

# PENTINGNYA PENGETAHUAN IBU UNTUK MEMENUHI NUTRISI, GIZI ANAK USIA DINI

Dwi Martatik Wahyuningsih<sup>1)</sup>

Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Semarang

email : [Dwimarta983@gmail.com](mailto:Dwimarta983@gmail.com)

## Abstrak

*Anak Usia Dini merupakan anak kelompok umur yang sangat rentan untuk kebutuhan nutrisi dan gizinya. Tingkat pengetahuan gizi dari seorang ibu akan membentuk sikap terhadap status gizi anak. Pengetahuan dan sikap yang baik diharapkan anak mendapat asupan gizi yang baik agar pertumbuhan anak sesuai dengan usia pertumbuhan dan perkembangan. pengetahuan dan sikap ibu akan memandang untuk menyediakan atau menyiapkan makanan sehari-hari dalam jumlah yang mencukupi kebutuhan nutrisi dan gizi anak. tetapi masih banyak dijumpai pengetahuan ibu yang kurang memperhatikan tentang pentingnya nutrisi dan gizi pada anak usia dini. tujuan dari artikel ini adalah untuk mendeskripsikan tentang pentingnya pengetahuan ibu untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan gizi pada anak khususnya anak usia dini. bagaimana anak tumbuh kembang secara optimal dengan pemberian nutrisi dan gizi secara benar. metode yang digunakan adalah metode deskriptif. hasil analisis menunjukkan masih banyak orang tua khususnya ibu yang kurang memperhatikan pentingnya pengetahuan ibu dalam memberikan gizi terhadap anaknya.*

**Kata kunci:** pengetahuan ibu, nutrisi gizi, anak usia dini

## Abstract

Early Childhood is an age group child who is very vulnerable to nutritional needs and nutrition. The level of nutrition knowledge from a mother will shape the attitude towards the nutritional status of children. Knowledge and good attitude are expected by children to get good nutrition so that the child's growth is in accordance with the age of growth and development. knowledge and attitudes of mothers will look to provide or prepare daily food in sufficient quantities for children's nutritional and nutritional needs. But there are still many knowledge of mothers who are less concerned about the importance of nutrition and nutrition in early childhood. The purpose of this article is to describe about the importance of mother's knowledge to meet the nutritional and nutritional needs of children especially early childhood. how children grow and develop optimally by providing nutrition and nutrition correctly. the method used is descriptive method. the results of the analysis show there are still many parents, especially mothers who pay less attention to the importance mother's knowledge in providing nutrition to her child.

**Keywords:** maternal knowledge, nutrition, early childhood nutrition

## PENDAHULUAN

Masalah kurang gizi dalam suatu kelompok masyarakat tertentu

merupakan masalah yang cukup pelik dan tidak mudah penanganannya. Masalah utama dalam tatanan kependudukan dunia salah satunya adalah kurang gizi. Pada umumnya penyakit kekurangan gizi merupakan masalah kesehatan masyarakat yang menyangkut multidisiplin dan selalu harus dikontrol terutama masyarakat yang tinggal di negara-negara berkembang. Karena menyangkut masyarakat banyak, kekurangan gizi yang terjadi pada sekelompok masyarakat tertentu menjadi masalah utama di dunia. Karena masih banyaknya pengetahuan ibu yang kurang memperhatikan nutrisi dan gizi pada anaknya.”tercapainya keadaan gizi dan kesehatan yang baik serta seimbang “ maka peran orang tua sangatlah penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan gizi terhadap anaknya. Hampir didunia ini masih banyak terlihat anak yang sangat kekurangan gizi.bisa dilihat hampir kebanyakan anak-anak menderita gizi buruk. Maka dengan adanya hal tersebut kita sebagai orang tua khususnya bagi ibu, harus terus meningkatkan pengetahuan kita terhadap nutrisi dan gizi yang perlu diberikan kepada anak-anak khususnya pada anak usia dindini. Di provinsi Jawa Tengah pada tahun 2015 kasus balita penderita gizi buruk adalah 992 kasus (Dinkesjateng, 2015), sedangkan di Kabupaten Sukoharjo pada tahun 2014 terdapat 10 anak yang menderita gizi buruk dari seluruh wilayah kerja puskesmas di Sukoharjo (Dinkes, 2015).Dari angka kejadian diatas menunjukkan bahwa masalah kurang gizi merupakan masalah yang cukup penting. Hal ini terjadi karena beberapa faktor diantaranya adalah kondisi sosial ekonomi yang kurang, pengetahuan keluarga tentang makanan bergizi yang masih kurang. Sehingga perlu adanya peningkatan tentang pengetahuan

tentang nutrisi dan gizi. untuk meningkatkan pengetahuan tersebut perlu diberikan asuhan keperawatan kepada keluarga yang membutuhkan tentang adanya nilai gizi terhadap anak yang mempunyai kekurangan gizi.

