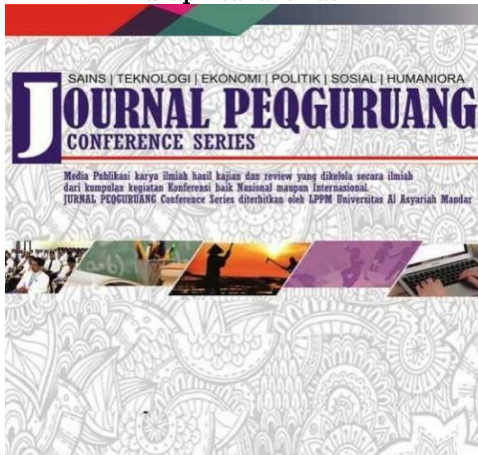


Graphical abstract



GAMBARAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI KURANG PADA BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MAMASA

¹Sitti Sohorah, ²Sri Nengsi, ³Marlina,

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Al Asyariah Mandar

*Corresponding author

adsorah364@gmail.com

nengsianwar@gmail.com

marlinmarlina487@gmail.com

Abstract

Malnutrition among toddlers remains a major public health problem affecting children's growth and development. This study aims to describe mothers' knowledge about malnutrition in toddlers and identify the contributing factors in the working area of the Mamasa Health Center. A qualitative descriptive approach was applied involving ten purposively selected informants, consisting of mothers with undernourished toddlers. Data were collected through in-depth interviews and observations, then analyzed thematically. Source triangulation between mothers, health cadres, and nutrition officers was used to ensure data validity.

The results revealed that most mothers possessed basic knowledge of malnutrition signs but had limited understanding of its medical causes, long-term effects, and preventive measures. Economic constraints, low participation in health post (posyandu) activities, and limited food variety were identified as key barriers to adequate nutrition practices. Nutrition education provided by health workers was found to be insufficient, as it was not adapted to local socio-cultural contexts. This study highlights the importance of sustainable and community-based nutrition education programs tailored to the socio-economic realities of the population. Such efforts are expected to enhance mothers' practical knowledge and improve toddler nutrition in the Mamasa region.

Keywords: Knowledge, Malnutrition, Health Center

Abstrak

Kekurangan gizi pada balita masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Penelitian ini bertujuan menggambarkan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi kurang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Mamasa serta faktor yang memengaruhinya. Metode penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan sepuluh informan utama yang dipilih secara purposive. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi, kemudian dianalisis secara tematik dengan triangulasi sumber untuk menjamin validitas data.

Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki pengetahuan dasar mengenai tanda-tanda gizi kurang, namun belum memahami sepenuhnya penyebab, dampak jangka panjang, dan upaya pencegahannya. Faktor ekonomi, rendahnya partisipasi posyandu, dan keterbatasan variasi makanan menjadi hambatan utama dalam penerapan gizi seimbang. Edukasi gizi yang dilakukan tenaga kesehatan belum optimal karena belum disesuaikan dengan konteks sosial dan budaya setempat.

Penelitian ini menegaskan perlunya program edukasi gizi yang berkelanjutan, partisipatif, dan kontekstual agar pengetahuan ibu dapat diterapkan secara nyata dalam pencegahan gizi kurang. Pendekatan berbasis masyarakat diharapkan mampu meningkatkan kesadaran dan perilaku gizi ibu demi memperbaiki status gizi balita di wilayah Mamasa.

Kata Kunci : Pengetahuan, Gizi Kurang, Puskesmas

Article history

DOI: 10.35329/jp.v7i2.6230

Received : 2025-09-26/ Received in revised form : 2025-10-20/ Accepted : 2025-11-25

1. PENDAHULUAN

Ilmu Gizi adalah cabang ilmu yang fokus pada pengkajian zat-zat yang terkandung dalam makanan dan perannya dalam menjaga kesehatan. Ilmu ini mencakup proses mulai dari asupan makanan, pencernaan, penyerapan nutrisi, hingga penggunaannya oleh tubuh. Selain itu, Ilmu Gizi juga menelaah bagaimana nutrisi memengaruhi pertumbuhan, perkembangan, dan keberlangsungan hidup manusia, serta berbagai faktor yang dapat memengaruhi proses tersebut (Hatta et al., 2023)

Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO) tahun 2016, masalah gizi kurang masih menjadi isu kesehatan global yang signifikan. Sekitar 45% dari total kematian anak di bawah usia lima tahun terkait dengan kondisi gizi kurang. Pada tahun 2014, tercatat bahwa di setiap negara terdapat sekitar 2 hingga 3 juta orang yang mengalami gizi kurang. Meskipun gizi kurang bukan merupakan penyebab kematian secara langsung, kondisi ini berkaitan erat dengan sekitar 54% kasus kematian anak di negara-negara berkembang, karena memperburuk kerentanan terhadap penyakit dan infeksi.

Gizi kurang pada balita dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya adalah tingkat pengetahuan ibu, keberadaan penyakit infeksi, pola konsumsi makanan, tingkat pendapatan keluarga, akses terhadap pelayanan kesehatan, kondisi ekonomi rumah tangga, serta jumlah anggota keluarga. Gejala awal balita dengan gizi kurang biasanya ditandai dengan kesulitan makan yang berkelanjutan, yang berdampak pada tidak bertambahnya berat badan atau hanya mengalami peningkatan sekitar 200 gram per bulan—jauh di bawah angka ideal yaitu 500 gram per bulan. Selain itu, anak dapat menunjukkan sikap apatis terhadap lingkungan, gangguan berbicara, penurunan tingkat kecerdasan (IQ), hambatan dalam perkembangan kognitif, dan menurunnya rasa percaya diri. Dalam jangka panjang, kondisi gizi kurang ini dapat memengaruhi kualitas kecerdasan generasi mendatang, serta menurunkan mutu dan produktivitas sumber daya manusia di masa depan (Suriani et al., 2021).

