

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PENERAPAN GIZI SEIMBANG PADA BALITA DI MASA PANDEMI COVID-19

Mona Yulianti¹

¹ Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sebelas April Sumedang

Article Info

Article history:

Received Apr 12, 2022

Revised Mei 20, 2022

Accepted Mei 26, 2022

Keywords:

Balita

Gizi Seimbang

Pandemi covid-19

Sikap

Tindakan Ibu

ABSTRAK

Prevalensi masalah gizi anak balita masih di atas batas kesehatan masyarakat, di Indonesia masalah status gizi masih perlu diperhatikan. Domain perilaku (pengetahuan, sikap dan tindakan) sangat berpengaruh terhadap masalah dan penerapan gizi seimbang pada anak balita. Tujuan penelitian yaitu Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan penerapan gizi seimbang pada balita di masa pandemi covid-19 di Kabupaten Sumedang Tahun 2021. Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *Cross Sectional Study* atau penelitian dengan pengambilan data satu waktu, dimana data yang menyangkut variabel bebas atau risiko dan variabel yang terikat atau variabel akibat, akan dikumpulkan dalam waktu bersamaan. Populasi sampel penelitian sebanyak 272 balita dengan sampel 41 ibu yang mempunyai balita. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling*. Hasil penelitian didapatkan ada hubungan antara pengetahuan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita dengan menggunakan uji statistik *Chi Square* dimana $\alpha = 0,05$ didapatkan p value 0,018, nilai $p < 0,05$. Ada hubungan antara sikap ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita dengan menggunakan uji statistik *Chi Square* dimana $\alpha = 0,05$ didapatkan p value 0,031, nilai $p < 0,05$. Ada hubungan antara tindakan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita dengan menggunakan uji statistik *Chi Square* dimana $\alpha = 0,05$ didapatkan p value 0,021, nilai $p < 0,05$. Peningkatan pengetahuan ibu oleh kader dengan melakukan pendidikan kesehatan atau penyuluhan mengenai gizi balita penting untuk meningkatkan sikap dan tindakan ibu mengenai gizi balita agar penerapan gizi seimbang pada balita dapat terlaksana dengan baik.



Copyright © 2022 JIKSA. All rights reserved.

Corresponding Author:

Mona Yulianti
Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sebelas April
Jalan Cipadung No 54, Sumedang
Email: monayulianti@unsap.ac.id

1. PENDAHULUAN

Prevalensi masalah gizi anak balita masih di atas batas kesehatan masyarakat, di Indonesia masalah status gizi masih perlu diperhatikan. Berdasarkan data penimbangan dan status gizi balita (PSG) tahun 2015

prevalensi gizi buruk secara nasional yaitu 3,9% dan gizi kurang 14,9%, dan mengalami penurunan pada tahun 2016 yaitu gizi buruk 3,4% dan gizi kurang 14,4% (Kemenkes RI, 2017). Berdasarkan data Riskesdas Tahun 2018, di Indonesia prevalensi status gizi balita dengan gizi buruk yaitu 3,9%, dan gizi kurang 13,8%. Artinya prevalensi gizi buruk dan kurang pada balita bersifat fluktuatif. Di Jawa Barat prevalensi status gizi balita pada tahun 2018 dengan gizi buruk yaitu 2,6%, dan gizi kurang 10,6% (Riskesdas, 2018). Anak bawah lima tahun atau sering disingkat anak balita adalah anak yang telah menginjak usia diatas satu tahun sampai lima tahun atau biasa digunakan perhitungan bulan yaitu usia 12-59 bulan. Para ahli menggolongkan usia balita sebagai tahapan perkembangan anak yang cukup rentan terhadap berbagai serangan penyakit, termasuk penyakit yang disebabkan oleh kekurangan atau kelebihan asupan nutrisi jenis tertentu (Kemenkes RI, 2015). Pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi. Kebutuhan zat gizi pada balita meningkat karena masih berada pada masa pertumbuhan cepat dan aktivitasnya semakin meningkat. Demikian juga anak sudah mempunyai pilihan terhadap makanan yang disukai termasuk makanan jajanan. Oleh karena itu jumlah dan variasi makanan harus mendapatkan perhatian secara khusus dari ibu atau pengasuh anak, terutama dalam memenangkan pilihan anak agar memilih makanan yang bergizi seimbang

