

PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI SEIMBANG PADA ANAK USIA SEKOLAH DI MI PLUS AL- ISLAM DAGANGAN

MOTHER'S KNOWLEDGE ABOUT BALANCED NUTRITION IN SCHOOL-AGE CHILDREN AT AL- ISLAM DAGANGAN PLUS PRIMARY SCHOOL

Halimah Fatayatul Husna, Jujuk Probonongsih, Padoli
Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya, Indonesia
*Korespondensi Email : halimahusna14@gmail.com

ABSTRAK

Gizi buruk dan overweight merupakan salah satu permasalahan kesehatan di beberapa negara berkembang termasuk Indonesia. Masalah tersebut tidak hanya terjadi pada balita, tetapi juga pada anak usia sekolah. Salah satu penyebab terjadinya gizi buruk dan overweight adalah tidak seimbangannya asupan nutrisi yang dikonsumsi anak. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif. Populasi dari penelitian ini adalah ibu siswa kelas 1 sampai kelas 4 di MI Plus Al-Islam Dagangan sebanyak 203 ibu, dengan besar sampel 148. Sampel diambil dengan quota sampling. Data dikumpulkan dengan kuesioner dengan jumlah 10 soal dan diolah dengan analisa presentase serta disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentasi. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah dengan kriteria kurang terdapat 10 ibu (6,8%), kriteria cukup 38 ibu (25,7%), dan kriteria baik 100 ibu (67,5%). Hasil penelitian ini menunjukkan usia dan pendidikan ibu mempengaruhi pengetahuan ibu, sementara pekerjaan tidak mempengaruhi pengetahuan ibu. Diharapkan ibu yang memiliki pengetahuan cukup dan kurang meningkatkan pengetahuan sebaliknya ibu yang sudah memiliki pengetahuan baik, melaksanakan pemenuhan kebutuhan gizi seimbang agar anak tumbuh dan berkembang dengan optimal.

Kata Kunci: Pengetahuan, Ibu, Gizi Seimbang

ABSTRACT

Malnutrition and overweight are health problems in several developing countries including Indonesia. These problems not only occur in toddlers, but also in school-age children. One of the causes of malnutrition and overweight is the unbalanced intake of nutrients consumed by children. This study aims to identify mothers' knowledge about balanced nutrition in school-age children. The research design used was descriptive. The population of this study were mothers of students in grade 1 to grade 4 at MI Plus Al-Islam Dagangan as many as 203 mothers, with a sample size of 148. Samples were taken with quota sampling. Data were collected by questionnaire with a total of 10 questions and processed by percentage analysis and presented in the form of frequency distribution and percentage. The results showed that the mother's knowledge about balanced nutrition in school-age children with poor criteria were 10 mothers (6.8%), sufficient criteria were 38 mothers (25.7%), and good criteria were 100 mothers (67.5%). The results of this study indicate that age and maternal education affect maternal knowledge, while work does not affect maternal knowledge. It is expected that mothers who have sufficient knowledge and lack of knowledge increase their knowledge, while mothers who already have good knowledge, carry out the fulfilment of balanced nutritional needs so that children grow and develop optimally.

Keywords: Knowledge, Mother, Balanced Nutrition

PENDAHULUAN

Gizi buruk dan stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan di beberapa negara berkembang termasuk Indonesia. Salah satu penyebab terjadinya gizi buruk dan

stunting adalah ketidak seimbangan asupan nutrisi yang dikonsumsi anak. Penyebab tersebut dapat terjadi karena pengetahuan ibu yang kurang tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah. Orang tua terutama ibu, memiliki peran yang

sangat besar dalam memberikan konsumsi makanan pada anak. Ibu yang tidak dapat memenuhi gizi seimbang pada anak karena pengetahuan yang kurang, dapat menyebabkan terjadinya gizi buruk pada anak seperti stunting, anemia, anak sangat kurus atau overweight, penolakan terhadap makanan, sulit makan, hanya sedikit jenis makanan yang dimakan, dan kebiasaan mengkonsumsi makanan ringan diantara waktu makan utama sehingga mengurangi nafsu makan saat waktu makan utama (Patras & Lalombo, 2018).

