

**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG PEMBERIAN NUTRISI
YANG BAIK TERHADAP TUMBUH KEMBANG ANAK USIA 3-5 TAHUN
DI POSYANDU MAWAR DUSUN GEDANGAN DESA JATIROYO
JATIPURO KARANGANYAR**

Oleh :
Dinar Ariasti¹, Andreas Wahyu Widiyanto², Lusiana Ambarningrum³

Abstract

Introduction: Lack of nutrients in the diet can lead to disruption of the growth and development of infants. In addition, children become more susceptible to infection and subsequent disease can even lead to death of the baby. Therefore, it is necessary nutritional needs serious attention. The provision of adequate nutrition in children should begin in the womb, namely the provision of adequate nutrition in pregnant women. Mothers' knowledge of nutrition is very important for the growth and development of children.

The purpose: Of this study was to determine the relationship of knowledge of good nutrition for growth and development of children in Gedangan Village Jatiroyo District of Jatipuro Karanganyar.

The subjects: Were mothers with children under the age of 3-5 years in Gedangan Village Jatiroyo District of Jatipuro Karanganyar. Sampling is done with saturated sampling technique, namely by taking all members of the population being sampled because the population is small.

Methods: In this study is a correlation study, case-control approach. Data were obtained by questionnaire and observation method KMS and DDST to observe growth and development in children aged 3-5 years. The data have been collected and analyzed with the chi square test with $p = 0.05$.

The results: Of the study there were 19 mothers with a high level of knowledge about nutrition, growth and development of children according to age and 5 women with a high level of knowledge, growth and development of children is not appropriate and 6 women with moderate levels of knowledge about nutrition, growth and development of children are not age appropriate. After being tested by Chi-Square SPSS version 16.0 with $\alpha = 5\%$ (0.05) of 0000 thus obtained p value of $p < 0.05$, which means that H_0 is rejected and H_a accepted.

The conclusion: Of this study is that there is a relationship between maternal knowledge about good nutrition for growth and development of children aged 3-5 years in Posyandu Dusun Gedangan Desa Jatiroyo

Keywords: knowledge level, nutrition

PENDAHULUAN

Anak usia 1-3 tahun merupakan golongan umur yang sangat rentan terhadap penyakit gizi, angka tertinggi untuk morbiditas penyakit defisiensi vitamin A dan malnutrisi energi protein (MEP) terdapat pada golongan ini. Kurang gizi pada anak yang diukur melalui proporsi anak dibawah umur lima tahun yang berat badannya kurang (kurang gizi

sedang dan kurang gizi parah) persentasenya menurun dari 37,5% di tahun 1989 menjadi 27,3 pada tahun 2002. Pada periode yang sama, jumlah anak yang tergolong kurang gizi parah malah justru bertambah dari 6,3% pada tahun 1989 menjadi 8% pada tahun 2002. (Sodikin, 2011)

Kebutuhan gizi bayi berbeda dengan kebutuhan anak dan dewasa. Bayi

memerlukan karbohidrat dengan bantuan amilase untuk mencerna bahan makanan yang berasal dari zat pati. Protein yang diperlukan berasal dari ASI ibu yaitu dengan kadar 4-5% dari total kadar kalori dalam ASI. Setelah umur 6 bulan, setiap bayi membutuhkan makanan lunak yang bergizi yang sering disebut Makanan Pendamping ASI (MP-ASI). Gizi menjadi bagian yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan. Gizi di dalamnya memiliki keterkaitan yang erat hubungannya dengan kesehatan dan kecerdasan. Apabila seorang anak terkena defisiensi gizi maka kemungkinan besar sekali anak akan mudah terkena infeksi. (Proverawati dan Wati, 2011)

Pemberian nutrisi secara mencukupi pada anak harus dimulai sejak dalam kandungan, yaitu dengan pemberian nutrisi yang cukup memadai pada ibu hamil. Setelah lahir, harus diupayakan pemberian ASI secara eksklusif, yaitu pemberian ASI saja sampai anak berumur 4-6 bulan. Sejak enam bulan, sudah waktunya anak diberikan makanan tambahan atau makanan pendamping ASI. Pemberian makanan tambahan ini penting untuk melatih kebiasaan makan yang baik dan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang mulai meningkat pada masa bayi dan prasekolah, karena pada masa ini pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi adalah sangat pesat, terutama pertumbuhan otak. (Nursalam, Susilaningrum, dan Utami, 2008)

Desa Gedangan merupakan salah satu desa yang berada di Kelurahan Jatiroyo Kecamatan Jatipuro Kabupaten Karanganyar. Hasil survei awal diperoleh ada 10 orang tua yang tidak mengetahui tentang pemilihan nutrisi yang baik terhadap tumbuh kembang anak mereka. Hal

tersebut dikarenakan sebagian orang tua belum memahami hal ini, terutama orang tua yang mempunyai tingkat pendidikan dan sosial ekonomi yang relatif rendah. Mereka menganggap selama anak tidak sakit, berarti anak tidak mengalami masalah kesehatan termasuk pertumbuhan dan perkembangan.

