

## Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan dengan Status Gizi Balita di Posyandu Desa Sidodadi Kabupaten Madiun

Pariyem<sup>1</sup>, Hamidatus Daris Saadah<sup>2</sup>, Kartika<sup>3</sup>

<sup>12</sup>D III Keperawatan Akademi Keperawatan Pemerintah Kabupaten Ngawi

<sup>3</sup>STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun

\*Email: [pariyem.SSt@gmail.com](mailto:pariyem.SSt@gmail.com)

### **Kata Kunci**

Pengetahuan ibu,  
Pola makan,  
Status gizi balita

### **Abstrak**

**Latar belakang:** Pola makan ialah cara dalam mengatur jumlah dan jenis makanan yang seimbang dengan porsi cukup untuk memperbaiki dan meningkatkan status gizi balita. Pengetahuan ibu tentang pola makan berpengaruh terhadap pemberian pola makan yang sehat pada balita, hal ini dikarenakan ibu pemegang peran penting dalam menyediakan makanan untuk keluarga terutama balita. **Tujuan:** penelitian ini digunakan untuk menganalisis hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang pola makan dengan status gizi balita di posyandu Desa Sidodadi Kabupaten Madiun. **Metode:** menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional, didapatkan sampel sebanyak 57 dengan cara purposive sampling dari 133 populasi ibu yang memiliki balita usia 6-60 bulan. **Hasil:** didapatkan bahwa sebagian besar ibu balita memiliki pengetahuan tentang pola makan baik dengan status gizi balita baik sebanyak 39 responden (68,4%). Berdasarkan hasil uji Rank Spearman terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang pola makan dengan status gizi balita di Posyandu Desa Sidodadi Kabupaten Madiun dengan nilai signifikan  $p$  value = 0,018, menunjukkan hubungan cukup dengan nilai koefisien korelasi  $r = 0,314$ . **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang pola makan dengan status gizi balita di Posyandu Desa Sidodadi Kabupaten Madiun. Oleh karena itu, diperlukan adanya peningkatan pengetahuan ibu mengenai pola makan melalui penyuluhan agar ibu dapat memberikan pola makan yang sehat dengan memantau status gizi balita secara teratur guna menjaga status gizi yang baik dan mencegah terjadinya masalah status gizi pada balita.

***The Relationship of Mother's Knowledge About Eat Pattern With Toddler Nutritional Status At Posyandu Sidodadi Village, Madiun Regency***

**Key Words:**  
Mother's  
Knowledge,  
Eat Pattern,  
Nutritional  
Status  
of Toddlers

**Abstract**

**Background:** Eat pattern is a way to regulate the amount and type of balanced food with sufficient portions to improve and improve the nutritional status of toddlers. Mother's knowledge about eating patterns affects the provision of healthy eating patterns in toddlers, this is because mothers play an important role in providing food for families, especially toddlers. **Purpose:** to analyze the relationship between mother's level of knowledge about eat pattern and nutritional status of toddler at the posyandu, Sidodadi Village, Madiun Regency. **Method:** the method used in this research is cross sectional approach. By using purposive sampling, a sample of 57 respondents was obtained. **Result:** The research shows that most mothers of children under five have knowledge about good eating patterns with good nutritional status as many as 39 respondents (68.4%). Based on the results of the Rank Spearman test, there is a relationship between mother's knowledge about eat pattern and nutritional status of children under five at the Posyandu, Sidodadi Village, Madiun Regency with a significant of  $p$  value = 0.018, indicating a sufficient relationship with the correlation coefficient  $r = 0.314$ . **Conclusion:** There is a relationship between the mother's level of knowledge about eating patterns and the nutritional status of toddlers at the Posyandu, Sidodadi Village, Madiun Regency. Therefore, it is necessary to increase mother's knowledge about eating patterns through counseling so that mothers can provide a healthy diet by monitoring the nutritional status of toddlers regularly in order to maintain good nutritional status and avoid nutritional status problems in toddlers.