Kurang Energi Protein (KEP) merupakan salah satu bentuk gangguan gizi yang masih banyak dijumpai di Indonesia maupun di negara-negara berkembang lainnya. Kelompok yang paling rentan terhadap kondisi ini adalah anak-anak di bawah usia lima tahun (balita), serta ibu hamil dan menyusui. Kekurangan zat gizi ini umumnya ditandai dengan kondisi tubuh pendek dan kurus, yang didefinisikan sebagai balita berusia 0 hingga 59 bulan dengan berat badan menurut umur (BB/U) berada antara kurang dari -2 standar deviasi (SD) hingga lebih dari -3 SD berdasarkan standar pertumbuhan WHO-NCHS. Anak balita yang mengalami kekurangan gizi berisiko menghadapi gangguan pertumbuhan dan perkembangan, penurunan tingkat kecerdasan, melemahnya sistem kekebalan tubuh, menurunnya produktivitas, serta munculnya berbagai masalah kesehatan fisik dan mental (Nurida & Maritasari, 2022).

Pengetahuan gizi merupakan pemahaman seseorang terhadap makanan dan kandungan zat gizi

di dalamnya. Pengetahuan gizi yang dimiliki oleh seorang ibu memiliki peran penting dalam menentukan asupan makanan anak, terutama dalam memilih jenis makanan yang dikonsumsi oleh balita. Sikap dan perilaku ibu dalam memberikan makanan sangat dipengaruhi oleh tingkat pemahaman gizi yang dimilikinya, yang pada akhirnya berdampak pada status gizi anak. Faktor-faktor seperti pola makan, jumlah, jenis, dan kualitas asupan makanan turut berkontribusi terhadap kondisi gizi anak. Kekurangan gizi pada balita tidak hanya menimbulkan dampak jangka pendek, seperti meningkatnya risiko terhadap penyakit infeksi dan rendahnya daya tahan tubuh, tetapi juga menimbulkan konsekuensi jangka panjang yang dapat memengaruhi kualitas hidup anak di masa mendatang.

Faktor-faktor yang memengaruhi tingkat pengetahuan ibu tentang gizi meliputi usia, tingkat pendidikan, pengetahuan sebelumnya, jenis pekerjaan, pendapatan keluarga, serta pengaruh budaya lokal terkait pola makan. Apabila seorang ibu memiliki pengetahuan dan kesadaran yang rendah mengenai pentingnya gizi, maka besar kemungkinan makanan yang diberikan kepada balita tidak sesuai dengan kebutuhan gizi yang dianjurkan. Kondisi ini berisiko menyebabkan ketidakseimbangan asupan nutrisi dan secara langsung dapat memengaruhi status gizi balita (Indrayani et al., 2020).

Berdasarkan Laporan Global Nutrition tahun 2017, permasalahan status gizi anak di tingkat global masih menjadi perhatian serius. Data menunjukkan bahwa sebanyak 52 juta balita atau sekitar 8% mengalami wasting (berat badan rendah menurut tinggi badan), sekitar 115 juta balita atau 23% mengalami stunting (tinggi badan rendah menurut usia), dan sebanyak 4 juta balita atau 6% mengalami kelebihan berat badan (*overweight*) (UNICEF dan WHO, 2017)

Berdasarkan data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Mamasa, jumlah balita yang mengalami gizi kurang pada tahun 2022 tercatat sebanyak 303 anak. Angka ini mengalami penurunan pada tahun 2023 menjadi 183 anak. Pada tahun 2022, kasus balita gizi kurang tersebar di beberapa Puskesmas (PKM), dengan jumlah tertinggi berada di PKM Mamasa sebanyak 277 anak (91,42%), disusul PKM Aralle dengan 17 anak (5,61%), PKM Buntu Malangka 7 anak (2,31%), dan PKM Mambi 2 anak (0,66%). Sementara itu, pada tahun 2023, sebaran kasus mengalami pergeseran, di mana PKM Mamasa tetap menjadi yang tertinggi dengan 134 anak (73,22%), diikuti oleh PKM Aralle sebanyak 21 anak (11,48%), PKM Balla 12 anak (6,56%), PKM Buntu Malangka 10 anak (5,46%), serta masing-masing 2 anak di PKM Mambi dan PKM Messawa (1,09%), dan masing-masing 1 anak di PKM Sesenapadang dan PKM Tawalian (0,55%). Puskesmas lainnya tercatat tidak memiliki kasus balita gizi kurang pada kedua tahun tersebut.

Data dari Puskesmas Mamasa dalam kurun waktu tiga tahun terakhir (2022–2024) menunjukkan adanya tren penurunan kasus gizi kurang pada balita. Pada tahun 2022, dari total 748 balita yang ditimbang, tercatat sebanyak 277 balita atau sekitar 37,03% mengalami gizi kurang. Angka ini menurun secara

signifikan pada tahun 2023, dengan 134 balita dari 675 balita yang ditimbang (sekitar 19,85%) tercatat mengalami gizi kurang. Tren positif ini berlanjut pada tahun 2024, di mana hanya 72 dari 897 balita yang ditimbang (sekitar 8,03%) tercatat dalam kategori gizi kurang. Temuan ini menunjukkan adanya perbaikan bertahap dalam status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Mamasa selama tiga tahun terakhir.

Untuk melihat urgensi permasalahan ini secara lebih komprehensif, penting untuk membandingkan data lokal dengan angka prevalensi gizi kurang di tingkat nasional. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi balita dengan kondisi wasting (gizi kurang) secara nasional mencapai 7,7%. Dengan estimasi jumlah balita di Indonesia sekitar 23 juta jiwa, diperkirakan terdapat sekitar 1.771.000 anak yang mengalami gizi kurang. Temuan ini mencerminkan bahwa rendahnya tingkat kesadaran dan pengetahuan ibu mengenai pentingnya pemenuhan gizi anak masih menjadi faktor utama yang berkontribusi terhadap tingginya kasus gizi buruk di Indonesia.

