

GAMBARAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU KELUARGA DALAM PEMENUHAN GIZI SEIMBANG BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JEULINGKE

An Overview of The Family's Knowledge, Attitude, and Behavior in Fulfillment of Balanced nutrition children under five in the Working Area of Jeulingke Community Health Center

Yohana Azhari K¹, Neti Hartaty², Dini Mulyati²

¹ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

² Bagian Keilmuan Keperawatan Keluarga Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

Email: yohanaazahari9@gmail.com; netihartaty@unsyiah.ac.id; dini.m@unsyiah.ac.id

ABSTRAK

Prevalensi balita dengan *stunting* di Aceh berada pada urutan ke 3 dari 34 provinsi di Indonesia. *Stunting* diakibatkan oleh permasalahan gizi seimbang pada balita yang dapat mengganggu fisik, mental, berpikir dan hilangnya harapan hidup balita. Beberapa indikator untuk mengetahui pemenuhan gizi seimbang pada balita meliputi pengetahuan, sikap dan perilaku keluarga. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan, sikap dan perilaku keluarga dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kota Banda Aceh. Jenis penelitian yang digunakan adalah *deskriptif eksploratif* dengan desain *cross sectional study*. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan metode *quota sampling* dengan jumlah sampel 104 responden. Pengumpulan data menggunakan tiga kuesioner yaitu kuesioner untuk menilai pengetahuan, sikap dan perilaku. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan keluarga dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita berada pada kategori baik 103 responden (99,0%), sikap pada kategori baik 103 responden (99,0%) dan perilaku berada pada kategori baik 103 responden (99,0%). Diharapkan untuk penyedia layanan kesehatan agar dapat melakukan promosi kesehatan untuk meningkatkan sikap keluarga serta mempertahankan pengetahuan dan perilaku keluarga dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita dengan lebih baik untuk mengurangi risiko balita *stunting*.

Kata Kunci : Balita, pemenuhan gizi seimbang, pengetahuan, perilaku, sikap

ABSTRACT

Out of 34 provinces in Indonesia, Aceh is in the third position regarding the prevalence of *stunting* in children under five. *Stunting* might be caused by problems associated with balanced nutrition in the children which can affect their physique, mental, thinking abilities, and loss of life expectancy. Several indicators to determine the fulfillment of balanced nutrition in children under five include knowledge, attitudes, and behavior of the family. The purpose of this study was to find out the overview of the family's knowledge, attitude, and behavior regarding balanced nutrition fulfillment of children under five in the working area of Jeulingke Community Health Center in Banda Aceh. This exploratory quantitative research was conducted by means of a cross-sectional study approach. A number of 104 respondents were chosen as the research samples by employing a non-probability sampling technique, specifically the quota sampling method. The data were collected by distributing three questionnaires to measure the knowledge, attitude and behavior. The results indicated that the knowledge of 103 respondents (99.0%) was in good category, that the attitude of 103 respondents (99.0%) was in good category, and that the behavior of 103 respondents (99.0%) was in good category. Hence, it is suggested that the health care providers do health promotion to maintain or improve the family's knowledge, attitude, and behavior in order to minimize the risk of *stunting* in children under five.

Keyword : Children under five, balanced nutrition fulfillment, knowledge, behavior, attitude

PENDAHULUAN

Penurunan produktivitas, gangguan pada fisik, mental, berpikir dan penurunan kualitas sumber daya manusia disebabkan oleh kondisi status gizi yang buruk. Apabila gizi buruk dibiarkan maka akan memperburuk kondisi balita yang berdampak pada kesehatan balita dan hilangnya harapan hidup balita (Kewaru, 2016). Pada tahun 2020, terdapat sekitar 149,2 juta (22,0%) anak balita di dunia menderita keadaan tubuh yang pendek atau yang biasa disebut *stunting* (WHO, 2021).

Menurut Riskesdas (2019), prevalensi balita *stunting* di Indonesia pada tahun 2017-2018 mengalami peningkatan dari 9,5% menjadi 10%. Provinsi yang ada di Indonesia juga masih banyak berada dibawah target pemerintah salah satunya Aceh. Aceh merupakan salah satu wilayah yang berada pada prevalensi *stunting* urutan ke 3 sebesar 37,1%. Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Kota Banda aceh tahun 2019 prevalensi balita *stunting* yang paling banyak adalah Puskesmas Jeulingke sebesar 6,3% (Dinkes Kota Banda Aceh, 2019).

Masa balita merupakan masa yang penting, maka kebutuhan gizi perlu seimbang baik dari segi kuantitas maupun kandungan gizinya (Anggraeni, Munawaroh, & Ciptiasrini, 2020). Orang tua dan lingkungan keluarga berperan penting dalam membentuk preferensi nutrisi, perilaku diet dan asupan energi balita (Prakoso, 2012). Keluarga adalah agen sosial yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan balita, sehingga status gizi balita tidak akan keluar dari lingkungan yang merawat dan mengasuhnya (Arisman, 2013).

