

Pengetahuan Ibu Balita tentang Gizi Seimbang di Puskesmas Dumbo Raya, Gorontalo: Studi Deskriptif

Knowledge of Toddler Mothers about Balanced Nutrition at Dumbo Raya Health Center, Gorontalo: A Descriptive Study

Fidyatul Husna Dwi Putri Hasan^{1*}, Vivien Novarina A. Kasim², Cecy Rahma Karim^{2,3}, Muh. Nur Syukriani Yusuf¹, Suliyanti Otto⁴

¹ Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

² Departemen Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

³ Departemen Ilmu Gizi, RSUD Prof. Dr. Hi. Aloei Saboe, Gorontalo, Indonesia

⁴ Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

Corresponding Author Email: fidya_kedokteran@mahasiswa.ung.ac.id

Copyright: ©2025 The author(s). This article is published by Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

ORIGINAL RESEARCH

Submitted: 12-01-2025

Accepted: 15-04-2025

Kata Kunci:

Labu Kuning; Pisang Kepok; Pangan Fungsional; Diabetes; dan Serat

ABSTRAK

Orang tua berperan dalam menentukan penyediaan menu gizi seimbang yang mendukung kebutuhan gizi anak, sehingga pengetahuan gizi yang baik diperlukan untuk memastikan tumbuh kembang balita berjalan optimal. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang pada balita, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Dumbo Raya, karena termasuk dalam daerah prevalensi kategori tingkat berat di Provinsi Gorontalo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Metode pengambilan sampel adalah accidental sampling dan diperoleh sampel sebanyak 95 orang ibu balita. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pada google form yang telah validasi lalu di analisis dengan uji univariat. Hasil penelitian yaitu dari 95 responden, diperoleh bahwa karakteristik tingkat pengetahuan ibu balita mengenai gizi seimbang dengan frekuensi paling banyak adalah kategori "cukup" dengan 91 responden (95,8%), diikuti dengan kategori "baik" 4 responden (4,2%), dan jumlah paling sedikit terdapat pada kategori "kurang" 0 reponden. Hal ini diikuti dengan hasil univariat data Indeks Massa Tubuh (IMT) pada balita dengan frekuensi paling banyak yaitu IMT dengan kategori normal 67 orang (70,5%) dengan rincian hasil pengetahuan ibu pada kategori "cukup" dan "baik" masing-masing 64 responden (67,3%) dan 3 responden (3,1%). Gambaran pengetahuan ibu balita tentang gizi seimbang di Puskesmas Dumbo Raya Kota Gorontalo tahun 2024, mayoritas memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori cukup, yaitu sebanyak 91 orang (95,8%).

Keyword:

