertumbuhan kurus 5 (2,5%), gemuk 4 (2%)

pertumbuhan normal sedang sebanyak 173 (86,5%) dan yang memiliki pengetahuan kurang dengan pertumbuhan normal sebanyak 16 (1%) dan yang Pengetahuan kurang dengan pertumbuhan kurus ada 2 orang(0,0%)

#### 6. Pengetahuan dan Pertumbuhan

Tabel 6. Pengetahuan dan Pertumbuhan

PENGETAHUAN \* PERTUMBUHAN Crosstabulation

			PERTUMBUHAN			Total
			KURUS	NORMAL	GEMUK	
PENGETAHUAN	KURANG	Count	0	2	0	2
		% within Pengetahuan	0.0%	100.0%	0.0%	100.0%
		% within Pertumbuhan	0.0%	1.0%	0.0%	1.0%
		% of Total	0.0%	1.0%	0.0%	1.0%
	CUKUP	Count	2	16	0	18
		% within PENGETAHUAN	11.1%	88.9%	0.0%	100.0%
		% within PERTUMBUHAN	40.0%	8.4%	0.0%	9.0%
		% of Total	1.0%	8.0%	0.0%	9.0%
	BAIK	Count	3	173	4	180
		% within PENGETAHUAN	1.7%	96.1%	2.2%	100.0%
		% within PERTUMBUHAN	60.0%	90.6%	100.0%	90.0%
		% of Total	1.5%	86.5%	2.0%	90.0%
Total	Count	5	191	4	200	
	% within PENGETAHUAN	2.5%	95.5%	2.0%	100.0%	
	% within PERTUMBUHAN	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	2.5%	95.5%	2.0%	100.0%	

Pada pengujian ini akan diperoleh jawaban dari beberapa hipotesis yang telah dikemukakan dengan hasil sebagai berikut:

### Hasil Analisis Kendall Tau

Tabel 7. Analisis hipotesis

		Correlations	
		PENGETAHUAN	PERTUMBUHAN
Kendall's tau_b	PENGETAHUAN	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	.146*
		N	200
	PERTUMBUHAN	Correlation Coefficient	.146*
		Sig. (2-tailed)	.037
		N	200

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Tabel 7 adalah tabel pengujian hipotesis dengan menggunakan analisis SPSS Kendall's Tau didapatkan nilai (*Kendall's Tau*) dengan nilai Probabilitas (*Asymp.Sig*) sebesar 0,037, ini menghasilkan  $H_0$  ditolak atau  $H_a$  diterima, sehingga ada hubungan signifikan antara antara pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi seimbang dengan pertumbuhan anak dalam upaya meningkatkan gizi anak di wilayah Puskesmas Sewon 2 Bantul. Hal ini diperkuat lagi jika dilihat dari nilai probabilitasnya yaitu 0,037 yang lebih kecil dari 0,05.

### PEMBAHASAN

Variabel pengetahuan ibu tentang gizi pertumbuhan anak memiliki nilai Probabilitas (*Asymp.Sig*) sebesar 0,037, ini menghasilkan  $H_0$  ditolak atau  $H_a$  diterima, sehingga ada hubungan signifikans antara antara Pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi seimbang dengan pertumbuhan anak dalam upaya meningkatkan gisi anak di wilayah Puskesmas Sewon 2 Bantul. Pengetahuan ibu merupakan stimulus bagi ibu dalam penerapan peningkatan gisi anak sesuai gizi seimbang untuk mendapatkan pertumbuhan anak yang baik. Pengetahuan dapat membuat ibu men-

garahkan diri ke penerapan gizi seimbang sebagai aplikasi untuk menjaga pertumbuhan anak yang ideal bagi anaknya yang merupakan kewajiban yang harus dipenuhi terhadap stimulus perkembangan dan pertumbuhan

anak, memfokuskan diri pada masalah yang harus diselesaikan terlebih dahulu dan mengabaikan hal-hal yang tidak relevan, hal ini yang dapat mendorong semangat ibu dan anak dalam upaya perilaku meningkatkan gizi anak. Menurut Notoatmodjo (2007)<sup>7</sup>, bahwa pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behavior*), dan Rogers dalam Notoatmodjo (2007) menyimpulkan bahwa pengadopsian perilaku didasari oleh pengetahuan, kesadaran yang positif, maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng (*long lasting*) namun sebaliknya jika perilaku itu tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran, maka perilaku tersebut bersifat sementara atau tidak akan berlangsung lama<sup>8</sup>.

