

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU TENTANG PEMENUHAN GIZI SEIMBANG PADA BALITA DI DESA PANTE KECAMATAN SYAMTALIRA ARON KABUPATEN ACEH UTARA

Srie Wahyuni¹, Quranayati², Wahyuni Nur Widiawati³, Nurul Ula⁴, Nabila Syahfitri⁵

Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Abulyatama

srie_fikes@abulyatama.ac.id, Quranyati21@gmail.com, bgwahyuni1608@gmail.com,

nurulula946@gmail.com, Nabilasyahfitri2828@gmail.com

ABSTRAK

Masa balita merupakan periode emas (*golden age*) yang sangat menentukan kualitas tumbuh kembang anak di masa depan. Pemenuhan gizi seimbang pada masa ini berperan penting dalam mencegah masalah gizi seperti stunting, wasting, dan underweight. Pengetahuan dan sikap Ibu terhadap gizi seimbang merupakan faktor yang berpengaruh terhadap status gizi balita. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan sikap Ibu dengan status gizi balita di Desa Pante, Kecamatan Syamtalira Aron, Kabupaten Aceh Utara. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian adalah seluruh Ibu yang memiliki balita berusia 6–59 bulan sebanyak 62 responden. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner terstruktur untuk mengukur pengetahuan dan sikap Ibu, serta pengukuran antropometri (BB/U, TB/U, dan BB/TB) untuk menilai status gizi balita. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square (χ^2) dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. Sebagian besar Ibu memiliki pengetahuan baik tentang gizi seimbang (58,1%) dan sikap positif terhadap penerapan gizi seimbang (61,3%). Sebagian besar balita memiliki status gizi normal (72,6%), namun masih ditemukan kasus stunting (40%), wasting (15%), dan underweight (45%). Hasil uji Bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan Ibu dengan status gizi balita ($p\text{-value} = 0,002$) serta antara sikap Ibu dengan status gizi balita ($p\text{-value} = 0,001$). Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan sikap Ibu terhadap status gizi balita. Semakin baik pengetahuan dan semakin positif sikap Ibu tentang gizi seimbang, maka semakin besar kemungkinan balita memiliki status gizi normal. Diperlukan peningkatan edukasi gizi dan pendampingan berkelanjutan bagi Ibu balita melalui kegiatan Posyandu dan penyuluhan kesehatan untuk mendorong penerapan gizi seimbang secara optimal.

Kata Kunci: Pengetahuan Ibu, sikap Ibu, gizi seimbang, status gizi balita, *stunting*.

ABSTRACT

The toddler period is known as the golden age, a critical stage that determines the quality of a child's growth and development in the future. Balanced nutrition during this period plays a key role in preventing nutritional problems such as stunting, wasting, and underweight. A mother's knowledge and attitude toward balanced nutrition are influential factors in determining the nutritional status of her child. This study aims to determine the relationship between mothers' knowledge and attitudes toward the nutritional status of toddlers in Pante Village, Syamtalira Aron Subdistrict, North Aceh Regency. This research used a descriptive correlational design with a cross-sectional approach. The

population consisted of all mothers with toddlers aged 6–59 months in Pante Village, totaling 62 people. Data were collected using a structured questionnaire to assess mothers' knowledge and attitudes, and anthropometric measurements (weight-for-age, height-for-age, and weight-for-height) to determine the nutritional status of toddlers. Data were analyzed using univariate and bivariate analysis with the Chi-Square (χ^2) test at a significance level of $p < 0.05$. Most mothers had good knowledge of balanced nutrition (58.1%) and positive attitudes toward its implementation (61.3%). The majority of toddlers had normal nutritional status (72.6%), although cases of stunting (40%), wasting (15%), and underweight (45%) were still found. The bivariate analysis showed a significant relationship between mothers' knowledge and toddlers' nutritional status (p -value = 0.002) as well as between mothers' attitudes and toddlers' nutritional status (p -value = 0.001). There is a significant relationship between mothers' knowledge and attitudes and the nutritional status of toddlers. The better the mothers' knowledge and the more positive their attitudes toward balanced nutrition, the higher the likelihood that their toddlers will have normal nutritional status. Continuous nutritional education and counseling through community health programs are essential to support the implementation of balanced nutrition practices among mothers.

