

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT PENGETAHUAN DAN PERILAKU
IBU TERHADAP STATUS GIZI BALITA DI POSYANDU WARGA
WARAS DUKUH BUDU KABUPATEN SRAGEN**

*Relationship Between The Level Of Knowledge And Behavior Mothers
Nutritional Status Of Children In Posyandu Warga Waras Dukuh Budu
Kabupaten Sragen*

Irnowati, Ahmad Syamsul B

Abstrak

Latar belakang : Di Indonesia, salah satu masalah kesehatan masyarakat yang sedang kita hadapi saat ini adalah beban ganda masalah gizi. Pada tahun 1990, prevalensi gizi kurang dan gizi buruk sebanyak 31%, sedangkan pada tahun 2010 terjadi penurunan menjadi 17,9%. Prevalensi gizi lebih pada balita sebesar 14,0%, meningkat dari keadaan tahun 2007 yaitu sebesar 12,2% (Depkes, 2013). Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah penyuluhan gizi seimbang dengan harapan masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan kesehatan yang lebih baik. Akhirnya pengetahuan tersebut diharapkan dapat mempengaruhi terhadap perilakunya (Notoatmodjo, 2007). **Tujuan :** Untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku ibu terhadap status gizi balita di posyandu warga waras dukuh Budu kabupaten Sragen. **Metode Penelitian :** Jenis penelitian adalah diskriptif analitik, lokasi penelitian dilaksanakan di posyandu warga waras dukuh budu, kelurahan Pengkol, kecamatan Tanon, kabupaten Sragen pada tanggal 25 Nopember 2013. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu yang mempunyai anak balita di posyandu warga waras dukuh Budu kabupaten Sragen yang berjumlah 49 ibu. Sampel yang digunakan adalah keseluruhan dari populasi, pengambilan sampel dengan tehnik total sampling. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner, sedangkan untuk analisa data menggunakan analisa regresi linier berganda. **Hasil Penelitian :** Tingkat pengetahuan ibu terhadap status gizi balita di posyandu warga waras dukuh Budu kabupaten Sragen dalam kategori tinggi (65,31%), perilaku ibu terhadap gizi balita dalam kategori tinggi (77,55%), dan status gizi balita termasuk dalam kategori normal (89,80%). **Kesimpulan :** Ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu dengan status gizi balita di posyandu warga waras dukuh Budu kabupaten Sragen ($p=0,000$). Ada hubungan yang signifikan antara perilaku ibu dengan status gizi balita di posyandu warga waras dukuh Budu kabupaten Sragen ($p=0,000$).

Kata Kunci : Pengetahuan, Perilaku, Gizi balita

ABSTRACT

Background : In Indonesia, one of the public health problems that we are facing today is the double burden of nutritional problems. In 1990, the prevalence of malnutrition and poor nutrition as much as 31%, whereas in 2010 there is a decrease to 17.9%. The prevalence of overweight among children under five by 14.0%, increase from the state in 2007 is equal to 12.2% (Depkes, 2013). One effort to do is nutrition counseling by the expectations of society, group or individual can acquire knowledge to better health. Finally, knowledge is expected to affect the behavior (Notoatmodjo, 2007).**Objective :** To determine the relationship between the level of knowledge and attitudes toward maternal nutritional status of children in the posyandu warga waras dukuh Budu kabupaten Sragen. **Methods:** The study was diskriptif analytic, the location of the research conducted in the posyandu warga waras dukuh Budu, kelurahan Pengkol, kecamatan Tanon, kabupaten Sragen on 25 November 2013. The population in this study were all mothers with children under five years in the posyandu warga waras dukuh Budu kabupaten Sragen totaling 49 mothers. The sample used is the whole of the population, sampling with a total sampling technique. Data collection tool used was a questionnaire, whereas for data analysis using the multiple linear regression. **Results:** The level of knowledge of mothers on the nutritional status of children in the posyandu warga waras dukuh Budu kabupaten Sragen in the high category (65.31%), the mother's behavior toward high nutritional category (77.55%), and nutritional status of children included in the category normal (89.80%). **Conclusion :** There is a significant relationship between the level of knowledge of mothers with nutritional status of children in the posyandu warga waras dukuh Budu kabupaten Sragen ($p=0.000$). There is a significant relationship between maternal behavior of the nutritional status of children in the posyandu warga waras posyandu dukuh Budu kabupaten Sragen ($p=0.000$).