Masalah gizi anak sekolah di Indonesia menurut data Riskesdas 2018 adalah anak pendek/stunting mencapai 30,7%, sementara yang gemuk 8%, dan anemia sebesar 26%. Selanjutnya, menurut Hasil Pemantauan Gizi tahun 2017 di Jawa Timur, presentase anak sekolah dan remaja umur 5-12 tahun dengan kategori sangat pendek berdasarkan Indeks TB/U adalah 3,5% dan kategori pendek sebesar 17,1%, sedangkan presentase sangat kurus 1,9% dan kurus 6,0%. Berkaitan dengan konsumsi gizi yang tidak seimbang pada anak usia sekolah, data dari Riskesdas tahun 2018 menunjukkan asupan makanan asin yang dikonsumsi pada anak terdapat 33% sementara yang mengonsumsi makanan tinggi lemak sebanyak 40%, anak yang mengonsumsi mie instan lebih dari satu kali perhari mencapai 10% dan 17% dari anak-anak tidak mengonsumsi buah dan sayur setiap hari. Data tersebut menunjukkan kurangnya pengetahuan ibu terhadap gizi yang dikonsumsi anak.

Banyak faktor yang menyebabkan timbulnya permasalahan gizi pada anak sekolah, seperti kurangnya aktifitas fisik, banyaknya mengkonsumsi makan-makanan berlemak, berjamurnya makanan cepat saji, dan frozen food/instant food yang digemari oleh anak-anak sekolah (Sofanita et al., 2018). Salah satu faktor yang menyebabkan anak kekurangan gizi adalah pengetahuan ibu yang kurang tentang gizi seimbang. Pengetahuan ibu, akan mempengaruhi pemilihan jenis,

kuantitas dan kualitas makanan serta cara memenuhi persediaan makanan untuk dikonsumsi. Hal ini juga akan mempengaruhi ibu terkait kepercayaan, budaya, dan pantangan dalam menyajikan makanan di tengah keluarganya (Rahadiyanti et al., 2022). Adapun faktor yang mempengaruhi gizi lebih antara lain faktor genetik, demografi, sosial ekonomi, rendahnya tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang, lokasi tempat tinggal, gaya hidup, dan gizi. Sementara faktor yang mempengaruhi gizi kurang adalah sosial ekonomi, lokasi tempat tinggal, hygiene sanitasi dan tingkat pengetahuan ibu yang rendah tentang gizi seimbang (Novianti & Utami, 2021).

Upaya perbaikan gizi dilakukan melalui kebijakan yang tertuang dalam UU No 36 Tahun 2009 dengan merumuskan peraturan dan kebijakan daerah, menggerakkan kelompok masyarakat, meningkatkan anggaran untuk fasilitas dan pelayanan. Di Kabupaten Madiun, upaya dalam menanggulangi masalah gizi dilakukan dengan pendekatan *continuum of care* menurut siklus hidup sejak dari kehamilan, persalinan, ibu nifas, bayi balita, kanak-kanak, remaja, dewasa, dan lansia. (Dinkes Kabupaten Madiun, 2020). Sementara upaya yang dapat dilakukan di lingkungan sekolah adalah dengan melakukan sosialisasi atau penyuluhan kepada ibu secara intensif, seperti memberikan arahan dalam melakukan pola hidup sehat bagi anak. Memberikan saran kepada ibu untuk mencari informasi terkini tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah melalui media sosial, brosur, atau poster yang sudah disediakan oleh pemerintah atau dinas kesehatan.

Tujuan umum dari penelitian ini adalah Mengetahui pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah di MI Plus Al- Islam Dagangan. Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan ibu berdasarkan usia, tingkat pendidikan dan pekerjaan ibu.

