

KARYA TULIS ILMIAH
GAMBARAN PENGETAHUAN IBU, POLA MAKAN DAN ASUPAN GIZI
ANAK BALITA USIA 1- 3 TAHUN, DI KAMPUNG YOKA, DISTRIK
HERAM, KOTA JAYAPURA



Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Menyelesaikan
Pendidikan Akhir Diploma III

SARA GEMNASE
NIM: PO.71.32.2.08.44

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES JAYAPURA
JURUSAN GIZI
TAHUN 2012

LEMBAR PERSETUJUAN

**KARYA TULIS INI DENGAN JUDUL "GAMBARAN PENGETAHUAN
IBU, POLA MAKAN DAN ASUPAN ZAT GIZI ANAK BATITA USIA
1-3 TAHUN" DI KAMPUNG YOKA, DISTRIK HERAM,
KOTA JAYAPURA**

Oleh :

SARA GEMNASE
NIM. PO.71.32.2.08.44

**Telah Mendapat Persetujuan Untuk Ujian Karya Tulis
Ilmiah Jayapura, 01 september 2012**

Pembimbing I



I Rai Ngardita, SKM.M.Kes
NIP.19660315198031002

Pembimbing II



Sanya Anda Lusiana, SP
NIP.198508102009122003

LEMBAR PENGESAHAN

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU, POLA MAKAN, DAN ASUPAN
ZAT GIZI ANAK BALITA USIA 1-3 TAHUN DI KAMPUNG YOKA,
DISTRIK HERAM, KOTA JAYAPURA**

Oleh :

SARA GEMNASE
NIM.PO.71.32.2.08.44

**Telah Diuji Dan Dipertahankan Di Depan Tim
Penguji Pada Tanggal 01 September 2012**

Susunan Tim Penguji :

1. I Rai Ngardita,SKM.M.Kes (Ketua)
2. Sanya Anda Lusiana, SP (Anggota)
3. Gutit Enny Susanti, SKM.M.Kes (Anggota)
4. Merinta Sada,S,Gz (Anggota)

Telah diterima

pada tanggal01 September 2012

Ketua Jurusan Gizi



I Rai Ngardita,SKM.M.Kes
NIP.19660315 19803 1002

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh kesamaan disuatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis dalam masalah yang disebutkan dalam daftar pustaka.

Jayapura, September 2012

SARA GEMNASE

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : SARA GEMNASE
Tempat/Tanggal Lahir : MANELEK , 26 OKTOBER 1989
Agama : KRISTEN PROTESTAN
Alamat : KABUPATEN SORONG SELATAN

Pendidikan

1. SD YPK Baithesda Manelek di teminabuan, Tahun 1996
2. SLTP Negeri 1 Teminabuan di teminabuan, Tahun 2002
3. SMA Negeri 1 Teminabuan di Teminabuan, Tahun 2005
4. Jurusan Gizi-Poltekes Jayapura, tahun 2008-2009 sampai sekarang

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan Karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah yang merupakan salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Diploma III (D3) Gizi di politeknik Kesehatan Jayapura.

Penyusunan karya tulis ilmiah ini tidak terlepas dari berbagai hambatan &an kesulitan, namun berkat bantuan berupa bimbingan, arahan dan kerja sama dari berbagai pihak, akhirnya hambatan dan kesulitan tersebut dapat di atasi.

Dalam kesempatan ini perkenankanlah penulis untuk mengucapkan rasa trimakasih dan penghargaan yang sedalam-dalamnya kepada :

1. Isak Jurun Hans Tukayo, S.Kp, M.Sc,Direktur Politeknik kesehatan Jayapura yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti pendidikan.
2. Irai Ngardita SKM,M.Kes, Ketua Jurusan Gizi dan sekaligus sebagai dosen pembimbing I yang telah membimbing,dan membantu serta memberikan masukan dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Sanya Anda Lusiana,SP, dosen pembimbing II yang telah memberikan petunjuk, arahan dan bimbingan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Semua rekan-rekan angkatan 2008, selalu membantu memberikan semangat, motivasi, dorongan kepada penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
5. Almamater Politeknik Kesehatan Jayapura yang ku banggakan.
6. Semua pihak yang tidak sempat penulis sebutkan satu persatu yang telah ikut memberikan dorongan, semangat,motivasi, dan dukungan doa kepada penulis dalam menyusun Karyatulis Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa masih banyak kekurangan dalam menulis Karya Tulis Ilmiah ini. Oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan dalam penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAAN	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
INTISARI	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat Penelitian	6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Dasar Teori	
1. Pengertian Pengetahuan	6
2. Tingkat Pengetahuan	8
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan	
a. Usia	10
b. Pendidikan	10
4. Pola Makan Anak Balita	
a. Frekuensi Makan	13
b. Jenis Bahan Makanan	14
c. Jumlah Bahan Makanan	14
5. Asupan Zat Gizi Anak Balita	
a. Pengertian asupan zat gizi	15
b. Faktor-faktor yang mempengaruhi asupan	16
6. Pengertian Balita	
a. Karakteristik balita	22
b. Pengaturan makanan anak balita	23
B. Kerangka Konsep	
1. Kerangka Teori	25
2. Kerangka Pikir	26
C. Definisi Operasional	27

BAB III METODE PENELITIAN

A. Gambaran Umum Tempat Penelitian	28
B. Waktu Dan Tempat Penelitian	28

C. Populasi Dan Sampel	
1. Populasi	28
2. Sampel Penelitian	28
D. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data	
1. Jenis Pengumpulan Data	29
a. Data primer	30
b. Data sekunder	30
c. Alat ukur	31
2. Teknik Pengumpulan Data	31
E. Tahapan Penelitian	
a. Pelaksanaan penelitian	31
b. Penyajian data	32
F. Cara Analisis Data	
1. Pengolahan dan penyajian data	32
2. Teknik analisis data	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum Wilayah	34
1. Letak Geografis	34
B. Hasil Penelitian	35
1. Karakteristik sampel	
a. Umur dan jenis kelamin sampel	35
2. karakteristik responden	
a. pendidikan orang tua responden	36
b. pekerjaan responden	37
C. Pembahasan	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	49
B. Saran	50

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Nom	Halaman
2. 1. Kecukupan Zat Gizi Bayi Dan Balita Usia 1-3 Tahun	22
2. 2. Angka Kecukupan Energi, Protein dan Vitamin A	22
2. 3. Pengaturan Makanan Anak Balita Usia 1-3 Tahun	24
2. 4. Definisi Operasional Dan Kriteria Objektif	27
2. 5. Distribusi Sampel Menurut Umur Dan Jenis Pekerjaan	35
2. 6. Distribusi Tingkat Pendidikan Orang Tua Sampel Ayah.....	36
2. 7. Distribusi Tingkat Pendidikan Orang Sampel (Ibu)	37
2. 8. Distribusi Gambaran Pengetahuan Gizi Ibu	37
2. 9. Distribusi Sampel Menurut Pola Makan Anak Balita	38
2. 10. Distribusi Sampel Menurut Asupan Zat Gizi Anak Balita	39
2. 11. Distribusi Gambaran Pola Makan Dengan Pengetahuan Gizi Ibu	39
2. 12. Distribusi Pengetahuan Ibu Dengan Asupan Zat gizi	40
2.13. Distribusi Pola Makan Dengan Asupan Zat Gizi	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1.1. Kerangka Teori	18
1.2. Kerangka Pikir	19

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran. 1.	: Master Tabel	52
Lampiran. 2.	: Daftar Pustaka	53
Lampiran. 3.	: Pernyataan Mendejadi Respon	54
Lampiran. 4.	: Kuesioner	55
Lampiran. 5.	: Surat Ijin Penelitian	56

MOTO

1. Moto “ serahkanlah segala kekuatiranmu kepadan-Nya, sebab Ia yang memelihara kamu (*1 Petrus 5: 7*)
 2. “Ia tidak pernah berubah, apa yang dikehendaknya di laksanakan juga (*Ayub 23 : 13 – 14 @*)”.
- “Mutiara Alkitab “dalam kelemahan ada kekuatan, dalam cinta ada kasih, dalam yesus ada damai”
3. Apa yang kamu perbuat, perbuatlah dengan segenap hatimu seperti untuk Tuhan dan bukan untuk Manusia. (*Kolose 3 : 23*)
 4. “Tuhan yang memberi, Tuhan yang mengambil, terpujilah nama Tuhan” (*Ayub 1 : 21*)
 5. Marilah kepadaku, semua yang letih lesu dan berbeban berat , Aku akan memberi kelegaan kepadamu. (*Matius 11 : 28*)

PERSEMBAHAN

Karya Tulis Ilmiah Ini Ku Persembahkan Kepada :

1. Tuhan Yesus Kristus yang telah memelihara dan menuntun hidupku
2. Ayahandaku tercinta (Ocktovianus Gemnase) yang setia membesarkan, mendidik, membiayai, serta memberikan dukungan doa kepada saya dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Ibundaku tercinta (Agustina Gemnafle), yang setia membesarkan, memberikan kasih sayang dan dukungan doa kepada penulis selama pendidikan hingga karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Kakakku tersayang (Mathias, Benyamin Gemnase) yang telah setia memberikan motivasi dan dukungan doa kepada penulis dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Adik-adikku (telda, Bense, Ivon, Ina, Mahel & an keponakanku Edison Gemnase) yang selama ini menjadi motivasi kepada saya dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Tante ku tersayang (Kostantina, Elisabeth Gemnase) yang juga menjadi motivasi serta dukungan doa kepada saya dalam menulis Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Omku tercinta (Bernadus Gemnafle) dapat memberikan dorongan motivasi, dan juga mendoakan penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Ingin kupersembahkan kepada (Kampungku tercinta Manelek dan Jemaat Baithesda Manelek), yang telah menjadi motivasi, dorongan serta turut mendoakan penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
9. Sahabat-sahabatku yang tercinta (Ethi, Boni, Milka, Ike, Echa, Demas, Ana, & an Itin Wayoi), yang memberikan semangat, & an dorongan motivasi kepada saya dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
10. Rekan-rekan seperjuangan di Politeknik Kesehatan Jayapura Gizi angkatan 2008.
11. Almamater Poltekes Jayapura yang ku banggakan.

Jurusan Gizi-Politeknik Kesehatan Jayapura
Karya Tulis Ilmiah, September 2012

SARA GEMNASE

"GAMBARAN PENGETAHUAN IBU, POLA MAKAN DAN ASUPAN
ZAT GIZI ANAK BALITA USIA 1-3 TAHUN DI KAMPONG YOKA,
DISTRIK HERAM, KOTA JAYAPURA
xii,45 hal,8 tabel dan lampiran

INTISARI

Pangan dan gizi terkait erat dengan pola makan. Pola makan suatu daerah atau desa tertentu di papua biasanya berkembang dari pangan setempat dalam jangka waktu yang panjang. Disamping itu masyarakat berpengaruh pula terhadap kebiasaan makan. (Suhardjo,ddk, 1993).