Keywords : Knowledge, Behavior, Nutrition toddler

1. PENDAHULUAN

Gizi atau disebut juga nutrisi, merupakan ilmu yang mempelajari perihal makanan serta hubungannya dengan kesehatan (Paath, dkk 2005).

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Dibedakan antara status gizi kurang, baik dan lebih (Almatsier, 2004).

Balita, anak usia dibawah lima tahun merupakan usia penting dalam pertumbuhan dan perkembangan fisik anak. Pada usia balita ini, anak masih rawan terhadap berbagai gangguan kesehatan, baik jasmani maupun rohani. Salah satu faktor yang menentukan daya tahan tubuh seorang anak adalah keadaan gizinya.

Pada usia balita, kondisi pertumbuhan anak sangat pesat sehingga membutuhkan zat gizi yang relatif lebih tinggi dari orang dewasa. Disisi lain, alat-alat pencernaannya belum berkembang sempurna. Oleh karena itu, pengaturan makan dan perencanaan menu harus dilakukan dengan hati-hati sesuai dengan kebutuhan gizi dan keadaan kesehatannya (Uripri, 2004).

Upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia bisa dimulai dari usia sedini mungkin, yaitu usia balita, salah satu diantaranya adalah dengan penerapan gizi seimbang. Usia balita memang usia rawan, karena pertumbuhan pada usia balita sangat mempengaruhi kualitas manusia pada usia remaja dan dewasa. Pertumbuhan sel otak berlangsung terus hingga usia 3-4 tahun. Gizi makanan sangat mempengaruhi pertumbuhan sel otak karena itu perlu diperhatikan agar sel otak dapat tumbuh sempurna, dan menjadi dasar kecerdasan. Sel otak yang tidak sempurna, karena gizi yang kurang, tidak bisa dikejar pada usia diatas 3-4 tahun. Pertumbuhan fisik yang kurang sempurna masih bisa dikejar pada usia diatas empat tahun.

Ibu adalah orang yang paling bertanggung jawab atas pertumbuhan putra putrinya karena seorang ibu dalam rumah tangga lebih dekat keberadaannya dibandingkan dengan ayah. Oleh karena itu diusia balita sudah harus ditanamkan pola makan sehat, agar bisa menjadi kebiasaan sehat yang dibawa hingga usia selanjutnya.

Data menunjukkan masih tingginya angka kematian balita (AKB) yaitu 42 per 1.000 kelahiran hidup. Berdasarkan angka tersebut, akan sulit dicapai target MDG tahun 2015. Penurunan angka kematian balita mencapai 53% dari target 67%. Dari penilaian sistem kesehatan berbagai negara, Indonesia menempati urutan 106 dari 191 negara yang dinilai untuk indikator pencapaian yang mencakup status kesehatan dan tingkat tanggapan (Depkes, 2003).

Di Indonesia, salah satu masalah kesehatan masyarakat yang sedang kita hadapi saat ini adalah beban ganda masalah gizi. Pada tahun 1990, prevalensi gizi kurang dan gizi buruk sebanyak 31%, sedangkan pada tahun 2010 terjadi penurunan menjadi 17,9%. Prevalensi gizi lebih pada balita sebesar 14,0%, meningkat dari keadaan tahun 2007 yaitu sebesar 12,2% (Depkes, 2013).

Gizi lebih juga telah menjadi masalah nyata yang serius bagi penduduk Indonesia. Fenomena kejadian gizi lebih tidak saja pada penduduk kaya tetapi juga pada penduduk miskin di perdesaan dan perkotaan. Di Indonesia terdapat 14% balita mengalami gizi lebih, pada penduduk kaya prevalensinya mencapai 14,9% dan penduduk miskin 12,4% (Depkes, 2011).

Di Indonesia anak kelompok balita menunjukkan prevalensi paling tinggi untuk penyakit kurang energi protein dan defisiensi vitamin A serta anemi defisiensi zat besi. Kelompok umur ini sulit dijangkau oleh berbagai upaya kegiatan perbaikan gizi dan kesehatan lainnya, karena tidak dapat datang sendiri ke tempat berkumpul yang ditentukan tanpa diantar. Perbaikan gizi kelompok balita dicoba dijangkau melalui taman balita, program pemberian makanan tambahan dan usaha perbaikan gizi keluarga. Di taman balita diadakan upaya rehabilitasi para penderita kurang energi protein dan melatih para ibu dan mereka yang bertanggung jawab atas pengurusan balita di dalam keluarga, bagaimana mengurus dan memasak serta menyediakan makan bergizi bagi anak-anak balita.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah penyuluhan gizi seimbang melalui kelas gizi sebagai upaya dalam pemberian pendidikan kesehatan. Kegiatan dimaksud pada hakekatnya adalah suatu kegiatan untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu. Dengan harapan bahwa dengan adanya pesan tersebut, masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan kesehatan yang lebih baik. Akhirnya pengetahuan tersebut diharapkan dapat berpengaruh terhadap perilakunya, (Notoatmodjo, 2007).

Hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dibulan Mei 2013 pada 10 ibu balita yang datang ke posyandu warga waras dukuh Budu kabupaten Sragen dengan metode wawancara dengan pertanyaan terbuka. Terdapat tiga tingkatan pengetahuan ibu yaitu 2 (20%) ibu dalam tingkat pengetahuan baik, 3 (30%) ibu dalam kategori cukup dan 5 (50%) ibu dalam kategori kurang. Berdasarkan data yang diperoleh dari Posyandu Warga Waras dukuh Budu kabupaten Sragen diperoleh data pada balita dari tahun 2011 sampai dengan bulan Mei 2013. Pada tahun 2011 jumlah balita yang tercatat di posyandu Warga waras dukuh Budu kabupaten Sragen adalah 51 balita, sedangkan pada tahun 2012 tercatat 53 balita dan tahun 2013 tercatat 49 balita. Berdasarkan data register anak balita yang diperoleh dari posyandu warga waras dukuh Budu kabupaten Sragen pada tahun 2011 tidak terdapat balita dengan status gizi kurang, 49 balita dengan status gizi baik, dan 2 balita dengan status gizi lebih. Pada tahun 2012 terdapat 2 balita dengan status gizi kurang, 48 balita dengan status gizi baik, dan 2 balita dengan status gizi lebih. Pada tahun 2013 terdapat 1 balita dengan status gizi kurang, 46 balita dengan status gizi baik, dan 2 balita dengan status gizi lebih.

Di wilayah posyandu warga waras, sebagian besar ibu-ibu balita hanya sebagai ibu rumah tangga dan bertani, dengan pendidikan sebagian besar SMP dan SMA. Dari hasil pengamatan, para ibu-ibu membiarkan

balita mereka makan sendiri dan membiarkan jajan sembarangan tanpa pengawasan dari orangtua khususnya ibu yang sebagian besar adalah ibu rumah tangga dan bertani.

Melihat data dari register balita dan kartu menuju sehat (KMS) serta hasil pengkajian di wilayah posyandu warga waras dukuh Budu kabupaten Sragen, masih diketemukan kasus balita dengan status gizi kurang dan gizi lebih, walaupun dengan jumlah yang relatif kecil, maka penulis tertarik untuk mengetahui “ hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku ibu tentang gizi terhadap status gizi balita di wilayah posyandu warga waras dukuh Budu kabupaten Sragen”.

2. LANDASAN TEORI

1.1 Pengetahuan

a. Pengertian

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tau seseorang terhadap obyek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya) (Notoatmodjo, 2010).

Pengetahuan adalah kesan didalam pikiran manusia sebagai hasil dari penggunaan pancainderanya (Soekanto, 2004) .

Pengetahuan adalah merupakan hasil mengingat suatu hal, termasuk mengingat kembali kejadian yang pernah dialami baik secara sengaja maupun tidak disengaja dan ini terjadi setelah orang melakukan kontak atau pengamatan terhadap suatu obyek tertentu (Mubarak, dkk 2007).

1.2 Perilaku

a. Pengertian

Perilaku manusia adalah aktifitas yang timbul karena adanya stimulus dan respons serta dapat diamati secara langsung maupun tidak langsung (Sunaryo, 2004) Perilaku manusia merupakan hasil daripada segala macam pengalaman serta interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap dan tindakan. Dengan kata lain, perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang individu terhadap stimulus yang berasal dari luar maupun dari dalam dirinya (Sarwono, 2004).

1.3 Gizi balita

a. Pengertian

Ilmu gizi merupakan ilmu yang mempelajari hal ihwal makanan, dikaitkan dengan kesehatan tubuh (Sediaoetama, 2012).