Stunting pada balita dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan orangtua khususnya ibu tentang gizi seimbang. *Stunting* sering terjadi pada masyarakat yang berpendidikan rendah (Ningsih, Kristiawati, & Krisnana, 2014). Selain pengetahuan, sikap dan perilaku keluarga juga perlu diperhatikan karena merupakan faktor yang mempengaruhi perkembangan *stunting* (Hayati, 2011). Sikap seorang ibu dalam memberikan makan anaknya merupakan salah satu faktor yang menentukan bagaimana seseorang berperilaku

dalam memberikan makanan yang tepat pada anaknya. Perilaku gizi ibu berhubungan positif dengan status gizi balita, yaitu semakin baik perilaku gizi ibu maka semakin rendah kejadian gizi buruk pada balita (Ningsih, Kristiawati, & Krisnana, 2014).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Jeulingke Kota Banda Aceh pada tahun 2021 diketahui jumlah balita dari lima gampong sebanyak 1.510 balita. Dari informasi yang diperoleh dari perawat di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke ditemukan bahwa keluarga mengetahui dan memahami pemenuhan gizi seimbang pada balita, namun tidak semua dari mereka melakukannya. Bahkan ketika keluarga tahu bagaimana memenuhi gizi seimbang balita mereka gagal melakukannya dengan memberikan makanan *junk food* kepada balita.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan, sikap dan perilaku keluarga dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kota Banda Aceh.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian dengan jenis kuantitatif dan menggunakan design *cross sectional study*. Populasi pada penelitian ini yaitu ibu yang memiliki balita usia 0-5 tahun. Teknik pengambilan sampel ialah *non-probability sampling* dengan metode *quota sampling* dengan jumlah sampel 104 responden yang dilakukan pada tanggal 19-24 Februari 2022. Pengumpulan data menggunakan tiga kuesioner, yaitu kuesioner untuk menilai pengetahuan dalam bentuk skala *guttman*, kuesioner menilai sikap dan perilaku dalam bentuk skala *likert* yang berisi 25 item pernyataan dan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas.

Pada saat pengumpulan data berlangsung penulis menerapkan protokol kesehatan COVID-19 yang telah ditetapkan selama melakukan kunjungan secara *door to door*. Setelah semua protokol kesehatan diterapkan dan sudah mendapat izin, penulis memperkenalkan diri, menjelaskan tujuan

penelitian, memastikan kembali data yang diperoleh dan menginformasikan bahwa penelitian tidak menimbulkan risiko atau kerugian apapun bagi responden. Setelah itu, ibu yang memiliki balita sebagai responden dalam penelitian diarahkan untuk mengisi data demografi, data balita dan kuesioner tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita. Setelah semua diisi oleh responden, peneliti mengecek kembali kelengkapan jawaban kuesioner. Setelah selesai pengumpulan data maka peneliti mengolah data dengan cara *editing*, *coding*, *processing* dan *tabulating*. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat.

HASIL

Berdasarkan data penelitian diperoleh hasil sebagai berikut.

Tabel 1. Karakteristik Responden

No.	Data Demografi	f	%
1.	Usia Ayah/Ibu		
	17-25 Tahun	10	9,6
	26-35 Tahun	57	54,8
	36-45 Tahun	37	35,6
2.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	6	5,8
	Perempuan	98	94,2
3.	Pendidikan		
	Tidak Sekolah	1	1,0
	SD	4	3,8
	SMP	14	13,5
	SMA	36	34,6
	Perguruan Tinggi	49	47,1
4.	Pekerjaan		
	PNS	9	8,7
	Pegawai Swasta	11	10,6
	Petani	1	1,0
	IRT	83	79,8
5.	Penghasilan Keluarga Per Bulan		
	< Rp 3.165.030	70	67,3
	> Rp 3.165.030	34	32,7
6.	Jumlah Anak		
	1-2 Orang	60	57,7
	3-5 Orang	44	42,3
7.	Usia Balita		
	0-2 Tahun	55	52,9
	2-3 Tahun	28	26,9
	>3-5 Tahun	21	20,2
8.	Jenis Kelamin Balita		
	Laki-laki	55	52,9
	Perempuan	49	47,1

No.	Data Demografi	f	%
9.	Riwayat Imunisasi		
	Lengkap	38	36,5
	Tidak Lengkap	66	63,5
10.	Status Gizi Balita		
	Berat badan kurang	12	11,5
	Berat badan normal	86	82,7
	Risiko berat badan lebih	6	5,8

