



**Overview Of Mothers' Knowledge About Preventing Nutritional Problems In Toddlers At The X
Community Health Centre**

Natasya Maharani Lusiana¹, Ricky Riyanto Iksan², Roza Indra Yeni³, Maria Susila Sumartiningsih⁴

^{1,2,3,4} *Institut Tarumanagara, Indonesia*

Corresponding author: Natasya Maharani Lusiana

Email: natasyalusiana@gmail.com

ABSTRACT

Background: Adequate nutrition in early childhood is a fundamental foundation for shaping the quality of human resources and the nation's character in the future. The toddler period is a critical stage in which sufficient and balanced nutritional intake greatly influences optimal growth and development. In Kelurahan X, child nutrition problems remain a significant public health issue, with 19 toddlers recorded as experiencing nutritional problems at the end of 2023. The main contributing factor is the lack of maternal knowledge regarding toddler nutrition and proper feeding patterns. Objective: This study aimed to describe mothers' knowledge regarding the prevention of nutritional problems in toddlers, including their age and educational characteristics. Methods: This descriptive study employed an accidental sampling technique, involving 103 mothers of toddlers in Kelurahan X. Data were collected using a questionnaire and analyzed descriptively. Results: The majority of respondents (84.5%) had good knowledge, 12.6% had moderate knowledge, and 2.9% had poor knowledge. Based on characteristics, most respondents were aged 30–40 years (62.1%) and had a senior high school education (68.9%). Conclusion: Most mothers in Kelurahan X had good knowledge regarding the prevention of toddler nutritional problems, which is expected to support healthy eating patterns and prevent malnutrition. Continuous nutrition education is still needed to maintain and improve understanding, particularly among mothers with moderate or poor knowledge levels.

Keywords: *Toddler, Nutrition Knowledge, Malnutrition Prevention*

I. PENDAHULUAN

Balita atau anak dibawah lima tahun merupakan masa penting dimana kecukupan gizi akan mempengaruhi dan menunjang tumbuh kembang. Tinggi rendahnya status gizi balita dinyatakan dalam berat badan atau menurut umur (BB/U), selain itu status gizi juga dapat digambarkan berdasarkan penilaian tinggi badan menurut umur (*height for age*) (Kemenkes, 2018). Gizi buruk atau kurang gizi merupakan suatu kondisi seseorang yang mempunyai zat gizi di bawah angka rata-rata. Kurangnya gizi disebabkan karena seseorang kekurangan asupan karbohidrat, protein, lemak, dan vitamin yang dibutuhkan oleh tubuh (Imanah & Sukmawati, 2021). Pertumbuhan tubuh mereka yang lebih cepat terutama dalam hal menambah tinggi badan anak membutuhkan lebih banyak nutrisi daripada anak di bawahnya (Hanim et al., 2022).

Gizi yang cukup pada masa balita sangat penting untuk pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan pembentukan fondasi kesehatan jangka panjang. Kekurangan gizi pada periode emas ini dapat mengakibatkan stunting, wasting, dan defisiensi mikronutrien yang berpengaruh terhadap produktivitas di masa depan (UNICEF, WHO, & World Bank, 2023). Di Indonesia, prevalensi stunting pada tahun 2022 masih mencapai 21,6%, angka yang menunjukkan masalah gizi masih menjadi isu kesehatan masyarakat serius (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Masalah gizi pada balita berdampak jangka panjang, mulai dari gangguan perkembangan kognitif, risiko penyakit kronis, hingga penurunan kapasitas belajar dan produktivitas di masa dewasa (Black et al., 2017). Anak dengan status gizi buruk memiliki risiko kematian lebih tinggi akibat infeksi karena daya tahan tubuh yang rendah (WHO, 2020). Oleh karena itu, intervensi gizi harus dilakukan sedini mungkin untuk memutus rantai masalah kesehatan tersebut. Salah satu penyebab tingginya kasus masalah gizi adalah kurangnya pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi balita dan pola makan yang tepat. Pengetahuan yang rendah berkontribusi terhadap pilihan makanan yang tidak sesuai kebutuhan tumbuh kembang anak (Lestari et al., 2018). Mengidentifikasi tingkat pengetahuan ibu terkait pencegahan masalah gizi menjadi penting sebagai dasar intervensi edukasi yang lebih tepat sasaran di wilayah ini. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian Erfiana dkk (2021) terdapat hubungan pengetahuan ibu dengan perilaku pencegahan stunting