Balita adalah anggota keluarga yang rentang terhadap makanan kurang gizi, khususnya kurang energi dan protein. Kekurangan energi dan protein masih merupakan masalah utama di Indonesia, meningkatnya angka prevalensi KEP terutama pada balita cukup tinggi. (Suhardjo,ddk,1990). Tingkat asupan adalah perbandingan antara kandungan zat gizi yang dikonsumsi yang kemudian di bandingkan dengan kebutuhan yang sebenarnya dari orang itu sendiri. Asupan energi mempengaruhi pertumbuhan tubuh dan bila asupan tidak adekuat, menyebabkan seluruh unit fungsional remaja ikut menderita, seperti terhambatnya metabolisme, penurunan aktifitas, dan tampilan fisik.(Soetjiningsih,2004).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Ibu,Pola Makan dan Asupan Zat Gizi Anak Balita Usia 1-3 tahun di Kampung Yoka, Distrik Heram, kota jayapura. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan *cross secsional study*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 28 Agustus-3 September 2011, dengan jumlah sampel 30 orang

Hasil penelitian ini menunjukkan (46,7%) tingkat pengetahuan ibu baik dan 53,3% tingkat pengetahuan kurang. Pola makan anak yang baik masing-masing sebesar 50%. Kemudian asupan zat gizi balita yang baik sebanyak 46,7% dan yang kurang sebanyak 53,33%.

Kata kunci : Balita adalah anggota keluarga yang rentang terhadap makanan makanan kurang gizi

Daftar Bacaan : 5 Buku, 7 Website, 4 KTI Jurusan Gizi Poltekes Jayapura
(1990 2007)

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Upaya pembangunan dalam Era Otonomi khusus yang dilaksanakan di Propinsi Papua, berdasarkan Undang-undang Nomor 21 Tahun 2001, yang dilaksanakan saat ini pada hakekatnya adalah untuk meningkatkan kesejahteraan Papua sebagai cermin dari tujuan pembangunan Nasional, dalam bingkai Negara Kesatuan Republik Indonesia. Dalam rangka mencapai tujuan tersebut, maka penyelenggaraan pembangunan di bidang kesehatan dilakukan selama lima tahun secara bertahap, berkesinambungan dan penekanannya disesuaikan dengan permasalahan dan arah yang ingin dicapai seperti yang ditetapkan Undang-undang Otonomi Khusus Tahun 2001 Nomor 2001, BAB XVII Pasal 59 ayat 1-5 tentang Kesehatan, dan Standar Mutu Pelayanan kesehatan bagi masyarakat Papua.

Dalam rangka meningkatkan taraf kesehatan dan kecerdasan rakyat, pembangunan kesehatan termasuk mutu gizi di Papua perlu ditingkatkan dengan mengusahakan partisipasi aktif masyarakat, dan diarahkan terutama kepada masyarakat yang berpenghasilan rendah, baik di desa maupun di kota. (Sketda Propinsi Papua tahun 2001). Pangan dan gizi terkait sangat erat dengan pola makan. Pola makan suatu daerah atau desa tertentu di Papua biasanya berkembang dari pangan setempat atau pangan yang ditanam di tempat dalam jangka waktu yang panjang. Di samping itu masyarakat berpengaruh pula terhadap kebiasaan makan (Suhardjo,dkk,1993)

Kebiasaan makan akan mempengaruhi jumlah zat gizi yang dikonsumsi. Kebiasaan makan yang kurang merupakan salah satu penyebab terjadinya masalah gizi (Berg, Alan, 1986). Balita adalah anggota keluarga yang rentan terhadap makanan kurang gizi, khususnya kurang energi dan protein (Suhardjo, dkk, 1989). Kekurangan energi dan protein (KEP) masih merupakan masalah utama di Indonesia, meningkatnya angka prevalensi KEP terutama pada anak balita cukup tinggi.

KEP juga mempengaruhi pertumbuhan organ-organ vital seperti jantung, otak dan syaraf. Kekurangan energi dan protein merupakan akibat konsumsi makanan yang kurang memadai baik kuantitas maupun kualitas, dan adanya penyakit infeksi yang diderita. Ditinjau dari umur, anak balita merupakan anak yang dalam masa pertumbuhan dan golongan umur yang paling rawan terhadap kekurangan energi, protein dan dijumpai pula pada orang dewasa terutama pada ibu hamil dan ibu menyusui (Unicef, 2000). Umbi-umbian seperti; ubi kayu, serta jenis sayuran yang banyak dikonsumsi adalah daun betatas, kol, daun, sayur paku dan kacang-kacangan (Suhardjo, dkk, 1989).

Asupan gizi merupakan salah satu faktor penentu kualitas sumber daya manusia. Indonesia sebagai negara berkembang mempunyai empat masalah gizi utama, yaitu kurang gizi protein (KEP), kurang Vitamin A (KUA), gangguan akibat kurang yodium (GAKI), dan anemia gizi besi, (Almatsier, 2001). Status gizi ditentukan oleh asupan gizi dan ada tidaknya infeksi atau penyakit infeksi, tingkat asupan gizi yang rendah secara terus-menerus pada waktu yang relatif lama, akan menyebabkan penggunaan energi cadangan yang disimpan dalam

bentuk lemak. Hal tersebut akan memperlambat pertumbuhan dan menurunkan daya tahan tubuh, sehingga akan mudah terserang penyakit. (Almatsier, 2001).

Dalam kehidupan masyarakat sehari-hari bahan makanan yang lebih banyak dikonsumsi adalah kandungan karbohidrat dari pada sayur-sayuran yang hanya dikonsumsi pada hari-hari tertentu saja. Hal ini dapat berakibat pada tingkat pemenuhan kebutuhan akan makan sangat kurang, dalam hal kecukupan energi protein (KEP), terutama pada balita (Khumaedi, 1994). Kebiasaan makan dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain : tingkat pendidikan, tingkat pendapatan keluarga, tingkat pengetahuan ibu, cara pengolahan makanan, cara penyaluran bahan makanan, pembagian makanan dalam keluarga cara penyediaan bahan makanan, tingkat penyajian makanan, menjadi hal yang menarik untuk diteliti umumnya pada masyarakat kota dan khususnya pada masyarakat Desa/Kampung (Suhardjo, dkk, 1989).

Pada saat ini Pemerintah melalui Dinas Kesehatan sedang giat-giatnya melaksanakan program Kesehatan guna peningkatan kesehatan masyarakat, terutama bagi kesehatan anak-anak baik usia balita atau diatasnya, mengingat bahwa anak adalah generasi penerus bangsa, yang menentukan maju mundurnya bangsa di masa yang akan datang. Faktor yang sangat penting dan harus diperhatikan bagi kesehatan anak terutama anak-anak balita pemberian makanan (Nutrisi) yang cukup gizinya, yang disesuaikan dengan gizi balita, sehingga anak tumbuh dan berkembang dengan secara normal, sehat dan kuat. (Nurohman, 2001)

Nutrisi merupakan faktor terpenting dalam organ tubuh manusia agar berfungsi dengan baik, nutrisi memberikan energi bagi aktivitas tubuh serta

memelihara kesehatan dan menambah daya tahan tubuh terhadap penyakit. (Nurohman, 2001). Pada usia balita, kecukupan gizi sangat tergantung kepada ibu atau pengasuhnya. Anak balita merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat, sehingga memerlukan zat gizi yang tinggi setiap kilogram berat badannya. (Nurohman, 2001). Pada masa balita, orang tua harus selalu memperhatikan kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi oleh anak-anak dengan membiasakan pola makan yang seimbang dan teratur setiap hari, sesuai dengan tingkat kecukupannya. (Cindar Bumi, 2005).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis merumuskan masalah penelitian :

- a. Bagaimana gambaran pengetahuan ibu, pola makan dan asupan zat gizi anak balita usia 1-3 tahun, di Kampung Yoka, Distrik Heram, Kota Jayapura?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui, gambaran pengetahuan ibu, pola makan anak dan asupan gizi anak balita usia 1-3 tahun di Kampung Yoka, Distrik Heram

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu di Kampung Yoka, Distrik Heram, Kota Jayapura

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu di Kampung Yoka, Distrik Heram, Kota Jayapura
- b. Untuk mengetahui gambaran pola makan anak balita usia 1-3 tahun di Kampung Yoka distrik Heram, Kota Jayapura
- c. Untuk mengetahui asupan gizi anak balita usia 1-3 tahun di Kampung Yoka Distrik Heram, Kota Jayapura
- d. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan dengan pola makan anak balita usia 1-3 tahun di kampung Yoka, Distrik Heram, Kota Jayapura.
- e. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan dengan asupan anak balita usia di kampung Yoka, Distrik Heram, Kota Jayapura
- f. Untuk mengetahui pola makan dengan asupan zat gizi anak balita usia 1-3 tahun, di kampung Yoka, Distrik Heram, Kota Jayapura

D. Manfaat Penelitian

1. Sebagai bahan informasi dan masukan bagi Kesehatan dalam upaya perencanaan program kesehatan.
2. Sebagai bahan masukan untuk berbagai pihak yang menangani masalah kesehatan dan gizi masyarakat.
3. Bagi peneliti yaitu merupakan pengalaman yang berharga dalam memperluas wawasan dan pengetahuan peneliti.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Dasar Teori

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui atau segala sesuatu yang berhubungan dengan masalah kesehatan, (DEPDIKNAS, 2001). Pengetahuan merupakan sesuatu yang sangat penting dan lebih dominan dalam membentuk tindakan seseorang. Menurut (Natoatmodjo,2007), pengetahuan adalah merupakan hasil dari tahu dan ini penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga. Menurut pendekatan konstruktivistis, pengetahuan bukanlah fakta dari kenyataan yang sedang dipelajari, melainkan sebagai konstruksi kognitif seseorang terhadap objek, pengalaman maupun lingkungannya.

Pengetahuan bukanlah sesuatu yang sudah ada dan tersedia dan sementara orang lain tinggal menerimanya,tetapi pengetahuan adalah sebagai suatu pembentuk yang terus menerus oleh seseorang yang setiap saat mengalami reorganisasi karena adanya pemahaman-pemahaman baru. Menurut kamus besar bahasa Indonesia Edisi Ketiga, tahun 2001, ilmu artinya adalah pengetahuan atau kepandaian. Dari penjelasan dan beberapa contohnya saja berkenaan dengan masalah keadaan alam, tetapi juga termasuk “kebatinan” dan persoalan-persoalan

lainnya, maka yang dimaksud pengetahuan atau kepandaian tersebut tidak. Pengetahuan diartikan hanyalah sekedar "tahu", yaitu hasil tahu dari usaha manusia untuk menjawab pertanyaan "*what*", misalnya (apa batu, apa gunung, apa air), dan sebagainya. Sedangkan ilmu bukan hanya sekedar dapat menjawab "apa", tetapi akan dapat menjawab "mengapa", dan "bagaimana" (*why* dan *how*), misalnya mengapa. Pada deskripsi, hipotesis Pengetahuan adalah informasi atau maklumat yang diketahui atau disadri oleh seseorang. Pengetahuan termasuk, tetapi tidak dibatasi pada deskripsi, hipotesis, konsep teori, prinsip dan prosedur yang secara probabilitas Bayesian adalah benar atau berguna. Pengetahuan merupakan hasil "tahu" dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. (Natoatmodjo, 1997). Merupakan penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan lain sebagainya). (Taufik, 2007),

Dalam pengertian lain, pengetahuan adalah berbagai gejala yang ditemui dan diperoleh manusia melalui pengamatan akal budinya untuk mengenali benda-benda atau kejadian tertentu yang belum pernah dilihat atau dirasakan sebelumnya. Misalnya ketika seseorang mencicipi masakan yang baru dikenalnya, ia akan mendapat pengetahuan tentang bentuk, rasa dan aroma masakan tersebut. Pengetahuan empiris juga bisa didapatkan melalui pengamatan pribadi manusia yang terjadi berulang kali, misalnya seseorang yang sering dipilih untuk memimpin organisasi. Selain pengetahuan empiris, ada pula pengetahuan yang didapat dari pikiran yang kemudian dikenal sebagai rasionalisme.

a. Tingakat Pengetahuan

Semakin banyak informasi yang dimiliki, maka pengetahuan itu bisa diberi tingkatan. Menurut Bloom (1992). Menurut Natoatmodjo, 2003, pengetahuan tercakup dalam domain kognitif dibedakan dalam enam tingkatan yaitu :

1) Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya termasuk dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain, menyebutkan, menguraikan, lalu definisikan, menyatakan dan sebagainya.