**1. PENDAHULUAN**

Masa balita merupakan periode terjadinya pertumbuhan yang pesat, sehingga berpengaruh terhadap pertumbuhan fisik dan perkembangan motorik anak. Masa balita juga memerlukan perhatian khusus, hal ini dikarenakan balita mengalami masa transisi dalam pola makan yang awalnya memakan makanan bayi berubah menjadi memakan makanan dewasa. Ibu merupakan orang yang berperan penting dalam pemberian pola makan bagi balita karena ibu bertugas menentukan jumlah dan jenis makanan yang akan dimakan, serta seberapa besar porsi balita makan setiap harinya. Status gizi balita dapat ditentukan melalui pengetahuan ibu, hal ini dikarenakan dengan pengetahuan ibu kurang tentang pola makan maka apa yang diberikan kepada balita juga tidak tepat sehingga bisa berpengaruh terhadap status gizi balitanya (Nindyna Puspasari and Merryana Andriani 2017).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2019, terdapat balita yang mengalami stunting sebanyak 144 juta, 38 juta

balita mengalami kelebihan berat badan, dan 47 juta balita gizi kurang (WHO 2020). Di Indonesia pada tahun 2017, indeks berat badan/umur menunjukkan 14,0% mengalami gizi kurang dan 3,8% balita mengalami gizi buruk. Sedangkan di Jawa Timur tahun 2017 sebanyak 12,6% balita gizi kurang, 2,9% gizi buruk, dan 2,2% gizi lebih (Direktorat Gizi Masyarakat 2018). Pada tahun 2020 di Kabupaten Madiun terdapat balita gizi kurang sebesar 10,36%, 16,85% balita pendek, dan 9,07% balita kurus. Berdasarkan data wilayah kerja Puskesmas Klecorejo tahun 2020 didapatkan 20 balita dengan gizi kurang, 26 balita pendek, dan 19 balita kurus (Pokja Sanitasi 2020).

Status gizi ialah hasil keseimbangan antara jumlah makanan yang dicerna dengan jumlah yang diperlukan oleh tubuh. Ketika tubuh memperoleh zat gizi cukup, maka status gizi baik pun dapat dicapai untuk mengoptimalkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kesehatan. Pengetahuan ibu dapat menjadi faktor yang mempengaruhi status gizi

balitanya. Orang tua terutama ibu perlu mengetahui, dan memahami pola makan yang sehat bagi balita yang meliputi jumlah takaran makanan yang akan dikonsumsi balita tiap kali makan, jenis dan variasi bahan makanan yang dapat menghasilkan menu sehat serta seimbang, dan berapa kali pemberian makan balita dalam sehari.

Selain tingkat pengetahuan ibu, pola makan balita juga dapat mempengaruhi status gizinya. Pola makan merupakan salah satu faktor yang dapat menimbulkan masalah status gizi pada balita, hal ini dikarenakan jenis dan jumlah makanan yang dimakan anak berdampak pada asupan gizinya (Depkes RI 2014). Apabila keadaan ini dibiarkan maka akan mengakibatkan kerusakan jaringan yang disertai dengan penurunan berat badan yang pada akhirnya dapat mencapai ambang klinis yang berlanjut hingga mengakibatkan kesakitan dari sakit ringan hingga berat. Dalam kondisi ini dapat menyebabkan penyakit kronis, cacat bahkan kematian, namun dapat sembuh apabila ditangani secara intensif (Damaiyanti et al 2016). Keadaan gizi baik dapat tercapai, apabila susunan makanan sesuai dengan kebutuhan tubuh. Karena kuantitas maupun kualitas dari makanan terpenuhi sehingga tubuh memiliki kondisi kesehatan yang sebaik-baiknya.

Orang tua terutama ibu perlu memberi perhatian yang intens pada status gizibalitanya, hal ini dikarenakan jika terjadi kekurangan gizi saat balita akan menimbulkan kerusakan yang tidak dapat dipulihkan (*irreversible*) (Proverawati 2011). Oleh karena itu, ibu mempunyai peran penting dalam menentukan pemberian pola makan anak. Berdasarkan dari uraian latar belakang tersebut, sehingga peneliti tertarik dalam melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Dengan Status Gizi Balita di Posyandu Desa Sidodadi Kabupaten Madiun”.

**2. METODE PENELITIAN**

Metode penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan *cross sectional* yang dilakukan di Posyandu Desa Sidodadi Kabupaten Madiun pada bulan Januari - Juli 2022.

Sebanyak 133 Ibu yang memiliki balita di Posyandu Desa Sidodadi Kabupaten Madiun merupakan populasi dalam penelitian ini.

Dengan mengambil sampel yaitu ibu yang memiliki balita umur 6-60 bulan dan mempunyai KMS di Posyandu Desa Sidodadi Kabupaten Madiun sebanyak 57 responden.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuisioner untuk mengukur pengetahuan ibu tentang pola makan dan observasi KMS untuk melihat status gizi balita.

Analisis univariat dan bivariat merupakan analisis data yang digunakan dalam penelitian. Analisa univariat menggunakan program komputerisasi (SPSS), sedangkan analisis bivariat menggunakan uji statistic *Rank Spearman*.