METODE

Pendekatan penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif yaitu jenis penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan situasi atau fenomena dalam menentukan ide baru (Irmamawarti & Nurhaedah, 2017). Penelitian ini menjelaskan mengenai pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah di MI Plus Al-Islam Dagangan Madiun. Penelitian ini mengutamakan metode *cross sectional* yaitu objek penelitian yang diukur atau dikumpulkan dalam waktu bersamaan. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki anak usia sekolah kelas 1 sampai kelas 4 MI Plus Al-Islam Dagangan Madiun Tahun Ajaran 2022-2023 yang berjumlah 203 ibu. Sampel pada penelitian ini adalah sebagian ibu dengan anak usia sekolah kelas 1 sampai kelas 4 MI Plus Al-Islam Dagangan Madiun Tahun Ajaran 2022-2023. Besar sampel 148 ibu. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Quota sampling* dimana peneliti menentukan sampel dari populasi yang

mempunyai kriteria tertentu sampai jumlah (kuota) yang diinginkan terpenuhi (Notoadmojo, 2017).

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan cara pengisian lembar kuesioner melalui link *google form* yang akan dibagikan oleh peneliti. Sampel penelitian diminta untuk memilih tanda *check list* (✓) atau pilihan yang tersedia pada kolom di *google form*. Sebelum sampel penelitian diminta untuk mengisi *informed consent* dan soal pada link *google form* yang diberikan, para sampel penelitian akan dijelaskan terlebih dahulu oleh peneliti cara pengisiannya melalui grup *Whatsapp* yang beranggotakan wali murid, wali kelas dan peneliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Ibu

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan di MI Plus Al-Islam Dagangan, berikut merupakan distribusi karakteristik ibu siswa kelas 1-4 meliputi usia, pendidikan dan pekerjaan seperti pada tabel 1 dibawah ini.

Tabel 1 : Karakteristik ibu siswa kelas 1-4 MI Plus Al-Islam Dagangan Bulan April-Mei 2023

Karakteristik	Kategori	F	%
Usia (Tahun)	21-30	26	17,5
	31-40	74	50,0
	<40	48	32,5
Jumlah		148	100
Pendidikan	SMP	15	10,2
	SMA	80	54,0
	Perguruan Tinggi	53	35,8
Jumlah		148	100
Pekerjaan	PNS	6	4,0
	Swasta	33	22,5
	Wiraswasta	17	11,4
	Lain-lain	6	4,0
	Tidak Bekerja	86	58,1
Jumlah		148	100

Hasil penelitian menunjukkan ibu siswa kelas 1-4 MI Plus Al-Islam

Dagangan sebagian besar (50,0%) berusia 31-40 tahun, memiliki pendidikan

sebagian besar (50,4%) SMA sederajat, dan sebagian besar (58,1%) ibu tidak bekerja.

2. Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Anak Usia Sekolah

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah di MI Plus Al-Islam Dagangan menggunakan teknik kuesioner dengan jumlah 148 ibu dapat diketahui seperti pada tabel 2 berikut:

Tabel 2 Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah di MI Plus Al-Islam Dagangan

Pengetahuan	F	%
Baik	100	67,5
Cukup	38	25,7
Kurang	10	6,8
Jumlah	148	100

Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah di MI Plus Al-Islam Dagangan sebagian besar (67,5%) dalam kategori baik dan sebagian kecil (6,8%) dalam kategori kurang.

Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui manusia tentang benda, sifat, keadaan, dan harapan-harapan. Pengetahuan adalah informasi atau maklumat yang diketahui atau disadari oleh seseorang. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (overt behavior). Berdasarkan pengalaman ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih bertahan dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoadmodjo, 2010).

Hal ini sejalan dengan penelitian Patras, M. D., & Lalombo, A. S. (2018) Di Kampung Palareng Kecamatan Tabukan Selatan dari 40 responden menunjukkan

hasil sebanyak (65%) berpengetahuan baik, (30%) berpengetahuan cukup, dan (5%) berpengetahuan kurang.

