

Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Makanan Bergizi Pada Anak Balita yang Mengalami Stunting di Desa Kalang

Trisia Febriana^{1*}, Siti Maimunah², Pariyem³

¹²³DIII Keperawatan/Akademi Keperawatan Pemerintah Kabupaten Ngawi

*Email: zufi.imun@gmail.com

Kata Kunci

*Pengetahuan,
Makanan Bergizi,
Stunting*

Abstrak

Latar belakang: Saat ini fenomena balita pendek atau disebut stunting menjadi masalah gizi kronik pada balita di dunia, khususnya di negara berkembang seperti Indonesia. Stunting dipengaruhi beberapa faktor, salah satunya kekurangan asupan gizi yang gagal diserap oleh tubuh sejak berada dalam kandungan hingga setelah lahir. Stunting menjadi permasalahan karena dapat meningkatkan resiko kesakitan, kematian, sistem imun menjadi rendah, kecerdasan anak berkurang, menurunnya tingkat produktivitas, dan otak berkembang menjadi kurang optimal yang mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan mental dan perkembangan motorik. Tujuan: untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan ibu tentang makanan bergizi pada anak balita yang mengalami stunting di Desa Kalang, Kecamatan Pitu, Kabupaten Ngawi. Metode: desain penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif dengan metode deskriptif. Jumlah responden sebanyak 21 orang. Dalam melakukan pengumpulan data menggunakan kuesioner yang diadopsi dari penelitian Resti (2019). Hasil: sebagian besar ibu balita didominasi oleh kelompok usia 26-35 tahun. Mayoritas ibu balita memiliki pengetahuan cukup yaitu 20 (95,2%) responden. Kesimpulan: Hasil analisis data dapat disimpulkan bahwasanya tingkat pengetahuan ibu mengenai makanan bergizi pada balita stunting di Desa Kalang mayoritas berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 20 (95,2%) responden.

An Overview Of Mother's Knowledge About Nutritious Food For Children Under Five Who Are Stunted In The Village Of Kalang

Key Words:

*Knowledge,
Nutritious Food,
Stunting*

Abstract

Background: Currently the phenomenon of short toddlers or called stunting is a chronic nutritional problem for toddlers in the world, especially in developing countries such as Indonesia. Stunting is influenced by several factors, one of which is a lack of nutritional intake that fails to be absorbed by the body since it is in the womb until after birth. Stunting is a problem because it can increase the risk of illness, death, the immune system becomes low, children's intelligence decreases, the level of productivity decreases, and the brain develops less than optimally which results in stunted mental growth and motor development. Objective: to describe the level of knowledge of mothers about nutritious food for children under five who experience stunting in Kalang Village, Pitu District, Ngawi Regency. Methods: the research design used is quantitative with descriptive methods. The number of

respondents was 21 people. In collecting data using a questionnaire adopted from the research of Resti (2019). Result: the majority of mothers under five are dominated by the age group of 26-35 years. The majority of mothers under five have sufficient knowledge, namely 20 (95.2%) respondents. Conclusion: The results of data analysis can be concluded that the mother's level of knowledge about nutritious food for stunting toddlers in Kalang Village is majority knowledgeable enough, as many as 20 (95.2%) respondents.

1. PENDAHULUAN

Masalah gizi kronik menjadi fenomena masalah gizi utama yang saat ini menyita perhatian pemerintah khususnya negara Indonesia. Stunting menjadi permasalahan karena dapat meningkatkan resiko kesakitan, kematian, sistem imun menjadi rendah, kecerdasan anak berkurang, rendahnya tingkat produktivitas dan otak berkembang menjadi kurang optimal sehingga terhambatnya pertumbuhan mental dan perkembangan motorik (Setiawan et al., 2018). Stunting kaitannya dengan kemampuan seorang ibu dalam merawat balita. Ibu merupakan orang paling dekat dengan balita, yang berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan mengenai gizi pada balitanya (Putri et al, 2021).

Menurut World Health Organization (WHO), pada tahun 2017 sebanyak 22,2% atau 150,8 juta balita di dunia mengalami stunting. Menurut laporan WHO, Indonesia berada di urutan ketiga dengan jumlah tertinggi di seAsia Tenggara / *South East Asia Regional* (SEAR) dengan presentase balita stunting di Indonesia pada tahun 2017 adalah 36,4%. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dikutip dari Kemenkes RI (2018) target stunting di Indonesia adalah 20%. Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur prevalensi stunting mengalami penurunan sebanyak 0,2 persen selama 5 tahun, yaitu 27,1% menjadi 26,9% pada tahun 2019 (Dinkes, 2019). Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Ngawi tahun 2019 jumlah stunting di Ngawi sebesar 8.012 jiwa (Dinkes, 2019). Berdasarkan data UPT Puskesmas Pitu tercatat pada bulan September 2021 balita stunting sebanyak

16,0% atau sekitar 177 anak dari 1.036 anak balita di wilayah tersebut.

