

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI DENGAN
KEJADIAN *UNDERWEIGHT* PADA BALITA USIA 24-59
BULAN DI KELURAHAN RANGAS, KECAMATAN
BANGGAE, KABUPATEN
MAJENE.**



MADINAH AL MUNAWWARAH

B0420325

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS SULAWESI BARAT
MEI 2025**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Madinah Al Munawwarah

Nim : B0420325

Dengan ini saya menyatakan bahwa Skripsi/ Karya Ilmiah akhir ini dengan judul “ Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Kejadian *Underweight* Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Kelurahan Rangas, Kecamatan Banggae, Kabupaten Majene.” adalah karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang di kutip maupun di rujuk telah saya nyatakan benar.

Majene, 27 Februari 2025

Menyatakan



Madinah Al Munawwarah

B0420325

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul:

**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI DENGAN KEJADIAN
UNDERWEIGHT PADA BALITA USIA 24-59 BULAN DI KELURAHAN RANGAS,
KECAMATAN BANGGAE, KABUPATEN MAJENE.**

Disusun dan diajukan oleh:

Madinah Al Munawwarah B0420325

Telah dipertahankan di depan dewan penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program SIGizi Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Sulawesi Barat

Ditetapkan di Majene Tanggal mei 2025

Dewan Penguji

Prof. Dr. Muzakkir, M. Kes

(.....)

Rahmaniah, SKM., MPH

(.....)

Ummu kalsum, SKM., M.kes

(.....)

Dewan Pembimbing

Supyati, SKM., M.Kes

(.....)

Nurpatwa Wilda Ningsi, SKM., Mkes

(.....)

Mengetahui

Dekan

Ketua

Fakultas Ilmu Kesehatan

Program Studi Gizi



Fauziah, S.Gz., M.Si., Dietisien
NIP: 199103262024062001

ABSTRAK

Nama : Madinah al munawwarah
Program studi : Gizi Fakultas ilmu Kesehatan
Judul : Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Kejadian *Underweight* Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Kelurahan Rangas, Kecamatan Banggae, Kabupaten Majene.

Masalah Gizi merupakan permasalahan multi dimensi yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain faktor ekonomi, pendidikan, sosial budaya, pertanian, kesehatan dan lain-lain. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang gizi balita usia 24-59 bulan dengan kejadian *underweight* di Kelurahan Rangas, Kecamatan Banggae, Kabupaten Majene. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif yang menggunakan metode observasional yang bersifat analitik dengan rancangan *cross sectional*. Dengan jumlah populasi 446 balita. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Adapun jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 91 balita. Hasil penelitian terdapat hubungan pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Kejadian *Underweight* Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Kelurahan Rangas, Kecamatan Banggae, Kabupaten Majene. $P = 0,000$ atau $\alpha < (0,05)$. Disarankan agar pihak PKM Totoli lebih giat lagi mengadakan edukasi tentang gizi untuk meningkatkan pengetahuan ibu.

Kata kunci: Balita,*underweight*,pengetahuan

ABSTRAK

Nama : Madinah al munawwarah
Program studi : Gizi Fakultas ilmu Kesehatan
Title : The Relationship between Mother's Knowledge About Nutrition and Incidence of Underweight in Toddlers Aged 24-59 Months in Rangas Village, Banggae District, Majene Regency.

Nutrition problems are multi-dimensional problems that are influenced by various factors, including economic, educational, socio-cultural, agricultural, agricultural, health and other factors. The purpose of this study was to determine the relationship between maternal knowledge about nutrition of toddlers aged 24-59 months and the incidence of underweight in Rangas Village, Banggae District, Majene Regency. This type of research uses quantitative research that uses an analytical observational method with a cross sectional design. With a total population of 446 toddlers. The sampling technique uses purposive sampling. The number of samples in this study was 91 toddlers. The results of the study showed the relationship between maternal knowledge about nutrition and the incidence of underweight in toddlers aged 24-59 months in Rangas Village, Banggae District, Majene Regency. $P = 0.000$ or $\alpha < (0.05)$. It is recommended that PKM Totoli be more active in conducting education about nutrition to increase maternal knowledge.

Kata kunci: Balita, *underweight*, pengetahuan

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah gizi merupakan permasalahan yang kompleks dan multidimensional karena dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling terkait dan berinteraksi satu sama lain, seperti faktor ekonomi, pendidikan, sosial budaya, pertanian, kesehatan, serta faktor lingkungan lainnya. Faktor ekonomi misalnya, sangat menentukan kemampuan keluarga dalam memenuhi kebutuhan pangan yang cukup dan bergizi, sementara faktor pendidikan berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pola makan sehat dan gizi seimbang. Selain itu, aspek sosial budaya turut memengaruhi kebiasaan konsumsi makanan yang beragam di berbagai komunitas, dan ketersediaan serta keberlanjutan hasil pertanian juga menentukan akses pangan yang berkualitas. Dalam konteks kesehatan, status gizi anak-anak terutama yang berusia di bawah lima tahun (balita) menjadi indikator utama dan sangat krusial untuk menilai tingkat kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Hal ini karena status gizi balita tidak hanya mencerminkan kondisi kesehatan individu, tetapi juga menunjukkan efektivitas program kesehatan dan kebijakan pemerintah dalam mengatasi masalah gizi. Pentingnya indikator status gizi ini tidak hanya diakui di tingkat nasional, melainkan juga mendapat perhatian besar dalam berbagai komitmen dan inisiatif global yang bertujuan menurunkan angka kekurangan gizi dan stunting pada anak-anak di seluruh dunia. Salah satu cara untuk menentukan status gizi pada kelompok balita adalah dengan menggunakan indeks berat badan menurut umur (BB/U), yang mengelompokkan anak menjadi kategori *underweight* jika memiliki nilai Z-score BB/U kurang dari -2 standar deviasi (SD), dan dikategorikan *non-underweight* apabila nilai Z-score BB/U sama dengan atau lebih dari -2 SD (Kemenkes RI, 2020).

Underweight *Underweight* merupakan suatu kondisi di mana berat badan seorang anak berada di bawah standar atau rentang rata-rata yang dianggap normal untuk usianya. Kondisi ini menunjukkan adanya kekurangan gizi atau

asupan nutrisi yang tidak mencukupi kebutuhan tubuh, sehingga berat badan anak menjadi kurang dari yang seharusnya. Status *underweight* pada balita tidak hanya menjadi indikator kesehatan yang kurang baik pada saat itu, tetapi juga memiliki dampak yang sangat signifikan bagi perkembangan dan kesejahteraan anak di masa yang akan datang. Berat badan kurang pada masa balita dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif, serta meningkatkan risiko terhadap berbagai penyakit infeksi karena sistem kekebalan tubuh yang melemah. Oleh karena itu, permasalahan *underweight* pada anak balita menjadi isu kesehatan masyarakat yang sangat penting dan mendesak untuk ditangani. Penanganan yang tepat dan cepat sangat diperlukan agar dampak negatif yang bersifat jangka pendek maupun jangka panjang dapat diminimalisir (Firyansari et al., 2022).

Gangguan pertumbuhan pada balita umumnya diawali dengan kondisi *weight faltering*, yaitu ketika berat badan anak tidak naik sesuai dengan standar pertumbuhan yang seharusnya. Kondisi *weight faltering* ini merupakan tanda awal yang sangat penting karena jika tidak segera ditangani dan dibiarkan terus-menerus, akan berkembang menjadi masalah gizi yang lebih serius seperti *underweight* atau berat badan kurang dari standar usia, dan kemudian bisa berlanjut menjadi *wasting*, yaitu penurunan berat badan secara signifikan akibat kehilangan massa otot dan lemak tubuh. Ketiga kondisi tersebut—*weight faltering*, *underweight*, dan *wasting*—jika terjadi dalam jangka waktu yang lama dan tidak mendapatkan intervensi yang tepat, berpotensi menyebabkan *stunting* atau gangguan pertumbuhan yang ditandai dengan tinggi badan yang lebih pendek dari standar usianya. Meskipun angka *stunting* secara nasional mengalami penurunan, data terbaru menunjukkan adanya peningkatan pada prevalensi balita yang mengalami *wasting* dan *underweight*. Misalnya, prevalensi *wasting* naik sebesar 0,6 persen dari 7,1 persen pada tahun 2021 menjadi 7,7 persen pada tahun 2022, sementara prevalensi *underweight* juga mengalami kenaikan meskipun lebih kecil, yaitu 0,1 persen dari 17,0 persen pada tahun 2021 menjadi 17,1 persen pada tahun 2022. Pada tahun 2023, tercatat bahwa terdapat sebanyak 349.669 balita mengalami *weight faltering*,

931.836 balita mengalami *underweight*, 584.232 balita mengalami gizi kurang, serta 95.504 balita dalam kondisi gizi buruk. Data ini menunjukkan bahwa salah satu penyebab terbesar kedua dari kejadian *stunting* adalah kondisi *underweight* yang masih tinggi (Kemenkes RI 2023).

Sekitar 7,7% dari jumlah balita di seluruh dunia, yang berarti sekitar 52 juta anak usia balita, mengalami masalah kekurangan gizi yang serius. Kondisi ini menunjukkan bahwa malnutrisi pada balita masih menjadi isu kesehatan global yang signifikan dan memerlukan perhatian khusus dari berbagai pihak, termasuk pemerintah, lembaga kesehatan, dan organisasi internasional. Prevalensi kekurangan gizi pada balita bervariasi secara regional, dengan angka tertinggi ditemukan di Asia Selatan, yakni mencapai 15,4%. Angka ini menggambarkan situasi yang sangat memprihatinkan karena lebih dari satu dari tujuh balita di wilayah tersebut menghadapi risiko kesehatan akibat asupan nutrisi yang tidak mencukupi. Selanjutnya, wilayah Oseania juga menunjukkan angka yang relatif tinggi, yaitu 9,4%, diikuti oleh Asia Tenggara dengan 8,9%, dan Afrika Barat dengan 8,5%. Kondisi ini mengindikasikan bahwa daerah-daerah tersebut memiliki tantangan besar terkait ketahanan pangan, akses terhadap makanan bergizi, serta faktor sosial ekonomi yang mempengaruhi kualitas gizi pada anak-anak usia dini. Di sisi lain, Amerika Utara menempati posisi dengan tingkat malnutrisi balita yang paling rendah, yaitu hanya 0,5%, yang mencerminkan adanya akses yang lebih baik terhadap sumber daya pangan, pelayanan kesehatan, serta program intervensi gizi yang efektif di wilayah tersebut (WHO, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Sinha et al. (2018) memberikan wawasan penting mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi buruk pada anak balita di wilayah dengan beban tinggi gizi buruk, khususnya *stunting*, *wasting*, dan *underweight*. Melalui analisis multivariat yang mendalam terhadap data yang diperoleh dari lima kantong beban tinggi di empat negara bagian di India, penelitian ini berhasil mengidentifikasi hubungan antara usia balita dengan risiko mengalami masalah gizi tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa balita yang berusia kurang dari 24 bulan memiliki peluang yang lebih rendah

untuk mengalami kondisi *underweight* dan *stunting* dibandingkan dengan balita yang berusia antara 24 hingga 59 bulan. Temuan ini mengindikasikan adanya perbedaan signifikan dalam risiko gizi buruk berdasarkan rentang usia, yang kemungkinan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pola pemberian makanan, imunisasi, kesehatan lingkungan, serta intervensi kesehatan yang lebih intensif pada usia dini. Dengan demikian, temuan ini menggarisbawahi pentingnya fokus intervensi gizi dan kesehatan khususnya pada kelompok usia yang lebih tua di bawah lima tahun, agar pencegahan dan penanganan masalah gizi dapat dilakukan secara tepat sasaran dan efektif, guna menekan prevalensi *stunting* dan *underweight* yang lebih tinggi pada balita usia 24-59 bulan.

Pengetahuan ibu yang baik memiliki peran yang sangat penting dalam meyakinkan dan memotivasi ibu untuk menjaga serta memenuhi kebutuhan gizi balita mereka secara tepat dan optimal, sebagaimana dikemukakan oleh Rahmatillah (2018). Pengetahuan yang cukup tentang gizi balita membuat ibu menjadi lebih sadar akan pentingnya pemberian makanan yang seimbang dan bergizi, sehingga berkontribusi signifikan dalam pencegahan masalah gizi seperti *underweight* pada anak balita. Hal ini diperkuat oleh temuan Firyansari et al. (2022) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan secara statistik antara pengetahuan ibu mengenai gizi balita dengan kejadian *underweight*, dengan nilai p kurang dari 0,005, yang menegaskan bahwa semakin baik pengetahuan ibu, semakin kecil kemungkinan balita mengalami kekurangan berat badan. Selain itu, hasil penelitian terbaru oleh Esti (2024) juga mendukung temuan tersebut dengan menyatakan bahwa tingkat pengetahuan ibu terhadap gizi balita memiliki hubungan yang signifikan terhadap kejadian *underweight*, terbukti dengan p -value sebesar 0,003. Keseluruhan temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan ibu mengenai gizi balita merupakan faktor krusial dalam upaya menurunkan angka kejadian *underweight*, yang pada akhirnya akan berpengaruh positif pada kesehatan dan pertumbuhan optimal anak balita.