Ibu dapat memenuhi kebutuhan gizi seimbang anaknya sesuai dengan pengetahuan yang sudah diperoleh. Kebutuhan gizi anak seimbang dapat terpenuhi jika makanan sehari-hari terdiri atas ketiga golongan bahan makanan, seperti zat energi yang mengandung karbohidrat, zat pembangun yang mengandung protein mineral air, dan zat pengatur seperti sayur dan buah. Kebutuhan makanan memerlukan aturan sehingga anak mendapatkan asupan gizi yang pas, diantaranya melalui kegiatan sarapan ketika pagi hari pukul 07.00, pemberian selingan berupa susu pada pukul 10.00, ketika makan siang pukul 12.00, pemberian makan selingan kedua pada pukul 16.00, ketika makan malam pukul 19.00 dan minum susu sebelum tidur. Ibu dapat menyediakan menu makanan yang beragam dan bervariasi setiap harinya agar anak tidak bosan, menyediakan buah dan sayur dengan warna yang beragam agar anak lebih tertarik, dan mengajak anak dalam pembelian bahan makanan agar anak lebih mengenal serta tidak pilih-pilih dalam mengkonsumsi makanan. Pengetahuan gizi seimbang yang baik tersebut dan pelaksanaan pemenuhan kebutuhan gizi seimbang yang optimal akan menghasilkan anak yang tumbuh dan berkembang dengan baik juga, serta terhindar dari permasalahan kesehatan anak seperti stunting dan overweight. Ibu yang memiliki pengetahuan cukup dan kurang dapat meningkatkan pengetahuannya dengan mengikuti sosialisasi atau penyuluhan tentang kesehatan anak yang biasa dilakukan di puskesmas Dagangan.

3. Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Anak Usia Sekolah Berdasarkan Usia Ibu

Berdasarkan hasil penelitian di MI Plus Al-Islam Dagangan menunjukkan, pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah berdasarkan usia

ibu sebagian besar dalam kategori baik seperti pada tabel 3 berikut :

Tabel 3 Tabulasi silang pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah berdasarakan usia ibu di MI Plus Al-Islam Dagangan

Usia (Tahun)	Pengetahuan						Jumlah	
	Baik		Cukup		Kurang		F	%
	F	%	F	%	F	%		
21-30	18	69,2	6	23,0	2	7,8	26	100
31-40	54	73,0	15	20,2	5	6,8	74	100
<40	28	58,3	17	35,4	3	6,3	48	100
Jumlah	100	67,5	38	25,7	10	6,8	148	100

Pada tabel 3 hasil penelitian menunjukkan sebagian besar ibu berusia 31- 40 tahun. Pada kategori usia tersebut sebagian besar ibu (69,2%) memiliki pengetahuan baik dan sebagian kecil (6,8%) Ibu memiliki pengetahuan kurang.

Semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja dari segi kepercayaan masyarakat yang lebih dewasa akan lebih percaya dari pada orang yang belum cukup tinggi kedewasaannya, hal ini sebagai akibat dari pengalaman jiwa (Nursalam, 2011). Menurut Notoatmodjo (2010) bahwa bertambahnya umur seseorang akan menyebabkan terjadinya perubahan pada aspek psikis dan psikologis (mental). Usia merupakan salah satu faktor intrinsik, yaitu faktor yang berasal dari dalam individu yang mempengaruhi pengetahuan seseorang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Patras, M. D., & Lalombo, A. S. (2018), responden dengan usia 26-35 tahun memiliki pengetahuan yang baik yaitu sebesar (87%). Hasil penelitian ini juga selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Farhan (2014) berjudul Hubungan Pengetahuan Ibu Rumah Tangga Tentang Gizi Seimbang dengan Perilaku Pemenuhan Gizi Pada Anak Usia 6- 12 Tahun di Desa Banjarsari Kecamatan Ciawi Kabupaten Bogor menunjukkan mayoritas responden yang berpengetahuan baik berusia 30 – 35 tahun ialah sebanyak 55 responden (64 %). Pada penelitian yang dilakukan oleh

Wahyu Achmad (2021) dengan judul Pengetahuan Ibu dalam Pemberian Gizi Seimbang Pada Balita di Desa Sumbersongo Kecamatan Karas Kabupaten Magetan, menyebutkan bahwa Usia 26-35 tahun orang akan mencapai puncak kekuatan motorik dan merupakan masa penyesuaian diri terhadap kehidupan dan harapan sosial baru yang berperan sebagai orang tua. Dengan usia responden yang matang diharapkan kemampuan tentang pengetahuan pemberian gizi seimbang pada anak akan baik.

