



## PENGETAHUAN IBU YANG MEMPUYAI BALITA TENTANG GIZI PADA BALITA

Ummi Asidah<sup>1</sup>, Eva Yusnita Nasution<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Darmais Padangsidimpuan Program Studi  
Kebidanan Program Diploma Tiga

e-mail: [1asidahummi23@gmail.com](mailto:1asidahummi23@gmail.com), [2evayusnitanasution@gmail.com](mailto:2evayusnitanasution@gmail.com)

### ABSTRACT

*Lactation massage is a technique involving the massage of the neck, back, spine, and chest aimed at stimulating prolactin hormones. The World Health Organization (WHO) stated in 2021 that only 41% of all infants worldwide receive exclusive breastfeeding, with a target to increase this rate to at least 50% by 2025. WHO recommends that all infants be exclusively milk is considered the gold standart for infant nutrition (Word Health Organization, 2021). The objective of this study is to understand the knowledge of postpartum mothers about the benefits of lactation massage to increase breast milk production at TK IV 01.07.03 Padangsidimpuan hospital in 2024. This descriptive study used accidental sampling, with 30 respondents examined based on age, education, occupation, parity, information sources, and environment. The results of showed that the majority had insufficient knowledge: 25 respondents (83.3%), with the majority being 20-40 years old (25 respondents, 83.3%), high school-educated (18 respondents, 60%), housewives (24 respondents, 80%), secondary para (15 respondents, 50%), and receiving information from electronic media (15 respondents, 50%). Additionally, (15 respondents, 50%) of the respondents with insufficient knowledge were influenced by social environments. Based on these results, it can be concluded that the majority of postpartum mothers will increase their knowladge and awareness to follow the guidance provided by healthcare workers during counseking sessions about the benefits of lactation massage for increasing breast milk production.*

**Keywords:** *Knowledge of mother about nutrition in toddlers*

### ABSTRAK

Anak di bawah lima tahun merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat, gizi mempelajari proses organisme hidup dalam menerima dan memanfaatkan bahan pangan (Wiji, 2019), *word health organization* (WHO) tahun 2010. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengetahuan Ibu yang Mempunyai Balita Tentang Gizi pada Balita Di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Tahun 2023. Penelitian ini bersifat deskriptif dengan menggunakan Teknik total sampling di mana sampel sebanyak 38 responden dengan menggunakan kuesioner yang di teliti berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan, dan sumber informasi. Berdasarkan hasil penelitian 38 orang di peroleh distribusi frekuensi berdasarkan pengetahuan mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 35 orang (92%), mayoritas berpengetahuan kurang dengan umur 20-39 tahun sebanyak 25 orang (66%), mayoritas berpengetahuan kurang dengan pendidikan SMA sebanyak 18 orang (47%), mayoritas berpengetahuan kurang dengan pekerjaan IRT sebanyak 34 orang (89%), mayoritas berpengetahuan kuran dengan sumber informasi tenaga kesehatan 18 orang (47%). Berdasarkan hasil penelitian dapat di simpulkan mayoritas pengetahuan Ibu yang Mempunyai Balita Tetang Gizi Pada Balita masih kurang sehingga di harapkan kepada ibu yang mempunyai balita untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi pada balita melalui tenaga kesehatan, media ektronik, dan media cetak.

**Kata Kunci:** *Pengetahuan Ibu tentang Gizi pada Balita*

## PENDAHULUAN

Anak di bawah lima tahun merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat namun kelompok ini merupakan kelompok yang tersering menderita kekurangan gizi. Gizi ibu yang kurang atau buruk pada waktu konsepsi atau sedang hamil muda dapat berpengaruh kepada pertumbuhan semasa balita. Bila gizi buruk maka perkembangan otaknya pun kurang atau berpengaruh pada kehidupannya di usia sekolah dan prasekolah. Laju pertumbuhan masa balita lebih besar dari masa usia prasekolah sehingga diperlukan jumlah makanan yang relatif lebih besar. Namun perut yang masih lebih kecil menyebabkan jumlah makanan yang mampu diterimanya dalam sekali makan lebih kecil daripada anak yang usianya lebih besar. Oleh karena itu, pola makan yang diberikan adalah porsi kecil dengan frekuensi sering (Kusumawati, 2017).