2) Memahami (*comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan didapat media menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

3) Aplikasi (*application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada satuan atau kondisi riil sebenarnya. Aplikasi disini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-

hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

4) Analisis (*analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen tetapi masuk satu struktur organisasi dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan (membuat bagang), membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

5) Sintesis (*synthesis*)

Sintesis menunjukkan kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan sesuatu yang baru dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formula-formula baru dari formula-formula yang ada masalahnya, menyusun, merencanakan, dapat menyesuaikan dan sebagainya, terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.

6) Evaluasi (*evaluation*)

Pada tingkat evaluasi adalah bila seseorang telah mempunyai kemampuan untuk mengevaluasi sesuai kriteria yang ditentukan. Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian ini didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan aturan-aturan yang telah ada.

2. Faktor- faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Menurut Natoatmodjo, 2003, pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor-faktor diantaranya :

a). Usia

Usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang, semakin bertambah akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik madya, individu lebih berperanaktif dalam masyarakat dan kehidupan sosial serta lebih banyak melakukan persiapan demi suksesnya upaya menyesuaikan diri menuju usia tua, (Natoatmodjo, 2003).

b). Pendidikan

Pendidikan adalah sebuah proses pengubahan sikap dan tatalaku seseorang atau kelompok dan juga usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan, maka jelas dapat kita simpulkan bahwa, sebuah visi pendidikan yaitu kecerdasan manusia. Tingkat pendidikan juga mempengaruhi prestasi untuk lebih menerima ide-ide dan teknologi baru (SDKI,1997). Pendidikan juga merupakan salah satu faktor yang merupakan prestasi seseorang karena dapat membuat seseorang untuk lebih mudah mengambil keputusan dan bertindak.

c). Pekerjaan

Pekerjaan merupakan kegiatan yang dilakukan dalam sehari-hari artinya makin cocok diambil, maka tinggi pula tingkat kepuasan yang diperoleh. (Hurlock, 1998).

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi pendidikan

a. Media

Media yang secara khusus didesain untuk mencapai masyarakat yang sangat luas jadi contoh dari media massa ini adalah televisi, radio, koran, dan majala.

b. Sumber Informasi

Informasi yang diperoleh dari beberapa sumber akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang bila seseorang mempunyai pengetahuan yang lebih luas. (Natoatmodjo, 2003). Berkembangnya teknologi akan tersedia bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang inovasi baru. Sebagai sarana komunikasi, berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, dan lain-lain mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang. Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya pengetahuan terhadap hal tersebut. (Natoatmodjo, 2003)

c. Sosial Budaya

Tingkah laku manusia untuk kelompok manusia dalam memenuhi kebutuhan yang meliputi sikap dan kepercayaan. Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan orang-orang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk. Dengan demikian seseorang akan bertambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan.

d. Sosial Ekonomi

Pekerjaan berhubungan dengan sosial ekonomi, semakin tinggi sosial ekonomi akan menambah tingkat pengetahuan *,Soekanto, 2000.* Seseorang juga akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi ini akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

e.lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di sekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan kedalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu.

f.Pengalaman

Pengalaman sebagai sumber pengetahuan adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang

kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi masa lalu. Pengalaman belajar dalam bekerja yang dikembangkan memberikan pengetahuan dan keterampilan professional serta pengalaman belajar selama bekerja akan dapat mengembangkan kemampuan mengambil keputusan yang merupakan manifestasi dari keterpaduan menalar secara ilmiah dan etik yang bertolak dari masalah nyata dalam bidang kerjanya.

4. Pola Makan Anak Balita

a. Frekuensi makan

Masalah gizi pada hakekatnya adalah masalah kesehatan masyarakat, namun penanggulangannya tidak dapat dilakukan dengan pendekatan medis dan pelayanan kesehatan saja, penyebab timbulnya masalah gizi adalah multifaktor. Oleh sebab itu pendekatan penanggulangannya harus melibatkan berbagai sektor yang terkait. Pola asuh merupakan sistem atau tata cara seorang ibu dalam memenuhi kebutuhan terutama memberi makan dan merawat anak dengan baik (Sudarmiati,2006).

Frekuensi makan dan pola makan keluarga di Indonesia pada umumnya adalah tiga kali dalam sehari. Hal ini terkait erat dengan masalah fisiologis, artinya hampir semua zat gizi itu di metabolisme dalam tubuh selama kurang lebih dari 4 jam.

b. Jenis bahan makanan

Menurut Daftar Komposisi Bahan Makanan yang dikeluarkan oleh (Direktorat Gizi Departemen Kesehatan RI), ada 11 golongan bahan makanan. Berdasarkan penggolongan ini kemudian dapat dianalisa konsumsi zat gizi yang diasup oleh seseorang. Setiap bahan makanan mempunyai susunan kimia yang berbeda-beda dan mengandung zat gizi yang bervariasi pula baik jenis maupun jumlahnya. (Suhardjo, 1992).

c. Jumlah bahan makanan

Bahan makanan bagi anak balita harus dipilih yang tidak merangsang, rendah serat, dan tidak mengandung gas. penggunaan rempah yang merangsang seperti : cabai, asam sebaiknya dihindari, penambahan vetsin dan sebaiknya menggunakan gula yang tidak membahayakan tubuh. Menu empat sehat lima sempurna atau makanan seimbang sangat baik diberikan kepada balita, di dalam menu digunakan berbagai jenis makanan yang terdiri atas :

1. Bahan makanan pokok
2. Bahan makanan lauk pauk
3. Bahan makanan sayur-sayuran
4. Bahan makanan buah-buahan
5. Bahan makanan susu. (Soengeng Santoso).
6. Pengaturan makanan untuk anak balita

Dalam merencanakan makanan yang tepat untuk seorang anak balita atau anak bayi, maka diperlukan langkah-langkah sebagai berikut :

- a) Menentukan jumlah kebutuhan zat gizi dengan menggunakan kebutuhan gizi.
- b). Menentukan jenis bahan makanan yang dipilih untuk menterjemahkan zat gizi yang diperlukan dalam bahan makanan.
- c). Menentukan jadwal waktu makan dan menentukan hidangan ditentukan oleh cara pemberian.
- d). Memperhatikan masukan yang terjadi terhadap hidangan tersebut, perlu dipertimbangkan kemungkinan faktor kesukaan dan ketidaksukaan terhadap suatu makanan.

5. Asupan Zat Gizi Anak

a. Pengertian Asupan Gizi

Asupan gizi adalah proporsi atau jumlah zat-zat yang dibutuhkan oleh tubuh untuk pertumbuhan dan perkembangan tubuh. Zat gizi merupakan unsur penting dalam proses pembentukan sel darah merah, zat besi secara alami diperoleh melalui makanan, Depkes RI, 1995, (Jena Ugar). Gizi adalah semua unsur atau zat air yang terdapat dalam makanan atau semua zat yang terdapat dalam pangan yang berfungsi untuk pertumbuhan dan perkembangan serta peningkatan seseorang. Djaeni, 1992.

Asupan gizi adalah banyaknya gizi dalam bahan makanan yang dimakan setiap hari yang diketahui dari hasil penimbangan dan food recall selama 1×24 jam selama satu hari dan hasilnya dibandingkan dengan angka kecukupan gizi yang dianjurkan. Zat makanan sebagai bahan makanan yang kita kenal adalah Kharbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral.

Kelima zat tersebut sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, bayi, balita maupun orang dewasa dapat meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. Asam folat sangat dibutuhkan dalam pembentukan sel darah merah, membantu metabolisme protein, juga diperlukan untuk pertumbuhan dan pembelahan sel-sel dalam tubuh. Vitamin C diperlukan untuk penyerapan zat besi dan proses pembentukan Hb. Oleh sebab itu asam folat dan vitamin c berkaitan erat atau tidak dapat dipisahkan dalam proses metabolisme. (Djaeni,1992)

b. Faktor -faktor yang mempengaruhi asupan zat gizi

1. Pendapatan Keluarga

Kebutuhan material keluarga tentu harus dipenuhi oleh berbagai jenis barang, yang sering juga disebut benda ekonomi. Pola pemakaian sumber keuangan ini sangat dipengaruhi oleh gaya hidup keluarga, ada yang berpolah hidup tinggi (mewah) dan pula yang berpola hidup sederhana. Pola hidup sederhana biasanya disertai

dengan penghematan dan berorientasi pada kebutuhannya hidup yang akan datang.

2. Karakteristik ibu

a. Umur

Pada masyarakat ibu yang mempunyai kebiasaan kawin muda, dianjurkan untuk menunda kehamilan dulu sampai paling sedikit umur 18 tahun. Karena kalau hamil kurang dari 18 tahun sering melahirkan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) yang angka kesakitan dan angka kematiannya tinggi. Demikian pula dianjurkan untuk tidak hamil sesudah umur 35 tahun, karena sesudah umur 35 tahun, resiko terhadap bayi maupun ibunya meningkat lagi.

b. Pengetahuan ibu tentang gizi

Kurangnya pengetahuan gizi dan kesehatan orang tua, khususnya ibu merupakan salah satu penyebab terjadinya kekurangan gizi pada balita. Di pedesaan makanan banyak dipengaruhi oleh keadaan sosial ekonomi dan kebudayaan, terdapat pantangan makanan pada balita misalnya anak kecil tidak diberikan ikan karena dapat menyebabkan sakit perut atau kembung. Ibu adalah seorang yang paling dekat dengan anak haruslah memiliki pengetahuan tentang gizi. (Almatsier, 1995)

1. Kebutuhan Gizi Anak Balita

Gizi Seimbang adalah makanan yang dikonsumsi dalam satu hari beragam dan mengandung zat tenaga, pembangun

dan zat pengatur sesuai dengan kebutuhan. keadaan tercermin dari derajat kesehatan dan tumbuh kembang balita yang optimal (Direktorat Gizi Masyarakat, 2000). Zat Gizi yang dibutuhkan balita adalah :

a. Energi

Energi diperlukan untuk bergerak atau melakukan atau melakukan pekerjaan fisik dan juga menggerakkan proses-proses pernafasan, pencernaan dan proses-proses fisiologis yang melebihi dari apa yang diperoleh dari makanan, kecuali meminjam atau menggunakan cadangan energi dalam tubuh, namun kebiasaan meminjam ini akan dapat mengakibatkan keadaan gawat yaitu kurang gizi khususnya energi. (Suhardjo, 1992).

