

# Deskripsi Pengetahuan Orangtua tentang Nutrisi terhadap Status Gizi Buruk Balita di Kecamatan Kotabaru Kabupaten Karawang

Nur Awallyyah Handayani  
Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Purwakarta  
nurawallyyahhandayani@upi.edu

## Abstrak

*Masalah gizi buruk merupakan salah satu hal yang menjadi masalah global, termasuk di Indonesia. Masalah gizi berhubungan dengan aspek kesehatan, masalah sosial, ekonomi, lingkungan, sikap dan perilaku. Untuk mewujudkannya diperlukan seorang motivator dalam keluarga yang memiliki pengetahuan serta bersedia melakukan perubahan agar berperilaku gizi yang baik. Salah satu faktor yang paling banyak memicu terjadinya permasalahan gizi buruk di Indonesia adalah faktor ekonomi. Subjek yang diambil dalam penelitian ini ialah 2 keluarga dengan balita berstatus gizi buruk. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi ada tidaknya hubungan antara pengetahuan orangtua tentang nutrisi pada makanan terhadap status gizi anak balita di Kecamatan Kotabaru Kabupaten Karawang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan orangtua memiliki peran dalam menentukan status gizi anak. Kurangnya literasi pada orang tua mengenai nutrisi baik terhadap status gizi balita di Kecamatan Kotabaru Kabupaten Karawang dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya pengalaman, tingkat pendidikan, fasilitas, latar belakang ekonomi dan sosial budaya.*

**Kata Kunci:** Pengetahuan Orangtua, Nutrisi Baik, Status Gizi Balita.

## Pendahuluan

Permasalahan gizi merupakan salah satu hal yang masih menjadi masalah global, termasuk di Indonesia. Permasalahan gizi dikalangan balita pun masih menjadi sorotan utama di berbagai negara. UNICEF mengungkapkan bahwa dari hampir 700 juta anak di dunia berusia dibawah lima tahun sepertiganya mengalami kekurangan gizi (malnutrisi) dan kelebihan gizi (obesitas). Hal tersebut terjadi karena balita digolongkan pada masyarakat yang paling rentan mengalami kelainan gizi.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 ditemukan bahwa penderita stunting di Indonesia mencapai 30,81 persen. Masalah gizi di Indonesia dikenal dengan Triple Burden of Malnutrition (Tiga Beban Malnutrisi). Ketiga permasalahan malnutrisi tersebut adalah gizi lebih, gizi kurang dan kekurangan zat gizi mikro. Tingginya angka masalah penderita gizi buruk disebabkan oleh berbagai faktor. Salah satu faktor yang paling banyak memicu terjadinya permasalahan gizi buruk di Indonesia adalah faktor ekonomi. Namun tidak dapat dipungkiri bahwa kasus gizi buruk juga menimpa keluarga yang dikategorikan mampu dalam segi ekonomi. Penyebabnya kebanyakan karena minimnya pengetahuan mengenai nutrisi termasuk jenis, kualitas dan kuantitas yang baik yang tentunya disesuaikan dengan umur.

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018, prevalensi balita sangat kurus dan kurus dengan indikator yang sama di Kabupaten Karawang tahun 2018 sebesar 5,23% dan 4,89%. Menariknya, Kabupaten Karawang merupakan sektor industri yang menempati urutan pertama dengan Upah Minimum Kabupaten/Kota (UMK) tertinggi di Indonesia. Tentu hal tersebut menunjukkan bahwa bukan saja faktor ekonomi rendah yang berpengaruh terhadap status gizi anak, namun kurangnya pengetahuan orang tua juga sangat berpengaruh terhadap kesehatan anak. Itu artinya bahwa status gizi di lingkungan kita masih menjadi sebuah permasalahan yang perlu mendapatkan perhatian lebih dari masyarakat atas pentingnya pemberian makanan cukup nutrisi

bagi anak. Anak balita mempunyai risiko untuk mengalami kekurangan gizi lebih tinggi, dengan demikian anak memerlukan perhatian yang cukup dalam hal jaminan ketersediaan makanan bergizi dan bernutrisi.