Gizi seimbang merupakan susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan memantau berat badan secara teratur dalam rangka mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi (PERMENKES RI, 2014). Masalah gizi balita masih menjadi pembahasan serius yang harus sangat diperhatikan oleh orangtua. Masih banyak anak yang belum mendapatkan asupan gizi seimbang dengan baik. Padahal gizi seimbang berperan penting dalam mengoptimalkan tumbuh kembang balita. Gizi yang tidak optimal berkaitan dengan kesehatan yang buruk, dan meningkatkan resiko penyakit infeksi dan penyakit tidak menular. Oleh karena itu gizi seimbang sangat diperlukan agar status gizi balita baik. Status gizi balita dinilai menurut 3 indeks, yaitu Berat Badan Menurut Umur (BB/U), Tinggi Badan Menurut Umur (TB/U), dan Berat Badan Menurut Tinggi Badan (BB/TB). Ketiga nilai indeks status gizi tersebut dibandingkan dengan baku pertumbuhan WHO (Kemenkes, 2017). Status gizi merupakan salah satu indikator kemajuan program pembangunan kesehatan.

Berdasarkan data riskesdas tahun 2018 di Kabupaten Subang prevalensi status gizi balita buruk (BB/U) yaitu 2,89%, dan prevalensi status gizi kurang 10,96%. Prevalensi status gizi (TB/U) sangat pendek 11,06% dan pendek 17,58%. Prevalensi status gizi (BB/TB) sangat kurus 7,61% dan kurus 5,80% (Riskesdas, 2019). Adapun berdasarkan data dari dinas kesehatan Kabupaten Subang tahun 2015 didapatkan 526 balita mengalami gizi buruk dan sebanyak 5022 balita mengalami gizi kurang yang tersebar di 30 kecamatan. Sedangkan pada tahun 2018 bertambah menjadi 712 balita mengalami gizi buruk dan 5965 balita mengalami gizi kurang (Rosita et al., 2020).

Status gizi yang baik dapat dicapai apabila balita mengonsumsi makanan dengan kandungan energi dan zat gizi sesuai kebutuhannya. Menjaga kondisi gizi pada balita sangat penting apalagi di masa pandemi global covid-19 seperti sekarang. Pandemi covid-19 menuntut setiap individu untuk menjaga dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh dengan ekstra. Salah satu upaya menjaga dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh adalah dengan mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang secara teratur. Gizi merupakan hal yang menjadi perhatian penting untuk menjaga sistem kekebalan tubuh agar terhindar dari infeksi penyakit termasuk covid-19.

WHO telah merekomendasikan menu gizi seimbang ditengah pandemi covid-19. Artinya disetiap menu makanan harus mencakup nutrisi lengkap, baik itu makronutrien seperti karbohidrat, protein, lemak, serta mikronutrien dari vitamin dan mineral. Namun, untuk membuat fondasi daya tahan tubuh yang kuat (building block), kita harus fokus pada asupan protein (WHO, 2020) dalam (Akbar & Aidha, 2020). Protein adalah salah satu zat gizi paling penting yang diperlukan tubuh karena merupakan bagian utama dari semua sel hidup yang mempunyai proporsi terbesar setelah air. Pada kenyataannya, status gizi balita dipengaruhi oleh kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi, oleh karena itu mengatur pola makan dengan gizi seimbang sangat diperlukan pada saat pandemi seperti ini agar terhindar dari berbagai masalah gizi.

Kumar & Singh, (2013) menyatakan masalah gizi dapat timbul karena beberapa faktor. Seperti keterbatasan ekonomi, pekerjaan keluarga, lingkungan yang kurang baik. Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi pada balita banyak sekali, diantaranya adalah pendapatan, pengetahuan gizi ibu, akses pelayanan kesehatan, kejadian diare, pemberian ASI eksklusif, sumber air bersih, pola asuh orangtua, nutrisi pada masa kehamilan dan berat bayi lahir rendah (BBLR) (Almushawwir, 2016). Namun disamping faktor-faktor tersebut, domain perilaku sangat berpengaruh terhadap masalah dan penerapan gizi seimbang pada anak balita. Seperti dalam teori Bloom (1908) yang dikutip dalam (Notoatmodjo, 2003) membagi perilaku manusia dalam tiga kawasan yaitu pengetahuan, sikap dan tindakan.