Setiap balita dianjurkan makan makanan yang cukup mengandung energi agar dapat hidup dan untuk pertumbuhan tubuh dan melaksanakan kegiatan seperti bermain, berekreasi dan lain sebagainya. Kebutuhan energi dapat dipenuhi dengan mengkonsumsi makanan sumber karbohidrat, protein dan lemak. (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 1997).

b. protein

Protein adalah komponen utama setiap kehidupan sel, di dalam tubuh manusia terdapat lebih dari susunan protein

yang berbeda-beda dan tersusun atas asam amino. Protein sebagai zat pembangun sangat diperlukan oleh balita untuk pembuatan sel-sel baru dan merupakan unsur pembentuk organ tubuh. Selain itu juga protein berperan juga dalam pembentukan enzim dan hormon yang dapat mengatur proses metabolisme dalam tubuh. (Lia Amalia, 2006)

Protein untuk pertumbuhan, terdapat pada ikan, susu, telur, kacang-kacangan, tahu, dan tempe. Protein terbentuk dari unsur-unsur terdiri dari unsur karbon, hidrogen dan oksigen, akan ditambahkan dengan unsur lain yaitu nitrogen. beberapa protein juga mengandung unsur mineral. protein sebagai zat pembangun, yaitu merupakan bahan pembangun jaringan baru. (suhardjo, 1992).

Dengan demikian protein adalah penting bagi semua taraf kehidupan, mulai dari masa anak balita, anak-anak, remaja yang sedang bertumbuh. Pertumbuhan atau penambahan otot hanya bila tersedia cukup campuran asam amino yang sesuai termasuk untuk pemeliharaan dan perbaikan. (Almatsier, 2001).

c. Kh (Kharbohidrat)

Kh merupakan sumber energi utama yang terdiri dari dua jenis kharbohidrat sederhana (gula pasir dan gula merah)

sedangkan karbohidrat kompleks (tepung, beras, jagung, dan gandum).

d. Lemak yang terdapat pada margarin, mentega, minyak goreng, lemak hewan atau lemak tumbuhan

e. Vitamin pada umumnya dibentuk oleh tubuh yaitu:

1. Vitamin A untuk pertumbuhan tulang, mata dan kulit, juga mencegah kelainan bawaan.
2. Vitamin B untuk menjaga sistem susunan saraf berfungsi normal, mencegah penyakit beri-beri dan anemia.
3. Vitamin C berguna dalam pembentukan integritas jaringan dan peningkatan penyerapan zat besi, untuk menjaga kesehatan gusi, Mineral, berguna untuk menumbuhkan dan memperkuat jaringan serta mengatur keseimbangan cairan tubuh antara lain :
 - a. Zat besi berguna dalam pertumbuhan sel-sel darah merah yang dibutuhkan oleh pertumbuhan.
 - b. Kalsium berguna untuk pertumbuhan tulang dan gigi.
 - c. Yodium berguna untuk menyokong susunan saraf pusat, berkaitan dengan daya pikir dan mencegah kecacatan fisik dan mental. (Widjaja, 2000).

3). Pendidikan Ibu

Pendidikan orang tua juga ikut menentukan mudah dan tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan gizi yang mereka peroleh, serta berperan dalam penentu pola

penyusunan makanan dan pola pengasuhan anak. Dalam pola penyusunan makanan erat hubungannya dengan pengetahuan ibu mengenai bahan makanan seperti sumber Karbohidrat, Protein, Lemak, Vitamin, dan Mineral.

4. Pekerjaan Ibu

Bagi wanita pekerja, bagaimanapun mereka juga adalah ibu rumah tangga yang sulit lepas begitu saja dari himpunan keluarga. Dalam meniti karir, wanita mempunyai beban yang lebih berat dibandingkan dengan rekan prianya, artinya wanita lebih dahulu harus mengurus keluarga, suami, anak dan hal-hal lain yang menyangkut aktivitas keluarganya.

Pada ibu yang bekerja tentu saja waktu yang diberikan kepada anak balitanya akan lebih sedikit dari pada ibu yang tidak bekerja, tetapi perhatian yang diperlukan oleh anak balita sama besarnya. Penyebab tidak langsung dalam proses tumbuh kembang anak meliputi ketahanan keluarga, asupan gizi ibu terhadap anak, pemanfaatan pelayanan kesehatan dan sanitasi lingkungan.

Tabel 2.2 Kecukupan zat gizi bayi dan balita usia di bawah 3 tahun

Umur	1 - 6 Bulan	7 - 12 Bulan	1 - 3 Tahun
B (Berat Badan Kg)		8.5	12
TB (Tinggi Badan)	60	71	90
Kebutuhan / Hari :			
Energi (Kkl)	550	650	1000
Protein (Gr)	10	16	25
Vitamin A (Re)	375	400	400
Fe (Mg)	0.5	7	8
Kalsium (Mg)	200	400	500

Sumber : Depkes 2004

Tabel 2.3 Angka Kecukupan Energi, Protein dan Vit A yang di anjurkan oleh WHO Dan FAO

Umur 1- 3 Tahun	Angka kecukupan
Protein	26 gram
Energi	1250 kk
Vitamin A	360 RE

Sumber : Sugiono, 2005

6). Pengertian Anak Balita

a. Karakteristik Balita

Balita adalah anak usia 1-3 tahun merupakan konsumen pasif, artinya anak menerima makanan dari apa yang disediakan ibunya. Laju pertumbuhan masa balita lebih besar dari masa usia pra-sekolah, balita atau anak bawah umur lima tahun adalah anak usia kurang di bawah 5 tahun sehingga bagi usia dibawah satu tahun juga termasuk dalam golongan ini. Namun faal (kerja alat tubuh

kurang di bawah 5 tahun sehingga bagi usia dibawah satu tahun jugak termasuk dalam golongan ini. Namun faal (kerja alat tubuh semestinya) bagi usia di bawah usia satu tahun berbeda dengan anak usia diatas satu tahun, maka anak di bawah satu tahun tidak termasuk dalam golongan yang dikatakan balita. Anak usia 1-5 tahun dapat pula dikatakan mulai disapih atau selepas menyusui sampai dengan pra-sekolah

Sesuai dengan pertumbuhan badan dan perkembangan kecerdasannya, faal tubuhnya juga mengalami perkembangan sehingga jenis makanan dan cara pemberiannyapun harus disesuaikan dengan keadaannya. Berdasarkan karakteristiknya balita usia 1-5 tahun dapat dibedakan menjadi dua, yaitu anak yang berumur 1-3 tahun yang dikenal dengan balita merupakan konsumen pasif, sedangkan usia pra-sekolah lebih dekenal sebagai konsumen aktif. (Urip,2004)

4. Pengaturan makanan anak balita

Dalam merencanakan makanan yang tepat untuk seorang bayi atau anak, maka diperlukan langkah-langkah sebagai berikut :

- a. Menentukan jumlah kebutuhan zat gizi dengan menggunakan kebutuhan gizi
- b. Menentukan jenis bahan makanan yang dipilih untuk menterjemahkan zat gizi yang diperlukan dalam bahan makanan

- c. Menentukan jadwal waktu makan dan menentukan hidangan ditentukan oleh cara pemberian. (Soengeng Santoso, 1992)
- Pengaturan makanan yang sesuai dengan umur dan jam pengaturan pemberian makan dapat dilihat pada tabel berikut :

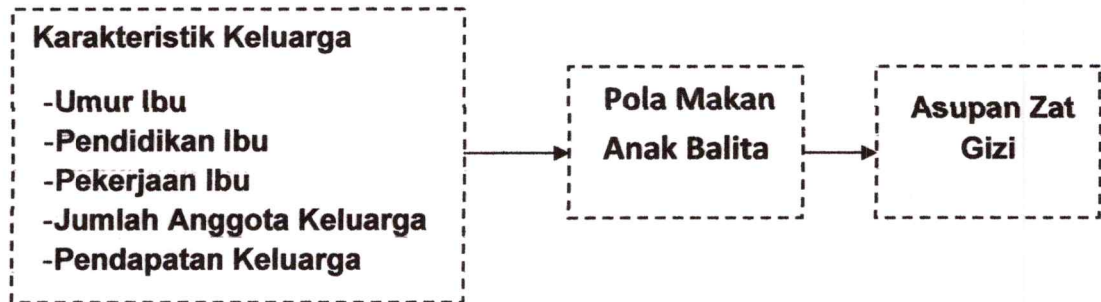
Tabel 2.1 Pengaturan makanan anak balita usia 1- 3 Tahun

Umur (Bulan)	Jenis Makanan	Porsi makanan/ Hari	Frekuensi
0-6 bulan	ASI	Disesuaikan dengan kebutuhan ASI, diberikan di setiap menangis	Minimal 6 kali
6-9 bulan	ASI, MP-ASI Makanan lunak	Disesuaikan dengan kebutuhan usia 6 bulan : 6 sdm (setiap kenaikan usia anak 1 bulan, porsi di tambah	Minimal 6 kali-2 kali
9-12 bulan	ASI makan lembek, makan selingan	Disesuaikan dengan kebutuhan 1 piring ukuran sedang (7 sdm)	Minimal 6 kali 4-5 kali 1 kali
1-2 tahun	ASI makanan keluarga makanan selingan	Disesuaikan dengan kebutuhan $\frac{1}{2}$ porsi orang dewasa (10 sdm) $\frac{1}{2}$ porsi orang dewasa	3 kali 2 kali
>24 bulan	Makanan keluarga, makanan selingan	Disesuaikan kebutuhan Disesuaikan kebutuhan	3 kali 2 kali

(Sumber : Supriasa, 2000)

B. Kerangka Konsep

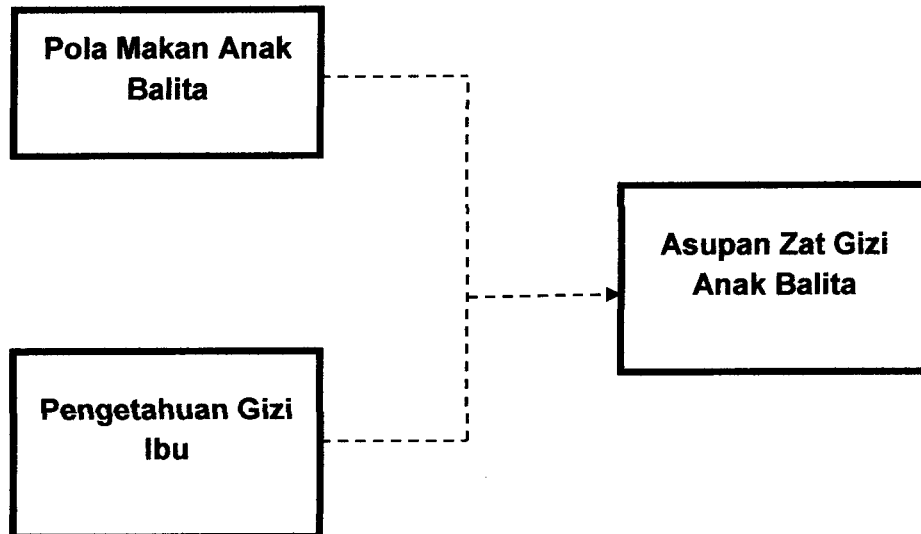
1. Kerangka Teori



Gambar 1: Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan

Sumber : (Supariasa, 2001)

2. Kerangka Pikir



Gambar. 2.2 Kerangka pikir

Keterangan :

—————> : variabel yang diteliti

Identitas Variabel

Variabel Independent = Pengetahuan Gizi Ibu.

