

## ANALISIS PENGETAHUAN GIZI IBU BALITA DI DESA PASIRLANGU CISARUA BANDUNG BARAT

Vera Susanti<sup>1</sup>, Sri Subekti<sup>2</sup>, dan Ai Nurhayati<sup>3</sup>

Program penyuluhan gizi di desa Pasirlangu, Cisarua, Bandung Barat diberikan kepada Ibu Balita pada tahun 2014. Jumlah seluruh Balita di desa Pasirlangu yaitu 229 Balita, 220 Balita memiliki status gizi baik, 5 Balita memiliki status gizi kurang, dan 4 Balita memiliki status gizi lebih, walaupun angka masalah gizi terbilang kecil, hal ini akan berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia di masa depan. Tingkat pengetahuan gizi Ibu Balita di desa Pasirlangu harus diukur untuk menilai hasil dari penyuluhan yang telah di programkan oleh Puskesmas desa Pasirlangu, penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran tentang pengetahuan gizi Ibu Balita di desa Pasirlangu meliputi pengetahuan tentang Pengenalan Zat Gizi, Mengukur Status Gizi Dengan KMS, Pentingnya Menggunakan Garam beryodium, Gizi Seimbang, dan Gizi Seimbang Untuk Balita serta menganalisis bagaimana tingkat pengetahuan gizi Ibu Balita di desa Pasirlangu. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif yang dianalisis dengan statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan gizi Ibu Balita di desa Pasirlangu, dikategorikan ke dalam kriteria sedang, dengan masing-masing kriteria tingkat pengetahuan materi yaitu tingkat pengetahuan Ibu Balita termasuk dalam ketogori baik untuk materi pengenalan zat gizi, mengukur status gizi dengan KMS dan gizi seimbang. Sedangkan untuk materi pentingnya menggunakan garam beryodium dan materi gizi seimbang untuk Balita termasuk dalam kategori sedang, untuk itu penulis merekomendasikan agar Puskesmas melakukan penyuluhan secara individual untuk materi yang belum termasuk kedalam kriteria baik. Kata kunci : *Pengetahuan Gizi, Ibu Balita, Desa Pasirlangu, Cisarua, Bandung Barat.*

### PENDAHULUAN

#### Latar Belakang Penelitian

Masalah gizi selalu mendapat perhatian, tidak hanya di negara-negara yang masih terbelakang, namun juga di negara-negara berkembang dan maju. Masalah gizi yang dijumpai di masyarakat umumnya bukan karena faktor medis melainkan faktor konsumsi pangan, meskipun sering berkaitan dengan masalah kekurangan pangan, pemecahan masalah gizi tidak selalu berupa peningkatan produksi dan pengadaan pangan.

Dalam konteks ini masalah gizi tidak lagi semata-mata masalah kesehatan tetapi juga masalah kemiskinan, pemerataan, kesempatan kerja, dan masalah pengetahuan tentang gizi (pendidikan gizi).

Upaya pemerintah dalam meningkatkan keadaan gizi masyarakat salah satunya adalah memberikan penyuluhan gizi melalui posyandu dengan memberikan masukan pesan-pesan gizi sederhana, pelayanan gizi, serta pemanfaatan lahan pekarangan (Dep Kes , 2000: xiii). Penyuluhan gizi yang dilakukan di posyandu-posyandu merupakan sebuah bentuk pemberian pendidikan gizi kepada masyarakat dalam konteks pendidikan non formal, yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman serta pengetahuan masyarakat tentang gizi, diharapkan dengan adanya berbagai

- 1) Vera Susanti, Alumni Prodi Pendidikan Tata Boga Departemen PKK FPTK UPI
- 2) Sri Subekti, Ai Nurhayati Dosen Prodi Pendidikan Tata Boga Departemen PKK FPTK UPI

penyuluhan tentang gizi tersebut, pemahaman serta pengetahuan masyarakat tentang gizi semakin meningkat sehingga dapat memberikan penyelenggaraan makan yang baik untuk Balita.

