

## GAMBARAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI PADA BATITA DI PUSKESMAS KAYON KOTA PALANGKA RAYA

Hera Tresia Florentin<sup>1</sup>, Ika Mardiatul Ulfa<sup>2</sup>, Harta<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Akademi Kebidanan Betang Asi Raya

[heratresiaflo@gmail.com](mailto:heratresiaflo@gmail.com)

---

**ABSTRACT;** *Nutritional problems among toddlers remain a serious concern in Indonesia due to their association with stunting and growth disorders. Mothers' knowledge of nutrition plays a crucial role in preventing these issues. This study aims to describe the level of mothers' knowledge regarding toddler nutrition in the working area of the Kayon Public Health Center, Palangka Raya City. This research employed a descriptive quantitative design with a survey approach using questionnaires. The study population consisted of 57 mothers with toddlers, and a sample of 36 respondents was selected using an accidental sampling technique based on Slovin's formula. The results showed that most respondents were aged 20–35 years (83%), had completed senior high school education (50%), worked as housewives (64%), were multiparous (61%), and obtained nutritional information mainly through social media (94%). All respondents (100%) demonstrated a high level of knowledge about toddler nutrition. In conclusion, mothers of toddlers in the working area of the Kayon Public Health Center possess a high level of knowledge regarding nutrition, indicating that the use of information media can serve as an effective means to enhance community nutrition literacy.*

**Keywords:** *Toddlers, Nutrition, Knowledge.*

**ABSTRAK;** Masalah gizi pada balita masih menjadi perhatian serius di Indonesia karena berhubungan dengan risiko stunting dan gangguan pertumbuhan. Pengetahuan ibu tentang gizi merupakan faktor penting dalam pencegahan masalah tersebut. Penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran pengetahuan ibu tentang gizi pada batita di wilayah kerja Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya. Jenis penelitian adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survei menggunakan kuesioner. Populasi penelitian berjumlah 57 ibu batita dengan sampel sebanyak 36 responden yang diambil menggunakan teknik accidental sampling berdasarkan rumus Slovin. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 20–35 tahun (83%), berpendidikan SMA (50%), bekerja sebagai ibu rumah tangga (64%), memiliki paritas multipara (61%), serta memperoleh informasi melalui media sosial (94%). Seluruh responden (100%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai gizi batita. Kesimpulannya, pengetahuan ibu tentang gizi batita di wilayah kerja Puskesmas Kayon tergolong tinggi, menunjukkan bahwa pemanfaatan media informasi dapat menjadi sarana efektif dalam peningkatan literasi gizi masyarakat.

**Kata Kunci:** Batita, Gizi, Pengetahuan.

## **PENDAHULUAN**

Gizi merupakan salah satu penentu kualitas sumber Daya manusia (SDM). Kondisi gizi baik dapat dicapai jika tubuh memperoleh cukup zat gizi yang dikonsumsi sehingga memungkinkan terjadinya pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kemampuan untuk mencapai tingkat kesehatan yang optimal. Oleh sebab itu, kebutuhan gizi untuk anak pada awal masa kehidupannya merupakan hal yang sangat penting termasuk dalam *window of opportunity* dan pada umur tersebut anak berada pada periode tumbuh kembang manusia yang disebut dengan periode *golden age*. Di masa keemasannya tersebut jika anak kekurangan gizi dan kelebihan gizi dapat memberikan konsekuensi buruk yang tak terhindarkan, sehingga rentan terhadap penyakit infeksi, mengakibatkan rendahnya tingkat kecerdasan, penurunan kemampuan fisik, gangguan pertumbuhan jasmani dan mental, stunting, kelambatan serta dapat menyebabkan kematian (Ana Suzi Gutierrez, 2022)

