

## Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Penerapan Gizi Seimbang Pada Masa Pandemi Covid 19

### Factors Related to the Implementation of Balanced Nutrition During the Covid 19 Pandemic

Dini Afriani<sup>(1)</sup>, Mona Yulianti<sup>(2)</sup>

<sup>(1)</sup>Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sebelas April, Indonesia

<sup>(2)</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sebelas April, Indonesia

**Korespondensi Penulis:** Dini Afriani, Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sebelas April, Indonesia  
Email: [diniafriani@unsap.ac.id](mailto:diniafriani@unsap.ac.id)

#### ABSTRAK

Pandemi Covid-19 di tahun 2021 masih sangat mempengaruhi status gizi balita. Prevalensi masalah gizi pada balita masih perlu mendapat perhatian. Tujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan penerapan gizi seimbang. Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *Cross Sectional Study* atau penelitian dengan satu kali pengumpulan data, data mengenai variabel independen atau risiko dan variabel yang mempengaruhi atau variabel yang dihasilkan. Populasi sampel penelitian adalah 272 balita dengan sampel 41 ibu yang memiliki balita. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik probability sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan ibu dengan penerapan gizi seimbang p-value 0,018, terdapat hubungan sikap ibu dengan penerapan gizi seimbang p-value 0,031, terdapat hubungan tindakan ibu dan penerapan gizi seimbang p value 0,021.

**Kata Kunci:** Gizi Seimbang, Balita, Ibu Balita, Covid 19

#### ABSTRACT

*The Covid-19 pandemic in 2021 still greatly affects the nutritional status of toddlers. The prevalence of nutritional problems in toddlers still needs attention. The aim is to analyze the factors related to the application of balanced nutrition. Type of research uses a quantitative method with a Cross Sectional Study design or research with one-time data collection, data on independent variables or risks and influencing variables or resulting variables. The sample population for the study was 272 toddlers with a sample of 41 mothers who had toddlers. The sampling technique used is probability sampling technique. The results showed that there was a relationship between mother's knowledge and implementation of balanced nutrition p-value 0.018, there was a relationship between mother's attitude and implementation of balanced nutrition p-value 0.031, there was a relationship between mother's actions and implementation of balanced nutrition p-value 0.021.*

**Keywords:** *Balanced Nutrition, Toddlers, Mothers Toddlers, Covid 19*

## PENDAHULUAN

Prevalensi masalah gizi anak balita masih di atas batas kesehatan masyarakat, di Indonesia masalah status gizi masih perlu di monitoring (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Balita atau anak yang telah menginjak usia diatas satu tahun sampai lima tahun atau biasa digunakan perhitungan bulan yaitu usia 12-59 bulan (Kementerian Kesehatan RI Jakarta, 2019). Status gizi yang baik dapat dicapai apabila balita mengonsumsi makanan dengan kandungan energi dan zat gizi sesuai kebutuhannya. Menjaga kondisi gizi pada balita sangat penting apalagi di masa pandemi global covid-19 seperti sekarang (Fatma Lestari, 2020).

Daya tahan adalah pencegahan agar tidak tertular virus COVID-19. Beberapa hal dapat meningkatkan imunitas melalui konsumsi makanan bergizi sangat membuat membangun sistem imun yang kuat untuk melindungi dari infeksi virus, sekaligus memberikan kesehatan bagi tubuh. Berdasarkan data Riskesdas Tahun 2018, di Indonesia prevalensi status gizi balita dengan gizi buruk yaitu 3,9%, dan gizi kurang 13,8%. Prevalensi gizi buruk dan kurang pada balita bersifat fluktuatif. Di Jawa Barat prevalensi status gizi balita pada tahun 2018 dengan gizi buruk yaitu 2,6%, dan gizi kurang 10,6% (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan melalui wawancara yang telah peneliti lakukan pada tanggal 17 April 2021 dengan salah satu petugas puskesmas Sagalaherang, saudara Anis mengatakan pada masa pandemi COVID-19 seperti sekarang banyak orangtua yang khawatir jika harus datang ke posyandu sehingga status gizi anak tidak terdeteksi secara menyeluruh seperti tahun-tahun sebelum terjadinya pandemic (Dinas Kesehatan Subang, 2020).

## SUBYEK DAN METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *Cross Sectional Study*. Desain ini biasa di kenal penelitian dengan pengambilan data satu waktu, data

yang menyangkut variabel risiko dan variabel akibat yang di kumpulkan dalam waktu bersamaan (Syahrums & Salim, 2012).

Metode penelitian kuantitatif yaitu metode dengan berlandaskan filsafat positivisme, berfungsi untuk melakukan penelitian pada sampel khas, teknik pengumpulan data ini bersifat kuantitatif atau statistik bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditentukan sebelum penelitian.

Populasi yaitu keseluruhan sampel penelitian atau variabel terkait yang akan diteliti (Ngatno, 2015). Populasi yang saat diuji adalah ibu yang mempunyai balita di Posyandu Desa Leles Kecamatan Sagalaherang Subang pada tahun 2021 yang terdiri dari 5 posyandu, yaitu Posyandu Dahlia 1 (45 orang), Posyandu Dahlia 2 (32 orang), Posyandu Dahlia 3 (53 orang), Posyandu Dahlia 4 (49 orang) dan Posyandu Dahlia 5 (93 Orang). Jadi populasi ibu yang mempunyai balita di Desa Leles yaitu sebanyak 272 balita.