Desa Pasirlangu merupakan sebuah desa yang terletak di Kecamatan Cisarua, Kabupaten Bandung Barat, Provinsi Jawa Barat yang terdiri dari 13 RW dengan 1 unit Puskesmas. Para Kader dan Bidan desa di setiap Posyandu yang tersebar di 13 RW yang turut melakukan penyuluhan gizi kepada masyarakat, diantaranya penyuluhan tentang Pengenalan Zat Gizi, Mengukur Status Gizi Dengan KMS, Pentingnya Menggunakan Garam beryodium, Gizi Seimbang, dan Gizi Seimbang Untuk Balita, sebagai bentuk pelayanan kepada masyarakat agar status gizi masyarakat desa Pasirlangu terutama Balita dalam keadaan status gizi yang baik.

Dari data yang diperoleh dari Puskesmas desa Pasirlangu saat ini dari jumlah keseluruhan Balita yaitu 229 Balita, 220 Balita memiliki status gizi yang baik, 5 Balita memiliki status gizi kurang, dan masih ada 4 Balita memiliki status gizi lebih dengan jumlah keseluruhan Ibu Balita sebanyak 226 orang, meskipun angka masalah gizi terbilang kecil, hal ini akan berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia di masa yang akan datang.

Oleh karena itu, tingkat pengetahuan gizi Ibu Balita di desa Pasirlangu, Cisarua, Bandung Barat harus diukur untuk menilai hasil dari penyuluhan yang telah di programkan oleh Puskesmas desa Pasirlangu, Cisarua, Bandung Barat. Keadaan tersebutlah yang

membuat penulis termotivasi untuk meneliti dan menganalisis bagaimana pengetahuan gizi Ibu Balita di desa Pasirlangu yang telah mengikuti penyuluhan gizi yang diprogramkan oleh Puskesmas desa Pasirlangu, Cisarua, Bandung Barat.

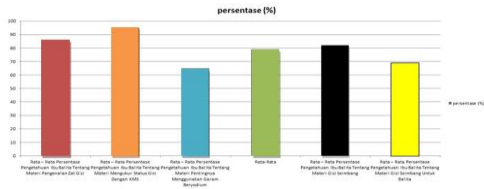
Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah untuk memperoleh data mengenai:

- a. Pengetahuan gizi Ibu Balita di desa Pasirlangu, Cisarua, Bandung Barat, meliputi pengetahuan tentang Pengenalan Zat Gizi, Mengukur Status Gizi Dengan KMS, Pentingnya Menggunakan Garam beryodium, Gizi Seimbang, dan Gizi Seimbang Untuk Balita.
- b. Menganalisis bagaimana tingkat pengetahuan gizi Ibu Balita di desa Pasirlangu, Cisarua, Bandung Barat.

## ISI

Penyebaran instrumen dilakukan kepada 70 responden yang tersebar di dalam 7 RW yang memiliki posyandu di desa Pasirlangu, Cisarua, Bandung Barat. Dengan masing-masing jumlah responden setiap RW adalah 16 responden untuk RW 6, 12 responden untuk RW 7, 6 responden untuk RW 8, 4 responden untuk RW 9, 13 responden untuk RW 11, 11 responden untuk RW 12 dan 8 responden untuk RW 13. Waktu yang dibutuhkan untuk penyebaran dan pengumpulan instrumen adalah 4 hari, hingga waktu yang telah ditentukan instrumen yang kembali terkumpul dan telah diisi oleh responden berjumlah sama pada saat penyebaran instrumen yaitu 70 eksemplar instrumen.

Dalam pelaksanaan penyebaran instrumen peneliti dibantu oleh para kader disetiap posyandu sehingga penyebaran dan pengumpulan instrumen lebih mudah dan cepat. Berdasarkan hasil olah dan analisis data diperoleh hasil penelitian sesuai dengan tujuan penelitian sebagai berikut :



**Gambar Diagram 1**  
**Pengetahuan Ibu Balita di Desa Pasirlangu Cisarua Bandung Barat**

Berdasarkan gambar diagram 1 dapat dilihat rata-rata tingkat pengetahuan gizi Ibu Balita di desa Pasirlangu Cisarua Bandung Barat berada pada kriteria sedang dengan persentase frekuensi responden sebesar 79%. Dari diagram 4.6 dapat terlihat responden tingkat pengetahuan responden paling tinggi adalah materi mengukur status gizi dengan KMS dengan persentase sebesar 95% dan berada pada kriteria baik.

