

NASKAH PUBLIKASI
GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI
SEIMBANG PADA ANAK BALITA USIA 1-5 TAHUN
DI JATIMULYO RW 05, KRICAK, TEGALREJO
YOGYAKARTA

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh

Ana Suzi Guterres
KP.18.01.263

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (S1) DAN NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA

2022

NASKAH PUBLIKASI
GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI SEIMBANG
PADA ANAK BALITA USIA 1-5 TAHUN DI JATIMULYO RW 05,
KRICAK, TEGALREJO, YOGYAKARTA

Disusun Oleh:
Ana Suzi Guterres
KP. 18.01.263

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 04 Agustus 2022

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama



Muryani, S.Kep., Ns., M. Kes

Pembimbing Pendamping

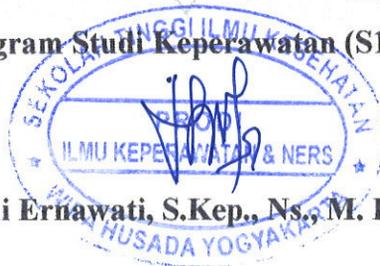


Prastiwi Putri Basuki, SKM., M. Si

Naskah Publikasi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk
memperoleh gelar Sarjana Keperawatan

Yogyakarta, Agustus 2022

Ketua Program Studi Keperawatan (S1) dan Ners



Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M. Kep.

PERNYATAAN

Nama : Ana Suzi Guterres

Judul : Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Anak Balita Usia 1-5 Tahun Di Jatimulyo RW 05, Kricak, Tegalrejo, Yogyakarta.

Dengan ini saya setuju naskah ringkasan penelitian yang telah disusun dipublikasikan dengan/ tanpa mencantumkan nama pembimbing sebagai *co-author*.

Yogyakarta, **T 9 0 8 2 0 2 2**

Pembimbing utama,

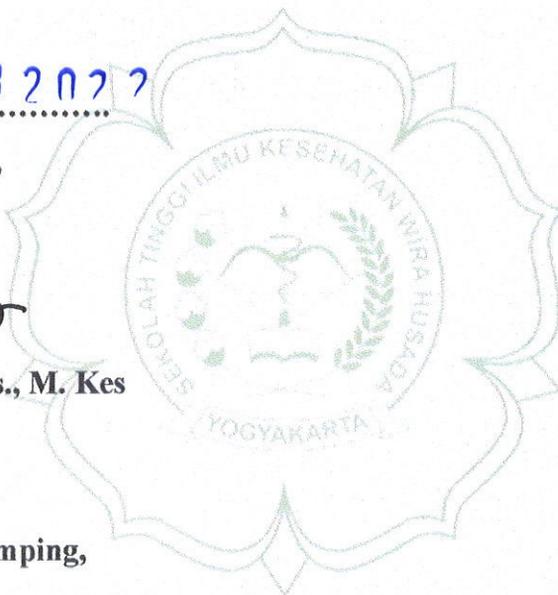


Muryani, S.Kep., Ns., M. Kes

Pembimbing pendamping,



Prastiwi Putri Basuki, SKM., M. Si



GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI SEIMBANG PADA ANAK BALITA USIA 1-5 TAHUN DI JATIMULYO RW 05 KRICAK TEGALREJO YOGYAKARTA

Ana Suzi Guterres¹, Muryani², Prastiwi Putri Basuki³

INTISARI

Latar Belakang: Gizi merupakan salah satu penentu kualitas sumber daya manusia (SDM). Kondisi gizi baik dapat dicapai jika tubuh memperoleh cukup zat gizi yang dikonsumsi sehingga memungkinkan terjadinya pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kemampuan untuk mencapai tingkat kesehatan yang optimal. Kebutuhan gizi untuk anak pada awal masa kehidupannya merupakan hal yang sangat penting termasuk *window opportunity* dan pada umur tersebut anak masih dalam tumbuh kembang yang disebut *golden age*. Masalah gizi balita kekurangan gizi dan kelebihan gizi (Obesitas). Dampak dari kekurangan gizi bisa menimbulkan rendahnya tingkat kecerdasan, gangguan pertumbuhan jasmani dan mental, *stunting*. Dampak dari Kelebihan gizi (obesitas) pada anak balita bisa memicu peningkatan risiko penyakit kardiovaskuler, kanker, diabetes. Pengetahuan ibu sangatlah penting, semakin tinggi pengetahuan tentang gizi seimbang, ibu balita akan lebih banyak mempertimbangkan makanan gizi seimbang yang baik untuk balitanya.

