

HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI DENGAN ASUPAN KARBOHIDRAT DAN PROTEIN PADA BALITA GIZI KURANG DI RUANG ANYELIR RSUD WALED

Jihan Sukmaningrum

Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Al Ihya Kuningan

E-mail : j.sukmaningrum@gmail.com

ABSTRAK

Gizi kurang pada balita merupakan masalah kesehatan serius yang dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan optimal. Pengetahuan ibu tentang gizi memegang peran krusial dalam pemenuhan asupan nutrisi anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dengan asupan karbohidrat dan protein pada balita gizi kurang di Ruang Anyelir RSUD Waled. Penelitian ini menggunakan desain *Cross-Sectional*. Populasi penelitian adalah ibu dan balita berusia 1-3 tahun dengan status gizi kurang (BB/U) yang dirawat di Ruang Anyelir RSUD Waled. Sampel terdiri dari 30 responden yang dipilih menggunakan teknik *Accidental Sampling*. Data pengetahuan ibu dikumpulkan melalui kuesioner terstruktur, sementara asupan karbohidrat dan protein balita diukur menggunakan *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)*. Analisis data dilakukan secara bivariat menggunakan uji korelasi *Spearman's rho*. Mayoritas ibu (50%) memiliki tingkat pengetahuan gizi yang baik. Namun, 100% balita memiliki asupan karbohidrat dan protein di bawah Rekomendasi Angka Kecukupan Gizi (AKG), dengan rata-rata asupan karbohidrat 103,5 gram dan protein 15,84 gram per hari. Uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan ibu dengan asupan karbohidrat ($p=0,072$). Sebaliknya, terdapat hubungan signifikan dan cukup kuat antara tingkat pengetahuan ibu dengan asupan protein ($p=0,001$; koefisien korelasi 0,59). Meskipun mayoritas ibu memiliki pengetahuan gizi yang baik, asupan karbohidrat pada balita gizi kurang tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan pengetahuan ibu, namun pengetahuan ibu memiliki hubungan yang cukup kuat dengan asupan protein balita. Hal ini mengindikasikan bahwa faktor lain selain pengetahuan ibu mungkin memengaruhi asupan karbohidrat, sementara pengetahuan ibu berperan lebih signifikan dalam pemenuhan asupan protein.

Kata kunci: Pengetahuan Ibu, Asupan Karbohidrat, Asupan Protein, Balita Gizi Kurang.

ABSTRACT

Malnutrition in toddlers is a serious health problem that can hinder their optimal growth and development. Maternal knowledge about nutrition plays a crucial role in ensuring a child's adequate nutrient intake. This study aimed to analyze the relationship between the level of maternal knowledge about nutrition and the carbohydrate and protein intake in malnourished toddlers in the Anyelir Room, Waled Hospital. This research employed a cross-sectional design. The study population consisted of mothers and toddlers aged 1-3 years with malnourished status (based on Weight-for-Age/BB/U index) who were admitted to the Anyelir Room, Waled Hospital. The sample comprised 30 respondents selected using the Accidental Sampling technique. Data on maternal knowledge were collected through structured questionnaires, while the carbohydrate and protein intake of toddlers was measured using a Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ). Bivariate data analysis was performed using Spearman's rho correlation test. The majority of mothers (50%) had a good level of nutritional knowledge.

However, 100% of the toddlers in the sample had carbohydrate and protein intake below the Recommended Dietary Allowances (AKG), with an average carbohydrate intake of 103.5 grams and protein intake of 15.84 grams per day. Statistical tests showed no significant relationship between maternal knowledge and carbohydrate intake ($p=0.072$). Conversely, there was a significant and moderately strong relationship between maternal knowledge and protein intake ($p=0.001$; correlation coefficient 0.59). In conclusion, although the majority of mothers possessed good nutritional knowledge, their knowledge did not show a significant correlation with carbohydrate intake in malnourished toddlers. This suggests that factors other than maternal knowledge might influence carbohydrate consumption. On the other hand, maternal knowledge proved to have a more significant influence on meeting the protein intake of toddlers.