Variabel Dependent = Pola makan, Asupan zat gizi.

C. Definisi Operasional Dan Kriteria Objektif

Definisi Oprasional	Kriteria Objektif
a. Pengetahuan adalah sesuatu yang di ketahui oleh seorang ibu tentang pengertian pengetahuan gizi dan penyediaan bahan makanan yang mengukur dengan menggunakan Quesioner.	Baik : jika responden menjawab benar $\geq 60\%$ dari jumlah skor jawaban tertinggi. Kurang: jika responden menjawab benar $< 60\%$ dari jumlah skor jawaban tertnggi.
b. Pola Makan Anak Pola makan anak adalah cara pemberian makan, jumlah kali makan keluarga dengan frekuensi makan yang diukur dengan menggunakan Quesioner.	Baik : responden menjawab jumlah kali makan per hari > 3 kali makan per hari. Kurang: Jika $\leq 80\%$ responden menjawab jumlah kali makan per hari < 3 kali makan per hari.
c. Asupan gizi adalah proporsi atau jumlah zat-zat gizi yang di butuhkan oleh tubuh untuk pertumbuhan dan perkembangan tubuh, yang diukur dari recall 1 x 24 jam, zat gizi yang diukur adalah energi dan protein.	Baik : Jika asupan energi dan protein $\geq$ kebutuhan. Kurang: Jika asupan energi dan Protein $<$ kebutuhan

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Gambaran Umum Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan *cross sectional study*.

B. Waktu Dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di kampung Yoka, Distrik Heram, Kota Jayapura, waktu penelitian selama 1 minggu. Penelitian dimulai pada tanggal (28-3 September 2011)

C. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Yang menjadi Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Ibu yang mempunyai anak balita usia 1-3 tahun sebanyak 128 orang di Kampung Yoka, Distrik Heram. (N = 128)

2. Sampel Penelitian

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah bagian dari populasi ibu yang mempunyai anak balita usia 1-3 tahun di kampung Yoka, Puskesmas Yoka, Distrik Heram, Kota Jayapura sebanyak 30 sampel dan diambil secara acak . dengan rumus : responden dengan rumus :

$$\begin{aligned}
 N &= \frac{N}{1 + N (d^2)} \\
 &= \frac{128}{1 + 1.28} \\
 &= \frac{128}{1 + 128 (0.1^2)} \\
 &= \frac{128}{2.28} = 56
 \end{aligned}$$

Keterangan :

n = Jumlah sampel

N = jumlah Populasi

d^2 = Taraf Signifikan

Jumlah sampel tiap dua posyandu di ambil secara proporsional dan dipilih secara acak, dan hasilnya yang diperoleh yaitu untuk satu posnyadu a 15, dan posyandu b 15 orang. Jadi sampel yang akan diteliti sebanyak 30 sampel.

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Pengumpulan Data

Data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah pengumpulan data primer dan data sekunder, data primer dilakukan dengan observasi langsung dan diperoleh melalui pengamatan secara langsung terhadap pola makan keluarga, tingkat pengetahuan gizi ibu dengan cara wawancara dan Asupa zat gizi (Food Recall) dengan menggunakan quisioner.

a. Data Primer

Data primer yang dikumpulkan diperoleh dengan metode wawancara langsung dengan orang tua responden menggunakan daftar pertanyaan yang telah disiapkan. Data primer yang dikumpulkan meliputi :

1. Data tingkat pengetahuan orang tua responden yang diperoleh dari hasil wawancara langsung terhadap responden dengan menggunakan daftar kuesioner.
2. Data pola makan yang diperoleh dari hasil wawancara dengan responden menggunakan daftar kuesioner pertanyaan tentang frekuensi makan dan dibandingkan dengan kebutuhan.
3. Data asupan yang diperoleh dari hasil wawancara langsung dengan responden dan menggunakan daftar kuesioner Food Recall 1× 24 jam .
4. Pendidikan dan pekerjaan orang tua responden yang diperoleh dari hasil wawancara langsung dengan responden dan menggunakan kuesioner.

b. Data Sekunder

Data mengenai gambaran umum lokasi penelitian, seperti wilayah geografis (luas wilayah), jumlah penduduk, dan jumlah anak balita di kampung yoka, Distrik Heram Kota Jayapura, yang diperoleh dari kepala kampung.

c. Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Timbangan injak (bathroom scale) dengan ketelitian 0.5 kg.
2. Microtoisce dengan panjang 2 cm.
3. Formulir food racall 1 x 24 jam dan asupan gizi batita
4. Kuesioner pengetahuan.

2. Teknik Pengumpula Data

Melakukan data dengan menggunakan kuesioner: Dan Peneliti melakukan pengecekan ulang pada kuesioner apakah responden telah menjawab pertanyaan dengan benar. Peneliti melakukan wawancara langsung kepada responden dengan menggunakan pertanyaan tentang pola makan dan asupan zat gizi.

E. Tahapan Penelitian

Penelitian ini dibagi menjadi dua tahap yaitu tahap persiapan dan pelaksanaan penelitian. Dalam tahap ini peneliti mengurus surat ijin penelitian dan pemberitahuan kepada pihak PUSKESMAS dan pihak kepala kampung, sekaligus mencari data-data yang termasuk dalam data sekunder dalam penelitian ini. Selain itu menyiapkan alat-alat yang dibutuhkan dalam penimbangan BB serta mempersiapkan daftar formulir food recall, pengetahuan dan asupan gizi balita.

a. Pelaksanaan Penelitian

Peneliti mendatangi responden dan melakukan pengukuran BB serta wawancara untuk mengisi daftar food recall, kuesioner dan formulir food recall. Selanjutnya setelah diperoleh, data-data tersebut diolah secara manual dengan menggunakan alat bantu kalkulator. Setelah ditabulasikan maka data dinarasikan, kemudian di presentasikan.

b. Penyajian Data

Semua data disajikan dalam bentuk distribusi tabel, dan narasi yaitu hasil wawancara dengan orang tua responden yang mempunyai anak balita usia 1-3 tahun di Kampung Yoka, Distrik Heram, Kota Jayapura.

F. Analisis Data

1. Pengolahan Dan Penyajian Data

Data setelah dikumpulkan, kemudian data diolah dan dianalisis, dilanjutkan atau disajikan dalam bentuk tabel/grafik (gambar) dan diikuti dengan penjelasan.

Tabulasi merupakan kegiatan menyusun data dalam tabel adalah kegiatan untuk meringkas yang masuk atau mentah kedalam tabel-tabel yang telah disiapkan. (Natoatmodjo, 2003).

2. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data, setelah data disimpulkan dengan menggunakan kuesioner, data dianalisis dengan manual yaitu

dengan mengubah data kuantitatif menjadi data kualitatif. Data kualitatif dengan Rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{y}{x} \times 100\%$$

Keterangan : P = Prosentasi

x = Jumlah jawaban yang benar

y = Jumlah seluruh pertanyaan

(Nursalam, 2008)

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Wilayah Penelitian

1. Letak Geografis lokasi penelitian

Wilayah kampung Yoka berada sekitar 3 km dari pusat Distrik Heram Abepura Kota Jayapura, dan berjarak 3700 km dari Distrik Hedam Abepura. Dan batas-batas wilayah kampung Yoka adalah sebagai berikut

- a. Sebelah selatan berbatasan dengan kampung Ayabo, secara adat. Namun secara administratifnya dihutan tempat mata pencarian masyarakat kampung Yoka.
- b. Sebelah barat berbatasan dengan kampung Itake atau Kabupaten Jayapura.
- c. Sebelah utara berbatasan dengan Kelurahan waena.
- d. Sebelah timur berbatasan dengan kampung Nafri secara adat dan secara pemerintahan berbatasan dengan Kelurahan Hedam atau Sipur Waena. Dan masyarakat Yoka perumahan dipinggir danau sentani dan memiliki rumah sebanyak 300 buah di bagi dalam 2 RT dan RW.

Letak Puskesmas Yoka dengan 2 Posyandu, yang strategisnya membuat masyarakat dengan mudah untuk menjangkau dari berbagai penduduk kampung mulai dari laki-laki 165 jiwa dan perempuan 120 jiwa keseluruhan suku papua adalah

285 jiwa, dan non papua yang berdomesili di kampung Yoka adalah laki-laki 30 jiwa dan perempuan sebanyak 45 jiwa, dengan jumlah 70 jiwa penduduk Kampung Yoka keseluruhan adalah berjumlah 360 jiwa, yang terbagi dalam 2 RW dan 4 RT. (Kampung Yoka 2011)

B. Hasil Penelitian

1. Karakteristik Sampel

Hasil penelitian yang dilakukan di lapangan dengan wawancara, observasi langsung kepada sampel, maka identitas sampel yang diperoleh adalah :

a. Umur dan Jenis Kelamin Sampel

Sampel yang diteliti adalah 30 orang, yaitu umur terendah 12 bulan dan tertinggi 36 bulan. jenis kelamin yang terbanyak adalah laki-laki, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel dibawah :

Tabel 4.1 Distribusi Sampel Menurut Umur Dan Jenis Kelamin.

No.	Umur bulan	Jenis Kelamin				Jumlah	
		Laki-laki		Perempuan			
		n	%	n	%	n	%
1	12-24	9	30	6	20	15	50
2	25-36	10	33.33	5	16.66	15	50
Jumlah		19	63.33	11	36.66	30	100

Sumber : Data Primer, Kampung Yoka, 2011

Berdasarkan data pada tabel diatas dapat disimpulkan bahwa sampel yang berusia 12-24 bulan berjumlah 15 (50 %) sampel, dan kemudian usia 25-36 bulan berjumlah 15 (50 %) sampel.

2. Karakteristik Responden

Hasil penelitian yang dilakukan di lapangan dengan observasi wawancara, observasi langsung kepada responden, maka karakteristik responden yang diperoleh adalah :

a. Pendidikan Orang Tua Responden (ayah dan Ibu)

Tingkat pendidikan orang tua sampel yang terendah adalah perguruan tinggi dan kemudian yang tidak berpendidikan (TS), untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.2 Distribusi Tingkat Pendidikan Orang Tua Sampel (Ayah

No	Pendidikan	Ayah		Ibu		Jumlah
		n	%	n	%	
1	Perguruan Tinggi	4	13,34	4	13,34	8
2	SMA	6	20	7	23,34	13
3	SMP	6	20	5	16,67	26
4	SD	7	23,34	7	23,34	14
5	Tidak Sekolah	7	23,34	7	23,34	14
Jumlah		30	100	30	100	75

Sumber : Data primer, Kampung Yoka, 2011

Berdasarkan data pada tabel di atas, menunjukkan bahwa distribusi tingkat pendidikan orang tua responden (ayah responden) yang tertinggi SD dan TS sebanyak 7 orang (23,34%), dan yang paling rendah pada pendidikan ayah adalah PT sebanyak 4 orang (13,34%), sedangkan pendidikan orang tua responden (ibu) yang paling tinggi adalah SMA yaitu 7 orang (23,4%). Dan SD berjumlah 7 orang (23,34%), TS berjumlah 7 orang (23,34%), kemudian yang paling rendah adalah PT yaitu 4 orang (6,67%).

b. Pekerjaan Responden.

Pekerjaan orang sampel seperti IRT, PNS, Swasta, dan petani.

