

## Hubungan Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian Makanan Seimbang Dengan Status Gizi Anak Pra Sekolah Usia 3-5 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Pahandut Kota Palangka Raya

Laura Anjelina<sup>1</sup>, Ayu Puspita<sup>2</sup>, Dian Mitra Desnawati Silalahi<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> STIKes Eka Harapan

Email: [laura.ajelina@yahoo.com](mailto:laura.ajelina@yahoo.com)

### Abstrak

**Latar Belakang:** Tingkat pengetahuan seorang ibu merupakan hal yang sangat mempengaruhi pada status gizi anak. Salah satu penyebab dari tingginya angka kematian pada balita sehingga menurunkan mutu kehidupan serta terganggunya pertumbuhan dan perkembangan adalah kekurangan gizi. Angka kejadian gizi buruk pada anak usia pra sekolah merupakan dampak dari kurangnya pengetahuan ibu dalam pemberian makanan seimbang sesuai kebutuhan anak, oleh karena itu pengetahuan ibu tentang mengetahui seberapa pentingnya pemberian makanan seimbang terutama pada anak masa pertumbuhan sangatlah penting. Fenomena yang ada saat ini di Puskesmas Pahandut Kota Palangka Raya masih termasuk tempat dimana sering ditemukannya permasalahan tentang status gizi buruk. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu dalam pemberian makanan seimbang dengan status gizi anak pra sekolah usia 3-5 tahun di wilayah kerja puskesmas pahandut kota Palangka Raya. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Teknik pengambilan sampel adalah purposive sampling dengan 40 responden. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan *chi-square*. **Hasil:** Dari 40 Responden, terdapat 5 responden (12%) dengan pengetahuan tinggi, 9 Responden (22%) dengan pengetahuan sedang, dan terdapat 26 responden (65%) dengan pengetahuan rendah. Penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan ibu dalam pemberian makanan seimbang dengan status gizi anak pra sekolah usia 3-5 tahun ( $p\text{-value } 0,000 < \alpha 0,05$ ). **Kesimpulan:** Pengetahuan ibu yang baik mengenai pemberian makanan seimbang terhadap status gizi anak pra sekolah sangatlah penting untuk menjaga anak tetap sehat dan terhindar dari gizi buruk.

Kata kunci: Edukasi Kesehatan, Video Animasi, Pengetahuan, Kesehatan Reproduksi

### Abstract

**Introduction :** A mother's level of knowledge greatly affects the nutritional status of a child. One of the causes of the high mortality rate in toddlers that reduces the quality of life and disrupts growth and development is malnutrition. The incidence of malnutrition in pre-school children is the impact of the mother's lack of knowledge in providing balanced food according to the needs of the child, therefore the mother's knowledge about knowing how important it is to provide balanced food, especially in children during the growth period is very important. The current situation at the Pahandut Community Health Center in Palangka Raya City is that it is still a place where problems related to poor nutritional status are frequently found. **Objective:** This study aims to determine the relationship between maternal knowledge in providing balanced nutrition and the nutritional status of pre-school children aged 3-5 years in the working area of the Pahandut Health Center in Palangka Raya City. **Methods:** This study used a correlational design with a quantitative approach. The sampling technique was purposive sampling with 40 respondents. Data was collected through questionnaires and analyzed using *chi-squares*. **Results:** Of the 40 respondents, there were 5 respondents (12%) with high knowledge, 9 respondents (22%) with moderate knowledge, and there were 26 respondents (65%) with low knowledge. Research shows a significant relationship between mother's knowledge in balanced feeding and the nutritional status of preschool children aged 3-5 years ( $p\text{-value } 0,000 < \alpha 0,05$ ). **Conclusion:** Good maternal knowledge about balanced feeding on the nutritional status of preschool children is very important to keep children healthy and avoid malnutrition.