Stunting dapat dipengaruhi beberapa faktor diantaranya asupan nutrisi yang kurang diserap oleh tubuh ketika masih berada di kandungan hingga setelah lahir, akses air bersih dan sanitasi yang kurang, serta minimnya akses pelayanan kesehatan, pemberian ASI eksklusif, status asupan gizi ibu ketika hamil, panjang badan lahir pendek, Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR), Makanan Pendamping Asi (MPASI), tinggi badan ibu, jumlah anggota keluarga, status ekonomi keluarga, pendidikan orang tua, dan pola asuh (Hidayah & Marwan, 2020). Faktor tingginya stunting disebabkan oleh asupan gizi yang buruk sejak dalam rahim ibu, baru lahir, hingga anak berumur dua tahun. Masalah asupan gizi juga dapat mengakibatkan perkembangan fisik menjadi terganggu serta mengancam kesehatan anak. Kurangnya gizi pada balita menyebabkan pertumbuhan otak menjadi tidak optimal (Damayanti, 2018). Stunting juga terjadi karena kurangnya asam amino yang terkandung dalam protein. Anak yang konsumsi protein rendah lebih dominan jika dibanding anak yang konsumsi protein yang tercukupi. Hal tersebut dikarenakan protein memiliki fungsi membentuk jaringan baru pada masa perkembangan dan pertumbuhan, memperbaiki, memelihara, dan mengganti jaringan yang telah rusak. Sehingga balita dengan defisiensi protein yang lama akan mengakibatkan pertumbuhan tinggi badan terhambat (Anshori, 2013; Resti, 2019).

Upaya yang dapat dilakukan dalam pencegahan stunting yaitu dengan meningkatkan pengetahuan ibu dengan cara

memberikan penyuluhan untuk ibu-ibu posyandu mengenai makanan bergizi. Meningkatkan pengetahuan mengenai pola asuh yang tepat memiliki peranan penting dalam menangani stunting. Seorang ibu yang berpengetahuan dan memiliki kemampuan dalam penerapan pengetahuan mengenai gizi serta proses pemilihan dan pengolahan makanan sehingga status gizi pada anak untuk mencapai kematangan pertumbuhan lebih terjamin (Humolungo dkk, 2018; Yulianita et al., 2021). Pencegahan stunting juga dapat dilakukan dengan meminimalisir faktor yang berisiko terhadap gizi kurang pada remaja, wanita usia subur (WUS), ibu hamil maupun balita. Kemudian melakukan penanganan pada balita yang berisiko mengalami stunting, dan pada balita yang mengalami stunting agar tidak lebih berat (Lestari & Hanif, 2021).

Berdasar hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Makanan Bergizi Pada Anak Balita Yang Mengalami Stunting Di Desa Kalang.

2. METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, rancangan penelitian menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif. Penelitian deskriptif disini dimaksudkan untuk mengetahui gambaran mengenai pengetahuan ibu mengenai makanan bergizi pada anak yang mengalami stunting. Populasi pada penelitian ini yaitu ibu dari balita yang mengalami stunting di Desa Kalang, Kecamatan Pitu, Kabupaten Ngawi. Sampel dalam penelitian ini yaitu ibu dari balita stunting di Desa Kalang berjumlah 21 responden. Penelitian ini menggunakan teknik total sampling. Variabel dalam penelitian ini menggunakan variabel independen yaitu gambaran pengetahuan ibu tentang makanan bergizi. Pengumpulan data menggunakan kuesioner.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dengan judul “Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Makanan Bergizi

Pada Anak Balita Yang Mengalami Stunting Di Desa Kalang”. Penelitian dilakukan di Desa Kalang Kecamatan Pitu Kabupaten Ngawi yang terlaksana tanggal 14-16 April 2022 dengan jumlah sampel 21 responden. Penelitian tersebut dikelompokkan dalam bentuk data umum dan khusus. Data umum meliputi karakteristik responden berupa umur, pekerjaan, dan pendidikan, pendapatan, dan pemberian ASI Eksklusif. Data khusus berupa hasil yang diperoleh melalui pengolahan data oleh peneliti dengan melakukan tabulasi, kemudian dipresentasikan dan diinterpretasikan sehingga dapat diketahui beberapa data yang berkaitan dengan judul penelitian.