Tabel 4.3 Distribusi Tingkat Pendidikan Orang tua Sampel (Ibu) di Kampung Yoka, Distrik Heram, 2011

No	Pekerjaan	Ayah		Ibu		
		n	%	n	%	
1	PNS	9	30	8	26,67	17
2	Swasta	7	23,33	5	16,67	12
3	Petani	14	46,67	17	56,66	31
Jumlah		30	100	130	100	60

Sumber : Data Primer, Kampung Yoka, 2011

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan pekerjaan orang tua (ayah) tertinggi yaitu Tani (46,67), dan yang terendah adalah swasta sebanyak 7 (23,4%). Pekerjaan ibu yang paling tertinggi yaitu sebagai IRT (56,67%), pekerjaan swasta yang terendah sebanyak 5 orang (16,7%). untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di atas.

3. Pengetahuan gizi Ibu

Pengetahuan ibu dapat diperoleh dengan menggunakan kuesioner yang dijawab langsung oleh ibu sendiri.

Tabel 4.4 Distribusi Gambaran Pengetahuan Gizi Ibu di Kampung Yoka.

No.	Pengetahuan Ibu	n	Presentasi %
1	Baik	14	46,7%
2	Kurang	16	53,3%
Jumlah		30	100

Sumber : Data Primer, 2011

Berdasarkan data yang terdapat pada tabel diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan ibu yang baik sebanyak 14 oarang (46,7%), dan tingkat pengetahuan ibu yang kurang sebanyak 16 orang (53,3%).

4. Pola makan anak balita usia 1-3 tahun

a. Pola makan anak balita

Pola makan pada anak balita yang baik sangat berguna karenaakan membantu anak tersebut dalam masa pertumbuhan badan dan perkembangan otak anak balita tersebut. Distribusi sampel menurut pola makan dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.5 Distribusi sampel menurut pola makan anak balita di Kampung Yoka

No	Pola Makan Anak Balita	n	Persentase %
1	Baik	15	50
2	Kurang	15	50
Jumlah		30	100 %

Sumber : Data Terrolah, Kampung Yoka, 2012

Dari 30 sampel yang diteliti menunjukkan bahwa pola makan yang baik dengan sebanyak 15 orang (50 %), dan sampel atau keluarga balita yang mempunyai pola makan kurang dengan frekuensi sebanyak 15 (50%).

b. Asupan Gizi Anak Balita

Asupan zat gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan kesejahteraan manusia. Dan

asupan zat gizi anak balita diperoleh dengan menggunakan kuesioner food recall yang dijawab oleh ibu responden sendiri.

Tabel 4.6 Distribusi Asupan gizi Anak Balita di Kampung Yoka, 2011

No	Asupan gizi Anak Batita	n	Persentase %
1	Baik	14	46,6
2	Kurang	16	53,4
Jumlah		30	100

Sumber : Data Primer, 2012

Berdasarkan data pada tabel diatas dapat diketahui bahwa asupan gizi yang baik adalah sebanyak 14 (46,6 %), dan kemudian Asupan gizi yang kurang adalah sebanyak 16 (53,4 %).

c. Gambaran Pola Makan Anak Balita Dengan Pengetahuan Ibu

Tabel 4.7 Distribusi Gambaran Pola Makan Dengan Pengetahuan Di Kampung Yoka, 2011

No	Pengetahuan Ibu	Pola makan				Jumlah	
		Baik		Kurang			
		n	%	n	%	n	%
1	Baik	9	46,2	5	35,7	14	100
2	Kurang	6	37,5	10	62,7	16	100
Jumlah		15	100	15	100	30	100

Sumber : Data Prmer Terrolah, 2012

Berdasarkan data pada tabel 9 diatas, maka dapat disimpulkan bahwa dari 30 sampel yang diteliti, ibu yang mempunyai pengeahuan baik

dengan pola makan adalah berjumlah 9 orang (64,2%) dan pengetahuan kurang dengan pola makan baik sebanyak 6 orang (37,5%). Kemudian 5 orang (35,7%) yaitu pola makan anak yang kurang dengan pengetahuan gizi ibu yang baik, dan pola makan kurang dengan pengetahuan ibu yang kurang adalah 10 (62,7%) mempunyai pengetahuan gizi kurang.

d. Gambaran Pengetahuan Ibu Dengan Asupan Gizi Anak Balita

Tabel 4.8 Distribusi Gambaran Pengetahuan Ibu dan asupan zat gizi anak balita usia 1-3 tahun. Di Kampung Yoka, 2011

No.	Pengetahuan Ibu	Asupan Gizi				Jumlah	
		Baik		Kurang		n	%
		n	%	n	%		
1	Baik	7	50	6	50	14	100
2	Kurang	7	43,7	9	56,3	16	100
	Jumlah	14	93,7	16	106,3	30	100

Sumber : Data Terrolah, 2012

Berdasarkan data pada tabel 10 diatas dapat diketahui bahwa, dari 30 sampel yang diteliti 7 (50%) mempunyai asupan gizi baik, dan 7 orang (43,7%) mempunyai tingkat pengetahuan gizi baik. Dan 6 (50%) mempunyai asupan gizi kurang, kemudian tingkat pengetahuan gizi ibu yang kurang yaitu 9 orang (56,3%).

e. Gambaran Pola Makan Anak Balita Dengan Asupan Gizi

Tabel 4.9 Distribusi gambaran pola makan dan asupan gizi anak balita

Pola Makan	Asupan gizi				Jumlah	
	Baik		Kurang			
	n	%	n s	%	n	Persentase %
Baik	7	50	6	40	5	100
Kurang	7	46,7	9	60	15	100
Jumlah	14	96,7	16	100	30	100

Sumber : Data Terrolah, 2012

Berdasarkan hasil pada data tabel 4.9 diatas dapat disimpulkan bahwa dari 30 sampel yang diteliti terdapat 7 (50%) yaitu yang mempunyai asupan zat gizi baik, dan 7 (46,7%) mempunyai pola makan baik. Dan kemudian 6 (40%) mempunyai asupan zat gizi kurang,9 orang (60%) yaitu mempunyai asupan zat gizi kurang. Asupan gizi yang baik dengan pola makan yang baik adalah dengan frekuensi 7 (23,3%), dan asupan zat gizi yang kurang dengan pola makan yang baik yaitu 9 (30%), sedangkan asupan gizi yang baik dengan pola makan anak balita yang kurang yaitu adalah dengan frekuensi 7 (23,3%), kemudian asupan gizi yang kurang dengan pola makan anak balita yang kurang adalah dengan frekuensi 7 (23,3 %)

C. Pembahasan

1. Karakteristik sampel

dari 30 sampel yang diteliti, dan ibu yang mempunyai anak usia 1-3 tahun di kampung yoka, distrik heram, kota jayapura dilihat bahwa usia anak yang terbanyak adalah 25-36 bulan yaitu sebanyak 15 orang (50%), dan 12-24 bulan sebanyak 15 orang (50%).

2. Karakteristik Responden

hasil distribusi responden menurut pendidikan dan pekerjaan ayah dan ibu responden yang tertinggi adalah SD dan TS sebanyak 7 orang (23,3%), dan pendidikan terendah adalah perguruan tinggi berjumlah 4 orang (13,4%). Dan pekerjaan orang tua responden (ayah) yang tertinggi adalah Tani sebanyak 14 orang (46,7%), dan terendah adalah swasta sebanyak 7 orang (23,3%). Kemudian ibu responden yang tertinggi adalah IRT sebanyak 17 orang (56,6%) dan terendah adalah swasta yaitu 5 orang (16,7%) responden.

3. Pengetahuan Gizi Ibu

Dari hasil distribusi sampel menurut pengetahuan gizi ibu yang telah diteliti pengetahuan ibu yang baik sebanyak 14 orang (46,7%), dan pengetahuan ibu yang kurang adalah sebanyak 16 orang (53,3%) responden.

4. Pola Makan Anak Balita

Untuk mengetahui pola makan anak balita, maka digunakan formulir food recall. hasil penelitian berdasarkan pengukuran asupan gizi anak dengan menggunakan kuesioner pada anak usia 1-3 tahun menunjukkan

bahwa dari 30 sampel diatas terdapat 15 (50%) sampel dengan pola makan yang kurang dan anak dengan pola makan yang baik sebanyak 15 orang (50%).

5. Asupan Zat Gizi Anak Balita Usia 1-3 Tahun

Untuk mengetahui pola makan anak balita, maka digunakan kuesioner dan formulir food recall . Hasil penelitian berdasarkan pengukuran asupan zat gizi dan pola makan anak balita dengan menggunakan kuesioner dan formulir food recall pada anak usia 1-3 tahun menunjukkan bahwa dari 30 sampel terdapat 16 (53,4%) sampel anak terdapat pola makan kurang, dan pola makan baik didapat 14 (46,6%) sampel.

6. Distribusi gambaran pengetahuan ibu dengan pola makan

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa pola makan anak balita yang baik dengan responden ibu yang memiliki pengetahuan gizi baik sebanyak 6 (42,8%), pola makan yang kurang dengan pengetahuan yang baik sebanyak 9 (57,2%), 8 (57,2%) yaitu pengetahuan yang baik dengan pola makan yang kurang. Kemudian 7 (43,7%) mempunyai pengetahuan gizi ibu yang kurang dengan pola makan yang kurang.

7. Distribusi gambaran pengetahuan ibu dengan asupan zat gizi anak balita usia 1-3 Tahun

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa asupan zat gizi yang baik dengan responden ibu yang memiliki pengetahuan gizi baik sebanyak 7 (50%), asupan gizi yang kurang dengan pengetahuan gizi yang baik sebanyak 6 (50%), 7 (43,7%) yaitu pengetahuan yang baik

dengan asupan zat gizi yang baik. Kemudian 9 (56,3%) mempunyai pengetahuan gizi ibu yang kurang dengan asupan gizi yang kurang.

8. Distribusi gambaran pola makan dengan asupan zat gizi

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa pola makan yang baik dengan asupan zat gizi yang baik sebanyak 7 (50%), pola makan yang baik dengan asupan yang kurang 6 (50%), 7 (46,7%), yaitu pola makan kurang dengan asupan gizi baik. Kemudian pola makan yang kurang dengan asupan gizi yang kurang adalah 9 (60%).

a. Pola makan anak balita

Makan makanan yang dikonsumsi oleh anak balita pada masyarakat kampung yoka adalah sagu dan ubi, berarti sering juga mengkonsumsi bahan makanan yang lain, tetapi karena sagu dan ubi didapat dari kebunnya sendiri atau dusun, maupun kebun famili atau keluarganya, sehingga untuk itu tidak perlu dibeli, (kampung Yoka). Jenis sayur yang dikonsumsi antara lain daun betatas, daun singkong, genemo,, bayam, kangkung dan lain-lain.