Keyword: Mother Knowledge, Carbohydrate Intake, Protein Intake, Malnutrition Toddlers

doi: <https://doi.org/10.70476/jfkes.v5i1.005>

PENDAHULUAN

Gizi merupakan salah satu faktor penting dalam tumbuh kembang anak. Visi pembangunan gizi adalah mewujudkan keluarga yang mandiri sadar gizi untuk mencapai status gizi masyarakat yang optimal. Balita merupakan kelompok yang rawan gizi, selain ibu hamil, ibu menyusui, dan lanjut usia. Pada masa ini, pertumbuhan sangat cepat, termasuk pertumbuhan fisik dan perkembangan psikomotorik, mental, dan sosial. Anak usia di bawah 5 tahun (Balita) memiliki risiko tinggi dan harus mendapatkan perhatian lebih. Semakin tinggi faktor risiko yang berlaku pada anak, semakin besar kemungkinan anak menderita Kurang Energi Kronik (KEP).

Menurut WHO (2020), prevalensi balita di Asia Tenggara yang mengalami kekurangan gizi adalah 6-13%, disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya pemenuhan asupan nutrisi yang tidak adekuat. Asupan karbohidrat dan protein adalah komponen penting dalam asupan gizi balita.

Kekurangan asupan karbohidrat dan protein dapat menyebabkan gizi kurang pada balita. Pengetahuan ibu tentang gizi yang baik sangat mempengaruhi status kesehatan anak. Ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik dapat menyediakan asupan gizi yang seimbang, memilih jenis makanan yang sesuai kebutuhan, tahu cara mengolah makanan dengan benar, serta memahami pentingnya ASI-Eksklusif. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 melaporkan bahwa persentase gizi buruk balita usia 0-59 bulan di Indonesia adalah 3,9%, sedangkan gizi kurang adalah 13,8%. Kasus gizi kurang di Provinsi Jawa Barat mengalami penurunan dari 124.553 balita pada tahun 2021 menjadi 99.070 balita pada tahun 2022. Meskipun demikian, Kabupaten Cirebon masih mencatat 8.438 balita dengan gizi kurang pada tahun 2021-2022.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Asupan Karbohidrat Dan Protein Pada Balita Gizi Kurang di Ruang Anyelir RSUD Waled”.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian analitik korelasional dengan desain *Cross-Sectional*. Data variabel bebas dan terikat dikumpulkan secara bersamaan, dengan

setiap subjek penelitian diobservasi satu kali. Populasi penelitian adalah ibu dan balita berusia 1-3 tahun dengan status gizi kurang (berat badan menurut umur/BB/U) yang sedang dirawat di Ruang Anyelir RSUD Waled. Sampel penelitian berjumlah 30 responden, ditentukan menggunakan teknik *Accidental Sampling*, yaitu penentuan sampel dari responden atau kasus yang kebetulan ada. Memprosesi pilihan publikasi mengacu pada kriteria inklusi yaitu ibu yang memiliki balita berusia 1-3 tahun dengan status gizi kurang menurut BB/U yang sedang dirawat di Ruang Anyelir RSUD Waled bersedia menjadi responden dan menandatangani *informed consent*.

Teknik dan instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah data primer dan sekunder. Data primer diperoleh melalui pengisian kuesioner oleh ibu balita yang meliputi karakteristik usia, pendidikan, pekerjaan, dan tingkat pengetahuan ibu. Data primer balita dilihat dari pengukuran asupan menggunakan formulir Semi Kuantitatif *Food Frequency Questionnaire/SQ-FFQ*.

Data sekunder diperoleh dari rekam medis yang meliputi karakteristik balita (usia, jenis kelamin, dan berat badan). Data pengetahuan ibu diperoleh melalui wawancara tatap muka dengan kuesioner terstruktur berisi 20 pertanyaan terkait gizi, termasuk pemberian ASI eksklusif, kandungan gizi pada makanan, dan praktik konsumsi sesuai pedoman gizi seimbang. Jawaban benar diberi nilai 1 dan salah diberi nilai 0. Skor pengetahuan dikategorikan menjadi: Baik (76%-100%), Cukup (56%-75%), dan Kurang ($\leq 55\%$). Asupan karbohidrat dan protein pada balita diukur menggunakan Semi Kuantitatif *Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)*.