Tingkat pengetahuan responden juga berada pada kriteria baik untuk materi pengenalan zat gizi dengan persentase sebesar 86% dan materi gizi seimbang dengan persentase sebesar 82%. Sedangkan untuk materi gizi seimbang untuk Balita dengan persentase sebesar 69% dan materi pentingnya menggunakan garam beryodium dengan persentase sebesar 65% masih berada pada kriteria sedang.

Berdasarkan data dan hasil analisis dapat disimpulkan rata-rata tingkat penguasaan responden terhadap materi pengenalan zat gizi sudah sebagian besar

responden (86%) memiliki kriteria tingkat pengetahuan yang baik dengan persentase 95% untuk pertanyaan yang berkaitan dengan usia rawan gizi dan tingkat pengetahuan yang sedang dengan persentase 76% untuk pertanyaan yang berkaitan dengan fungsi zat gizi, sehingga penyuluhan gizi dengan materi pengenalan zat gizi yang di programkan oleh Puskesmas desa Pasirlangu, Cisarua, Bandung Barat sudah diterima responden dengan baik, meskipun harus ada peningkatan pengetahuan lagi berkaitan dengan sub materi fungsi zat gizi untuk Balita agar tingkat pengetahuan pada sub materi fungsi zat gizi untuk Balita meningkat menjadi baik.

Tingkat pengetahuan responden yang baik terkait materi Pengenalan Zat Gizi diharapkan dapat menghasilkan perilaku individu dan masyarakat yang dapat meningkatkan dan mempertahankan gizi baik masyarakat desa Pasirlangu sebagai hasil dari penyuluhan gizi yang telah diberikan oleh puskesmas desa Pasirlangu, Cisarua, Bandung Barat. Seperti yang dikutip dari pendapat Suhardjo (2003, hlm.29) yang menyatakan bahwa “ penyuluhan gizi adalah pendekatan edukatif yang menghasilkan perilaku individu atau masyarakat yang diperlukan dalam peningkatan atau mempertahankan gizi baik”.

Persentase rata-rata pengetahuan Ibu Balita tentang materi mengukur status gizi dengan KMS termasuk dalam kategori baik. Hasil pengolahan data mengenai pengetahuan Ibu Balita mengenai materi mengukur status gizi dengan KMS menunjukkan dari keempat point pertanyaan mengenai KMS, secara keseluruhan pengetahuan sebagian besar (95%) responden termasuk dalam kategori baik, sehingga dapat ditarik

kesimpulan tingkat pengetahuan responden berkaitan dengan materi mengukur status gizi dengan KMS sudah baik.

Tingkat pengetahuan yang baik mengenai materi mengukur status gizi dengan KMS diharapkan Ibu Balita dapat mengoptimalkan penggunaan KMS, karena dengan KMS gangguan pertumbuhan atau resiko kelebihan ataupun kekurangan gizi dapat diketahui lebih dini, sehingga dapat dilakukan tindakan pencegahan secara lebih cepat dan tepat sebelum masalahnya lebih berat. Melihat tingkat persentase pengetahuan sebagian besar (95%) responden termasuk dalam kategori baik, KMS cukup berhasil menjadi media yang edukatif dalam upaya penyuluhan gizi kesehatan. Hal ini sesuai dengan Keputusan Menteri Kesehatan Nomor : 155/Menkes/Per/I/2010 tentang penggunaan Kartu Menuju Sehat (KMS) untuk Balita, bahwa fungsi utama dari KMS adalah :

- a. Sebagai alat untuk memantau pertumbuhan anak.
- b. Sebagai catatan pelayanan kesehatan anak. Di dalam KMS dicatat riwayat pelayanan kesehatan dasar anak terutama berat badan anak, pemberian kapsul vitamin A, pemberian ASI pada bayi 0-6 bulan dan imunisasi.
- c. Sebagai alat edukasi. Di dalam KMS dicantumkan pesan-pesan dasar perawatan anak seperti pemberian makanan anak, perawatan anak bila menderita diare.