Menurut Wahyuni, (2009) Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi. Sikap dan perilaku ibu dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya

adalah tingkat pengetahuan ibu tentang gizi. Pengetahuan gizi ibu yang kurang dapat menjadi salah satu penentu status gizi karena menentukan sikap atau perilaku ibu dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi serta pola makan terkait jumlah, jenis dan frekuensi yang akan mempengaruhi asupan makan pada keluarga (Akbar & Aidha, 2020). Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu objek. Sikap ibu terhadap status gizi dan pertumbuhan balita, pemilihan makanan, pengolahan dan cara pemberian makan kepada balita akan berpengaruh terhadap penerapan gizi seimbang balita. Suatu sikap belum otomatis terwujud dalam suatu tindakan. Untuk mewujudkan sikap menjadi tindakan diperlukan faktor pendukung atau suatu kondisi yang memungkinkan, antara lain fasilitas dan dukungan dari pihak lain. Oleh karena itu pengetahuan, sikap dan tindakan ibu mengenai gizi sangat penting dalam penerapan gizi seimbang. Berdasarkan studi pendahuluan melalui wawancara yang telah peneliti lakukan menunjukkan pada masa pandemi COVID-19 seperti sekarang banyak orangtua yang khawatir jika harus datang ke posyandu sehingga status gizi anak tidak terdeteksi secara menyeluruh seperti tahun-tahun sebelum terjadinya pandemi. Namun jika terjun langsung ke lapangan, memang dampak dari pandemi ini dapat terlihat berpengaruh terhadap status gizi balita. Karena ketika dilakukan kunjungan tidak sedikit orang yang kehilangan pekerjaan karena adanya pandemi ini, sehingga kebutuhan pengeluaran untuk konsumsi pangan sehari-hari juga dikurangi. Selain itu, pengetahuan ibu yang masih awam tentang asupan gizi yang baik pada balita masih perlu ditingkatkan. Seperti pada asupan ikan dan telur puyuh, karena ada keyakinan secara turun temurun bahwa kedua makanan tersebut bisa menyebabkan anak cacangan sehingga ibu tidak memberikannya. Padahal ikan dan telur puyuh kaya akan protein yang justru baik untuk pertumbuhan dan perkembangan balita. Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Penerapan Gizi Seimbang pada Balita di Masa Pandemi COVID-19”.

2. METODE

Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional* yang bersifat *deskriptif*. Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain Cross Sectional Study atau penelitian dengan pengambilan data satu waktu, dimana data yang menyangkut variabel bebas atau risiko dan variabel yang terikat atau variabel akibat, akan dikumpulkan dalam waktu bersamaan (Notoatmodjo, 2010). Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017).

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang mempunyai balita yang terdiri dari 5 posyandu, yaitu posyandu dahlia 1 (45 orang), posyandu dahlia 2 (32 orang), posyandu dahlia 3 (53 orang), posyandu dahlia 4 (49 orang) dan posyandu dahlia 5 (93 orang). Jadi populasi ibu yang mempunyai balita sebanyak 272 balita. Untuk menentukan ukuran sampel dengan populasi lebih dari 100 dapat diambil 10-15% atau 20-25% sebagai berikut. Maka sampel dalam penelitian ini dapat dihitung dengan menentukan besarnya sampel 15% dari jumlah populasi, sehingga jumlah anggota sampel = $15\% \times 272 \text{ orang} = 40,8 \text{ orang}$, dibulatkan menjadi 41 orang. Jadi sampel didalam penelitian ini sebanyak 41 orang ibu yang mempunyai balita. Jumlah anggota sampel bertingkat (berstrata) dilakukan dengan cara pengambilan sampel secara *proportional random sampling* Instrumen dalam penelitian ini yang akan digunakan berupa kuesioner.

Instrumen pengetahuan, sikap dan tindakan ibu didapatkan dari peneliti sebelumnya. Instrumen pengetahuan ibu didapatkan dari peneliti sebelumnya Ikti Sri Wahyuni (2009) dengan nilai r hitung (0,8988) > r tabel (0,361) dari 30 responden pada tingkat signifikansi 5%, sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh pertanyaan pada kuesioner adalah valid. Instrumen pengetahuan, sikap dan tindakan ibu didapatkan dari peneliti sebelumnya. Instrumen pengetahuan ibu didapatkan dari peneliti sebelumnya Ikti Sri Wahyuni (2009) dengan nilai r hitung (0,8988) > r tabel (0,361) dari 30 responden sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh instrumen tersebut reliabel. Instrumen sikap dan tindakan ibu didapatkan dari peneliti sebelumnya yaitu Siti Munthofiah (2008) yang menunjukkan ke-11 elemen sikap dan ke-13 elemen tindakan memiliki konsistensi internal yang baik dengan masing-masing item pernyataan memiliki korelasi item total diatas 0.20 dan nilai Alpha Cronbach > 0.60, yakni 0.873 untuk instrumen sikap dan 0.795 untuk instrumen tindakan dari 150 responden.

