

Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Buruk Pada Balita Di Dusun C III Desa Pir Adb Besitang Kecamatan Besitang Kabupaten Langkat

Ria Julita Sari
Akademi Kebidanan Langkat
E-mail: riajulita473@gmail.com

ABSTRACT

Nutrition is one of the determinants of the quality of human resources (HR). Good nutritional conditions can be achieved when the body gets enough nutrients consumed so as to allow physical growth, brain development, and work ability to achieve optimal health levels. This study aims to describe the knowledge of mothers about malnutrition in toddlers based on the definition, characteristics, causes and treatment of malnutrition. The research method uses a descriptive study design. The population in this study were all mothers who had toddlers aged 2-5 years in Pir Village CIII ADB Besitang, Besitang District as many as 43 people. Sampling with total sampling technique with a sample of 43 respondents. The instrument used is a questionnaire. The results showed that the knowledge about the definition of malnutrition in the majority was sufficient as many as 20 people (46.5%), the characteristics of the majority of poor nutrition were sufficient as many as 23 people (53.5%), knowledge of the causes of malnutrition the majority was sufficient as many as 28 people (65.1%), and the handling of malnutrition was sufficient for the majority as many as 34 people (79.1%). The conclusion is that the mother's knowledge about malnutrition in children under five in Dusun C III, PIR ADB Besitang Village, Besitang District, Langkat Regency, was mostly good as many as 26 people (60.5%) and the minority had sufficient knowledge as many as 17 people (39.5%).

Keywords: Knowledge Level, Malnutrition

ABSTRAK

Gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan keserasian antara perkembangan fisik dan perkembangan mental. Gizi adalah salah satu penentuan kualitas sumber daya manusia (SDM), Kondisi gizi baik dapat dicapai bila tubuh memperoleh cukup zat gizi yang dikonsumsi sehingga memungkinkan terjadinya pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kemampuan kerja untuk mencapai tingkat kesehatan optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu tentang gizi buruk pada balita berdasarkan definisi, ciri – ciri, penyebab dan penanganan gizi buruk. Metode penelitian menggunakan design study deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki balita usia 2-5 tahun di Desa Pir CIII ADB Besitang Kecamatan Besitang sebanyak 43 orang. Pengambilan sampel dengan teknik total sampling dengan jumlah sampel 43 responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan tentang definisi gizi buruk mayoritas cukup sebanyak 20 orang (46,5%), ciri – ciri gizi buruk mayoritas cukup sebanyak 23 orang (53,5%), pengetahuan penyebab gizi buruk mayoritas cukup sebanyak 28 orang (65,1%), dan penanganan gizi buruk mayoritas cukup sebanyak 34 orang (79,1%). Kesimpulan didapat pengetahuan ibu tentang gizi buruk pada balita di Dusun C III Desa PIR ADB Besitang Kecamatan Besitang Kabupaten Langkat mayoritas baik sebanyak 26 orang (60,5%) dan minoritas pengetahuan cukup sebanyak 17 orang (39,5%).

Kata Kunci : Tingkat Pengetahuan, Gizi Buruk

PENDAHULUAN

Gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan keserasian antara perkembangan fisik dan perkembangan mental. Tingkat keadaan gizi normal tercapai bila kebutuhan zat gizi optimal terpenuhi. Tingkat gizi seseorang dalam suatu masa bukan saja ditentukan oleh konsumsi zat gizi pada masa lampau, bahkan jauh sebelum masa itu (Budiyanto dalam Sequeira 2019). Gizi adalah salah satu penentuan kualitas sumber daya manusia (SDM), Kondisi gizi baik dapat dicapai bila tubuh memperoleh cukup zat gizi yang dikonsumsi sehingga memungkinkan terjadinya pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kemampuan kerja untuk mencapai tingkat kesehatan optimal (Departemen Kesehatan RI, 2019).

Ditinjau dari sudut masalah kesehatan dan gizi, anak umur 2-5 tahun termasuk dalam golongan masyarakat kelompok rentan gizi, yaitu kelompok masyarakat yang paling mudah menderita kelainan gizi, karena pada saat ini mereka sedang mengalami proses pertumbuhan yang relatif pesat dan memerlukan zat-zat gizi dalam jumlah yang relatif besar. Anak umur 2-5 tahun sedang berada pada masa perkembangan dimana mereka mulai menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar ditandai dengan meningkatnya berbagai kemampuan yang membutuhkan fisik yang sehat (Sequeira 2019).

