



The Relationship Between Mother's Knowledge, Attitudes, and Eating Behavior with Toddler Nutritional Status (W/H) in the Sulamadaha Health Center

(Hubungan Pengetahuan Ibu, Sikap dan Perilaku Makan dengan Status Gizi Balita (BB/TB) di wilayah Kerja Puskesmas Sulamadaha)

Asriyanti Sagaf¹, Suryani Mansyur^{2✉} dan Diah Merdekawati Surasno²

¹ Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Maluku Utara, Ternate, Indonesia. Email: ulaniswanulandani@gmail.com.

² Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Maluku Utara, Ternate, Indonesia. Email: ryanimansyur@gmail.com; diah.surasno.86@gmail.com.

✉ Email Koresponden: ryanimansyur@gmail.com

Info Artikel:	<input checked="" type="checkbox"/> Artikel Penelitian	<input type="checkbox"/> Artikel Pengabdian	<input type="checkbox"/> Riview Artikel
*Diterima: 17 Juni 2026	*Disetujui: 1 Juli 2026	*Publikasi On-Line: 4 Juli 2026	

Abstract

Sulamadaha Health Center ranked third in the highest wasting cases in Ternate City in 2024. The factor that plays an important role in meeting the nutritional needs of toddlers is the maternal factor. This study aims to determine the relationship between maternal knowledge, attitudes, and eating behavior with the nutritional status of toddlers based on the W/H (Weight/ height) indicator in the Sulamadaha Health Center Working Area of Ternate City. This study is a quantitative research. The population in this study were all mothers who have toddlers in the Sulamadaha Health Center. A sample of 240 respondents was taken. Data on maternal Knowledge, Attitudes, and Behavior were obtained through interviews using a questionnaire, while data on Toddler Nutritional Status were measured through anthropometric measurements, namely measuring height or length and also body weight. Data were analyzed univariately and bivariately using the Pearson chi-square test. ($\alpha = 0.05$). The nutritional status of toddlers using the W/H indicator consists of the categories of wasting 48 respondents (20%), normal 160 respondents (68.3%), and overweight 28 respondents (11.7%). The statistical test results showed a significant relationship between maternal knowledge (p value= 0.04), maternal attitudes (p value= 0.000), and eating behavior with toddler nutritional status (p value = 0.041). It is recommended that the Sulamadaha Health Center increase nutritional counseling for mothers of toddlers and provide assistance to families experiencing malnutrition. It is also recommended that mothers of toddlers be proactive in increasing their knowledge and behavior in implementing healthy eating patterns for their families.

Keyword: Attitudes; Eating Behavior; Knowledge; Nutritional Status; Toddlers.

I. PENDAHULUAN

Balita yang mengalami masalah gizi kurang maupun gizi lebih berisiko tinggi terhadap berbagai masalah kesehatan, perkembangan, dan pertumbuhan. Masalah gizi *wasting* maupun *overweight* di seluruh dunia pada tahun 2022,

berdasarkan data *World Health Organization*, dilaporkan bahwa prevalensi *wasting* sebesar 6,8% dan *overweight* sebesar 5,1%. Sedangkan di Asia Tenggara, prevalensi *wasting* mencapai 7,8% dan *overweight* sebesar 7,4% (WHO,2022). Sementara itu, prevalensi balita *wasting* di Indonesia pada tahun 2022 mencapai 7,7% dan

overweight mencapai 3,5%. (Kemenkes RI, 2022). Asupan makan yang kurang atau berlebihan dalam jangka waktu lama dapat memengaruhi nilai status gizi seseorang. Status gizi yang baik dapat diperoleh melalui asupan makan yang seimbang.