Gizi atau disebut juga nutrisi, merupakan ilmu yang mempelajari perihal makanan serta hubungannya dengan kesehatan (Paath, dkk 2005).

Almatsier (2004) mengatakan status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Dibedakan antara status gizi kurang, baik dan lebih.

Balita adalah anak yang telah menginjak usia diatas satu tahun atau lebih dengan pengertian usia anak dibawah lima tahun (Muaris. H, 2006).

Balita adalah anak usia 12 – 59 bulan (Depkes RI, 2005).

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah diskriptif analitik. Menurut Arikunto (2010), penelitian diskriptif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal lain-lain yang sudah disebutkan, yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian. Metode pendekatannya adalah cross sectional. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah semua ibu yang mempunyai anak balita yang berada pada posyandu Warga Waras dukuh Budu, kelurahan Pengkol, Kecamatan Tanon, Kabupaten Sragen yang berjumlah 49 ibu. Sampel yang digunakan dalam penelitian adalah keseluruhan dari populasi yang berjumlah 49 ibu. Tehnik pengambilan sampel yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah total sampling.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku ibu terhadap status gizi balita di wilayah Posyandu Warga Waras Dukuh Budu Kabupaten Sragen diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Tingkat Pengetahuan Ibu

Pengetahuan adalah merupakan hasil mengingat suatu hal, termasuk mengingat kembali kejadian yang pernah dialami baik secara sengaja maupun tidak disengaja dan ini terjadi setelah orang melakukan kontak atau pengamatan terhadap suatu obyek tertentu (Mubarak, dkk 2007).

Hasil penelitian menunjukkan responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah sebanyak 5 responden (10,20%), responden yang memiliki tingkat pengetahuan cukup sebanyak 12 responden (24,49%), dan responden yang memiliki pengetahuan tinggi sebanyak 32 responden (65,31%), sehingga dapat diketahui bahwa mayoritas tingkat pengetahuan ibu terhadap gizi balita di wilayah Posyandu Warga Waras Dukuh Budu Kabupaten Sragen termasuk dalam kategori tinggi.

Ibu adalah orang yang paling bertanggung jawab atas pertumbuhan putra putrinya karena seorang ibu dalam rumah tangga lebih dekat keberadaannya dibandingkan dengan ayah. Oleh karena itu diusia balita sudah harus ditanamkan pola makan sehat, agar bisa menjadi kebiasaan sehat yang dibawa hingga usia selanjutnya.

Menurut Urip (2004) mengatakan, bahwa kebutuhan gizi seseorang adalah jumlah yang diperirakan cukup untuk memelihara kesehatan pada umumnya. Secara garis besar kebutuhan gizi ditentukan oleh usia, jenis kelamin, aktifitas, berat badan, dan tinggi badan.

2. Perilaku Ibu

Perilaku manusia merupakan hasil daripada segala macam pengalaman serta interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap dan tindakan. Dengan kata lain, perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang individu terhadap stimulus yang berasal dari luar maupun dari dalam dirinya (Sarwono, 2004).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang mempunyai tingkat perilaku rendah sebanyak 2 responden (4,08%), responden yang mempunyai tingkat perilaku sedang sebanyak 9 responden (18,37%), dan responden yang mempunyai tingkat perilaku tinggi sebanyak 38 responden (77,55%), sehingga dapat diketahui bahwa mayoritas perilaku ibu terhadap gizi balita di wilayah Posyandu Warga Waras Dukuh Budu Kabupaten Sragen termasuk dalam kategori tinggi.

Perilaku seseorang atau masyarakat tentang kesehatan ditentukan oleh pengetahuan, sikap, kepercayaan, tradisi, dan sebagainya dari orang atau masyarakat yang bersangkutan. Disamping itu ketersediaan fasilitas, sikap, dan perilaku petugas kesehatan terhadap kesehatan juga akan mendukung dan memperkuat terbentuknya perilaku.

Zat gizi ini diperlukan bagi balita sebagai zat tenaga, zat pembangun dan zat pengatur. Zat gizi yang menghasilkan tenaga atau energi adalah karbohidrat, lemak, dan protein. Bagi balita, tenaga diperlukan untuk melakukan aktivitasnya serta pertumbuhan dan perkembangannya. Protein sebagai zat pembangun bukan hanya untuk pertumbuhan fisik dan perkembangan organ-organ tubuh balita, tetapi juga menggantikan jaringan yang aus atau rusak. Zat pengatur berfungsi agarfaal organ-organ dan jaringan tubuh termasuk otak dapat berjalan seperti yang diharapkan.