Masalah balita adalah periode perkembangan fisik dan mental yang pesat. Pada masa ini otak balita telah siap menghadapi berbagai stimulus seperti belajar berjalan dan berbocora lancer. Kondisi otak dan fisik anak dikemudian hari tergantung dari jenis dan jumlah makanan yang diberikan kepadanya, sejak masih kandungan sampai masa kanak-kanak. Balita memiliki kebutuhan gizi yang berbeda dari orang dewasa. Mereka butuh lebih banyak

lemak dan lebih sedikit serat. Cermati perbedaan ini saat ibu merencanakan menu makan balita. Untuk itu pengetahuan ibu tentang perawatan bayi dan anak-anak prasekolah boleh dikatakan penting sekali untuk menciptakan generasi masa datang yang lebih baik dan peran ibu menjadi factor penentuannya (Proverawati, 2018).

Sekitar 45% kematian pada anak-anak balita dikaitkan dengan kekurangan gizi. Ini kebanyakan terjadi di negara berpendapatan rendah dan menengah. Pada saat yang sama, di negara-negara yang sama, tingkat obesitas meningkat. Indikator kesehatan suatu bangsa masih dilihat dari tinggi atau rendahnya angka kematian bayi dan anak. Terjadinya kematian bayi dan anak berhubungan dengan masalah kesehatan. Masalah kesehatan bayi dan anak di tiap Negara berbeda, karena perbedaan lingkungan yang mempengaruhinya. Namun secara garis besar masalah tersebut dikelompokkan menjadi dua kategori, yaitu masalah anak di Negara maju dan masalah anak di Negara berkembang (Maryunani, 2018).

Tingginya angka kematian bayi dan anak merupakan ciri yang umum dijumpai di negara-negara yang sedang berkembang termasuk Indonesia. Angka kematian bayi dan anak bisa saja disebabkan salah satu faktornya yaitu tentang pemberian asupan gizi yang kurang memadai. Istilah kurang Energi-Protein sekarang dipandang sebagai suatu permasalahan ekologis dimana tidak saja disebabkan oleh ketidak cukupan ketersediaan pangan atau zat-zat gizi tertentu tetapi juga dipengaruhi oleh kemiskinan, sanitasi lingkungan yang kurang baik dan ketidak tahuan terhadap gizi (Linda, 2018).

World Health Organization (WHO) mengelompokkan wilayah prevalensi gizi kurang kedalam 4 kelompok yaitu rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Pemerintah Indonesia mengklaim 900 ribu balita

Indonesia mengalami gizi buruk. Angka tersebut menempatkan Indonesia diperingkat kelima di Dunia sebagai Negara dengan bayi kekurangan gizi terbanyak (Proverawati, 2018).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan di Kecamatan Besitang pada tahun 2020 dilaporkan Balita Gizi Buruk sebanyak 195 Balita, dengan jumlah laki-laki 96 Balita dan Perempuan 99 Balita. Dan data tertinggi di kecamatan Pleret sebanyak 18 balita dengan jumlah anak laki-laki sebanyak 8 Balita dan Perempuan terdiri 8 balita. Hasil wawancara wawancara 10 ibu di Dusun pir CIII ADB Besitang yang mempunyai balita didapatkan tiga orang ibu yang dapat menjelaskan tentang gizi buruk baik dari penyebab gizi buruk, ciri-ciri balita dengan gizi buruk dan penanganannya, kemudian tujuh ibu diantaranya tidak bisa menjelaskan tentang gizi buruk, baik penyebab gizi buruk dan penanganan gizi.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk mengetahui bagaimana pengetahuan ibu tentang Gizi buruk pada balita di Dinkes Pir CIII ADB Besitang Kecamatan Besitang Kabupaten Langkat Tahun 2021.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian menggunakan *design study deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki balita usia 2-5 tahun di Desa Pir CIII ADB Besitang Kecamatan Besitang sebanyak 43 orang. Pengambilan sampel dengan teknik *total sampling* dengan jumlah sampel 43 responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