Data Dinas Kesehatan Kota Ternate menunjukkan bahwa dari 11 Puskesmas yang ada di wilayah Kota Ternate, status gizi balita (BB/TB) secara berurutan dengan kasus *wasting* tertinggi di antaranya: 9,7% di Puskesmas Hiri, 8,5% dan Puskesmas Moti, 4,5% di Puskesmas Sulamadaha pada tahun 2022. 12,5% di Puskesmas Mayau ; 9,5% di Puskesmas Hiri ; 8,7% di Sulamadaha pada tahun 2022. Puskesmas Sulamadaha menempati urutan ke-3 dengan kasus *wasting* tertinggi. Sehingga perlu mendapatkan perhatian khusus untuk perbaikan gizi anak. Adapun jumlah balita yang ditimbang dan diukur di Wilayah Kerja Puskesmas Sulamadaha sebanyak 525 balita dengan jumlah kasus *wasting* sebanyak 32 anak balita (6,1%). (Dinas Kesehatan Kota Ternate, 2024). Salah satu faktor yang berperan penting dalam menentukan status gizi balita adalah pengetahuan, sikap dan perilaku Ibu. Pengetahuan tentang gizi dan kesehatan sangat memengaruhi cara mereka dalam memberikan makanan yang bergizi pada anak-anak mereka. Hal ini menunjukkan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi cenderung memberikan makanan yang lebih seimbang dan bergizi kepada anak-anak mereka. Sehingga berkontribusi pada status gizi yang lebih baik (Sari.et.al, 2021).

Penelitian lain yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Rau Kota Serang, Banten juga menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan status gizi balita (Ayuningtyas dkk., 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Dwi Ertiana dan Shafira (2023) di Kota Blitar menunjukkan bahwa hasil uji pengetahuan ibu dengan status gizi balita $0,018 < 0,65$ dengan nilai korelasi sedang berarti terdapat pengaruh tingkat pengetahuan ibu terhadap balita dengan perubahan perilaku. (Dwi Ertiana dan Shafira, 2023). Selain pengetahuan, sikap ibu terhadap gizi juga berperan penting. Sikap positif terhadap pentingnya gizi seimbang dapat mendorong ibu untuk lebih aktif dalam memilih dan menyiapkan makanan yang sehat. Terdapat pengaruh signifikan antara sikap ibu dan status gizi balita di mana ibu yang memiliki sikap positif lebih cenderung memberikan makanan bergizi kepada anak-anak mereka. (Rahmawati dan Sari,2020). Ketiga faktor tersebut merupakan fokus utama dalam penelitian ini.

Perilaku ibu dalam memberikan makanan juga merupakan faktor utama. Perilaku ini mencakup kebiasaan makan, cara penyajian makanan, dan keterlibatan dalam kegiatan memasak. Menunjukkan bahwa perilaku makan yang baik, seperti memberikan makanan yang bervariasi dan bergizi, berhubungan langsung dengan status gizi balita yang lebih baik. (Pratiwi et al,2023). Dengan mempertimbangkan pentingnya pengaruh antara pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu dengan status gizi balita (BB/TB), penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan faktor ibu berupa pengetahuan, sikap, dan perilaku dengan status gizi balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sulamadaha. Penelitian ini dapat digunakan sebagai rujukan petugas kesehatan dalam menentukan pesan edukasi gizi kepada ibu yang memiliki balita.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 4 sampai 17 Juni 2025 di wilayah kerja Puskesmas Sulamadaha, Kota Ternate. Populasi dalam penelitian adalah seluruh balita di Puskesmas Sulamadaha Kota Ternate sebanyak 604 balita. Sampel dalam penelitian dihitung dengan menggunakan rumus Slovin, dengan nilai $\alpha = 0,05$. Diperoleh 240 balita yang dilakukan secara acak sederhana. Variabel pengetahuan, sikap dan perilaku dikumpulkan melalui wawancara dengan ibu balita dengan menggunakan kuesioner yang telah diuji reliabilitas dan validitasnya, sedangkan status gizi balita (BB/TB) diperoleh dengan pengukuran antropometri berupa pengukuran tinggi badan menggunakan mikrotolis atau panjang badan (*lengthboard*) dan pengukuran berat badan menggunakan timbangan digital merek *Onemed*. Penentuan status gizi balita dengan menggunakan indikator BB/TB . pengukuran ini dilakukan dengan bantuan petugas gizi yang terlatih dan dilakuakn secara berulang jika mengalami ketidaksesuaian dari data antropometri sebelumnya. *Cutt off point* Gizi kurang jika *z-score* berada $-3SD$ s/d $-2SD$, gizi baik (normal) jika *z-score* berada $-2SD$ s/d $+2SD$, Gizi lebih atau *overweight* (berisiko gizi lebih), jika *z-score* $>1SD$ s/d $2SD$.