Melihat fenomena di atas, maka peneliti memandang perlu untuk melakukan penelitian tentang hubungan pengetahuan tentang pemberian nutrisi yang baik terhadap tumbuh kembang anak di Posyandu Dusun Gedangan Desa Jatiroyo Kecamatan Jatipuro Kabupaten Karanganyar.

TUJUAN PENELITIAN

Untuk mengetahui hubungan tentang pemberian nutrisi yang baik terhadap tumbuh kembang anak di Posyandu Dusun Gedangan Desa Jatiroyo Kecamatan Jatipuro Karanganyar.

DESAIN PENELITIAN

Pada penelitian ini penulis menggunakan desain penelitian korelasi dengan pendekatan metode *cross sectional* untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang pemberian nutrisi sebagai variabel bebas dan tumbuh kembang anak sebagai variabel terikat.

POPULASI, SAMPEL DAN TEKNIK SAMPLING

Populasi merupakan seluruh subjek atau objek dengan karakteristik tertentu yang akan diteliti. Bukan hanya objek atau subjek yang dipelajari saja tetapi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki subjek atau objek tersebut. (Hidayat, 2008) Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang mempunyai anak balita usia 3-5 tahun di Desa gedangan sebanyak 30 orang.

Sampel merupakan bagian populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi. (Hidayat, 2008) Dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel sesuai dengan populasi yang ada yaitu sebanyak 30 ibu yang mempunyai anak balita 3-5 tahun. Teknik sampling merupakan suatu proses seleksi sampel yang digunakan dalam penelitian dari populasi yang ada, sehingga jumlah sampel akan mewakili keseluruhan populasi yang ada. (Hidayat, 2008) Dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh yaitu dengan mengambil semua anggota populasi menjadi sampel, karena jumlah populasi yang sedikit.

Pada penelitian yang berjudul Hubungan Pengetahuan Tentang Pemberian Nutrisi yang Baik Terhadap Tumbuh Kembang Anak peneliti menggunakan alat ukur kuesioner dan checklist. Pada penelitian ini untuk mengukur tingkat pengetahuan tentang nutrisi dengan menggunakan kuesioner dengan soal sejumlah 30 butir dengan menggunakan skala *Guttman*, sedangkan untuk mengukur pertumbuhan dan perkembangan dengan menggunakan timbangan, lembar observasi, tinggi badan, dan DDST.

Pengumpulan data merupakan kegiatan penelitian untuk melakukan pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian. Sebelum melakukan pengumpulan data sebaiknya dilihat alat ukur pengumpulan data tersebut agar dapat memperkuat hasil penelitian. Alat ukur pengumpulan data tersebut antara lain dapat berupa kuesioner atau angket, observasi, wawancara, atau gabungan ketiganya. (Hidayat, 2008) Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan lembar kuesioner dan

lembar observasi untuk mengumpulkan data.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan mulai bulan November 2014 sampai dengan Januari 2015 dengan jumlah responden sebanyak 30 orang. Tempat penelitian adalah posyandu di Dusun Gedangan Desa Jatiroyo Kecamatan Jatipuro Kabupaten Karanganyar. Di bawah ini akan dipaparkan hasil penelitian tentang hubungan pengetahuan tentang pemberian nutrisi yang baik terhadap tumbuh kembang anak di Posyandu Dusun Gedangan Jatiroyo Jatipuro Karanganyar.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Nutrisi di Posyandu Dusun Gedangan

Tingkat Pengetahuan	F	Prosentase
Tinggi	24	80%
Sedang	6	20%
Rendah	0	0%
Jumlah	30	100%

Dari tabel di atas ditemukan tidak ada responden yang mempunyai tingkat pengetahuan tentang nutrisi rendah (0%), 6 responden (20%) tingkat pengetahuan tentang nutrisi sedang, dan 24 responden (80%) mempunyai tingkat pengetahuan tentang nutrisi tinggi. Dapat dicermati bahwa persentase pada kategori tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi paling banyak pada kategori tinggi. Hal ini dikarenakan ibu balita pernah diberikan penyuluhan-penyuluhan kesehatan tentang nutrisi dan tumbuh kembang anak secara rutin di posyandu tersebut sebelumnya.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Tumbuh Kembang Anak Usia 3-5 tahun di Posyandu Dusun Gedangan

Tumbuh Kembang Balita	F	%
Sesuai	19	63,3
Tidak Sesuai	11	36,7
Jumlah	30	100%

Dari tabel di atas ditemukan 19 balita (63,3%) mempunyai tumbuh kembang sesuai usia dan 11 balita (36,7%) tumbuh kembangnya tidak sesuai usia. Hal ini membuktikan bahwa masih ada beberapa balita yang tumbuh kembangnya tidak sesuai dengan usia. Pengukuran pertumbuhan dilakukan dengan melihat KMS anak dan perkembangan dilihat dengan pengamatan DDST. Dikatakan tumbuh kembang normal apabila pengukuran pertumbuhan dan perkembangan sesuai dengan usia prasekolah (3-5 tahun).