No.	Karakteristik Responden		
1.	Umur	f	%
	< 20 Tahun	10	23,3
	20 - 35 Tahun	27	62,8
	> 35 Tahun	6	14,0
	Total	43	100,0
2.	Pendidikan	f	%
	SD	1	2,3
	SMP	11	25,6
	SMA	26	60,5
	Sarjana	5	11,6
	Total	43	100,0
3.	Pekerjaan	f	%
	Ibu rumah tangga	13	30,2
	Petani	3	7,0
	Wiraswasta	22	51,2
	PNS	5	11,6
	Total	43	100,0
4	Jumlah Anak	f	%
	1 - 2 anak	23	53,5
	3 - 4 anak	17	39,5
	5 - 6 anak	3	7,0
	Total	43	100,0

Berdasarkan tabel menunjukkan mayoritas ibu berumur 20 - 35 tahun sebanyak 27 orang (62,8%), pada pendidikan mayoritas berpendidikan SMA sebanyak 26 orang (60,5%), untuk pekerjaan mayoritas ibu bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 22 orang (51,2%) sedangkan jumlah anak mayoritas memiliki anak 1 – 2 orang sebanyak 23 orang (53,3%).

Distribusi Berdasarkan Pengetahuan Ibu Tentang Pengertian, Ciri – Ciri, Penyebab dan Penanganan Gizi Buruk Pada Balita

No.	Karakteristik Responden		
1.	Pengertian gizi buruk	f	%
	Baik	19	44,2
	Cukup	20	46,5
	Kurang	4	9,3
	Total	43	100,0

2.	Ciri – ciri gizi buruk	f	%
	Baik	5	11,6
	Cukup	23	53,5
	Kurang	15	34,9
	Total	43	100,0
3.	Penyebab gizi buruk	f	%
	Baik	0	0
	Cukup	28	65,1
	Kurang	15	34,9
	Total	43	100,0
4	Penanganan	f	%
	Baik	9	20,9
	Cukup	34	79,1
	Kurang	0	0
	Total	43	100,0

Berdasarkan tabel menunjukkan pengetahuan ibu tentang definisi gizi buruk mayoritas cukup sebanyak 20 orang (46,5%), ciri – ciri gizi buruk mayoritas cukup sebanyak 23 orang (53,5%), pengetahuan penyebab gizi buruk mayoritas cukup sebanyak 28 orang (65,1%), dan penanganan gizi buruk mayoritas cukup sebanyak 34 orang (79,1%).

Distribusi Berdasarkan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Buruk Pada Balita

No	Pengetahuan gizi buruk	f	%
1	Baik	26	60,5
2	Cukup	17	39,5
3	Kurang	0	0
	Total	43	100,0

Berdasarkan tabel menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi buruk pada balita di Dusun C III Desa PIR ADB Besitang Kecamatan Besitang Kabupaten Langkat mayoritas baik sebanyak 26 orang (60,5%) dan minoritas pengetahuan cukup sebanyak 17 orang (39,5%).

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil tabel menunjukkan dari 43 ibu yang memiliki balita di Dusun C

III Desa Pir ADB Besitang Kecamatan Besitang Kabupaten Langkat didapatkan mayoritas ibu berumur 20 - 35 tahun sebanyak 27 orang (62,8%) dan minoritas berumur > 35 tahun sebanyak 6 orang (14,0%). Penelitian dari Yuhansyah (2019) juga menunjukkan bahwa karakteristik responden yang paling banyak memiliki balita adalah usia berkisar antara 26-35 tahun dengan jumlah 31 orang (57,4%) dan minoritas 17 – 25 tahun sebanyak 7 orang (13,0%).

Usia akan memengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin tua umur dari responden maka pengalaman dan informasi yang didapatpun akan semakin banyak, sehingga akan memiliki tingkat pengetahuan yang semakin baik pula. Selain itu, semakin bertambah usia seseorang akan berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga akan semakin bijaksana. Disisi lain, saat semakin cukup usia, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja (Rahayu, 2021).

Menurut asumsi peneliti Usia akan berpengaruh pada kemampuan dan kesiapan diri ibu. Umur ibu menentukan pola pengasuhan dan penentuan makanan yang sesuai bagi anak karena semakin bertambah umur ibu maka semakin bertambah pengalaman dan kematangan ibu dalam pola pengasuhan dan penentuan makan anak.