Sumber : Data Primer (Diolah, 2022)

Berdasarkan tabel 1. menunjukkan bahwa karakteristik usia responden mayoritas merupakan dewasa muda (26-35 tahun) sebanyak 57 responden (54,8%), distribusi karakteristik jenis kelamin responden mayoritas merupakan perempuan sebanyak 98 responden (94,2%), distribusi karakteristik pendidikan terakhir responden mayoritas berada pada tingkatan perguruan tinggi sebanyak 49 responden (47,1%), distribusi pekerjaan responden mayoritas merupakan ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 83 responden (79,8%), distribusi penghasilan responden mayoritas < Rp 3.165.030 sebanyak 70 responden (67,3%), distribusi jumlah anak responden mayoritas 1-2 orang sebanyak 60 responden (57,7%), distribusi usia balita mayoritas 0-2 tahun sebanyak 55 responden (52,9%), distribusi jenis kelamin balita mayoritas laki-laki sebanyak 55 responden (52,9%), distribusi riwayat imunisasi balita mayoritas tidak lengkap sebanyak 66 responden (63,5%) dan distribusi status gizi balita mayoritas berat badan normal sebanyak 86 responden (82,7%).

Tabel 2. Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Keluarga

No.	Variabel Independen	f	%
1.	Pengetahuan		
	Kurang Baik	1	1,0
	Baik	103	99,0
2.	Sikap		
	Kurang Baik	1	1,0
	Baik	103	99,0
3.	Perilaku		
	Kurang Baik	1	1,0
	Baik	103	99,0

Sumber : Data Primer (Diolah, 2022)

Berdasarkan tabel 2. menunjukkan bahwa sebanyak 103 (99,0%) responden memiliki

pengetahuan yang baik, sebanyak 103 (99,0%) responden memiliki sikap yang baik dan sebanyak sebanyak 103 (99,0%) responden memiliki perilaku yang baik dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita.

PEMBAHASAN

Pengetahuan Keluarga

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kota Banda Aceh memiliki pengetahuan yang baik mengenai pemenuhan gizi seimbang pada balita berjumlah 103 responden (99,0%). Hasil penelitian didukung oleh penelitian dari Hartaty, Mahdarsari dan Arnita (2020) yang menyatakan bahwa 70 responden (66,04%) dari 106 responden memiliki pengetahuan pemenuhan gizi seimbang pada balita yang baik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden mengetahui sayuran merupakan sumber makanan untuk vitamin, mineral dan serat (99,0%) dapat mencegah gangguan pencernaan serta mencegah terjadinya gizi yang tidak seimbang pada balita.

Berdasarkan hasil penelitian ini, tingkat pengetahuan baik yang dimiliki oleh responden tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita sebagian besar dipengaruhi oleh usia, keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke mayoritas merupakan dewasa muda (54,8%). Didukung oleh hasil penelitian dari Primihastuti (2018) yang menyebutkan bahwa keluarga yang tergolong usia dewasa muda memiliki keinginan untuk mencari informasi lebih tinggi dan mereka biasanya cenderung aktif mencari informasi tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita melalui kunjungan ke posyandu dan tenaga kesehatan.

Tingkat pengetahuan dapat dipengaruhi oleh pendidikan ibu balita. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan terakhir ibu balita paling banyak berada pada tingkat perguruan tinggi sebanyak 49 responden (47,1%). Hal ini menunjukkan seorang ibu yang berpendidikan tinggi akan lebih mudah untuk menerima dan memahami informasi yang didapat (Tanjung, 2020).

Tingkat pengetahuan juga dapat dipengaruhi oleh pekerjaan ibu balita. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pekerjaan ibu balita mayoritas ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 83 responden (79,8%). Hal ini menunjukkan bahwa IRT mempunyai cukup waktu dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita sehingga pekerjaan ibu balita sebagai IRT tidak mempengaruhi pengetahuan mengenai pemenuhan gizi seimbang pada balita menjadi tidak baik.