Pengolahan dan analisis data menggunakan spss versi 23, dengan analisis univariat untuk mengetahui karakteristik tiap variabel yang diukur dan analisis bivariat menggunakan uji statistik *Pearson chi-square* dengan nilai $\alpha = 0,05$. Hal ini karena kategori yang digunakan untuk

status gizi melebihi 2 kategori. Jika nilai $p < \alpha$, maka H_0 ditolak, menunjukkan adanya hubungan antara variabel independen (pengetahuan, sikap, dan perilaku) dan variabel dependen (status gizi). Sebaliknya, jika nilai $p > \alpha$, maka H_0 diterima. Penyajian data dalam bentuk Tabel distribusi frekuensi.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk mengetahui distribusi data, frekuensi, dan persentase dari variabel yang diamati sehingga dapat memberikan gambaran umum tentang karakteristik responden dan variabel penelitian. Hasil analisis univariat disajikan dalam bentuk tabel ataupun narasi. Karakteristik balita yang menjadi sampel sebanyak 240 orang yang terdiri dari 129 orang (53,8%) berjenis kelamin laki-laki dan 111 orang (46,3%) berjenis kelamin

perempuan. Adapun status gizi balita terdiri dari: balita *wasting* sebanyak 48 orang (20%), status gizi normal sebanyak 164 orang (68,3%) dan *overweight* sebanyak 28 orang (11,7%).

Adapun karakteristik responden berdasarkan pendidikan ibu di antaranya: ibu yang berlatar pendidikan SD dan SMP sebanyak 22 orang (9,2%), sedangkan yang berpendidikan SMA/Diploma/S1/S2 sebanyak 218 orang (90,8%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan yang tinggi. Jika dilihat dari pekerjaan responden, diketahui bahwa pekerjaan responden di antaranya: honorer sebanyak 5 orang (2,1%), IRT sebanyak 198 orang (82,5%), petani sebanyak 21 orang (8,75%), dan PNS sebanyak 16 orang (6,7%).

Karakteristik berdasarkan variabel pengetahuan gizi responden, dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi frekuensi pengetahuan gizi responden di wilayah kerja Puskesmas Sulamadaha tahun 2025

No	Pengetahuan Gizi	Benar	Salah
1	Manfaat makanan bagi anak	142 (59,1%)	98 (40,8%)
2	Definisi makanan sehat	152 (63,3%)	88 (36,6%)
3	Tanda balita kekurangan gizi	125 (52%)	115(47,9%)
4	Zat gizi	182 (75,8%)	58 (24,1%)
5	Fungsi protein	107 (44,5%)	133 (55,4%)
6	Penyebab tidak langsung kurang gizi	118 (49,1%)	122(50,8%)
7	Manfaat makanan bergizi	83 (34,5%)	157(65,4%)
8	Contoh makanan sehat bergizi	184 (76,6%)	56 (23,4%)
9	Frekuensi makan balita	61(25,4%)	179 (74,6%)

Sumber: data primer, 2025

Berdasarkan Tabel 1, responden masih banyak yang belum mengetahui fungsi protein, penyebab tidak langsung kurang gizi, manfaat makanan bergizi, dan frekuensi makan balita yang tepat. Sehingga diperlukan peningkatan edukasi

gizi yang berfokus pada manfaat zat gizi, penyebab kurang gizi, serta pola makan yang sehat untuk balita. Sehingga, pengetahuan gizi responden dapat dikategorikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi frekuensi pengetahuan gizi responden di wilayah kerja Puskesmas Sulamadaha tahun 2025