Semakin matang usia semakin baik pula pengetahuan yang diperoleh. Pada usia yang semakin matang, semakin banyak pula pengalaman dan informasi yang diperoleh sehingga mempengaruhi tingkat pengetahuannya. Pada penelitian ini dapat dilihat bahwa pada semua kategori usia, sebagian besar memiliki pengetahuan baik. Hal tersebut menunjukkan pengetahuan baik tersebut tidak hanya diperoleh berdasarkan faktor usia tetapi juga faktor lingkungan, informasi dan juga pengalaman. Pada ibu yang memiliki usia lebih muda, bisa jadi memiliki pengetahuan yang baik dikarenakan faktor informasi yang diperoleh lebih banyak daripada ibu yang memiliki usia lebih tua. Ibu muda memiliki kemampuan yang baik dalam mengoperasikan teknologi informasi sehingga dapat memenuhi pengetahuan melalui media online yang lebih memudahkan daripada media informasi cetak. Demikian juga pada ibu yang memiliki usia lebih tua,

bisa jadi memiliki pengetahuan yang baik dikarenakan faktor pengalaman yang lebih banyak daripada ibu yang lebih muda, pengalaman tersebut bisa jadi didapat dari membesarkan anak sebelumnya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan di MI Plus Al-Islam Dagangan menunjukkan, pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah berdasarkan pendidikan ibu sebagian besar dalam kategori baik seperti pada tabel 4 berikut :

4. Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Berdasarkan Pendidikan Ibu

Tabel 4 Tabulasi silang pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah berdasarkan pendidikan ibu di MI Plus Al-Islam Dagangan

Pendidikan	Pengetahuan						Jumlah	
	Baik		Cukup		Kurang		F	%
	F	%	F	%	F	%		
SMP	2	13,4	7	46,6	6	40,0	15	100
SMA	49	61,2	27	33,8	4	5,0	80	100
Perguruan Tinggi	49	92,4	4	7,6	0	0,0	53	100
Jumlah	100	67,5	38	25,7	10	6,8	148	100

Pada tabel 4 sebagian besar ibu memiliki pendidikan terakhir SMA sederajat. Pada kategori tersebut, sebagian besar (61%) memiliki pengetahuan baik., Ibu yang memiliki pendidikan terakhir SMP sederajat sebagian besar (46,6%) memiliki pengetahuan cukup. Pernyataan tersebut menunjukkan pendidikan mempengaruhi pengetahuan. Semakin tinggi tingkat pendidikan semakin baik pula pengetahuan yang diperoleh ibu.

Ibu yang berpendidikan tinggi akan mudah menyerap informasi sehingga ilmu pengetahuan yang dimiliki lebih tinggi, Sebaliknya yang berpendidikan rendah akan mengalami hambatan dalam menyerap informasi sehingga ilmu yang dimiliki juga lebih rendah yang berdampak pada kehidupannya. Menurut Notoatmodjo (2010) bahwa pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain terhadap suatu hal agar mereka dapat memahami.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Patras, M. D., & Lalombo, A. S. (2018), responden berada pada kategori pendidikan SMA yaitu 9 responden

(100%) dan PT 2 responden (100%) memiliki pengetahuan baik.

Semakin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya semakin banyak pengetahuan yang dimilikinya. Sebaliknya, jika seseorang tingkat pendidikannya rendah akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan informasi dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan. Sama halnya dengan penelitian ini, ibu yang memiliki pendidikan SMA sederajat dan Sarjana memiliki pengetahuan pada kategori baik, sedangkan ibu yang berpendidikan SMP sederajat sebagian besar memiliki pengetahuan cukup. Namun, dapat dilihat juga bahwa pada ibu dengan tingkat pendidikan SMP sebagian kecil (13,4%) memiliki pengetahuan baik, hal tersebut menunjukkan bahwa seseorang berpendidikan rendah tidak berarti mutlak berpengetahuan rendah pula, karena pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman dan informasi. Pengetahuan dapat diperoleh juga dari lingkungan sekitar seperti halnya sering mendapatkan penyuluhan kesehatan

yang mana sering dilaksanakan di daerah yang mayoritas orang berpendidikan rendah, sehingga dengan adanya hal tersebut membuat orang berpendidikan rendah memiliki pengetahuan yang lebih baik dibandingkan orang berpendidikan tinggi yang jarang mendapatkan informasi mengenai kesehatan.

5. Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Berdasarkan Pekerjaan Ibu

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan di MI Plus Al-Islam Dagangan menunjukkan, pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah berdasarkan pekerjaan ibu sebagian besar dalam kategori baik seperti pada tabel 5 berikut :

Tabel 5 Tabulasi silang pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah berdasarkan pekerjaan ibu di MI Plus Al-Islam Dagangan

Pekerjaan	Pengetahuan						Jumlah	
	Baik		Cukup		Kurang		F	%
	F	%	F	%	F	%		
PNS	5	83,3	1	16,7	0	0,0	6	100
Swasta	25	75,7	7	21,2	1	3,1	33	100
wiraswasta	15	88,4	1	5,8	1	5,8	17	100
Lain-lain	5	83,3	1	16,7	0	0,0	6	100
Tidak bekerja	50	58,1	28	32,5	8	9,4	86	100
Jumlah	100	67,5	38	25,7	10	6,8	148	100

Dapat dilihat pada tabel 5 sebagian besar ibu tidak bekerja, dan pada kategori tersebut sebagian besar (58,1%) memiliki pengetahuan baik. Ibu yang memiliki pekerjaan sebagai PNS sebagian besar (83,3%) juga memiliki pengetahuan yang baik. Pada penelitian tersebut dapat dilihat bahwa pekerjaan tidak mempengaruhi pengetahuan ibu, karena semua jenis pekerjaan dan ibu yang tidak bekerja sebagian besar memiliki pengetahuan baik.

Status pekerjaan yang rendah sering memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang bahkan orang yang tidak bekerja juga dapat memengaruhi pengetahuan karena kurangnya informasi dan pengalaman dari lingkungan kerja maupun dari luar sehingga perlu aktif mencari informasi untuk menambah pengetahuan (Zulmiyetri, 2019).

Status pekerjaan yang diperoleh oleh setiap ibu akan mempengaruhi bagaimana pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang pada anak usia sekolah.

Status pekerjaan yang baik dengan lingkungan kerja yang baik berbanding lurus sehingga semakin baik pula pengetahuan ibu tentang gizi seimbang. Dalam penelitian ini dapat dilihat bahwa semua jenis pekerjaan sebagian besar memiliki pengetahuan baik. Ibu yang tidak bekerja juga sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan dapat diperoleh dari berbagai macam faktor, tidak hanya dari faktor pekerjaan, tetapi juga dari pengalaman, lingkungan, dan social budaya. Ibu yang tidak bekerja dan memiliki pengetahuan baik, bisa jadi karena memiliki pengalaman yang lebih banyak atau sumber informasi yang akurat sehingga memiliki pengetahuan yang baik. Menurut Wahyu Achmad (2018) dalam penelitiannya yang berjudul Pengetahuan Ibu dalam Pemberian Gizi Seimbang Pada Balita di Desa Sumpersongo Kecamatan Karas Kabupaten Magetan, pengalaman memegang peranan penting dalam meningkatkan pengetahuan dalam

pemberian gizi seimbang pada balita dan dapat dilihat dari anak yang pernah diasuh. Ibu yang pernah mengasuh balita atau memiliki anak lebih dari satu akan lebih memahami pemberian gizi seimbang pada balitanya, dibandingkan yang tidak pernah mengasuh anak. Seperti pada penelitian ini, ibu yang tidak bekerja namun memiliki pengalaman dalam mengasuh anak akan memiliki pengetahuan yang baik. Ibu yang memiliki pengetahuan baik dapat menerapkan pemenuhan gizi seimbang pada anak, agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal serta terhindar dari penyakit. Ibu yang memiliki pengetahuan cukup dan kurang dapat meningkatkan pengetahuannya dengan mengikuti sosialisasi atau penyuluhan tentang kesehatan anak yang biasa dilakukan di Puskesmas Dagangan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di MI Plus Al-Islam Dagangan mengenai Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang pada Anak Usia Sekolah dapat ditarik kesimpulan sebagian besar ibu memiliki pengetahuan baik, sebagian besar Ibu yang berusia 31-40 tahun memiliki pengetahuan baik. Semakin bertambah usia ibu semakin baik pengetahuan yang diperoleh ibu. Sebagian besar Ibu yang berpendidikan SMP memiliki pengetahuan cukup. Ibu yang memiliki pendidikan lebih tinggi memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang gizi seimbang. Pengetahuan ibu pada kategori baik merata pada seluruh kategori pekerjaan ibu.