**3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Bab ini akan menyajikan hasil sebaran kuisioner yang dilakukan pada tanggal 6 – 9 April 2022 di Posyandu Desa Sidodadi Kabupaten Madiun dengan jumlah responden sebanyak 57 ibu dengan balita usia 6-60 bulan. Selanjutnya disajikan dalam analisa univariat dan bivariat. Analisa univariat menggambarkan karakteristik responden berdasarkan tingkat pengetahuan ibu, status gizi balita, usia ibu, pekerjaan ibu, pendidikan ibu, usia balita, dan jenis kelamin balita. Sedangkan analisis bivariat membahas hubungan antara pengetahuan ibu tentang pola makan dengan stastus gizi balita di Posyandu Desa Sidodadi Kabupaten Madiun.

1) Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Karakteritik Responden Berdasarkan Usia Ibu

Usia Ibu	Jumlah	Persentase (%)
18-25	13	22,8%
26-35	27	47,8%
36-45	17	29,8%
Total	57	100%

Tabel 2 Distribusi Karakteritik Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu

Pekerjaan	Jumlah	Persentase (%)
Swasta	9	15,8%
Wiraswasta	1	1,8%
Ibu Rumah Tangga	47	82,5%
Total	57	100%

Tabel 3 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu

Pendidikan	Jumlah	Persentase (%)
SD	8	14%
SMP	9	15,8%
SMA	37	64,9%
S1	3	5,3%
Total	57	100%

Tabel 4 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Balita

Usia Balita	Jumlah	Persentase (%)
6-11 bulan	12	21,1%
12-23 bulan	13	22,8%
24-60 bulan	32	56,1%
Total	57	100%

Tabel 5 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Balita

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase(%)
Laki-laki	29	50,9%
Perempuan	28	49,1%
Total	57	100%

Tabel 6 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Ibu

Tingkat	Jumlah	Persentase (%)
<b>Pengetahuan</b>		
Baik	46	80,7%
Cukup	11	19,3%
Total	57	100%

Tabel 7 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Status Gizi Balita

Status Gizi Balita	Jumlah	Persentase (%)
Gizi Lebih	3	5,3%
Gizi Baik	46	80,7%
Gizi Kurang	5	8,8%
Gizi Buruk	3	5,3%
Total	57	100%

2) Analisis Bivariat

Tabel 8 Hasil Analisis Korelasi Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Dengan Status Gizi Balita

Status Gizi Balita Usia 6-60 Bulan

Pengetahuan	Status Gizi Balita Usia 6-60 Bulan				Total
	Lebih	Baik	Kurang	Buruk	

Dari hasil analisis diatas didapatkan hubungan pengetahuan ibu mengenai pola makan dengan status gizi pada balita di Posyandu Desa Sidodadi Kabupaten Madiun

dari 46 responden (80,7%) memiliki pengetahuan baik dengan balita status gizi lebih 1 anak (1,8%), gizi baik 39 anak (68,4%), gizi kurang 4 anak (3,5%), dan gizi buruk 2 anak (3,5%). Sedangkan 11 responden (19,3%) dengan pengetahuan cukup memiliki anak dengan gizi lebih 2 anak (3,5%), gizi

baik 7 anak (12,3%), gizi kurang 1 anak (1,8%), dan 1 anak (1,8%) dengan gizi buruk.

Berdasarkan uji korelasi dengan *Rank Spearman* didapatkan hasil *p value* = 0,018, dengan *p value* < 0,05 sehingga secara statistic didapatkan hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu tentang pola makan dengan status gizi pada balita di Posyandu Desa Sidodadi Kabupaten Madiun.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, ibu yang mempunyai pengetahuan baik mengenai pola makan mayoritas juga mempunyai anak yang berstatus gizi baik pula. Hal ini karena tingkat pemahaman mengenai pengaturan jumlah, jenis, dan frekuensipangan yang dikonsumsi secara seimbang dengan beragam zat gizi dengan porsi cukup

guna mempertahankan kesehatan dan status gizi bagi anaknya.

Menurut (Notoatmodjo 2013) pengetahuan merupakan bagian terpenting dalam pembentukan perilaku seseorang dikarenakan perilaku yang didasari dengan pengetahuan akan mengarah pada kecerdasan serta dapat meningkatkan minat dan perhatian. Sehingga untuk mencegah terjadinya masalah status gizi pada anak diperlukannya pengetahuan yang baik bagi orang tua terutama ibu tentang pola makan.