Masalah gizi seimbang pada balita sangat dipengaruhi langsung oleh asupan makanan, jika asupan zat gizi pada makanan yang tidak optimal maka bisa menimbulkan masalah gizi kurang (stunting) dan gizi lebih (Obesitas). Ibu yang kurang tahu mengenai gizi seimbang, akan menghadirkan makanan yang tidak seimbang gizinya kepada balitanya. Semakin banyak pengetahuan tentang gizi seimbang maka, semakin diperhitungkan jenis dan jumlah makanan yang dipilih untuk dikonsumsi anak. Sedangkan untuk ibu yang tidak mempunyai cukup pengetahuan tentang gizi seimbang, akan memilih makanan yang paling menarik panca indera dan tidak mengadakan pilihan berdasarkan nilai gizi makanan. Sebaliknya mereka yang semakin banyak pengetahuan gizinya, lebih banyak menggunakan pertimbangan rasional dan pengetahuan tentang nilai gizi makanan tersebut (Ana Suzi Gutierrez, 2022).

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survei. Populasi penelitian adalah seluruh ibu yang memiliki batita dan berkunjung ke Puskesmas Kayon sebanyak 57 orang. Sampel ditentukan dengan teknik *accidental sampling*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Tabel 1.** Distribusi karakteristik responden berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, paritas dan sumber informasi

<b>No</b>	<b>Karakteristik</b>	<b>Frekuensi (n)</b>	<b>Presentase (%)</b>
1	Usia <20 Tahun	1	3
	20-35 Tahun	30	83
	>35 Tahun	5	17
	Total	36	100
2	Pendidikan SMP	2	6
	SMA	18	50
	Sarjana	16	44
	Total	36	100
3	Pekerjaan IRT	23	64
	Swasta	6	17
	PNS	7	19
	Total	36	100
4	Paritas Primipara	14	39
	Multipara	22	61
	Grande Multipara	-	-
	Total	36	100
5	Sumber Informasi Media Sosial	34	94
	Koran	-	-
	Televisi	2	6
	Total	36	100

**Tabel 2.** Distribusi frekuensi Pengetahuan Ibu

No	Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Tinggi	36	100
2	Rendah	-	-
	Total	36	100

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar ibu berada pada kelompok usia produktif 20–35 tahun (83%), berpendidikan SMA (50%), bekerja sebagai ibu rumah tangga (64%), dan multipara (61%). Sebagian besar memperoleh informasi tentang gizi melalui media sosial (94%).

Tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi pada batita tergolong tinggi, dengan seluruh responden (100%) mampu menjawab benar  $\geq 75\%$  dari pernyataan yang diberikan. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu cukup baik dalam hal pentingnya gizi seimbang, pemberian ASI eksklusif, makanan pendamping ASI, serta dampak kekurangan dan kelebihan gizi pada anak.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Ruwiah (2021) dan Wigati (2022) yang menegaskan bahwa pendidikan gizi berpengaruh terhadap perilaku ibu dalam pemenuhan nutrisi anak. Pengetahuan yang baik memungkinkan ibu membuat keputusan yang tepat mengenai jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi anak. Media sosial juga menjadi sarana efektif penyebaran informasi gizi yang mudah diakses oleh masyarakat.

## **KESIMPULAN**

Gambaran pengetahuan ibu tentang gizi pada batita secara keseluruhan menunjukkan responden memiliki pengetahuan tinggi sebesar (100%).

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ana Suzi Guterrles. (2022). Pentingnya Gizi Seimbang dalam Mencegah Stunting. Jakarta: UI Press.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2022. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lawal, O., et al. (2024). Maternal Education and Stunting Prevention. *Global Health Journal*, 15(3), 112–118.
- Ruwiah, R. S., et al. (2021). Peran Pendidikan Gizi dalam Pencegahan Stunting.

Jurnal Gizi dan Kesehatan Anak Indonesia, 8(2), 55–62.

Wigati, D., et al. (2022). Edukasi Gizi Seimbang untuk Pencegahan Stunting pada Balita.

Media Ilmiah Gizi dan Kesehatan, 14(1), 25–33.

WHO. (2020). Nutrition and Health Guidelines. Geneva: World Health Organization.

UNICEF. (2021). Conceptual Framework on Child Nutrition. New York: UNICEF.