Toddler; Mother; balanced nutrition; knowledge; health center

ABSTRACT

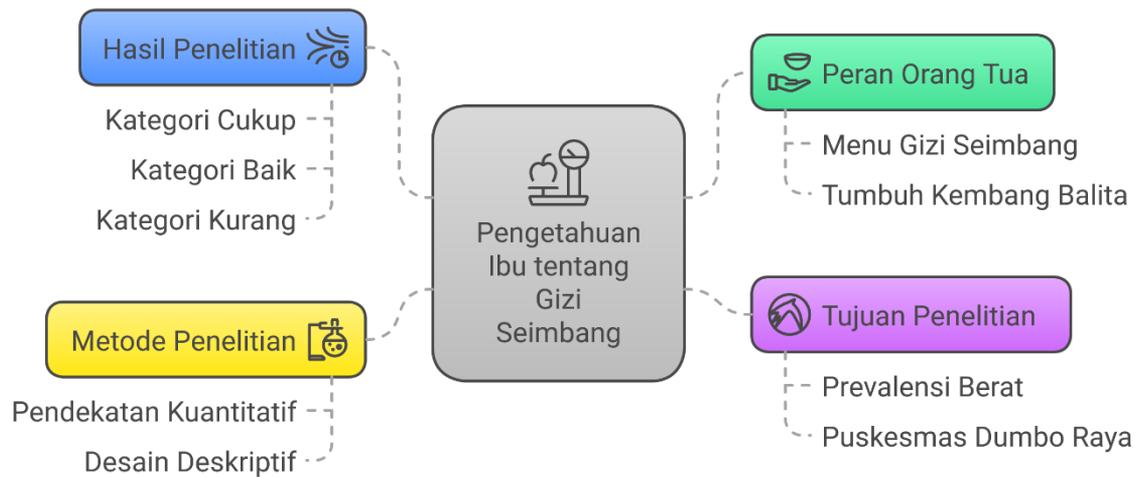
Parents play a crucial role in determining the provision of balanced nutritional menus that support children's dietary needs, thus requiring good nutritional knowledge to ensure optimal growth and development of toddlers. Methods The objective of this descriptive quantitative study was to ascertain the overview of mothers' knowledge regarding balanced nutrition for toddlers, specifically within the working area of Dumbo Raya Community Health Center (Puskesmas) in Gorontalo Province, as it is categorized as a high-prevalence area. Data were collected using an accidental sampling method, yielding a sample of 95 mothers of toddlers. A validated questionnaire administered via Google Forms was used for data collection, and the data were subsequently analyzed using univariate tests. Results Out of 95 respondents, the most frequent category for mothers' knowledge level regarding balanced nutrition for toddlers was "sufficient" with 91 respondents (95.8%), followed by the "good" category with 4 respondents (4.2%). No respondents were found in the "poor" knowledge category. This finding was further supported by the univariate results of the toddlers' Body Mass Index (BMI), where the most frequent category was "normal" BMI, encompassing 67 children (70.5%). Within this normal BMI group, mothers with "sufficient" knowledge accounted for 64 respondents (67.3%), and those with "good" knowledge accounted for 3 respondents (3.1%). Overall, the knowledge profile of mothers of toddlers regarding balanced nutrition in Dumbo Raya Puskesmas, Gorontalo City, in 2024 predominantly falls into the "sufficient" category, comprising 91 individuals (95.8%).



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

GRAPHICAL ABSTRACT

Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang pada Balita



PENDAHULUAN

Masalah gizi pokok yang dihadapi Indonesia adalah Kekurangan Energi Protein (KEP), Kekurangan Vitamin A (KVA), Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY), dan Anemia Gizi Besi (AGB), di samping masalah gizi lebih yaitu obesitas. Indonesia masih bergulat dengan tiga beban malnutrisi, yaitu: gizi buruk (wasting dan stunting), kelebihan berat badan, dan kekurangan gizi mikro (UNICEF Indonesia, n.d.). Salah satu faktor yang mendasari masalah gizi ini adalah rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang, yang pada akhirnya memengaruhi pola asupan zat gizi pada anak usia di bawah lima tahun (Hidayah, Kasman, & Mayasari, 2018; Sibarani, Astawan, & Palupi, 2016).

Penelitian ini menemukan adanya korelasi yang signifikan secara statistik antara tingkat pendidikan ibu ($p=0,019$) dan tingkat pengetahuan ibu ($p=0,003$) dengan status gizi anak balita. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan dan pengetahuan seorang ibu, cenderung semakin baik pula status gizi anaknya (Sitanggung & Werdana, 2021). Masih kurangnya pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang karena kurangnya keterampilan ibu untuk memilih dan mengolah makanan bergizi serta menyusun menu yang beragam dan seimbang serta kurangnya sosialisasi mengenai gizi seimbang (Oktaviasari, Urbaningrum, Afif, & Nurkhalim, 2023). Perbedaan hasil pada studi-studi sebelumnya ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dapat bervariasi antar lokasi dan populasi, dipengaruhi oleh faktor sosial-demografi dan akses informasi yang berbeda. Meskipun penelitian mengenai pengetahuan gizi ibu telah dilakukan, studi yang secara spesifik menggambarkan tingkat pengetahuan ibu di wilayah dengan prevalensi underweight kategori berat seperti Puskesmas Dumbo Raya masih terbatas. Padahal, pemahaman mendalam mengenai kondisi pengetahuan di area dengan masalah gizi spesifik dan berat sangat diperlukan untuk merancang intervensi yang lebih terfokus dan efektif. Dengan mengidentifikasi tingkat pengetahuan ibu di lokasi prioritas ini, penelitian ini akan mengisi kesenjangan informasi tersebut dan memberikan data dasar yang relevan bagi Puskesmas Dumbo Raya dan Dinas Kesehatan Kota Gorontalo.

Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memahami secara spesifik gambaran pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Dumbo Raya, yang merupakan salah satu daerah dengan prevalensi underweight tertinggi di Kota Gorontalo (Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo, 2023).

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Lokasi dari penelitian ini adalah wilayah kerja Puskesmas Dumbo Raya Kota Gorontalo yang dilaksanakan pada bulan Oktober tahun 2024. Penelitian ini menggunakan metode *accidental sampling* dengan jumlah populasi sebanyak 1.446 ibu yang memiliki balita hingga periode bulan Maret 2024. Penentuan jumlah sampel dilakukan menggunakan rumus *slovin* dengan batas toleransi kesalahan 10%, sehingga didapatkan jumlah sampel sebanyak 95 sampel.

Instrumen pada penelitian ini adalah kuesioner yang sudah dilakukan uji validitas dengan nilai person korelasi $<0,381$ dan telah di uji reabilitas dengan nilai *cronbach's alpha* 0,886. Kuesioner pengetahuan gizi seimbang dibagikan kepada responden melalui *google form* dan menggunakan skala *Guttman* dengan sebanyak 15 pertanyaan menggunakan jawaban ya-tidak dan benar-salah. Kuesioner terdiri dari 15 pertanyaan, yang mencakup 10 pertanyaan positif (+) dan 5 pertanyaan negatif (-). Skor untuk pertanyaan positif adalah "Benar = 1" dan "Salah = 0", sedangkan untuk pertanyaan negatif, "Benar = 0" dan "Salah = 1".

Penilaian pengetahuan gizi seimbang mencakup lima komponen utama, yaitu definisi gizi seimbang, pilar/prinsip gizi seimbang pada balita, pemenuhan gizi seimbang, faktor yang memengaruhi gizi seimbang, dan zat gizi yang dibutuhkan balita. Variabel yang digunakan dalam penelitian adalah pengetahuan ibu tentang gizi seimbang yang dikategorikan berdasarkan pengetahuan baik, cukup, dan kurang, dengan ketentuan penilaian baik jika jumlah menjawab benar sebanyak 11 – 15, cukup sebanyak 6 – 10, dan kurang sebanyak 1 – 5. Data penelitian dikumpulkan secara langsung melalui data primer yang diperoleh dari responden. Pengolahan dan analisis data pada penelitian ini menggunakan SPSS, dan dianalisis dengan teknik analisis univariat.

HASIL

Karakteristik responden berdasarkan usia ditunjukkan pada tabel 1 bahwa dari total 95 responden, mayoritas ibu berada dalam rentang usia 25–34 tahun (57,9%), dengan kategori pengetahuan gizi seimbang "cukup" pada 52 orang dan "baik" pada 3 orang. Kelompok usia 35–44 tahun mencakup 22,1% responden, dengan 20 orang dalam kategori "cukup" dan 1 orang dalam kategori "baik". Responden usia 20–24 tahun (17,9%) dan 15–19 tahun (2,1%) seluruhnya tergolong dalam kategori "cukup" dengan jumlah responden masing-masing adalah 17 orang dan 2 orang. Karakteristik responden ibu berdasarkan pendidikan akhir yang telah ditempuh, mayoritas responden (66,3%) memiliki tingkat pendidikan terakhir SMA atau sederajat, dengan 61 orang berada dalam kategori pengetahuan "cukup" dan "baik" masing-masing adalah 61 dan 2 orang. Sebanyak 17,9% responden berpendidikan SMP atau sederajat, terdiri dari 16 orang dalam kategori "cukup" dan 1 orang "baik". Responden lulusan akademi atau perguruan tinggi mencakup 12,6%, dengan 11 orang dalam kategori "cukup" dan 1 orang "baik". Jumlah terkecil berasal dari responden berpendidikan SD atau sederajat (3,2%), seluruhnya dalam kategori "cukup". Sementara pada karakteristik pekerjaan pada responden ibu diperoleh bahwa mayoritas responden (87,4%) bekerja sebagai ibu rumah tangga, dengan 80 orang berada dalam kategori pengetahuan "cukup" dan 3 orang "baik". Sebanyak 8,4% responden berprofesi sebagai PNS, terdiri dari 7 orang dalam kategori "cukup" dan 1 orang "baik". Profesi dengan jumlah responden paling sedikit adalah tenaga honorer (4,2%), seluruhnya berada dalam kategori "cukup".