Menurut data SKI tahun 2023 berdasarkan Provinsi adalah Provinsi Nusa Tenggara Timur berada di urutan pertama yaitu 29,7% sedangkan Provinsi

Sulawesi Barat berada di urutan ke enam yaitu 23,1% dan Provinsi Bali berada di urutan terakhir yaitu 5,7%. Data hasil survei Kesehatan Indonesia Provinsi Sulawesi Barat, Prevalensi *underweight* tertinggi adalah Kabupaten Mamuju Tengah sebesar 28,8% disusul Kabupaten Majene dan Polman 23,8%, Kabupaten Mamuju 23,3%, Kabupaten Mamasa 19,2%, dan Kabupaten Pasangkayu 19% (SKI 2023). Menurut data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Majene tahun 2024, prevalensi *underweight* tertinggi berada pada Puskesmas Totoli yaitu sebesar 39.89% (Dinas Kesehatan Majene, 2024).

Data Puskesmas Totoli dari 5 Kelurahan pada tahun 2024 terdapat 261 balita yang mengalami *underweight*, Kelurahan Rangas terdapat 109 balita, Kelurahan Baru 56 balita, Kelurahan Totoli 42 balita, Kelurahan Palipi Soreang 32 balita dan Kelurahan Pamboborang terdapat 22 balita (Data Puskesmas totoli, 2024).

Besarnya dampak yang diakibatkan oleh *underweight* pada balita beresiko memiliki tingkat kecerdasan dibawah 70-40%, dan sistem imunitas yang rendah sangat mudah terkena penyakit infeksi, gangguan pertumbuhan fisik, dan memiliki risiko lebih tinggi menderita penyakit tidak menular. Bahwa *underweight* adalah tertinggi kedua kejadian penyebab *stunting* di Indonesia dan usia 24-59 bulan mempunyai peluang lebih besar terhadap kejadian *stunting*. alasan inilah yang menyebabkan peneliti ingin melakukan penelitian tentang “Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi balita usia 24-59 bulan dengan kejadian *underweight* Di Kelurahan Rangas, Kecamatan Banggae, Kabupaten Majene”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang maka rumusan masalah pada penelitian ini di rumuskan permasalahan penelitian yaitu :

“Apakah ada hubungan pengetahuan ibu tentang gizi balita usia 24-59 bulan dengan kejadian *underweight* di Kelurahan Rangas, Kecamatan Banggae, Kabupaten Majene”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang gizi balita usia 24-59 bulan dengan kejadian *underweight* di Kelurahan Rangas, Kecamatan Banggae, Kabupaten Majene.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Memperoleh gambaran pengetahuan ibu tentang gizi balita usia 24-59 bulan dengan kejadian *underweight* di Kelurahan Rangas, Kecamatan Banggae, Kabupaten Majene.
2. Mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang gizi balita usia 24-59 bulan dengan kejadian *underweight* di Kelurahan Rangas, Kecamatan Banggae, Kabupaten Majene.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademik

Bagi Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan referensi ilmiah yang bermanfaat dalam bidang kesehatan, khususnya terkait dengan kajian gizi balita dan faktor-faktor yang memengaruhi kejadian *underweight*. Penelitian ini juga diharapkan mampu memperkaya khasanah keilmuan yang sudah ada serta menjadi bahan rujukan yang berguna bagi pengembangan kurikulum dan penelitian lanjutan. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya berfungsi sebagai sumber pengetahuan baru, tetapi juga sebagai dasar pengembangan penelitian-penelitian selanjutnya yang lebih mendalam dan terfokus pada aspek-aspek gizi dan kesehatan anak balita.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu-ibu mengenai hubungan antara pemahaman mereka tentang gizi balita usia 24-59 bulan dengan risiko kejadian *underweight* pada anak-anak mereka. Peningkatan pengetahuan ini sangat penting sebagai langkah

awal dalam upaya pencegahan dan penanggulangan masalah gizi buruk pada balita, yang pada akhirnya dapat berkontribusi pada peningkatan kualitas kesehatan dan tumbuh kembang anak secara optimal.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini juga diharapkan memberikan manfaat bagi institusi pendidikan, khususnya Program Studi Gizi dan Fakultas Ilmu Kesehatan, dalam hal memperluas wawasan dan pengetahuan yang berkaitan dengan hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi dan status gizi balita. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan referensi atau acuan dalam pengembangan materi pembelajaran, pelatihan, dan kegiatan ilmiah lainnya yang bertujuan meningkatkan kompetensi mahasiswa dan staf pengajar di bidang gizi dan kesehatan masyarakat.

3. Bagi Peneliti

Bagi peneliti sendiri, penelitian ini merupakan pengalaman berharga yang dapat menambah wawasan dan kemampuan dalam melaksanakan penelitian ilmiah, khususnya yang berkaitan dengan topik gizi balita dan faktor-faktor sosial yang memengaruhi status gizi anak. Proses penelitian ini juga membantu peneliti mengasah keterampilan dalam mengumpulkan data, menganalisis, serta menyusun laporan penelitian secara sistematis dan ilmiah.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber data tambahan serta referensi yang bermanfaat bagi peneliti-peneliti berikutnya yang berminat untuk melanjutkan atau memperdalam kajian terkait hubungan pengetahuan ibu tentang gizi balita usia 24-59 bulan dengan kejadian *underweight*. Dengan adanya dasar ilmiah yang kuat, penelitian-penelitian selanjutnya dapat lebih fokus dalam mengembangkan pendekatan intervensi atau strategi yang lebih efektif dalam menangani masalah gizi pada balita.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan Umum Pengetahuan

2.1.1 Definisi pengetahuan

Pengetahuan merupakan suatu konsep yang sangat fundamental dalam proses kognitif manusia, yang didefinisikan sebagai kemampuan atau kapasitas seseorang dalam mempersepsikan dan memahami berbagai objek atau fenomena di sekitarnya melalui panca indra, yaitu organ-organ indera seperti mata untuk melihat, hidung untuk mencium, telinga untuk mendengar, serta indera lain yang berperan dalam menerima rangsangan dari lingkungan. Melalui panca indra inilah manusia dapat menangkap berbagai informasi yang sangat beragam dan kompleks, mulai dari yang bersifat visual, auditori, hingga sensasi lainnya, yang kemudian diproses di dalam otak untuk membentuk suatu pemahaman atau pengetahuan. Pengetahuan ini tidak hanya sekadar pengenalan objek, tetapi juga mencakup pemahaman yang lebih mendalam tentang karakteristik, hubungan, serta fungsi objek tersebut dalam konteks yang lebih luas. Dalam konteks pendidikan dan pembelajaran, pengetahuan menjadi fondasi utama yang harus dimiliki oleh setiap individu agar dapat berkembang secara optimal. Hal ini didukung oleh fakta bahwa pendidikan yang lebih tinggi secara signifikan berkontribusi dalam peningkatan pengetahuan seseorang, karena melalui proses pembelajaran yang sistematis dan terstruktur di institusi pendidikan, individu mendapatkan akses terhadap informasi yang lebih luas, sumber belajar yang lebih berkualitas, serta kesempatan untuk mengasah kemampuan berpikir kritis dan analitisnya (Pitri, 2020).

Pengetahuan gizi merupakan pemahaman mendalam mengenai makanan dan zat gizi yang terkandung di dalamnya, yang sangat berperan penting dalam menentukan kualitas asupan nutrisi seseorang. Dalam konteks ibu, pengetahuan gizi tidak hanya sekadar mengetahui

jenis makanan dan kandungan gizinya, tetapi juga meliputi pemahaman tentang bagaimana memilih makanan yang tepat sesuai kebutuhan gizi, baik bagi dirinya sendiri maupun bagi anak kecil yang menjadi tanggung jawabnya. Pengetahuan gizi ibu menjadi salah satu faktor krusial yang sangat memengaruhi pola makan dalam keluarga, khususnya dalam menentukan jenis dan kualitas makanan yang diberikan kepada anak. Sikap dan perilaku ibu dalam memilih makanan sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ini, karena ibu yang memiliki wawasan gizi yang baik cenderung lebih teliti dan selektif dalam menyediakan makanan yang bergizi seimbang. Selain itu, faktor kesadaran gizi yang dimiliki ibu juga menjadi penentu utama dalam menjaga dan meningkatkan status gizi anak. Kesadaran ini mencakup pemahaman akan pentingnya variasi makanan, jumlah yang sesuai, serta frekuensi konsumsi makanan yang harus dipenuhi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi dan anak (Susanti *et al.*, 2023).

Hubungan antara pengetahuan ibu mengenai gizi balita merupakan faktor yang sangat signifikan dalam menentukan kualitas pemberian makanan dan asupan gizi yang diterima oleh anak-anak, terutama pada masa balita yang merupakan tahap krusial dalam tumbuh kembang mereka. Pengetahuan yang dimiliki ibu tidak hanya berperan dalam memilih jenis makanan yang sehat dan bergizi, tetapi juga dalam menentukan pola pemberian makanan yang tepat, seperti frekuensi makan, variasi makanan, serta pemahaman mengenai kebutuhan nutrisi yang sesuai dengan usia balita. Selain itu, sikap ibu terhadap pentingnya gizi juga sangat memengaruhi konsistensi dan keberlanjutan pemberian makanan yang baik. Tidak kalah penting adalah peran dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar yang dapat memberikan motivasi serta bantuan praktis, misalnya dalam menyediakan bahan makanan bergizi dan membantu mengawasi pola makan anak. Faktor-faktor ini secara bersama-sama menciptakan kondisi yang kondusif bagi tercapainya status gizi optimal pada balita. Lebih jauh lagi, meskipun tingkat

pendidikan formal seorang ibu dapat berbeda-beda, hal tersebut tidak menjadi penghalang utama asalkan ibu memiliki kesadaran dan kemauan untuk terus menambah pengetahuan terkait pentingnya menjaga kesehatan dan gizi balitanya. Proses pembelajaran ini dapat dilakukan melalui berbagai media, seperti penyuluhan kesehatan, informasi dari tenaga medis, atau pengalaman sehari-hari, sehingga diharapkan dapat meningkatkan kemampuan ibu dalam mengelola asupan gizi anaknya (Randa, 2021).

Tingkat pengetahuan yang baik sangat berperan penting dalam menentukan kualitas dan jenis sumber informasi yang diterima oleh individu. Hal ini karena individu dengan pengetahuan yang memadai cenderung lebih selektif dan kritis dalam memilih serta memahami informasi yang berkaitan dengan kesehatan dan gizi. Selain itu, sumber informasi yang diakses oleh seseorang tidak terlepas dari pengaruh berbagai faktor sosial ekonomi, seperti jenis pekerjaan yang dijalani, tingkat pendidikan, dan akses terhadap media atau fasilitas kesehatan. Faktor-faktor tersebut secara langsung maupun tidak langsung membentuk lingkungan sosial di mana individu berinteraksi dan memperoleh informasi. Lingkungan sosial yang kondusif dan mendukung, seperti keluarga, komunitas, atau kelompok sebaya yang memiliki kesadaran dan pengetahuan tentang pentingnya gizi seimbang, akan sangat membantu dalam meningkatkan pemahaman seseorang mengenai pola makan sehat. Sebaliknya, kurangnya kesadaran dan perhatian terhadap pentingnya gizi dapat menyebabkan individu, khususnya ibu sebagai pengelola utama pola makan keluarga, kesulitan dalam menerima dan memproses informasi yang benar mengenai pola makan seimbang pada anak. Akibatnya, pengetahuan yang rendah dan kurangnya dukungan sosial dapat menimbulkan kesalahan dalam penerapan pola makan yang sehat dan seimbang (Lailaturohmah, 2024).

Pengetahuan ibu mengenai makanan yang baik untuk dikonsumsi oleh balita memiliki peranan yang sangat penting dalam menentukan

status gizi anak tersebut. Pengetahuan ini tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan sangat dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan ibu. Ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai kebutuhan gizi, jenis-jenis zat gizi, serta pentingnya pemberian makanan bergizi sesuai dengan tahapan perkembangan balita. Hal ini sangat krusial karena status gizi balita sangat bergantung pada asupan zat gizi yang mereka terima, baik berupa zat gizi makro seperti karbohidrat, protein, dan lemak, maupun zat gizi mikro seperti vitamin dan mineral yang mendukung tumbuh kembang optimal. Selain faktor asupan gizi, pola asuh yang diterapkan oleh ibu juga menjadi komponen penting yang menentukan kesehatan dan perkembangan balita, termasuk di dalamnya kebiasaan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama yang telah terbukti memberikan manfaat besar dalam membentuk sistem imun dan memastikan keseimbangan gizi awal bagi bayi. Tidak kalah penting adalah peran pekerjaan ibu, yang bisa mempengaruhi waktu dan perhatian yang dapat diberikan kepada balita, serta akses terhadap informasi dan sumber daya untuk mendukung pola makan dan perawatan yang tepat (Riang *et al.*, 2021).

Ketidaktahuan ibu mengenai cara memberikan makanan yang tepat kepada balita dapat membawa dampak yang cukup signifikan terhadap sikap dan perilaku anak selama masa pertumbuhan. Hal ini disebabkan karena pola pemberian makanan yang tidak sesuai akan menyebabkan ketidakseimbangan nutrisi yang dibutuhkan oleh balita untuk tumbuh dan berkembang secara optimal. Akibatnya, balita bisa mengalami gangguan status gizi, terutama kekurangan gizi yang berpotensi menghambat pertumbuhan fisik maupun perkembangan kognitif mereka. Selain itu, penting untuk diperhatikan bahwa walaupun balita tersebut tampak sehat secara fisik, banyak ibu yang sebenarnya kurang memahami kondisi status gizi anaknya secara detail. Kondisi ini bisa terjadi karena balita seringkali diasuh oleh orang lain di luar ibu, seperti

pengasuh atau anggota keluarga lain, sehingga komunikasi dan pengawasan terhadap asupan makanan menjadi kurang maksimal. Ketidaktahuan ini tentunya membuat ibu sulit untuk melakukan intervensi yang tepat dalam pola makan anak, sehingga risiko masalah gizi tetap tinggi meskipun balita terlihat sehat dari luar (Nurmaliza, 2019).