Dari hasil penelitian hubungan antara pengetahuan ibu tentang pemberian nutrisi yang baik terhadap tumbuh kembang anak usia 3-5 tahun di Posyandu Dusun Gedangan Desa Jatiroyo diperoleh hasil uji dengan Chi-Square program SPSS versi 16.0 dengan $\alpha = 5\%$ (0.05) diperoleh p sebesar 0.000 sehingga nilai $p < 0.05$, yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang pemberian nutrisi yang baik terhadap tumbuh kembang anak usia 3-5 tahun di Posyandu Dusun Gedangan Desa Jatiroyo.

PEMBAHASAN

1. Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Nutrisi
 Dari hasil tabel 1. dapat dicermati bahwa persentase pada kategori tingkat pengetahuan responden tentang nutrisi paling banyak

adalah kategori tinggi yaitu 24 responden (80%) dari 30 responden. Mean (rata-rata) pada tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi sebanyak 24,27 dan nilai yang sering muncul (modus) adalah 26 atau pada tingkat pengetahuan tinggi. Hal ini membuktikan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi pada anak di Posyandu Gedangan sangat memadai. Dari wawancara dengan responden, mereka mengatakan bahwa di posyandu tersebut pernah mendapatkan penyuluhan tentang nutrisi dari petugas puskesmas. Beberapa ibu juga mengatakan mendapatkan informasi tentang nutrisi pada anak dari media yang lain seperti majalah, televisi dan leaflet. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Notoadmojo (2011) bahwa sebagian besar pengetahuan diperoleh dari pendidikan formal maupun non formal, sebagian lagi diperoleh dari pengalaman, media, dan lingkungan yang banyak memberikan informasi tentang nutrisi dan tumbuh kembang anak.

Hasil penelitian pada tingkat pengetahuan ibu tinggi masih terdapat anak yang tumbuh kembangnya tidak sesuai dengan usia, hal ini mungkin disebabkan oleh faktor yang lain seperti tingkat ekonomi atau keterbatasan waktu ibu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi anak, karena ada sebagian ibu yang bekerja.

2. Tumbuh Kembang anak usia 3-5 tahun
 Hasil pengamatan tumbuh kembang balita di Posyandu Dusun Gedangan desa Jatiroyo Karanganyar seperti yang tercantum dalam tabel 2 terdapat 19 balita (63,3%) mempunyai tumbuh kembang sesuai usia dan

11 balita (36,7%) tumbuh kembangnya tidak sesuai usia. Hal ini membuktikan bahwa masih ada beberapa balita yang tumbuh kembangnya tidak sesuai dengan usia. Seperti yang diungkapkan oleh Soetijiningsih dan Ranuh (2014), periode penting dalam tumbuh kembang anak adalah masa balita, karena pada masa ini pertumbuhan dasar yang akan mempengaruhi dan menentukan perkembangan anak selanjutnya. Pada masa balita ini, perkembangan kemampuan berbahasa, kreativitas, kesadaran sosial, emosional dan intelegensia berjalan sangat cepat dan merupakan landasan perkembangan berikutnya.

Dari beberapa wawancara dengan ibu, mereka mengatakan sebisa mungkin memberikan nutrisi yang baik untuk anaknya sesuai dengan pedoman gizi yang diperoleh agar anaknya sehat. Hal ini sesuai yang diungkapkan Proverawati dan Wati (2011), balita sesuai pertumbuhan badan dan kecerdasannya, faal tubuhnya juga mengalami perkembangan sehingga jenis makanan dan cara pemberiannya pun harus disesuaikan dengan keadaannya. Pada usia prasekolah (3-5 tahun) anak menjadi konsumen aktif, yaitu anak sudah dapat memilih makanan yang disukainya. Masa ini juga sering kali dikenal dengan masa "keras kepala". Jika hal ini dibiarkan, jajanan yang dipilih dapat mengurangi asupan zat gizi yang diperlukan bagi tubuhnya sehingga anak kurang gizi. Kebutuhan gizi seseorang adalah jumlah yang diperkirakan cukup untuk memelihara kesehatan pada umumnya. Antara asupan gizi dan zat pengeluarannya harus ada keseimbangan

sehingga diperoleh status gizi yang baik.

3. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Nutrisi dengan Tumbuh Kembang Balita
Penelitian hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi dengan tumbuh kembang balita diperoleh hasil uji dengan Chi-Square program SPSS versi 16.0 dengan $\alpha = 5\%$ (0.05) diperoleh p sebesar 0.000 sehingga nilai $p < 0.05$, yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi dengan tumbuh kembang balita di Posyandu Dusun Gedangan Desa Jatiroyo Karanganyar.

Menurut Rahmawati (2006), pentingnya pengetahuan ibu tentang tumbuh kembang balita dalam kesadaran dan kemampuan merupakan faktor yang menentukan dalam pembentukan kualitas anak. Peranan keluarga terutama ibu dalam mengasuh anak sangat menentukan tumbuh kembang anak. Ibu juga perlu memiliki pengetahuan yang cukup tentang nutrisi pada balita karena nutrisi pada anak sangat berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan balita.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Munthofiah (2008) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi anak balita dengan pengetahuan, sikap, maupun perilaku ibu. Ibu memegang peranan yang sangat penting terutama dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi anak agar sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangannya. Ibu mampu menyediakan nutrisi yang baik

karena mempunyai pengetahuan yang baik tentang nutrisi dan tumbuh kembang anak.

Nutrisi merupakan penunjang agar proses tumbuh kembang anak dapat berjalan dengan memuaskan. Hal ini berarti, pemberian makanan yang berkualitas dan kuantitasnya baik menunjang tumbuh kembang, sehingga anak dapat tumbuh normal dan sehat serta terbebas dari penyakit. Oleh karena itu pengetahuan ibu tentang nutrisi anak sangat diperlukan untuk menyediakan makanan yang sesuai dengan tumbuh kembang anaknya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2013) dengan hasil penelitian ada hubungan bermakna antara pengetahuan ibu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi anak dengan pemberian nutrisi.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian hubungan antara pengetahuan ibu tentang pemberian nutrisi yang baik terhadap tumbuh kembang anak usia 3-5 tahun di Posyandu Dusun Gedangan Desa Jatiroyo diperoleh hasil uji dengan *Chi Square* program SPSS versi 16.0 dengan $\alpha = 5\%$ (0.05) diperoleh p sebesar 0.000 sehingga nilai $p < 0.05$, yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang pemberian nutrisi yang baik terhadap tumbuh kembang anak usia 3-5 tahun di Posyandu Mawar Dusun Gedangan.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas maka penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang nutrisi karena nutrisi sangat penting bagi tumbuh kembang anak.

Pengetahuan tentang nutrisi dapat diperoleh dengan mengikuti penyuluhan yang diadakan oleh posyandu atau puskesmas, melalui buku atau majalah tentang nutrisi dan media lain. Selain itu penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya tentang tumbuh kembang anak yang dihubungkan dengan faktor-faktor yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Hidayat, A. Aziz Alimul. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Edisi II. Jakarta: Salemba Medika, 2008.
- Notoatmodjo, Soekidjo. *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta: Rineka Cipta, 2011.
- Nugroho, Heru Santoso Wahito. *Denver Developmental Screening Test*. Jakarta: EGC, 2009.
- Nursalam, Rekawati Susilaningrum dan Sri Utami. *Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak*. Jakarta: Salemba Medika, 2008.
- Proverawati, Atikah, dan Kusumawati. *Ilmu Gizi untuk Keperawatan dan Gizi Kesehatan*. Yogyakarta: Niha Medika, 2011.
- Sodikin. *Asuhan Keperawatan Anak: Gangguan Sistem Gastrointestinal dan Hepatobilier*. Jakarta: Salemba Medika, 2011.
- Soetijiningsih, dan IGN. N. Gde Ranuh. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC, 2014.

Muntofiah, Siti. *Antara Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu Dengan Status Gizi Anak Balita*. 2008.

Rahmawati, D. *Status Gizi dan Perkembangan Anak di Taman Pendidikan Karakter Semai Benih Bangsa Sutera Alam, Desa Sukamantri, Kecamatan Tamansari, Bogor*. Institut Pertanian Bogor. 2006.

Sari, Eka Purnama. *Hubungan antara Pengetahuan dan Perilaku Ibu dalam Memenuhi Kebutuhan Nutrisi Anak Batita di Posyandu Desa Pulolon Kecamatan Glumpang Tiga Kabupaten Pidie*. 2013.

¹ Dosen AKPER Panti Kosala
Surakarta

² Mahasiswa AKPER Panti
Kosala Surakarta

³ Mahasiswa AKPER Panti
Kosala Surakarta