Penetapan Puskesmas Mamasa sebagai lokasi penelitian didasarkan pada hasil observasi awal yang mengindikasikan adanya kasus balita dengan gizi kurang yang datang untuk pemeriksaan di fasilitas kesehatan tersebut. Berdasarkan data tahun 2023, tercatat bahwa dari 675 balita yang ditimbang, sebanyak 134 anak atau sekitar 19,85% teridentifikasi mengalami kondisi gizi kurang. Sementara itu, pada tahun 2024 terjadi penurunan jumlah balita gizi kurang menjadi 72 balita dari 897 balita yang ditimbang, atau sekitar 8,03%. Dari data diatas menunjukkan masih tingginya kasus gizi kurang yang menandakan adanya permasalahan gizi yang memerlukan perhatian khusus. Sebagai perbandingan, di Kecamatan Tanduk Kalua, jumlah balita dengan gizi kurang pada tahun 2023 tercatat sebanyak 6 balita (0,40%), dan meningkat menjadi 9 balita (0,55%) pada tahun 2024. Sementara itu, di Kecamatan Sesenapadang, jumlah balita gizi kurang relatif stabil, dengan 5 balita (0,35%) pada tahun 2023 dan 6 balita (0,42%) pada tahun 2024.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti merasa terdorong untuk melakukan penelitian mengenai gambaran pengetahuan ibu tentang gizi kurang pada balita di wilayah kerja puskesmas mamasa.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif (Fadli, 2021). Pendekatan deskriptif kualitatif dipilih dalam penelitian ini karena bertujuan untuk menggali secara mendalam gambaran pengetahuan ibu mengenai gizi kurang pada balita. Dengan pendekatan ini, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif terkait persepsi, sikap, dan pengalaman ibu dalam konteks pemenuhan gizi anak. Adapun lokasi penelitian ini berada di wilayah kerja Puskesmas Mamasa.

Penelitian ini dilaksanakan selama kurang lebih satu bulan, yakni mulai dari tanggal 1 Maret 2025 hingga 1 April 2025. Proses pengolahan data dilakukan melalui beberapa tahapan, meliputi reduksi

data, seleksi data, pengolahan, serta analisis data untuk memperoleh kesimpulan yang sesuai dengan tujuan penelitian.

Sebagian penelitian terdahulu hanya menyoroti hubungan antara pengetahuan ibu dan status gizi anak secara umum (Suriani et al., 2021; Indrayani et al., 2020), tanpa menggali secara mendalam bagaimana pemahaman dan praktik ibu dalam konteks sosial ekonomi lokal. Penelitian ini memiliki kebaruan dalam mengkaji pengetahuan ibu dengan pendekatan kualitatif yang menggambarkan secara rinci persepsi dan perilaku ibu di wilayah Mamasa, sehingga menghasilkan pemahaman kontekstual yang belum banyak dibahas dalam studi sejenis.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Pengetahuan (Tahu)

Tingkat pengetahuan dalam kategori "tahu" yang berkaitan dengan pemahaman ibu mengenai gizi kurang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Mamasa mencerminkan bentuk pengetahuan paling mendasar, yaitu kemampuan seseorang untuk mengingat kembali informasi yang pernah diperoleh. Tahapan ini termasuk dalam level awal domain kognitif, yang berfokus pada kemampuan untuk melakukan recall terhadap informasi dasar, termasuk hal-hal yang berkaitan dengan gizi anak balita. Secara umum, "tahu" berarti ibu mampu mengenali dan mengingat pengetahuan dasar seputar gizi kurang, seperti tanda-tanda kekurangan gizi serta jenis makanan bergizi yang dibutuhkan, meskipun belum tentu dapat memberikan penjelasan atau mengaplikasikannya secara praktis. Tingkat pengetahuan ini sangat berpengaruh karena memiliki hubungan yang erat dengan munculnya kasus gizi kurang pada balita di wilayah tersebut.

Wawancara yang dilakukan dengan sejumlah informan di wilayah kerja Puskesmas Mamasa mengungkapkan adanya perbedaan dalam tingkat pemahaman ibu terkait kondisi gizi kurang pada balita. Hasil ini memperlihatkan keberagaman perspektif yang mencerminkan variasi pengetahuan di kalangan ibu balita. Untuk memperkuat interpretasi data, temuan-temuan utama dari penelitian ini dianalisis secara komparatif dengan hasil-hasil penelitian terdahulu yang dipublikasikan dalam jurnal ilmiah yang relevan.

Temuan penelitian tentang Variasi Pemahaman Istilah "Gizi Kurang" dan Peran Edukas sangat kurang dimana Tingkat pemahaman ibu mengenai istilah "gizi kurang" bervariasi, dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan dan kemampuan individu dalam menerima informasi. Edukasi gizi rutin diberikan oleh tenaga pelaksana gizi, baik dalam kegiatan umum maupun saat pemberian Makanan Tambahan (PMT), dengan respons yang beragam dari para ibu.

Lebih lanjut, (Puspita et al., 2023) menyoroti pentingnya strategi edukasi gizi yang disesuaikan dengan karakteristik sasaran untuk meningkatkan efektivitas penyampaian informasi. Upaya berkelanjutan dalam penyuluhan, seperti yang dilakukan di Puskesmas Mamasa, merupakan langkah penting meskipun tantangan dalam respons yang beragam perlu diatasi dengan metode yang lebih inovatif dan personal.

Lalu dalam Pengenalan Kondisi Fisik Kurus Namun Kurang Pemahaman Istilah, Sebagian besar ibu balita mampu mengenali kondisi fisik anak yang tampak kurus, namun tidak secara langsung memahami atau menggunakan istilah "gizi kurang". Mereka lebih sering menyampaikan keluhan deskriptif seperti "anak saya kurus". Identifikasi formal status gizi baru diketahui setelah penimbangan dan pengukuran antropometri di posyandu.