Kekurangan gizi pada anak balita merupakan masalah yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling terkait, salah satunya adalah kurangnya pengetahuan mengenai nutrisi dan kesehatan di kalangan orang tua, terutama ibu sebagai pengasuh utama. Pengetahuan ibu tentang nutrisi mencakup pemahaman tentang jenis-jenis makanan yang sehat, makanan yang sesuai dengan kebutuhan usia anak, serta keterampilan dalam memilih, mengolah, dan menyiapkan makanan secara tepat dan higienis. Ketidaktahuan atau kurangnya wawasan dalam aspek-aspek tersebut dapat menyebabkan ibu kesulitan dalam menyediakan asupan gizi yang memadai bagi balitanya, yang pada akhirnya berpengaruh langsung terhadap status gizi dan tumbuh kembang anak. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada anak secara individual, tetapi juga menjadi salah satu penyebab utama tingginya angka masalah gizi di Indonesia secara umum. Pengetahuan yang cukup mengenai makanan sehat dan kebiasaan konsumsi yang tepat sangat penting untuk memastikan pertumbuhan optimal serta mencegah berbagai penyakit yang berhubungan dengan kekurangan gizi (Nurmaliza, 2019).

Pemilihan bahan makanan yang kurang tepat atau tidak sesuai dengan kebutuhan nutrisi anak dapat menjadi salah satu faktor utama yang menyebabkan kekurangan gizi, khususnya kondisi *underweight* atau berat badan kurang pada balita. Hal ini terjadi karena asupan zat gizi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak tidak terpenuhi dengan baik, sehingga tubuh balita tidak mendapatkan cukup kalori, protein, vitamin, dan mineral penting yang diperlukan. Selain itu,

kurangnya pengetahuan ibu atau pengasuh mengenai jenis makanan yang sehat, seimbang, dan bergizi untuk anak balita turut berkontribusi terhadap rendahnya status gizi pada anak. Pengetahuan yang terbatas ini sering kali membuat ibu kesulitan dalam menyusun menu makanan yang kaya nutrisi dan bervariasi, sehingga asupan makanan yang diberikan kepada balita tidak memadai. Selain faktor pengetahuan, pola konsumsi makan balita juga memegang peranan penting dalam menentukan status gizi anak. Pola makan yang tidak teratur, frekuensi makan yang kurang, serta kurangnya variasi makanan yang mengandung gizi lengkap dapat menyebabkan balita mengalami berat badan kurang, yaitu kondisi dimana berat badan anak berada di bawah rentang rata-rata atau normal sesuai dengan standar pertumbuhan (Rhamadani *et al.*, 2020).

2.1.2 Tingkat pengetahuan

Tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi balita memegang peranan yang sangat penting dan memiliki pengaruh besar terhadap kondisi gizi balita itu sendiri. Hal ini disebabkan karena ibu merupakan sosok yang paling dekat dan memiliki ikatan emosional yang kuat dengan anaknya, sehingga perhatian dan rasa sayang yang dimiliki ibu terhadap anaknya membuat ibu menjadi pihak yang paling peka terhadap kebutuhan dan kondisi anak. Karena kedekatan tersebut, ibu lebih memahami secara mendalam apa saja yang dibutuhkan oleh balita untuk tumbuh dan berkembang secara optimal. Oleh karena itu, sangat penting bagi ibu untuk memiliki pengetahuan yang memadai tentang asupan gizi yang tepat dan seimbang bagi balita mereka, sehingga balita dapat tetap sehat dan terhindar dari masalah gizi seperti malnutrisi atau kekurangan zat gizi. Pengetahuan yang baik dan akurat mengenai gizi balita ini tidak hanya menjadi dasar pemahaman ibu, tetapi juga berperan sebagai pendorong utama bagi ibu untuk menerapkan perilaku yang baik dalam memberikan asupan makanan kepada anaknya (Fadila *et al.*, 2017).

a. Tahu (know)

Tahu merupakan konsep dasar dalam proses pembelajaran yang mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengingat atau mengenali suatu informasi yang telah dipelajari sebelumnya. Dalam konteks ini, mengetahui berarti tidak hanya sekadar mengingat satu bagian informasi secara terpisah, tetapi juga mencakup kemampuan untuk mengingat kembali secara keseluruhan isi atau rangsangan yang pernah diterima. Hal ini menunjukkan bahwa tahu adalah bentuk pengetahuan paling mendasar, yang menjadi fondasi bagi tingkat pengetahuan berikutnya seperti pemahaman, aplikasi, dan analisis. Tingkat pengetahuan ini penting karena menjadi tahap awal yang memungkinkan seseorang untuk membangun pemahaman lebih dalam melalui proses belajar yang berkelanjutan.

b. Memahami (comprehension)

Memahami merupakan sebuah kemampuan kognitif yang sangat penting, dimana seseorang tidak hanya sekadar mengenali atau menghafal suatu objek atau konsep, tetapi juga mampu menjelaskan secara mendalam serta menginterpretasikan dengan benar segala aspek yang berkaitan dengan objek tersebut. Dalam konteks pembelajaran, kemampuan memahami ini menunjukkan bahwa seseorang telah mencapai tingkat penguasaan yang lebih tinggi dibandingkan hanya mengetahui fakta-fakta secara dangkal. Orang yang benar-benar memahami suatu objek yang dipelajari mampu menguraikan ciri-ciri dan karakteristiknya secara jelas, memberikan contoh-contoh relevan yang mendukung pemahamannya, serta mampu menarik kesimpulan yang logis berdasarkan data atau informasi yang telah diterima. Selain itu, pemahaman juga memungkinkan seseorang untuk melakukan prediksi atau meramalkan kemungkinan-kemungkinan yang mungkin terjadi terkait dengan objek tersebut, sehingga kemampuan

ini tidak hanya bersifat pasif tetapi juga aktif dalam mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh.

c. Aplikasi (application)

Kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari dalam situasi atau kondisi nyata ini dikenal dengan istilah aplikasi. Aplikasi sendiri merupakan tahap penting dalam proses pembelajaran karena tidak hanya mengandalkan pemahaman teori semata, tetapi menuntut individu untuk mampu menerjemahkan dan mengimplementasikan pengetahuan tersebut ke dalam praktik yang konkret dan relevan dengan konteks kehidupan sehari-hari atau situasi tertentu. Dalam konteks pendidikan maupun bidang profesional, aplikasi mencakup berbagai bentuk penerapan seperti penggunaan hukum-hukum ilmiah, metode-metode yang sudah dipelajari, prinsip-prinsip dasar yang menjadi landasan pemikiran, serta teknik-teknik khusus yang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi yang dihadapi. Hal ini berarti bahwa seseorang tidak hanya harus menghafal atau mengerti konsep secara abstrak, tetapi juga harus dapat mengadaptasi dan memodifikasi pengetahuan tersebut agar dapat menyelesaikan masalah, mengambil keputusan, dan bertindak secara efektif dalam berbagai keadaan yang berbeda.

d. Analisis (analysis)

Analisis merupakan sebuah kemampuan penting yang memungkinkan seseorang untuk memecah atau membagi suatu objek, fenomena, atau materi menjadi bagian-bagian atau komponen-komponen yang lebih kecil dan spesifik. Meskipun bagian-bagian tersebut terpisah secara konseptual, mereka tetap memiliki hubungan yang saling terkait satu sama lain dan secara keseluruhan membentuk suatu struktur organisasi yang utuh dan sistematis. Dengan kata lain, analisis tidak hanya sekadar memecah menjadi bagian-bagian terpisah tanpa keterkaitan, melainkan juga menempatkan setiap komponen dalam konteks hubungan yang

harmonis sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang keseluruhan objek tersebut. Proses ini sangat penting dalam berbagai bidang karena memungkinkan pengkajian yang lebih terfokus dan terperinci, sehingga setiap elemen dapat dievaluasi fungsinya, kontribusinya, serta bagaimana elemen-elemen tersebut berinteraksi dalam membentuk kesatuan yang lebih besar.

e. Sintesis (synthesis)

Kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian secara sistematis ke dalam suatu bentuk yang baru dikenal dengan istilah sintesis. Sintesis ini bukan sekadar menggabungkan unsur-unsur yang ada, melainkan juga melibatkan proses kreatif yang kompleks dimana individu mampu menyusun kembali berbagai elemen, ide, konsep, atau informasi menjadi sebuah kesatuan yang utuh dan bermakna yang sebelumnya belum pernah ada. Dengan kata lain, sintesis merupakan kemampuan kognitif yang memungkinkan seseorang untuk menghasilkan formulasi baru yang bersifat orisinal, yakni berupa gagasan, teori, atau konsep baru yang lahir dari perpaduan berbagai formulasi atau pemahaman yang sudah ada. Proses ini menuntut keterampilan analisis yang mendalam agar setiap bagian yang berbeda dapat diidentifikasi, dipahami, dan kemudian dirangkai sedemikian rupa sehingga membentuk struktur atau pola baru yang inovatif dan relevan dengan konteks yang dihadapi.

f. Evaluasi (evaluation)

Evaluasi merupakan kemampuan penting yang berperan dalam proses membenarkan atau menilai sesuatu secara sistematis dan objektif. Dalam pelaksanaan evaluasi, kriteria menjadi aspek krusial yang harus ditentukan terlebih dahulu, baik dengan membuat kriteria sendiri sesuai kebutuhan atau menggunakan kriteria yang sudah tersedia sebagai dasar penilaian. Kriteria ini berfungsi sebagai

tolok ukur untuk menilai berbagai aspek yang ingin diukur, sehingga penilaian menjadi lebih terarah dan dapat dipertanggungjawabkan. Dalam konteks penelitian, khususnya untuk mengukur tingkat pengetahuan responden atau subjek penelitian terhadap suatu materi tertentu, beberapa metode dapat diterapkan seperti penyebaran angket atau melakukan wawancara langsung. Angket dan wawancara ini dirancang sedemikian rupa untuk memperoleh data yang akurat dan mendalam mengenai pemahaman responden terhadap materi yang diujikan. Selain itu, tingkat kesulitan atau kompleksitas pertanyaan dalam angket maupun wawancara dapat disesuaikan dengan jenis dan cakupan pengetahuan yang ingin diukur, sehingga hasil evaluasi dapat mencerminkan tingkat penguasaan pengetahuan secara tepat sesuai dengan tujuan penelitian.

2.2 Tinjauan Umum Tentang Balita

2.2.1 Definisi balita

Masa balita merupakan periode yang sangat penting dan krusial dalam pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas di masa depan. Masa ini sering disebut sebagai masa emas (golden age), karena pada periode ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan sel-sel otak secara optimal, yang sangat menentukan kemampuan kognitif dan kecerdasan anak di kemudian hari. Pada masa emas ini, otak anak mengalami proses pembentukan dan pematangan yang intensif, sehingga stimulasi dan pemenuhan kebutuhan gizi yang tepat menjadi sangat vital agar perkembangan tersebut dapat berjalan dengan baik. Berbagai penelitian, termasuk yang dikemukakan oleh Dhillon dan Harahap (2022), menegaskan bahwa masa balita adalah momen kunci di mana fondasi kecerdasan dan kapasitas intelektual mulai terbentuk, sehingga keberhasilan dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia sangat bergantung pada kondisi dan status gizi anak pada masa ini. Status gizi yang baik akan mendukung proses pertumbuhan

fisik yang optimal serta perkembangan kemampuan kognitif, emosional, dan sosial anak secara menyeluruh. Oleh karena itu, usia di bawah lima tahun memang layak disebut sebagai “usia emas” yang sangat menentukan kualitas sumber daya manusia di masa depan, karena pada rentang usia ini anak tidak hanya mengalami pertumbuhan fisik yang signifikan tetapi juga pembentukan kecerdasan yang akan memengaruhi seluruh perjalanan hidupnya (Randa 2021).

Balita merupakan salah satu kelompok usia yang sangat rentan terhadap berbagai masalah gizi, hal ini dikarenakan pada masa tersebut tubuh mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat dan kompleks. Pada periode ini, kebutuhan gizi balita meningkat secara signifikan untuk mendukung pembentukan organ, sistem saraf, serta fungsi-fungsi fisiologis lainnya yang menjadi dasar bagi perkembangan fisik dan mental yang optimal. Jika kebutuhan gizi tersebut tidak terpenuhi secara adekuat, terutama dalam hal asupan makronutrien seperti protein, karbohidrat, lemak, maupun mikronutrien seperti vitamin dan mineral, maka hal ini dapat menimbulkan dampak negatif yang cukup serius. Kekurangan gizi pada masa balita tidak hanya menyebabkan gangguan fisik berupa pertumbuhan yang terhambat atau gagal tumbuh sesuai standar usia, tetapi juga dapat berdampak pada perkembangan mental dan kognitif yang tidak optimal. Akibatnya, balita yang mengalami kekurangan gizi berisiko tinggi mengalami keterlambatan perkembangan kemampuan berpikir, berbicara, serta kemampuan motorik (Randa, 2021).