Tujuan Penelitian: Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak balita usia 1-5 tahun di RW 05 Jatimulyo, Kricak, Tegalrejo, Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian *Deskriptif*. Populasi berjumlah 37 balita dengan teknik pengambilan *total sampling*. Responden dalam penelitian ini adalah ibu balita dan pengambilan data menggunakan kuesioner.

Hasil: Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang di kategori kurang 48,6%.

Kesimpulan: Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak balita usia 1-5 tahun di jatimulyo RW 05, Jatimulyo, Kricak, Yogyakarta di kategori kurang (48,6%).

Kata Kunci: Pengetahuan, Gizi seimbang, Balita

¹Mahasiwa Prodi Keperawatan (S1) dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta

²Dosen Prodi Keperawatan (S1) dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta

³Dosen Kesehatan Masyarakat STIKES Wira Husada Yogyakarta

DESCRIPTION OF MOTHER'S LEVEL OF KNOWLEDGE ABOUT
BALANCED NUTRITION IN CHILDREN AGES 1-5 YEARS OLD IN
JATIMULYO RW 05 KRICAK TEGALREJO YOGYAKARTA

Ana Suzi Guterres¹, Muryani², Prastiwi Putri Basuki³

ABSTRACT

Background: Nutrition is one of the determinants of the quality of human resources (HR). Good nutritional conditions can be achieved if the body gets enough nutrients that are consumed to allow for physical growth, brain development, and the ability to achieve optimal health levels. Nutritional needs for children at the beginning of their life are very important, including the window of opportunity and at that age children are still in their growth stage which is called the golden age. The impact of malnutrition can lead to low levels of intelligence, impaired physical and mental growth, stunting. The impact of excess nutrition (obesity) in children under five can trigger an increased risk of cardiovascular disease, cancer, diabetes. Mother's knowledge is very important.

Research purposes: Knowing the description of the level of knowledge of mothers about balanced nutrition in children under five years old in RW 05 Jatimulyo, Kricak, Tegalrejo, Yogyakarta.

Research methods: This type of research is descriptive research. The research population was 37 children under five with total sampling technique. Respondents in this study were mothers of toddlers and data were collected using a questionnaire.

Results: Mother's level of knowledge about balanced nutrition is in the less category 48,6%

Conclusion: Mother's level of knowledge about balanced nutrition for children under five years old aged 1-5 years in Jatimulyo RW 05, Jatimulyo, Kricak, Yogyakarta is in the poor category (48.6%).

Keywords: Knowledge, Balanced nutrition, Toddler

¹Student of Nursing Study Program (S1) and Nurse of STIKES Wira Husada Yogyakarta

²Lecturer of Nursing Study Program (S1) and Nurse STIKES Wira Husada Yogyakarta

³Lecturer of Public Health STIKES Wira Husada Yogyakarta

A. PENDAHULUAN

Gizi merupakan salah satu penentu kualitas Sumber Daya Manusia (SDM). Kondisi gizi baik dapat dicapai jika tubuh memperoleh cukup zat gizi yang dikonsumsi sehingga memungkinkan terjadinya pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kemampuan untuk mencapai tingkat kesehatan yang optimal. Oleh sebab itu, kebutuhan gizi untuk anak pada awal masa kehidupannya merupakan hal yang sangat penting termasuk dalam *window of opportunity* dan pada umur tersebut anak berada pada periode tumbuh kembang manusia yang disebut dengan periode *golden age*. Di masa keemasannya tersebut jika anak kekurangan gizi dan kelebihan gizi dapat memberikan konsekuensi buruk yang tak terelakan, sehingga rentan terhadap penyakit infeksi, mengakibatkan rendahnya tingkat kecerdasan, penurunan kemampuan fisik, gangguan pertumbuhan jasmani dan mental, *stunting*, kebutaan serta dapat menyebabkan kematian¹. Berdasarkan usia balita di bawah 5 tahun merupakan konsumen yang menunjukkan pertumbuhan yang pesat, sehingga anak balita memerlukan zat-zat gizi yang tinggi. Usia balita juga membutuhkan gizi seimbang yaitu makanan yang mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan sesuai usianya². Dalam hal tersebut ibu harus mempunyai banyak pengetahuan dalam menyiapkan beragam makanan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang sangatlah penting, mengingat peran ibu dalam keluarga sebagai pengelola makanan. Ibu yang kurang tahu mengenai tentang gizi seimbang, akan menghadirkan makanan yang tidak seimbang gizinya kepada balitanya. Semakin banyak pengetahuan tentang gizi seimbang maka, semakin diperhitungkan jenis dan jumlah makanan yang dipilih untuk dikonsumsi anak. Sedangkan untuk ibu yang tidak mempunyai cukup pengetahuan tentang gizi seimbang, akan memilih makanan yang paling menarik panca indera dan tidak mengadakan pilihan berdasarkan nilai gizi makanan. Sebaliknya mereka yang semakin banyak pengetahuan gizinya, lebih banyak mempergunakan pertimbangan rasional dan pengetahuan tentang nilai gizi makanan tersebut³.