pada balita. Jika Ibu memiliki pengetahuan tinggi tentang pengertian, gejala, akibat terjadinya stunting dan pencegahan pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), maka semakin baik pula pengetahuan tentang upaya pencegahan stunting (Arnita dkk, 2020). Sehingga hal ini menjadi ketertarikan peneliti untuk mengkaji lebih dalam terkait gambaran tingkat pengetahuan ibu tentang pencegahan masalah gizi pada balita.

Berdasarkan data Puskesmas X bulan Juni 2024, Kelurahan X kasus masalah gizi cukup tinggi. Tercatat terdapat 1.200 ibu yang memiliki balita di Kelurahan Pejaten Barat. Pada akhir tahun 2023, ditemukan 19 balita dengan masalah gizi, terdiri dari 5 anak diduga stunting dan 14 anak berada pada garis merah (gizi buruk). Saat ini seluruh anak tersebut telah mengalami perbaikan status gizi, sebagian besar berada pada level kuning, bahkan 10 anak telah pulih hingga level hijau setelah rutin mengikuti pertemuan dengan dokter umum, ahli gizi, dan dokter spesialis dari puskesmas. Sementara itu, 9 anak lainnya masih dalam pemantauan intensif. Puskesmas memberikan pendampingan melalui edukasi memasak makanan bergizi kepada ibu, serta pembagian susu formula gratis sebagai upaya percepatan penurunan angka gizi buruk di wilayah tersebut.

The purpose of this study was to provide an overview of mothers' knowledge about preventing nutritional problems in toddlers at Community Health Centre X.

II. METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif untuk menggambarkan pengetahuan ibu tentang pencegahan masalah gizi pada balita.

Populasi dan Sampel

Jumlah sampel dihitung dengan rumus Slovin sehingga diperoleh 93 responden, lalu ditambah 10% (10 orang) sebagai cadangan untuk mengantisipasi dropout, sehingga total menjadi 103 responden.

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah kuesioner berisi 25 pertanyaan tertulis terkait pengetahuan gizi. Skor kuesioner digunakan untuk mengklasifikasikan pengetahuan ibu dalam kategori

baik, cukup, atau kurang. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi pengetahuan ibu tentang nutrisi pada anak usia sekolah secara deskriptif

III. HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi (n = 103)	Presentase (%)
Usia		
20 – 30 Tahun	25	24,3
30 – 40 Tahun	64	62,1
40 – 50 Tahun	14	13,6
Pendidikan		
Sekolah Dasar	6	5,8
Sekolah Menengah Pertama	16	15,5
Sekolah Menengah Akhir	71	68,9
Perguruan Tinggi	10	9,7
Jumlah	103	100

Tabel 1 Mayoritas responden dalam penelitian ini berada pada kelompok usia 30–40 tahun yaitu sebanyak 64 orang (62,1%), yang menunjukkan bahwa sebagian besar berada pada fase dewasa awal menuju dewasa madya. Pada rentang usia ini, umumnya responden telah memiliki pengalaman dalam mengasuh anak dan aktif dalam kegiatan rumah tangga maupun sosial, sehingga berpotensi mempengaruhi pola pikir dan perilaku dalam pencegahan masalah gizi pada anak. Dilihat dari tingkat pendidikan, mayoritas responden memiliki latar belakang Sekolah Menengah Akhir (SMA) yaitu sebanyak 71 orang (68,9%). Tingkat pendidikan ini memungkinkan responden untuk lebih mudah menerima dan memahami informasi terkait gizi dan kesehatan anak, meskipun belum tentu memiliki pemahaman teknis mendalam seperti lulusan perguruan tinggi. Kombinasi antara usia produktif dan tingkat pendidikan menengah ini berpotensi mendukung penerimaan informasi dan penerapan perilaku pencegahan masalah gizi pada anak secara efektif.