Keywords: Knowledge, Balanced Food, Nutritional Status, Pre-School Children

## 1. PENDAHULUAN

Rendahnya pengetahuan dan pendidikan orang tua khususnya ibu, merupakan faktor penyebab mendasar terpenting, karena sangat mempengaruhi tingkat kemampuan individu, keluarga, serta masyarakat dalam rangka mengelola sumber daya yang ada, untuk mendapatkan kecukupan bahan makanan serta sejauh mana sarana pelayanan kesehatan gizi dan sanitasi lingkungan tersedia dimanfaatkan sebaik-baiknya (Dwi Ertiana & Shafira Berliana Zain, 2023). Tingkat pengetahuan seorang ibu merupakan hal yang sangat mempengaruhi pada status gizi anak. Salah satu penyebab dari tingginya angka kematian pada balita sehingga menurunkan mutu kehidupan serta terganggunya pertumbuhan dan perkembangan adalah kekurangan gizi (Dwi Ertiana & Shafira Berliana Zain, 2023). Setiap anak memiliki status gizi yang berbeda tergantung jenis kelamin, usia, berat badan, tinggi badan, dan lingkar kepala dengan mengecek langsung melalui posyandu ataupun dokter anak. Pemberian makanan seimbang yang kurang baik akan menimbulkan *stunting* atau status gizi anak buruk (Andika et al., 2023). Berdasarkan fenomena yang ada saat ini angka kejadian gizi buruk pada anak usia pra sekolah merupakan dampak dari kurangnya pengetahuan ibu dalam pemberian makanan seimbang sesuai kebutuhan anak. Hal ini dapat mengakibatkan kejadian *stunting* meningkat di Indonesia. Puskesmas Pahandut Kota Palangka Raya sendiri masih termasuk tempat dimana sering ditemukan nya permasalahan tentang status gizi buruk. Menurut WHO (World Health Organization) sekitar 149,2 juta atau 22% anak di bawah usia 5 tahun di seluruh dunia diperkirakan mengalami *stunting* pada tahun 2020. Dapat diartikan lebih dari 150 juta anak didunia mengalami *stunting* (Beno et al., 2022). Berdasarkan data studi Status Gizi di Indonesia (SSGI) tahun 2022 *stunting* secara nasional turun dari 24% menjadi 21,6%.

Meskipun terjadi penurunan angka tersebut masih dianggap tinggi, untuk itu penting bagi ibu untuk secara rutin memantau status gizi pada anak (Kementrian Kesehatan RI, 2021). Kalimantan Tengah juga menargetkan prevalensi *stunting* 14% pada tahun 2024 mendatang. Berdasarkan data yang diperoleh di Puskesmas Pahandut Palangka Raya pada tahun 2024 prevalensi target adalah 2.901 balita yang target adalah 2.901 balita dan yang memiliki status gizi kurang ada sekitar 95 balita 33,3 % dan masih sangat jauh dari angka target yang diharapkan. Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 10 Maret 2025 di Wilayah Kerja Puskesmas Pahandut Kota Palangka raya di dapatkan data wawancara survey pendahuluan dimana hasil 9 ibu yang masih memiliki pengetahuan kurang tentang status gizi yang baik, berapa kali sehari memberikan makanan, dan jenis makanan apa saja yang diberikan, 1 ibu memiliki pengetahuan cukup baik tentang status gizi.

Masalah gizi dipengaruhi oleh banyak faktor yang saling mempengaruhi secara menyeluruh. Ditingkat rumah tangga keadaan gizi dipengaruhi oleh kemampuan rumah tangga menyediakan pangan dalam jumlah dan jenis yang cukup, serta pola asuh yang dipengaruhi oleh faktor pendidikan, perilaku dan keadaan kesehatan rumah tangga. Salah satu penyebab timbulnya kurang gizi pada anak balita adalah akibat pola asuh anak yang kurang memadai (Sulistiyowati et al., 2021). Faktor dari masih terdapatnya status gizi kurang baik adalah karna masih rendahnya pengetahuan ibu tentang mengetahui seberapa pentingnya pemberian makanan seimbang terutama pada anak masa pertumbuhan.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian ini karena setidaknya dapat membantu pemerintah untuk mencapai target penurunan *stunting*, dengan cara memberikan gambaran tingkat pengetahuan ibu dalam pemberian makanan seimbang dengan status gizi anak pra sekolah usia 3-5 tahun, sehingga dapat dilakukan evaluasi dan solusi seperti melakukan penyuluhan gizi secara rutin di posyandu, sekolah dan komunitas, dengan materi yang disesuaikan dengan usia anak dan kebutuhan gizi.

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah korelasional dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Pengambilan data dengan kuesioner dan lembar observasi IMT. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Pahandut Kota Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah pada tanggal 27 Mei-5 Juni 2025. Populasi penelitian 95 responden dan sampel penelitian ini sebanyak 40 responden. Teknik sampling yang digunakan *Purposive Sampling*. Analisis data yang digunakan yaitu *Chi-Square*.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1 HASIL

#### 3.1.1 DATA UMUM

Data umum merupakan penyajian data demografi yang diperoleh oleh peneliti selama melakukan penelitian.