Balita merupakan masa penting dalam kehidupan anak karena pada usia ini pertumbuhan dan perkembangan berlangsung dengan sangat cepat, sehingga kebutuhan akan zat gizi menjadi sangat besar dan harus dipenuhi secara optimal. Perubahan yang terjadi pada bayi dari waktu ke waktu, seperti perubahan berat badan dan tinggi badan, merupakan indikator awal yang sangat penting untuk menilai status

gizi bayi tersebut. Pada usia sekitar enam bulan, bayi yang berat badannya belum mencapai dua kali lipat dari berat lahirnya memiliki risiko yang sangat tinggi, yakni 12,6 kali lipat lebih besar untuk mengalami kekurangan berat badan dibandingkan dengan bayi yang berat badannya terus mengalami peningkatan sesuai dengan perkembangan normalnya (Zogara, 2020). Hal ini menunjukkan betapa krusialnya pemantauan dan pemenuhan kebutuhan nutrisi selama periode ini, karena jika kebutuhan gizi balita dapat terpenuhi dengan baik, maka tidak hanya pertumbuhan fisik yang optimal yang dapat dicapai, tetapi juga kualitas kesehatan dan perkembangan mentalnya, sehingga mempersiapkan dasar yang kuat untuk masa depan anak yang lebih baik. Sebaliknya, apabila terjadi kegagalan dalam memenuhi kebutuhan gizi selama masa balita yang seringkali disebabkan oleh malnutrisi maka dampak negatifnya tidak hanya dirasakan saat itu saja, tetapi juga berpotensi menimbulkan konsekuensi jangka panjang yang sulit diperbaiki, seperti gangguan pertumbuhan yang permanen, penurunan kemampuan kognitif, serta rentan terhadap berbagai penyakit kronis di masa dewasa (Dhilon, 2022).

Usia balita memiliki korelasi yang signifikan dengan kejadian berat badan kurang atau *underweight* pada anak-anak tersebut. Secara khusus, balita yang berusia antara 0 hingga 23 bulan lebih rentan mengalami kekurangan berat badan, yang erat kaitannya dengan pola asuh ibu selama masa pemberian ASI dan MP-ASI. Pada masa ini, bayi sangat bergantung pada ASI sebagai sumber nutrisi utama, dan transisi ke MP-ASI yang kurang tepat dapat menyebabkan penurunan asupan gizi yang cukup. Penelitian menunjukkan bahwa bayi yang berusia lebih dari 11 bulan memiliki risiko tiga kali lebih besar mengalami penurunan berat badan dibandingkan bayi yang berusia antara 0 hingga 11 bulan. Hal ini dapat dijelaskan dengan adanya perubahan penting dalam masa pertumbuhan anak, yaitu peralihan dari periode menyusui eksklusif menuju masa

penyapihan, di mana jenis makanan yang dikonsumsi berubah dari ASI yang kaya akan zat gizi dan antibodi, menjadi makanan padat dengan kandungan nutrisi yang berbeda dan terkadang kurang optimal. Pergantian ini tidak hanya mengurangi asupan gizi, tetapi juga menyebabkan hilangnya kekebalan pasif yang selama ini diperoleh bayi melalui ASI dari ibunya, sehingga membuat anak lebih rentan terhadap infeksi dan gangguan kesehatan yang dapat memengaruhi status gizinya. Selain itu, balita dalam rentang usia 12 hingga 36 bulan menghadapi risiko yang jauh lebih tinggi, yakni 3,34 kali lebih berisiko mengalami *underweight* dibandingkan dengan balita yang berusia 37 hingga 59 bulan. Faktor ini dapat dihubungkan dengan perkembangan motorik anak yang semakin aktif pada usia tersebut, di mana mereka mulai banyak bergerak, berlari, dan berjalan. Aktivitas fisik yang meningkat ini menyebabkan kebutuhan energi dan nutrisi juga meningkat, namun seringkali pengawasan ibu terhadap asupan makanan anak berkurang karena adanya anggapan bahwa balita sudah mulai mandiri dan tidak lagi membutuhkan perhatian khusus yang sama seperti pada usia bayi. Pengurangan perhatian dan pengawasan ini berpotensi menyebabkan asupan gizi yang tidak mencukupi, sehingga meningkatkan risiko kekurangan berat badan (P O *et al.*, 2023).

2.2.2 Kebutuhan gizi balita

Kebutuhan gizi pada balita merupakan hal yang sangat krusial untuk diperhatikan karena pada masa ini proses pertumbuhan dan perkembangan anak berlangsung dengan pesat dan membutuhkan asupan nutrisi yang tepat dan seimbang. Kebutuhan gizi tersebut secara langsung bergantung pada asupan makanan yang disediakan oleh orang tua atau pengasuh, sehingga peran orang tua menjadi sangat vital dan menentukan dalam memastikan terpenuhinya kebutuhan gizi balita. Orang tua harus mampu menyediakan makanan yang tidak hanya sesuai dengan usia balita, tetapi juga disesuaikan dengan tingkat aktivitas serta kondisi kesehatan anak agar berat badan tetap berada pada rentang normal yang ideal. Makanan yang diberikan hendaknya mampu memenuhi gizi

seimbang, yakni mencakup semua zat gizi penting yang dibutuhkan oleh tubuh, seperti karbohidrat sebagai sumber utama energi, protein untuk pertumbuhan dan perbaikan jaringan, lemak sebagai sumber energi cadangan dan membantu penyerapan vitamin, serta vitamin dan mineral yang berperan dalam berbagai fungsi metabolisme dan menjaga daya tahan tubuh. Selain itu, asupan air yang cukup juga sangat diperlukan untuk menjaga keseimbangan cairan tubuh dan mendukung fungsi organ-organ vital. Dalam konteks ini, balita membutuhkan tiga kelompok zat gizi utama yaitu zat tenaga yang berfungsi sebagai sumber energi untuk aktivitas sehari-hari, zat pembangun yang berperan dalam proses pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh, dan zat pengatur yang membantu mengatur berbagai proses biokimia dalam tubuh (Susilowati, 2017).

a. Energi

Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) tahun 2019 kecukupan energi untuk kelompok balita yaitu sebagai berikut.

Tabel 2.1. Angka Kecukupan Energi untuk Kelompok Balita

Kelompok Umur	Berat Badan (kg)	Energi (Kkal)
0-5 bulan	6	550
6-11 bulan	9	800
1-3 tahun	13	1350
4-6 tahun	19	1400

Sumber: permenkes RI No 28 Tahun 2019

b. Protein

Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) tahun 2019 kecukupan protein untuk kelompok balita yaitu sebagai berikut.

Tabel 2.2. Angka Kecukupan Protein untuk Kelompok Balita

Kelompok Umur	Berat Badan (kg)	Protein (g)
0-5 bulan	6	9
6-11 bulan	9	15
1-3 tahun	13	20
4-6 tahun	19	25

Sumber: permenkes RI No 28 Tahun 2019

c. Lemak

Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) tahun 2019 kecukupan lemak untuk kelompok balita yaitu sebagai berikut.

Tabel 2.3. Angka Kecukupan Lemak untuk Kelompok Balita

Kelompok Umur	Berat Badan (kg)	Lemak (g)
0-5 bulan	6	31
6-11 bulan	9	35
1-3 tahun	13	45
4-6 tahun	19	50

Sumber: permenkes RI No 28 Tahun 2019

d. Karbohidrat

Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) tahun 2019 kecukupan karbohidrat untuk kelompok balita yaitu sebagai berikut.

Tabel 2.4. Angka Kecukupan Karbohidrat untuk Kelompok Balita

Kelompok Umur	Berat Badan (kg)	Karbohidrat (Kkal)
0-5 bulan	6	59
6-11 bulan	9	105
1-3 tahun	13	215
4-6 tahun	19	220

Sumber: permenkes RI No 28 Tahun 2019

e. Vitamin dan Mineral

Tabel 2.5. Angka Kecukupan Vitamin untuk Kelompok Balita

Kelompok umur	Vit A	Vit D	Vit E	Vit K	Vit B1	Vit B2	Vit B3
0-5 bulan	375	10	4	5	0,2	0,3	2
6-11 bulan	400	10	5	10	0,3	0,4	4
1-3 tahun	400	15	6	15	0,5	0,5	6
4-6 tahun	450	15	7	20	0,6	0,6	8

Kelompok umur	Vit B5	Vit B6	Folat	Vit B12	Biotin	Kolin	Vit C
0-5 bulan	1,7	0,1	80	0,4	5	125	40
6-11 bulan	1,8	0,3	80	1,5	6	150	50
1-3 tahun	2,0	0,5	160	1,5	8	200	40
4-6 tahun	3,0	0,6	200	1,5	12	250	45

Sumber: permenkes RI No 28 Tahun 2019

Tabel 2.6. Angka Kecukupan Mineral untuk Kelompok Balita

Kelompok umur	Ca	Fe	I	Mg	Se	P	Fosfor	Fluor	Seng
0-5 bulan	200	0,3	90	30	7	400	100	0,01	1,1
6-11 bulan	270	11	120	55	10	700	275	0,5	3
1-3 tahun	650	7	90	65	18	2600	460	0,7	3
4-6 tahun	1000	10	120	95	21	2700	500	1,0	5

Sumber: permenkes RI No 28 Tahun 2019

2.2.3 Status gizi balita

Status gizi balita merupakan salah satu indikator kesehatan yang sangat krusial dan sering dijadikan tolok ukur dalam menilai keberhasilan pencapaian tujuan pembangunan global, khususnya dalam konteks MDG. Pentingnya status gizi ini tidak hanya sebatas ukuran kesejahteraan fisik anak, tetapi juga mencerminkan kondisi kesehatan secara menyeluruh serta potensi tumbuh kembang anak yang optimal. Sebab, status gizi yang buruk pada balita dapat menjadi faktor risiko utama yang meningkatkan kemungkinan terjadinya berbagai penyakit dan bahkan kematian, mengingat sistem imun tubuh yang lemah akibat kekurangan nutrisi. Sebaliknya, status gizi yang baik akan memberikan dampak positif yang sangat signifikan, tidak hanya menjaga kesehatan secara umum tetapi juga memperkuat daya tahan tubuh serta meningkatkan kemampuan seseorang, khususnya balita, untuk pulih dari berbagai gangguan kesehatan dan infeksi.

Status gizi merupakan cerminan atau ekspresi dari keadaan keseimbangan nutrisi dalam tubuh yang dapat diukur melalui berbagai variabel tertentu. Dengan kata lain, status gizi menggambarkan sejauh mana kebutuhan nutrisi seseorang terpenuhi dan bagaimana kondisi tersebut tercermin dalam aspek fisik maupun fungsi biologis tubuh. Untuk menilai status gizi secara komprehensif, terdapat empat metode utama yang biasa digunakan, yakni antropometri, klinis, biokimia, dan biofisik.

Metode antropometri melibatkan pengukuran fisik seperti berat badan, tinggi badan, dan lingkar lengan atas untuk menilai proporsi dan komposisi tubuh. Metode klinis dilakukan dengan observasi tanda-tanda fisik yang muncul akibat kekurangan atau kelebihan nutrisi. Metode biokimia menggunakan analisis laboratorium untuk mendeteksi kadar zat gizi atau metabolit dalam darah, urine, atau jaringan tubuh, sedangkan metode biofisik mengkaji fungsi organ atau sistem tubuh yang berkaitan dengan status nutrisi. Berdasarkan hasil penilaian tersebut, status gizi dapat diklasifikasikan ke dalam empat kategori utama. Pertama, status gizi lebih yang umumnya dialami oleh individu dengan kelebihan berat badan seperti obesitas dan kegemukan, yang merupakan kondisi kelebihan asupan energi dan nutrisi tertentu sehingga dapat menimbulkan risiko penyakit kronis. Kedua, status gizi baik yang menunjukkan bahwa individu tersebut telah memperoleh asupan nutrisi yang cukup dan seimbang sehingga dapat menjalankan fungsi tubuh secara optimal. Ketiga, status gizi kurang yang biasa ditemukan pada individu yang mengalami kekurangan asupan kalori dan protein, dikenal dengan istilah kurang protein kalori (PCM), yang dapat menyebabkan penurunan berat badan dan gangguan fungsi tubuh. Keempat, status gizi buruk yang menggambarkan kondisi kekurangan nutrisi yang sangat parah, seperti pada kasus marasmus, marasmik kwashiorkor, dan kwashiorkor, yang ditandai dengan kerusakan jaringan tubuh yang berat dan gangguan fungsi organ (Susilowati, 2017).

Status gizi balita yang baik sangat penting karena memastikan pertumbuhan fisik dan mental balita berlangsung secara seimbang dan optimal. Kondisi gizi yang baik akan mendukung berbagai aspek perkembangan, mulai dari pembentukan otot dan tulang yang kuat hingga perkembangan fungsi otak yang mendukung kemampuan kognitif dan emosional anak. Sebaliknya, apabila status gizi balita buruk atau tidak tercukupi, hal ini dapat menghambat proses pertumbuhan dan perkembangan tersebut secara signifikan. Kekurangan gizi dapat

menyebabkan berat badan balita di bawah standar yang ideal, gangguan pada sistem imun sehingga balita menjadi lebih rentan terhadap berbagai penyakit infeksi, serta gangguan perkembangan otak yang berujung pada kemampuan belajar dan daya tahan mental yang menurun. Selain itu, status gizi yang buruk pada masa balita juga meningkatkan risiko munculnya berbagai penyakit kronis di masa dewasa, seperti diabetes, hipertensi, dan penyakit jantung, bahkan meningkatkan kemungkinan kematian dini (Nurmaliza, 2019).