1. Data Umum

Karakteristik responden berdasar usia, pekerjaan, pendidikan, penghasilan/bulan, dan pemberian ASI Eksklusif.

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasar Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Pendapatan, ASI Eksklusif Pada Ibu Balita Stunting Di Desa Kalang Kecamatan Pitu Kabupaten Ngawi

Demografi	Frekuensi	Presentase (%)
Usia		
<25 tahun	4	19
26-35 tahun	11	52,4
36-45 tahun	6	28,6
Pendidikan		
SD	0	0
SMP	14	66,7
SMA	7	33,3
Pekerjaan		
Petani	3	14,2
Swasta	3	14,2
IRT	15	71,6
Penghasilan/bulan		
≤1.000.000	13	61,9

1.000.000- 2.000.000	8	38,1
<hr/>		
Pemberian ASI Eksklusif		
Ya	5	23,8
Tidak	16	76,2

Dapat diketahui tabel 1 menunjukkan bahwasannya frekuensi tertinggi adalah ibu dengan kelompok usia 26-35 tahun sebanyak 11 (52,4%) responden dan frekuensi terendah kelompok usia kurang dari 25 tahun tahun yaitu sebanyak 4 (19%) responden. Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan, didapatkan hasil yang mayoritas didominasi oleh pendidikan terakhir SMP yaitu sebanyak 14 (66,7%) responden dan SMA yaitu sebanyak 7 (33,3%) responden. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan, dilihat dari data mayoritas didominasi oleh IRT yaitu sebanyak 15 (71,6%) responden, sisanya adalah sebagai petani dan karyawan swasta masing-masing sebanyak 3 (14,2%) responden. Karakteristik responden berdasarkan penghasilan, mayoritas memiliki penghasilan kurang dari 1 juta yaitu sebanyak 13 (61,9%) responden. Karakteristik responden berdasarkan status ASI Eksklusif, dapat dilihat bahwasanya mayoritas ibu tidak memberikan ASI Eksklusif yaitu sebanyak 16 (76,2%) responden.

2. Data Khusus

Tabel 2 Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Di Desa Kalang Kecamatan Pitu Kabupaten Ngawi

No	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1	Baik	1	4,8
2	Cukup	20	95,2
3	Kurang	0	0

Dapat dilihat tabel 2 bahwa responden didominasi dengan pengetahuan cukup berjumlah 20 (95,2%) responden, sedangkan sisanya berpengetahuan baik 1 (4,8%) responden.

PEMBAHASAN

Gambaran Karakteristik Responden

Dari tabel 1 dapat dilihat bahwa responden didominasi oleh kelompok usia 26-35 tahun. Daya tangkap dan pola pikir seseorang dapat dipengaruhi oleh usia. Bertambahnya usia seseorang tersebut, maka daya tangkap dan pola pikirnya akan semakin berkembang sehingga memperoleh pengetahuan yang lebih luas (Riyanto, 2013). Meskipun usia ibu sudah matang untuk mengasuh anak, bukan hal yang tidak mungkin bahwa ibu juga kurang dan malas untuk mencari informasi mengenai gizi yang baik untuk balitanya.

Pendidikan sangat berpengaruh terhadap pola hidup seseorang. Pendidikan seorang ibu menjadi hal yang utama dalam pengelolaan ekonomi sebuah keluarga yang memiliki peranan penting dalam pemilihan makanan keluarga, pengasuhan, serta perawatan pada anak. Berdasarkan tabel 1 juga menunjukkan bahwa pendidikan ibu mayoritas adalah pendidikan terakhir SMP. Pendidikan erat kaitannya dengan pengetahuan responden. Dengan pendidikan responden yang mayoritas SMP tersebut maka responden dapat memiliki pengetahuan yang cukup baik untuk menerima informasi terutama tentang makanan bergizi pada balita. Hal tersebut sesuai dengan penelitian Devi (2018) yang menjelaskan bahwasanya responden yang didominasi oleh pendidikan terakhir SMP sebanyak 16 responden (51,6%) memiliki pengetahuan yang cukup karena lebih mudah menerima informasi terutama tentang gizi untuk balitanya. Meskipun demikian, seseorang yang berlatarbelakang hanya di bangku SMP belum tentu kemampuan dalam memilih makanan bergizi terbatas jika dibanding ibu dengan pendidikan lebih tinggi. Meskipun pendidikan seseorang rendah, apabila seseorang sering mengikuti penyuluhan mengenai gizi bukan tidak mungkin jika pengetahuannya tentang gizi lebih baik. Bukan hal yang tak mungkin ibu dengan pendidikan terakhir menengah atas memiliki anak stunting apabila ibu kurang menerima informasi dan tidak memperhatikan asupan gizi balitanya. Tetapi