3. Status Gizi Balita

Gizi atau disebut juga nutrisi, merupakan ilmu yang mempelajari perihal makanan serta hubungannya dengan kesehatan (Paath, dkk 2005). Almatsier (2004) mengatakan status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Dibedakan antara status gizi kurang, baik dan lebih.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa balita yang mempunyai status gizi normal sebanyak 44 balita (89,80%),

balita yang mempunyai status gizi sedang sebanyak 5 balita (10,20%), dan tidak terdapat balita yang mempunyai status gizi berat (0%), sehingga dapat diketahui bahwa mayoritas gizi Balita di wilayah Posyandu Warga Waras Dukuh Budu Kabupaten Sragen termasuk dalam kategori normal.

Menurut Uripi (2004) mengatakan, bahwa kebutuhan gizi seseorang adalah jumlah yang diperirakan cukup untuk memelihara kesehatan pada umumnya. Secara garis besar kebutuhan gizi ditentukan oleh usia, jenis kelamin, aktifitas, berat badan, dan tinggi badan.

Zat gizi dapat digolongkan menjadi tiga jenis, yaitu sumber tenaga atau energi, zat pembangun atau protein, dan zat pengatur. Antara asupan zat gizi dan pengeluarannya harus ada keseimbangan sehingga diperoleh status gizi yang baik. Status gizi merupakan status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan asupan zat gizi. Kebutuhan energi dan protein harus dipenuhi dengan tepat. Jika kekurangan menyebabkan keadaan yang disebut kekurangan energi dan protein (KEP). Jika berlebih, menimbulkan gizi lebih yang dikenal dengan obesitas. Status gizi balita dapat dipantau dengan menimbang anak setiap bulan dan dicocokkan dengan kartu menuju sehat (KMS)

4. Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Ibu terhadap Status Gizi Balita

Berdasarkan hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi terhadap status gizi Balita diketahui bahwa mayoritas ibu dengan tingkat pengetahuan rendah tentang gizi balita mempunyai status gizi Balita yang termasuk dalam kategori sedang (8,2%) dan mayoritas ibu dengan tingkat pengetahuan tinggi tentang gizi mempunyai status gizi Balita yang termasuk dalam kategori normal (65,3%). Hasil perhitungan regresi linier berganda pada uji t diketahui bahwa untuk hubungan antara tingkat pengetahuan ibu terhadap status gizi Balita di Posyandu Warga Waras Dukuh Budu Kabupaten Sragen diperoleh nilai t_{hitung} adalah 2,150 dengan $p = 0,037$. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang positif antara tingkat pengetahuan ibu dengan status gizi balita, adapun nilai $p < 0,05$ menunjukkan signifikansi hubungan, artinya H_1 diterima, sehingga ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu terhadap status gizi Balita di Posyandu Warga Waras Dukuh Budu Kabupaten Sragen.

Hasil penelitian ini mendukung teori yang disampaikan oleh: Notoadmojo (2003), bahwa tingkat pengetahuan berhubungan dengan perilaku ibu terhadap gizi balita. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, penginderaan, penciuman, rasa dan raba.

Penelitian ini juga mendukung hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Neni Dwi Septiani (2009), ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi balita di posyandu bunga lely Bangunjiwi, Kasihan, Bantul.

5. Hubungan antara Perilaku Ibu terhadap Status Gizi Balita

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara perilaku ibu terhadap status gizi Balita diketahui bahwa mayoritas ibu dengan tingkat perilaku yang rendah tentang gizi balita mempunyai status gizi Balita yang termasuk dalam kategori sedang (6,1%) dan mayoritas ibu dengan tingkat perilaku yang tinggi mempunyai status gizi Balita yang termasuk dalam kategori normal (77,6%). Hasil perhitungan regresi linier berganda pada uji t diketahui bahwa untuk hubungan antara perilaku ibu terhadap status gizi Balita di Posyandu Warga Waras Dukuh Budu Kabupaten Sragen diperoleh nilai t_{hitung} adalah 2,266 dengan $p=0,028$. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang positif antara perilaku ibu dengan status gizi balita, adapun nilai $p < 0,05$ menunjukkan signifikansi hubungan, artinya H_2 diterima, sehingga ada hubungan yang signifikan antara perilaku ibu terhadap status gizi Balita di Posyandu Warga Waras Dukuh Budu Kabupaten Sragen.