Tabel 2 menunjukkan distribusi usia balita menunjukkan kelompok usia 1–2 tahun sebagai yang terbanyak (53,7%), dengan 48 responden dalam kategori pengetahuan "cukup" dan 3 responden "baik". Kelompok usia 2–3 tahun mencakup 21,1% responden, terdiri dari 19 orang dalam kategori "cukup" dan 1 orang "baik". Kelompok usia 3–4 tahun (11,6%) dan 4–5 tahun (13,7%) seluruhnya berada dalam kategori "cukup". Sementara pada karakteristik berdasarkan IMT balita menunjukkan bahwa mayoritas berada pada kelompok normal (70,5%), dengan 64 responden dalam kategori pengetahuan "cukup" dan 3 "baik". Kelompok berat badan kurang mencakup 17,9% responden, seluruhnya dalam kategori "cukup". Kelompok berat badan lebih terdiri dari 7,4% responden, juga seluruhnya dalam kategori "cukup". Kelompok dengan jumlah responden paling sedikit adalah obesitas (4,2%), dengan 3 orang dalam kategori "cukup" dan 1 orang "baik".

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan usia, pendidikan, dan pekerjaan pada ibu balita

Karakteristik Ibu	n = 95	Tingkat Pengetahuan			%
		Kurang	Cukup	Baik	
Usia Ibu					
15 – 19 tahun	2	0	2	0	2,1
20 – 24 tahun	17	0	17	0	17,9
25 – 34 tahun	55	0	52	3	57,9
35 – 44 tahun	21	0	20	1	22,1
Pendidikan Ibu					
Tamat SD/ sederajat	3	0	3	0	3,2
Tamat SMP/ sederajat	17	0	16	1	17,9
Tamat SMA/ sederajat	63	0	61	2	66,3
Tamat Perguruan Tinggi	12	0	11	1	12,6
Pekerjaan Ibu					
Ibu Rumah Tangga	83	0	80	3	87,4
Honorer	4	0	4	0	4,2
Pegawai Negeri Sipil	8	0	7	1	8,4

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan usia, dan IMT pada balita

Karakteristik Balita	n = 95	Tingkat Pengetahuan Ibu			%
		Kurang	Cukup	Baik	
Usia Balita					
1 – 2 tahun	51	0	48	3	53,7
2 – 3 tahun	20	0	19	1	21,1
3 – 4 tahun	11	0	11	0	11,6
4 – 5 tahun	13	0	13	0	13,7
IMT Balita					
Berat badan kurang	17	0	17	0	17,9
Normal	67	0	64	3	70,5
Berat bada berlebih	7	0	7	0	7,4
Obesitas	4	0	3	1	4,2

Tabel 3 menunjukkan bahwa seluruh responden memiliki tingkat pengetahuan gizi seimbang yang memadai atau lebih tinggi, tanpa adanya responden dengan pengetahuan rendah yang ditunjukkan dengan kategori tingkat pengetahuan "kurang". Sebanyak 4 responden (4,2%) berada dalam kategori "baik," sementara mayoritas, yaitu 91 responden (95,8%), berada dalam kategori "cukup." Temuan ini mencerminkan distribusi pengetahuan yang merata, dengan sebagian besar responden memiliki pemahaman memadai, meskipun masih ada ruang untuk peningkatan.