harus tetap dipertimbangkan bahwa pendidikan dapat menjadi penentu mudah atau tidaknya seseorang dalam memahami pengetahuan yang didapatkannya.

Pendidikan juga dapat mempengaruhi pekerjaan. Makin tinggi pendidikan seseorang, makin mudah mendapat kesempatan bekerja juga akan semakin banyak (Puspasari, 2017). Pada tabel 1 dapat dilihat bahwasanya responden didominasi sebagai IRT. Pekerjaan seseorang juga dapat mempengaruhi pengetahuan. Dengan lingkungan pekerjaan, mungkin seseorang dapat memperoleh pengalaman secara langsung maupun tidak langsung (Mubarak, 2011). Apabila IRT banyak menghabiskan waktu di rumah dan kurang beradaptasi dengan lingkungan luar kemungkinan mendapatkan informasi juga kurang. Berbeda dengan seorang ibu yang bekerja dan banyak beradaptasi dengan lingkungan luar sehingga kesempatan mendapatkan pengalaman dan saling bertukar cerita dengan teman kerjanya yang sama-sama memiliki balita. Dengan ibu ikut bekerja juga akan membantu perekonomian keluarga sehingga dapat meningkatkan asupan makanan yang lebih bergizi. Meskipun demikian, bukan tak mungkin ibu pekerja juga kurang memperhatikan keluarga karena banyak menghabiskan waktu di luar rumah sehingga kurang memperhatikan asupan gizi yang baik untuk balitanya.

Pendapatan merupakan hasil dari kerja atau usaha yang berupa uang atau materi lain, yang dapat digunakan sebagai alat jual beli. Pendapatan juga dapat dipengaruhi oleh pekerjaan. Ibu akan cenderung meningkatkan kualitas pangan pada anggota keluarganya jika pendapatan cukup atau tinggi, sebaliknya apabila pendapatan rendah ibu hanya menyesuaikan konsumsi pangan dan budget yang dimiliki, hal tersebut dapat mempengaruhi status gizi balita (Afriani, 2020). Pada tabel 1 menunjukkan bahwa pendapatan keluarga setiap bulannya, sebagian besar responden dengan pendapatan kurang dari 1 juta. Dengan pendapatan keluarga yang kurang dari cukup, ibu

cenderung menyesuaikan makanan apa yang akan dikonsumsi keluarga sesuai dengan budget yang dimiliki tanpa memikirkan gizi yang cukup untuk kebutuhan tubuh.

ASI Eksklusif merupakan air susu ibu yang diberikan pada bayi selama 6 bulan penuh. Tanpa memberikan tambahan cairan lain, seperti susu formula, air jeruk, madu, air putih, dan tanpa makanan padat seperti pisang, papaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi (Mufdlilah, 2017). Pada tabel 1 dapat diketahui bahwasanya mayoritas ibu tidak memberikan ASI Eksklusif pada balitanya. Balita dengan riwayat pemberian ASI Eksklusif tidak cukup sama halnya dengan memiliki asupan nutrisi yang kurang baik sehingga berakibat kekurangan zat gizi (Indrawati, 2016). Hal tersebut sesuai penelitian Sampe, dkk (2020), menyatakan balita yang tidak diberikan ASI Eksklusif dan mengalami stunting yaitu sebanyak 66 responden (91,7%).

Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Makanan Bergizi

Sesuai teori Notoatmodjo (2014), Pengetahuan merupakan suatu hasil penginderaan yang dilakukan manusia, atau hasil dari tahu terhadap suatu objek dengan indra yang dimiliki hingga menghasilkan pengetahuan. Pengetahuan dapat diperoleh dari berbagai sumber, misalnya media elektronik, media massa, buku petunjuk, poster, kerabat, dan lainnya.