Tabel 1. Karakteristik Jenis Kelamin Responden

Kategori	Frekuensi	Presentase
Laki-laki	22	55
Perempuan	18	45
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data pada tabel 1, diketahui bahwa jenis kelamin anak Perempuan lebih banyak sebanyak 22 orang (55%), sedangkan anak laki laki sebanyak 18 orang (45%).

Tabel 2. Karakteristik Usia Responden

Kategori	Frekuensi	Presentase
20-29 Tahun	27	66
30-40 Tahun	13	34
>40 Tahun	0	0
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data pada tabel 2, menunjukkan data responden berdasarkan umur ibu dari 40 responden terbanyak yaitu usia 20-29 tahun berjumlah 27 responden (66%) dan paling sedikit usia 30-40 tahun terdapat 13 responden (33%).

Tabel 3. Karakteristik Pendidikan Responden

Kategori	Frekuensi	Presentase
Tidak Sekolah	10	25
SD	15	38
SLTP	8	20
SLTA	5	12
Akademik	2	5
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data pada tabel 3, menunjukkan responden berdasarkan tingkat pendidikan dari 40 responden yang terbanyak adalah SD yaitu sebanyak 15 responden (38%) dan yang paling sedikit adalah akademik yaitu 2 responden (5%).

Tabel 4. Karakteristik Pekerjaan Responden

Kategori	Frekuensi	Presentase
Ibu Rumah Tangga	28	70
Wiraswasta	10	25
Pegawai Negeri Sipil	2	5
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data pada tabel 4, menunjukkan dari 40 responden antara lain terdapat 28 responden (70%) Ibu Rumah Tangga, 10 responden (25%) Wiraswasta, 2 responden (5%) Pegawai Negeri Sipil.

Tabel 5. Distribusi Anak Menurut Umur

Kategori	Frekuensi	Presentase
36-48 Bulan (3-4)	25	63
49-59 Bulan (4-5)	15	37
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data pada tabel 5, menunjukkan hasil distribusi anak menurut umur yang terbanyak angka yang berumur 36-48 bulan (3-4 tahun) yaitu sebanyak 25 orang (63%) dan yang paling sedikit yaitu 49-59 bulan (3-5 tahun) yaitu 15 orang (37 tahun).

Tabel 6. Distribusi Anak Balita Menurut Status Gizi

Kategori	Frekuensi	Presentase
Kurang	30	75
Normal	7	18
<i>Overweight</i>	1	2
Obesitas	2	5
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data pada tabel 6, menunjukkan tabel diatas hasil distribusi anak balita menurut gizi terbanyak adalah anak dengan gizi kurang sebanyak 30 anak (75%) dan paling sedikit adalah anak yang ber status gizi obesitas yaitu 2 orang (5%).

### 3.1.2 Data Khusus

Tabel 7. Hasil Tabulasi Silang Pengetahuan Dengan Status Gizi

Pengetahuan	Obesitas IMT Anak Usia 3-5 Tahun								Total	
	Gizi Kurang		Normal		<i>Overweight</i>		Obesitas			
Baik	0	0,0%	5	12,5%	0	0,0%	0	0,0%	5	12,5%
Cukup	7	17,5%	2	5,0%	0	0,0%	0	0,0%	9	22,5%
Kurang	23	57,5%	0	0,0%	1	2,5%	2	5,0%	26	65,0%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>75,0%</b>	<b>7</b>	<b>17,5%</b>	<b>1</b>	<b>2,5%</b>	<b>2</b>	<b>5,0%</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data pada tabel 7, dari 40 responden didapati hasil 5 responden dengan pengetahuan baik pada hasil observasi IMT anak didapati 5 anak memiliki gizi normal, 9 responden berpengetahuan cukup pada hasil observasi IMT anak didapati 7 anak memiliki gizi kurang dan 2 anak memiliki gizi normal, 23 responden berpengetahuan kurang pada hasil observasi IMT anak didapati 23 anak memiliki gizi kurang, 1 anak memiliki gizi *overweight* dan

2 anak memiliki gizi obesitas. Total anak berstatus gizi kurang yaitu 30 anak, berstatus gizi normal yaitu 7, berstatus gizi overweight yaitu 1 dan berstatus gizi obesitas yaitu 2.