Berdasarkan profil Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta prevalensi balita *stunting* yang cukup tinggi di Kota Yogyakarta (1,26%), kemudian Kabupaten Gunung Kidul (0,34%), kabupaten Bantul (0,31%), Kabupaten Kulon Progo (0,16%), dan yang terendah Kabupaten Sleman (0,06%). Data Balita setiap puskesmas di Kota Yogyakarta pada Tahun 2020 sebanyak 14.268 jiwa dengan 18 Puskesmas dengan jumlah Balita terbanyak berada di Puskesmas Tegalrejo sebanyak 1.665 balita⁴.

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita usia 1- 5 tahun di Jatimulyo RW 05, Kricak, Yogyakarta.

B. METODE

Jenis Penelitian ini merupakan penelitian Deskriptif, yang tujuannya untuk mendeskripsikan peristiwa-peristiwa yang akan di teliti. Dimana metode ini digunakan untuk menggambarkan secara sistematis tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak balita usia 1-5 tahun di Jatimulyo RW 05, Kricak, Tegalrejo, Yogyakarta.

C. Hasil

1. Karakteristik Data Demografi Responden

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Usia Balita, Jenis Kelamin, Pendidikan, Penkerjaan, Informasi tentang Gizi Seimbang

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
1	Usia Ibu (Tahun)		
	a. 17-25 (Remaja akhir)	4	10,8
	b 26-35 (Dewasa awal)	28	75,7
	c 36-45 (Dewasa akhir)	5	13,5
2	Usia Balita (bulan)		
	a. 12-36	25	67,6
	b. 37-59	12	32,4
3	Jenis Kelamin Balita		
	a. Laki-Laki	15	40,5
	b. Perempuan	22	50,9
4	Pendidikan		
	a. SD	0	0,0
	b. SMP	4	10,8
	c. SMA	25	67,6
	d. Perguruan Tinggi/Akademik	8	21,6
5	Pekerjaan		
	a. Ibu rumah tangga	23	62,2
	b. Wiraswasta	7	18,9
	c. PNS	4	10,8
	d. Buruh	3	8,1
	e. Petani	0	0,0
6	Informasi tentang Gizi Seimbang		
	a. Buku	0	0,0
	b. Media sosial	8	21,6
	c. Tenaga Kesehatan	7	18,9
	d. Lingkungan sosial	1	2,7
	e. Lebih dari dua jawaban	21	56,8
	Total	37	100,0

Sumber Data Primer, terolah Tahun (2022)

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa usia ibu balita di Jatimulyo RW 05 paling banyak dengan usia 26-35 tahun sebesar (75,7%), usia balita terbanyak

berusia 12-36 bulan sebanyak (67,6%) selain itu jenis kelamin lebih banyak perempuan sebanyak (50,9%), pendidikan SMA sebanyak (67,6%), pekerjaan ibu yang terbanyak adalah sebagai Ibu rumah tangga sebanyak (62,2%) dan Ibu yang mendapatkan informasi tentang gizi seimbang melalui media sosial dan tenaga kesehatan sebanyak (56,8%)

2. Analisis Univariat

Tabel 2

Distribusi frekuensi gambaran tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak balita usia 1-5 tahun di Jatimulyo RW 05, Kricak, Tegalrejo, Yogyakarta

No	Kategori	Frekuensi(n)	Persentase(%)
1.	Baik	11	29,7
2.	Cukup	8	21,6
3.	Kurang	18	48,6
Total		37	100

Sumber Data Primer, terolah Tahun (2022)

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang Gizi Seimbang di Jatimulyo RW 05, Kricak, Tegalrejo, Yogyakarta, paling banyak pengetahuan ibu masuk di kategori kurang yaitu 18 responden (48,6%), dan paling sedikit di kategori cukup yaitu 8 responden (21,6%).