Pengetahuan Gizi	n	%
Baik	79	32,9
Kurang	161	67,1
Total	240	100,0

Sumber: data primer, 2025

Tabel 2, menunjukkan bahwa responden masih memiliki pengetahuan yang kurang tentang gizi sebanyak 161 orang (67,1%) dan pengetahuan baik sebanyak 79 orang (32,9%). Adapun distribusi responden berdasarkan sikap responden dapat dilihat pada Tabel 3. Tabel 3, menunjukkan bahwa sikap responden tentang pentingnya gizi balita

memiliki sikap positif sebanyak 205 orang (85,4%) dan sikap negatif sebanyak 35 orang (14,6%). Adapun distribusi frekuensi responden berdasarkan perilaku makan balita di wilayah kerja Puskesmas Sulamadaha tahun 2025 dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 3. Distribusi frekuensi sikap responden terhadap gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Sulamadaha tahun 2025

Sikap	n	%
Positif	205	85,4
Negatif	35	14,6
Total	240	100,0

Tabel 4. Distribusi frekuensi perilaku makan responden terhadap status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Sulamadaha tahun 2025

Perilaku Makan	n	%
Baik	22	9,2
Kurang	218	90,8
Total	240	100,0

Sumber: data primer, 2025

Tabel 4 menunjukkan bahwa perilaku makan balita dengan kategori kurang sebanyak 218 orang (90,8%) dan kategori baik sebanyak 22 orang (9,2%). Hal ini dapat dilihat secara detail pada Tabel 5 yang menunjukkan masih banyaknya

balita yang kurang mengkonsumsi jenis makanan yang beragam dan bergizi seperti makanan pokok, protein, sayuran, buah-buahan, susu dan produknya, serta makanan olahan.

Tabel 5. Distribusi frekuensi perilaku makan balita berdasarkan jenis makanan di wilayah kerja Puskesmas Sulamadaha tahun 2025

Perilaku Makan	n	%
Makanan pokok		
Baik	56	23,3
Kurang	184	76,7
Protein		
Baik	104	43,3
Kurang	136	56,7
Sayuran		
Baik	44	18,3
Kurang	196	81,7
Buah-buahan		
Baik	86	35,8
Kurang	154	64,2
Susu dan produknya		
Baik	50	20,8
Kurang	190	79,2
Makanan Olahan		
Baik	87	36,3
Kurang	153	63,7
Total	240	100,0

Sumber: data primer, 2025

3.2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat menggunakan uji statistik *Pearson chi-square* untuk menganalisis hubungan pengetahuan ibu, sikap ibu, dan perilaku makan balita dengan status gizi balita (BB/TB) di wilayah kerja Puskesmas Sulamadaha tahun 2025. Hubungan pengetahuan dengan status gizi balita

di wilayah kerja Puskesmas Sulamadaha tahun 2025 dapat dilihat pada Tabel 6.

Tabel 6 menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan status gizi balita (BB/TB) dengan nilai $p= 0,04$ (nilai $p < \alpha$). Sedangkan untuk menguji hubungan sikap Ibu dengan status gizi balita (BB/TB) dapat dilihat pada Tabel 7.

Tabel 6. Hubungan pengetahuan ibu dengan status gizi balita (BB/TB) di wilayah kerja Puskesmas Sulamadaha tahun 2025

Pengetahuan Ibu	Status gizi						Total		Nilai p
	Wasting		Normal		overweight		N	%	
	n	%	n	%	n	%			
Baik	19	15,8	46	19,2	14	5,8	79	32,9	0,04
Kurang	29	32,2	118	49,2	14	5,8	161	67,1	
Total	48	48,0	164	68,4	28	11,6	240	100,0	

Sumber: data primer, 2025

Tabel 7. Hubungan Sikap ibu dengan status gizi balita (BB/TB) di wilayah kerja Puskesmas Sulamadaha tahun 2025

Sikap Ibu	Status gizi						Total		Nilai p
	Wasting		Normal		overweight		N	%	
	n	%	n	%	n	%			
Positif	16	6,7	162	67,5	27	11,3	205	85,5	0,00
Negatif	32	13,3	2	0,8	1	0,4	35	14,5	
Total	48	20,0	164	68,3	28	11,7	240	100,0	

Sumber: data primer, 20

Tabel 7 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap ibu dengan status gizi balita (BB/TB) di wilayah kerja Puskesmas Sulamadaha dengan nilai $p = 0,00$. Sikap positif ibu sebanyak 205 atau 85,5% lebih

baik dibandingkan sikap negatif ibu yang berjumlah 35 orang atau sebesar 14,5%. Hubungan perilaku makan dengan status gizi balita (BB/TB) di wilayah kerja Puskesmas Sulamadaha dapat dilihat pada Tabel 8.