SARAN

Ibu yang memiliki pengetahuan baik diharapkan menerapkan pemenuhan kebutuhan gizi seimbang pada anaknya, sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal dan terhindar dari penyakit. Ibu yang memiliki pengetahuan cukup dan kurang diharapkan meningkatkan pengetahuan dengan mengikuti sosialisasi atau

penyuluhan tentang kesehatan anak yang dilakukan di Puskesmas Dagangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Patras, M. D., & Lalombo, A. S. (2018). Gambaran Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Seimbang Pada Anak Usia Sekolah di Kampung Palareng Kecamatan Tabukan Selatan. *Ilmiah Sesebanua*, 2, 1–7.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*. http://www.depkes.go.id/resource/s/download/infoterkini/materi_rak_orpop_20%0A18/Hasil_Riskesdas_2018.pdf
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014*. Kementerian Kesehatan RI. <http://depkes.go.id/>
- Rahadiyanti, A., Dina, S. S., Putri, S., Tampubolon, O., & Yeshe, S. (2022). *Peningkatan Pengetahuan Ibu dan Guru Terkait Gizi Seimbang Anak Usia 5-8 Tahun di Sekolah Al-Hunafa Kota Bandung*. 1(1), 8–14.
- Sofianita, N. I., Meiyetrian, E., & Arini, F. A. (2018). *Intervensi Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Anak-Anak Sekolah*. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 14(2), 54. <https://doi.org/10.24853/jkk.14.2.54-64>
- Novianti, A., & Utami, T. P. (2021). *Penilaian Status Gizi dan Pengetahuan Gizi Seimbang Anak Usia Sekolah Sebagai Bentuk Aktivasi Kegiatan UKS*. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 399–404. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v4i1.908>

- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan. Jakarta: Menteri Kesehatan
- Dinkes Kabupaten Madiun. (2020). *Profil Kesehatan Kabupaten Madiun Tahun 2020*. Madiun: Dinas Kesehatan Kabupaten Madiun.
- Irmawartini dan Nurhaedah. (2017). *Metodologi Penelitian: Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan: Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Notoatmodjo. (2017). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Wijayanti, E. T. (2018). Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Pemenuhan Gizi Pada Anak Sekolah Dasar Kelas 1-6 Di Sd Mojoroto Ii Kota Kediri. *Jurnal Asipan Makanan*, 02(02), 165–170.
- Rahmy, H. A., Prativa, N., Andrianus, R., & Shalma, M. P. (2020). Edukasi Gizi Pedoman Gizi Seimbang Dan Isi Piringku Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 06 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 3(2), 162–172. <https://doi.org/10.25077/bina.v3i2.208>
- Zulmiyetri., Nurhastuti., & Safaruddin. (2019). *Penulisan Karya Ilmiah*. Jakarta: Kencana.
- Tarigan, R.A.B., (2020). *Gambaran Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Gizi Seimbang dan Kejadian Stunting pada Balita di Desa Bengkurung Kecamatan Sibolangin*. Karya Tulis Ilmiah. Prodi DIII Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
- Ramadhan, W., Ambarwati, R., & Hasanah, N. (2021). Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian Gizi Seimbang Di Desa Sumursongo Kecamatan Karas Kabupaten Magetan. *Jurnal Keperawatan*, Volume 15.
- Farhan, (2014). Hubungan Pengetahuan Ibu Rumah Tangga tentang Gizi Seimbang dengan Perilaku Pemenuhan Gizi pada anak usia 6-12 tahun di Desa Banjarmasin Kecamatan Ciangi Kabupaten Bogor, Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatulla Jakarta.