Hasil analisis menunjukkan pengetahuan yang dimiliki ibu, maka semakin baik pertumbuhan pada anak. Pengetahuan memberikan kontribusi dalam dalam pertumbuhan anak sebagai upaya peningkatan gizi anak hasil penelitian dapat simpulkan adanya peningkatan pengetahuan ibu maka akan sejalan dengan pertumbuhan anak. Pengetahuan yang dimiliki ibu dikaitkan dengan pertumbuhan anak,

yang menggambarkan ibu dalam mengasuh anaknya dalam perihal pertumbuhan anak sebagai upaya meningkatkan gizi anak.

## SIMPULAN

1. Dari penelitian menunjukkan dari 200 responden, didapatkan hasil responden yang memiliki pengetahuan Pengetahuan baik sebanyak 180 (90%) dan yang memiliki pengetahuan cukup 18 (9%), berpengetahuan kurang 2 (1%).
2. Dari hasil penelitian sebanyak 200 responden yang memiliki pengetahuan baik dan pertumbuhan normal sebanyak 191 (95,5%), memiliki pengetahuan cukup pertumbuhan normal sedang sebanyak 173 (86,5%) dan yang memiliki pengetahuan kurang dengan pertumbuhan normal sebanyak 16 (1%) dan yang pengetahuan kurang dengan pertumbuhan kurus ada 2 orang (0,0%)
3. Ada hubungan yang signifikan antara Pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi seimbang dengan pertumbuhan anak dalam upaya meningkatkan gizi anak di wilayah Puskesmas Sewon 2 Bantul. Hal ini diperkuat lagi jika dilihat dari nilai probabilitasnya/signifikans yaitu 0,037 yang lebih kecil dari 0,05.

## SARAN

1. Bagi Ibu dan Orang Tua  
Sebaiknya Ibu/orang tua sebagai objek dalam peningkatan pengetahuan. Dengan tahu, dan paham serta menerapkan dengan benar kepada anaknya benar akan tugasnya sebagai ibu, sebagai anggota keluarga Ibu hendaknya lebih memperhatikan dan lebih tepat, lebih antusias dalam mensupport ataupun menerapkan gizi pada anaknya.

## 2. Tenaga Tenaga Kesehatan

Bagi tenaga kesehatan untuk senantiasa memberikan upaya meningkatkan gizi anak dengan lebih aktif melakukan penyebaran informasi dengan berbagai metode seperti penyuluhan, penyebaran lifleat, poster, diskusi, dan lain-lain sehingga ibu/ masyarakat mampu menguasai pengetahuan tentang gizi anak.

3. Bagi pelayanan kesehatan (Puskesmas) Hendaknya lebih memperhatikan mensupport dalam pelayanan yang prima (*service excellen*) sarana dan prasarana, bagi tenaga kesehatannya untuk selalu berperan aktif dalam masyarakat, sebagai fasilitas pelayanan tingkat pertama.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Narendra, M.S, dkk. 2002. *Buku Ajar 1 Tumbuh Kembang Anak dan Remaja Edisi Pertama* IDAI. Jakarta: Sagung Seto.
2. Khomsan. 2003. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada
3. Soetjiningsih, 2005. *Tumbuh Kembang Anak*, Penerbit EGC, Jakarta.
4. Supriasa, I. D.N., (2002). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : EGC.
5. Pardede, J, 2006. *Atasi Gizi Buruk dengan Komprehensif dan Berkelanjutan*, <http://analisadialy.com>. Diakses tanggal 10 Februari 2014.
6. Arikunto, Suharsimi, (2002). *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
7. Notoatmodjo,. 2007. *Perilaku Kesehatan Masyarakat*. Jakarta : PT Rineka Cipta
8. Almtsier, S., (2004). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.