Hal ini sejalan dengan penelitian oleh (Andriyani & Ersila, 2024) yang menemukan bahwa kesadaran visual ibu terhadap perubahan fisik anak seringkali menjadi indikator awal adanya masalah gizi. Namun, kurangnya pemahaman terminologi medis dapat menghambat tindakan pencegahan dan penanganan dini yang tepat. Pentingnya peran tenaga kesehatan dalam menerjemahkan hasil pengukuran antropometri ke dalam bahasa yang mudah dipahami ibu ditekankan oleh (Agustin et al., 2023), yang menunjukkan bahwa komunikasi yang efektif antara petugas kesehatan dan ibu berkorelasi positif dengan pemahaman gizi ibu.

Dalam Edukasi Personal Pasca Identifikasi dan Pengaruh Pola Asuh, Edukasi gizi diberikan secara personal setelah anak teridentifikasi mengalami gizi kurang, dengan pendekatan yang disesuaikan dengan latar belakang pendidikan ibu. Program PMT berbasis makanan lokal menjadi sarana edukasi. Rendahnya pemahaman tentang pola asuh dan pemenuhan gizi yang tidak sesuai usia atau kurang bergizi diidentifikasi sebagai salah satu penyebab utama gizi kurang.

Penelitian ini sejalan dengan studi oleh (Aini, 2023) yang menyoroti efektivitas intervensi gizi yang dipersonalisasi, terutama bagi ibu dengan tingkat pendidikan yang beragam. Pemanfaatan makanan lokal dalam program PMT, seperti yang diterapkan di Puskesmas Mamasa, juga didukung oleh penelitian oleh (Putria et al., 2023) yang menunjukkan peningkatan keberhasilan intervensi gizi ketika melibatkan sumber daya lokal dan disesuaikan dengan budaya setempat. Lebih lanjut, penelitian oleh (Irianti et al., 2023) menggarisbawahi peran penting pola asuh dan praktik pemberian makan yang tepat dalam mencegah gizi kurang pada balita. Kurangnya pengetahuan ibu tentang praktik ini menjadi target penting dalam upaya edukasi.

Dalam hal Variasi Kesadaran Pentingnya Pemantauan Pertumbuhan di Posyandu, Kesadaran ibu terhadap pentingnya penimbangan dan pengukuran rutin balita di posyandu bervariasi. Sebagian ibu memahami manfaatnya, sementara sebagian lainnya belum sepenuhnya menyadari tujuannya. Meskipun demikian, partisipasi di posyandu tetap tinggi karena kegiatan rutin dan dukungan tenaga kesehatan.

Pengetahuan yang Belum Merata tentang Jenis Makanan Bergizi, Pengetahuan ibu tentang jenis makanan yang mengandung zat gizi penting bagi pertumbuhan anak (protein, zat besi, vitamin) masih beragam dan belum merata. Sebagian ibu sudah memahami, namun sebagian lainnya belum mengetahui secara jelas atau memiliki pemahaman yang ambigu.

Pengenalan Tanda Fisik Awal Namun Pemahaman Medis Terbatas, Sebagian ibu mengenali tanda fisik gizi kurang seperti anak kurus dan lemas, namun belum sepenuhnya memahami istilah "gizi kurang" secara medis. Pengetahuan tentang pentingnya penimbangan rutin dan jenis makanan bergizi juga masih terbatas.

Lalu Identifikasi Gejala Berdasarkan Pengamatan Fisik dan Perilaku, Ibu balita dengan anak gizi kurang mengidentifikasi tanda-tanda berdasarkan pengamatan fisik (tubuh kurus, berat badan tidak naik) dan perilaku (lemas, kurang aktif, sering sakit). Beberapa juga menyebutkan gejala lain seperti kulit kering, sulit tidur, dan rewel.

Dan saat Identifikasi Faktor Penyebab Gizi Kurang, Ibu mengidentifikasi berbagai faktor penyebab gizi kurang, termasuk keterbatasan ekonomi, kurangnya pengetahuan gizi, pola makan tidak seimbang, anak susah makan atau sakit, minimnya variasi makanan, dan kurangnya konsumsi protein, vitamin, serta sayuran.

Di sisi lain, akses terhadap informasi menunjukkan adanya ketimpangan dalam tingkat pemahaman. Mayoritas ibu menyatakan bahwa mereka pernah memperoleh informasi terkait gizi dari berbagai sumber, seperti posyandu, puskesmas, bidan desa, dokter anak, serta media massa. Meskipun demikian, tingkat pemahaman terhadap informasi yang diterima tidak merata. Beberapa ibu mengaku mengalami kesulitan dalam memahami materi yang disampaikan, bahkan cenderung pasif atau enggan untuk mengajukan pertanyaan lebih lanjut guna memperjelas informasi tersebut.

Tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi kurang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Mamasa menunjukkan adanya variasi yang cukup mencolok. Meskipun sebagian besar ibu telah memiliki kesadaran awal terkait tanda-tanda fisik dari kekurangan gizi dan telah memperoleh informasi dari berbagai sumber, pemahaman yang lebih komprehensif mengenai terminologi medis, jenis-jenis zat gizi esensial, serta praktik pemberian makan yang sesuai masih tergolong rendah. Beragam faktor seperti tingkat pendidikan, kondisi sosial ekonomi, dan pola pengasuhan terbukti berkontribusi secara signifikan dalam membentuk pengetahuan dan perilaku gizi ibu terhadap anak balitanya.

Selaras dengan temuan penelitian terkini, upaya peningkatan edukasi gizi perlu dilakukan melalui pendekatan yang lebih kontekstual dan personal, dengan mempertimbangkan tingkat literasi kesehatan ibu serta potensi sumber daya lokal yang tersedia. Penguatan komunikasi antara tenaga kesehatan dan ibu balita menjadi aspek kunci, demikian pula dengan optimalisasi peran kader posyandu sebagai ujung tombak penyuluhan di masyarakat. Program intervensi gizi seperti Pemberian Makanan Tambahan (PMT) sebaiknya disinergikan dengan kegiatan edukasi yang bersifat komprehensif dan mudah dipahami oleh sasaran. Diperlukan studi lanjutan guna menilai efektivitas berbagai pendekatan edukasi gizi dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik ibu, khususnya dalam upaya pencegahan dan penanganan masalah gizi kurang di wilayah Mamasa.