2.3 Gizi balita

Gizi memegang peranan yang sangat krusial sebagai salah satu faktor utama yang mempengaruhi kondisi individu maupun masyarakat secara keseluruhan, sehingga menjadi salah satu isu yang sangat penting dalam bidang kesehatan masyarakat. Pada kelompok balita, kekurangan gizi tidak hanya berdampak pada aspek fisik, seperti pertumbuhan tubuh yang terhambat, tetapi juga memberikan efek negatif yang signifikan terhadap perkembangan mental dan kognitif mereka. Kondisi ini secara langsung dapat menghambat kemampuan belajar dan prestasi akademik anak-anak tersebut, yang pada gilirannya dapat memengaruhi kualitas sumber daya manusia di masa depan. Selain itu, kekurangan gizi juga berkontribusi pada penurunan sistem imun atau daya tahan tubuh balita, sehingga mereka menjadi lebih rentan terhadap berbagai penyakit infeksi. Penurunan daya tahan ini menyebabkan hilangnya masa hidup sehat yang seharusnya dapat dinikmati oleh anak-anak pada masa pertumbuhan mereka, dan jika kondisi tersebut berlanjut, akan muncul konsekuensi yang jauh lebih serius. Konsekuensi tersebut meliputi risiko kecacatan fisik maupun mental, meningkatnya angka kesakitan akibat berbagai penyakit kronis maupun akut, dan dalam kasus yang paling parah, dapat mempercepat kematian dini pada kelompok balita (Rahim, 2014).

Ketidakseimbangan gizi yang terdapat dalam makanan yang dikonsumsi sehari-hari serta adanya penyakit infeksi yang menyerang tubuh merupakan penyebab langsung utama dari kekurangan gizi pada individu, terutama pada kelompok rentan seperti anak-anak dan ibu hamil. Ketidakseimbangan ini

mengacu pada konsumsi makanan yang tidak memenuhi kebutuhan nutrisi yang cukup, baik dari segi kuantitas maupun kualitas, sehingga tubuh tidak mendapatkan zat-zat gizi esensial yang diperlukan untuk pertumbuhan dan pemeliharaan kesehatan. Selain itu, penyakit infeksi yang sering menyerang tubuh, seperti diare, infeksi saluran pernapasan, dan penyakit lainnya, dapat memperburuk kondisi kekurangan gizi dengan cara mengurangi nafsu makan, mengganggu penyerapan nutrisi, dan meningkatkan kebutuhan metabolik tubuh. Namun, di balik penyebab langsung tersebut, terdapat penyebab tidak langsung yang juga sangat berperan penting dalam menentukan status gizi seseorang, yaitu ketahanan pangan keluarga, pola pengasuhan anak, serta pelayanan kesehatan yang diterima. Ketahanan pangan keluarga mencerminkan kemampuan keluarga dalam menyediakan dan mengakses makanan yang cukup dan bergizi secara konsisten, yang sangat dipengaruhi oleh faktor ekonomi dan sosial. Pola pengasuhan anak mencakup cara orang tua atau pengasuh dalam memberikan asuhan, termasuk pemberian makanan, kebersihan, serta stimulasi yang diperlukan untuk tumbuh kembang optimal. Pelayanan kesehatan, yang meliputi akses, kualitas, dan kontinuitas layanan kesehatan seperti imunisasi, pemeriksaan kesehatan, dan penanganan penyakit, juga memegang peranan penting dalam mencegah dan mengatasi masalah kekurangan gizi. Ketiga faktor tidak langsung tersebut sangat erat kaitannya dengan tingkat pendidikan keluarga, di mana keluarga yang memiliki pengetahuan lebih baik mengenai gizi dan kesehatan cenderung mampu menerapkan pola asuh dan konsumsi makanan yang lebih baik, serta memanfaatkan pelayanan kesehatan secara optimal. Selain itu, kemampuan keluarga dalam mengelola sumber daya, yang dipengaruhi oleh tingkat pendapatan, turut menentukan ketersediaan pangan yang cukup dan bergizi di rumah tangga (Elisa, 2012).

2.4 Tinjauan umum *Underweight*.

2.4.1 Definisi *underweight*

Underweight atau keadaan gizi kurang merupakan suatu kondisi yang menunjukkan adanya kekurangan gizi pada individu, yang secara langsung disebabkan oleh asupan zat gizi yang tidak memadai atau kurang dari kebutuhan tubuh. Kondisi ini merupakan salah satu bentuk malnutrisi yang sering ditemukan terutama pada kelompok rentan seperti anak-anak balita. Status gizi *underweight* ini biasanya diukur dan dikategorikan berdasarkan indeks Berat Badan menurut Umur (BB/U), yang menjadi indikator penting untuk menilai apakah seorang anak mengalami gizi buruk atau gizi kurang (Studi, 2019). Gizi buruk dan gizi kurang sendiri mencerminkan derajat kekurangan gizi yang beragam, di mana keduanya dapat berdampak signifikan terhadap kesehatan dan perkembangan anak. Masalah gizi kurang ini bukan hanya sekadar masalah kesehatan individu, tetapi juga merupakan isu global yang serius karena berkaitan erat dengan angka kematian anak balita di seluruh dunia. Data menunjukkan bahwa gizi kurang atau *underweight* merupakan salah satu penyebab utama kematian pada anak balita, dengan kontribusi sekitar 3,5 juta kematian setiap tahunnya. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya perhatian dan intervensi yang tepat dalam mengatasi masalah gizi kurang agar dapat menurunkan angka kematian tersebut (Haris *et al.*, 2019).

Berat badan kurang, atau yang sering disebut dengan istilah *underweight*, merupakan kondisi dimana berat badan seseorang, khususnya bayi atau balita, berada di bawah standar yang seharusnya akibat kekurangan gizi yang dialami dalam jangka waktu tertentu. Kondisi ini mencerminkan kegagalan pertumbuhan tubuh anak untuk mencapai berat badan ideal sesuai dengan usianya, sehingga menunjukkan adanya masalah dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi yang sangat penting selama masa pertumbuhan. Secara lebih spesifik, status gizi anak dengan berat badan kurang biasanya diukur

menggunakan Indeks Berat Badan menurut Usia (BB/U), yang merupakan salah satu indikator utama untuk menilai kondisi gizi anak berdasarkan perbandingan berat badan terhadap usia mereka. Penilaian ini dilakukan dengan menggunakan metode Z-Score, dimana ambang batas atau cutoff untuk menentukan apakah seorang anak tergolong *underweight* adalah apabila nilai Z-Score berat badan terhadap usia berada di bawah -2 standar deviasi dari median standar pertumbuhan yang telah ditetapkan oleh WHO (Aprilla, n.d.).

2.4.2 Indikator *underweight*

Indikator underweight pada balita ditentukan apabila nilai BB/U (Berat Badan per Umur) yang diukur menggunakan Z score berada pada rentang antara -3 SD hingga kurang dari -2 SD, atau secara spesifik ketika nilai tersebut mencapai -3,0 SD, maka anak tersebut dikategorikan sebagai *underweight* atau berat badan kurang. Kondisi *underweight* ini merupakan salah satu masalah gizi yang sangat serius karena memiliki dampak yang cukup signifikan terhadap perkembangan anak secara menyeluruh. Secara fisik, balita yang mengalami *underweight* cenderung memiliki pertumbuhan yang terhambat sehingga tubuhnya tidak mencapai potensi maksimal dalam hal tinggi dan berat badan yang ideal sesuai usianya. Selain itu, kondisi ini juga berpengaruh pada perkembangan mental dan kognitif anak, karena nutrisi yang kurang menyebabkan fungsi otak tidak optimal sehingga dapat menghambat kemampuan belajar dan konsentrasi. Akibatnya, anak dengan status gizi kurang memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami kesulitan dalam proses belajar di sekolah maupun dalam aktivitas keseharian yang membutuhkan fokus dan daya ingat (Nikmah *et al.*, 2024).

Tabel 2.6 Kategori Status Gizi Berdasarkan BB/U

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Bata (Z-Score)
Berat Badan menurut Umur (BB/U) anak usia 0	Berat badan sangat kurang (<i>severely underweight</i>)	<-3 SD
	Berat badan kurang (<i>underweight</i>)	- 3 SD sd <- 2 SD
	Berat badan normal	- 2 SD sd +1 SD
	Risiko Berat badan lebih	> +1 SD

Sumber: Permenkes RI No 2 2020.

2.4.3 Penentuan nilai persen dalam instrument penelitian

Pengetahuan ibu mengenai gizi balita diukur melalui instrumen kuesioner yang disusun dengan sistematis dan terdiri dari tiga bagian utama yang saling melengkapi. Bagian pertama dari kuesioner ini berfokus pada aspek pengetahuan gizi secara umum, dengan jumlah pertanyaan sebanyak 10 butir yang dirancang untuk menggali sejauh mana pemahaman ibu terkait kebutuhan nutrisi dan jenis-jenis makanan yang penting untuk tumbuh kembang balita. Selanjutnya, bagian kedua mengukur pengetahuan ibu mengenai konsep 1000 HPK, yaitu periode kritis yang meliputi masa kehamilan hingga dua tahun pertama kehidupan anak, yang juga terdiri dari 10 butir pertanyaan. Bagian ini bertujuan untuk menilai seberapa baik ibu memahami pentingnya asupan gizi yang optimal selama masa tersebut demi memastikan perkembangan fisik dan kognitif anak yang maksimal. Terakhir, bagian ketiga terdiri dari 5 butir pertanyaan yang secara khusus dirancang untuk mengevaluasi pengetahuan ibu terkait pola asuh dalam pemberian makan pada balita, mencakup pemahaman tentang frekuensi makan, jenis makanan pendamping ASI, serta cara-cara yang tepat untuk memastikan anak menerima gizi yang cukup dan seimbang. Adapun cara penentuan scoring dalam instrumen penelitian ini, sebagai berikut:

1. Setiap jawaban yang benar diberi score 1 dan jawaban yang salah diberi score 0
2. Jika responden menjawab semua pertanyaan dengan benar maka total score 25
3. Untuk mengetahui persentase dari pengetahuan ibu dapat menggunakan rumus :

$$\frac{\text{jumlah skor}}{\text{jumlah soal}} \times 100\%$$

Baik : Jika hasil persentase skor 76%-100%

Cukup : Jika hasil persentase skor 56%-75%

Kurang : jika hasil persentase skor <56%

2.4.4 Faktor penyebab *underweight*

Terdapat dua kelompok faktor utama yang memengaruhi kondisi berat badan balita yang mengalami kurang, yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung, yang keduanya saling berkaitan dan berkontribusi terhadap status gizi anak. Faktor langsung yang secara nyata berdampak pada berat badan balita adalah asupan gizi yang diperoleh dari makanan sehari-hari serta keberadaan penyakit infeksi yang dapat mengganggu penyerapan nutrisi dan kesehatan secara umum. Salah satu penyakit infeksi yang paling sering ditemukan dan memiliki pengaruh signifikan terhadap penurunan berat badan pada balita adalah diare, yang menyebabkan kehilangan cairan dan nutrisi penting sehingga menghambat pertumbuhan dan pemulihan gizi anak. Selain itu, terdapat faktor tidak langsung yang turut mempengaruhi berat badan balita, yaitu tingkat pendapatan keluarga yang sangat menentukan kemampuan mereka dalam memenuhi kebutuhan dasar, termasuk akses terhadap makanan bergizi, pelayanan kesehatan, serta sanitasi yang baik. Pendapatan yang rendah menyebabkan keterbatasan ekonomi sehingga keluarga kesulitan menyediakan makanan bergizi dan pelayanan medis

yang memadai, sehingga secara tidak langsung berdampak pada kondisi kesehatan dan status gizi balita (Samino *et al.*, 2020).

Ketidakseimbangan dalam asupan makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi merupakan penyebab utama dan langsung terjadinya masalah kurang gizi pada individu, terutama pada kelompok rentan seperti anak-anak dan ibu hamil. Asupan makanan yang tidak mencukupi dari segi kualitas dan kuantitas akan menyebabkan tubuh kekurangan nutrisi esensial yang diperlukan untuk pertumbuhan, pemeliharaan fungsi tubuh, dan daya tahan terhadap penyakit. Selain itu, kondisi kurang gizi sering kali diperparah oleh adanya penyakit infeksi yang dapat mengganggu penyerapan nutrisi dan meningkatkan kebutuhan metabolik tubuh, sehingga menciptakan siklus buruk yang memperburuk status gizi seseorang. Di samping faktor langsung tersebut, terdapat pula berbagai faktor tidak langsung yang turut berkontribusi terhadap kejadian kurang gizi. Faktor-faktor ini mencakup aspek ketahanan pangan yang rendah, di mana keluarga atau masyarakat tidak memiliki akses atau kemampuan untuk memperoleh makanan yang cukup dan bergizi secara konsisten. Pola asuh yang kurang tepat, seperti minimnya pengetahuan orang tua tentang gizi dan pemberian makanan yang seimbang, juga menjadi penyebab penting. Selain itu, sanitasi lingkungan yang buruk berkontribusi terhadap tingginya risiko penyakit menular, khususnya infeksi saluran pencernaan yang dapat menghambat penyerapan nutrisi. Terakhir, pelayanan kesehatan yang tidak memadai, termasuk kurangnya akses terhadap layanan kesehatan preventif dan kuratif, menyebabkan penanganan penyakit dan masalah gizi terlambat atau tidak optimal, sehingga memperparah kondisi kurang gizi (Samino *et al.*, 2020).