Analisa bivariat bertujuan untuk melihat hubungan antara variabel. Untuk melihat hubungan masing-masing variabel yang diteliti, dilakukan uji statistik. Pada penelitian ini uji statistik yang digunakan adalah *Chi-Square* (X^2) yaitu untuk menilai atau membandingkan besarnya perbedaan antara frekuensi yang diamati (*observed*) dan frekuensi yang diharapkan (*Expected*).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu mengenai Gizi Balita (n = 41)

No.	Pengetahuan Ibu	Frequency (N)	Percent (%)
1.	Baik	28	68,3
2.	Cukup	13	31,7
3.	Kurang	0	0
Total		41	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar pengetahuan ibu mengenai gizi balita di dalam kategori baik, dengan persentase 68,3 %.

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Sikap Ibu mengenai Gizi Balita (n = 41)

No.	Sikap Ibu	Frequency (N)	Percent (%)
1.	Baik	34	82,9
2.	Cukup	7	17,1
3.	Kurang	0	0
Total		41	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar sikap ibu mengenai gizi balita di Desa Leles Subang tahun 2021 dalam kategori baik, dengan persentase 82,9 % dari 41 responden.

Tabel 3.
Distribusi Frekuensi Tindakan Ibu mengenai Gizi Balita (n = 41)

No.	Tindakan Ibu	Frequency (N)	Percent (%)
1.	Baik	24	58,5
2.	Cukup	17	41,5
3.	Kurang	0	0
Total		41	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa tindakan ibu mengenai gizi balita kategori baik sebanyak 24 orang dengan persentase 58,5% dari 41 responden

Tabel 4.
Distribusi Frekuensi Penerapan Gizi Seimbang pada Balita (n = 41)

No.	Tindakan Ibu	Frequency (N)	Percent (%)
1.	Baik	32	78
2.	Cukup	9	22
3.	Kurang	0	0
Total		41	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa penerapan gizi seimbang pada balita dalam kategori baik sebanyak 32 orang dengan persentase 78% dari 41 responden.

Tabel 5.
Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Penerapan Gizi Seimbang pada Balita (n = 41)

Pengetahuan Ibu	Penerapan Gizi Seimbang pada Balita						Total		p-value
	Kurang		Cukup		Baik		N	%	
	N	%	N	%	N	%			
Baik	0	0	3	10,7%	25	89,3%	28	100%	0,018
Cukup	0	0	6	46,2%	7	53,8%	13	100%	
Kurang	0	0	0	0	0	0	0	0	
Jumlah	0	0	9	22%	32	78%	41	100%	

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa hubungan pengetahuan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita dengan menggunakan Uji Statistik Chi Square dimana tingkat derajat kepercayaan yang digunakan adalah 95% dan $\alpha = 0,05$ didapatkan p value 0,018, nilai $p < 0,05$ sehingga hipotesis alternatif diterima atau dengan kata lain secara statistik ternyata terbukti adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita.

Tabel 6.
Hubungan Sikap Ibu dengan Penerapan Gizi Seimbang pada Balita (n = 41)

Sikap Ibu	Penerapan Gizi Seimbang pada Balita						Total		<i>p</i> –value
	Kurang		Cukup		Baik		N	%	
	N	%	N	%	N	%			
Baik	0	0	5	14,7%	29	85,3%	34	100%	0,031
Cukup	0	0	4	57,1%	3	42,9%	7	100%	
Kurang	0	0	0	0	0	0	0	0	
Jumlah	0	0	9	22%	32	78%	41	100%	

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa hubungan sikap ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita dengan menggunakan Uji Statistik Chi Square dimana tingkat derajat kepercayaan yang digunakan adalah 95% dan $\alpha = 0,05$ didapatkan *p* value 0,031, nilai $p < 0,05$ sehingga hipotesis alternatif diterima atau dengan kata lain secara statistik ternyata terbukti adanya hubungan yang signifikan antara sikap ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita.

