

Pengaruh Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Gizi Terhadap Pemberian Makanan Bergizi Balita

Darwis¹⁾, Muhammad Ardi²⁾, Nurlita Pertiwi²⁾

¹⁾ Biologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Puangrimaggalatung

²⁾ PPS Pendidikan Kependudukan Lingkungan Hidup, Universitas Negeri Makassar

Email : darwisalqadri12@gmail.com



© 2019 – UEJ Program Studi Pendidikan Kependudukan dan Lingkungan Hidup Universitas Negeri Makassar. Ini adalah artikel dengan akses terbuka dibawah Lisensi CC BY-NC-4.0(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>)

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengapengetahuan dan sikap ibu tentang gizi terhadap pola pemberian makanan pada balita bergizi. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan melibatkan 60 ibu rumah tangga yang memiliki balita di Kabupaten Wajo. Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan accidental sampling yaitu siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara pengetahuan responden tentang gizi balita terhadap pola pemberian makan pada balita. Demikian pula dengan pengaruh sikap terhadap gizi balita dengan pola pemberian makan balita. Pengetahuan tersebut mencakup gambaran gizi buruk, komponen makanan bergizi dan pengelolaan pangan keluarga. Selanjutnya, sikap ibu terhadap makanan bergizi pada balita mencakup aspek kognitif, afektif dan konatif.

Kata Kunci : pola pemberian makan, komponen gizi dan pengelolaan pangan

PENDAHULUAN

Gizi sebagai indikator penentu kualitas sumber daya manusia menjadi perhatian khusus bagi pemerintah. Kementerian Kesehatan dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 41 tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang menguraikan bahwa Indonesia masih memiliki masalah kekurangan gizi. Kecenderungan prevalensi kurus (*wasting*) anak balita dari 13,6% menjadi 13,3% dan menurun 12,1%. Sedangkan kecenderungan prevalensi anak balita pendek (*stunting*) sebesar 36,8%, 35,6%, 37,2%. Prevalensi gizi kurang (*underweight*) berturut-turut 18,4%, 17,9% dan 19,6%. Prevalensi kurus anak sekolah sampai remaja sebesar 28,5%.

Selanjutnya, status gizi pada masa balita sangat menentukan tumbuh kembangnya pada masa kehidupannya. Olehnya, orangtua perlu memberi perhatian serius terhadap pemberian gizi seimbang pada balitanya. Makanan yang diberikan sehari-hari harus mengandung zat gizi sesuai kebutuhan, sehingga menunjang pertumbuhan yang optimal dan dapat mencegah penyakit-penyakit defisiensi, mencegah keracunan, dan juga membantu mencegah timbulnya penyakit-penyakit yang dapat mengganggu kelangsungan hidup anak. Sebagian besar kasus masalah gizi balita sangat terkait dengan kondisi sosial ekonomi masyarakat. (Burhani, 2016)

Penanggulangan masalah gizi balita tidak dapat diselesaikan dengan kebijakan namun membutuhkan partisipasi masyarakat. kebijakan penanganan gizi balita membutuhkan peran serta masyarakat. Olehnya perlu adanya kajian pengetahuan, sikap serta perilaku ibu dalam konteks pemberian makanan bergizi untuk balita. erat kaitannya dengan status gizi balita. Gizi lebih merupakan salah satu masalah gizi yang banyak terjadi di Indonesia. Persentase orang yang mengalami gizi lebih semakin meningkat, termasuk pada anak sekolah dasar. Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar oleh Kementerian Kesehatan Tahun 2013, 18,8% anak usia 5-12 tahun mengalami gizi lebih. Angka ini bahkan semakin tinggi, terutama pada sekolah-sekolah di kota besar dan sekolah dengan banyak siswa dari golongan ekonomi menengah ke atas (Wijayanti, dkk, 2016).

Ibu memiliki peran penting memberikan memberikan intake zat gizi balita, hal ini disebabkan karena ibu berperan dalam penentuan asupan atau makanan apa saja yang diberikan pada balita pada masa pertumbuhan dan perkembangannya melalui pola pemberian makan Anak pada masa balita membutuhkan asupan atau makanan sesuai dengan gizi yang dibutuhkan, baik dalam jumlah dan kualitas asupan makanan yang diberikan. Hal ini disebabkan pada masa ini umumnya balita memiliki aktivitas fisik cukup tinggi dan masih dalam proses belajar. Apabila intake zat gizi tidak terpenuhi makan pertumbuhan fisik dan intelektual balita akan terganggu.