Gizi berasal dari Bahasa Arab yaitu “Ghidza”. Gizi adalah suatu proses penggunaan makanan yang dikonsumsi secara normal oleh suatu organisme melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ-organ, serta menghasilkan energi (Kusumawati, 2017; Harahap & Harahap, 2024).

Gizi mempelajari proses organisme hidup dalam menerima dan memanfaatkan bahan pangan yang di perlukan untuk memelihara

fungsi organ tubuh dan untuk pertumbuhan serta perbaikan jaringan (Wiji, 2019).

Masalah gizi pada balita dapat menyebabkan beberapa efek yang serius. Akibat masalah gizi tersebut seperti kegagalan dalam pertumbuhan fisik serta kurang optimalnya pertumbuhan dan kecerdasan, bahkan mengakibatkan kematian pada balita. Efek jangka pendek gizi buruk terhadap perkembangan balita di antaranya, anak balita menjadi epatis, gangguan berbicara dan gangguan yang lainnya. Sedangkan efek jangka Panjangnya seperti penurunan *intelligence Question* (IQ), penurunan perkembangan kognitif, integrasi sensori, pemusatan perhatian dan penurunan percaya diri yang dapat menurunkan prestasi akademik di sekolah (Silvera et al, 2017).

Gizi merupakan salah satu sumber penentu kualitas sumber daya manusia. Akibat kekurangan gizi akan menyebabkan beberapa efek serius seperti kegagalan pertumbuhan fisik serta tidak optimalnya perkembangan dan kecerdasan. Akibatnya adalah terjadinya penurunan produktivitas, menurunnya daya tahan tubuh terhadap penyakit yang akan meningkatkan resiko kesakitan dan kematian. Gizi yang baik sangat di perlukan untuk proses tumbuh kembang bagi anak-anak di tinjau dari segi umur, anak balita yaitu anak yang berumur di bawah 5 tahun, merupakan anak yang sedang dalam masa tumbuh kembang merupakan yang paling rawan terhadap kekurangan kalori protein (Wiji, 2019)

Pada umumnya masalah gizi kurang dan gizi buruk pada anak balita masih menjadi masalah gizi yang paling utama yang perlu mendapat perhatian. Masalah gizi secara langsung disebabkan oleh asupan yang kurang dan tingginya penyakit infeksi. Hal tersebut berkaitan dengan sanitasi lingkungan dan pelayanan kesehatan yang tidak memadai, gangguan akses makanan, perawatan yang tidak adekuat, serta kurangnya pengetahuan ibu tentang cara pemberian makanan yang baik untuk anak (Winarsih, 2018).

Menurut WHO (2016) di negara maju Inggris, obesitas adalah masalah umum yang diperkirakan mempengaruhi sekitar satu dari setiap lima balita. Obesitas juga telah menjadi isu global. Di seluruh dunia, jumlah balita yang kelebihan berat badan atau obesitas, hingga usia 5 tahun, naik dari 32 menjadi 41 juta antara tahun 1990 dan 2016.

Menurut *World Health Organization* WHO (2017) Stunting merupakan masalah kesehatan utama yang dapat menghambat masa depan bangsa. Hal tersebut diindikasikan berdasarkan standar WHO, yakni 20% atau seperlima dari jumlah total balita. Berdasarkan prevalensi secara global, terdapat sebanyak 22,9% atau 154,8 juta anak balita dengan kasus tersebut dan menjadi 22,2% atau sekitar 150,8 juta balita di tahun 2017. Kondisi tersebut terpusat di negara miskin 35,2% dan negara berkembang 22,4%, yang tersebar di Asia dengan prevalensi 56% dan Afrika 39%. Kondisi demikian kebanyakan ditemukan di negara berkembang dari kedua benua, dimana dari 88 negara dengan kasus

tertinggi, empat di antaranya merupakan negara berkembang, yakni India 48%, Pakistan 42%, Nigeria 41% dan Indonesia 37%.