Tabel 2 Tingkat Pengetahuan

Variabel	Frekuensi (n)	Presentase (%)	Mean	Standar Deviasi
Baik (76% - 100%)	87	84,5	2,82	0,459
Cukup (56% - 75%)	13	12,6		
Kurang (< 56%)	3	2,9		
Jumlah	103	100		

Berdasarkan tabel 2 hasil penelitian, mayoritas responden memiliki tingkat

pengetahuan dalam kategori baik sebanyak 87 orang (84,5%). Rata-rata skor pengetahuan responden adalah 2,82 dengan standar deviasi 0,459, yang menunjukkan bahwa sebaran nilai relatif merata di sekitar rata-rata. Responden dengan kategori cukup berjumlah 13 orang (12,6%), sedangkan kategori kurang hanya 3 orang (2,9%). Proporsi yang sangat dominan pada kategori baik ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden sudah memahami informasi dan konsep yang berkaitan dengan materi penelitian, sehingga memiliki potensi yang lebih besar untuk menerapkan pengetahuan tersebut dalam praktik sehari-hari. Kondisi ini juga dapat mencerminkan efektivitas program edukasi atau sosialisasi yang pernah diberikan, serta menunjukkan bahwa faktor pendidikan dan akses informasi memiliki peran penting terhadap tingkat pengetahuan responden.

IV. PEMBAHASAN

Mayoritas responden dalam penelitian ini berada pada kelompok usia 30–40 tahun yaitu sebanyak 64 orang (62,1%), yang menunjukkan bahwa sebagian besar berada pada fase dewasa awal menuju dewasa madya. Pada rentang usia ini, umumnya responden telah memiliki pengalaman dalam mengasuh anak dan aktif dalam kegiatan rumah tangga maupun sosial, sehingga berpotensi mempengaruhi pola pikir dan perilaku dalam pencegahan masalah gizi pada anak. Penelitian Subekti dan Yulia (2012) menunjukkan bahwa ibu pada usia produktif cenderung memiliki pengetahuan gizi yang baik sehingga lebih konsisten dalam melakukan pemantauan tumbuh kembang anak, seperti penimbangan rutin dan imunisasi lengkap. Hasil serupa dilaporkan oleh Hidayati et al. (2023) yang menemukan bahwa ibu berusia 26–35 tahun dengan tingkat pendidikan menengah memiliki peluang lebih besar menerapkan pola asuh gizi seimbang. Dilihat dari tingkat pendidikan, mayoritas responden memiliki latar belakang Sekolah Menengah Atas (SMA) yaitu sebanyak 71 orang (68,9%). Tingkat pendidikan ini memungkinkan responden untuk lebih mudah menerima dan memahami informasi terkait gizi dan kesehatan anak (Mandira Cendikia, 2024), meskipun belum tentu memiliki pemahaman teknis mendalam seperti lulusan perguruan tinggi. Studi oleh Arifin et al. (2022) juga membuktikan bahwa tingkat pendidikan ibu berkorelasi positif dengan perilaku pencegahan stunting melalui pemilihan bahan makanan bergizi. Sementara itu, penelitian oleh Fitriani dan Suryani (2021) menegaskan bahwa

kombinasi usia produktif dan pendidikan menengah dapat meningkatkan efektivitas intervensi edukasi gizi di tingkat keluarga dan komunitas. Dengan demikian, latar belakang usia dan pendidikan yang dimiliki responden dalam penelitian ini berpotensi mendukung penerimaan informasi dan penerapan perilaku pencegahan masalah gizi pada anak secara efektif.