Keywords: mothers' knowledge, mothers' attitudes, balanced nutrition, toddlers' nutritional status, stunting

PENDAHULUAN

Masa balita merupakan periode emas (*golden age*) yang sangat menentukan kualitas tumbuh kembang anak di masa depan. Pada masa ini, anak membutuhkan asupan gizi yang cukup dan seimbang untuk menunjang pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta daya tahan tubuh yang optimal. Gizi seimbang adalah susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, kebersihan, dan pemantauan berat badan (Kementerian Kesehatan RI, 2014). Kekurangan gizi pada masa balita dapat menimbulkan gangguan pertumbuhan seperti stunting, gizi kurang, bahkan gangguan perkembangan otak yang bersifat permanen (WHO, 2020).

Hasil penelitian Sari dkk. (2021) menunjukkan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik cenderung memberikan makanan bergizi seimbang kepada anaknya dibandingkan dengan ibu yang pengetahuannya rendah. Selain

pengetahuan, sikap ibu juga menjadi faktor penting dalam penerapan perilaku gizi seimbang. Sikap mencerminkan kesiapan seseorang untuk bereaksi secara positif atau negatif terhadap suatu objek atau situasi (Azwar, 2016). Sikap ibu terhadap pentingnya gizi seimbang dapat memengaruhi perilaku dalam memilih bahan makanan, mengatur jadwal makan, serta memperhatikan nilai gizi makanan yang diberikan kepada balita. Namun, pengetahuan yang baik belum tentu diikuti oleh sikap yang positif apabila ibu tidak memiliki kesadaran dan kemauan untuk menerapkannya (Fitriani, 2019).

Desa Pante merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Syamtalira Aron, Kabupaten Aceh Utara. Berdasarkan data kependudukan, jumlah kepala keluarga (KK) di Desa Pante mencapai 701 KK dengan total penduduk terdiri dari 356 laki-laki dan 346 perempuan. Masyarakat di desa ini sebagian besar bekerja sebagai petani, nelayan, serta buruh harian. Kondisi sosial ekonomi masyarakat tergolong menengah ke bawah, dengan sebagian keluarga masih bergantung pada hasil pertanian musiman dan bantuan program pemerintah.

Fasilitas kesehatan yang ada di desa ini adalah satu Posyandu aktif yang menjadi tempat pelayanan kesehatan dasar bagi Ibu dan anak. Kegiatan seperti penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, serta penyuluhan gizi dilakukan secara rutin oleh kader Posyandu dengan pendampingan petugas dari Puskesmas Syamtalira Aron. Namun, tingkat kehadiran ibu balita ke Posyandu masih belum maksimal, karena sebagian ibu sibuk dengan pekerjaan rumah tangga atau aktivitas di ladang.

Jumlah balita di Desa Pante tercatat sebanyak 62 anak yang terdiri atas 31 anak laki-laki dan 31 anak perempuan. Meskipun secara umum kondisi gizi balita tergolong baik, hasil penelitian menunjukkan masih adanya kasus gizi kurang seperti stunting, wasting, dan underweight. Dari total 62 balita, ditemukan 8 anak mengalami stunting (40%), 3 anak mengalami wasting (15%), dan 9 anak mengalami underweight (45%). Sebagian besar balita (72,6%) memiliki status gizi normal, yang berarti kebutuhan gizinya relatif terpenuhi. Namun, kasus gizi kurang ini menunjukkan bahwa sebagian keluarga masih menghadapi tantangan dalam menyediakan makanan bergizi seimbang untuk anak-anak mereka.