Penelitian ini didukung oleh penelitian dari Fajriani, Aritonang dan Nasution (2020) yang menjabarkan bahwa dari 96 responden memiliki tingkat pengetahuan tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita dengan kriteria baik (61,5%). Dikatakan bahwa responden mengetahui tentang gizi seimbang yaitu cukup semua pada perawatan dan makanannya. Hasil penelitian yang serupa juga dapat dilihat dalam penelitian yang dilakukan oleh Primihastuti (2018) menunjukkan bahwa dari 27 responden memiliki tingkat pengetahuan tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita dengan baik (70%). Berdasarkan penelitian yang dilakukannya bahwa tetap perlu diberikan pengetahuan mengenai pemenuhan gizi seimbang pada balita agar dapat meningkatkan pengetahuan keluarga dan diharapkan dapat mengubah sikap dan perilaku keluarga menjadi lebih baik lagi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zilawati dan Wahyuningsih (2019) yang menunjukkan bahwa responden memiliki tingkat pengetahuan pemenuhan gizi seimbang pada balita baik sebanyak 85 responden (88,54%). Berdasarkan penelitian yang dilakukannya pengetahuan baik yang dimiliki ibu dipengaruhi oleh usia, pendidikan, pekerjaan, pengalaman, jumlah anak dalam keluarga dan cara mendapatkan informasi. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Harnawati (2021) yang menunjukkan bahwa dari 52 responden memiliki tingkat pengetahuan tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita dengan baik (67,3%). Berdasarkan penelitian yang dilakukannya bahwa pengetahuan baik yang dimiliki ibu tentang

makanan sehat, bergizi dan higienis dipengaruhi oleh umur, tingkat pendidikan dan pekerjaan ibu.

Dari hasil penelitian ini, penulis berpendapat bahwa sebagian besar yang menyebabkan pengetahuan keluarga dikategorikan baik, dipengaruhi oleh usia, pendidikan dan pekerjaan ibu balita. Dari hasil penelitian ini sebagian besar responden berusia dewasa muda (54,8%) dengan hal tersebut menunjukkan bahwa usia mempengaruhi tingkat pengetahuan, yang mana cara berpikir seseorang akan berkembang seiring bertambahnya usia. Kemudian sebagian besar pendidikan ibu perguruan tinggi (47,1%) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin banyak pula informasi dan pengetahuan yang diperoleh. Sebagian besar pekerjaan ibu sebagai IRT (79,8%) yang menunjukkan bahwa sebagai IRT tidak membatasi diri untuk mendapatkan informasi mengenai pemenuhan gizi seimbang pada balita yang bisa didapatkan dari pendidikan formal maupun informal. Dan penulis berpendapat bahwa dengan adanya pengetahuan yang baik maka status gizi balita berada pada kategori normal.

Sikap Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas sikap responden terhadap pemenuhan gizi seimbang pada balita sebanyak 103 responden (99,0%) memiliki sikap baik. Responden menyadari bahwa sikap baik itu terbentuk dari pengetahuan yang baik terhadap pemenuhan gizi seimbang pada balita. Hal ini jelas tersebut dalam nilai komponen sikap terbaik yaitu keluarga tidak yakin tanpa vitamin dan mineral kebutuhan gizi anak akan tetap terpenuhi dengan seimbang (17,3%). Memberikan vitamin dan mineral kepada balita berguna untuk mencegah terjadinya gizi tidak seimbang sehingga memperkecil terjadinya *stunting*. Oleh sebab itu, pastikan memberikan vitamin dan mineral kepada balita agar balita tidak mengalami kejadian *stunting* (Fatimah & Wirjatmadi, 2018).

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Indrayani, Rusmiadi dan Kartikasari (2020) yang mengatakan bahwa dari 96 responden, 73 responden (76,0%) memiliki sikap baik tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita. Berdasarkan penelitian yang dilakukannya, mayoritas responden memiliki sikap baik yang dilatar belakangi oleh pengetahuan responden yang tinggi tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita (40,6%). Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh penelitian dari Mardian (2020) yang menjelaskan bahwa dari 33 responden, terdapat 30 responden (90,9%) yang memiliki sikap yang baik dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita. Berdasarkan penelitiannya, sikap responden baik dipengaruhi oleh pemahaman dan penerapan ibu setelah menerima informasi tentang manfaat dan fungsi makanan bergizi bagi tumbuh kembang balita.

Hasil penelitian ini mayoritas responden berada pada tahap usia dewasa muda, yang menunjukkan bahwa rentang usia responden sudah memiliki pengetahuan dan pengalaman mengenai pemenuhan gizi seimbang pada balita. Pernyataan ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Indrayani, Rusmiadi dan Kartikasari (2020) yang menyatakan bahwa banyaknya ibu yang bersikap baik terhadap pemenuhan gizi seimbang pada balita dikarenakan usia ibu yang sudah dewasa, sehingga ibu dapat merawat balita dengan baik dan benar.

Sikap responden dipengaruhi oleh jenis kelamin responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jenis kelamin responden mayoritas adalah perempuan sebanyak 98 responden (94,2%). Didukung oleh penelitian Suryati dan Nurlaila (2021) yang menyatakan bahwa sikap dalam pemenuhan asupan nutrisi pada anak dipengaruhi oleh jenis kelamin perempuan, yaitu ibu sangat dominan dalam mengasuh dan mendidik anak sehingga anak tumbuh dan berkembang menjadi anak yang berkualitas.