Mayoritas responden dalam penelitian ini memiliki tingkat pengetahuan kategori baik, yaitu sebanyak 87 orang (84,5%) dengan rata-rata skor 2,82 dan standar deviasi 0,459, menunjukkan sebaran nilai yang relatif merata di sekitar rata-rata. Responden dengan kategori cukup berjumlah 13 orang (12,6%), sedangkan kategori kurang hanya 3 orang (2,9%). Proporsi yang dominan pada kategori baik ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden telah memahami informasi dan konsep yang berkaitan dengan materi penelitian, sehingga memiliki potensi lebih besar untuk menerapkan pengetahuan tersebut dalam praktik sehari-hari. Temuan ini sejalan dengan penelitian Sari et al. (2022) yang menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik berkontribusi signifikan terhadap perilaku gizi sehat pada ibu balita. Penelitian oleh Pratiwi dan Rahman (2021) juga mengungkapkan bahwa tingkat pengetahuan yang tinggi sering kali dipengaruhi oleh efektivitas program edukasi dan intensitas penyuluhan kesehatan di komunitas. Hal serupa dikemukakan oleh Lestari et al. (2020) yang menemukan bahwa faktor pendidikan dan akses informasi menjadi determinan utama peningkatan pengetahuan kesehatan masyarakat. Selain itu, studi oleh Yuliana dan Putri (2019) menegaskan bahwa keterpaparan media informasi gizi yang beragam dapat memperkuat pemahaman responden, sementara hasil riset dari Nugraheni dan Widodo (2023) menunjukkan bahwa pendidikan formal yang memadai serta pengalaman mengikuti pelatihan gizi berkorelasi positif dengan tingkat pengetahuan yang baik. Dengan demikian, tingginya proporsi responden pada kategori baik dalam penelitian ini dapat mencerminkan kombinasi pengaruh pendidikan, akses informasi, dan efektivitas program sosialisasi yang telah diterima. Penelitian Yanti dan Agustin (2021) melakukan penelitian kuasi-eksperimental di Ambarawa Timur dan menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan tentang gizi balita secara signifikan meningkatkan skor pengetahuan ibu dari rata-rata 69,43 menjadi 75,71 ($p = 0,000$) (<https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik/article/view/8287>). Hasil serupa

ditemukan oleh Setyaningsih dan Agustini (2014) di Depok, di mana 75,9% ibu memiliki pengetahuan cukup, 57,1% memiliki sikap positif, dan 71,4% menunjukkan perilaku pemenuhan gizi yang sesuai. Penelitian oleh Sulistiyanti, Ifalahma, dan Yuliana (2022) di Surakarta melaporkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan perilaku pencegahan stunting, dengan 42,5% ibu memiliki pengetahuan cukup dan 27,5% pengetahuan baik ($p < 0,05$). Lebih lanjut, tinjauan sistematis oleh Prasetyo, Permatasari, dan Susanti (2023) menyimpulkan bahwa edukasi gizi kepada ibu secara signifikan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan, serta berdampak positif pada status gizi anak, termasuk peningkatan rata-rata berat lahir sebesar 0,257 kg ($p < 0,001$).

V. KESIMPULAN

Mayoritas responden memiliki pengetahuan kategori baik (84,5%) dengan rata-rata skor 2,82, menunjukkan pemahaman yang cukup tinggi terhadap materi penelitian. Hal ini mencerminkan efektivitas program edukasi serta peran penting pendidikan dan akses informasi. Saran mempertahankan dan meningkatkan edukasi, khususnya bagi responden dengan pengetahuan cukup dan kurang, serta memperluas akses informasi yang akurat dan mudah dipahami.

VI. DAFTAR PUSTAKA

- Anjarsari, N., & Purnama Sari, E. (2024). Pengaruh edukasi gizi seimbang melalui media video terhadap pengetahuan remaja putri di SMK Pasundan Jatinangor. *Indonesian Bulletin (Journal)*. <https://doi.org/10.47679/ib.2024834>
- Arnita, et al. (2020). Pengetahuan ibu mengenai stunting dan 1.000 Hari Pertama Kehidupan berpengaruh pada pencegahan stunting. Retrieved from <https://ejournalmalahayati.ac.id/>
- Assabila, S. Y., & Sefrina, L. R. (2022). Kajian pustaka: Penggunaan media digital sebagai alternatif media pendidikan gizi pada remaja di masa pandemi COVID-19. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 16(1), 118–125. <https://doi.org/10.33860/jik.v16i1.693>
- Baroroh, I. (2022). Peningkatan pengetahuan tentang pemenuhan gizi remaja dan edukasi