Usia dini merupakan usia yang rawan, karena pertumbuhan masa ini sangat menentukan perkembangan fisik dan mental selanjutnya. Asupan makanan yang bergizi sangat penting bagi pertumbuhan sel otak dan fisiknya. Pada periode emas ini, pertumbuhan sel otak berkembang hingga usia 3-4 tahun. Pada masa anak usia dini, orang tua harus benar-benar memperhatikan agar tumbuh kembang anak bisa maksimal. Oleh karena itu, pemenuhan gizi merupakan keharusan sangat berpengaruh pada masanya, terutama 5 tahun pertama (Mahayu, 2016). Pada usia anak usia dini yang sedang mengalami proses perkembangan dengan pesat, memerlukan asupan zat makanan relatif lebih banyak dan kualitas yang lebih baik dan bergizi (Sutomo, 2010).

Dampak masalah gizi pada anak usia dini tidak saja berakibat terganggunya pertumbuhan dan perkembangan anak seperti meningkatnya kematian, kecerdasan yang rendah, keterbelakangan mental, ketidakmampuan berprestasi, produktifitas yang rendah dimana mengakibatkan rendahnya kualitas sumber daya manusia (Depkes, 2009). Dalam tumbuh kembang anak, peran ibu sangat dominan untuk mengasuh dan mendidik anak agar tumbuh dan berkembang menjadi anak yang berkualitas. Pola asuh makan pada prasekolah berkaitan dengan kebiasaan makan yang telah ditanamkan sejak awal pertumbuhan manusia.Terkait data-data dan dampak tersebut penulis tertarik untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan keluarga terutama ibu

terhadap masalah kurang gizi dalam lingkup asuhan keperawatan. Dengan upaya tersebut sebagai tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan status gizi pada anak demi terciptanya perbaikan status kesehatan anak di Indonesia. Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan upaya peningkatan pengetahuan ibu tentang nutrisi gizi anak usia dini.

pada ibu dengan anak status gizi kurang. Tujuan khusus dari penelitian ini adalah mendeskripsikan pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi dan evaluasi tentang upaya peningkatan pengetahuan ibu tentang nutrisi gizi pada anak usia dini

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan artikel ini adalah menggunakan metode deskriptif.

Yaitu penulis menyajikan gambaran mengenai pentingnya pengetahuan ibu untuk memenuhi nutrisi anak usia dini.

Data pengetahuan ibu untuk memenuhi nutrisi anak usia dini, ketepatan data status gizi pada anak usia

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

1. Banyak responden yang memiliki pengetahuan yang kurang tentang status gizi
2. Banyak responden yang memiliki sikap positif tentang status gizi
3. Status gizi pada anak usia pra sekolah banyak yang memiliki status normal
4. Tidak ada hubungan tingkat pengetahuan tentang gizi dengan

dini dengan pengukuran BB/U. Data sekunder yang dikumpulkan adalah data monografi Kelurahan dan data dari Puskesmas yang dilakukan sebulan sekali melalui DDTK. penulis akan mengenali informasi yang dibutuhkan. Tujuan metode deskriptif adalah menyajikan informasi dasar, menjelaskan seperangkat tahapan atau proses.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menunjukkan masih sangat rendah pengetahuan ibu dalam memperhatikan dan memberi nutrisi dan gizi pada anak khususnya pada anak usia dini. Hasil penelitian ini diharapkan untuk memberikan masukan kepada semua orang tua khususnya ibu untuk lebih memperhatikan bagaimana pentingnya untuk memberikan nutrisi dan gizi pada anak usia dini. Dan Hasil penelitian ini akan menambah literatur dalam ilmu pengetahuan ibu untuk lebih memperhatikan dalam memberikan dalam memberikan nilai gizi pada anak usia dini. khususnya yang berhubungan dengan kejadian status gizi pada anak balita dan hasil penelitian dapat dijadikan referensi pada penelitian selanjutnya.

status gizi pada anak usia pra sekolah

5. Ada hubungan sikap ibu tentang gizi dengan status gizi pada anak usia pra sekolah

## **SARAN**

1. Diharapkan petugas kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan gizi masyarakat khususnya anak usia dini dengan cara penambah penyuluhan dengan cara menambah frekuensi kegiatan penyuluhan seperti pos yandu dan PKK ditempat ibu-ibu.

2. Bagi peneliti lain perlu diadakan peneliti lebih lanjut tentang faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi dengan cakupan yang lebih luas seperti budaya, penyakit-penyakit yang mempengaruhi tumbuh kembang anak, tempat tinggal dan jarak kelahiran anak sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih variatif.

### **Daftar Pustaka**

Rohudyah Febri Hantari, A., & Irdawati, S. K. (2017). *Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Nutrisi Usia Prasekolah Pada Ibu Dengan Anak Status Gizi Kurang* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

Ayudani, Terang. *Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang MP-ASI dengan Ketepatan Waktu Pemberian MP-ASI dan Status Gizi Balita Usia 6-24 Bulan di Posyandu Permata Desa Baki Pandeyan Kabupaten Sukoharjo*. Diss. Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2012.

Baculu, E. P. H. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu dan Asupan Karbohidrat dengan Status Gizi pada Anak Balita. *PROMOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 14-17.

INDONESIA, K. K. R. KARYA  
TULIS ILMIAH STUDI KASUS  
ANAK BALITA GIZI BURUK DI  
PUSKESMAS OESAPA  
KECAMATAN KELAPA LIMA  
KOTA KUPANG.