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan, secara umum permasalahan pokok pada penelitian ini adalah, bagaimana pengetahuan yang dimiliki oleh orangtua mengenai nutrisi di Kecamatan Kotabaru Kabupaten Karawang. Tujuan dari dilakukannya penelitian ini ialah untuk mendapatkan gambaran konkret mengenai tingkat pengetahuan orangtua tentang nutrisi di wilayah kecamatan Kotabaru.

## **Kajian Teori**

Pertumbuhan dan perkembangan pada periode emas merupakan salah satu penentu mutu dan kualitas bangsa yang hebat, sehat dan cerdas. Periode emas ini merupakan istilah untuk menggambarkan seribu hari pertama kehidupan yang dialami seseorang. Periode ini terjadi pada masa awal saat berada pada masa pranatal atau masa kandungan hingga umur 2 tahun pertama kehidupan. Pada periode seribu hari pertama kehidupan anak, pertumbuhan dan perkembangan akan berlangsung dengan pesat sehingga masa itu akan sangat berdampak pada kesehatan anak dimasa yang akan datang (Sudargo, 2018. Hlm. 1).

Memiliki kualitas hidup yang sehat merupakan hal yang ingin dicapai setiap orang. Menurut World Health Organization, sehat merupakan kondisi dimana fisik, mental dan kesejahteraan dengan stabil. Sedangkan, hidup berkualitas adalah kondisi dimana makhluk hidup dapat menjalankan perannya dengan baik serta mampu bermanfaat bagi lingkungan sekitarnya. Gizi dan nutrisi merupakan aspek yang penting bagi pola pertumbuhan dan perkembangan balita.

Asupan gizi seimbang memiliki peran yang fundamental bagi kelangsungan kehidupan setiap manusia. Pemilihan nutrisi dan gizi yang sesuai akan berdampak baik pada tingkat kesehatan seseorang baik dari segi kualitas maupun kuantitasnya. Pemenuhan gizi yang ideal sangat dibutuhkan pada perkembangan fisik, pertumbuhan, dan kecerdasan anak. Dari pemberian gizi yang seimbang maka diharapkan anak memiliki kekebalan tubuh yang baik, tidak mudah terinfeksi penyakit dan lain sebagainya. Makanan sehari-hari yang dapat dikatakan seimbang ialah makanan yang mengandung zat gizi yang tepat dengan kebutuhan yang sesuai dengan usia, jenis kelamin dan status kesehatan. Menurut Dirjen BKM, gizi seimbang merupakan makanan sehari-hari yang dikonsumsi yang cukup dalam kata lain tidak berlebihan dan tidak kekurangan. Didasarkan pada penjelasan diatas dapat tarik kesimpulan, Gizi merupakan unsur makanan yang dibutuhkan oleh tubuh yang berguna untuk keberlangsungan hidup juga untuk menentukan tingkat kesehatan dan kesejahteraan manusia.

Orangtua memiliki peranan yang krusial pada proses pemenuhan gizi keluarga terutama pada anak. Sebab, orangtua merupakan orang pertama yang paling dekat dengan anak juga yang memberikan alokasi waktu lebih banyak dalam perlindungan dan pengasuhan anak. Orangtua merupakan salah satu agen yang memiliki peran yang vital untuk menyiapkan generasi unggul masa depan. Sejalan dengan pernyataan diatas, tugas orangtua sebagai pengasuh, dan pendidik anak-anak, pelindung serta pengurus rumah tangga yang memiliki pengaruh bagi kehidupan buah hati dari masa kandungan hingga anak tumbuh dewasa (Setiadi, 2008). Terjadinya kasus gizi buruk pada anak masih menjadi perhatian, hal tersebut dapat dihindari apabila setiap orangtua memiliki pengetahuan yang cukup mengenai gizi, cara mengolah makanan dengan baik dan benar, mengatur menu yang beragam serta cara pemberian makan. Secara tidak langsung hal tersebut akan mempengaruhi pada status gizi balita, sebab orangtua dapat merawat dan memenuhi zat gizi balita sehingga keadaan gizi balita terjamin.