Tabel 8. Hubungan Perilaku Makan dengan status gizi balita (BB/TB) di wilayah kerja Puskesmas Sulamadaha tahun 2025

Perilaku Makan	Status gizi						Total		Nilai p
	Wasting		Normal		overweight		N	%	
	n	%	n	%	n	%			
Baik	3	1,2	46	19,2	7	2,9	56	23,3	0,007
kurang	45	18,8	118	49,2	21	8,8	184	76,7	
Total	48	20,0	164	88,3	28	8,8	240	100,0	

Sumber: data primer, 2025

Tabel 8 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku makan dengan status gizi balita (BB/TB) di wilayah kerja Puskesmas Sulamadaha tahun 2025, dengan nilai $p = 0,007$. Perilaku makan balita dengan kategori kurang sebanyak 184 orang atau sebesar 76,7% yang terbagi ke dalam status gizi *wasting* sebanyak 45 orang (18,8%), normal sebanyak 118 orang atau sebesar 49,2%, dan *overweight* sebanyak 21 orang atau sebesar 8,8%. Sedangkan perilaku makan baik sebanyak 56 orang atau sebesar 23,3%.

3.3. Pembahasan

3.3.1. Hubungan pengetahuan ibu dengan status gizi balita (BB/TB)

Pengetahuan ibu menjadi faktor yang sangat penting dalam membentuk sikap dan tindakan positif dalam menyusun menu yang variatif dan bergizi bagi anak sehingga terpenuhi zat gizi yang cukup. Rendahnya pengetahuan seringkali

menyebabkan kesalahan pola asuh makan yang merupakan penyebab tidak langsung terjadinya kurang gizi pada anak.

Hasil uji *Pearson chi-square* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan status gizi yang ditunjukkan dengan nilai $p = 0,04$ berdasarkan Tabel 6. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari, dkk (2021) yang menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, dan perilaku Ibu berperan penting dalam menentukan status gizi balita. Ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik cenderung memberikan makanan yang seimbang dan bergizi pada anak-anak mereka. Selain itu, penelitian Ayuningtyas, dkk. (2021) di Wilayah Kerja Puskesmas Rau kota Serang juga menemukan adanya pengaruh signifikan antara pengetahuan ibu dengan status gizi balita. Hasil penelitian Dwi Ertiana dan Shafira (2023) di Kota Blitar juga menunjukkan adanya hubungan bermakna antara tingkat pengetahuan

ibu balita dengan perubahan perilaku gizi anak. Temuan tersebut memperkuat hasil penelitian ini bahwa pengetahuan ibu merupakan faktor kunci dalam mencegah masalah kekurangan ataupun kelebihan gizi pada anak. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi cenderung mampu mengatur asupan makanan balitanya dengan lebih tepat. Dari hasil penelitian juga ditemukan bahwa pengetahuan gizi yang masih kurang pada ibu meliputi pengetahuan tentang fungsi protein, penyebab tidak langsung kurang gizi, manfaat makanan bergizi dan frekuensi makan balita.