Hasil konsumsi dikategorikan berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2019, Asupan Karbohidrat Baik (≥ 215 gr), Kurang (< 215 gr). Asupan Protein Baik (≥ 20 gr), Kurang (< 20 gr). Kemudian setelah data terkumpul dilakukan teknik analisis data secara bivariat menggunakan uji korelasi *Spearman's rho*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi sampel ibu balita berdasarkan umur, pekerjaan, dan pendidikan serta distribusi sampel anak balita berdasarkan jenis kelamin dan umur. Berdasarkan tabel 1, kelompok umur, sebagian besar ibu balita berumur antara 20-35 tahun yaitu sebanyak (66,7%).

Tabel 1. Distribusi Jumlah Sampel Ibu Balita Menurut Umur

Umur Ibu		
Umur (tahun)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<20	0	0
20-35	20	66,7
>35	10	33,3
Total	30	100

Berdasarkan tabel 2, pekerjaan sebagian besar ibu balita bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga sebanyak (90,0%).

Tabel 2. Distribusi Jumlah Sampel Ibu Balita Menurut Pekerjaan

Pekerjaan Ibu		
Pekerjaan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ibu Rumah Tangga	27	90,0
Pegawai Swasta	2	6,7
Wiraswasta	1	3,3
Pegawai Negeri	0	0
Total	30	100

Berdasarkan tabel 3, pendidikan sebagian besar ibu balita berpendidikan SMA sebanyak (40,0%).

Tabel 3. Distribusi Jumlah Sampel Ibu Balita Menurut Pendidikan

Pendidikan Ibu		
Pekerjaan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak Sekolah	0	0
SD	8	26,7
SMP	9	30,0
SMA	12	40,0
DIPLOMA	0	0
SARJANA	1	3,3
Total	30	100

Berdasarkan tabel 4, tingkat pengetahuan ibu, sebagian besar ibu balita memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang gizi sebanyak (50,0%) dengan nilai rata-rata 88.

Tabel 4. Distribusi Kategori Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi

Tingkat Pengetahuan Ibu		
Kategori Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	15	50
Cukup	7	23,3
Kurang	8	26,7
Total	30	100

Asupan Karbohidrat dan Protein Balita: Hasil penelitian menunjukkan bahwa 100% balita usia 1-3 tahun memiliki asupan karbohidrat dan protein dalam kategori kurang sesuai anjuran AKG. Rata-rata asupan karbohidrat yang dikonsumsi adalah 103,5 gram per hari, dan rata-rata asupan protein adalah 15,84 gram per hari.

Tabel 5. Distribusi Asupan Karbohidrat dan Protein

Asupan Karbohidrat dan Protein		
Kategori Tingkat Asupan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	0	0
Kurang	30	100
Total	30	100

Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu dengan Asupan Karbohidrat dan Protein:
Asupan Karbohidrat: Hasil uji Non Parametrik Spearman's menunjukkan nilai signifikansi 0,072 ($p>0,05$). Ini berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dengan asupan karbohidrat.

Asupan Protein: Nilai signifikansi yang diperoleh adalah 0,001 ($p<0,05$). Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan cukup kuat antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dengan asupan protein.