Masyarakat kampung yoka umumnya mempunyai frekuensi makan antara 2 atau 3 kali makan setiap hari, karena kebanyakan ibu-ibu berladang atau berkebun dan jualan di pasar dari pagi sampai soreh dan untuk menyiapkan makanan untuk anggota keluarganya kurang perhatian dari ibu-ibu. Anak balita yang kurang mengkonsumsi makanan dengan baik dapat menyebabkan terjadinya kekurangan zat gizi. Kurangnya zat gizi biasa disebabkan karena pada suatu sisi akan meningkatkan asupan zat gizi akan berpengaruh terhadap pertumbuhan,

perkembangan dan kelangsungan hidup anak, namun disisi lain keadaan sosial ekonomi, kebiasaan makan, dan juga pantangan makanan tertentu yang tidak dikonsumsi oleh masyarakat yoka diantaranya seperti: pada ibu hamil atau menyusui, dalam keadaan hamil tidak boleh mengkonsumsi daging, ikan dan supermi, karena setelah dikonsumsi anak- anak akan mengalami penyakit gatal-gatal dan alergi. (Depkes RI, 1993). (Kampung Yoka, 2011)

Beberapa daerah pedesaan di Propinsi Papua memiliki sejumlah aneka ragam budaya dan kebiasaan makan, khususnya tingkah laku masyarakat dalam pola pemberian makan kepada anak, bimbingan anak dalam keluarga maupun perawatan anak dalam kehidupan sehari-hari. Pembagian makan dalam keluarga secara tradisional atau secara adat di masyarakat yoka, ayah prioritas utamanya adalah atas jumlah dan jenis makanan tertentu dalam keluarga, dan setelah ayah anak laki- laki yang tertua bahkan sampai yang masih kecil. Pada beberapa kasus wanita anak kecil hanya memperoleh makanan sisah yang dikonsumsi oleh anggota keluarga prianya. Untuk balita dan anak- anak yang masih kecil dan wanita selama tahun- tahun penyapihan, pengaruh tambahan dari pembagian makanan dengan persyaratan dan anjuran kesehatan sehingga dapat mempengaruhi kesehatan anak.

Menurut Suhardjo ddk,1992, juga menyebutkan bahwa pertumbuhan anak balita sangat dipengaruhi oleh pemberian makanan bergizi sejak dalam kandungan sampai pada remaja. Pengetahuan

yang kurang tentang makanan yang sehat dapat mempengaruhi pola makan, dan tentu akan menurunkan kemampuan produktivitas bekerja. (Suhardjo ddk,1992), mengatakan bahwa kebiasaan atau pola makan tertentu yang timbul sejak anak-anak dipertahankan sampai usia dewasa, oleh karena itu seorang anak setelah usia empat bulan harus mengkonsumsi makanan yang bergizi dan beraneka ragam jenisnya sehingga mendorong terbentuknya pola makan yang sehat atau baik.

b. Tingkat Pengetahuan Ibu

Rendahnya tingkat pengetahuan gizi ibu kemungkinan dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, penyediaan makanan ini sangat berkembang dengan cepat karena pada umumnya ibu mengenal dan mengetahui cara konsumsi makanan, pengetahuan gizi ibu rumah tangga dapat tercermin dari pengetahuan serta ketrampilan ibu mengenai makanan sangat berpengaruh terhadap menu makanan yang ada. Dari hasil penelitian rendahnya kemampuan daya beli menunjukkan kemungkinan tingkat pendidikan yang rendah diikuti dengan kurangnya memahami pengetahuan gizi bahwa kurang gizi disebabkan oleh kemiskinan. (Suhardjo,ddk,1992)

c. Pola Makan Anak Balita dengan Asupan gizi

Asupan zat gizi berpengaruh terhadap status gizi, status guzi baik atau optimal terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang di gunakan secara efesien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik,

perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin. Asupan gizi seimbang dari makanan memegang peranan penting dalam proses pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak. Di barengi dengan pola makan yang baik dan teratur yang perlu diperkenalkan sejak dini, antara lain dengan pengenalan jam-jam makan dan variasi makanan dapat membantu mengkondisikan kebutuhan akan pola makan sehat pada anak. (Sohardjo, ddk, 1992).

d. Pengetahuan Ibu dengan Asupan Gizi

Asupan gizi merupakan salah faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan kesejahteraan manusia. Keadaan gizi seseorang dikatakan baik apabila terdapat keseimbangan dan keserasian antara perkembangan fisik dan perkembangan mental orang tersebut. Terdapat kaitan erat antara tingkat asupan dan keadaan gizi dan konsumsi makanan, tingkat keadaan gizi optimal akan tercapai apabila kebutuhan zat gizi optimal terpenuhi. Gizi buruk atau gizi salah (*malnutrition*) yang dapat terjadi pada manusia sejak masih dalam kandungan sampai usia lanjut, sesungguhnya dapat dicegah apabila setiap orang memahami penyebab dan cara mengatasi masalah kurang gizi tersebut. (Nurhamidah, 2008).

Kelompok masyarakat, yang paling rentang terhadap kekurangan gizi adalah bayi dan balita. Gejala yang nampak pada bayi yang dilahirkan dari ibu yang menderita kurang gizi yaitu berat badan lahir rendah (BBLR), yang selanjutnya rendah terhadap penyakit dan kematian. Salah satu penyebab terjadinya malnutrisi pada anak yaitu

kesalahan dalam praktik menyusui. Hal ini disebabkan karena tidak memanfaatkan keuntungan dan hasil teknologi suplementasi yang dapat meningkatkan kasus malnutrisi dan kekurangan gizi, morbiditas atau kurang sehat dan mortalitas atau kematian. (Nurhamidah, 2008).

Tingkat masa kini banyak orang tua yang menganggap jika anaknya hanya pengetahuan yang rendah akan berdampak pada kurangnya pengetahuan tentang pola asuh yang benar. Masyarakat kampung yoka yang tinggal di wilayah danau sentani memiliki karakteristik tersendiri, dimana wilayah danau sentani sangat dekat dengan sumber lauk hewani, hal ini berarti kemungkinan asupan protein anak-anak sekolah di wilayah tersebut baik, apalagi wilayah danau sentani hampir dihuni 95% penduduk asli, ini akan menggambarkan karakteristik pola makan yang berdampak pada status gizi anak usia balita.

Berdasarkan permasalahan diatas sehingga penulis sangat tertarik untuk meneliti tentang gambaran pengetahuan ibu, pola makan, dan asupan zat gizi. anak batita usia 1-3 tahun, pada wilayah penduduk homogen seperti wilayah danau sentani di Kampung Yoka.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan di atas, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Berdasarkan Pola makan anak balita di Kampung Yoka, Distrik Heram, Kota Jayapura. Pola makan yang baik yaitu 15 (50%), dan pola makan kurang adalah 15 (50%).
2. Pengetahuan ibu di Kampung Yoka, Distrik Heram Kota Jayapura yaitu : Pengetahuan yang baik sebanyak 14 orang (46,7%), dan pengetahuan kurang adalah 16 (53,4%).
3. Asupan zat gizi anak balita di kampung Yoka, Distrik Heram, Kota Jayapura. Asupan zat gizi yang baik adalah sebanyak 14 (46,7%), dan asupan zat gizi kurang berjumlah 16 sampel (53,4 %).
4. Distribusi pengetahuan ibu baik dengan pola makan yang baik adalah sebanyak 6 sampel (42,8%), pola makan yang kurang dengan pengetahuan yang baik sebanyak 9 (64,2%). Kemudian pengetahuan yang baik dengan pola makan yang kurang yaitu 5 orang (35,7%), dan pengetahuan yang kurang dengan pola makan yang baik sebanyak 6 orang (37,5%), pengetahuan yang kurang dengan pola makan yang kurang adalah 10 (62,7%).
5. Distribusi pengetahuan dengan asupan zat gizi anak balita

Pengetahuan yang baik dengan asupan gizi yang baik adalah 7 (50%), pengetahuan yang kurang dengan asupan yang baik adalah 7 (43,7%). Pengetahuan yang baik dan asupan kurang adalah 6 (50%), dan pengetahuan yang kurang dan asupan yang kurang sebanyak 9 (56,3%).

6. Pola makan yang baik dengan asupan yang baik yaitu sebanyak 7 (50%), pola makan kurang dengan asupan adalah 7 (46,7%), dan pola makan yang baik dengan asupan gizi yang kurang sebanyak 6 (40%) kemudian pola makan yang kurang dengan asupan yang kurang adalah 9 (60%).

B. SARAN

Setelah melakukan penelitian ini, menganalisis serta membandingkan dengan berbagai rujukan maka akhirnya penulis ingin menyampaikan saran bagi para penentu kebijakan dan institusi terkait agar perlu dilakukan intervensi dengan memberikan penyuluhan khusus bagi Ibu-ibu yang mempunyai anak balita mengenai :

1. Bagi orang tua khususnya ibu-ibu agar lebih meningkatkan perannya di dalam keluarga dan lebih aktif ke posyandu setiap bulan dan mempertahankan serta meningkatkan pola makan dan daya asup anak.
2. Bagi Instansi terkait agar dapat memperhatikan sarana dan fasilitas di posyandu demi meningkatkan pelayanan kepada masyarakat.

3. Kepada peneliti lain yang ingin mengkaji tentang Gambaran Pengetahuan Ibu, Pola Makan Dan Asupan Zat Gizi Anak Batita Usia 1-3 Tahun di Kampung Yoka, Distrik Heram, Kota Jayapura.

MASTER DATA TENTANG PENGETAHUAN IBU, POLA MAKAN DAN ASUPAN ZAT GIZI ANAK BALITA

No	INS	Umur (Thn)	JK	Asupan Gizi		Kebutuhan		Ket. Asupan	Pola Makan			Ket. Pola Makan	PDDKN		Pekerjaan		Pengetahuan Gizi Ibu		
				E	P	E	P		Standar	Frek	Ayah		Ibu	Ayah	Ibu	Standar	Nilai Skor	Ket	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
1	YO	1	L	1216	20	1115	29	kurang	3	2	Baik	PT	SMA	PNS	PNS	60	46	Kurang	
2	AG	1	L	1020.4	25	1100	26	Baik	3	3	Baik	SMA	SD	SWASTA	SWASTA	60	62	Baik	
3	ROS	1	P	1129	22	1124	24	Baik	3	3	Baik	SMP	TS	PETANI	PETANI	60	65	Baik	
4	RON	1	L	1468	24	1368	30	kurang	3	2	kurang	SD	SD	PNS	PNS	60	62	Baik	
5	DEM	2	L	1167.8	28	1350.4	24	kurang	3	2	kurang	PT	TS	SWASTA	SWASTA	60	53	Kurang	
6	DES	2	P	1186	28	1515	27	kurang	3	2	kurang	SMA	SMA	PETANI	PNS	60	68	Baik	
7	FE	3	P	1287.5	26	1715	29	kurang	3	2	kurang	TS	SMA	PNS	PNS	60	65	Baik	
8	RST	2	P	1114.8	22	1490	25	Baik	3	3	Baik	SD	SMP	SWASTA	SWASTA	60	43	Kurang	
9	SA	2	P	1120	30	1112	21	Baik	3	3	Baik	PT	SD	PETANI	PETANI	60	68	Baik	
10	SIM	2	L	1234.9	32	1612	26	Baik	3	3	Baik	SMA	PT	PNS	PETANI	60	68	Baik	
11	DOR	3	P	1590	28	1715	29	kurang	3	2	kurang	TS	SMA	SWASTA	SWASTA	60	62	Baik	
12	DEV	1	P	1129	22	1116	20	Baik	3	2	Baik	SMA	SMP	PETANI	PNS	60	34	Kurang	
13	ES	3	P	1314	30	1715	29	kurang	3	2	kurang	SMP	SD	PNS	SWASTA	60	53	Kurang	
14	SER	3	P	1450	30	1715	29	kurang	3	2	kurang	SD	TS	SWASTA	PETANI	60	68	Baik	
15	NAT	3	L	1418.7	30	1615	27	Baik	3	3	Baik	SMP	PT	PETANI	PETANI	60	50	Kurang	
16	AS	2	P	1340	26	1580	24	kurang	3	2	kurang	SD	SMA	PNS	PNS	60	62	Baik	
17	PA	2	P	1214	26	1124	27	Baik	3	2	Kurang	PT	SMP	SWASTA	SWASTA	60	53	Kurang	
18	MARK	2	L	1240	26	1590	25	Kurang	3	2	Kurang	SMA	SD	PETANI	SWASTA	60	65	Baik	
19	SE	2	L	1314	26	1330	20	Baik	3	3	Baik	SMP	TS	PNS	PETANI	60	68	Baik	
20	KR	1	L	1348	24	1529	23	kurang	3	2	kurang	SD	TS	SWASTA	PETANI	60	69	Kurang	
21	YHN	2	P	1340	20	1529	24	kurang	3	2	kurang	SD	PT	PETANI	PNS	60	62	Baik	
22	AGG	3	P	1680	22	1715	29	Baik	3	2	Baik	TS	SMA	PNS	PNS	60	53	Kurang	
23	MAL	3	P	1789	18	1715	28	Baik	3	3	Baik	SMP	SMP	SWASTA	SWASTA	60	46	Kurang	
24	DA	3	P	1519	22	1715	29	kurang	3	3	kurang	SD	SD	PETANI	PETANI	60	68	Baik	
25	ADR	1	P	1394	22	1630	20	kurang	3	3	kurang	TS	TS	PETANI	PETANI	60	53	Kurang	
26	YUL	1	P	1248	18	1330	20	Baik	3	3	Baik	SMA	PT	PNS	PNS	60	56	Kurang	
27	AY	1	L	1319	20	1330	20	kurang	3	3	kurang	SMP	SMA	PNS	PNS	60	50	Kurang	
28	HA	2	P	1574	30	1614.6	28	Baik	3	3	Baik	TS	SMP	SWASTA	SWASTA	60	53	Kurang	
29	LIN	2	P	1514.6	26	1110	20	Baik	3	3	Baik	TS	SD	PETANI	PETANI	60	53	Kurang	
30	MAR	1	P	1150.1	25	1314	26	kurang	3	3	Baik	TS	TS	PETANI	TS	60	71	Baik	