Berdasarkan hasil olah data mengenai materi garam beryodium menunjukkan rata – rata persentase pengetahuan Ibu Balita tentang materi pentingnya menggunakan garam beryodium berada pada kriteria Sedang,

dengan rata – rata persentase sebesar (65%). Pengetahuan Ibu Balita mengenai materi tentang pentingnya menggunakan garam beryodium terbagi menjadi 4 kriteria yaitu, sebagian besar responden (99%) mengetahui dengan baik bahwa garam yang baik digunakan untuk mengolah makanan untuk Balita adalah garam beryodium, sebagian besar responden (87%) mengetahui dengan baik bahwa kekurangan yodium dalam tubuh akan menyebabkan penyakit gondok, namun hanya lebih dari setengah responden (53%) yang mengetahui fungsi garam beryodium, dan hanya sebagian kecil (20%) yang mengetahui cara tes kadar yodium secara sederhana.

Melihat rata-rata presentase pengetahuan Ibu Balita di desa Pasirlangu, Cisarua, Bandung Barat termasuk dalam kategori sedang (65%), perlu adanya tindakan penyuluhan yang lebih intensif berkaitan dengan materi pentingnya menggunakan garam beryodium agar pengetahuan Ibu Balita berkaitan dengan garam beryodium di desa Pasirlangu, Cisarua, Bandung Barat dapat meningkat menjadi baik. Pengetahuan mengenai garam beryodium sangat penting, mengingat akibat yang ditimbulkan dari kekurangan yodium sangat berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia seperti yang dikutip dari pendapat Almatsier S (2009, hlm.264) “defisiensi iodium berpengaruh berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia secara luas, meliputi tumbuh kembang, termasuk perkembangan otak”.

Persentase rata-rata tingkat pengetahuan Ibu Balita tentang materi gizi seimbang berada pada kriteria Baik, dengan rata – rata persentase sebesar (82%). Rata-rata persentase tersebut diperoleh dari 9 sub materi yang memiliki

kriteria tingkat pengetahuan yang berbeda-beda. Pengetahuan responden mengenai tujuan dari pemberian makanan sehat dan gizi seimbang untuk keluarga berada pada kriteria baik dengan presentase 97% yang berarti sebagian besar responden sudah mengetahui dengan baik bahwa tujuan dari pemberian makanan sehat dan gizi seimbang untuk keluarga adalah tercapainya kesehatan yang optimal.

Pengetahuan yang baik berkaitan dengan materi tujuan pemberian makanan sehat dan gizi seimbang untuk keluarga, diharapkan Ibu Balita dapat memberikan penyelenggaraan makan dengan komposisi zat gizi yang seimbang sesuai dengan kebutuhan Balita agar dapat mencapai kesehatan yang optimal dan terhindar dari masalah gizi baik kekurangan gizi maupun kelebihan gizi. Hal ini sesuai dengan pendapat Kurniasih D (2010, hlm.7) bahwa kekurangan dan kelebihan gizi muncul karena pola makan bergizi tak seimbang, kekurangan gizi terjadi akibat asupan gizi dibawah kebutuhan, sedangkan kelebihan gizi timbul karena asupan gizi melebihi kebutuhan.

Berdasarkan hasil olah hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan responden mengenai materi gizi seimbang sudah baik, namun responden masih kurang mengetahui sub materi mengenai sumber zat pembangun yang berasal dari hewani dan sumber zat pembangun yang berasal dari nabati yang cocok dikonsumsi oleh Balita. Penyuluhan gizi dengan materi gizi seimbang yang diprogramkan oleh puskesmas desa Pasirlangu, Cisarua, Bandung Barat sudah dapat diterima dengan baik oleh responden. Namun, masih kurang untuk sub materi mengenai sumber zat pembangun yang berasal dari

hewani dan sumber zat pembangun yang berasal dari nabati yang cocok dikonsumsi oleh Balita sehingga diperlukan adanya penyuluhan secara individual berkaitan dengan sub materi ini agar pengetahuan responden dapat meningkat menjadi baik.