Kurangnya pengetahuan gizi dan kesehatan orang tua, khususnya ibu merupakan salah satu penyebab terjadinya kekurangan gizi pada balita, pengetahuan juga mempengaruhi konsumsi pangan seseorang yang dimana pengetahuan gizi yang dimiliki berpengaruh terhadap keragaman jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi oleh balita (Hayati dan Yunitasari, 2011). Sikap ibu juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya gizi buruk. Sikap yang kurang baik terhadap pemberian makanan pada ibu berpengaruh terhadap pola konsumsi anak, sehingga menghasilkan anak yang kurang gizi (Hayati, 2011). Kekurangan zat gizi pada balita selain meningkatkan angka kesakitan dan kematian, juga memngaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan, hal ini disebabkan zat gizi dibutuhkan dalam proses pertumbuhan fisik dan intelektual balita (Jafar, 2016).

Pola pemberian makanan pada balita merupakan upaya cara ibu memberikan makanan pada balita dengan tujuan supaya kebutuhan makanan tercukupi, baik dalam jumlah maupun gizinya (Rahmawati, 2016). Menurut WHO, prevalensi balita pendek menjadi masalah kesehatan masyarakat jika prevalensinya 20% atau lebih. Hal ini berarti pertumbuhan yang tidak maksimal dialami oleh sekitar 8,9 juta anak Indonesia atau 1 dari 3 anak Indonesia mengalami stunting (Kementerian Desa, 2017).

Perilaku ibu juga pada anak balita dapat dilihat dari adanya kebiasaan yang salah dari ibu terhadap gizi anak balitanya. Kurangnya gizi pada balita dapat juga disebabkan oleh perilaku ibu dalam memilih bahan makanan yang tidak benar, tersedianya jumlah makanan yang sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu (Afrilia, 2019). Status gizi ditunjukkan sebagai konsekuensi dari keseimbangan antara zat gizi yang masuk kedalam tubuh dan yang diperlukan tubuh. Pada kondisi dimana sama dengan kebutuhan zat gizi maka kondisi tubuh dalam keadaan baik. Sedangkan pada kondisi dimana asupan gizi kurang lebih rendah dari kebutuhan gizi tubuh maka akan mengakibatkan tubuh kekurangan gizi. Pada kondisi dimana asupan gizi lebih dari kebutuhan gizi maka akan mengakibatkan tubuh dalam keadaan gizi lebih (Harjatmao, 2018).

Darwis, Pengaruh Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Gizi

Anak usia balita merupakan tahapan dimana anak mengalami tumbuh kembang dimana anak mengalami tumbuh kembang dan aktivitas yang pesat sehingga asupan nutrisi akan meningkat. Anak di usia ini masih bergantung pada orang tua dalam hal memberikan makanan, anak sudah bisa memilih makanan yang disukainya. Peran orang tua sangat menentukan asupan nutrisi pada anak, asupan nutrisi yang tidak sesuai akan menyebabkan anak kekurangan gizi (Sulistyoningsih dan Purwani, 2017)

Tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui adanya pengaruh pengetahuan dan sikap ibu tentang gizi pada balita dalam pemberian makanan bergizi diusia (12-59 bulan) di Kabupaten Wajo.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, dan *accidental sampling* dengan tujuan memberikan gambaran tentang sesuatu keadaan secara obyektif yaitu untuk mendapatkan gambaran pengetahuan dan sikap ibu dalam pemberian makanan bergizi pada anak balita.

Penelitian dilaksanakan di Kecamatan Tanasitolo Kabupaten Wajo. Penelitian dilaksanakan pada bulan Desember-Maret 2020. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah 60 orang. Sedangkan teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan *accidental sampling* yaitu siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Analisis Deskriptif

Gambara pengetahuan inu tentang gizi balita terbagi atas tiga yaitu :

- 1) gambaran gizi buruk;
- 2) gizi seimbang; dan
- 3) pengelolaan pangan keluarga. Uraian deskriptif diuraikan pada tabel berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi pengetahuan tentang gambaran gizi buruk

KATEGORI	RENTANG	PENGETAHUN GAMBARAN GIZI BURUK	
		FREKUENSI	PERSENTASE
Sangat Rendah	0 - 2.5	0	0
Rendah	2.0 – 5.0	53	88
Tinggi	5.1 - 7.5	6	10
Sangat Tinggi	7.6 - 10	1	0.2

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 1 di atas, dari 60 responden yang memiliki pengetahuan sangat tinggi tentang gambaran gizi buruk yaitu 1 orang (0.2%) selanjutnya yang memiliki pengetahuan tinggi sebanyak 6 orang (10%). Gambaran pengetahuan ini didominasi pada kategori rendah sebanyak 88% responden. Olehnya, sebagian besar responden tidak paham dengan gambaran kondisi gizi buruk balita.