Sikap responden sebagian besar dipengaruhi oleh pendidikan orang tua balita. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa

pendidikan terakhir orang tua balita mayoritas adalah pada tingkat perguruan tinggi sebanyak 49 responden (47,1%), disusul pada tingkat SMA sebanyak 36 responden (34,6%), tingkat SMP sebanyak 14 responden (13,5%) dan tingkat SD sebanyak 4 responden (3,8%). Didukung oleh penelitian Mariana dan Sari (2019) yang menyatakan bahwa salah satu unsur pembentuk sikap adalah unsur kognitif atau pengetahuan, yang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan seseorang.

Sikap responden juga dipengaruhi oleh jumlah anak responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jumlah anak responden mayoritas adalah 1-2 orang anak sebanyak 60 responden (57,7%). Didukung juga oleh penelitian Mutika dan Syamsul (2018), berdasarkan penelitiannya bahwa jumlah anak 3-5 orang anak mempengaruhi sikap ibu dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita dan menjadi penyebab status gizi anak kurang, karena dengan jumlah anak 3-5 orang anak ibu tidak dapat menyajikan makanan yang sesuai dengan kebutuhan anak.

Dari hasil penelitian ini, penulis berpendapat bahwa status gizi akan berada pada kategori normal jika sikap keluarga dalam pemenuhan gizi seimbang balita pada kategori baik. Pada penelitian ini faktor yang menyebabkan sikap keluarga dikategorikan baik dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita meliputi usia, jenis kelamin, jumlah anak dan pendidikan orang tua balita. Dari hasil penelitian ini sebagian besar keluarga yaitu usia dewasa muda yang menunjukkan bahwa telah memiliki pengetahuan maupun pengalaman mengenai gizi seimbang pada balita sehingga memiliki kecenderungan bersikap baik untuk memenuhi kebutuhan gizi seimbang pada balita. Selain itu, jenis kelamin sebagian besar perempuan (94,2%) juga mempengaruhi sikap keluarga dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita yang menunjukkan bahwa ibu memiliki peran penting dalam memberikan makanan yang sehat dan bergizi kepada anak. Sehingga menyebabkan ibu terus mencari informasi mengenai gizi seimbang pada balita dan berdampak pada sikap ibu yang cenderung

bersikap baik dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita.

Sebagian besar jumlah anak responden 1-2 orang (57,7%) hal ini menunjukkan bahwa sikap dipengaruhi oleh jumlah anak. Dengan jumlah anak 1-2 orang, orang tua lebih cenderung bersikap baik dalam menyajikan makanan yang seimbang bagi balita dan lebih mudah dalam memenuhi kebutuhan balita. Kemudian penulis juga berpendapat bahwa sikap dipengaruhi oleh pendidikan, yang mana pendidikan yang diperoleh dari pengetahuan yang akan menentukan sikap seseorang. Semakin baik pengetahuan mengenai gizi seimbang pada balita maka semakin baik pula sikap yang ditunjukkan dalam memenuhi gizi seimbang pada balita.

Perilaku Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar perilaku responden terhadap pemenuhan gizi seimbang pada balita sebanyak 103 responden (99,0%). Responden menyadari bahwa terbentuknya perilaku yang baik dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita itu sangat penting. Hasil penelitian didukung oleh penelitian dari Sari dan Pebrianti (2017) yang menyatakan bahwa 183 responden (60,9%) dari 299 responden memiliki perilaku pemenuhan gizi seimbang pada balita yang baik. Berdasarkan penelitiannya menunjukkan bahwa perilaku pemenuhan gizi seimbang pada balita dipengaruhi oleh praktik ibu, jika praktik ibu dalam kategori baik maka akan berpengaruh terhadap perilaku ibu dalam pemenuhan gizi seimbang kemudian bila praktik ibu dalam kategori yang tidak baik maka perilaku pemenuhan gizi seimbang yang diberikan pun tidak baik. Penelitian ini didukung oleh Jayanti, Effendi dan Sukandar (2011) yang menyebutkan bahwa sebagian besar dari 55 responden keluarga berperilaku baik (87,3%). Berdasarkan penelitiannya menunjukkan bahwa perilaku keluarga yang mempunyai pengetahuan yang baik akan membentuk perilaku yang baik dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita.