Menurut UNICEF (2020) secara global, 45,5 juta anak balita mengalami wasting dimana 13,6 juta di antaranya sangat wasting, masing masing 6,7% dari 2,0%. Pada tahun 2020 lebih dari separuh anak anak mengalami wasting tinggal di Asia Selatan dan hampir seperempat di Afrika pada 14,7 % mewakili situasi yang memerlukan perawatan yang tepat, untuk indikator ini hanya di laporkan untuk tahun terakhir.

Berdasarkan proporsi stunting pada anak 0-24 bulan di Indonesia adalah 29,9% yang terbagi ke dalam kategori sangat pendek 12,8% dan pendek 17,1% (Badan penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, 2018). Proporsi stunting di provinsi Jawa Barat secara total 39,15% dengan kategori sangat pendek 21,12% dan 18,03% pendek (Tim Risesdas 2018,2019)

Menurut profil kesehatan Sumatra Utara (2019) di temukan juga permasalahan terkait gizi buruk sebesar 0,13%, gizi kurang sebesar 1,98%, balita pendek sebesar 2,61% dan balita kurus sebesar 2,13%, dengan angka di bawah 2% gizi buruk dan gizi kurang di Sumatra Utara masih termasuk dalam katagori rendah berdasarkan (Standar WHO 5-9% rendah, 10-19% medium, 20-39% tinggi, > 40% sangat tinggi), kota yang paling tinggi balita dengan gizi kurang berturut-turut adalah Gunung Sitoli yaitu sebesar 41,51%, Nias barat sebesar 16,61% dan Samosir sebesar 11,97%, sedangkan 3 kota terendah dengan balita

gizi kurang adalah Deli Serdang 0,42%, Tapanulis Selatan 0,48%, dan Medan 0,61%. (Profil Kesehatan Sumatra Utara, 2019).

Sedangkan berdasarkan pemantauan status gizi (PSG) di Padang Sidempuan di peroleh bahwa prevelensi gizi buruk dan gizi kurang tahun 2017 adalah 16,3 % yaitu gizi buruk 5,3% dan gizi kurang sebesar 11% ( Dinkes prov. Sumatra Utara 2017)

Berdasarkan survey pendahuluan pada tanggal 19 Desember tahun 2022 di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidempuan Tenggara, peneliti menjumpai 5 orang ibu yang mempunyai balita lalu menanyakan kepada ibu tersebut apakah ibu mengetahui apa saja gizi untuk balita. 1 orang ibu tau tentang gizi pada balita tetapi hanya memberikan makanan sesuai dengan makanan keluarga dikarenakan ekonomi yang kurang untuk membeli buah dan susu untuk anaknya, sedangkan 4 yang lainnya menjawab tidak mengetahui gizi bagi balita. Lalu peneliti juga bertanya kepada bidan desa apakah ada anak yang pertumbuhannya tidak sesuai umur, bidan menjawab masih ada beberapa anak yang pertumbuhannya tidak sesuai dengan umur. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengetahuan Ibu Yang Mempunyai Balita tentang Gizi pada Balita

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan adalah Kuantitatif, merupakan penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk membuat gambaran atau deskripsi suatu keadaan secara

objektif. Metode ini digunakan untuk memecahkan atau menjawab permasalahan yang sedang dihadapi pada situasi sekarang atau yang sedang terjadi (Notoatmodjo, 2010).

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini di ambil dengan menggunakan tehnik *total sampling* yaitu dengan menjadikan semua Ibu yang Mempunyai Balita yang berada di desa Purbatua Kecamatan Padangsidempuan Tenggara tahun 2023 sebagai sampel penelitian yaitu sebanyak 38 orang.

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan skunder. Data skunder yaitu data yang diperoleh dari hasil pendokumentasian Desa Purbatua Kecamatan Padangsidempuan Tenggara tahun 2023.

Sedangkan data primer adalah data yang langsung diperoleh dari responden yang diperoleh dengan cara menggunakan alat berupa kuisisioner yang bertujuan untuk mengetahui Pengetahuan Ibu Yang Mempunyai Balita tentang Gizi pada Balita Di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidempuan Tenggara Tahun 2023 yang terdiri dari 20 pertanyaan.

Pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan kuisisioner kepada responden dengan terlebih dahulu meminta persetujuan apakah bersedia untuk dijadikan sebagai responden dengan menandatangani surat perjanjian, selanjutnya peneliti memberikan penjelasan singkat serta menjelaskan cara pengisian hal-hal yang tidak dimengerti oleh responden. Agar pengumpulan data berjalan dengan baik dan teliti, peneliti mengawasi atau mendampingi

responden kemudian hasilnya akan dikumpulkan kembali..Analisis data yang dilakukan secara *Univariate* dengan melihat persentase data yang dikumpulkan dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Analisis data kemudian dilanjutkan dengan menggunakan teori dari keputusan yang ada serta hasil penelitian lain yang berhubungan dengan judul diatas yang pernah dilakukan.

## HASIL PENELITIAN

**Tabel 1**  
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Yang Mempunyai Balita tentang Gizi pada Balita

No Pendidikan		Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang		F	%
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	Tidak sekolah	0	0	0	0	0	0	0	0
2	SD	0	0	0	0	4	10	4	10
3	SMP	0	0	0	0	11	30	11	30
4	SMA	0	0	1	2	19	50	19	50
5	Perguruan Tinggi	3	8	0	0	1	2	4	10
<b>Jumlah</b>		<b>3</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	<b>92</b>	<b>38</b>	<b>100</b>

**Tabel 2**  
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu yang mempunyai balita tentang gizi pada balita Berdasarkan Umur

No Umur		Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang		F	%
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	< 20	0	0	0	0	2	6	2	6
2	20-39	3	8	1	2	25	65	29	76
3	40-59	0	0	0	0	7	18	7	18
<b>Jumlah</b>		<b>3</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	<b>90</b>	<b>38</b>	<b>100</b>

**Tabel 3**  
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu yang Mempunyai Balita Berdasarkan Pendidikan Tentang Gizi Pada Balita

No	Pengetahuan	F	%
1	Baik	3	6
2	Cukup	1	2
3	Kurang	34	92
<b>Jumlah</b>		<b>38</b>	<b>100</b>

**Tabel 4**  
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Ibu Hamil Trimester I Berdasarkan Pekerjaan

No Pekerjaan		Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang		F	%
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	IRT	1	2	1	2	3	8	3	9
						4	9	6	4
2	Wiraswasta	2	6	0	0	0	0	2	6
3	PNS	0	0	0	0	0	0	0	0
4	Tani	0	0	0	0	0	0	0	0
5	Buruh Pabrik	0	0	0	0	0	0	0	0
6	DLL	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Jumlah</b>		<b>3</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	<b>89</b>	<b>38</b>	<b>100</b>

**Tabel 5**  
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu yang Mempunyai Balita Berdasarkan Sumber Informasi Tentang Gizi Pada Balita

No Sumber Informasi		Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang		F	%
		F	%	F	%	F	%	F	%
1.	Media Cetak	0	0	0	0	0	0	0	0
2.	Media Elektronik	2	5	1	2	16	42	19	50
3.	Tenaga Kesehatan	1	2	0	0	18	47	19	50
<b>Jumlah</b>		<b>3</b>	<b>7</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	<b>89</b>	<b>38</b>	<b>100</b>

## PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 1 diperoleh bahwa pengetahuan responden tentang Pengetahuan Ibu yang Mempunyai Balita Tentang Gizi Pada Balita mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 34 orang ( 92%), dan minoritas berpengetahuan cukup 1 orang (2%). Berdasarkan Tabel 2 diperoleh bahwa dari 38 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan umur 20-39 tahun sebanyak 25 orang (65%), dan minoritas berpengetahuan cukup dengan umur 20-39 tahun sebanyak 1 orang (3%).

Berdasarkan Tabel 3 diperoleh bahwa dari 38 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan Pendidikan SMA sebanyak 19 orang (50%), dan minoritas berpengetahuan cukup dengan Pendidikan Perguruan Tinggi sebanyak 1 orang (2%). Berdasarkan Tabel 5 diperoleh bahwa dari 38 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan pekerjaan IRT sebanyak 34 orang (89%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan pekerjaan IRT sebanyak 1 orang (2%).

Pengetahuan responden,tentang Pengetahuan Ibu yang Mempunyai Balita tentang Gizi pada Balita berdasarkan umur mayoritas berpengetahuan kurang dengan umur 20-39 tahun. pengetahuan responden,tentang Pengetahuan Ibu yang Mempunyai Balita tentang Gizi pada Balita berdasarkan Pendidikan mayoritas berpengetahuan kurang dengan Pendidikan SMA.