2.4.4.1 Faktor Penyebab Langsung

a. Tingkat Kecukupan Gizi

Fungsi zat gizi, khususnya karbohidrat, sangat penting sebagai sumber utama energi bagi tubuh, terutama pada balita yang sedang dalam masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Karbohidrat berperan langsung dalam memastikan kecukupan energi yang dibutuhkan untuk menjalankan berbagai proses metabolisme dan aktivitas fisiologis. Apabila asupan karbohidrat tidak mencukupi, maka tubuh akan mengalami defisit energi yang ditandai dengan penurunan produksi adenosin trifosfat (ATP), molekul energi utama yang digunakan oleh sel-sel tubuh. Kekurangan ATP ini memicu tubuh untuk mencari sumber energi alternatif agar tetap dapat memenuhi kebutuhan metabolik. Salah satu mekanisme adaptasi tubuh adalah dengan mengaktifkan jalur katabolisme protein dan lemak sebagai sumber energi cadangan. Proses ini melibatkan glikogenesis, yaitu pembentukan glukosa dari protein melalui glukoneogenesis, serta lipolisis, yaitu pemecahan lemak menjadi asam lemak dan gliserol yang kemudian digunakan untuk menghasilkan ATP. Namun, penggunaan protein seluler sebagai sumber energi menyebabkan kerusakan jaringan tubuh, khususnya pada otot dan organ lainnya, sehingga berdampak pada penurunan massa tubuh. Akibat dari penggunaan cadangan protein dan lemak ini adalah bayi mengalami penurunan berat badan, yang jika berlangsung terus-menerus dapat menimbulkan risiko malnutrisi dan gangguan pertumbuhan (Werdani, 2023).

b. Pola makan

Faktor risiko terbesar yang sangat berpengaruh terhadap status gizi kurang pada balita adalah kebiasaan makan yang diterapkan sejak dini. Balita yang memiliki pola makan yang kurang sehat atau tidak teratur memiliki risiko mengalami status gizi kurang hingga tujuh kali lipat dibandingkan dengan balita yang menerapkan pola makan sehat dan seimbang. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya kualitas dan variasi makanan yang dikonsumsi oleh balita dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan optimal mereka. Selain itu, kemampuan ibu atau pengasuh dalam memperkenalkan serta menyajikan makanan yang tepat sangat memegang peranan penting dalam menentukan kebiasaan makan anak. Ketika ibu mampu menyediakan makanan yang variatif dan bergizi seimbang, hal ini dapat mendorong balita untuk terbiasa mengonsumsi berbagai jenis makanan yang diperlukan tubuh untuk memenuhi kebutuhan nutrisi. Sebaliknya, apabila balita hanya diberikan jenis makanan tertentu secara monoton, mereka cenderung menghindari atau menolak makanan lain yang sebenarnya penting untuk keseimbangan gizi. Oleh karena itu, untuk mencegah terjadinya masalah gizi, terutama kekurangan gizi pada balita, sangatlah penting bagi orang tua atau pengasuh untuk secara konsisten memperkenalkan serta membiasakan balita dengan konsumsi makanan yang bervariasi dan mengandung nutrisi lengkap sesuai kebutuhan usia mereka. Langkah ini tidak hanya akan membantu mengurangi risiko status gizi kurang, tetapi juga mendukung tumbuh (Duma *et al.*, 2019).

1.4.4.2 Faktor Penyebab Tidak Langsung

a. Ketahanan Pangan Keluarga

Balita yang mengalami kondisi kurang berat badan sangat dipengaruhi oleh tingkat ketahanan pangan di dalam rumah tangga tempat mereka tinggal. Ketahanan pangan rumah tangga merupakan faktor kunci yang menentukan kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi oleh seluruh anggota keluarga, termasuk balita. Meskipun balita tersebut tidak menunjukkan gejala masalah gizi atau kesehatan secara langsung, adanya penurunan ketahanan pangan dalam jangka waktu tertentu dapat secara signifikan memengaruhi status gizi mereka. Hal ini terjadi karena rumah tangga yang rawan pangan cenderung hanya mampu menyediakan makanan dengan kandungan energi yang tinggi namun miskin akan zat gizi mikro penting seperti vitamin dan mineral. Pola konsumsi makanan yang terbatas ini kemudian menyebabkan defisiensi gizi mikro pada balita, yang berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan mereka. Sebaliknya, rumah tangga yang memiliki ketahanan pangan yang baik biasanya mampu menyediakan makanan yang lebih beragam dan seimbang, termasuk sumber protein, vitamin, mineral, serta karbohidrat yang cukup, sehingga mampu memenuhi kebutuhan gizi balita secara optimal dan menjaga mereka tetap sehat serta tumbuh dengan baik. (Khomsan, 2019).

b. Pola asuh

Cara ibu dan pengasuh dalam merawat bayi sangat dipengaruhi oleh tahapan perkembangan serta pertumbuhan bayi itu sendiri. Pada setiap fase pertumbuhan, kebutuhan bayi akan perhatian, stimulasi, dan perawatan yang berbeda menuntut pengasuh untuk menyesuaikan pola asuhnya agar

mendukung proses perkembangan tersebut secara optimal. Dalam konteks ini, pola asuh merupakan kemampuan keluarga untuk menyediakan waktu, memberikan perhatian yang memadai, serta memberikan dukungan emosional dan fisik yang diperlukan oleh balita. Pola asuh tidak hanya berfokus pada aspek fisik semata, tetapi juga mencakup stimulasi mental dan sosial yang sangat penting bagi pembentukan karakter dan kemampuan adaptasi balita dalam lingkungannya. Keluarga yang mampu menerapkan pola asuh yang baik akan membantu balita tumbuh dengan sehat dan optimal dalam berbagai aspek, termasuk perkembangan motorik, kognitif, serta interaksi sosial. Penelitian menunjukkan bahwa pola asuh yang baik memiliki korelasi signifikan terhadap status gizi balita; balita yang mendapat perawatan dan perhatian kurang memadai dari pengasuhnya memiliki risiko lebih tinggi mengalami masalah gizi, khususnya kondisi kurus atau kurang gizi. Secara kuantitatif, balita yang menerima pola asuh kurang optimal berisiko 5,07 kali lebih besar mengalami kekurangan gizi dibandingkan dengan balita yang diasuh dengan pola yang baik dan tepat. (Nikmah *et al.*, 2024).

c. Pelayanan Kesehatan

Sarana prasarana atau fasilitas pelayanan kesehatan memegang peranan yang sangat penting dalam mendukung keberhasilan upaya kesehatan secara menyeluruh di masyarakat. Sarana dan prasarana ini mencakup berbagai jenis fasilitas, peralatan, dan lingkungan yang memadai sehingga proses pelayanan kesehatan dapat berjalan dengan efektif dan efisien. Salah satu bentuk fasilitas pelayanan kesehatan yang sangat strategis adalah Puskesmas, yang merupakan layanan kesehatan dasar yang disediakan oleh

pemerintah dengan tujuan utama untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, khususnya dalam hal menjaga dan memperbaiki status gizi balita yang merupakan kelompok rentan. Puskesmas tidak hanya berfungsi sebagai tempat pengobatan, tetapi juga sebagai pusat pelayanan promotif dan preventif yang menjangkau seluruh lapisan masyarakat di wilayah kerjanya. Selain Puskesmas, terdapat pula berbagai layanan kesehatan yang berbasis masyarakat yang berperan sebagai mitra strategis dalam meningkatkan kesehatan masyarakat secara lebih lokal dan terfokus. Contohnya adalah posbindu, yang berfungsi sebagai pos pembinaan terpadu untuk pemantauan kesehatan secara berkala, posyandu yang merupakan pusat pelayanan terpadu untuk ibu dan anak, kampung gizi yang berfokus pada peningkatan status gizi masyarakat di tingkat desa atau kelurahan, serta kampung KB yang berperan dalam penyebaran informasi dan pelayanan keluarga berencana. Keberadaan layanan-layanan kesehatan berbasis masyarakat tersebut menjadi pelengkap dan pendukung bagi fasilitas kesehatan formal seperti Puskesmas, sehingga upaya peningkatan kesehatan masyarakat, khususnya dalam hal pencegahan dan pemantauan status gizi balita, dapat terlaksana secara komprehensif.

Tingkat kehadiran ibu atau pengasuh balita ke fasilitas pelayanan kesehatan memiliki peranan yang sangat penting dalam memengaruhi status gizi serta pertumbuhan dan perkembangan balita secara keseluruhan. Kehadiran yang rutin dan konsisten memungkinkan tenaga kesehatan untuk melakukan pemantauan secara berkala terhadap kondisi kesehatan balita, termasuk mengidentifikasi dini potensi masalah gizi maupun gangguan pertumbuhan yang

mungkin terjadi. Apabila tingkat kehadiran ini rendah, maka kesempatan untuk melakukan pengawasan dan intervensi secara tepat waktu menjadi sangat terbatas. Hal ini menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan balita tidak dapat terpantau secara optimal, sehingga risiko balita mengalami masalah gizi seperti kurang gizi atau bahkan gizi buruk meningkat. Selain itu, kehadiran ibu atau pengasuh di fasilitas kesehatan juga berfungsi sebagai sarana edukasi penting bagi mereka mengenai pola asuh dan gizi seimbang yang diperlukan oleh balita agar dapat tumbuh sehat dan optimal. Ketika ibu atau pengasuh jarang hadir, pengetahuan mereka tentang prinsip-prinsip gizi seimbang dan cara pemberian makanan yang tepat kepada balita menjadi kurang memadai. Kurangnya pemahaman ini secara tidak langsung berdampak pada perilaku pemberian makan dan perawatan yang kurang tepat, yang selanjutnya dapat memperburuk status gizi dan kondisi kesehatan balita (Anggraeni *et al.*, 2020).

d. Higiene dan Sanitasi Lingkungan

Higiene dan sanitasi lingkungan merupakan aspek fundamental dalam kesehatan lingkungan yang mencakup berbagai elemen penting seperti kondisi perumahan, ketersediaan air bersih yang layak, sistem pembuangan kotoran yang efektif, serta berbagai faktor pendukung lainnya yang berkontribusi terhadap terciptanya lingkungan yang sehat dan aman bagi penghuni, khususnya anak-anak balita. Ketika aspek-aspek tersebut tidak terpenuhi dengan baik, misalnya air yang digunakan tidak bersih atau sistem sanitasi yang buruk, maka akan meningkatkan risiko paparan terhadap berbagai penyakit infeksi, terutama yang menyerang saluran pencernaan dan pernapasan. Balita, yang

memiliki sistem imun yang masih berkembang dan rentan terhadap infeksi, sangat mudah terkena dampak negatif dari sanitasi lingkungan yang buruk ini. Kondisi kesehatan yang terganggu akibat lingkungan yang tidak sehat dapat menyebabkan berbagai gangguan kesehatan seperti diare, infeksi parasit, dan penyakit lain yang dapat mengganggu proses penyerapan nutrisi dalam tubuh balita. Akibatnya, masalah kesehatan yang berhubungan dengan sanitasi lingkungan yang buruk ini secara langsung maupun tidak langsung berpengaruh terhadap status gizi balita, yang pada akhirnya dapat memicu masalah malnutrisi, termasuk gizi buruk dan stunting.

Faktor-faktor yang berkaitan dengan personal hygiene dan sanitasi lingkungan, khususnya kualitas sarana air bersih dan fasilitas jamban, memiliki peranan yang sangat penting dalam menentukan status gizi anak balita. Studi menunjukkan bahwa salah satu penyebab utama risiko status gizi kurang pada balita adalah kondisi sarana air bersih yang digunakan oleh keluarga. Penggunaan sarana air bersih yang tidak memenuhi standar kesehatan dan kebersihan ternyata meningkatkan risiko anak mengalami status gizi kurang hingga empat kali lipat dibandingkan dengan anak yang menggunakan sarana air bersih yang layak dan sehat. Hal ini mengindikasikan bahwa sarana air bersih yang berkualitas buruk dapat menjadi sumber kontaminasi bakteri dan penyakit yang berpotensi menurunkan nafsu makan serta mengganggu proses penyerapan nutrisi pada anak, sehingga berdampak negatif terhadap status gizinya. Oleh karena itu, ketersediaan dan akses terhadap sarana air bersih yang layak dan higienis menjadi faktor krusial yang harus diperhatikan dalam upaya peningkatan kesehatan dan gizi balita, karena

tanpa adanya air bersih yang memadai, risiko gangguan kesehatan yang memicu malnutrisi akan semakin tinggi dan sulit diatasi. Kondisi ini menegaskan bahwa sarana air bersih yang layak tidak hanya berfungsi sebagai kebutuhan dasar, tetapi juga sebagai salah satu faktor risiko yang signifikan terhadap masalah gizi kurang pada balita.

