

## **PENTINGNYA GIZI PADA ANAK DAN BALITA DESA WONOKERTO - KECAMATAN WONOSALAM KABUPATEN JOMBANG**

**Dedy Irwanto, Kusuma Prabawati, Septian Had**  
Psikologi, Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Jl. Semolowaru No.45, (031) 5931800

### **Abstrak**

Air merupakan kebutuhan yang sangat penting bagi kehidupan sehari-hari, mulai dari kebutuhan konsumsi sampai kebutuhan lainnya. Karena pentingnya air bagi kehidupan, maka kualitas air sangat penting bagi karena berdampak juga bagi kehidupan kita. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi kejernihan air yang digunakan oleh warga Desa Wonokerto. Data penelitian diperoleh dari pembagian Quisioner yang kami bagikan pada saat penyuluhan. Hasil menunjukkan bahwa warga masih menggunakan air langsung dari sumber tanpa difilter untuk kebutuhan sehari-hari.

Kata kunci : Air, Filter Air.

## **Pendahuluan**

### **Latar Belakang**

Masalah gizi di Indonesia yang terbanyak meliputi gizi kurang atau mencukup susunan hidangan yang tidak seimbang maupun konsumsi keseluruhan yang tidak mencukupi kebutuhan badan. Anak balita (1-5 tahun) merupakan kelompok umur yang paling sering menderita akibat kekurangan (KEP) atau termasuk salah satu kelompok masyarakat yang rentan gizi. Gizi kurang atau gizi buruk pada balita yang berakibat terganggunya pertumbuhan jasmani dan kecerdasan mereka. Kalau cukup banyak orang termasuk golongan ini masyarakat yang berangkutan sulit sekali berkembang. Dengan demikian jelas masalah gizi merupakan masalah bersama dan semua keluarga harus bertindak atau berbuat sesuatu bagi perbaikan gizi (Adriani M, 2012). Ada beberapa faktor yang mempengaruhi status gizi antara lain : kurangnya informasi, kurangnya daya beli masyarakat, merupakan hal yang paling utama, tetapi sebagian khusus kurang gizi akan bisa diatasi masyarakat dengan memanfaatkan sumber daya yang ada ( Ulfa agus, 2012).

Berdasarkan laporan Gizi Global 2014 menempatkan Indonesia diantara 31 negara yang tidak akan mencapai target global untuk menurunkan angka kurang gizi di tahun 2025. Data pemerintah menunjukkan 37% anak balita menderita stunting, 12% mereka wasiting (terlalu kurus untuk tinggi badan mereka) dan 12% mengalami kelebihan berat badan. Penduduk miskin di Indonesia memiliki kemungkinan menderita stunting 50% lebih tinggi dibandingkan dengan mereka dari golongan menengah keatas. Namun demikian, hampir 30% anak Indonesia dari golongan menengah keatas juga mengalami stunting. Kesenjangan prevalensi kekurangan gizi antar provinsi dan kabupaten masih cukup lebar. Angka-angka tersebut termasuk sangat tinggi bagi negara berpenghasilan menengah. Upaya untuk menurunkan angka kurang gizi di Indonesia sejak tahun 2007 belum menunjukkan hasil yang berarti, ini berarti jumlah anak penderita kurang gizi terus

meningkat dengan seiring bertambahnya jumlah penduduk (unicef, 2015).

Masalah gizi secara garis besar disebabkan oleh dua faktor yaitu : faktor langsung dan faktor tidak langsung yang mempengaruhi status gizi adalah asupan makanan ( energi dan protein) dan penyakit penyerta. Faktor tidak langsung adalah tingkat pengetahuan, tingkat pendidikan, tingkat pendapatan, pola asuh, social budaya, ketersediaan pangan, pelayanan kesehatan dan faktor lingkungan (Depkes RI 2007).

Berdasarkan survey yang diberikan di desa Wonorejo masih banyak masyarakat yang belum paham tentang gizi seimbang untuk anak yang dapat menyebabkan gizi buruk pada anak yang kurang diperhatikan.