3.2. Pengetahuan (Memahami)

Tingkat memahami (*comprehension*) dalam konteks pengetahuan ibu tentang kekurangan gizi pada balita mengacu pada kemampuan untuk menginterpretasikan serta menjelaskan informasi yang telah diperoleh sebelumnya mengenai gizi anak. Pada tahap ini, ibu tidak hanya sekadar mengingat fakta-fakta dasar, melainkan juga mampu menguraikan makna dari konsep-konsep gizi, memahami prinsip-prinsip yang mendasarinya, serta menjelaskan keterkaitan antar elemen seperti jenis zat gizi, fungsinya bagi tubuh, gejala kekurangan gizi, dan cara penerapannya dalam praktik pemberian makan sehari-hari guna mencukupi kebutuhan gizi balita secara optimal.

Pemahaman dalam konteks ini menunjukkan bahwa seorang ibu memiliki kemampuan untuk mengolah dan menginternalisasi informasi tentang gizi, sehingga tercermin dalam sikap dan perilaku yang mendukung praktik pemberian makanan bergizi seimbang kepada balita. Kemampuan ini berkontribusi langsung terhadap perbaikan status gizi serta pertumbuhan anak. Ketika pengetahuan dipahami secara mendalam, hal tersebut akan mendorong terbentuknya perilaku positif, baik dalam pemilihan makanan bergizi maupun dalam pola asuh yang sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang anak.

Data wawancara dari wilayah kerja Puskesmas Mamasa memberikan wawasan berharga mengenai tingkat pemahaman ibu balita terkait isu gizi kurang. Analisis menunjukkan bahwa meskipun kesadaran akan pentingnya nutrisi bagi anak sudah ada, kedalaman pemahaman mengenai penyebab, dampak jangka panjang, pencegahan, dan jenis makanan yang tepat masih bervariasi dan memerlukan perhatian lebih lanjut.

Penelitian ini mengungkapkan adanya keterbatasan pemahaman ibu terkait etiologi gizi kurang, di mana hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih memusatkan perhatian pada rendahnya asupan makanan sebagai penyebab utama kondisi gizi kurang pada balita. Banyak ibu yang mengaitkan penyebab anak kurus dengan nafsu makan yang rendah atau kebiasaan anak yang "malas makan". Sementara itu, pemahaman mengenai kontribusi faktor lain yang tidak kalah penting seperti infeksi berulang, kondisi sanitasi lingkungan yang buruk, dan kebersihan pribadi masih sangat minim. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh (Hawazen et al., 2024) yang menemukan bahwa "kurangnya pengetahuan ibu tentang hubungan sinergis antara infeksi, lingkungan yang tidak sehat, dan status gizi anak secara signifikan meningkatkan risiko gizi kurang pada balita di wilayah dengan sanitasi rendah".

Lalu temuan selanjutnya tentang Kurangnya Kesadaran Dampak Jangka Panjang, seperti pada Wawancara dengan tenaga pelaksana gizi mengungkapkan bahwa mayoritas ibu balita, terutama di daerah perkampungan, belum memiliki pemahaman yang mendalam mengenai konsekuensi jangka panjang gizi kurang terhadap tumbuh kembang anak, seperti gangguan kognitif dan potensi penurunan prestasi akademik. Fokus pemahaman mereka cenderung

terbatas pada manifestasi fisik anak yang tampak kurus, dengan tolok ukur kesehatan yang sederhana, yaitu anak yang aktif dan tidak sering sakit. Rendahnya pengetahuan ibu mengenai dampak jangka panjang gizi kurang dapat menjadi penghalang dalam adopsi perilaku pencegahan yang berkelanjutan dan partisipasi aktif dalam program intervensi gizi. Sebaliknya, ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi menunjukkan pemahaman yang lebih baik, meskipun tidak selalu mengaitkan kurang gizi dengan implikasi perkembangan kognitif secara spesifik.

Dalam aspek tantangan praktik pemberian makan, informasi yang diperoleh dari Ketua Kader Posyandu mengindikasikan bahwa sebagian besar ibu telah memiliki kesadaran akan pentingnya frekuensi makan bagi anak. Namun demikian, tantangan utama yang dihadapi berkaitan dengan perilaku makan anak yang sulit, yang kemungkinan besar dipengaruhi oleh pola asuh yang kurang optimal seperti kebiasaan memberikan camilan sebelum waktu makan utama. Upaya ibu dalam membujuk atau bahkan memaksa anak untuk makan belum sepenuhnya disertai dengan pengetahuan dan keterampilan dalam menerapkan variasi menu maupun pendekatan pemberian makan yang responsif. Ketidaksiapan pola pemberian makan dengan usia anak, ditambah dengan pemberian makanan selingan yang tidak teratur, menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kesulitan makan pada anak serta peningkatan risiko terjadinya gizi kurang.

Dalam aspek kebersihan, ditemukan adanya perbedaan tingkat pemahaman ibu mengenai keterkaitan antara sanitasi lingkungan, kebersihan pribadi, dan status gizi anak yang dipengaruhi oleh faktor geografis. Ibu-ibu yang berdomisili di wilayah perkotaan cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik terhadap pentingnya praktik sanitasi yang layak dalam menunjang kesehatan anak. Sebaliknya, ibu yang tinggal di daerah terpencil menunjukkan tingkat kesadaran yang relatif rendah terhadap isu ini. Ketimpangan ini dapat menjadi hambatan dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat yang optimal, yang sejatinya memiliki peran penting dalam mencegah terjadinya gizi kurang pada balita. Penelitian oleh (Haroen et al., 2024) sebelumnya menekankan bahwa intervensi berbasis masyarakat yang diarahkan untuk meningkatkan pemahaman tentang pentingnya sanitasi dan kebersihan di tingkat rumah tangga berkontribusi signifikan dalam menurunkan kejadian penyakit infeksi serta memperbaiki status gizi anak, khususnya pada komunitas dengan keterbatasan sumber daya. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan literasi kebersihan dan sanitasi tidak hanya berdampak pada aspek kesehatan lingkungan, tetapi juga memiliki pengaruh langsung terhadap kualitas gizi anak. Oleh karena itu, strategi peningkatan gizi harus memperhatikan intervensi lintas sektor, termasuk edukasi sanitasi yang adaptif terhadap kondisi sosial-ekonomi dan geografis masyarakat.