Tabel 3

Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang

No	Pernyataan	Jawaban		Jawaban	
		Benar (n)	(%)	Salah (n)	(%)
1	Pengertian Gizi Seimbang	36	97	1	3
2	Kebutuhan Gizi Seimbang	30	81	7	19
3.	Manfaat Gizi Seimbang	25	68	12	32

Sumber Data Primer, terolah Tahun (2022)

Dari tabel 3 distribusi jawaban tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang terbanyak yaitu tentang pengertian gizi seimbang sebanyak 37 responden (97%) dan jawaban yang banyak salah yaitu manfaat gizi seimbang terdapat 25 responden (68%).

D. Pembahasan

1. Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang

Hasil penelitian didapatkan tingkat pengetahuan ibu yang masih kurang yaitu (48,6%). Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa pernyataan pada kuesioner tentang pengertian gizi seimbang ada 5 nomor merupakan pernyataan pengertian gizi seimbang (Gizi seimbang adalah makanan yang mengandung menu zat-zat gizi terdiri dari energi, karbohidrat, protein, lemak dan mineral) paling banyak dijawab dengan benar sebanyak 37 responden (97%). Pernyataan tersebut merupakan pernyataan yang mudah dipahami yaitu (Gizi seimbang adalah makanan yang mengandung semua zat-zat gizi terdiri dari energi, karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral), sehingga para ibu banyak yang bisa menjawab dengan benar. Sedangkan pernyataan yang menjawab dengan banyak salah yaitu manfaat gizi seimbang nomor 14 dengan 25 responden (65%), yaitu pada pernyataan (Zat makanan yang merupakan zat pengatur adalah mineral).

Berdasarkan hasil penelitian bahwa besar responden berusia 26-35 tahun 28 responden (75,7%). Pada masa dewasa awal ini adalah masa peralihan dari masa remaja menuju masa dewasa. Wanita pada masa dewasa memainkan peran baru, seperti peran sebagai istri, orang tua, pencari nafkah, keinginan serta nilai-nilai baru sesuai dengan tugas-tugas perkembangannya⁵. Seiring bertambahnya usia seseorang maka akan terjadi perubahan pada aspek fisik dan psikologis. Usia 26-35 tahun adalah usia yang paling baik untuk membesarkan anak, karena Kesehatan ibu yang optimal dengan harapan hidup yang cukup dan memadai untuk membangun sebuah keluarga, serta dapat menjalankan peran pengasuhan yang optimal, diperlukannya kekuatan fisik dan psikologis. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian⁶, usia 26-35 tahun merupakan usia produktif sehingga mudah untuk menerima informasi baru yang berhubungan dengan kesehatan anaknya. Semakin bertambah usia seseorang maka proses perkembangan juga bertambah baik.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa usia ibu 26-35 tahun dengan kategori tingkat pengetahuan kurang sebanyak 14 orang (37,8%). Pada usia 26-35 tahun tersebut pola pikir seseorang semakin bertambah dan mudah menerima informasi baru, namun belum tentu menjamin tingkat pengetahuannya baik karena pada kategori usia tersebut, usia ibu masih tergolong muda (<35 tahun).

Hasil penelitian menunjukkan tingkat pendidikan responden sebagian besar memiliki jenjang pendidikan SMA sebanyak 28 responden (70,7%), pendidikan yang masih kategori menengah maka proses responden dalam memahami informasi baru akan mengalami kesulitan, hal ini tentunya berpengaruh terhadap pengetahuan responden. Menurut Notoatmodjo menyatakan bahwa pengetahuan yang baik dipengaruhi oleh tingginya tingkat pendidikan. Tingkat pendidikan yang tinggi akan mempengaruhi kematangan serta kemampuan mereka dalam menerima dan mencari informasi, dan berpengaruh dalam perilaku responden untuk memberikan makanan bergizi pada balitanya⁷.

Berdasarkan hasil penelitian tingkat pendidikan ibu memiliki jenjang SMA dengan kategori tingkat pengetahuan kurang 11 responden (29,7%). Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin pula kemampuan seseorang dalam menangkap informasi yang dapat meningkatkan pengetahuan yang baik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pekerjaan terbanyak sebagai Ibu rumah tangga 26 responden (63,6%), dengan hal tersebut jelas mempengaruhi aktifitas ibu yang sering dirumah dan kurang menerima informasi dari luar. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Alexander menyatakan bahwa ibu balita lebih sering di rumah dari pada berada di luar rumah sehingga memungkinkan mempunyai pengetahuan terbatas, lingkungan rumah jika tidak ditunjang dengan mencari informasi tambahan melalui media informasi yang dimilikinya seperti radio dan televisi atau membaca buku-buku terutama buku tentang kesehatan yang berkaitan dengan gizi seimbang.