Masalah gizi memiliki etiologi yang sangat kompleks, tidak saja dipengaruhi oleh intake zat gizi dan keadaan kesehatan individu tetapi juga berkaitan erat dengan pendidikan, pengetahuan, jumlah anak, dan pendapatan ibu. Dengan melihat tersebut peneliti memandang perlu dilakukan penyuluhan pentingnya gizi pada anak dan balita.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan studi deskriptif-observasional yang dilakukan pada bulan Juli 2019. Penelitian ini dilakukan di Desa Wonorejo. Penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder. Data sekunder adalah data dari bidan setempat sedangkan data primer bersumber dari data kuisioner. Populasi ini sebanyak 30 responden yaitu ibu yang mempunyai anak balita. Teknik yang digunakan adalah teknik sampling. Kemudian peneliti melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan digunakan untuk mengetahui status gizi balita.

## **PEMBAHASAN**

### **Pendidikan**

Dilihat dari tingkat pendidikan responden sebagian besar adalah tamat SD 17 orang. Pendidikan dianggap memiliki peran penting dalam menentukan kualitas manusianya dan pola berpikir lewat pendidikan manusia dianggap akan memperoleh pengetahuan,

implementasi, semakin tinggi pendidikan seseorang semakin berkualitas (dr. Sugiri, Syarif, 2011).

Dari hasil penelitian dapat diperoleh bahwa pendidikan berpengaruh dengan status gizi yang didapatkan pendidikan ibu. Karakteristik keluarga merupakan factor yang berpengaruh terhadap pola konsumsi dalam keluarga. Menurut Huclock yang dikutip Siti Paryani (2001), semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat, seseorang yang lebih dewasa akan lebih dewasa dari orang yang belum cukup karakteristik balita merupakan salah satu factor penentu pola konsumsi seseorang. Balita merupakan umur yang rawan pada anak karena pada masa itu, anak mudah sakit dan mudah terjadi kurang gizi (soejiningsing,2012). Selain itu balita beresiko tinggi untuk menderita anemia, karena masa balita pertumbuhan pesat dan kebutuhan akan zat besi akan semakin meningkat (almatsier, 2013).

Tingkat pendidikan dan pengetahuan merupakan aspek yang berpengaruh terhadap usaha peningkatan gizi masyarakat, yang mencakup tingkat konsumsi keluarga. Kedua hal tersebut menentukan besar kecilnya penggunaan sebagian pendapatan keluarga dalam pengadaan makanan sehari-hari untuk dapat dikonsumsi oleh seluruh keluarga.

Dalam penelitian ini, karakteristik keluarga meliputi tingkat pendidikan orang tua (ibu) tingkat pengetahuan gizi ibu balita, pekerjaan orang tua, jumlah pendapatan keluarga. Tingkat pendidikan dan pengetahuan merupakan aspek yang berpengaruh terhadap usaha peningkatan gizi masyarakat yang mencakup tingkat konsumsi keluarga. Kedua hal tersebut menentukan besar kecilnya penggunaan sebagian pendapatan keluarga dalam pengadaan makanan sehari-hari untuk dapat dikonsumsi oleh seluruh keluarga.

### **Pengetahuan**

Dilihat dari pengetahuan ibu responden sebagian besar kurang berpengetahuan kurang 15 orang. Hasil tersebut dapat dilihat pengaruh pengetahuan dengan status gizi kurang didapatkan pengetahuan ibu. Dengan hasil tersebut bahwa pengetahuan berpengaruh pada status gizi kurang pada anak.

Pengetahuan tentang pengaturan konsumsi pangan balita yang benar yang memiliki seseorang sangat berpengaruh terhadap sikap dan perilakunya

dalam mengatur pola konsumsi pangan pada balitanya (djaeni, 2009). Pengetahuan gizi mempengaruhi perilaku pemilihan makanan (soekidjo dan Solita, 1985).

Rendahnya pengetahuan gizi ibu diduga berkaitan erat dengan tingkat pendidikan ibu dan masih terdapat masyarakat yang buta huruf, sehingga akses dan kesempatan untuk mendapatkan pengetahuan gizi sangat terbatas (ulyanti,1985).