Pengetahuan responden,tentang Pengetahuan Ibu yang Mempunyai Balita tentang Gizi pada Balita berdasarkan pekerjaan mayoritas berpengetahuan kurang dengan Pekerjaan IRT. Pengetahuan responden,tentang Pengetahuan Ibu yang Mempunyai Balita tentang Gizi pada Balita berdasarkan Sumber informasi mayoritas berpengetahuan kurang dengan sumber informasi dari tenaga kesehatan

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Pengetahuan Ibu yang Mempunyai Balita tentang Gizi pada Balita Di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tahun 2023” maka diperoleh hasil sebagai berikut :

1. Pengetahuan responden,tentang Pengetahuan Ibu yang Mempunyai Balita tentang Gizi pada Balita diperoleh bahwa mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 34 orang (92%), berpengetahuan baik sebanyak 3 orang (6%) dan minoritas berpengetahuan cukup 1 orang (2%).
2. Pengetahuan responden,tentang Pengetahuan Ibu yang Mempunyai Balita tentang Gizi pada Balita berdasarkan umur mayoritas berpengetahuan kurang dengan umur 20-39 tahun sebanyak 25 orang (65%), dan minoritas berpengetahuan cukup dengan umur 20-39 tahun sebanyak 1 orang (3%).
3. Pengetahuan responden,tentang Pengetahuan Ibu yang Mempunyai Balita

tentang Gizi pada Balita berdasarkan pendidikan mayoritas berpengetahuan kurang dengan Pendidikan SMA sebanyak 19 orang (50%), dan minoritas berpengetahuan cukup dengan Pendidikan Perguruan Tinggi sebanyak 1 orang (2%).

4. Pengetahuan responden, tentang Pengetahuan Ibu yang Mempunyai Balita tentang Gizi pada Balita berdasarkan pekerjaan mayoritas berpengetahuan kurang dengan pekerjaan IRT sebanyak 34 orang (89%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan pekerjaan IRT sebanyak 1 orang (2%).
5. Pengetahuan responden, tentang Pengetahuan Ibu yang Mempunyai Balita tentang Gizi pada Balita berdasarkan sumber informasi dengan mayoritas berpengetahuan kurang dengan sumber informasi tenaga kesehatan 18 orang (47%), dan minoritas informasi dari media elektronik berpengetahuan cukup sebanyak 1 orang (2%).

Development of an Instrument for Measuring Intention to ACT and Healthy Eating Behavior of Students. *Journal of Health Science*, 17(1), 45–54.

<https://doi.org/https://doi.org/10.33086/jhs.v17.i01.454745>

Harahap, L. J. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Dengan Pemilihan Makanan Cepat Saji di UPTD Puskesmas Sadabuan. *Jurnal Education and development*, 8(4), 271-271.

Imelda Fitri M. Keb dan Rizki Natla Wiji, SST, M.Kes (2019) *Buku Ajar Gizi Reproduksi Dan Bukti*, Yogyakarta : Goyen Publishing..

Notoadmodjo, Soekidjo. (2010). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.

Oktavia, Silvera, 2017, *Faktor-Faktor Yang Berhubungan*

*Dengan Status Gizi Buruk Pada Balita Di Kota Semarang Tahun 2017* (Studi di Rumah Pemulihan Gizi Banyumanik Kota Semarang), *Jurnal Kesehatan*

Winarsih SST, M.Kes (2018), *Pengantar Ilmu Gizi Dalam kebidanan*, Yogyakarta : Pustaka Baru Proses

World Health Organisation WHO (2016)

World Health Organisation WHO (2017)

## DAFTAR PUSTAKA

Atikah Proverawati, SKM., MPH & Erna Kusumawati, SKM.Si. (2017) *Ilmu Gizi untuk Keperawatan & Gizi Kesehatan*, Yogyakarta: Nuha Medika.

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Purbatua (2022)

Dinas Kesehatan Provinsi Sumatra Utara (2017)

Harahap, L. J., & Harahap, L. J. (2024).