Tabel 8. Analisis *Chi-Square* Pengetahuan dengan Status Gizi

	<i>Value</i>	<i>df</i>	<i>Asymptotic Significance (2-sided)</i>
<i>Pearson Chi-Square</i>	30.114	6	0.000
<i>Likelihood Ratio</i>	29.073	6	0.000
<i>Linear-by-Linear Association</i>	1.985	1	0.159
<b>Total</b>	40		

Berdasarkan data pada tabel 8. dari hasil uji statistik *Chi-Square* didapat nilai  $p < 0,05$  (0,000) artinya terdapat hubungan yang kuat antara pengetahuan ibu dalam pemberian makanan seimbang dengan status gizi anak pra sekolah usia 3-5 tahun.

### 3.2 Pembahasan

#### Hasil Analisis Hubungan Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian Makanan Seimbang Dengan Status Gizi Anak Pra Sekolah Usia 3-5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Pahandut Kota Palangka Raya

Berdasarkan hasil identifikasi tingkat pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada remaja sebelum Berdasarkan hasil uji *chi-square* yaitu didapatkan  $p$  value = 0,000 atau tingkat, maka H1 diterima sehingga ada Hubungan Tingkat pengetahuan Ibu dalam Pemberian Makanan Seimbang dengan Status Gizi Anak Pra Sekolah Usia 3-5 tahun di Wilayah Puskesmas pahandut Kota Palangka Raya. Berdasarkan tabulasi silang dari 40 responden didapati hasil 26 (100%) responden berpengetahuan kurang pada hasil observasi IMT anak didapati 23 (88%) anak memiliki gizi kurang, 9 (22%) responden berpengetahuan cukup pada hasil observasi IMT anak didapati 7 (78%) anak memiliki gizi kurang dan 2 (22%) anak memiliki gizi normal, 5 (100%) responden dengan pengetahuan baik pada hasil observasi IMT anak didapati 5 (100%) anak memiliki gizi normal, 1(4%) anak memiliki gizi overweight dan 2 (8%) anak memiliki gizi obesitas. Total anak berstatus gizi kurang yaitu 30 anak, berstatus gizi normal yaitu 7, berstatus gizi overweight yaitu 1 dan berstatus gizi obesitas yaitu 2.

Tingkat pengetahuan seorang ibu merupakan hal yang sangat mempengaruhi pada status gizi anak. Salah satu penyebab dari tingginya angka kematian pada balita sehingga menurunkan mutu kehidupan serta terganggunya pertumbuhan dan perkembangan adalah kekurangan gizi (*Dwi Ertiana & Shafira Berliana Zain, 2023*). Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang sangat penting untuk menurunkan kejadian *stunting* atau gizi buruk pada balita, semakin tinggi pengetahuan ibu maka semakin baik pula pemberian gizi atau zat makanan pada balita (*Darmini et al., 1980*). Setiap anak memiliki status gizi yang berbeda tergantung jenis kelamin, usia, berat badan, tinggi badan, dan lingkar kepala dengan mengecek langsung melalui posyandu ataupun dokter anak. Pemberian makanan seimbang yang kurang baik akan menimbulkan *stunting* atau status gizi anak buruk (*Andika et al., 2023*).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa antara teori dan fakta memiliki kesamaan yaitu ada hubungan pengetahuan ibu dalam pemberian makanan dengan status gizi anak pra sekolah hubungan sangat signifikan artinya jika semakin tinggi pengetahuan ibu maka akan semakin baik status gizi anak. Faktor dari masih terdapatnya status gizi kurang baik adalah karna masih rendahnya pengetahuan ibu tentang mengetahui seberapa pentingnya pemberian makanan seimbang terutama pada anak masa pertumbuhan. Pernyataan ini sesuai dengan hasil penelitian terkait dari (*Desak Made Mirayanti, 2023*) menyatakan salah satu faktor masalah gizi

pada anak adalah pengetahuan ibu tentang gizi yang kurang akan sangat berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan anak.