Secara umum, masyarakat banyak yang masih mengandalkan sumur gali sebagai sumber utama air bersih untuk kebutuhan sehari-hari mereka. Namun, sumur gali ini sering kali dianggap kurang sehat dan berisiko terhadap kesehatan karena beberapa faktor penting yang mempengaruhi kualitas airnya. Pertama, banyak sumur gali yang tidak dilengkapi dengan penutup yang memadai, sehingga memungkinkan masuknya kotoran, debu, serangga, maupun hewan kecil yang dapat mencemari air di dalamnya. Selain itu, posisi sumur gali yang sangat dekat dengan sumber pencemar seperti septic tank, saluran pembuangan limbah rumah tangga, atau tempat sampah dengan jarak yang kurang dari standar aman yaitu 10 meter meningkatkan kemungkinan terjadinya kontaminasi silang yang bisa membawa bakteri dan mikroorganisme berbahaya ke dalam air sumur. Faktor lain yang memperburuk kondisi ini adalah kualitas dinding sumur yang buruk atau kurang rapat, sehingga air tanah yang mengalir di sekitar sumur bisa tercampur dengan air limbah atau zat pencemar lain, menurunkan mutu air yang diambil dari sumur tersebut. Kondisi-kondisi tersebut menyebabkan sumur gali seringkali tidak memenuhi standar kesehatan untuk air minum, sehingga pemanfaatannya sebagai sumber air bersih dapat menimbulkan risiko terhadap kesehatan masyarakat, seperti

munculnya penyakit yang ditularkan melalui air, contohnya diare, kolera, atau penyakit kulit (Annisa, 2023).

e. Pengetahuan ibu

Pengetahuan ibu memegang peranan yang sangat penting dan berpengaruh besar terhadap derajat kesehatan anak serta kesejahteraan keluarga secara keseluruhan. Hal ini karena tingkat pengetahuan ibu terkait kesehatan dan gizi akan sangat menentukan cara pengasuhan, pola makan, serta upaya pencegahan penyakit yang dilakukan dalam keluarga. Namun, kualitas penduduk di Indonesia masih menunjukkan kondisi yang relatif rendah, yang dapat dilihat dari beberapa indikator seperti tingkat pendidikan yang masih belum merata, status ekonomi keluarga yang kurang stabil, serta pendapatan per kapita yang tergolong rendah. Kondisi ini secara langsung memengaruhi kemampuan masyarakat untuk menjaga kesehatan dengan baik, sehingga masih banyak ditemukan perilaku hidup yang kurang sehat dan justru mendorong munculnya berbagai penyakit infeksi, serta masalah gizi seperti kekurangan maupun kelebihan gizi yang dapat menimbulkan risiko kesehatan jangka panjang. Selain itu, perilaku gizi dan pola konsumsi makanan yang terjadi di tingkat keluarga sangat erat kaitannya dengan status sosial ekonomi yang dimiliki keluarga tersebut. Status sosial ekonomi ini sendiri ditentukan oleh berbagai unsur yang saling berkaitan, antara lain tingkat pendidikan yang diperoleh anggota keluarga, pengetahuan yang dimiliki terutama ibu sebagai pengatur gizi keluarga, jenis dan kualitas pekerjaan yang menghasilkan penghasilan, jumlah pendapatan yang diperoleh, serta faktor sosial budaya yang membentuk pola pikir (Kemenkes 2023).

Faktor sosial ekonomi merupakan salah satu elemen penting yang sangat memengaruhi berbagai aspek kehidupan manusia, terutama dalam konteks kesehatan dan status gizi. Kondisi sosial ekonomi yang terbatas akan berdampak langsung pada tingkat pendapatan keluarga yang selanjutnya menentukan daya beli mereka untuk memenuhi kebutuhan pokok, khususnya kebutuhan pangan yang berkualitas dan bergizi. Ketika pendapatan rendah, keluarga cenderung mengalami kesulitan dalam menyediakan makanan yang cukup dan seimbang, sehingga pola pemberian makanan pada balita menjadi kurang optimal. Selain itu, keterbatasan sosial ekonomi juga berpengaruh pada kualitas pemeliharaan kesehatan secara umum, termasuk aspek sanitasi lingkungan yang menjadi faktor krusial dalam mencegah terjadinya penyakit infeksi. Sanitasi yang buruk dan akses terhadap fasilitas kesehatan yang terbatas meningkatkan risiko anak mengalami berbagai penyakit yang berhubungan dengan kurangnya asupan gizi. Kondisi ini akan menghambat proses pertumbuhan dan perkembangan anak karena tubuh tidak memperoleh zat gizi yang memadai untuk pemeliharaan dan regenerasi sel serta penangkal infeksi (kemenkes 2023).

1.4.5 Dampak *underweight*.

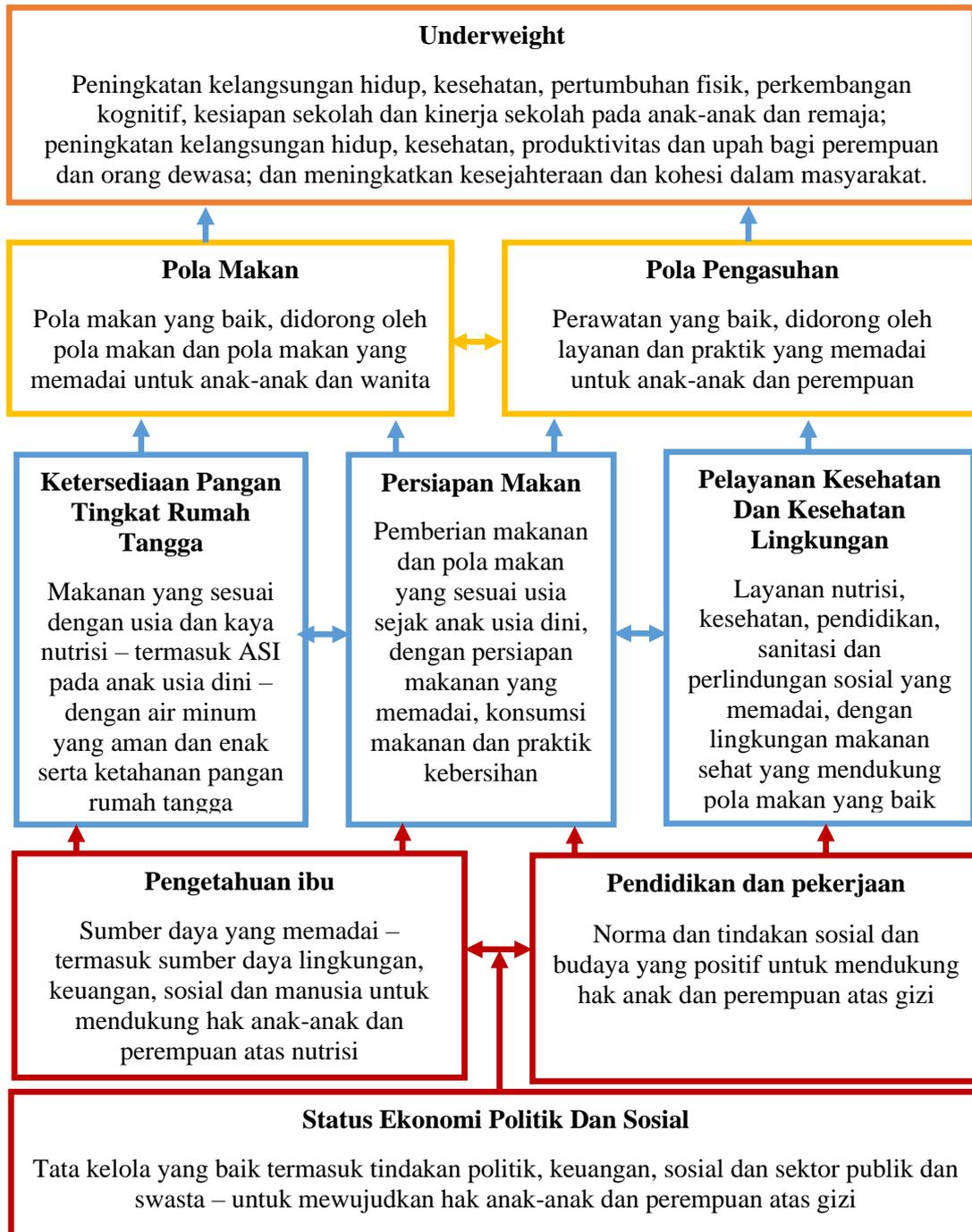
Underweight atau kondisi balita yang memiliki berat badan di bawah standar yang seharusnya memberikan dampak yang sangat signifikan dan negatif terhadap perkembangan fisik maupun mental mereka. Secara fisik, balita dengan status gizi kurang cenderung mengalami pertumbuhan yang terhambat, baik dari segi tinggi badan maupun berat badan, sehingga tubuhnya tidak mampu berkembang secara optimal sesuai dengan usia. Hal ini juga berimbas pada kemampuan mental dan kognitif mereka, yang pada akhirnya menghambat proses belajar dan perkembangan kecerdasan secara

menyeluruh. Selain itu, kondisi kekurangan gizi ini melemahkan sistem kekebalan tubuh, sehingga balita lebih rentan terhadap berbagai infeksi dan penyakit. Penurunan daya tahan tubuh yang terjadi membuat frekuensi dan tingkat keparahan penyakit menjadi lebih tinggi dibandingkan dengan balita yang memiliki status gizi baik. Akibatnya, masa hidup sehat balita menjadi sangat terbatas karena mereka terus menerus berjuang melawan gangguan kesehatan yang berulang. Lebih jauh lagi, kekurangan gizi yang berkepanjangan tidak hanya menyebabkan gangguan pertumbuhan sementara, tetapi juga berpotensi menimbulkan kecacatan permanen yang mengganggu fungsi tubuh dan kualitas hidup mereka di masa depan. Tingkat kesakitan yang dialami pun meningkat, sehingga balita harus menghadapi lebih banyak penderitaan fisik. Pada tingkat yang paling ekstrem, kondisi *underweight* dapat berujung pada kematian dini, yang menjadi konsekuensi paling serius dan tragis dari masalah gizi (Annisa, 2023)

Permasalahan gizi yang dialami oleh balita merupakan isu yang sangat krusial karena dapat memberikan dampak negatif yang cukup signifikan terhadap perkembangan anak, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Pada masa balita, tubuh dan otak anak sedang dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat, sehingga kekurangan gizi pada tahap ini dapat menyebabkan gangguan serius, khususnya pada perkembangan otak yang berujung pada terganggunya kemampuan kognitif dasar anak. Dampak jangka pendek yang paling sering muncul antara lain adalah gangguan perkembangan otak yang dapat mempengaruhi kemampuan belajar serta tingkat kecerdasan anak secara keseluruhan. Selain itu, kurang gizi juga menghambat pertumbuhan fisik sehingga anak tidak dapat mencapai standar pertumbuhan yang optimal sesuai dengan usianya, dan gangguan metabolisme tubuh yang dapat mempengaruhi berbagai fungsi organ dan sistem dalam tubuh. Namun demikian, dampak dari masalah gizi ini tidak hanya berhenti pada masa kanak-kanak saja,

melainkan terus berlanjut hingga ke masa dewasa dan usia lanjut. Secara jangka panjang, anak-anak yang mengalami masalah gizi di masa balita cenderung memiliki kemampuan kognitif yang menurun, yang berdampak pada rendahnya prestasi belajar di sekolah serta menurunnya daya saing mereka dalam berbagai aspek kehidupan. Selain itu, kondisi gizi yang buruk juga melemahkan sistem kekebalan tubuh, sehingga anak lebih rentan terhadap berbagai penyakit infeksi yang dapat memperburuk kondisi kesehatannya. Lebih jauh lagi, masalah gizi pada masa balita dapat meningkatkan risiko terjadinya berbagai penyakit kronis di kemudian hari, seperti diabetes mellitus, obesitas, kanker, stroke, serta penyakit pembuluh darah dan jantung yang menjadi penyebab utama kematian di banyak negara. Selain risiko penyakit tersebut, gangguan gizi juga berpotensi menyebabkan disabilitas yang berkelanjutan hingga usia lanjut (Annisa, 2023)

1.1 Kerangka Teori



Sumber: UNICEF (2020)

Conceptual Framework on Maternal and Child nutrition

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 Kesimpulan

1. Terdapat 13 dengan kategori baik, 21 cukup dan 57 dengan kategori kurang.
2. Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian *underweight* pada balita usia 24-59 bulan di Kelurahan Rangas Kecamatan Banggae, Kabupaten Majene.

1.2 Saran

1. Bagi Program Studi Gizi

Program Studi Gizi diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai sumber tambahan dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang gizi masyarakat. Informasi yang diperoleh dapat memperkaya literatur akademik sekaligus menjadi bahan rujukan untuk kegiatan pembelajaran dan penelitian selanjutnya. Selain itu, Program Studi Gizi juga dianjurkan untuk mengintegrasikan temuan ini dalam penyusunan materi edukasi yang akan diberikan kepada masyarakat, khususnya para ibu yang memiliki balita. Hal ini penting agar edukasi yang diberikan tidak hanya bersifat teoritis tetapi juga berdasarkan bukti nyata yang sesuai dengan kondisi masyarakat, sehingga dapat meningkatkan pemahaman dan penerapan pola asuh gizi yang tepat pada anak usia dini.