Penelitian ini juga sejalan oleh penelitian yang dilakukan Setyaningsih dan Agustini (2014) yang menunjukkan bahwa sebagian besar perilaku pemenuhan gizi seimbang pada balita berada dalam kategori baik sebanyak 112 responden (71,4%). Perilaku pemenuhan gizi seimbang pada balita dalam kategori baik dipengaruhi oleh sikap ibu yang baik dalam pemenuhan gizi pada anak. Hasil penelitian yang serupa juga dapat dilihat oleh penelitian Patimah (2018) yang menunjukkan bahwa sebagian besar perilaku pemenuhan gizi seimbang pada balita berada dalam kategori baik sebanyak 41 responden (51,2%). Berdasarkan penelitiannya perilaku tersebut dalam kategori baik karena pemberian makan anak yang baik dan diiringi dengan pendidikan orang tua serta penghasilan orang tua yang baik pula.

Berdasarkan hasil penelitian ini, usia responden saat pengambilan data sebagian besar berada pada tahap dewasa muda (54,8%). Masa dewasa muda merupakan tahap perkembangan yang dianggap kritis karena dalam masa tersebut seseorang mengalami transisi dari masa remaja ke masa dewasa yang sebenarnya, dimana sudah cenderung aktif mencari informasi dari berbagai media untuk memudahkan mendapatkan informasi tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita yang dapat berdampak pada perilaku keluarga dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita (Brebahama & Listyandini, 2016).

Perilaku baik yang dimiliki oleh responden tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita sebagian besar juga dipengaruhi oleh jumlah anak, mayoritas jumlah anak pada penelitian ini memiliki 1-2 orang anak (57,7%). Hal ini menunjukkan tingkat konsumsi pangan yang baik. Didukung oleh hasil penelitian Simbolon (2017) yang menyebutkan bahwa jumlah anggota keluarga mempengaruhi asupan zat gizi balita.

Perilaku pemenuhan gizi seimbang pada balita dapat dipengaruhi oleh pendidikan ibu balita. Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas pendidikan ibu pada tingkat perguruan tinggi (47,1%). Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan ibu

mempengaruhi dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita. Didukung oleh penelitian Patimah (2018) yang menyatakan bahwa pendidikan yang tinggi dapat mempengaruhi ibu dalam pemberian makan kepada anak.

Berdasarkan hasil penelitian ini, tingkat pengetahuan baik yang dimiliki oleh responden tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita sebagian besar dipengaruhi pekerjaan ibu, mayoritas merupakan IRT (79,8%). Hal ini menunjukkan bahwa pekerjaan ibu sebagai IRT merupakan hal yang tepat untuk memberikan perilaku yang baik terhadap pemenuhan gizi seimbang pada balita.

Perilaku pemenuhan gizi seimbang pada balita dapat juga dipengaruhi oleh penghasilan keluarga per bulan. Didukung oleh penelitian Fajriani, Aritonang dan Nasution (2020) yang mengatakan bahwa meskipun sikap orang tua balita positif terhadap pemenuhan gizi seimbang pada balita bila tidak memiliki biaya untuk memenuhi kebutuhan gizi maka balita akan tetap mengalami masalah gizi karena kurangnya mengonsumsi makanan. Akan tetapi, dalam penelitian ini penghasilan keluarga per bulan tidak berpengaruh secara signifikan. Dapat dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan perilaku responden sangat baik terhadap pemenuhan gizi seimbang pada balita. Mayoritas penghasilan keluarga per bulan dalam penelitian ini berada < Rp 3.165.030 yaitu sebanyak 70 responden (67,3%). Seperti yang kita ketahui bahwa UMR di Aceh tahun 2022 adalah sebesar Rp 3.165.030. Jadi, bisa dikatakan bahwa penghasilan keluarga yang berada dibawah UMR tidak menjadikan perilaku pemenuhan gizi seimbang pada balita menjadi tidak baik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden melakukan aktivitas fisik bersama balita seperti melompat, berlari, memanjat dan bermain bola setiap hari minimal 30 menit. Aktivitas fisik yang dilakukan bersama balita merupakan perilaku baik ibu yang membantu balita untuk terhindari dari masalah obesitas (Molintao, Sulaeman, & Purwanti, 2019). Mayoritas responden dari hasil penelitian juga menunjukkan bahwa

menimbang berat badan anak balita ke posyandu setiap bulan. Penimbangan berat badan balita setiap bulan ke posyandu akan mengontrol tumbuh kembang dan kesehatan balita sehingga gizi kurang atau gizi buruk dideteksi secara dini (Wigati & Ekasari, 2020).

Dari hasil penelitian ini, penulis berpendapat bahwa usia, jumlah anak, pendidikan dan pekerjaan ibu mempengaruhi perilaku keluarga dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita menjadi baik. Hal tersebut dikarenakan usia sebagian besar responden dewasa muda menunjukkan bahwa individu tersebut berpengalaman dalam memenuhi gizi seimbang pada balita. Selain itu, jumlah anak responden sebagian besar 1-2 orang menunjukkan bahwa keluarga lebih mampu merawat, mengurus dan memenuhi kebutuhan gizi balita dibandingkan memiliki anak 3-5 orang akan membuat keluarga kesulitan dalam memenuhi asupan nutrisi balita. Pendidikan ibu yang sebagian besar perguruan tinggi menunjukkan bahwa ibu dalam menerima suatu informasi tidak hanya memahaminya saja tetapi langsung mempraktikkannya dalam bentuk perilaku yang baik dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita.