Tabel 3. Karakteristik tingkat pengetahuan ibu balita tentang gizi seimbang

Kategori pengetahuan	n = 95	%
Baik	4	4,2
Cukup	91	95,8

Berdasarkan Tabel 4, distribusi sikap pengetahuan ibu balita menunjukkan bahwa dari 95 responden, variabel yang paling banyak dipahami adalah definisi gizi seimbang, sedangkan variabel yang paling banyak tidak dipahami adalah mengenai zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh balita. Hal ini mencerminkan adanya kesenjangan dalam pemahaman ibu terhadap konsep dasar gizi seimbang dan pengetahuan spesifik terkait kebutuhan gizi anak balita.

Tabel 4. Karakteristik tingkat pengetahuan ibu balita tentang gizi seimbang

Variabel	No. Pernyataan	Pernyataan	Benar	Salah
Definisi gizi seimbang	1	Gizi seimbang adalah makanan yang terdiri dari beranekaragam makanan dalam jumlah dan proporsi yang sesuai sehingga memenuhi kebutuhan gizi seseorang.	95	0
	2	Manfaat mengonsumsi aneka ragam makanan setiap hari adalah untuk memenuhi kebutuhan gizi tubuh, sumber tenaga, pengatur dan pembangun.	94	1
Pilar/ prinsip gizi seimbang pada balita	14	Agar makanan yang kita makan aman bagi kesehatan maka sebelum dimasak harus dicuci dengan bersih.	94	1
	15	Agar tidak bosan balita diberikan makanan ringan untuk menambah nafsu makan.	7	88
Pemenuhan gizi seimbang pada balita	5	Zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh balita terdiri dari karbohidrat yang diperoleh dari nasi, roti, kentang. Protein yang diperoleh dari ikan atau daging, tempe dan tahu serta kacang-kacangan, lemak, vitamin, dan mineral.	94	1
	12	Makanan cepat saji yang berlemak dan berkarbohidrat tinggi adalah salah satu makanan bergizi seimbang.	24	71
Faktor yang mempengaruhi gizi seimbang pada balita	3	Kurang gizi dapat mengakibatkan anak mudah terserang penyakit sehingga mengganggu pertumbuhannya.	91	4
	4	Kekurangan gizi pada balita dapat diketahui dengan melihat balita tidak selera makan.	10	85
	11	Balita yang tidak mengonsumsi buah dan sayuran dapat mengakibatkan kekurangan vitamin A, vitamin C, dan serat.	91	4
	6	Makanan tinggi lemak baik untuk pertumbuhan balita.	9	86
	7	Fungsi utama dari protein adalah sumber energi.	1	94
	8	Nasi adalah termasuk makanan sumber karbohidrat.	95	0
	9	Mengonsumsi garam beryodium adalah untuk mencegah busung lapar.	15	80
Zat-zat yang dibutuhkan oleh balita	10	Buah-buahan dan sayuran merupakan bahan makanan yang mengandung vitamin dan mineral.	95	0
	13	Cairan yang dikonsumsi balita, terutama air minum tidak kurang dari 1 liter atau setara dengan 6 gelas sehari.	87	8

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi pengetahuan responden mayoritas berada pada kategori "cukup" (95,8%; 91 responden) dan "baik" (4,2%; 4 responden). Namun, data IMT balita

mengindikasikan adanya kasus gizi kurang (17,9%), berat badan lebih (7,4%), dan obesitas (4,2%). Meskipun sebagian besar ibu di wilayah kerja Puskesmas Dumbo Raya memiliki tingkat pengetahuan yang cukup dan baik mengenai gizi seimbang, hasil ini belum sepenuhnya tercermin dalam status gizi balita. Temuan ini mengindikasikan masih adanya kesenjangan antara pengetahuan ibu dan implementasi gizi seimbang pada balita.