Kesadaran ibu tentang pentingnya gizi bagi anak pada umumnya sudah terbentuk secara dasar, terutama dalam hal pengaruhnya terhadap pertumbuhan, daya tahan tubuh, dan aktivitas anak sehari-hari. Mayoritas ibu mengetahui bahwa

kekurangan gizi dapat menyebabkan anak menjadi lemas, mudah sakit, serta tidak aktif secara fisik. Namun, pemahaman mendalam mengenai komponen zat gizi spesifik seperti mikronutrien dan dampaknya terhadap perkembangan otak serta pertumbuhan linear masih kurang merata. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Sohorah et al., 2022) Stunting merupakan manifestasi dari kondisi kekurangan gizi kronis yang terjadi terutama selama periode emas 1.000 hari pertama kehidupan anak. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pola pemberian makan yang tidak optimal memainkan peran signifikan dalam terjadinya stunting, sebagaimana dibuktikan melalui analisis statistik dengan nilai *p-value* sebesar 0,029, yang menandakan adanya hubungan yang bermakna antara pola makan dan status gizi anak. Artinya, walaupun terdapat kesadaran umum mengenai pentingnya asupan gizi, masih terdapat tantangan besar dalam hal pemahaman teknis ibu tentang prinsip pemberian makanan bergizi seimbang yang sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang anak.

Pada penelitian selanjutnya ditemukan bahwa Pengetahuan tentang Pencegahan dan Jenis Makanan, Sebagian besar ibu mengetahui bahwa pencegahan gizi kurang dapat dilakukan dengan memberikan makanan bergizi seimbang yang mencakup karbohidrat, protein, sayuran, dan buah-buahan, serta melalui pemantauan pertumbuhan anak di posyandu. Namun, masih terdapat kebingungan dalam memilih jenis makanan yang paling penting untuk pertumbuhan anak. Mayoritas ibu dapat menyebutkan contoh sumber protein, sayuran, buah-buahan, dan karbohidrat, tetapi pemahaman mengenai keseimbangan nutrisi dan pentingnya variasi makanan masih perlu ditingkatkan. Tantangan seperti anak yang tidak menyukai sayuran juga menjadi kendala dalam implementasi.

Tingkat pengetahuan ibu yang memiliki balita di wilayah kerja Puskesmas Mamasa menunjukkan adanya kesadaran dasar mengenai pentingnya pemenuhan gizi. Namun demikian, pemahaman yang komprehensif mengenai berbagai aspek gizi masih tergolong terbatas dan memerlukan peningkatan. Variasi pemahaman antar wilayah serta perbedaan latar belakang pendidikan ibu mengindikasikan perlunya pendekatan edukatif yang kontekstual dan disesuaikan. Oleh karena itu, program edukasi gizi yang bersifat menyeluruh sangat dibutuhkan—tidak hanya menitikberatkan pada jenis makanan bergizi, tetapi juga mencakup pemahaman tentang penyebab gizi kurang, dampaknya dalam jangka panjang, prinsip pemberian makan yang sesuai, serta pentingnya sanitasi dan kebersihan lingkungan. Optimalisasi peran kader posyandu sebagai agen perubahan di tingkat komunitas serta pengembangan media edukasi yang komunikatif dan sesuai dengan kondisi lokal merupakan strategi kunci dalam menanggulangi permasalahan gizi kurang di wilayah ini

3.3. Pengetahuan (Pengaplikasian)

Tingkat aplikasi (Application) dalam konteks pemahaman ibu mengenai gizi kurang pada balita mengacu pada kemampuan ibu untuk mengaktualisasikan pengetahuan yang dimilikinya ke

dalam tindakan nyata dalam kehidupan sehari-hari. Pada tahap ini, ibu tidak hanya sekadar memahami prinsip dasar gizi, tetapi juga mampu menerapkannya secara langsung, seperti dalam memilih bahan pangan yang bergizi, menyiapkan makanan dengan cara yang sehat, serta memberikan asupan yang sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang balita. Selain itu, penerapan pola pengasuhan yang mendukung tercapainya status gizi yang optimal juga menjadi bagian penting dari kemampuan aplikatif ini

Implementasi pengetahuan ini memiliki peranan penting karena secara langsung memengaruhi perubahan perilaku ibu dalam mencukupi kebutuhan gizi anak. Hal ini berdampak positif terhadap status gizi balita serta berkontribusi dalam upaya pencegahan gizi kurang. Ibu yang mampu mengaplikasikan pemahamannya dengan baik umumnya lebih konsisten dalam memberikan makanan bergizi seimbang dan menerapkan pola perawatan yang sesuai, sehingga mendukung pertumbuhan dan perkembangan balita secara optimal.

Data wawancara di wilayah kerja Puskesmas Mamasa menyoroti adanya kesenjangan antara pengetahuan gizi yang dimiliki ibu balita dan kemampuan mereka untuk mengaplikasikannya dalam praktik sehari-hari. Meskipun sebagian ibu menunjukkan upaya positif dalam menerapkan saran gizi, berbagai faktor seperti keterbatasan ekonomi, kurangnya motivasi, dan tantangan perilaku makan anak menjadi penghalang signifikan.