DAFTAR PUSTAKA

Almatsier, S. 2001. Prinsip Dasar Ilmu Gizi, Jakarta:PT Gramedia Pustaka Utama.

Arista Tri Qurni.2009. Pengaruh Pengetahuan Ibu Terhadap Kebutuhan Gizi Balita.. <http://skripsitikes.wordpress.com>. diakses 10 oktober 2012.

Berg,1999. Kebiasaan makan yang kurang merupakan salah satu penyebab terjadinya masalah gizi. <http://www.com>. diakses 10 juli 2012.

Cindar Bumi. <http://skripsitikes.wordpress.com>. 2000. ikpii.com. Pengaruh Ibu yang bekerja terhadap status Gizi Balita. diakses 10 juli 2012.

Departemen Kesehatan RI,1997. 11 Golongan Bahan Makanan . <http://www.com.id> . diakses 10 juli 2012.

Depdiknas,2001. Gizi adalah semua unsur zat yang terdapat dalam pangan dan berfungsi untuk pertumbuhan dan perkembangan serta peningkatan seseorang. <http://www.com.id> . diakses 15 juni 2012.

Direktorat Gizi Masyarakat, 2000. Tentang kebutuhan zat gizi anak balita. <http://www.com.id>. diakses 16 mei 2011.

Natoadmodjo. 2007. Penegtahuan adalah merupakan hasil dari tahu &an ini penginderaan terjadi melalui panca indera Manusia. KTI Jurusan Gizi 2003.

Soekidjo Natoadmodjo, 2003, Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Penerbit Rineka Cipta Jakarta.

Suhardjo, ddk, 1993, Tingkat pendapatan dan penegtahuan Ibu. Penerbit KTI Jurusan Gizi Poltekes Jayapura, 2003.

Sudarmiati, 2006. Pola Asuh, Tata Cara Seorang Ibu Dalam Memenuhi Kebutuhan Anak. <http://www.com.id>. Rineka cipta jakarta, 2003.diakses 15 juni 2012.

Suhardjo, ddk, 1992. Prinsip-prinsip Ilmu Gizi Khususnya Asupan Zat Gizi. Penerbit Gramedia Pustaka Utama Jakarta. <http://www.com.id>, diakses 15 Juli, 2012.

Sugiyono, 2003. Statistik Untuk Penelitian. <http://www.com.id>. Penerbit SV Alfabet, Bandung.

Sketda Propinsi Papua, 2001. Pangan Dan Gizi Terkait Erat Dengan Pola Makan. Penerbit KTI Jurusan Gizi, Poltekes Jayapura 2003.

Unicef, 2000. Ditinjau Dari Umur, Anak Balita Merupakan Akibat Konsumsi Makanan Yang Kurang. <http://www.com.id>. diakses 16 Juli, 2012.

Lampiran 1

PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Yang Bertanda Tangan Di Bawah Ini :

Nama :

JK :

Umur :

Alamat :

Setelah mendapat penjelasan tentang tujuan dan manfaat dari penelitian ini, dengan ini saya menyatakan bersedia dan berpartisipasi sebagai responden pada penelitian yang berjudul "GAMBARAN PENGETAHUAN IBU, POLA MAKAN, DAN ASUPAN ZAT GIZI ANAK BATITA USIA 1-3 TAHUN DI KAMPUNG YOKA, DISTRIK HERAM, KOTA JAYAPURA"

Saya tidak mempunyai ikatan apapun dan keikutsertaan saya dalam penelitian ini tidak menambah beban biaya pemeriksaan, kenyataan dan konsekuensi lainnya

Adapun bentuk kesediaan saya adalah :

1. Bersedia ditemui dan memberikan yang diperlukan mengenai data identitas, Pengetahuan, Pola makan dan Asupan Energi, Protein.
2. Bersedia untuk mengikuti arahan atau penyuluhan tentang pola makan dan asupan zat gizi.
3. Bersedia mengikutsertakan anak untuk ditanyakan tentang pola makan dan asupan zat gizi.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga. Saya memahami keikutsertaan ini memberikan manfaat dan akan terjaga kerahasiaannya.

Peneliti

Jayapura,.....2011

Responden

Sara Gemnase

(.....)

KUESIONER

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU, POLA MAKAN DAN AUPAN ZAT GIZI ANAK BATITA 1 – 3 TAHUN DI KAMPUNG YOKA DISTRIK HERAM KOTA YAJAPURA

I. IDENTITAS SAMPEL

Nomor sampel :

Nama Balita :

Nama Balita :

II. KARAKTERISTIK KELUARGA

Nama Responden (Ibu) :

Umur :

PENDIDIKAN IBU

- a. Tidak sekolah
- b. SD
- c. SMA

PEKERJAAN IBU

- a. Ibu Rumah tangga
- b. Pedagang Atau Tani
- c. PNS
- d. Wiraswasta

PENDIDIKAN AYAH

- a. Perguruan Tinggi

- b. SMA
- c. SMP
- d. SD
- e. Tidak Sekolah

PEKERJAAN AYAH

- a. PNS
- b. Wiraswasta
- c. Tani
- d. Tidak Sekolah

III PENGETAHUAN IBU

1. Bagaimana tanda anak yang tidak sehat?
 - a. Berat badan tidak naik / turun setiap kali penimbangan
 - b. Berat badan turun
 - c. Sering sakit
2. Bagaimana tanda anak yang sehat?
 - a. Bertambah umur, bertambah berat badan.
 - b. Bertambah umur, bertambah tinggi.
 - c. Gemuk
3. Bagaimana menurut Ibu tentang penggunaan bahan makanan yang beraneka ragam dalam keluarga.
 - a. Variasi bahan makanan
 - b. Semakin beraneka ragam, semakin baik
 - c. Biasa – biasa saja
4. Sejak umur berapa tahun makanan pendamping air susu Ibu (ASI) di berikan.

- a. Setelah usia 6 bulan
 - b. Sebelum 6 bulan
5. Menurut Ibu makanan yang beraneka ragam mengandung apa saja.?
- a. Energi, karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral
 - b. karbohidrat, protein, dan lemak
 - c. karbohidrat, dan protei
6. Menurut ibu fungsi makanan bagi tubuh anak balita
- a. Untuk memberi tenaga, pembangun dan pengatur
 - b. Jika di jawab 2 dari jawaban A
 - c. Jika di jawab 1 dari jawaban A
 - d. Tidak tahu atau tidak mengerti
7. Menurut ibu bagaimana susunan makanan sehari untuk anak balita
- a. Makanan pokok + lauk hewani + lauk nabati + sayur + buah + susu
 - b. Makanan pokok + lauk nabati + sayur + buah
 - c. Makanan pokok + lauk hewani + sayur + buah
 - d. Makanan pokok + lauk hewani
8. Menurut Ibu pola makan anak yang baik seperti apa.?
- a. Jumlah makanan, jenis makanan yang di konsumsi, dan frekuensi makan serta jadwal makan yang teratur.
 - b. Jumlah makanan yang di konsumsi dan jenis makanan yang di konsumsi.
 - c. Jenis makanan yang di konsumsi dan jadwal makanan yang teratur
9. Berapa kali dalam sehari Ibu memberikan makanan pada anak Ibu.?
- a. 3 kali
 - b. 2 kali
 - c. 1 kali

10. Berapa kali dalam sehari penggunaan bahan makan yang bervariasi.

a. 3 kali

b. 2 kali

c. 1 kali

IV. KEADAAN UMUM SAMPEL (FREKUENSI MAKAN)

1. Jenis makanan yang di asup :

2. Frekuensi makan

V. ASUPAN GIZI BALITA (FOOD RECALL)

Asupan gizi balita dapat dilihat di ketahui melalui cara mericoll 1 x 24 jam selama 2 hari.

Nama sampel	Menu	Bama	URT	Berat (gr)	Energi	KH	Protein



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN JAYAPURA
Jl. Padang Bulan II Abepura – Jayapura Telp. (0967) 584280, 588461



Jayapura, 8 September 2011

Nomor : DL.02.02.01/224/2011
Lamp : 1 (satu) gabung
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth,
Kepala Puskesmas Yoka

di-
tempat

Dalam rangka menyelesaikan pendidikan akhir di Politeknik Kesehatan Jayapura, mahasiswa / i semester VI (enam) diwajibkan untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah (KTI) melalui proses kegiatan penelitian lapangan / laboratorium/Institusi/rumah sakit.

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, kami mohon bantuan Bapak dapat memberi izin penelitian pada mahasiswi Jurusan Gizi izin Poltekes Jayapura atas nama:

Nama : Sara Gemnase
Nim : Po.71.32.2.08.44
Judul Penelitian : Gambaran Pengetahuan Ibu dan Pola Makan Anak Balita usia 1-3 Tahun di Kampung Yoka Distrik Heram Kota Jayapura.
Lama Penelitian : ± 1 minggu (27 Agustus - 3 September 2011)

Demikian permohonan kami , atas perhatian dan bantuannya diucapkan banyak terimakasih .

Ketua Jurusan
POLITEKNIK KESEHATAN
JAYAPURA
Rai Ngardila, SKM, MKes
NIP. 19560315 198903 1 002