Protein sebagai salah satu zat gizi yang penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak biasanya diperoleh dari konsumsi ikan, telur, daging, ayam, tempe, tahu, dan kacang-kacangan. Hasil uji korelasi *Spearman* pada penelitian Sulasyi Setyaningsih dan Findhy DK (2023) pada balita gizi kurang di wilayah kerja Puskesmas Bulakamba menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif, signifikan antara pengetahuan ($r=0,506$, $p=0,00$) dengan asupan protein balita. Arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan Ibu, maka semakin baik asupan protein anak. (Setyaningsih, S dan Kumala, F.D, 2023). Pengetahuan ibu tentang gizi adalah pengetahuan ibu mengenai makanan sehat, zat gizi dan fungsinya, penyebab dan tanda gejala kurang gizi, bahkan sampai memilih dan menyiapkan pangan yang benar untuk anak. Pengetahuan tersebut dapat diperoleh dari pengalaman, informasi dari buku, majalah, tv, media, pelatihan, petugas kesehatan atau dari kader posyandu. (Rosania, dan Yuldensia, 2022) Sehingga Ibu perlu meningkatkan pengetahuannya mengenai gizi dan kesehatan melalui edukasi dan penyuluhan gizi.

3.3.2. Hubungan Sikap Ibu dengan Status Gizi Balita (BB/TB)

Sikap terhadap gizi merupakan cara pandang, perasaan, dan kecenderungan seseorang merespons informasi serta praktik terkait pola makan dan gizi. Sikap ibu yang positif terhadap gizi akan mendorong perilaku gizi yang baik dalam keluarga, terutama dalam penyediaan makanan gizi seimbang bagi anak balitanya. Sebaliknya, sikap negatif seperti kurang peduli terhadap pentingnya gizi seimbang, dapat berdampak pada pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan kembang anak.

Hasil penelitian berdasarkan Tabel 7 menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara sikap ibu terhadap status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Sulamadaha

(nilai $p = 0,00 < \alpha$). Ibu yang memiliki sikap positif terhadap pentingnya gizi akan lebih aktif dalam memilih dan menyiapkan makanan sehat serta rutin mengikuti kegiatan posyandu untuk memantau pertumbuhan anaknya. Dalam penelitian ini, Sebagian besar ibu memiliki sikap positif yaitu sebanyak 205 orang (85,4%) dan sianya 35 orang atau 14,6% yang masih memiliki sikap negative terhadap permasalahan gizi. Sikap seseorang terhadap gizi dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya pendidikan dan pengetahuan. Pendidikan ibu yang menjadi responden mayoritas memiliki jenjang pendidikan tamat SMA dan perguruan tinggi yaitu sebesar 90,8%. Namun, pada penelitian ini mayoritas pengetahuan gizi Ibu masih kurang dengan sikap positif yang dominan sebesar 85,5%, sehingga meskipun pengetahuan Ibu kurang, Ibu masih memiliki kesadaran positif dan motivasi memberikan makanan bergizi seimbang setiap hari bagi pertumbuhan dan perkembangan anak.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rahmawati dan Sari (2020) yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara sikap ibu dengan status gizi balita. Hasil ini juga diperkuat oleh temuan Sari et al. dan Ayuningtyas et.al. (2021), yang menekankan bahwa faktor pengetahuan, sikap dan perilaku ibu merupakan determinan utama dalam status gizi anak. Ibu yang memiliki sikap positif atau memiliki kesadaran terhadap gizi anaknya cenderung memiliki anak yang juga memiliki status gizi normal, sebaliknya jika ibu memiliki sikap yang negatif maka anaknya juga cenderung memiliki masalah kekurangan gizi (*wasting*).

3.3.3. Hubungan perilaku makan balita dengan status gizi balita (BB/TB)

Perilaku merupakan hasil akhir dari proses belajar yang dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, dan pengalaman individu. Perilaku makan balita sering dikaitkan dengan tindakan nyata yang dilakukan ibu dalam memilih makanan yang mencakup jenis bahan makanan yang dipilih, frekuensi makan, serta porsi makan. Perilaku makan meliputi kebiasaan memberi makan, variasi menu, frekuensi makan dan porsi sesuai usia, sedangkan status gizi diukur melalui indikator BB/TB dan kejadian *wasting*.