Pada pendidikan mayoritas ibu berpendidikan SMA sebanyak 26 orang (60,5%) dan minoritas ibu berpendidikan SD sebanyak 1 orang (2,3%). Penelitian yang dilakukan oleh Yuhansyah (2019) juga didapatkan mayoritas tingkat pendidikan responden adalah SMA sebanyak 29 orang (53,7%) dan minoritas berpendidikan SD sebanyak 6 (11,1%). Pendidikan juga berpengaruh dengan pengetahuan dimana pendidikan terakhir ibu berada pada jenjang sekolah menengah atas (SMA). Hal ini diperkuat oleh Notoadmojo Pengetahuan merupakan salah satu komponen yang mewujudkan dan mendukung terjadinya

perilaku. Seseorang yang memiliki tingkat pendidikan tinggi maka pengetahuan akan memiliki pengetahuan yang baik. Menurut teori menyatakan bahwa orang yang memiliki pendidikan tinggi akan merespon yang rasional terhadap informasi yang datang dan akan berfikir sejauh mana keuntungan yang akan mereka dapatkan.

Seseorang yang memiliki pendidikan tinggi akan lebih mudah menerima hal baru sehingga informasi lebih mudah diterima khususnya tentang gizi pada anak (Wirdaningsih, 2020). Menurut asumsi peneliti tidak dapat dipungkiri bahwa makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya. Sebaliknya, jika seseorang tingkat pendidikannya rendah akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan, informasi dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan.

Untuk pekerjaan mayoritas ibu bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 22 orang (51,2%) dan minoritas bekerja sebagai petani sebanyak 3 orang (30,2%). Yang mana dapat disimpulkan bahwa mayoritas ibu bekerja di Dusun C III Desa PIR ADB Besitang Kecamatan Besitang Kabupaten Langkat. Sesuai dengan penelitian oleh Oktarindasarira (2020) dimana mayoritas responden bekerja sebesar 51 responden (56,7%) dan sebagian kecil responden tidak 39 responden (43,3%). Dari hasil penelitian bagi ibu – ibu yang bekerja dapat punya waktu untuk mendapatkan informasi dari berbagai pihak misalnya adalah teman bekerja. Dan ibu yang bekerja bertujuan untuk memperbaiki suatu keadaan yang lebih dari keadaan sebelumnya. Ibu yang memiliki pekerjaan dapat berbuat sesuatu yang bernilai, dan bermanfaat dan bisa menyediakan asupan yang baik pada balita.

Sedangkan pada jumlah anak mayoritas ibu memiliki anak 1 – 2 orang sebanyak 23 orang (53,3%) dan minoritas ibu memiliki anak 5 – 6 anak sebanyak 3 orang (7,0%). Hal ini sejalan dengan

penelitian Liswati (2016) pada balita di Desa Tegalgi Boyolali yang menunjukkan tidak adanya hubungan antara paritas dengan status gizi balita didapat nilai *p value* 0,065 (>0,05).

Penelitian Rahma (2019) pada balita di Desa Tambakan Kecamatan Gubug Kabupaten Grobogan juga menyatakan tidak ada hubungan antara jumlah anak dengan status gizi balita. Paritas berhubungan dengan pola asuh dan pemenuhan kebutuhan gizi anak, terlebih jika didukung dengan kondisi ekonomi yang baik. Anak yang lahir dari ibu dengan paritas yang tinggi berpeluang lebih besar mendapatkan pola asuh yang baik dan tercukupinya pemenuhan kebutuhan gizi selama masa pertumbuhan (Sulistyoningsih, 2020).

Menurut asumsi peneliti anak dengan jumlah saudara kandung lebih banyak dapat meningkatkan pertumbuhan karena ibu sudah berpengalaman mengasuh anak – anak, tetapi ibu yang mempunyai anak hanya 1 juga mempunyai pengetahuan yang baik karena ibu mendapat informasi dari teman kerja dan pengetahuan ibu yang sudah di tingkat menengah.

Pengetahuan Ibu Tentang Pengertian Gizi Buruk

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa mayoritas pengetahuan ibu tentang pengertian gizi buruk pada balita di Dusun C III Desa PIR ADB Besitang Kecamatan Besitang Kabupaten Langkat kategori cukup sebanyak 20 orang (46,5%) dan minoritas kurang sebanyak 4 orang (9,3%). Dimana responden sudah mengetahui pengertian gizi buruk yang dialami balita. Gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan kesejahteraan manusia. Gizi dikata baik apabila terjadi keseimbangan dan keserasian antara perkembangan fisik dan perkembangan mental balita (Fentia, 2020).