Tabel 6. Korelasi Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dengan Asupan Karbohidrat

Korelasi			Tingkat Pengetahuan Ibu	Asupan Karbohidrat
Spearman's rho	Tingkat Pengetahuan Ibu	Correlation	1.000	.333
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.	.072
	Asupan Karbohidrat	N	30	30
		Correlation	.333	1.000
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.072	.
		N	30	30

Tabel 7. Korelasi Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dengan Asupan Protein

Korelasi			Tingkat Pengetahuan Ibu	Asupan Protein
Spearman's rho	Tingkat Pengetahuan Ibu	Correlation	1.000	.590
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.	.001
	Asupan Protein	N	30	30
		Correlation	.590	1.000
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.001	.
		N	30	30

Pembahasan

Meskipun mayoritas ibu memiliki pengetahuan gizi yang baik, asupan karbohidrat pada balita gizi kurang tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan pengetahuan ibu. Ini sejalan dengan penelitian Adelia et al. (2021) yang menemukan tidak ada hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan ibu dengan tingkat kecukupan energi dan protein balita.

Hal ini mengindikasikan adanya faktor lain yang mungkin mempengaruhi asupan karbohidrat, seperti pendapatan keluarga, status ekonomi, tingkat pendidikan, atau pola

asuh ibu balita. Pengetahuan gizi ibu yang baik tanpa disertai kesadaran dan kemauan dalam mengolah dan menyiapkan pangan untuk balita sesuai pedoman gizi seimbang tidak akan meningkatkan tingkat kecukupan energi dan protein balita.

Namun, pengetahuan ibu memiliki hubungan yang cukup kuat dengan asupan protein balita. Maria Nova & Alya Misdhal Rini (2024) yang menemukan hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu, pola asuh, asupan karbohidrat, protein, dan lemak terhadap kejadian *wasting* pada balita. Ibu dengan pengetahuan gizi yang baik cenderung memahami pentingnya kesehatan balita dan berperan utama dalam kuantitas dan kualitas asupan balita. Mereka cenderung menyajikan makanan bergizi baik dan bervariasi.

KESIMPULAN

Sebanyak 15 responden (50%) memiliki pengetahuan gizi kategori baik dengan rata-rata nilai 88, menunjukkan mayoritas ibu memiliki pengetahuan gizi yang baik.

Seluruh balita (100%) memiliki asupan karbohidrat dan protein di bawah rekomendasi Angka Kecukupan Gizi (AKG), dengan rata-rata asupan karbohidrat 103,5 gram dan protein 15,84 gram per hari.

Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dengan asupan karbohidrat ($p=0,072$). Terdapat hubungan yang cukup kuat antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dengan asupan protein ($p=0,001$).

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2002). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Arikunto, S. (2002). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta.
- Budiman, A. (2020). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan. Dalam Rosanti, I. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Status Gizi Balita. (Skripsi). Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
- Doutjel, N. J., et al. (2019). Relationship between Maternal Knowledge and Practice on Child Nutrition Status in Rural Area of West Lombok District. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Jarman, M., et al. (2022). Factors Influencing Food Intake in Toddlers: A Scoping Review. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*.
- Kemenkes. (2019). Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Maria Nova, R., & Alya Misdhal Rini. (2024). Hubungan Pengetahuan Ibu, Pola Asuh, Asupan Karbohidrat, Protein dan Lemak terhadap Kejadian Wasting pada Balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan*.
- Masturoh, I., & Anggita, T. (2018). Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2014). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Permennkes No 41 Tahun 2014. Tentang Pedoman Gizi Seimbang.
- Permenkes No 28 Tahun 2019. Tentang Angka Kecukupan Gizi.
- Permenkes No 2 Tahun 2020. Tentang Standar Antropometri Anak.

- Profil Kesehatan Kabupaten Cirebon. 2023. Data Kasus Gizi Kurang Kabupaten Cirebon. Dinas Kesehatan Kabupaten Cirebon.
- Profil Kesehatan Indonesia. (2019). Data Prevalensi Gizi Buruk dan Gizi Kurang Balita di Indonesia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2021-2022). Data Kasus Gizi Kurang Provinsi Jawa Barat. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Thamaria, I. (2017). Hubungan Tingkat Ekonomi Keluarga dengan Status Gizi Balita. Jurnal Kesehatan Masyarakat.
- Utomo, B., et al. (2019). Perilaku Ibu dalam Penyediaan Pangan dan Tingkat Kecukupan Gizi Balita. Jurnal Gizi dan Pangan.