Hasil uji statistik bivariat menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan secara statistik antara perilaku makan dengan status gizi balita (nilai $p = 0,007$) berdasarkan Tabel 8. Hal ini menunjukkan hubungan yang kuat antara perilaku makan dengan status gizi anak. Dari tabel tersebut, terlihat bahwa perilaku makan anak

dengan kategori baik sebesar 23% terdiri atas anak dengan status gizi normal sebanyak 46 orang (19,2%) lebih banyak dibandingkan yang berstatus gizi *wasting* (1,2% dan *overweight* (2,9%). Perilaku makan yang kurang terlihat pada semua jenis makanan, baik itu dari perilaku makan makanan pokok, protein, sayur-sayuran, buah-buahan, susu dan produk susu, maupun makanan olahan, seperti yang ditunjukkan pada Tabel 5. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi et al. (2023) yang menunjukkan bahwa perilaku makan yang baik, seperti pemberian makanan yang beragam dan bergizi, berhubungan langsung dengan status gizi balita normal. Sehingga dapat dikatakan bahwa perilaku makan yang baik akan berkontribusi pada pencegahan malnutrisi dan meningkatkan status gizi balita.

Masih tingginya persentase perilaku makan yang kurang pada balita menunjukkan bahwa masih terdapat permasalahan dalam praktik pemberian makanan bergizi pada balita. Perilaku ibu dalam memberikan asi eksklusif dan MPASI yang tepat juga terbukti memiliki dampak positif terhadap pencegahan malnutrisi dan peningkatan daya tahan tubuh anak. Sedangkan perilaku yang kurang tepat seperti memberikan makanan olahan berlebihan atau tidak memperhatikan keseimbangan nutrisi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak. Kebiasaan dan pola hidup sehari-hari juga memengaruhi perilaku, seperti kebiasaan tidak sarapan dan menyuapi anak dengan makanan yang tidak sesuai usia atau terlalu sering memberikan makanan jajanan. Rendahnya pengetahuan ibu terhadap pola makan sehat turut memberi kontribusi yang signifikan terhadap perilaku ibu dalam memilih, mengolah dan menyajikan makanan bergizi sesuai kebutuhan balitanya. (Auliya, dkk, 2025)

Penelitian yang dilakukan oleh Syastriani Isna Putri dkk. (2023) menunjukkan bahwa ada hubungan yang kuat antara tindakan ibu dengan kejadian status gizi kurang ($p=0,00$; $r=0,522$). (Isna, dkk, 2023). Sebagaimana hasil penelitian yang dilakukan oleh Maria Ulfa dan Nisa'ul KA (2022) di Desa Wonosalam, perilaku dalam penerapan praktik gizi seimbang yang kurang pada balita menjadi penyebab tingginya masalah status gizi balita di Desa Wonosalam, Kabupaten Demak. Ibu balita kurang memberikan atau menyiapkan makanan yang padat gizi. Sejalan dengan penelitian Olsha, dkk. (2022) yang juga menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara praktik ibu dengan kejadian gizi kurang balita usia 24-60 bulan di Desa Binamang. Hal ini berarti ibu balita

dengan praktik gizi yang kurang baik lebih berisiko memiliki balita dengan status gizi kurang dibandingkan dengan ibu balita dengan praktik baik. (Olsha, dkk., 2022).