Masa bayi dan balita memerlukan gizi yang seimbang untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Masalah gizi pada balita tersebut dapat terjadi terutama karena kekurangan asupan zat gizi yang adekuat, terutama zat gizi makro yaitu energi dan protein. Sebuah studi tinjauan sistematis yang berfokus pada periode 1000 HPK menggarisbawahi bahwa zat gizi makro seperti protein dan asam lemak esensial bagi perkembangan otak yang optimal. Defisiensi protein dan energi pada masa-masa awal kehidupan dapat merintangi pertumbuhan otak, yang pada akhirnya menyebabkan volume otak yang lebih rendah (Beluska-Turkan et al., 2019). Kemudian, bagi ibu hamil esensial untuk memelihara kondisi kehamilan yang sehat sebagai fondasi bagi perkembangan janin yang optimal, yang dapat dicapai melalui konsumsi pangan dengan kandungan zat-zat yang dibutuhkan oleh sistem biologis. Komponen zat gizi yang dimaksud meliputi kategori makronutrien dan mikronutrien (Beluska-Turkan et al., 2019). Praktik pemberian makan pada anak memiliki paralel dengan perilaku individu, unit keluarga, maupun masyarakat secara umum, yang dipengaruhi oleh variabel-variabel seperti jenis pekerjaan, tingkat pendidikan formal, keluasan wawasan, dan kerangka pandang terhadap faktor-faktor lain yang berkorelasi dengan tindakan yang tepat (Nikmah, Pusari, & Kusumaningtyas, 2021). Anak-anak yang mengalami kekurangan gizi kronis sejak usia muda cenderung menunjukkan penurunan selera makan dan pertumbuhan berat badan yang stagnan. Situasi ini menimbulkan serangkaian masalah, salah satunya adalah penurunan potensi intelektual (IQ) dan terhambatnya perkembangan kemampuan kognitif, yang pada akhirnya dapat berdampak negatif pada produktivitas mereka saat dewasa (Fesmia, Putri, Suryantini, & Nurhidayati, 2023).

Pemahaman ibu berdasarkan sikap menunjukkan bahwa mayoritas ibu memiliki pemahaman baik tentang konsep dasar gizi seimbang. Pernyataan mengenai definisi gizi seimbang sebagai makanan beraneka ragam tercatat memiliki tingkat jawaban benar sebesar 100%, sementara manfaat konsumsi makanan beragam untuk memenuhi kebutuhan gizi tubuh mencapai 98,9%. Namun, pemahaman ibu tentang fungsi spesifik zat gizi masih rendah. Sebagai contoh, hanya 1,1% responden yang menjawab benar terkait fungsi utama protein sebagai zat pembangun, sementara 98,9% menjawab salah dengan menganggap protein sebagai sumber energi utama. Meskipun seluruh ibu telah terlibat dalam memilih bahan makanan bergizi untuk balita mereka, penelitian menunjukkan bahwa mereka belum menyajikan makanan yang bervariasi (Pratiwi, Martini, & Nyandra, 2021). Mayoritas ibu juga belum mengoptimalkan daya tarik hidangan bagi balita dari segi warna, rasa, pengolahan, bentuk, maupun penggunaan alat makan khusus. Peran ibu dalam memilih makanan dan menciptakan suasana makan sudah ada, namun aspek penyajian makanan yang menarik belum diterapkan secara maksimal (Pratiwi et al., 2021).

Pada aspek lain, sebanyak 84,2% responden keliru memahami manfaat garam beryodium, mengaitkannya dengan pencegahan busung lapar. Penelitian lainnya menunjukkan bahwa sebanyak 64,28% responden memahami lima aspek stunting, yaitu: gagal tumbuh pada anak, praktik pengasuhan anak usia dini yang baik, pencegahan diare, kehadiran rutin di pos pelayanan kesehatan terpadu untuk anak usia dini, dan pengukuran tinggi badan, berat badan, serta lingkar kepala anak (Gomes & Jay, 2023). Aspek stunting lain yang belum dipahami oleh ibu meliputi komposisi makanan bergizi ideal, manfaat ASI bagi pertumbuhan dan perkembangan anak, penyebab stunting, dan cara pencegahan stunting (Gomes & Jay, 2023). Hasil penelitian ini menegaskan bahwa masalah status gizi balita, seperti ketidaksesuaian IMT, tidak hanya dipengaruhi oleh faktor ekonomi tetapi juga oleh rendahnya pengetahuan ibu tentang zat gizi dan pemenuhannya. Oleh karena itu, program edukasi berbasis Posyandu atau layanan kesehatan lainnya perlu difokuskan pada pemahaman tentang fungsi zat gizi dan penyusunan menu bergizi seimbang. Penguatan edukasi ini diharapkan dapat mengurangi prevalensi masalah gizi dan meningkatkan status gizi balita.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu balita di Puskesmas Dumbo Raya Kota Gorontalo Tahun 2024 memiliki pengetahuan cukup tentang gizi seimbang (95,8%). Dalam upaya untuk meningkatkan pemahaman tersebut, institusi pendidikan disarankan menggunakan hasil penelitian ini sebagai referensi dalam pengembangan ilmu gizi dan edukasi kesehatan. Penelitian lanjutan disarankan untuk memperluas cakupan dengan mengkaji faktor-faktor lain yang memengaruhi pengetahuan ibu serta mengevaluasi efektivitas program penyuluhan gizi.