Dari tabel 2 dilihat bahwa paling banyak ibu dengan pengetahuan cukup. Hal tersebut sesuai penelitian Yuhansyah & Mira (2019) menyatakan bahwa dari 54 responden sebagian besar ibu dengan pengetahuan cukup yaitu sebanyak 21 responden (38,9%). Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh pendidikan. Tingginya pendidikan seseorang, semakin mudah menerima informasi maka bertambah luas wawasan yang dapat dimiliki (Notoatmojo, 2010). Dari tabel 1 dapat dilihat bahwasanya paling banyak ibu dengan pendidikan terakhir SMP. Ketika pengetahuan seseorang baik, mengenai makanan yang bergizi untuk balitanya, maka

hal tersebut sama dengan memberi pencegahan dini dan menambah pengetahuan mengenai pola hidup bersih dan sehat, pola makan dan nutrisi yang cukup agar tidak terjadi masalah gizi pada balitanya. Kekurangan gizi menyebabkan tumbuh kembang balita menjadi terganggu seperti stunting.

4. SIMPULAN

Berdasarkan data hasil penelitian, ibu balita didominasi oleh kelompok usia 26-35 tahun yaitu 11 (52,4%) responden, dengan pendidikan terakhir paling banyak SMP yaitu sebanyak 14 (67,7%) responden, yang sebagian besar sebagai IRT yaitu sebanyak 15 (71,6%) responden, dengan pendapatan rata-rata per bulan kurang lebih 1 juta sebanyak 13 (61,9%) responden. Karakteristik responden berdasarkan pemberian ASI Eksklusif, mayoritas responden tidak memberikan ASI Eksklusif pada balitanya sebanyak 16 (76,2%) responden.

Dari hasil analisis data sesuai dengan tujuan khusus menunjukkan pengetahuan ibu tentang makanan bergizi pada balita stunting di Desa Kalang mayoritas responden berpengetahuan cukup sebanyak 20 (95,2%) responden.

Saran

Diharapkan ibu balita lebih meningkatkan pengetahuan dengan mencari dan menambah informasi tentang makanan bergizi di Koran, majalah, televisi, radio, handphone, atau media lainnya.

5. REFERENSI

Afriani, K. 2020. *Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Gizi Dan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Pekanbaru*. Politeknik kesehatan Kemenkes Riau. I/2.

Lestari, N., & Hanif, A. (2021). *Penyuluhan Makanan Sehat Untuk Pencegahan Stunting Balita*. Jurnal Pengabdian Masyarakat Medika, 1–7. <https://doi.org/10.23917/jpmmedika.v1i1>

[1.264](#)

Hidayah, N., & Marwan, M. (2020). *Upaya Pemberdayaan Masyarakat Dalam Menciptakan Generasi Milenial Sadar Gizi Yang Bebas Stunting Melalui Kegiatan 1000 HPK*. Journal of Community Engagement in Health, 3(1), 86–93. <https://doi.org/10.30994/jcehv3i1.41>

Resti, et al. 2019. *Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 24-59 Bulan di Jorong Talaok*.

Setiawan, E., Machmud, R., & Masrul, M. (2018). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kecamatan Padang Timur Kota Padang Tahun 2018*. Jurnal Kesehatan Andalas, 7(2), 275. <https://doi.org/10.25077/jka.v7.i2.p275-284.2018>

Putri, M. M., Mardiah, W., & Yulianita, H. (2018). *Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Stunting Mother ' s Knowledge Toward Stunting In Toddler*. 4(2).

Notoatmodjo, S. 2010. *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta

Yuhansyah, Mira. 2019. *Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Pada Anak Balita di UPT Puskesmas Remaja Kota Samarinda*. Akademi Keperawatan Yarsi Samarinda. Vol.1/1

Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.

Riyanto, S. 2013. *Statistik inferensial*. Yogyakarta : Nuha Medika.

- Sampe, et al. 2020. *Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar. vol.11/1
- Indrawati, S & Warsiti. (2016), *Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 2-3 Tahun Di Desa Karangrejek Wonosari Gunungkidul*.
- Mufdlilah. 2017. *Buku Pedoman Pemberdayaan Ibu Menyusui Pada Program ASI Eksklusif*. Yogyakarta.
- Mubarak, W. I. 2012. *Promosi Kesehatan Untuk Kependidikan*. Salemba Media : Jakarta
- Puspasari, N., dan Merryana, A. (2017). *Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi Dan Asupan Makan Balita Dengan Status Gizi (BB/U) Usia 12-24 Bulan*. 2017 : 369-378
- Kemenkes. 2017. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
<https://kemenkes.go.id>