Penulis juga berpendapat bahwa pekerjaan ibu sebagian besar IRT menunjukkan bahwa ibu lebih mudah dan memiliki banyak waktu luang untuk mengaplikasikan pengetahuan yang dimilikinya untuk memenuhi gizi seimbang pada balita. Karena usia, jumlah anak, pendidikan dan pekerjaan ibu mempengaruhi perilaku keluarga dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita menjadi baik dan akan menghasilkan status gizi pada kategori yang normal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan keluarga dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita berada pada kategori baik 103 responden (99,0%), sikap pada kategori baik 103 responden (99,0%) dan perilaku berada pada kategori baik 103 responden (99,0%).

Dari kesimpulan tersebut, maka penulis mengajukan beberapa saran, yaitu bagi pengembangan ilmu pengetahuan diharapkan dapat menambah bahan acuan bagi praktisi keperawatan dalam mengembangkan pengetahuan, sikap dan perilaku keluarga dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita. Bagi pemecahan masalah praktis keperawatan di lapangan diharapkan hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan dan penambah pengetahuan mahasiswa dan instansi tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita dan dalam program pengabdian kepada masyarakat dapat mengoptimalkan pemberian edukasi kepada masyarakat tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita.

Bagi penulis selanjutnya diharapkan agar dapat menyempurnakan penelitian ini. Penulis hanya memaparkan gambaran pengetahuan, sikap dan perilaku keluarga dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita. Oleh karena itu, bagi penulis selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian yang lebih mendalam mengenai hubungan tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita sehingga dapat dikembangkan dan bervariasi.

Bagi pelayanan kesehatan diharapkan dapat menjalin kerjasama yang aktif antara puskesmas setempat dengan masyarakat gampong di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kota Banda Aceh melalui program penyuluhan dan program lainnya sehingga pemberian informasi dan edukasi terkait pemenuhan gizi seimbang pada balita kepada keluarga dapat tersampaikan secara maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, P. S., Munawaroh, M., & Ciptiasrini, U. (2020). Hubungan pengetahuan, sikap, sarana prasarana puskesmas tentang gizi seimbang terhadap perilaku pemenuhan gizi balita. *Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 10(4), 188–195.
- Arisman. (2013). *Gizi dalam daur kehidupan*. Jakarta: EGC.

- Brebahama, A., & Listyandini, R. A. (2016). Gambaran tingkat kesejahteraan psikologis penyandang tunanetra dewasa muda. *Mediapsi*, 02(01), 1–10. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2016.002.01.1>
- Dinkes Kota Banda Aceh. (2019). *Profil kesehatan kota banda aceh tahun 2019*. <https://dinkes.bandacehkota.go.id./profil-kesehatan-kota-banda-aceh-tahun-2019/>
- Fajriani, F., Aritonang, E. Y., & Nasution, Z. (2020). Hubungan pengetahuan, sikap dan tindakan gizi seimbang keluarga dengan status gizi anak balita usia 2-5 tahun. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(01), 1–11. <https://doi.org/10.33221/jikm.v9i01.470>
- Fatimah, N. S. H., & Wirjatmadi, B. (2018). Tingkat kecukupan vitamin a, seng dan zat besi serta frekuensi infeksi pada balita stunting dan non stunting. *Media Gizi Indonesia*, 13(2), 168. <https://doi.org/10.20473/mgi.v13i2.168-175>
- Harnawati, R. A. (2021). Gambaran pengetahuan ibu terkait makanan sehat dan gizi bagi bayi usia 0-12 bulan. *Journal of Technology and Food Processing (JTFP)*, 1(02), 1–4. <https://doi.org/10.46772/jtfp.v1i02.507>
- Hartaty, N., Mahdarsari, M., & Arnita, Y. (2020). Pengetahuan keluarga tentang gizi seimbang di kota banda aceh. *Idea Nursing Journal*, 11(2), 56-61.
- Hayati, M. P. (2011). *Pengaruh pengetahuan dan sikap ibu serta dukungan tenaga kesehatan terhadap pemberian makanan pada balita di puskesmas bandar khalifah kabupaten serdang bedagai* (Thesis). Retrieved from <http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/39795>
- Indrayani, I., Rusmiadi, L. C., & Kartikasari, A. (2020). Hubungan antara pengetahuan dan sikap ibu dengan status gizi pada balita di wilayah updt puskesmas cidahu kecamatan cidahu kabupaten kuningan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 11(2), 224–234. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v11i2.199>
- Jayanti, L. D., Effendi, Y. H., & Sukandar, D. (2011). Perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) serta perilaku gizi seimbang ibu kaitannya dengan status gizi dan kesehatan balita di kabupaten bojonegoro, jawa timur. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 6(3), 192. <https://doi.org/10.25182/jgp.2011.6.3.192-199>
- Kewaru, E. P. (2016). Perilaku ibu dalam penanganan dini gizi buruk di wilayah kerja puskesmas pattingalloang kota makassar. *Jurnal Mitrasedhat*, 6(1), 791-803.
- Mardian, K. (2020). *Hubungan pengetahuan ibu dan sikap ibu dalam pemenuhan gizi seimbang dengan status gizi balita di posyandu flamboyan desa mejayan dan posyandu matahari desa bangunsari kabupaten madiun* (Skripsi). Retrieved from repository.stikes-bhm.ac.id/view/subjects/RT.html
- Mariana, I., & Sari, W. A. M. (2019). Gambaran sikap dan perilaku orang tua terhadap kebutuhan gizi usia balita pasca bencana H-1 di sumatera barat. *Jurnal Ilmiah Cerebral Medika*, 1(1), 1-4.
- Molintao, W. P., Sulaeman, S., & Purwanti, N. H. (2019). Hubungan kompetensi ibu, aktivitas fisik, dan konsumsi junk food dengan kejadian obesitas pada balita. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(1), 119-130.
- Mutika, W., & Syamsul, D. (2018). Analisis permasalahan status gizi kurang pada