Tabel 7.
Hubungan Tindakan Ibu dengan Penerapan Gizi Seimbang pada Balita (n = 41)

Tindakan Ibu	Penerapan Gizi Seimbang pada Balita						Total		<i>p</i> –value
	Kurang		Cukup		Baik		N	%	
	N	%	N	%	N	%			
Baik	0	0	2	8,3%	22	91,7%	24	100%	0,021
Cukup	0	0	7	41,2%	10	58,8%	17	100%	
Kurang	0	0	0	0	0	0	0	0	
Jumlah	0	0	9	22%	32	78%	41	100%	

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa hubungan tindakan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita dengan menggunakan Uji Statistik Chi Square dimana tingkat derajat kepercayaan yang digunakan adalah 95% dan $\alpha = 0,05$ didapatkan *p* value 0,021, nilai $p < 0,05$ sehingga hipotesis alternatif diterima atau

dengan kata lain secara statistik ternyata terbukti adanya hubungan yang signifikan antara tindakan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita.

3.2. Pembahasan

Sebagian besar pengetahuan ibu mengenai gizi balita di masa pandemi covid-19 tahun dalam kategori baik, yaitu sebanyak 28 responden dengan persentase 68,3%, sedangkan pengetahuan ibu dengan kategori cukup ada sebanyak 13 responden dengan persentase 31,7% dari 41 responden penelitian. Berdasarkan jawaban responden terhadap pertanyaan yang diajukan dalam kuesioner sebanyak 25 pertanyaan, yang paling banyak dijawab dengan benar adalah pertanyaan pada nomor 1, 2, 10, 15 dan 19 yaitu tentang makanan sehat, zat-zat gizi dan pertanyaan mengenai ASI. Adapun pertanyaan yang paling banyak dijawab dengan salah adalah pertanyaan pada nomor 12, 22, 24 dan 25 yaitu mengenai penyusunan menu yang mengandung zat gizi yang lengkap, pengolahan bahan makanan dan mengenai pemberian makanan tambahan. Dari 25 pertanyaan yang diberikan, pengetahuan ibu dikatakan baik apabila dapat menjawab 19-25 pertanyaan, dikatakan cukup apabila dapat menjawab 14-18 pertanyaan, dan kurang apabila dapat menjawab < 14 pertanyaan.

Sebagian besar sikap ibu mengenai gizi balita dalam kategori baik, yaitu sebanyak 34 responden dengan persentase 82,9%, sedangkan sikap ibu dengan kategori cukup ada sebanyak 7 responden dengan persentase 17,1% dari 41 responden penelitian. Berdasarkan jawaban responden terhadap pernyataan yang diajukan dalam kuesioner sebanyak 10 pernyataan, skor yang paling banyak didapatkan adalah pernyataan pada nomor 2, 3, 5 dan 8 yaitu tentang sikap ibu terhadap pengetahuan jenis sumber makanan dan kebutuhan makanan anak balita sesuai umur dan perkembangannya, sikap ibu mengenai personal hygiene dalam menyuapi balita dan sikap ibu yang membawa balita ke posyandu 1 bulan sekali. Adapun pernyataan dengan skor yang didapatkan paling rendah adalah pernyataan pada nomor 4, 9, dan 10 yaitu mengenai sikap ibu dalam pemberian aneka ragam makanan pada balita, porsi makan balita, dan sikap ibu untuk berkonsultasi kepada petugas kesehatan ketika anaknya sakit. Dari 10 pernyataan yang diberikan, sikap ibu dikatakan baik apabila menjawab kuesioner dengan skor antara 19-25, dikatakan cukup apabila menjawab kuesioner dengan skor antara 14-18, dan kurang apabila menjawab kuesioner dengan skor < 14.

Sebagian besar tindakan ibu mengenai gizi balita di masa pandemi covid-19 tahun 2021 dalam kategori baik, yaitu sebanyak 24 responden dengan persentase 58,5%, sedangkan tindakan ibu dengan kategori cukup ada sebanyak 17 responden dengan persentase 41,5% dari 41 responden penelitian. Berdasarkan jawaban responden terhadap pernyataan yang diajukan dalam kuesioner sebanyak 16 pernyataan, skor yang paling banyak didapatkan adalah pernyataan pada nomor 1, 7 dan 14 yaitu tentang tindakan ibu dalam menyiapkan dan memberi makanan untuk balita dan tindakan ibu untuk membawa balita ke posyandu 1 bulan sekali. Adapun pernyataan dengan skor yang didapatkan paling rendah adalah pernyataan pada nomor 4, 12, dan 13 yaitu mengenai tindakan ibu yang memberikan makanan sesuai dengan keinginan anaknya dan tindakan ibu dalam pengolahan bahan makanan. Dari 16 pernyataan yang diberikan, tindakan ibu dikatakan baik apabila menjawab kuesioner dengan skor antara 48-64, dikatakan cukup apabila menjawab kuesioner dengan skor antara 33-47, dan kurang apabila menjawab kuesioner dengan skor < 32.