Kondisi gizi balita di Indonesia masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang perlu perhatian serius. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi balita dengan status gizi kurang mencapai 7,7%, dan balita dengan status stunting sebesar 21,6% (Kemenkes RI, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa masih banyak anak balita yang belum terpenuhi kebutuhan gizinya secara seimbang. Salah satu penyebab utama adalah rendahnya pengetahuan dan sikap Ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi anak, terutama di Desa Pante Kecamatan Syamtalira Aron Kabupaten Aceh

Utara.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan sikap Ibu terhadap pemenuhan gizi seimbang pada balita di Desa Pante, Kecamatan Syamtalira Aron. Penelitian dilaksanakan di Desa Pante, Kecamatan Syamtalira Aron pada tahun 2024. Populasi yang diteliti adalah semua Ibu yang memiliki Balita berusia 6 hingga 59 bulan, dan berjumlah 62 responden.

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner terstruktur yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Pengetahuan Ibu diukur menggunakan pertanyaan pilihan ganda yang mencakup konsep gizi seimbang, jenis makanan bergizi, dan pola makan sehat pada anak. Sikap Ibu diukur dengan skala Likert yang mencerminkan pandangan Ibu terhadap pentingnya gizi seimbang bagi balita. Sementara itu, status gizi balita ditentukan melalui pengukuran antropometri dengan indikator BB/U (berat badan menurut umur), TB/U (tinggi badan menurut umur), dan BB/TB (berat badan menurut tinggi badan) yang kemudian dikategorikan sesuai standar WHO. Proses pengumpulan data dilakukan melalui wawancara langsung dengan Ibu balita menggunakan kuesioner yang telah disiapkan. Pengukuran berat dan tinggi badan balita dilakukan oleh peneliti dengan bantuan petugas kesehatan desa untuk memastikan ketepatan hasil pengukuran.

Data yang diperoleh dianalisis dalam dua tahap. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi dan persentase setiap variabel penelitian, seperti tingkat pengetahuan, sikap Ibu, dan status gizi balita. Selanjutnya, analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan uji Chi-Square (χ^2) untuk mengetahui hubungan

antara pengetahuan dan sikap ibu dengan status gizi balita. Hasil uji dinyatakan signifikan apabila diperoleh nilai $p < 0,05$, yang berarti terdapat hubungan bermakna antara variabel Independen dan dependen

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki balita di wilayah penelitian, yaitu sebanyak 62 orang.

Adapun berdasarkan jenis kelamin balita, diketahui bahwa dari total 62 balita, terdapat 31 balita laki-laki dan 31 balita perempuan, sehingga jumlah keseluruhan balita adalah 62 anak. Hal ini menunjukkan bahwa proporsi jenis kelamin balita di wilayah penelitian relatif seimbang antara laki-laki dan perempuan.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Ibu

Tingkat Pendidikan Ibu	Frekuensi (f)	Persentase (%)
SD	10	16,1%
SMP	18	29,0%
SMA	25	40,3%
Perguruan Tinggi	9	14,6%
Total	62	100%

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang

Kategori Pengetahuan	Jumlah	Persentase (%)
Baik	36	58,1
Cukup	18	29,0
Kurang	8	12,9
Total	62	100

Tabel 3. Distribusi Sikap Ibu Tentang Pemenuhan Gizi Seimbang

Kategori Sikap	Jumlah	Persentase (%)
Positif	38	61,3
Negatif	24	38,7
Total	62	100

Tabel 4. Univariat (Status Gizi Balita)

Indikator	Kategori	Jumlah	(%)
BB/U	Sangat Kurang	1	1,6
	Kurang	8	12,9
	Normal	42	67,7
	Risiko Lebih	0	0
TB/U	Sangat Pendek	2	3,2
	Pendek	6	9,7
	Normal	43	69,4
BB/TB	Gizi Buruk	0	0
	Gizi Kurang	3	4,8
	Normal	45	72,6
	Risiko Gizi Lebih	3	4,8
	Total	43	100%

Tabel 5. Kasus Gizi Spesifik

Indikator	Jumlah	Persentase %
Stunting	8	40%
Wasting	3	15%
Underweight	9	45%
Total	20	100%

Tabel 6. Bivariat: Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Status Gizi Balita