Di Indonesia anak kelompok balita menunjukkan prevalensi paling tinggi untuk penyakit kurang energi protein dan defisiensi vitamin A serta anemi defisiensi zat besi. Kelompok umur ini sulit dijangkau oleh berbagai upaya kegiatan perbaikan gizi dan kesehatan lainnya, karena tidak dapat datang sendiri ke tempat berkumpul yang ditentukan tanpa diantar. Perbaikan gizi kelompok balita dicoba dijangkau melalui taman balita, program pemberian makanan tambahan dan usaha perbaikan gizi keluarga. Di taman balita diadakan upaya rehabilitasi para penderita kurang energi protein dan melatih para ibu dan mereka yang bertanggung jawab atas pengurusan balita di dalam keluarga, bagaimana mengurus dan memasak serta menyediakan makan bergizi bagi anak-anak balita.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah penyuluhan gizi seimbang melalui kelas gizi sebagai upaya dalam pemberian pendidikan kesehatan. Kegiatan dimaksud pada hakekatnya adalah suatu kegiatan untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu. Dengan harapan bahwa dengan adanya pesan tersebut, masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan kesehatan yang lebih baik. Akhirnya pengetahuan tersebut diharapkan dapat berpengaruh terhadap perilakunya, (Notoatmodjo, 2007).

6. Hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku ibu terhadap status gizi Balita di Posyandu Warga Waras Dukuh Budu Kabupaten Sragen

Hasil perhitungan regresi linier berganda pada uji F diketahui bahwa untuk hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku ibu terhadap status gizi Balita di Posyandu Warga Waras Dukuh Budu Kabupaten Sragen diperoleh nilai F_{hitung} adalah 23,397 dengan $p = 0,000$. Oleh karena hasil perhitungan diperoleh nilai $p < 0,05$ maka H_3 diterima, sehingga ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan perilaku ibu secara bersama-sama terhadap status gizi Balita di Posyandu Warga Waras Dukuh Budu Kabupaten Sragen.

Pengetahuan adalah merupakan hasil mengingat suatu hal, termasuk mengingat kembali kejadian yang pernah dialami baik secara sengaja maupun tidak disengaja dan ini terjadi setelah orang melakukan kontak atau pengamatan terhadap suatu obyek tertentu (Mubarak, dkk 2007). Tingkat pengetahuan pada diri seseorang akan membentuk sikap dan perilaku.

Perilaku manusia merupakan hasil daripada segala macam pengalaman serta interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap dan tindakan. Dengan kata lain, perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang individu terhadap stimulus yang berasal dari luar maupun dari dalam dirinya (Sarwono, 2004). Sehingga dengan adanya pengetahuan pada diri seseorang akan memberikan stimulan bagi seseorang untuk melakukan perilaku. Tingkat pengetahuan yang tinggi akan membentuk perilaku seseorang ibu untuk memberikan gizi yang baik pada Balita, sehingga tingkat pengetahuan dan perilaku ibu secara bersama-sama terhadap status gizi Balita.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ani Margawati (2007), dengan judul "Hubungan pengetahuan dan perilaku ibu buruh pabrik tentang kadarzi (keluarga sadar gizi) dengan status gizi anak balita di kelurahan Pagersari, Ungaran". Kesimpulannya penelitian menunjukkan ada hubungan antara perilaku Kadarzi dengan status gizi anak balita. Namun, tidak terdapat hubungan antara pengetahuan Kadarzi dengan status gizi anak balita.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisa data dalam penelitian ini, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat pengetahuan ibu terhadap gizi balita di wilayah Posyandu Warga Waras Dukuh Budu Kabupaten Sragen termasuk dalam kategori tinggi (65,31%).
2. Perilaku ibu terhadap gizi balita di wilayah Posyandu Warga Waras Dukuh Budu Kabupaten Sragen termasuk dalam kategori tinggi (77,55%).

3. Status gizi Balita di wilayah Posyandu Warga Waras Dukuh Budu Kabupaten Sragen termasuk dalam kategori normal (89,80%).
4. Ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu terhadap status gizi balita di Posyandu Warga Waras Dukuh Budu Kabupaten Sragen ($p= 0,037$).
5. Ada hubungan yang signifikan antara perilaku ibu terhadap status gizi balita di Posyandu Warga Waras Dukuh Budu Kabupaten Sragen ($p= 0,028$).
6. Ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan perilaku ibu terhadap status gizi Balita di Posyandu Warga Waras Dukuh Budu Kabupaten Sragen ($p= 0,000$).