## **Metode Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kualitatif agar permasalahan yang diteliti dapat diamati secara kompleks dan dinamis. Data yang diperoleh kemudian dijabarkan dengan wawancara langsung sehingga didapatkan jawaban yang alamiah. Penelitian ini dilaksanakan di Kecamatan Kotabaru, Kabupaten Karawang, Jawa Barat. Adapun waktu pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli tahun 2021. Subjek penelitian ini adalah profil 2 orangtua yang mempunyai balita dengan gizi buruk di Kabupaten Karawang.

Teknik analisis data ialah sebuah proses pencarian data yang dijabarkan dalam temuan penelitian. Proses tersebut dipergunakan untuk memahami, mengungkap dan menganalisis fenomena dari suatu kejadian dan respon yang diberikan atas pertanyaan-pertanyaan penelitian. Pengolahan data yang dilakukan adalah dengan cara mendokumentasikan data hasil wawancara dan catatan lapangan (field note). Pendokumentasian dilakukan dengan memutar kembali hasil rekaman, kemudian peneliti menulis apa adanya, kemudian di buat transkrip. Data terkumpul kemudian diberi kode, untuk memudahkan peneliti dalam analisis data, karena kode tersebut membedakan kata kunci dari partisipan. Analisis data dalam penelitian dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung dan setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu. Pada saat wawancara, peneliti sudah melakukan analisis terhadap jawaban yang diwawancarai.

## **Temuan dan Pembahasan**

Rendahnya kualitas sumber daya manusia masih menjadi permasalahan yang erat bagi Indonesia. Pada hakikatnya pendidikan adalah hal sangat diperlukan bagi kita semua, bahkan dapat dikatakan pendidikan adalah wadah bagi kita untuk meningkatkan pengetahuan melalui pengajaran, pelatihan dan bimbingan. Tidak dapat dipungkiri bahwa tingkat pendidikan seseorang dapat mempengaruhi pola pikir seseorang. Semakin tinggi jenjang pendidikan seseorang, maka akan semakin mudah pula untuk menerima informasi. Namun sebaliknya, kurangnya pendidikan akan menjadi hambatan bagi seseorang dalam menerima informasi ataupun mendapatkan akses informasi.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh mengenai profil responden didapatkan bahwa tingkat pendidikan yang diselesaikan kedua subjek memiliki persamaan. Responden A1 dan A2 hanya menyelesaikan pendidikan hingga jenjang menengah pertama atau MTS/SMP/SLTP. Tidak menutup kemungkinan bahwa orang dengan tingkat pendidikan rendah dapat menyusun atau menyediakan makanan memenuhi standar gizi yang sesuai untuk keluarganya. Walaupun kurang dalam pendidikan setidaknya di zaman modern ini sangat mudah bagi seseorang untuk mendapatkan informasi sehingga tidak mustahil apabila pengetahuan tentang nutrisinya akan lebih baik. Namun perlu dipertimbangkan bahkan faktor tingkat pendidikan seseorang dapat menentukan sulit tidaknya menyerap dan memahami sebuah informasi yang didapat.

Masyarakat awam yang mempunyai pengetahuan tentang nutrisi yang kurang cenderung akan memilih makanan yang lebih menarik dan tidak mengadakan seleksi berdasarkan nilai atau komposisi gizi yang terkandung pada sebuah makanan. Dengan pengetahuan gizi yang baik, orangtua dapat memberikan asupan makanan bagi balita baik dari segi kualitas maupun kuantitasnya. Hal tersebut tentu akan berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan anak.