- balita di puskesmas teupah selatan kabupaten simeuleu. *Jurnal Kesehatan Global*, 1(3), 127–136.
- Ningsih, S., Kristiawati, K., & Krisnana, I. (2014). Hubungan perilaku ibu dengan status gizi kurang anak usia toddler. *Pedimaternal Nursing Journal*, 3(1), 58-65.
- Patimah, S. (2018). *Gambaran perilaku pemberian makan dan status gizi anak balita di posyandu menurut x makam haji kecamatan kartasura* (Skripsi). Retrieved from <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/65592>
- Prakoso, B. I. (2012). Hubungan perilaku ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi dan tingkat konsumsi energi dengan status gizi balita di desa cibeusi kecamatan jatinangor kabupaten sumedang. *Fakultas Ilmu Keperawatan*, 1(1), 32.
- Primihastuti, D. (2018). Gambaran pengetahuan ibu tentang pemberian makanan bergizi pada balita di wilayah posyandu tulip RT 04 RW 07 desa petiken driyorejo-gresik. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 16-21.
- Riskesdas. (2019). *Laporan nasional riskesdas 2018*. Diakses 21 Juni 2020. Retrieved from Repositori Badan Litbang Kesehatan RI: <http://repository.litbang.kemkes.go.id/id/eprint/3514>
- Sari, R. S., & Pebrianti, F. (2017). Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan perilaku pemenuhan gizi pada balita usia 3-5 tahun di wilayah kerja puskesmas periuk jaya kota tangerang. *Jurnal Kesehatan*, 6(3), 43-55.
- Setyaningsih, S. R., & Agustini, N. (2014). Pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu dalam pemenuhan gizi balita: sebuah survai. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 17(3), 88–94. <https://doi.org/10.7454/jki.v17i3.451>
- Simbolon, R. (2017). Hubungan faktor sosial ekonomi dan higiene sanitasi lingkungan dengan status gizi anak balita di desa nifuboke tahun 2016. *Jurnal INOHIM*, 5(2), 96.
- Suryati & Nurlaila, U. (2021). Partisipasi ayah dengan praktik ibu dalam pemberian makan balita. *COPING*, 9(6), 647-656.
- Tanjung, S. S. (2020). *Hubungan perilaku keluarga melayu dalam pemenuhan nutrisi dengan status gizi balita di desa nenassiam, kabupaten batubara* (Skripsi). Retrieved from <http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/28975>
- WHO. (2021). Joint child malnutrition estimates. *Who*, 24(2), 51–78. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/9789240025257>
- Wigati, D. N., & Ekasari, W. U. (2020). Rutinitas kunjungan posyandu terhadap peningkatan berat badan balita. *The Shine Cahaya Dunia Kebidanan*, 5(2), 10-19.
- Zilawati, N., & Wahyuningsih. (2019). Gambaran pengetahuan ibu balita tentang gizi pada balita usia 1-5 tahun di puskesmas wonogiri I. *Jurnal Kebidanan*, 11(02), 170. <https://doi.org/10.35872/jurkeb.v11i02.353>