Rendahnya pengetahuan gizi akan memberikan perubahan pada status gizi. Semakin tinggi pengetahuan gizi ibu maka status gizi akan semakin baik. Hasil ini juga sesuai dengan penelitian Adianti, dkk (2016) menyatakan bahwa tingkat pengetahuan seseorang terhadap gizi berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam menentukan jenis dan variasi makanan dan selanjutnya akan berpengaruh terhadap status gizi atau kurangnya penerapan pengetahuan gizi dalam praktek pemilihan jenis dan variasi makanannya tiap hari dapat menyebabkan timbulnya masalah gizi, oleh karena itu pengetahuan atau kognitif merupakan aspek yang sangat penting dan berpengaruh terhadap terburuknya perilaku seseorang dalam hal ini adalah pengetahuan ibu tentang gizi menjadi salah satu factor yang mengakibatkan tinggi gizi kurang pada balita. Menurut Alamsyah D, dkk mengungkapkan persoalan gizi kurang dan gizi buruk pada balita dapat disebabkan sikap atau perilaku yang menjadi factor dalam pemilihan makanan yang tidak benar. Pemilihan bahan makanan, tersedianya jumlah makanan yang cukup dan keanekaragaman makanan ini dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu tentang makanan dan gizinya.

Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan responden sebagian besar kurang dan didukung dengan budaya masyarakat bahwa ibu baru melahirkan/menyusui tidak boleh makan ikan tanpa sisik dan makan daging karena ikan tidak bersisik bisa merusak alat kelamin atau vagina (banyak mengeluarkan lendir) dan makan daging dapat merusak Rahim dan vagina dan beranggapan bahwa anak balita tidak baik terlalu banyak mengkonsumsi ikan karena perutnya bisa cacingan, tidak baik memakan telur ikan karena bisa merusak mata anak.

### **Simpulan dan saran**

#### **Kesimpulan**

Hasil penelitian diperoleh ada pengaruh antara pengetahuan dan pendidikan ibu dengan status gizi kurang pada balita dan anak sehingga mempengaruhi kecukupan gizi yang diberikan pada anak di Desa

Wonokerto, Kecamatan Wonosalam, Kabupaten  
Jombang.

Saran

1. Bagi ibu

Ibu yang mempunyai anak balita harus memperhatikan gizi kepada anaknya mulai dari pemilihan bahan makanan yang baik dan bisa memberikan jenis makanan yang bergizi bagi anaknya.

2. Petugas kesehatan

Memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu balita gizi kurang tentang pentingnya kebutuhan nutrisi bagi anak sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan seorang anak sehingga gizi kurang tidak terjadi pada anak.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai acuan untuk melakukan penelitian yang lebih luas lagi dan melakukan pendekatan dalam upaya penurunan status gizi kurang pada anak.

#### **Daftar Pustaka**

Adriani, M., & Wiryatmadi, B. (2012). Peranan Gizi dalam siklus kehidupan, Jakarta : kencana

Adianti, Prihatini, & Hermina. (2016). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Individu Tentang Makanan Beraneka Ragam sebagai salah satu Indikator Keluarga Sadar Gizi (KADARGIZI). Buletin Penelitian Kesehatan.44.(2).117.126.

Agus, U (2012). Hubungan antara kareakteristik ibu dengan status Gizi dalam Siklus Kehidupan. Jurnal kesmasind, 5 nomor 2, juli 2012 hlm 121-135.

Alamsyah, D., Mexitalia, M., & Margawati, S. (2015). Beberapa Faktor Resiko Gizi Kurang dan Gizi Buruk Pada Balita 12-59 Bulan. Jurnal Vokasi Kesehatan,1 (5). 131-135.

Unicef Indonesia. (2015). Laporan tahunan unicef. Jakarta.

Soetijingsih. (2012). Tumbuh Kembang Anak. Jakarta: EGC.

Djaeni. A. (2009). Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi Jilid II. Jakarta: Dian Rakyat.