Pengalaman yang berkaitan dengan usiaibu juga menjadi salah satu faktor yang berpengaruh pada pengetahuannya. Hasil dari penelitian didapatkan bahwa mayoritas ibu berusia 26-35 tahun. Semakin matang usia maka semakin kaya akan pengalaman hidup yang dimilikinya. Seiring bertambahnya usia, maka tingkat kedewasaan akan meningkat dan

kemampuan untuk berpikir dan bekerja semakin matang serta berpengaruh pada

	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Baik	1	1,8	39	68,4	4	7,0	2	3,5	46	80,7
Cukup	2	3,5	7	12,3	1	1,8	1	1,8	11	19,3
Total	3	5,3	46	80,7	5	8,8	3	5,3	57	100

$\alpha = 0,05$      $r = 0,314$      $p \text{ value} = 0,018$

penambahan pengetahuan yang diperoleh.  
 Pekerjaan juga berpengaruh pada  
 pengetahuan ibu. Mayoritas ibu menjadi ibu

rumah tangga dan memiliki anak dengan status gizi baik. Ibu rumah tangga punyai banyak waktu luang guna berinteraksi dengan anak dan juga memantau pola makannya dibanding ibu pekerja, hal ini dikarenakan ibu pekerja cenderung memiliki sedikit waktu untuk berinteraksi dan mendampingi makan sehingga dapat mengakibatkan terjadinya pemberian pola makan yang tidak sehat pada balita.

Tingkat pendidikan seseorang juga mendukung pengetahuan yang baik pula (Notoatmodjo 2013). Semakin tingginya pendidikan ibu, maka akan semakin mudah bagi ibu dalam memberikan pola makan yang sehat bagi anak. Dalam penelitian ini, hampir seluruh ibu berpendidikan terakhir yaitu SMA. Ibu yang memiliki pendidikan tinggi akan menciptakan anak dengan status gizi baik. Hal ini berkaitan dengan pengetahuan ibu yang baik tentang cara mengolah makanan, cara mengatur menu makanan, dan mengatur pola makan balita.

Menurut (Rusilanti 2013) status gizi ialah status kesehatan yang merupakan hasil keseimbangan dari jumlah asupan (*intake*) makanan dengan jumlah yang dibutuhkan (*requirement*) oleh tubuh. Sebagian besar balita di Posyandu Desa Sidodadi Kabupaten Madiun memiliki status gizi baik sebanyak 46 balita. Status gizi yang baik tercapai ketika tubuh mendapatkan gizi yang cukup yang dapat digunakan secara efisien untuk meningkatkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kesehatan yang optimal.

Salah satu bentuk pemantauan status gizi balita yaitu dengan menimbang berat badan anak setiap bulan serta menyamakannya dengan buku Kartu Menuju Sehat (KMS). Dengan KMS memungkinkan adanya identifikasi dini gangguan dan risikomalnutrisi dan gizi lebih, sehingga tindakan pencegahan dapat dilakukan lebih cepat.

Menurut (Putra 2013), faktor yang dapat mempengaruhi status gizi pada anak salah satunya pola konsumsi dan asupan makanan. Hal ini didukung dari penelitian Hasanah (2019) tentang hubungan pola makan dengan status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Palaran Samarinda Tahun 2019. Pola makan merupakan salah satu faktor yang secara langsung mempengaruhi status gizi balita,

karena dapat dilihat secara langsung melalui kuantitas dan kualitas makanannya. Pola makan yang sehat harus dilengkapi dengan asupan gizi yang cukup guna tercapainya status gizi yang baik. Dengan diterapkannya pola makan sehat sejak dini maka akan terhindar dari masalah status gizinya.

Agar tumbuh kembang balita dapat berjalan secara optimal dan memiliki status gizi baik maka ibu dalam memberikan pola makan kepada anaknya haruslah memperhatikan jenis bahan makanan, jumlah pemberian makanan dan porsi, serta pola hidangan yang mengandung zat gizi yang diperlukan tubuh anak, seperti sumber energi (nasi, roti, umbi-umbian), sumber zat pembangun (daging, ayam, ikan), dan sumber zat pembangun (sayur dan buah).

Ibu dengan pengetahuan pola makan yang baik akan mengerti bagaimana mengolah makanan, mengatur menu makanan, dan mengatur pola makan balita. Di sisi lain, ibu yang berpengetahuan kurang berpeluang untuk memiliki anak dengan status gizi lebih, atau anak gizi kurang, atau anak gizi buruk, hal ini berkaitan dengan peranan ibu dalam memberi pola makan yang sehat bagi anak. Namun, masalah status gizi pada balita dapat dicegah jika ibu memiliki pengetahuan yang baik mengenai pola makan yang sehat bagi anak.