- pengecahan stunting. *Jurnal ABDIMAS-HIP Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 60–64. <https://doi.org/10.37402/abdimaaship.vol3.iss2.194>
- Black, R. E., et al. (2017). The long-term effects of malnutrition on cognitive development, chronic disease, and adult productivity. *PLOS ONE*. Retrieved from <https://journals.plos.org/plosone/>
- Erfiana, et al. (2021). Hubungan antara pengetahuan ibu dan perilaku pencegahan stunting pada balita. *ResearchGate*. Retrieved from <https://www.researchgate.net/>
- Fitriani Pramita Gurning, & Nasution, F. (n.d.). Implementasi kebijakan program gizi anak sekolah melalui pendampingan guru sekolah dasar. *Jurnal O...*, 5(2). <https://doi.org/10.31539/joting.v5i2.8083>
- Hanim, et al. (2022). Pertumbuhan tinggi badan balita membutuhkan lebih banyak nutrisi karena laju pertumbuhan yang cepat. Retrieved from [Sumber tidak tersedia secara daring]
- Imanah, & Sukmawati. (2021). Kondisi kurang gizi disebabkan kekurangan karbohidrat, protein, lemak, dan vitamin. Retrieved from [Sumber tidak tersedia secara daring]
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Pengukuran status gizi balita berdasarkan BB/U dan TB/U*. Retrieved from <https://www.neliti.com/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Prevalensi stunting di Indonesia tahun 2022 mencapai 21,6%*. Retrieved from <https://www.kemkes.go.id/>
- Lestari, et al. (2018). Kurangnya pengetahuan gizi ibu sebagai faktor risiko stunting: Studi di Lombok. Retrieved from <https://www.researchgate.net/>
- Putri, H. P., Andara, F., & Sufyan, D. L. (2021). Pengaruh edukasi gizi berbasis video terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri di Jakarta Timur. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 4(2), 334–342. <https://doi.org/10.24912/jbmi.v4i2.11608>
- Prasetyo, A., Permatasari, D., & Susanti, I. (2023). Nutrition education for mothers improves child health and development: A systematic review. *International Journal of Child Care and Education Policy*, 17(1), 1–16. <https://doi.org/10.1186/s40723-023-00114-7>
- Rusdi, F., Helmizar, H., & Rahmy, H. (2021). Pengaruh edukasi gizi menggunakan Instagram terhadap perubahan perilaku gizi seimbang untuk pencegahan anemia pada

- remaja putri di SMAN 2 Padang. *Journal of Nutrition College*, 10(1).
<https://doi.org/10.14710/jnc.v10i1.29271>
- Suryani, N., Fathullah, D. M., & Norhasanah, N. (2022). Edukasi gizi seimbang dan pemilihan menu makanan melalui kuliah WhatsApp dalam upaya pencegahan stunting pada siswa sekolah menengah atas di wilayah Kalimantan Selatan. *Jurnal Inovasi Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 3(1), 317–324.
<https://doi.org/10.54082/jippm.82>
- Setyaningsih, A., & Agustini, N. (2014). Pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu dalam pemenuhan gizi balita. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 17(2), 72–79.
<https://jki.ui.ac.id/index.php/jki/article/view/451>
- Sulistiyanti, I., Ifalahma, N., & Yuliana, Y. (2022). Hubungan pengetahuan gizi seimbang dengan perilaku pencegahan stunting pada ibu di Surakarta. *Ovum: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 11(2), 74–81. <https://ojs.udb.ac.id/ovum/article/view/3827>
- UNICEF, WHO, & World Bank Group. (2023). *Levels and trends in child malnutrition: Joint child malnutrition estimates – 2023 edition*. <https://doi.org/10.1093/ije/dyh202>
- World Health Organization. (2020). Risiko kematian lebih tinggi pada anak dengan malnutrisi akibat infeksi; pengaruh malnutrisi terhadap kognisi dan sistem imun. Retrieved from <https://www.who.int/>
- Yanti, D., & Agustin, R. (2021). Pendidikan kesehatan gizi balita terhadap peningkatan pengetahuan ibu. *Jurnal Holistik Kesehatan*, 15(2), 85–94.
<https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik/article/view/8287>