6. SARAN

Berdasarkan pelaksanaan dan hasil penelitian, saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi institusi kesehatan (DKK), agar lebih meningkatkan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat.
2. Bagi desa dan masyarakat, agar juga ikut berpartisipasi dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu terhadap gizi dengan membudidayakan pemberian gizi pada Balita.
3. Bagi ibu diharapkan untuk menghindari tidak terpenuhinya status gizi balita sebaiknya melakukan perilaku pemenuhan status gizi balita dengan cara memahami kebutuhan gizi pada balita.
4. Bagi penelitian berikutnya perlu diteliti lebih lanjut tentang faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi balita.
5. Bagi peneliti sendiri lebih menambah pengetahuan tentang teori-teori gizi balita.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier. 2004. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Arikunto, Suharsimin. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Rineka Cipta.
- Depkes. 2005. Ciri-ciri Perkembangan Kepribadian *1-5 Tahun*. (<http://D:/pdf/ciri-perkembangan-anak-usia1-5tahun.html>). 24 Juni 2013.
- Depkes. 2011. Pengertian Anak Balita. (<http://id/shvoong.com/social-sciences/sociology/2170479-pengertian-anak-balita/html>). 24 Juni 2013
- Depkes, RI. 2013. Pemantauan Status Gizi. (www.indonesia-publichealth.com/2013/03/pemantauan-status-gizi.html). 27 Juni 2013.
- Hidayat, A. Aziz Alimul. 2007. Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data. Jakarta: Salemba Medika.
- Margawati, Ani. 2007. Hubungan antara Pengetahuan dan Perilaku Ibu Buruh Pabrik tentang Kadar Gizi (Keluarga Sadar Gizi) dengan Status Gizi Balita di kelurahan Pagersari Ungaran. (<http://ejournal-si-Undip-ac.id/index.php/jnc/article/view/692>). 27 Juni 2013.
- Muaris, H. 2006. Pengertian Balita. (digilib.Unimus.Ac.Id/download.php?id:6121). 27 Juni 2013.
- Mubarak, dkk. 2007. Promosi Kesehatan : Sebuah Pengantar Proses Belajar Mengajar dalam Pendidikan. Jakarta : Graha Ilmu.
- Munthofiah, Siti. 2012. Hubungan antara Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Ibu dengan Status Gizi Anak Balita. (<http://ebookbrowse.com/abstrak-pdf-7361-hubungan-antara-pengetahuan-sikap-dan-perilaku-ibu-dengan-status-gizi>). 27 Juni 2013
- Notoatmodjo, Soekijo. 2003. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- .2007. Promosi Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta.
- .2010. Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasinya. Jakarta: Rineka Cipta.
- .2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Paath, dkk. 2005. Gizi dalam Kesehatan Reproduksi. Jakarta : EGC.

- Priyanto. 2008. Hubungan Pola Asuh Orang Tua tentang Pemenuhan Kebutuhan Gizi dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Kebidanan. Akademi Kebidanan Ngudi Waluyo.*
- Riwidikdo, Handoko. 2010. *STATISTIK KESEHATAN* untuk *PENELITIAN KESEHATAN* dengan *Aplikasi PROGRAM R* dan *SPSS*. Yogyakarta : Pustaka Rihama.
- Sarwono, Solita. 2004. *Sosiologi Kesehatan*. Yogyakarta: *Gajah Mada Universiti Press.*
- Sediaoetama, A. Djaeni. 2004. *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi*. Jilid 1 cetakan kelima. Jakarta: Dian Rakyat.
- .2012. *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi*. Jilid 1 cetakan ke-10. Jakarta: Dian Rakyat.
- Siswanto, B. Sastrohadiwiryono. 2007. *Pengantar Manajemen*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Soekanto, Soerjono. 2004. *Sosiologi Keluarga tentang Ikhwal Keluarga, Remaja dan Anak*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta.
- Suhardjo. 2007. *Pemberian Makanan pada Bayi dan Anak*. Yogyakarta: Kanisius.
- Sunaryo. 2004. *Psikologi Untuk Perawat*. Jakarta: EGC
- Uripi, Vera. 2004. *Menu Sehat Untuk Balita*. Jakarta: Puspa Swara.