PENDANAAN

Penelitian ini tidak menerima pendanaan eksternal

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Pimpinan dan Staf Puskesmas Dumbo Raya Kota Gorontalo atas bantuan selama pelaksanaan penelitian dan ucapan terima kasih kepada ibu Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Puskesmas Dumbo Raya Kota Gorontalo yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan

DAFTAR PUSTAKA

- Beluska-Turkan, K., Korczak, R., Hartell, B., Moskal, K., Maukonen, J., Alexander, D. E., ... Siriwardhana, N. (2019). Nutritional Gaps and Supplementation in the First 1000 Days. *Nutrients*, *11*(12), 2891. <https://doi.org/10.3390/nu11122891>
- Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo. (2023). *Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo Tahun 2023*. Gorontalo: Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo.
- Fesmia, H. L., Putri, L. L., Suryantini, N. K. M., & Nurhidayati, N. (2023). Nutrisi Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) Sebagai Dasar Perkembangan Kognitif: Sebuah Kajian Pustaka. *Unram Medical Journal*, *12*(3), 269–274. <https://doi.org/10.29303/jk.v12i3.4524>
- Gomes, F. D., & Jay, P. R. P. (2023). Pemahaman Kaum Ibu Tentang Stunting Dan Dampaknya Terhadap Asupan Gizi Anak Balita. *JURNAL SIPAKALEBBI*, *7*(1), 10–17. <https://doi.org/10.24252/sipakalebbs.v7i1.38033>
- Hidayah, N., Kasman, K., & Mayasari, M. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Di Wilayah Kerja Upt.Puskesmas Kertak Hanyar Kabupaten Banjar. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, *5*(1), 17–24. <https://doi.org/10.31602/ann.v5i1.1645>
- Nikmah, A., Pusari, R. W., & Kusumaningtyas, N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Orang Tua Mengenai Makanan Gizi Seimbang Terhadap Pertumbuhan Anak Usia 1-2 Tahun. *Jurnal Wawasan Pendidikan*, *1*(2), 264–271. <https://doi.org/10.26877/wp.v1i2.9053>
- Oktaviasari, D. I., Urbaningrum, N., Afif, A., & Nurkhalim, R. F. (2023). Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dan Pola Konsumsi Anak Pra-Sekolah pada Masa Pandemi Covid-19. *Jengjala : Jurnal Riset Pengembangan dan Pelayanan Kesehatan*, *2*(1), 1–7.
- Pratiwi, R. D., Martini, N. K., & Nyandra, M. (2021). Peran Ibu dalam Pemberian Makanan Bergizi pada Balita Status Gizi Baik yang Kesulitan Makan. *Jurnal Kesehatan*, *14*(2), 119–125. <https://doi.org/10.23917/jk.v14i2.11759>
- Sibarani, B. B., Astawan, M., & Palupi, N. S. (2016). Pola Makan dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Anak Balita di Posyandu Jakarta Utara. *Jurnal Mutu Pangan : Indonesian Journal of Food Quality*, *3*(1), 79–86.
- Sitanggang, T. W., & Werdana, Y. I. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Pengetahuan Ibu Tentang Kebutuhan Gizi Terhadap Status Gizi Balita. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*, *4*(1), 41–50.
- UNICEF Indonesia. (n.d.). Mengatasi tiga beban malnutrisi di Indonesia. Retrieved April 15, 2025, from <https://www.unicef.org/indonesia/id/gizi>