

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN GIZI IBU DENGAN
TINGKAT KECUKUPAN ENERGI DAN PROTEIN PADA BALITA
DI KELURAHAN WIRUN KECAMATAN MOJOLABAN
KABUPATEN SUKOHARJO**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Pendidikan Diploma III Gizi**



Diajukan Oleh:

**EKA STRIA PRADIBTA
J 300 060 033**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA GIZI DIII
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2009

BABI

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Balita adalah anak yang berusia antara 1 – 5 tahun. Pada kelompok usia ini pertumbuhan anak tidak sepesat masa bayi, tetapi aktivitasnya lebih banyak. Kelompok ini rawan terhadap penyakit infeksi dan kurang gizi, oleh sebab itu masukan gizi hendaknya benar-benar diperhatikan (Budiman, 2008). Anak balita juga merupakan kelompok umur yang rawan gizi dan penyakit. Beberapa kondisi yang menyebabkan anak balita ini rawan gizi dan kesehatan antara lain sebagai berikut: Anak balita berada dalam masa transisi dari makanan bayi ke makanan dewasa, biasanya anak balita ini sudah mempunyai adik lagi/ibunya sudah bekerja penuh sehingga kurang perhatian dari ibu, anak balita sudah main di tanah dan mulai di luar rumah sehingga mudah terpapar dengan lingkungan yang kotor dan memungkinkan untuk terinfeksi berbagai penyakit, anak balita belum dapat mengurus dirinya sendiri, termasuk dalam memilih makanan (Budiman, 2008).

Kecukupan gizi adalah rata-rata asupan gizi harian yang cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi bagi hampir semua (97,5%) orang sehat dalam kelompok umur, jenis kelamin dan fisiologis tertentu. Nilai asupan harian zat gizi yang diperkirakan dapat memenuhi kebutuhan gizi mencakup 50% orang sehat dalam kelompok umur, jenis kelamin dan fisiologis tertentu disebut dengan kebutuhan gizi. Standart kecukupan gizi di Indonesia masih menggunakan makro,yaitu kecukupan kalori (energi) dan kecukupan protein. Di Indonesia belum diterapkan standart kecukupan gizi secara mikro, seperti kecukupan vitamin dan mineral (Azhali, 2009).

Beberapa faktor yang menyebabkan banyaknya masalah yang timbul mengenai gizi buruk pada balita adalah faktor ekonomi, lingkungan dan ketidaktahuan orang tua. Keterbatasan ekonomi sering dijadikan alasan untuk tidak memenuhi kebutuhan gizi pada anak, sedangkan apabila kita cermati, pemenuhan gizi pada anak tidaklah mahal, terlebih lagi apabila dibandingkan

dengan harga obat yang harus dibeli ketika berobat di rumah sakit. Lingkungan yang kurang baik juga dapat mempengaruhi gizi pada anak. Sebagai contohnya, seringnya anak jajan sembarangan di tepi jalan (Apriadji, 1996).

Faktor yang paling terlihat adalah dalam lingkungan masyarakat, yaitu kurangnya pengetahuan ibu mengenai gizi yang harus dipenuhi anak pada masa pertumbuhan. Pengetahuan dapat diperoleh melalui pengalaman diri sendiri maupun orang lain. Status gizi yang baik adalah penting bagi kesehatan setiap orang, termasuk ibu hamil, ibu menyusui dan anaknya. Setiap orang akan memiliki gizi yang cukup jika makanan yang kita makan mampu menyediakan zat gizi yang diperlukan tubuh. Pengetahuan gizi memegang peranan yang sangat penting di dalam penggunaan dan pemberian bahan makanan yang baik sehingga dapat mencapai keadaan gizi yang seimbang (Suhardjo, 1996). Tingkat pengetahuan seseorang berhubungan dengan latar pendidikannya. Tingkat pendidikan turut pula menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap pengetahuan gizi yang diperoleh (Apriadji, 1996).

Peranan ibu dalam melindungi keadaan gizi anak adalah dengan meningkatkan pengetahuannya mengenai gizi (Pengetahuan Gizi). Sesuatu hal yang meyakinkan tentang pentingnya pengetahuan gizi adalah bahwa status gizi yang cukup merupakan hal penting bagi kesehatan dan kesejahteraan serta masa depan generasi masa depan. Oleh karena itu, gangguan gizi bisa diakibatkan oleh kurangnya pengetahuan gizi dalam upaya menerapkan informasi tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan gizi ibu adalah tingkat pengetahuan tentang bahan makanan yang berhubungan dengan sumber-sumber zat gizi, pengetahuan yang kurang tentang makanan sehat akan menimbulkan anggapan bahwa makanan yang sehat adalah makanan yang mahal dan sulit didapatkan. Tingkat pengetahuan ibu banyak menentukan sikap dan keterampilan dalam menghadapi berbagai masalah gizi karena memiliki peran besar dalam keluarga ; yang mengatur pangan keluarga, mengatur menu keluarga, mengolah makanan keluarga, dan mendistribusikan makanan (Furqan, 2008).

Data balita gizi buruk di Kabupaten Sukoharjo tahun 2007 tercatat 33 balita mengalami gizi buruk, 24 balita gizi buruk sembuh, meninggal 2 balita, dan sisa kasus 7 balita.

Dari uraian di atas diketahui bahwa di Indonesia masih terdapat masalah gizi baik yang terjadi pada balita maupun anak usia sekolah. Oleh karena itu kami bermaksud mengambil data di Kelurahan Wirun Kecamatan Mojolaban untuk mengetahui tingkat kecukupan energi dan protein pada balita.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan antara pengetahuan gizi ibu dengan tingkat kecukupan energi dan protein pada balita di Kelurahan Wirun Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi ibu dengan tingkat kecukupan energi dan protein pada balita di Kelurahan Wirun Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan tingkat pengetahuan gizi ibu
- b. Mendiskripsikan asupan energi pada balita
- c. Mendiskripsikan asupan protein pada balita
- d. Menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi ibu dengan tingkat kecukupan energi pada balita.
- e. Menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi ibu dengan tingkat kecukupan protein pada balita.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi:

1. Bagi Penulis

Memberikan masukan dan penambahan pengetahuan mengenai konsumsi gizi energi dan protein.

2. Bagi Pembaca

Menambah wawasan dan pengetahuan gizi ibu khususnya pada tingkat kecukupan gizi energi dan protein pada balita.

3. Bagi Institusi Terkait

Penelitian ini akan menjadi masukan bagi pengelola program gizi mengenai tingkat kecukupan gizi energi dan protein pada balita.