#### 4. KESIMPULAN

Hasil identifikasi Pengetahuan ibu dari 40 responden terdapat 5 (12%) responden dengan pengetahuan tinggi, 9 (22%) responden dengan pengetahuan sedang, 26 (65%) responden dengan pengetahuan kurang, berdasarkan pendidikan perguruan tinggi (sarjana) 2 (5%) responden, SMA berjumlah 5 (12%), SMP 8 (20%) responden, SD 15 (38%) responden, tidak sekolah 10 (25%) responden, berdasarkan pekerjaan PNS berjumlah 2 (5%) responden, wiraswasta 10 (25%) responden, ibu rumah tangga 28 (70%) responden. Hasil identifikasi status gizi anak dari 40 responden antara lain terdapat 22 (55%) responden anak laki laki, 18 (45%) Responden anak perempuan. Berdasarkan umur dari 40 responden terbanyak yaitu usia 36-48 bulan berjumlah 25 (63%) Responden dan paling sedikit usia 49-59 bulan terdapat 15 (37%) Responden. Hasil dari analisis Chi-Square didapati nilai sig = 0.000 taraf signifikan 0.05, yang berarti  $0.000 < 0.05$  dapat disimpulkan bahwa hubungan pengetahuan ibu dalam pemberian makanan seimbang dengan status gizi anak pra sekolah usia 3-5 tahun.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] R. Adolph, *Konsep Dasar Pengetahuan*, pp. 1–23, 2016.
- [2] R. Adolph and A. Virgantari, *Metode Penelitian Poltekkes Denpasar*, pp. 1–23, 2020.
- [3] O. A. C. Ainia and H. B. Notobroto, “Faktor Demografi WUS yang Berhubungan dengan Status Gizi Berdasarkan LiLA di Puskesmas Pacarkeling Tahun 2017,” *J. Biometrika dan Kependudukan*, vol. 7, no. 2, p. 105, 2019, doi: 10.20473/jbk.v7i2.2018.105-112.
- [4] F. Andika, A. Husna, and G. Zein, “Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Balita Usia 6–24 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kecamatan Banda Raya Kota Banda Aceh,” vol. 9, no. 2, pp. 1705–1715, 2023.
- [5] J. Beno, A. Silen, and M. Yanti, “Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada anak usia 0–59 bulan di wilayah kerja puskesmas Simoang Pandan tahun 2022,” *Braz Dent J.*, vol. 33, no. 1, pp. 1–12, 2022.
- [6] N. W. Darmini, L. B. Fitriana, and V. Vidayanti, “Hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan kejadian stunting pada balita usia 2–5 tahun,” vol. 10, no. April, pp. 160–165, 1980.
- [7] D. Ertiana and S. B. Zain, “Pendidikan dan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Berhubungan Dengan Status Gizi Balita,” *Jurnal ILKES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, vol. 14, no. 1, pp. 96–108, 2023. [Online]. Available: <https://ilkeskh.org/index.php/ilkes/article/view/279/180>
- [8] Kementerian Kesehatan RI, *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/Kota Tahun 2021*, 2021.
- [9] legalstudies, “Pengetahuan (Knowledge): Pengertian, Aspek, Jenis, Tingkat, Cara Mengukur, Dan Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan, Serta Teori Dan Sumber Pengetahuan,” 2022. [Online]. Available: <https://legalstudies71.blogspot.com/2022/03/pengetahuan-knowledge-pengertian-aspek.html>
- [10] Maiti and Bidinger, “Konsep Pola Makan,” *J. Chem. Inf. Model.*, vol. 53, no. 9, pp. 1689–

1699, 2012.

- [11] M. Rachmat, *Metodologi Penelitian Gizi dan Kesehatan*, 2017.
- [12] T. W. Sitanggang, D. Anggraini, and ..., "Anak Usia Pra Sekolah," *Jurnal Medikes*, vol. 9, 2022. [Online]. Available: <http://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/Medikes/article/view/326>
- [13] Y. Sulistyowati, S. Utami, and A. C. Welasti, "Pola Asuh Keluarga dan Pemberian MP ASI Dini dengan Status Gizi Balita di Kelurahan Cipayung Jakarta Timur," *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, vol. 11, no. 2, pp. 212–223, 2021, doi: 10.52643/jbik.v11i2.1901.
- [14] A. Z. Syahputri, F. D. Fallenia, and R. Syafitri, "Kerangka berfikir penelitian kuantitatif," *Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran*, vol. 2, no. 1, pp. 160–166, 2023.
- [15] S. Widodo et al., *Metodologi Penelitian*. Cv Science Techno Direct, 2023.