**Gambar 1. Dokumentasi saat makan malam pada subyek A1**



**Gambar 2. Dokumentasi saat makan malam pada subyek A2**

Pada penelitian ini, pengukuran pengetahuan didapatkan melalui wawancara guna mengetahui pengetahuan yang subjek miliki tentang nutrisi yang tepat bagi balita. Pengetahuan tentang gizi yang dimiliki subjek akan membentuk kebiasaan, sikap dan pola dalam pemberian asupan gizi pada anak. Hal tersebut didukung oleh Tawi (2010) yang mengemukakan bahwa tanggung jawab orangtua terutama peran orangtua dalam keberlangsungan hidup anaknya. Berdasarkan data temuan yang diperoleh terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi literasi atau pengetahuan orangtua mengenai nutrisi baik bagi anak, antara lain:

1. Pengalaman
2. Tingkat Pengetahuan
3. Fasilitas
4. Latar Belakang Ekonomi
5. Sosial Budaya

Penyebab lain yang paling memicu terjadinya permasalahan gizi adalah kemiskinan dan terbatasnya sumber daya manusia. Status gizi anak perlu mendapatkan perhatian serta pengawasan yang intens dari orang tua, karena terdapat berbagai dampak yang akan timbul apabila terjadi kekurangan gizi. Parahnya, kekurangan gizi dapat berdampak pada perkembangan otak anak.

### **Kesimpulan**

Didasarkan pada hasil penelitian yang membahas mengenai pengetahuan orangtua tentang nutrisi pada balita berstatus gizi buruk di wilayah kerja Kecamatan Kotabaru Kabupaten Karawang dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pengetahuan dua orang orangtua dengan balita berstatus gizi buruk tentang nutrisi baik bagi balita di Kecamatan Kotabaru Kabupaten Karawang masuk pada kategori kurang.
2. Sikap orangtua dalam pola pemenuhan gizi pada balita di wilayah Kecamatan Kotabaru Kabupaten Karawang dikategorikan memiliki sikap yang cukup.

3. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan orangtua di wilayah Kecamatan Kotabaru yaitu pengalaman, tingkat pendidikan, latar belakang ekonomi dan sosial budaya masyarakat.

Didasarkan hasil penelitian ini ditemukan penyebab dan faktor dari rendahnya gizi balita di wilayah Kecamatan Kotabaru maka direkomendasikan bahwa tenaga kesehatan dan para kader Posyandu hendaknya lebih gencar untuk menyebarkan informasi-informasi terkait kesehatan dan gizi pada tiap daerah yang mencakup lingkup wilayah kerja puskesmas Kecamatan Kotabaru untuk mengatasi keterbatasan informasi masyarakat setempat.

### Referensi

- Akmaliyah, N. (\_\_\_\_\_). "1000 Hari Pertama Kehidupan untuk Generasi yang Lebih Baik". LAGIZI. Diakses dari [lagizi.com/1000-hari-pertama-kehidupan-untuk-generasi-yang-lebihbaik/](http://lagizi.com/1000-hari-pertama-kehidupan-untuk-generasi-yang-lebihbaik/)
- Dewi, B. (2015, 5 Oktober). "Jangan Abaikan Nutrisi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan". [health.kompas.com](http://health.kompas.com). Diakses dari <https://health.kompas.com/read/2015/10/05/072500223/Jangan.Abaikan.Nutrisi.pada.1000.Hari.Pertama.Kehidupan?page=all#page2>
- \_\_\_\_\_. (2017, 28 September). "Gizi atau Nutrisi." Isagi. Diakses dari [isagi/or.id/gizi-atau-nutrisi/](http://isagi.or.id/gizi-atau-nutrisi/)
- Maya, ER. (2018, 25 Januari). "Pentingnya Gizi Seimbang untuk Hidup Sehat dan Berkualitas". SUARAMERDEKA.com. Diakses dari [suaramerdeka.com/kesehatan/baca/838/pentingnyagizi-seimbang-untuk-hidup-sehat-dan-berkualitas](http://suaramerdeka.com/kesehatan/baca/838/pentingnyagizi-seimbang-untuk-hidup-sehat-dan-berkualitas).
- Sudargo, T. (2018). *1.000 Hari Pertama Kehidupan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press