Oleh karena itu, diperlukannya pemahaman tentang status gizi yang baik pada anak agar ibu tahu dan mengerti akan pentingnya pemberian pola makan yang sehat untuk pertumbuhan dan perkembangannya sehingga ibu dapat menerapkannya secara optimal dalam setiap harinya. Pengetahuan itu bisa diperoleh dari informasi di berbagaimedia seperti radio, televisi, dan surat kabar. Dalam penelitian ini ibu memperoleh informasi mengenai pola makan yang sehat bagi balita dari penyuluhan yang diberikan. Dengan adanya informasi ini dapat digunakan untuk menambah pengetahuan dengan diiringi perilaku baru dalam memberikan pola makan yang sehat kepada balita agar status gizinya baik.

#### 4. SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat pengetahuan ibu tentang pola makan balita di posyandu Desa Sidodadi

Kabupaten Madiun mayoritas memiliki pengetahuan baik.

2. Hampir seluruh balita di posyandu Desa Sidodadi Kabupaten Madiun memiliki status gizi baik.
3. Dari hasil analisis *Rank Spearman* didapatkan signifikansi  $p$  value = 0,018 ( $p$  value < 0,05). Artinya ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang pola makan dengan status gizi balita di Posyandu Desa Sidodadi Kabupaten Madiun.

## 5. REFERENSI

- Ana Putri Rahayu, Yudhy Dharmawan, dan Djoko Nugroho. 2018. "Hubungan Karakteristik Ibu Balita Dengan Pemanfaatan Data Kartu Menuju Sehat (Kms) Dalam Buku KIA (Studi Kasus Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang Tahun 2016)." *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)* 6(1):103–9.
- Arifin, Zainul. 2016. "Gambaran Pola Makan Anak Usia 3-5 Tahun Dengan Gizi Kurang Di Pondok Bersalin Tri Sakti Balong Tani Kecamatan Jabon – Sidoarjo." *Midwifery* 1(1):16. doi: 10.21070/mid.v1i1.345.
- Damaiyanti, Anna Eliya, Lidia Widia dan Rusmiati Ningsih. 2016. "Hubungan Antara Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Balita Di Posyandu Desa Manunggal Wilayah Kerja Puskesmas Batulicin 1 Kecamatan Karang Bintang." *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. 1(1):63–68.
- Direktorat Gizi Masyarakat. 2018. "Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) Balita Tahun 2017." *Buku Saku* 1–150.
- Hasanah, Uswatun. 2019. *HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN STATUS GIZI BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PALARAN SAMMARINDATAHUN 2019*.
- Himawati, Endang Susilowati dan Alin. 2017. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Dengan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Gajah 1 Demak." 6(13):21–25.
- Kementrian Kesehatan. 2014. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang*. Menteri Kesehatan Republik Indonesia.
- Masyarakat, Departemen Gizi dan Kesehatan FKM UI, ed. 2011. *Gizi Dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Nindyna Puspasari, and Merryana Andriani. 2017. "Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dan Asupan Makan Balita Dengan Status Gizi Balita (BB/U) Usia 12-24 Bulan." *Amerta Nutrition* 1(4):369–78. doi: 10.20473/amnt.v1i4.2017.369-378.
- Notoatmodjo. 2013. *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Pokja Sanitasi. 2020. "Kabupaten Madiun I- 2." (32):1–51.
- Proverawati, Atikah. 2011. *Ilmu Gizi Untuk Keperawatan & Gizi Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Puspitasari, Ayu Galuh. 2017. "Skripsi Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pemenuhan Gizi Seimbang Anak Dengan Status Gizi Anak Usia 1-3 Tahun (TODDLER) Di Posyandu Desa Ngliliran Kecamatan Panekan Kabupaten Magetan." 53(4):130.
- Putra, Siti Atava Rizema. 2013. *Gizi Dan Diet*. Yogyakarta: D-MEDIKA.
- Rottie, Julia V. 2013. "Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Tompasso." 1:1–6.
- Rusilanti, Ari Istiany dan. 2013. *Gizi Terapan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Sholikhah, Anik, Eunike Raffy Rustiana, and Ari Yuniastuti. 2017. "Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita Di Pedesaan Dan Perkotaan." *Public Health Perspective Journal* 2(1):9–18.
- UNICEF, WHO, and World Bank. 2020. "Levels and Trends in Child Malnutrition: Key Findings of the 2020 Edition of the Joint Child Malnutrition Estimates." *Geneva: WHO* 24(2):1–16.