Pengetahuan Ibu Tentang Ciri – Ciri Gizi Buruk

Berdasarkan tabel menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang ciri – ciri gizi buruk pada balita mayoritas kategori cukup sebanyak 23 orang (53,5%) dan minoritas baik sebanyak 3 orang (11,6%). Ibu di Dusun C III Desa PIR ADB Besitang Kecamatan Besitang Kabupaten Langkat sudah cukup mengetahui bagaimana ciri – ciri yang apabila anak balita terkena gizi buruk dari berat badan dan tinggi badan yang tidak sesuai dengan perkembangan umur, dan sudah ibu juga sudah tahu bahwa bayi yang rewel dan susah makan merupakan salah satu ciri bayi yang kurang gizi.

Menyatakan balita yang mengalami gizi buruk dapat dilihat dengan ciri-ciri, badan yang sangat kurus, cengeng dan mudah nangis, rambut yang tipis dan warna kemerahan seperti rambut jagung yang mana akan ditarik akan mudah rontok tanpa rasa sakit. Gangguan berat badan dan panjang badan balita tidak dapat mencapai berat dan panjang yang sesuai dengan umurnya, perut cekung dan kulit keriput kelihatan seperti orang tua (Koesmadi, 2020).

Pengetahuan Ibu Tentang Penyebab Gizi Buruk

Berdasarkan tabel menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang penyebab gizi buruk pada balita mayoritas cukup sebanyak 28 orang (65,1%) dan minoritas pengetahuan baik sebanyak 15 orang (34,5%). Untuk pengetahuan penyebab gizi buruk pada balita ibu sudah mengerti bahwa anak yang mengkonsumsi makanan yang tidak seimbang, tidak mengandung protein, terlalu rendah lemak dan makanan yang menggunakan bahan pengawet lama kelamaan akan berdampak pada gizi buruk.

Anak yang sedang tumbuh dan berkembang tentu memerlukan gizi yang cukup dan seimbang. Anak usia dini dibawah lima tahun merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah gizi utama, kekurangan energi protein yang akan menyebabkan gagal tumbuh. Gizi buruk dapat disebabkan oleh pola makan yang

kurang baik, status ekonomi yang rendah, sulit mendapatkan makanan, serta berbagai kondisi medis dan kesehatan mental (Anggari, 2021).

Pengetahuan Ibu Tentang Penanganan Gizi Buruk

Berdasarkan tabel menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang penanganan gizi buruk pada balita mayoritas cukup sebanyak 34 orang (79,1%) dan minoritas pengetahuan ibu baik sebanyak 9 orang (20,9%). Pada penanganan gizi buruk pada balita responden juga sebagian besar sudah tahu bagaimana agar mencegah anak tidak mengalami gizi buruk yang akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak di masa depan. dari 43 responden yang di beri kuesioner 34 orang ibu sudah mengetahui bahwa makanan seperti daging, susu, telur, hati, dan ikan merupakan sumber karbohidrat yang baik untuk balita dan memberikan makanan yang baik seperti menu yang terdiri dari beraneka ragam makanan dalam jumlah dan porsi sesuai selera dan responden juga mengetahui bahwa memasak sayuran tidak terlalu lama agar zat gizi pada sayuran tidak hilang.

Menurut asumsi peneliti hal yang dapat dilakukan orang tua untuk mengatasi gizi buruk pada balita, dapat mencukupi asupan nutrisi. Sering mungkin menghadirkan makanan yang disukai balita dan makanan yang bervariasi dan menu makanan tersebut harus selalu mengandung protein, karbohidrat, lemak, vitamin dan mineral dengan porsi yang sesuai dengan si kecil. Orang tua juga dapat menciptakan suasana makan yang menyenangkan yang berpengaruh si kecil berselera makan. Memberikan makanan porsi yang sesuai dengan si kecil yang tidak terlalu banyak sehingga tidak menghilangkan nafsu makan.

Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Buruk Pada Balita

Berdasarkan tabel menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi buruk pada balita di Dusun C III Desa PIR ADB Besitang Kecamatan Besitang Kabupaten Langkat mayoritas baik sebanyak 26 orang (60,5%) dan minoritas pengetahuan cukup sebanyak 17 orang (39,5%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi buruk sudah baik dari segi pengertian, ciri – ciri, penyebab dan penanganan gizi buruk pada balita.