Pengetahuan	Balita Gizi Normal		Balita Gizi Tidak Normal		Jumlah (n)	%	p-value
		%		%			
Baik	32	71,1%	4	6,4%	36	88,9%	0,002
Cukup	10	22,2%	8	12,9%	18	55,6%	
Kurang	3	6,6%	5	6,0%	8	37,5%	
Total	45		17		62	100%	

Sikap Ibu	Balita Gizi Normal		Balita Gizi Tidak Normal		Jumlah (n)	%	p-value
		%		%			
Positif	34	75,5%	4	23,5%	38	89,5%	0,001
Negatif	11	24,4%	13	76,5%	24	45,8%	
Total	45		17		62	100%	

PEMBAHASAN

Hasil distribusi frekuensi berdasarkan tingkat pendidikan Ibu (Tabel) menunjukkan bahwa sebagian besar responden berpendidikan SMA (40,3%), diikuti oleh SMP (29,0%), SD (16,1%), dan Perguruan Tinggi (14,6%). Pendidikan merupakan faktor penting yang memengaruhi kemampuan ibu dalam memahami informasi tentang gizi seimbang. Ibu dengan pendidikan menengah ke atas cenderung lebih mudah menerima Informasi dari tenaga kesehatan dan mampu menerapkan pola makan yang sehat bagi anak. Temuan Ini sejalan dengan teori Notoatmodjo (2014) yang menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin baik pula pengetahuannya dalam menerapkan perilaku kesehatan.

Berdasarkan Tabel 2, sebagian besar Ibu memiliki pengetahuan baik tentang gizi seimbang (58,1%), sementara 29,0% memiliki pengetahuan cukup, dan 12,9%

memiliki pengetahuan kurang. Hasil Ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memahami pentingnya gizi seimbang bagi tumbuh kembang anak. Namun, masih terdapat sebagian kecil ibu dengan pengetahuan yang kurang, yang berpotensi menyebabkan praktik pemberian makan yang tidak sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Pengetahuan yang baik berkaitan erat dengan paparan informasi, pengalaman, dan tingkat pendidikan ibu. Temuan ini mendukung hasil penelitian Rahayu (2019) yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu berpengaruh signifikan terhadap status gizi balita.

Hasil penelitian pada Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar Ibu memiliki sikap positif terhadap pemenuhan gizi seimbang (61,3%), sedangkan 38,7% memiliki sikap negatif. Sikap positif mencerminkan adanya kesadaran ibu dalam menerapkan pola makan seimbang bagi anak,

misalnya dengan menyediakan makanan bergizi, membatasi makanan cepat saji, dan memperhatikan variasi menu. Sementara itu, ibu yang memiliki sikap negatif cenderung kurang memperhatikan pola makan anak karena kesibukan atau kebiasaan keluarga.

Berdasarkan hasil univariat pada Tabel 4, sebagian besar balita memiliki status gizi normal (72,6%) berdasarkan indikator BB/TB, namun masih terdapat balita dengan gizi kurang (4,8%) dan risiko gizi lebih (4,8%). Sementara itu, menurut indikator BB/U, sebanyak 67,7% balita memiliki berat badan normal, 12,9% kurang, dan 1,6% sangat kurang. Berdasarkan TB/U, 69,4% balita tergolong tinggi badan normal, sedangkan 9,7% pendek, dan 3,2% sangat pendek. Secara umum, kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar balita memiliki status gizi baik, namun masih ditemukan kasus stunting (8 anak), wasting (3 anak), dan underweight (9 anak) sebagaimana tercantum dalam Tabel 5. Masalah gizi seperti stunting dan underweight menunjukkan adanya ketidakseimbangan antara asupan gizi dan kebutuhan tubuh anak. Hal ini bisa disebabkan oleh kurangnya variasi makanan, frekuensi makan yang tidak cukup, atau asupan zat gizi mikro yang rendah.

Hasil analisis bivariat pada Tabel 6 menunjukkan bahwa dari 36 ibu dengan pengetahuan baik, 32 anak (88,9%) memiliki status gizi normal. Sebaliknya, dari 8 ibu dengan pengetahuan kurang, hanya 3 anak (37,5%) yang memiliki status gizi normal. Hasil analisis menunjukkan bahwa dari 38 ibu yang memiliki sikap positif, 34 anak (89,5%) memiliki status gizi normal. Sebaliknya, dari 24 ibu dengan sikap negatif, hanya 11 anak (45,8%) yang memiliki status gizi normal.