2. Bagi Puskesmas Totoli

Pihak Puskesmas Totoli disarankan untuk meningkatkan intensitas dan kualitas kegiatan edukasi mengenai gizi yang ditujukan khususnya kepada ibu-ibu di wilayah kerjanya. Edukasi ini sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan ibu terkait asupan gizi yang dibutuhkan oleh balita agar tumbuh kembangnya optimal. Selain itu, Puskesmas dapat mengembangkan metode penyuluhan yang lebih inovatif dan menarik, seperti penggunaan

media digital, diskusi kelompok, serta pelatihan praktis mengenai pengelolaan makanan bergizi. Dengan demikian, edukasi yang dilakukan tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga mampu memotivasi ibu untuk mengaplikasikan pengetahuan gizi secara konsisten.

3. Bagi Ibu Balita Di Kelurahan Rangas

Para ibu yang memiliki balita di Kelurahan Rangas dianjurkan untuk aktif menambah wawasan dan pengetahuan mengenai gizi anak dari berbagai sumber yang terpercaya. Selain mengikuti penyuluhan yang diselenggarakan oleh Puskesmas, ibu-ibu juga dapat memanfaatkan teknologi informasi seperti internet untuk mengakses informasi kesehatan dan gizi yang valid. Ketersediaan berbagai sumber informasi yang lengkap akan membantu ibu dalam mengambil keputusan yang tepat terkait pola makan dan perawatan balita mereka. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif dalam menjaga kesehatan dan mencegah masalah gizi pada anak.

4. Bagi Penelitian Lain

Untuk memperluas pemahaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi balita, disarankan agar penelitian selanjutnya mempertimbangkan variabel-variabel tambahan yang belum terjangkau dalam studi ini. Variabel seperti status ekonomi keluarga, tingkat pendidikan orang tua, pola makan sehari-hari, serta riwayat kesehatan keluarga dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai determinan kesehatan dan gizi anak. Dengan melibatkan faktor-faktor tersebut, penelitian selanjutnya diharapkan mampu memberikan hasil yang lebih mendalam dan relevan, serta mendukung pengembangan program intervensi gizi yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan komunitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, P. S., Munawaroh, M., & Ciptiasrini, U. (2020). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Sarana Prasarana Puskesmas tentang Gizi Seimbang terhadap Perilaku Pemenuhan Gizi Balita.
- Annisa, N. (2023). Faktor Risiko Masalah Gizi Kurang pada Balita di Indonesia. *Jurnal ilmiah kesehatan masyarakat dan sosial*, 1(2), 17–25. <https://doi.org/10.59024/jikas.v1i2.285>
- Aprilla, N. (n.d.). Hubungan Riwayat Penyakit Infeksi dengan Kejadian Underweight pada Balita Wilayah Kerja Puskesmas Purnama. <http://journal.stkiptam.ac.id/index.php/excellent>
- Asmin, F. (2018). Konstruksi Modal Sosial Bagi Pengelolaan Hutan Berbasis Masyarakat: Sebuah Kerangka Konseptual. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 7, 32–45.
- Abimayu, A. T., & Rahmawati, N. D. (2023). Analisis Faktor Risiko Kejadian Stunted, Underweight, dan Wasted Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Rangkapan Jaya, Kota Depok, Jawa Barat Tahun 2022. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan*, 3(2), 88. <https://doi.org/10.51181/bikfokes.v3i2.6820>
- Ashagidigbi, W. M., Ishola, T. M., & Omotayo, A. O. (2022). Gender and occupation of household head as major determinants of malnutrition among children in Nigeria. *Scientific African*, 16, e01159. <https://doi.org/10.1016/j.sciaf.2022.e01159>
- Data Dinas Kesehatan Majene 2024 *Prevalensi Underweight Di Kabupaten Majene tahun 2024*
- Data Puskesmas Totoli 2024 *Prevalensi Underweight Di Kecamatan Banggae 2024*

- Dhilon, D. A., & Harahap, D. A. (2022). Gambaran pola asuh pemberian makan pada balita di wilayah kerja puskesmas laboy jaya. *Jurnal ners*,06,124–126. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Duma J. H, Zuraidah N, & Aida F. (2019). *Determinan Status Gizi Kurang Pada Balita Di Puskesmas Belawan Kota Medan*. <http://ejournal.urindo.ac.id/index.php/kesehatan>
- Elisa P. A. (2012). Determinan status gizi pada siswa sekolah dasar. In *KEMAS* (Vol. 7, Issue 2). <http://journal.unnes.ac.id/index.php/kemas>
- Esti I. F. (2024). Faktor-faktor penyebab kejadian *underweight* pada balita dari ibu pekerja di wilayah kerja puskesmas. *Nutrizione (Nutrition Research and Development Journal)* Volume 04 Nomor 01, Mei 2024 (22-31) <https://journal.unnes.ac.id/journals/nutrizione/index>. Di akses pada Jum'at 2024 jam 14.44
- Fadila, R. N., Amareta, D. I., Febriyatna, A., Program, S., Gizi, K., Jurusan, K., Politeknik, N., & Jember, I. (2017). Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Ibu tentang Gizi Seimbang dengan Status Gizi Anak TK di Desa Yosowilangun Lor Kabupaten Lumajang. / *Jurnal Kesehatan*, 5(1).
- Firyansari, Y. (2022). Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Dengan Kejadian Underweight Di Desa Kapu Wilayah Kerja Puskesmas Merakurak. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 6(3), 248. <https://doi.org/10.52020/.v6i3.4523>
- Haris, A., Fitri, A., Kalsum, U., Studi, P., Masyarakat, K., & Jambi, U. (2019). Determinan Kejadian Stunting Dan Underweight Pada Balita Suku Puskesmas Merakurak. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 6(3). <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v6i3.4523> Anak Dalam Di Desa Nyogan Kabupaten Muaro Jambi Tahun 2019. In *Jurnal Kesmas Jambi* (Vol. 3, Issue 1). JKMJ.
- 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*, 5(1), 17–24. <https://doi.org/10.31602/ann.v5i1.1645>
- Husna, L. N., & Izzah, N. (2021). Gambaran Status Gizi Pada Balita : Literature Review. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 385–392. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.689>
- Karimah, S., Nurhamidi, & Sajiman. (2024). *Hubungan Pengetahuan Ibu , Tingkat Pendapatan , Pola Asuh Makan , dan Ketersediaan Pangan dengan Kejadian Balita Underweight Umur 24-59 Bulan Relationship Of Mother ' s Knowledge , Income Level , Parenting Patterns , and Food*. 06(02), 179–192.
- Kementrian Kesehatan 2023. Pencegahan *Underweight, Wasting, Dan Stunting* Lebih Efektif Dibandingkan Pengobatannya.
- Kementrian Kesehatan 2020. profil kesehatan indonesia 2020
- Kelurahan rangas 2024. *Profil kelurahan rangas 2024*.
- Khomsan, A., & Sukandar, D. (2019). Pengembangan Indeks Ketahanan Pangan Rumah Tangga dan Kaitannya dengan Tingkat Kecukupan Zat Gizi dan Status Gizi Anak Balita. *RESEARCH STUDY*, 3, 201–211. <https://doi.org/10.2473/amnt.v3i4.2019>
- Lailaturohmah. (2024). Faktor Ekonomi, Pendidikan, Pengetahuan dan Sikap Ibu sebagai Prediktor Kejadian Gizi Kurang pada Balita. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 15, 39–42.
- Lestiarini, S., & Sulistyorini, Y. (2020). Perilaku Ibu pada Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) di Kelurahan Pegirian. *Jurnal PROMKES*, 8(1), 1. <https://doi.org/10.20473/jpk.v8.i1.2020.1-11>
- Nikmah, R., Afrinis, N., & Apriyanti, F. (2024). Pola Asuh, Sanitasi Lingkungan, Kejadian *Underweight* di Desa Alahair, Kabupaten Kepulauan Meranti,

- Riau. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*, 3(1), 40–47.
<https://doi.org/10.25182/jigd.2024.3.1.40-47>
- Nurmaliza, N., & Herlina, S. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Pendidikan Ibu terhadap Status Gizi Balita. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 1(2), 106–115.
<https://doi.org/10.31539/jka.v1i2.578>
- Nabila, S., Aprianti, & Yanti, R. (2021). Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Pendapatan Keluarga Dengan Kejadian Balita Underweight Umur 12-36 Bulan. *Jurnal Riset Pangan Dan Gizi*, 3(1), 1–10.
- Norvadila, K. N., & Aprianti, A. (2024). Pengetahuan, Pendapatan Keluarga, Ketersediaan Pangan dan Frekuensi Konsumsi Mie Instan dengan Status Gizi pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 5(1), 53–61. <https://doi.org/10.36590/kepo.v5i1.933>
- Nurmaliza, & Herlina, S. (2019). *hubungan pengetahuan dan pendidikan ibu terhadap status gizi balita. 1*, 1–23.
- P O, D., Simanungkalit, S. F., Sianturi, H. R. P., Arini, F. A., & O, Y. C. (2023). Edukasi Pencegahan Underweight Pada Ibu Bayi Usia 0 -<6 Bulan. *Jurnal Abdi Insani*, 10(1), 370–378.
<https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v10i1.786>
- Peraturan Menteri Kesehatan RI No 28 Tahu 2019 Angka kecukupan gizi yang dianjurkan untuk masyarakat indonesia
- Peraturan menteri kesehatan RI No 2 Tahun 2020 standar antropometri anak.
- Pitri Tedi. (2020). Pengaruh Pengetahuan Dan Pengalaman Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Cv.Ria Busana. *Ekonomedia*, 09, 37–59.
- Rahmatillah, D. K. (2018). Hubungan Pengetahuan Sikap dan Tindakan terhadap Status Gizi Relationship between Knowledge , Attitudes and Practices and Nutritional Status. *Amerta Nutr*, 106–112.
<https://doi.org/10.20473/amnt.v2.i1.2018.106-112>

- Randa Yenny Djeny, & Tena Andreas. (2021). Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Di Puskesmas Lakessi Kota Parepare Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Lentera Acitya*, 08, 92–102. <https://www.lppmfatimaparepare.org>
- Rhamadani Risky Amelia, Adrianto Ratno, & Noviasy Reny. (2020). *Underweight, Stunting, Wasting* dan Kaitannya Terhadap Asupan Makan, Pengetahuan Ibu, dan Pemanfaatan Pelayanan Kesehatan. *Jurnal Riset Gizi*, 08, 101–106.
- Riang Toby, Y., Dewi Anggraeni, L., & Rasmada, S. (2021). Analisis Asupan Zat Gizi Terhadap Status Gizi Balita. *Faletahan Health Journal*, 8(2), 92–101. www.journal.lppm-stikesfa.ac.id/ojs/index.php/FHJ
- Resvita Nurben Putri, P. (2020). Gambaran Status Gizi Balita Usia 12-60 Bulan (BB/U) di Wilayah Puskesmas Sidomulyo Kecamatan Tampan (Data Sekunder) Data PPG Tahun 2019 (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Riau).
- Sinha, R. K., Dua, R., Bijalwan, V., Rohatgi, S., & Kumar, P. (2018). Determinants of Stunting, Wasting, and Underweight in Five High-Burden Pockets of Four Indian States. *Indian Journal of Community Medicine*, 43(4), 279–283. <https://doi.org/10.4103/ijcm.IJCM>
- Sundari, S., & Khayati, Y. N. (2020). Analisis Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dengan Status Gizi Balita. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 3(1), 17–22. <https://doi.org/10.35473/ijm.v3i1.343>
- Suraya, et al. (2024). Hubungan Pendidikan, Pengetahuan dan Asupan Energi dengan Kejadian Underweight pada Balita. *Media Gizi Ilmiah Indonesia*, 2(1), 23–32.
- Susilowati, E., & Himawati, A. (2017). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Dengan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja

- Puskesmas Gajah 1 Demak. *Jurnal Kebidanan*, 6(13), 21. <https://doi.org/10.31983/jkb.v6i13.2866>
- Samino, Angelina F. Christin, & Atmasari Sulistri. (2020). Faktor Underweight Pada Balita 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Ambarawa Kabupaten Pringsewu. *Jurnal Dunia Kesmas*, 06, 1–8.
- Studi, P. S. (2019). Penerapan Metode Pohon Regresi *Stepwise Linear* Dengan *Algoritma Guide* Dalam Menganalisis Pengaruh Kinerja Program Gizi Terhadap Prevalensi *Underweight* Di Indonesia. In *Jurnal Matematika UNAND: Vol. VIII* (Issue 1).
- Susanti Delfi Heni, Samin Rumzi, & Okparizan. (2023). Evaluasi Program Penanggulangan Gizi Buruk Pada Balita di Dinas Kesehatan, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana Kota Tanjungpinang. *Jurnal Dunia Ilmu Hukum Dan Politik*, 01, 116–128.
- Susilowati, E., & Himawati, A. (2017). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Dengan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Gajah 1 Demak (Vol. 6, Issue 13).
- UNICEF (2020) Conceptual Framework on Maternal and Child nutrition*
- Werdani, A. R., & Syah, J. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Underweight pada Anak Usia 6-23 Bulan di Pagedangan Kabupaten Tangerang.
- WHO. (2019). World Health statistics. *World Health Organization*, 1–132.
- Yustiyani, Y. (2023). Hubungan antara Karakteristik, Pengetahuan, dan Perilaku Ibu dengan Status Gizi Balita Usia 24-59 Bulan. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 4(2), 127–134. <https://doi.org/10.52742/jgkp.v4i2.185>
- Zogara, A. U., & Pantaleon, M. G. (2020). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(02), 85–92. <https://doi.org/10.33221/jikm.v9i02.505>