Bertambahnya umur anak, santapan yang diberikan wajib lebih bermacam-macam dan bergizi serta balance guna mendukung status gizi dan perkembangan anak. Ibu dalam perihal ini sangat berperan penting untuk memastikan jenis makanan yang hendak disantap oleh anak. Pemberian pola makan yang mencukupi berhubungan dengan baiknya mutu mengkonsumsi santapan anak yang pada kesimpulannya akan tingkatkan kecukupan zat gizi pula. Tingkatan kecukupan zat gizi ialah salah satu aspek yang bisa mempengaruhi status gizi pada balita (Sari & Leersia, 2018).

Zat gizi berperan dalam memelihara serta memulihkan kesehatan anak serta bermanfaat bagi sumber tenaga buat melakukan kegiatan tiap hari. Perihal yang juga diperlukan anak untuk mencapai pertumbuhan yang optimal yaitu, atensi dan perilaku (asuhan) orang tua dalam membrikan makanan. Kesalahan dalam memilihkan makananan berdampak kurang baik pada anak baik di masa saat ini ataupun masa yang akan datang (Sari and Leersia, 2018).

Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuhansyah dan Mira (2019) tentang gambaran tingkat pengetahuan ibu tentang gizi pada balita, dari 54 ibu mayoritas berpengetahuan cukup dengan jumlah 21 orang (38,9%), dengan pengetahuan cukup yang dimiliki oleh ibu artinya mampu menganggap bahwa gizi pada balita adalah suatu hal yang sangat dasar dan penting untuk pertumbuhan dan perkembangan balita. Didukung dengan

penelitian Mendrofa (2021) dengan judul *Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Pada Balita Di Desa Sisobahili Tabaloho Kecamatan Gunungsitoli Kota Gunungsitoli*” di dapatkan hasil pengetahuan tentang gizi pada balita yang mayoritas ibu berpengetahuan cukup 50 ibu (55,5%) dan minoritas ibu berpengetahuan kurang 15 ibu (16,7%).

Status gizi pada balita harus sangat dijaga dan diperhatikan secara serius dari orang tua, kerena terjadi malnutrisi pada masa ini akan bisa menyebabkan kerusakan yang irreversibel. Sangat mungkin ukuran tubuh pendek adalah salah satu indikator atau petunjuk kekurangan gizi yang berkepanjangan pada balita. Kekurangan gizi yang lebih fatal akan berdampak pada perkembangan otak (Pibriyanti, 2020).

Masa balita adalah periode perkembangan fisik dan mental yang pesat. Pada masa ini otak balita telah siap menghadapi berbagai stimulasi seperti belajar berjalan dan berbicara lancar. Kondisi otak dan fisik anak dikemudian hari tergantung dari jenis dan jumlah makanan yang di berikan kepadanya, sejak masih kandungan sampai masa kanak-kanak. Balita memiliki kebutuhan gizi yang berbeda dari orang dewasa. Mereka butuh lebih banyak lemak dan lebih sedikit serat. Cermati perbedaan ini saat ibu merencanakan menu makan balita. Untuk itu pengetahuan ibu tentang perawatan bayi dan anak-anak prasekolah boleh dikatakan penting sekali untuk menciptakan generasi masa datang yang lebih baik dan peran ibu menjadi faktor penentunya (Pibriyanti, 2020).

Pengetahuan ibu yang baik tentang gizi balita dapat mencegah komplikasi yang serius pada status gizi balita. Kurangnya pengetahuan tentang gizi akan mengakibatkan berkurangnya kemampuan untuk menerapkan informasi dalam kehidupan sehari-hari yang merupakan salah satu penyebab terjadinya masalah gizi pada balita. Ketika tingkat pengetahuan ibu baik

tentang kesehatan khususnya gizi pada anak balita, dapat memberikan pencegahan sejak dini dengan mencari informasi mengenai pola hidup yang baik, pola makan serta nutrisi bergizi seimbang untuk anak balita agar tidak terjadinya masalah gizi pada anak balita. Selain itu dengan tingkat pengetahuan ibu yang baik juga dapat memeriksakan anaknya ke Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas) dan konsultasi tentang perkembangan status gizi balita secara rutin agar ibu dapat mengetahui perkembangan tumbuh kembang balita khususnya kebutuhan gizi seimbang.