Penerapan gizi seimbang pada balita dalam kategori baik sebanyak 32 orang dengan persentase 78% dan kategori cukup 9 orang dengan persentase 22% dari 41 responden. Berdasarkan persentase tersebut maka penerapan gizi seimbang pada balita di masa pandemi covid-19 tahun 2021 berada dalam kategori baik. Prinsip pedoman gizi seimbang terdiri dari 4 pilar yang pada dasarnya merupakan rangkaian upaya untuk menyeimbangkan antara zat gizi yang keluar dan zat gizi yang masuk dengan memonitor berat badan secara teratur. Empat pilar tersebut adalah : mengonsumsi makanan beragam, membiasakan perilaku hidup bersih, melakukan aktivitas fisik dan mempertahankan dan memantau BB ideal (Kementrian Kesehatan RI, 2014).

Berdasarkan jawaban responden terhadap pernyataan yang diajukan dalam kuesioner sebanyak 10 pernyataan, skor yang paling banyak didapatkan adalah pernyataan pada nomor 2, 5 dan 10 yaitu tentang pemantauan BB ideal pada balita dan perilaku hidup bersih. Adapun pernyataan dengan skor yang didapatkan paling rendah adalah pernyataan pada nomor 3, 4, dan 9 yaitu mengenai konsumsi pangan 4 sehat 4 sempurna dan porsi makan dan waktu pemberian makan pada balita. Dari 10 pernyataan yang diberikan, penerapan gizi seimbang pada balita dikatakan baik apabila ibu menjawab kuesioner dengan skor antara 19-25, dikatakan

cukup apabila menjawab kuesioner dengan skor antara 14-18, dan kurang apabila menjawab kuesioner dengan skor < 14.

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji statistik Chi Square diperoleh nilai p value 0,018, nilai $p < 0,05$, sehingga dapat diartikan adanya hubungan antara pengetahuan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita di masa pandemi covid-19 di Desa Leles Subang tahun 2021. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilaksanakan oleh Siti Munthofiah (2008) dalam penelitiannya dengan judul Hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu dengan status gizi anak balita yang menunjukkan adanya hubungan yang secara statistik signifikan antara pengetahuan ibu dengan status gizi anak balita di 6 kecamatan kabupaten Sragen.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi setelah orang melakukan pengideraan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan yang berhubungan dengan masalah kesehatan akan mempengaruhi terjadinya gangguan kesehatan pada kelompok tertentu. Kurangnya pengetahuan tentang gizi akan mengakibatkan berkurangnya kemampuan untuk menerapkan informasi dalam kehidupan sehari-hari yang merupakan salah satu penyebab terjadinya gangguan gizi (Notoatmodjo, 2003). Keadaan gizi buruk biasa disebabkan karena ketidaktahuan ibu mengenai tatacara pemberian ASI dan MPASI yang baik kepada anaknya sehingga asupan gizi pada anak kurang. Kejadian gizi buruk pada anak balita ini dapat dihindari apabila ibu mempunyai cukup pengetahuan tentang cara memelihara gizi dan mengatur makanan anak (Moehji, 1992). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun pengetahuan bukan merupakan faktor langsung yang mempengaruhi status gizi anak balita, namun pengetahuan gizi ini memiliki peran yang penting. Berdasarkan hasil tabel 5 dapat diketahui dari 13 responden dengan pengetahuan ibu yang cukup maka ada 6 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang cukup (46,2%) dan 7 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang baik (53,8%). Dan dari 28 responden dengan pengetahuan ibu yang baik maka ada 3 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang cukup (10,7%) dan 25 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang baik (89,3%). Sehingga dapat disimpulkan hasil yang lebih dominan yaitu pengetahuan ibu yang baik dapat meningkatkan perilaku penerapan gizi seimbang pada balita yaitu sebesar 89,3%.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Ikhti Sri Wahyuni (2009) dalam penelitiannya dengan judul Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Status Gizi Anak Balita di Desa Ngemplak Kecamatan Karangpandan Kabupaten Karanganyar pada tahun 2009 yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi anak balita di Desa Ngemplak, Kecamatan Karangpandan, Kabupaten Karanganyar tahun 2009. Penelitian ini diperkuat dengan penelitian Dessy (2017) dengan judul Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Ibu dalam Pemberian Makanan dengan Status Gizi Balita di Lingkungan VII Desa Bagan Deli Belawan pada tahun 2017 yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dalam pemberian makanan dengan status gizi balita di Lingkungan VII Desa Bagan Deli Belawan tahun 2017. Jadi dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu yang baik dapat meningkatkan penerapan gizi seimbang pada balita, dan pengetahuan yang cukup atau kurang juga dapat mempengaruhi penerapan gizi seimbang pada balita karena terdapat hubungan antara pengetahuan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita.