Pengetahuan mengenai menyusun menu sehat seimbang untuk Balita sangat penting untuk responden. Pengetahuan ini merupakan dasar yang harus dimiliki oleh responden agar dapat memberikan penyelenggaraan makan yang sehat dan seimbang untuk Balita. Penyelenggaraan makan yang sehat dan seimbang sangat penting untuk Balita mengingat Balita merupakan usia rawan gizi yang perkembangan fisik dan mentalnya akan berpengaruh diusia remaja dan dewasa. Seperti yang dikutip dari pendapat Kurniasih D (2010, hlm.74) “usia Balita cukup rawan karena pertumbuhan dan perkembangan di usia ini akan menentukan perkembangan fisik dan mental anak di usia remaja dan dewasa”.

Berdasarkan hasil olah data dan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan gizi Ibu Balita di desa Pasirlangu, Cisarua, Bandung Barat belum baik karena hanya 79% responden yang mengetahui dengan baik seluruh materi penyuluhan sehingga tingkat pengetahuan responden dikategorikan ke dalam kriteria sedang. Untuk itu diperlukan adanya penyuluhan gizi secara individual berkaitan dengan materi pentingnya menggunakan garam beryodium dan gizi seimbang untuk Balita agar tingkat pengetahuan gizi Ibu Balita di desa Pasirlangu, Cisarua, Bandung Barat dapat meningkat menjadi baik. Karena dengan tingkat pengetahuan gizi yang baik diharapkan dapat meningkatkan status gizi masyarakat yang nantinya akan sangat berhubungan

dengan meningkatnya kesehatan dan kesejahteraan masyarakat desa Pasirlangu. Hal ini sesuai dengan pendapat Suhardjo (2003, hlm. 28) alasan mengapa pengetahuan gizi penting didasarkan pada 3 kenyataan yaitu :

- 1) Status gizi yang baik adalah penting bagi kesehatan dan kesejahteraan;
- 2) Setiap orang hanya akan cukup gizi jika makanan yang dimakannya mampu menyediakan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan tubuh yang optimal, pemeliharaan dan energi;
- 3) Ilmu gizi memberikan fakta-fakta yang perlu sehingga penduduk dapat belajar menggunakan pangan dengan baik bagi kesejahteraan gizi.

## PENUTUP

Berdasarkan hasil olah dan analisis data hasil penelitian Analisis Pengetahuan Gizi Ibu Balita Di Desa Pasirlangu Cisarua Bandung Barat dapat disimpulkan bahwa Tingkat pengetahuan gizi Ibu Balita di desa Pasirlangu, Cisarua, Bandung Barat dikategorikan ke dalam kriteria sedang dengan masing-masing kriteria tingkat pengetahuan materi yaitu tingkat pengetahuan Ibu Balita termasuk dalam ketogori baik untuk materi pengenalan zat gizi, mengukur status gizi dengan KMS dan gizi seimbang, sedangkan untuk materi pentingnya menggunakan garam beryodium dan materi gizi seimbang untuk Balita termasuk dalam kategori sedang.

Oleh karena itu, penulis merekomendasikan kepada puskesmas desa Pasirlangu, Cisarua, Bandung Barat

agar melakukan penyuluhan gizi secara individual agar tingkat pengetahuan gizi Ibu Balita di desa Pasirlangu dapat meningkat menjadi baik. Terutama untuk materi pentingnya menggunakan garam beryodium dan gizi seimbang untuk Balita yang tingkat pengetahuua Ibu Balita terhadap kedua materi tersebut masih berada pada kriteria sedang. Dengan memiliki pengetahuan gizi yang baik diharapkan Ibu Balita dapat dapat memberikan peyelenggaraan makan yang baik untuk Balita agar Balita dapat terhindar dari berbagai macam masalah gizi sehingga dapat meningkatkan tingkat kesehatan dan kesejahteraan masyarakat desa Pasirlangu, kecamatan Cisarua, kabupaten Bandung Barat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S.(2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Kurniasih, Dedeh. (2010). *Sehat & Bugar Berkat Gizi Seimbang*. Jakarta : PT Penerbitan Sarana Bobo.
- Suhardjo. (2003). *Petunjuk Laboraturium : Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Bogor : Departement Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Pusat Antar Universitas Pangan Dan Gizi, IPB

## Sumber Lain :

*Departemen Kesehatan Indonesia No.8, Tahun 2000*

Keputusan Menteri Kesehatan Nomor : 155/Menkes/Per/I/2010