Menurut Yuhansyah (2019) status gizi yang baik merupakan syarat utama terwujudnya Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas, khususnya terhadap balita. Balita yang mengalami gangguan atau kekurangan gizi pada usia dini akan mengganggu tumbuh kembang yang lebih fatal bisa menyebabkan kematian. Umumnya gangguan gizi disebabkan kurangnya asupan nutrisi, infeksi dan kurangnya perhatian orang tua dalam hal ini pengetahuan terhadap kebutuhan gizi anak balita.

Menurut asumsi peneliti terdapat ikatan antara pengetahuan ibu dengan status gizi balita. Pengetahuan ibu yang rendah tentang pola pemberian makan pada balita, akan berdampak pada kesehatan anak dan sebaliknya apabila pengetahuan ibu yang baik tentang gizi pada balita akan berdampak yang baik pula bagi kesehatan anak. Dimana ibu yang berpengetahuan yang apabila tidak memberikan gizi seimbang kepada balita akan berdampak ada terjadinya gizi buruk yang berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Pengetahuan ibu tentang gizi buruk pada balita di Dusun C III Desa PIR ADB Besitang Kecamatan Besitang Kabupaten Langkat mayoritas baik sebanyak 26 orang

(60,5%) dan minoritas pengetahuan cukup sebanyak 17 orang (39,5%).

Saran

Diharapkan untuk dapat menambah rasa ingin tahu tentang gizi pada balita dan sebagai motivasi diri untuk peduli terhadap pertumbuhan dan perkembangan balita terutama tentang gizi dan asupan makanan yang diberikan apakah sudah mencukupi atau belum.

Diharapkan bermanfaat bagi mahasiswa Akademi Kebidanan Langkat dan bisa menjadi bahan bacaan di perpustakaan untuk menambah pengetahuan khususnya dimata kuliah gizi dan diet dan keperawatan anak.

Diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk peneliti selanjutnya yang meneliti dengan ruang lingkup yang lebih luas tentang gizi pada balita.

DAFTAR PUSTAKA

- Depkes RI. 2018. *Situasi Diare di Indonesia: Subdit Pengendalian Diare dan Infeksi Saluran Pencernaan*. Depkes RI. Jakarta
- Fentia, Lia. 2020. *Faktor Risiko Gizi Kurang Pada Anak Usia 1 -5 Tahun Dari Keluarga Miskin*. Jakarta :Nem
- Oktarindasarira, Zelita. dkk. 2020. *Hubungan Pengetahuan, Pekerjaan Ibu dan Pendapatan Keluarga Dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tapin Utara Tahun 2020*. Program Studi Kesehatan Masyarakat Kesehatan Masyarakat 13201, FKM, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad
- Maryunani, A. 2018. *Ilmu Kesehatan Anak dalam Kebidanan*. Trans Info Media .Jakarta
- Mendrofa, Oberlin. 2021. *Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Pada Balita Di Desa Sisobahili Tabaloho Kecamatan Gunungsitoli Kota Gunungsitoli*. Karya Tulis Ilmiah

- Pibriyanti ,Kartika. 2020. *Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Kurang Pada Anak Balita*. Jurnal Kesehatan Global, Vol.5, No.1, Januari 2022 : 10-18
- Proverawati, Atika. 2018. *Obesitas dan Gangguan Perilaku Makan Pada Remaja*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Rahayu, Tri Herlina Sari, dkk. 2021. *Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Pada Balita di Desa Kedawung Kecamatan Susukan Kabupaten Banjarnegara*. Borneo Nursing Journal (Bnj) <https://akperyarsismd.e-journal.id/bnj> Vol. 4 No. 1 Tahun 2021
- Rahma, Dinanisa & Rinda Yusuf (2019). *Hubungan Antara Karakteristik Ibu dengan Status Gizi Balita di Desa Tambakan Kecamatan Gubug Kabupaten Grobogan Tahun 2019*. Thesis Universitas Islam Negeri Walisong Semarang
- Sari, Milda Riski Nirmala & Leersia Yusi Ratnawati. 2018. *Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pola Pemberian Makan dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Gapura Kabupaten Sumenep*, *Amerta Nutrition*, 2(2), Pp. 182–188. Doi: 10.20473/Amnt.V2.I2.2018.182-188

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih Kepada Yayasan Akademi Kebidanan Langkat Karna telah memberikan motivasi dan bantuan dana sehingga dapat terlaksananya penelitian ini.

Terima kasih kami ucapkan kepada Bapak Camat Kecamatan Besitang Dkarna telah memberikan izin bagi saya untuk melaksanakan penelitian