Tabel 2. Distribusi frekuensi Pengetahuan tentang makanan seimbang

KATEGORI	RENTANG	PENGETAHUN MAKANAN SEIMBANG	
		FREKUENSI	PERSENTASE
Sangat Rendah	0 - 2.5	0	0
Rendah	2.0 – 5.0	57	95
Tinggi	5.1 - 7.5	3	5
Sangat Tinggi	7.6 - 10	0	0

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 2 di atas, dari 60 responden hanya terdapat 3 orang (5%) responden yang memiliki pengetahuan tinggi terhadap makanan seimbang. Selanjutnya, terdapat sebanyak 57 orang (95%) yang menunjukkan pengetahuan rendah.

Tabel 3. Distribusi frekuensi Pengetahuan Pengolahan Pangan

KATEGORI	RENTANG	PENGETAHUN PENGOLAHAN PANGAN	
		FREKUENSI	PERSENTASE
Sangat Rendah	0 - 2.5	0	0
Rendah	2.0 – 5.0	20	33
Tinggi	5.1 - 7.5	39	65
Sangat Tinggi	7.6 - 10	1	2

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 3 diatas, dari 60 responden yang memiliki pengetahuan sangat tinggi pengolahan pangan yaitu 1 orang (2%), selanjutnya yang memiliki pengetahuan tinggi tentang pengolahan pangan sebanyak 39 orang (65%), yang memiliki pengetahuan rendah tentang pengolahan pangan sebanyak 20 orang (33%) sedangkan kategori sangat rendah tidak memiliki frekuensi.

Afeksi atau sikap yang menggambarkan kecenderungan seseorang untuk melakukan tindakan. Gambaran sikap responden terhadap pemberian makanan bergizi terbagi atas kognitif, afektif dan konasi yang terurai pada tabel 4, tabel 5 dan tabel 6.

Darwis, Pengaruh Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Gizi

Tabel 4. Distribusi frekuensi Sikap Kognitif

KATEGORI	RENTANG	Sikap Kognitif	
		FREKUENSI	PERSENTASE
Sangat Rendah	0 - 5	0	0
Rendah	5.1 - 10	0	0
Tinggi	10.1 - 15	45	75
Sangat Tinggi	15.1 - 20	15	25

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 4 diatas, dari 60 responden yang memiliki sikap kognitif sangat tinggi sebanyak 15 orang (25%) dan selanjutnya yang memiliki sikap kognitif tinggi sebanyak 45 orang (75%).

Tabel 5. Distribusi frekuensi Sikap Konatif

KATEGORI	RENTANG	Sikap Konatif	
		FREKUENSI	PERSENTASE
Sangat Rendah	0 - 5	0	0
Rendah	5.1 - 10	0	0
Tinggi	10.1 - 15	6	1
Sangat Tinggi	15.1 - 20	54	9

Tabel 5 mendeskripsikan bahwa sikap konatif responden umumnya sangat tinggi yaitu 54 orang (9%), selanjutnya yang memiliki sikap kognitif tinggi sebanyak 6 orang (0.1%),

Tabel 5. Distribusi frekuensi Sikap Konatif

KATEGORI	RENTANG	SIKAP KONATIF	
		FREKUENSI	PERSENTASE
Sangat Rendah	0 - 5	0	0.00
Rendah	5.1 - 10	49	82
Tinggi	10.1 - 15	11	18
Sangat Tinggi	15.1 - 20	0	0.00

1.

Berdasarkan tabel 6 di atas, dari 60 responden terdapat 11 responden (18%) yang menunjukkan sikap konatif tinggi dan sebanyak 49 orang (82%) dengan sikap rendah.

Adapun perilaku pemberian makanan bergizi terbagi atas tiga aspek yaitu pengolahan pangan, diversifikasi pangan dan pemenuhan gizi seimbang. Hasil analisis deskriptif diuraikan pada tabel 7, tabel 8, dan tabel 9.

Tabel 7. Distribusi frekuensi Perilaku Tentang Pengolahan Pangan

KATEGORI	RENTANG	PERILAKU PENGOLAHAN PANGAN	
		FREKUENSI	PERSENTASE
Sangat Rendah	0 - 5	0	0.00
Rendah	5.1 - 10	13	22
Tinggi	10.1 - 15	47	78
Sangat Tinggi	15.1 - 20	0	0.00

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 7 diatas, nampak bahwa 47 responden (78%) yang dari 60 responden yang memiliki perilaku tentang pengolahan pangan dengan sangat tinggi. Namun terdapat 13 responden (22%) yang masih rendah dalam pengolahan pangan untuk balitanya.

Tabel 8. Distribusi frekuensi Perilaku Tentang Diversifikasi Pangan

KATEGORI	RENTANG	DIVERSIFIKASI PANGAN	
		FREKUENSI	PERSENTASE
Sangat Rendah	0 - 5	0	0
Rendah	5.1 - 10	0	0
Tinggi	10.1 - 15	57	95
Sangat Tinggi	15.1 - 20	3	5

Sumber : Data Primer, 2020

Tabel 8 menunjukkan bahwa terdapat 57 responden yang memberi makanan beragam pada anak balitanya.