IV. PENUTUP

Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu, sikap ibu dan perilaku makan dengan status gizi balita (BB/TB) di wilayah kerja Puskesmas Sulamadaha tahun 2025. Ibu yang memiliki pengetahuan, sikap, dan perilaku makan yang baik kepada balita akan memiliki balita yang berstatus gizi normal, dan sebaliknya, ibu yang memiliki pengetahuan yang rendah, sikap yang negatif, dan perilaku makan yang kurang akan memiliki balita dengan status gizi kurang atau *wasting*. Adapun saran yang direkomendasikan kepada tenaga kesehatan Puskesmas Sulamadaha Kota Ternate, adalah untuk meningkatkan kegiatan penyuluhan gizi kepada ibu balita secara berkala dan pendampingan kepada keluarga balita yang memiliki status gizi kurang. Sedangkan kepada ibu balita disarankan untuk proaktif membawa balita ke posyandu dan meningkatkan pengetahuannya terkait gizi dan menerapkan perilaku makan sehat dalam keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada pihak Puskesmas Sulamadaha Kota Ternate dan Dinas Kesehatan Kota Ternate ; Ibu Dekan Fakultas Ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Maluku Utara beserta ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat dan dosen pembimbing yang telah memberikan masukan dan bimbingan kepada peneliti. Serta Seluruh responden Ibu balita yang telah bersedia diwawancara dan memberikan informasi hal-hal yang dibutuhkan oleh peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Auliya, Sabila., dkk. 2025. Hubungan tingkat pengetahuan, sikap dan perilaku Ibu dalam pemenuhan kebutuhan gizi dengan status gizi pada balita di Puskesmas Semanding. Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendekia, vol 4 (9); 262-271. <https://journal-mandiracendekia.com/jikmc>.
- Ayuningtyas., Uswatun Hasanah., Teti Yulawati. 2021. Hubungan tingkat pengetahuan ibu dengan status gizi balita. Nursing analysis: journal of nursing research, Vol 1 (10); 15 - 22.

- <https://openjournal.wdh.ac.id/index.php/NA/article/view/216/172>
- BKPK. 2022. Laporan Survei Status Gizi Indonesia tahun 2022. Jakarta; kementerian Kesehatan Indonesia.
- Conterius, Rosania & Yuldensia Avelina. 2022. Hubungan tingkat pengetahuan ibu dengan status gizi balita di Posyandu Flamboyan, Kelurahan Waloti, Kecamatan Alok Timur, Kabupaten Sikka. *Jurnal Keperawatan Kesehatan Masyarakat*, Vol 9 No. 2 ;15 -30. <https://jurnal.nusanipa.ac.id/index.php/jkkm/article/view/570/509>.
- Dinas Kesehatan Kota Ternate. 2024. Laporan Pemantauan Status Gizi Balita Kota Ternate.
- Ertiana, D., & Zain, S. 2023. Pendidikan Dan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Berhubungan Dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Ilkes (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 14(1), 96-108. doi:10.35966/ilkes.v14i1.279.
- Isna Putri Syarif, S., Asriadi, & Anita. 2023. Hubungan Perilaku Ibu dalam Pemilihan Makanan Balita dengan Status Gizi Kurang di Wilayah Kerja Puskesmas Wajo. *Jurnal Syntax Admiration*, 4(7), 979-988. <https://doi.org/10.46799/jsa.v4i7.715> (Original work published July 25, 2023).
- Olsha, A.N, Yusnira, & Verawati B. 2022. Hubungan pengetahuan, sikap, praktik Ibu dengan kejadian gizi kurang pada balita usia 24 – 60 bulan di desa Binamang. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3(2); 91-97.
- Pratiwi, I & Setiawan B. 2023. Perilaku makan ibu dengan status gizi balita: Studi Kasus di Puskesmas. *Jurnal Ilmu Gizi*.
- Rahmawati, N., dan sari A. 2022. Hubungan sikap ibu dengan status gizi balita di Puskesmas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Sari, H. P., Permatasari, L., & Putri, W. A. K. 2021. Perbedaan Keragaman Pangan, Pola Asuh Makan, dan Asupan Zat Gizi Makro pada Balita dari Ibu Bekerja dan Ibu Tidak Bekerja. *Amerta Nutrition*, 5(3), 276–283. <https://doi.org/10.20473/amnt.v5i3.2021.276-283>.
- Setyaningsih, S., & Kumala, F. D. 2023. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Asupan Zat Gizi Pada Balita Gizi Kurang. *Jurnal Surya Muda*, 5(2), 255–268. <https://doi.org/10.38102/jsm.v5i2.231>.
- Ulfa, M., & Azizah, N. 2022. Penerapan Perilaku Ibu Pada Balita Yang Mengalami Masalah Status Gizi Di Desa Wonosalam. *JKM (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Cendekia Utama*, 10(2), 256-268. doi:<https://doi.org/10.31596/jkm.v10i2.1287>.



Copyright© Juli 2026. Asriyanti Saga, Suryani Mansyur, Diah Merdekawati Surasno.