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji statistik Chi Square diperoleh nilai p value 0,031, nilai $p < 0,05$, sehingga dapat diartikan adanya hubungan antara sikap ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita di masa pandemi covid-19. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilaksanakan oleh Siti Munthofiah (2008) dalam penelitiannya dengan judul Hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu dengan status gizi anak balita yang menunjukkan adanya hubungan yang secara statistik signifikan antara sikap ibu dalam masalah kesehatan dan cara pengasuhan anak dengan status gizi anak balita di 6 kecamatan kabupaten Sragen tahun 2008.

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek (Notoatmodjo, 2007). Manifestasi sikap itu tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya bisa ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku tertentu, seperti halnya dengan pengetahuan, sikap ini terdiri dari beberapa tingkatan yaitu menerima, merespon, menghargai dan bertanggung jawab (Pardosi, 2009). Sikap belum tentu terwujud dalam bentuk tindakan. Untuk mewujudkan sikap menjadi suatu tindakan diperlukan faktor pendukung atau suatu kondisi yang memungkinkan, seperti fasilitas atau sarana dan prasarana.

Berdasarkan hasil tabel 4.6 dapat diketahui dari 7 responden dengan sikap ibu yang cukup maka ada 4 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang cukup (57,1%) dan 3 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang baik (42,9%). Dan dari 34 responden dengan sikap ibu yang baik maka ada 5 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang cukup (14,7%) dan 29 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang baik (85,3%). Sehingga dapat disimpulkan hasil yang lebih dominan yaitu sikap ibu yang baik dapat meningkatkan perilaku penerapan gizi seimbang pada balita yaitu sebesar 85,3%. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang telah dilaksanakan oleh Dessy Andriyanti dalam penelitiannya dengan judul Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Ibu dalam Pemberian Makanan dengan Status Gizi Balita di Lingkungan VII Desa Bagan Deli Belawan pada tahun 2017 yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara sikap ibu dalam pemberian makanan dengan status gizi balita di Lingkungan VII Desa Bagan Deli Belawan tahun 2017.

Jadi dapat disimpulkan bahwa sikap ibu yang baik dapat meningkatkan penerapan gizi seimbang pada balita, dan sikap yang cukup atau kurang juga dapat mempengaruhi penerapan gizi seimbang pada balita karena terdapat hubungan antara sikap ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji statistik Chi Square diperoleh nilai p value 0,021, nilai $p < 0,05$, sehingga dapat adanya hubungan antara tindakan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita di masa pandemi covid-19 di Desa Leles Subang tahun 2021. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilaksanakan oleh Siti Munthofiah (2008) dalam penelitiannya dengan judul Hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu dengan status gizi anak balita yang menunjukkan adanya hubungan yang secara statistik signifikan antara perilaku ibu dalam masalah kesehatan dan cara pengasuhan anak dengan status gizi anak balita di 6 kecamatan kabupaten Sragen tahun 2008.