Adanya temuan variasi Penerapan Edukasi Gizi dan Kendala Sosio-Ekonomi, dimana Tenaga pelaksana gizi melaporkan bahwa penerapan edukasi gizi oleh ibu balita sangat bervariasi. Beberapa ibu mampu mengimplementasikan saran seperti pemberian MP-ASI (Makanan Pendamping ASI) berbahan dasar ikan atau telur, yang menunjukkan adanya pemahaman dan kemauan untuk bertindak. Namun, sebagian ibu lainnya menghadapi kendala serius akibat keterbatasan ekonomi, bahkan untuk memenuhi kebutuhan dasar seperti beras. Situasi ini diperkuat oleh temuan wawancara dengan informan biasa, di mana sebagian besar ibu menyebutkan bahwa makanan harian anak mereka terbatas pada nasi dan lauk sederhana, dengan variasi yang minim karena alasan finansial. Penelitian oleh (Sundunglangiq & Sulle, 2020) Status sosial ekonomi keluarga terbukti menjadi faktor yang berpengaruh signifikan terhadap kualitas pola makan anak usia dini. Keluarga dengan tingkat pendapatan rendah kerap menghadapi keterbatasan dalam memperoleh makanan bergizi dan beragam, yang pada akhirnya berdampak kurang baik terhadap status gizi anak. Untuk menanggulangi permasalahan ini, petugas gizi berupaya memberikan solusi yang aplikatif, seperti menganjurkan pemanfaatan sumber pangan lokal—misalnya ikan dan ayam—serta memfasilitasi akses bibit sayuran secara gratis. Selain itu, mereka juga aktif menyuatkan permasalahan ini kepada pihak pemerintah sebagai bentuk advokasi.

Respons Ibu Terhadap Diagnosis Gizi Kurang dan Keterlibatan dalam Program, dimana Setelah diagnosis gizi kurang pada anak, respons ibu juga bervariasi. Sebagian menunjukkan respons positif dan

aktif mengikuti edukasi gizi di posyandu, yang mengindikasikan adanya kesadaran dan keinginan untuk memperbaiki kondisi anak. Namun, ada pula ibu yang bersikap kurang peduli. Meskipun demikian, Puskesmas tetap berkomitmen untuk memberikan pendampingan berkelanjutan. Temuan ini selaras dengan Studi oleh (Pratama et al., 2024) menyoroti pentingnya pendekatan yang sensitif dan berkelanjutan dalam memberikan edukasi dan dukungan kepada ibu dengan anak gizi kurang. Aspek psikologis dan sosial perlu dipertimbangkan untuk meningkatkan keterlibatan mereka dalam program intervensi gizi.

Lalu Partisipasi dalam Kegiatan Posyandu dan Motivasi, Ketua kader menyampaikan bahwa partisipasi ibu dalam kegiatan posyandu bersifat fluktuatif. Kehadiran cenderung tinggi saat momen-momen tertentu seperti pembagian vitamin A atau imunisasi, namun menurun pada hari biasa. Jadwal posyandu yang telah ditetapkan juga sering tidak diikuti dengan baik, yang mencerminkan potensi rendahnya kesadaran dan motivasi sebagian ibu untuk memantau tumbuh kembang anak secara rutin. Penelitian oleh (Rahmadayani, 2021) menemukan bahwa persepsi ibu mengenai manfaat dan aksesibilitas Posyandu berperan besar dalam menentukan frekuensi kunjungan mereka. Faktor-faktor seperti aksesibilitas layanan, dukungan sosial, dan persepsi ibu terhadap manfaat Posyandu secara signifikan memengaruhi tingkat partisipasi mereka dalam kegiatan pemantauan kesehatan anak.

Dan Perubahan Perilaku dan Pengaruh Keterbatasan Sumber Daya, Sebagian ibu menunjukkan perubahan perilaku positif setelah mendapatkan edukasi gizi, seperti perbaikan pola makan anak. Namun, perubahan ini tidak merata karena keterbatasan bahan makanan di rumah menjadi hambatan utama. Faktor ekonomi secara langsung memengaruhi kemampuan ibu untuk menerapkan pengetahuan gizi yang mereka miliki. Hal ini menggarisbawahi bahwa edukasi gizi saja tidak cukup jika tidak diimbangi dengan upaya peningkatan akses terhadap sumber pangan bergizi. Studi oleh (Handayani et al., 2024) menekankan bahwa intervensi gizi yang efektif perlu mempertimbangkan konteks sosial-ekonomi keluarga dan masyarakat. Upaya mengatasi hambatan struktural yang membatasi akses terhadap makanan bergizi sangat penting untuk keberhasilan intervensi gizi.

Dalam penelitian selanjutnya ditemukan Pengetahuan tentang Kecukupan Gizi dan Upaya Sadar, dimana Sebagian ibu mengaku belum memiliki pengetahuan yang cukup untuk memastikan kecukupan gizi anak dan hanya memberikan makanan seadanya. Namun, ada juga ibu yang menunjukkan upaya sadar dengan memberikan makanan beragam dan berkonsultasi dengan tenaga kesehatan. Meskipun kesadaran gizi mulai tumbuh, keterbatasan pengetahuan dan kondisi ekonomi tetap menjadi tantangan utama dalam penerapan gizi seimbang secara konsisten.

Adapun tantangan Tantangan Ganda yaitu Ekonomi dan Perilaku Makan Anak dimana Mayoritas ibu mengakui kesulitan dalam memberikan makanan bergizi karena keterbatasan ekonomi dan masalah

anak yang pilih-pilih makanan. Kombinasi kedua faktor ini menjadi hambatan signifikan dalam pemenuhan gizi seimbang pada balita. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi gizi perlu bersifat multidimensional, mengatasi baik aspek ketersediaan dan akses pangan maupun aspek perilaku makan anak.

Sedangkan Respons terhadap Diagnosis Gizi Kurang dan Upaya Awal berbanting sedikit dimana, Sebagian besar ibu menyatakan akan membawa anak ke posyandu atau puskesmas jika terdiagnosis gizi kurang, menunjukkan kepercayaan terhadap sistem kesehatan formal. Mereka juga akan berusaha memperbaiki pola makan anak. Namun, adanya rasa sungkan atau takut disalahkan pada sebagian ibu dapat menjadi penghalang untuk mencari bantuan secara dini.