Berdasarkan hasil analisis bivariat

pada Tabel 6, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dan status gizi balita dengan nilai $p\text{-value} = 0,002 (< 0,05)$. Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin baik pengetahuan Ibu tentang gizi seimbang, maka semakin besar kemungkinan balitanya memiliki status gizi yang normal. Dari data tersebut diketahui bahwa Ibu dengan pengetahuan baik memiliki proporsi balita bergizi normal sebesar 71,1%, sedangkan yang mengalami gizi tidak normal hanya 6,45%. Pada kelompok Ibu dengan pengetahuan cukup, proporsi balita dengan gizi normal menurun menjadi 22,2%, dan gizi tidak normal meningkat menjadi 12,9%. Sementara itu, ibu dengan pengetahuan kurang hanya memiliki 6,6% balita bergizi normal dan 6,06% balita bergizi tidak normal. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan yang lebih rendah berhubungan dengan meningkatnya risiko gizi tidak normal pada balita.

Selain itu, hasil analisis juga menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara sikap ibu dengan status gizi balita, dengan nilai $p\text{-value} = 0,001 (< 0,05)$. Ibu yang memiliki sikap positif terhadap penerapan gizi seimbang memiliki proporsi balita bergizi normal sebesar 75,5%, sedangkan yang bergizi tidak normal sebesar 23,5%. Sebaliknya, pada Ibu dengan sikap negatif, proporsi balita dengan gizi normal hanya 24,4%, dan gizi tidak normal mencapai 76,5%.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang hubungan antara pengetahuan dan sikap ibu dengan status gizi balita di Desa Pante Kecamatan Syamtalira Aron Kabupaten Aceh Utara, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar Ibu memiliki pengetahuan yang baik tentang

pemenuhan gizi seimbang (58,1%) serta menunjukkan sikap positif terhadap penerapan gizi seimbang (61,3%). Hal ini mencerminkan bahwa mayoritas Ibu telah memahami pentingnya gizi seimbang bagi tumbuh kembang anak. Selain itu, sebagian besar balita di Desa Pante memiliki status gizi normal (72,6%), meskipun masih ditemukan beberapa kasus gizi kurang seperti stunting, wasting, dan underweight yang menandakan adanya keluarga yang belum sepenuhnya mampu menerapkan pola makan bergizi seimbang. Hasil uji bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan Ibu dengan status gizi balita (p -value = 0,002) dan antara sikap Ibu dengan status gizi balita (p -value = 0,001). Temuan ini menegaskan bahwa semakin baik pengetahuan dan semakin positif sikap Ibu terhadap gizi seimbang, maka semakin besar kemungkinan balita memiliki status gizi yang normal. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan dan sikap Ibu memiliki peran penting dalam menentukan status gizi balita. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan pengetahuan dan pembentukan sikap positif melalui penyuluhan, edukasi gizi di Posyandu, serta pendampingan oleh tenaga kesehatan agar Ibu dapat menerapkan prinsip gizi seimbang secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terima kasih banyak kepada seluruh pihak yang terlibat dalam penelitian ini, baik dari pihak kampus, Puskesmas dan seluruh masyarakat Desa Pante Kecamatan Syamtalira Aron Kabupaten Aceh Utara.

DAFTAR PUSTAKA

- Fitriani, S. (2019). *Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022*. Jakarta: Badan Litbangkes Kemenkes RI.
- Hidayat, A. A. (2014). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Khomsan, A. (2016). *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Laila, N. N. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi praktik pemberian makan pada balita di wilayah kerja Puskesmas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 112–120.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahayu, D. (2019). Hubungan pengetahuan Ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Sukamaju. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 45–52.
- World Health Organization (WHO). (2020). *Nutrition in Early Childhood: Key to a Healthy Life Course*. Geneva: WHO.