Tabel 9. Distribusi frekuensi Perilaku Pemenuhan Gizi Seimbang

KATEGORI	RENTANG	PEMENUHAN GIZI SEIMBANG	
		FREKUENSI	PERSENTASE
Sangat Rendah	0 - 5	0	0
Rendah	5.1 - 10	0	0
Tinggi	10.1 - 15	26	43
Sangat Tinggi	15.1 - 20	34	57

Sumber : data primer, 2020

Berdasarkan tabel 9 diatas, dari 60 responden yang memiliki perilaku tentang pemenuhan gizi seimbang sangat tinggi yaitu 34 orang (57%), selanjutnya yang memiliki perilaku tentang pemenuhan gizi seimbang tinggi sebanyak 26 orang (43%).

Darwis, Pengaruh Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Gizi

B. Hasil analisis Statistik

Analisa statistik untuk melihat pengaruh antar variabel yang dihasilkan pada tabel 10 berikut :

Tabel 10. Analisis Korelasi

		Correlations		
		Pengetahuan	Sikap	Perilaku
Pengetahuan	Pearson Correlation	1	.816**	.704**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N	60	60	60
Sikap	Pearson Correlation	.816**	1	.694**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	60	60	60
Perilaku	Pearson Correlation	.704**	.694**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	60	60	60

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Sumber: Hasil Olah Data, 2020 (SPSS)

Berdasarkan nilai signifikan Sig. (2-tailed) antara pengetahuan dengan perilaku adalah sebesar $0.000 < 0.05$, yang berarti terdapat korelasi yang signifikan antara variabel pengetahuan dengan variabel perilaku. Selanjutnya, hubungan antara sikap dengan perilaku memiliki nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0.000 < 0.05$, yang berarti terdapat korelasi yang signifikan antara variabel sikap dengan variabel perilaku.

Berdasarkan nilai r hitung (Pearson Correlations) diketahui nilai r hitung untuk hubungan pengetahuan dengan perilaku adalah sebesar $0.704 > r \text{ table } 0.244$, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan atau korelasi antara variabel pengetahuan dengan variabel perilaku. Selanjutnya, diketahui nilai r hitung untuk hubungan sikap dengan perilaku adalah sebesar $0.694 > r \text{ table } 0.244$, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan atau korelasi antara variabel sikap dengan variabel perilaku. Karena r hitung atau pearson correlations dalam analisis ini bernilai positif maka itu artinya hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat positif atau dengan kata lain semakin meningkatnya pengetahuan dan sikap maka akan meningkat pula perilaku.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

Terdapat korelasi antara pengetahuan responden tentang gizi balita terhadap pola pemberian makan pada balita. Demikian pula dengan pengaruh sikap terhadap gizi balita dengan pola pemberian makan balita. Pengetahuan tersebut mencakup gambaran gizi buruk, komponen makanan bergizi dan pengelolaan pangan keluarga. Selanjutnya, sikap ibu terhadap makanan bergizi pada balita mencakup aspek kognitif, afektif dan konatif.

Referensi

- Azwar, 2005. *Pengetahuan dan sikap kesehatan* PT. Rineka Cipta, Jakarta
- Burhani, P. A., Oenzil, F., & Revilla, G. (2016). Hubungan tingkat pengetahuan ibu dan tingkat ekonomi keluarga nelayan dengan status gizi balita di Kelurahan air Tawar Barat Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3).
- Depkes RI, 2007, *Pedoman Penyelenggaraan Program Gizi Balita*, Ditjen Gizi, Jakarta.
- Djuanda Adhi., 2007., *Ilmu Penyakit Kulit Dan Kelamin*. Edisi kelima. Balai Penerbit FKUI. Jakarta
- Hayati dan Yunitasari, 2011. *Pengaruh pengetahuan dan Sikap Ibu serta Dukungan Tenaga Kesehatan Terhadap Pemberian Makanan Pada Balita di Puskesmas Bandar Khalifah Kabupaten Serdang Bedagai*. Tesis Program Studi S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara, Medan.
- Persagi, 2009. *Kamus Gizi Pelengkap Kesehatan Keluarga*. PT Kompas Media Nusantara. Jakarta.
- Soekirman, 2000. *Penanggulangan Masalah Gizi Makro di Indonesia*, Gizi Institut Pertanian Bogor.
- Suwardjo, 2008. *Perencanaan Pangan Dan Gizi*, PT. Bumi Aksara. Jakarta.
- Santoso, dkk, 2005. *Kesehatan dan Gizi*, PT. Rineka Cipta, Jakarta.
- Mardiana, 2006. *Hubungan Perilaku Gizi Ibu dengan Status Gizi Balita di Puskesmas Tanjung Beringin Kecamatan Hinai Kabupaten Langkat*. Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara, Medan.
- Notoatmodjo, 2003. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.