Implementasi pengetahuan gizi oleh para ibu balita di wilayah kerja Puskesmas Mamasa dipengaruhi oleh sejumlah faktor, terutama keterbatasan ekonomi dan tantangan dalam kebiasaan makan anak. Walaupun edukasi gizi memegang peranan penting, keberhasilannya sangat bergantung pada kondisi sosial ekonomi keluarga dan kemudahan akses terhadap makanan bergizi. Oleh sebab itu, intervensi gizi sebaiknya dirancang secara menyeluruh, mencakup peningkatan akses pangan, penyuluhan yang konsisten dan relevan dengan situasi masyarakat setempat, serta strategi yang efektif untuk mengatasi kendala perilaku makan pada anak. Di samping itu, peningkatan keikutsertaan ibu dalam kegiatan posyandu juga perlu diperhatikan dengan melihat faktor-faktor yang mempengaruhi partisipasi mereka.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Mamasa, dapat disimpulkan bahwa gambaran pengetahuan ibu tentang gizi kurang pada balita masih tergolong beragam dan belum merata secara optimal pada tiga indikator utama, yaitu secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi kurang pada balita berada pada tingkat sedang, namun belum diiringi dengan pemahaman yang mendalam dan kemampuan untuk mengaplikasikannya secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, dibutuhkan pendekatan edukatif yang lebih intensif, berkelanjutan, dan disesuaikan dengan kondisi sosial ekonomi masyarakat agar pengetahuan yang dimiliki ibu dapat ditingkatkan dan benar-benar diterapkan dalam upaya pencegahan gizi kurang pada balita.

5. SARAN

Pemerintah daerah dan tenaga kesehatan perlu memperkuat edukasi gizi berbasis komunitas dengan memanfaatkan kader posyandu sebagai agen perubahan. Program PMT sebaiknya dikombinasikan dengan pelatihan praktis bagi ibu tentang pengolahan makanan lokal bergizi. Selain itu, perlu kolaborasi lintas sektor (kesehatan, pendidikan, dan pertanian) untuk memperluas akses pangan bergizi bagi keluarga berpenghasilan rendah..

6. DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, L. R., Simanjuntak, B. Y., & Wahyudi, A. (2023). Edukasi gizi menggunakan media cakram dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang kunjungan ke posyandu. *Jurnal Sago Gizi dan Kesehatan*.
- Aini. (2023). Peningkatan pengetahuan ibu melalui edukasi mengenai nutrisi pada anak balita. *Jurnal Bhakti Civitas Akademika*, 6, 8–11.
- Andriyani, L. T., & Ersila, W. (2024). Pengetahuan ibu tentang gizi balita dengan status gizi balita di Puskesmas Karangdadap Pekalongan. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 19(2), 195–199.
- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum (Humanika)*, 1271, 33–54.
- Handayani, L., Petralina, B., Maryuni, E., Esterilita, M., & Istianah, I. (2024). *Asuhan gizi untuk bayi, balita, dan anak prasekolah: Panduan gizi optimal mengurangi stunting*. Penerbit Andi.
- Haroen, H., Sari, C. W. M., & Rosidin, U. (2024). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu balita tentang pencegahan stunting. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7, 1042–1046.
- Hatta, H., Kusumawati, E., Novitriani, K., & Fatmawati. (2023). *Dasar-dasar ilmu gizi*. Widina Media Utama.
- Hawazen, N., Nurhamidi, & Anwar, R. (2024). Hubungan pengetahuan ibu, pola asuh, dan sanitasi lingkungan dengan kejadian wasting pada balita. *Jurnal Riset Pangan dan Gizi (JR-PANZI)*, 6(1), 48–56.
- Indrayani, L. C., Rusmiadi, & Kartikasari, A. (2020). Hubungan antara pengetahuan dan sikap ibu dengan status gizi pada balita di wilayah UPTD Puskesmas Cidahu Kecamatan Cidahu Kabupaten Kuningan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada*, 224–234.
- Irianti, S., Nazila, R., & Sakinah, I. (2023). Hubungan antara pengetahuan ibu tentang pola pemberian makan dengan status gizi balita usia 12–59 bulan di UPT Puskesmas Panimbang Kabupaten Pandeglang tahun 2022. *Usada Nusantara: Jurnal Kesehatan Tradisional*, 1(1), 46–57.
- Nurida, L., & Maritasari, D. Y. (2022). Faktor risiko kejadian gizi kurang pada anak balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 3(2), 100–109.
- Pratama, R., Daulay, Z. Z., Tanjung, L. F. R., Aulia, S. N., Ramadhani, S., & Mayasari, U. (2024). Upaya peningkatan kesadaran masyarakat dalam penurunan stunting melalui sosialisasi menu makanan bergizi seimbang. *Jurnal Ilmu Pengetahuan dan Pengembangan Masyarakat Islam*, 18(2), 130–145.
- Puspita, S. D., Dwi, W., Fitriana, N., Fitriyah, D., Ayu, D. P., & Ratri, P. R. (2023). Optimalisasi edukasi gizi balita melalui kegiatan kelompok diskusi kepada ibu balita di Desa Wonojati Kecamatan Jenggawah Kabupaten Jember. *PEKAT: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 21–26.
- Putria, D. P., Luthfiah, N. H., Agrisdian, Z., Shobirin, G. A., & Kusyanie, A. (2023). Pemberian edukasi dan pembagian PMT (pemberian makanan tambahan) untuk meningkatkan berat badan balita usia 6–59 bulan di Posyandu Kamboja. *Journal of Health Innovation and Community Service (J-HICS)*, 2(2), 89–94.
- Sohorah, S., Liliandrini, A., & Diyani, F. (2022). Hubungan pola pemberian makan dengan kejadian stunting pada umur 2–5 tahun di wilayah kerja Puskesmas Anreapi. *Journal Pegguruang: Conference Series*, 4(1), 262–268.
- Suriani, N., Moleong, M., & Kawuwung, M. (2021). Hubungan antara pengetahuan ibu dengan kejadian gizi kurang pada balita di Desa Rambusaratu Kecamatan Mamasa. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 2(3), 45–52.*