Hasil penelitian pekerjaan sebagai ibu rumah tangga dengan kategori tingkat pengetahuan kurang 9 responden (24,3%). Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu rumah tangga jarang mendapatkan informasi dari luar seperti mengikuti penyuluhan kesehatan tentang gizi seimbang.

Berdasarkan informasi tentang gizi seimbang dengan hasil terbanyak adalah lebih dari dua jawaban (Media Sosial dan Tenaga kesehatan) sebanyak 21 responden (56,8%), di era globalisasi yang sekarang dengan majunya teknologi kebanyakan ibu mendapatkan informasi tentang gizi seimbang lewat Tv, Radio, media, salah satu faktor yang bisa memberikan informasi baru dan bisa menambah wawasan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang. Hal ini juga sejalan dengan teori (Notoadmodjo 2010), yang menyatakan informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek (*immediate impact*) sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Majunya teknologi serta tersedianya bermacam-macam media massa seperti televisi, radio, surat kabar, buku, yang dapat mempengaruhi pengetahuan ibu mengenai informasi gizi seimbang⁸.

Berdasarkan hasil penelitian informasi tentang gizi seimbang dengan kategori tingkat pengetahuan cukup 8 responden (21,6%). Responden yang pengetahuannya cukup dikarenakan beberapa responden tidak hanya mendapatkan informasi tentang gizi seimbang lewat media media sosial akan tetapi responden aktif mengikuti penyuluhan kesehatan tentang gizi seimbang.

Pengetahuan sebagai hasil dari tahu yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suara objek tertentu. Ketika tingkat pengetahuan ibu baik tentang Kesehatan khususnya gizi seimbang, maka dapat memberikan kebutuhan gizi yang baik pada balita dan dapat membantu untuk pertumbuhan anak balita dan tumbuh kembang yang baik¹².

E. Kesimpulan

1. Sebagian besar ibu berusia 26-35 tahun (75,7%), sebagian besar ibu berpendidikan SMA 25 (67,6%) , dan sebagian besar ibu juga bekerja sebagai Ibu rumah tangga sebanyak 23 responden (62,2%).
2. Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak balita kategori kurang (48,6%).

F. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti memberikan saran kepada berbagai pihak antara lain:

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi Peneliti selanjutnya diharapkan untuk bisa meneliti mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan kepada petugas kesehatan untuk meningkatkan frekuensi penyuluhan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang.

RUJUKAN

1. Adriani, Merryana. 2012. *Peranan Gizi Dalam Khusus Kehidupan*. Jakarta 13220: PRANAMEDIA GROUP.
2. Ariati Ni N, Fetria A, Padmiari I, Purnamawati A, Sugiani P, and Suarni N. 2018. Description of Nutritional Status and the Incidence of Stunting Children in early Childhood Education Programs in Bali-Indonesia. *Bali Medical Journal*. Vol.7/No.3/2018
3. Damayanti, Ratih, Indah Lutfiya, and Neffrety Nilamsari. 2019. “Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Pada Anak Usia Sekolah Dasar.” *Journal of Community Service and Engagements* 01(1): 28–33.
4. Dinas Kesehatan D.I Yogyakarta,2020. *Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta*
5. Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta, 2020. *Profil Kesehatan Kota Yogyakarta*
6. Muslimah, Rina Nurul. , Rahmawati, Ade. 2018. Gambaran Kualitas Hidup Pada Wanita Dewasa Awal Penderita Kanker Payudara. *Jurnal Pemikiran & Penelitian Psikologi*, 13(3) : 142-152
7. Notoadmodjo, 2010. *Pendidikan DAN Perilaku Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta
8. Sundari, and Yulia Nur Khayati. 2020. “Analisis Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Status Gizi Balita.” *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)* 3(1): 17–22.
9. Widyanata, Cintya Della, Yuni S Arief, and Iqlima D Kurnia. 2019. “Gambaran Pengetahuan Ibu Dan Pola Status Gizi Pada Balita Di Kecamatan Kertosono, Kabupaten Nganjuk.” *Bimiki* 8(2): 64–74.
10. Rakhmawati, N.Z., 2016. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Perilaku Pemberian Makanan Anak Usia 12-24 bulan. *Journal of Nutrition College*. 3 : 43 – 50.
11. Yuhansyah, Mira. 2019. “Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Pada Anak Balita Di Upt Puskesmas Remaja Kota Samarinda.” *Borneo Nursing Journal* 1(1): 76–82.
12. Zakaria S, Yunus Muhamad. 2021. “Jurnal Keperawatan & Kebidanan Jurnal Keperawatan & Kebidanan.” *Jurnal Keperawatan* 13(1): 213–26