Seperti telah disebutkan sebelumnya bahwa sikap adalah kecenderungan untuk bertindak (praktik). Sikap belum tentu terwujud dalam bentuk tindakan. Untuk mewujudkan sikap menjadi tindakan atau perbuatan nyata diperlukan faktor pendukung atau suatu kondisi yang memungkinkan, seperti fasilitas atau sarana dan prasarana. Setelah seseorang mengetahui stimulus atau objek kesehatan, kemudian mengadakan penilaian atau pendapat terhadap apa yang diketahui, proses selanjutnya diharapkan ia akan melaksanakan atau mempraktekan apa yang diketahui atau disikapinya (dinilai baik). Inilah yang disebut praktik (practice) atau tindakan kesehatan (Notoatmodjo, 2005). Berdasarkan hasil tabel 4.7 dapat diketahui dari 17 responden dengan tindakan ibu yang cukup maka ada 7 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang cukup (41,2%) dan 10 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang baik (58,8%). Dan dari 24 responden dengan tindakan ibu yang baik maka ada 2 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang cukup (8,3%) dan 22 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang baik (91,7%). Sehingga dapat disimpulkan hasil yang lebih dominan yaitu tindakan ibu yang baik dapat meningkatkan perilaku penerapan gizi seimbang pada balita yaitu sebesar 91,7%. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang telah dilaksanakan oleh Dessy Andriyanti dalam penelitiannya dengan judul Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Ibu dalam Pemberian Makanan dengan Status Gizi Balita di Lingkungan VII Desa Bagan Deli Belawan pada tahun 2017 yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tindakan ibu dalam pemberian makanan dengan status gizi balita di Lingkungan VII Desa Bagan Deli Belawan tahun 2017. Jadi dapat disimpulkan bahwa tindakan ibu yang baik dapat meningkatkan penerapan gizi seimbang pada balita, dan tindakan ibu yang cukup atau kurang juga dapat mempengaruhi penerapan gizi seimbang pada balita karena terdapat hubungan antara tindakan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita.

4. KESIMPULAN

1. Gambaran Pengetahuan Ibu mengenai gizi balita dalam kategori baik dengan presentase 68,3%, gambaran sikap ibu dalam kategori baik dengan presentase 82,9%, gambaran tindakan ibu dalam kategori baik dengan presentase 58,5% dan gambaran Penerapan gizi seimbang pada balita dalam kategori baik yaitu sebanyak 32 responden dengan persentase 78% dari 41 responden.
2. Ada Hubungan antara pengetahuan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita dengan menggunakan uji statistik *Chi Square* dimana $\alpha = 0,05$ didapatkan p value 0,018, nilai $p < 0,05$.

3. Ada hubungan antara sikap ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita dengan menggunakan uji statistik *Chi Square* dimana $\alpha = 0,05$ didapatkan p *value* 0,031, nilai $< 0,05$.
4. Ada hubungan antara tindakan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita dengan menggunakan uji statistik *Chi Square* dimana $\alpha = 0,05$ didapatkan p *value* 0,021, nilai $p < 0,05$

REFERENSI

- Akbar, D. M., & Aidha, Z. (2020). Perilaku Penerapan Gizi Seimbang Masyarakat Kota Binjai Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020. *Jurnal Menara Medika*, 3(1), 15–21.
- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek (Revisi)*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2009). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar. Fitriani, S. (2011). *Promosi Kesehatan (1st ed.)*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Kemendes RI. (2015). *Infodatin - Situasi dan Analisis Gizi*. Kemendes RI : Pusat Data dan Informasi.
- Kemendes RI. (2016). *Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta : Kemendes RI.
- Kemendes RI. (2017). *Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) Balita Tahun 2017*. Buku Saku, 1–150. file:///E:/jurnal skripsi/mau di print/referensi/Buku-Saku- Nasional-PSG-2017_975.pdf%0D
- Kementrian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman PGSKesehatan, . Pedoman Gizi Seimbang*, 1–99.
- Munthofiah, S. (2008). Hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu dengan status gizi anak balita.
- Notoatmodjo, S. (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- PERMENKES RI. (2014). *PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NO 41 TAHUN 2014*. 1–96.
- Riskesdas. (2018). *Laporan Nasional*. Jakarta : Lembaga penerbit badan penelitian dan pengembangan kesehatan.
- Riskesdas. (2019). *Laporan Provinsi Jawa Barat*. In Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Rosita, R., Widowati, R., & Kurniati, D. (2020). PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR PADA ANAK 12-24 BULAN DI POSYANDU DESA CIASEM BARU KECAMATAN CIASEM KABUPATEN SUBANG. 2(8), 471–487.
- Sari, D. L., Nikmah, A. N., & Kadiri, U. (2020). Hubungan Antara Pola Asuh Dengan Status Gizi Pada Balita. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 1(2), 151–158. <http://ojs.unik-kediri.ac.id/index.php/jumakes/article/download/768/693>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Wahyuni, I. S. (2009). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Status Gizi Anak Balita di Desa Ngemplak Kecamatan Karangpandan Kabupaten Karangpandan.
- Yusup, F., Studi, P., Biologi, T., Islam, U., & Antasari, N. (2018). *UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS*. 7(1), 17–23.