Untuk menentukan ukuran sampel dengan populasi lebih dari 100 dapat diambil 10-15% atau 20-25% sebagai berikut. Maka sampel dalam penelitian ini dapat dihitung : Menentukan besarnya sampel 15% dari jumlah populasi, sehingga jumlah anggota sampel =  $15\% \times 272 \text{ orang} = 40,8 \text{ orang}$ , dibulatkan menjadi 41 orang. Analisis Data terdiri dari Analisa univariat dilakukan terhadap variabel hasil penelitian (Sugiyono, 2019).

Dalam penelitian ini analisa menggunakan distribusi dan persentase tiap variabel yang diteliti Analisa univariat pada penelitian ini berfungsi untuk menjelaskan seluruh variabel penelitian, sedangkan analisa bivariat dilakukan terhadap 2 variabel yang menjadi hipotesis akan berkorelasi Analisis ini juga dilakukan untuk mencari tahu korelasi antara variabel *independent* yaitu pengetahuan, sikap dan tindakan ibu dengan variabel *dependent* yaitu penerapan gizi seimbang dengan memakai uji statistik *Chi-square* dan memakai system aplikasi di komputer dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$  (Nursalam, 2017).

**HASIL**

Pada penelitian analisa bivariat ini menyajikan variabel yang berhubungan dengan penerapan gizi seimbang pada balita di masa pandemi Covid-19.

**Tabel 1. Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Penerapan Gizi Seimbang pada Balita**

Pengetahuan Ibu	Penerapan Gizi Seimbang pada Balita						Total		p-value
	Kurang		Cukup		Baik		N	%	
	n	%	n	%	n	%			
Baik	0	0	3	10,7	25	89,3	28	100	0,031
Cukup	0	0	6	46,2	7	53,8	13	100	
Kurang	0	0	0	0	0	0	0	0	
Jumlah	0	0	9	22	32	78	41	100	

Pada uraian tabel 1 pada hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa dari 13 responden dengan pengetahuan ibu yang cukup, ada 6 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang cukup (46,2%) dan 7 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang baik (53,8%). Selanjutnya terdapat 28 responden dengan pengetahuan ibu yang baik dengan 3 balita memiliki perilaku penerapan gizi seimbang yang cukup (10,7%) dan 25 balita memiliki perilaku penerapan gizi seimbang yang baik (89,3%). Sehingga dapat disimpulkan hasil yang lebih dominan yaitu pengetahuan ibu yang baik dapat meningkatkan perilaku penerapan gizi seimbang pada balita yaitu sebesar 89,3%.

Pengetahuan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita dengan memakai Uji Statistik *Chi Square* dimana tingkat derajat kepercayaan yang digunakan adalah 95% dan  $\alpha = 0,05$  didapatkan p value 0,018, nilai  $p < 0,05$  sehingga hipotesis alternatif diterima atau dengan kata lain secara statistik ternyata terbukti adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan.

**Tabel 2. Hubungan Sikap Ibu dengan Penerapan Gizi Seimbang pada Balita**

Sikap Ibu	Penerapan Gizi Seimbang pada Balita						Total		p-value
	Kurang		Cukup		Baik		N	%	
	n	%	n	%	n	%			
Baik	0	0	5	14,7	29	85,3	34	100	0,031
Cukup	0	0	4	57,1	3	42,9	7	100	
Kurang	0	0	0	0	0	0	0	0	
Jumlah	0	0	9	22	32	78	41	100	

Pada uraian tabel 2 hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa 7 responden dengan sikap ibu yang cukup maka ada 4 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang cukup (57,1%) dan 3 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang baik (42,9%). Dari 34 responden dengan sikap ibu yang baik maka ada 5 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang cukup (14,7%) dan 29 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang baik (85,3%). Dambil kesimpulan sikap ibu yang baik dapat meningkatkan perilaku penerapan gizi seimbang pada balita yaitu sebesar 85,3%. Sikap ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita berdasarkan Uji Statistik *Chi Square* dengan tingkat derajat kepercayaan yang digunakan adalah 95% dan  $\alpha = 0,05$  didapatkan p value 0,031, nilai  $p < 0,05$  sehingga hipotesis alternatif diterima atau dengan kata lain secara statistik ternyata terbukti adanya hubungan yang signifikan antara sikap ibu.

**Tabel 3. Hubungan Tindakan Ibu dengan Penerapan Gizi Seimbang pada Balita**

Tindakan Ibu	Penerapan Gizi Seimbang pada Balita						Total		p-value
	Kurang		Cukup		Baik		N	%	
	n	%	n	%	n	%			
Baik	0	0	2	8,3	22	91,7	24	100	0,031
Cukup	0	0	7	41,2	10	58,8	27	100	
Kurang	0	0	0	0	0	0	0	0	
Jumlah	0	0	9	22	32	78	41	100	

Pada uraian tabel 3 hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa dari 17 responden dengan tindakan ibu yang cukup maka ada 7 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang cukup (41,2%) dan 10 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang baik (58,8%). Dan dari 24 responden dengan tindakan ibu yang baik maka ada 2 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang cukup (8,3%) dan 22 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang baik (91,7%).

Hasil dominan tindakan ibu yang baik dapat meningkatkan perilaku penerapan gizi seimbang pada balita yaitu sebesar 91,7%. Tindakan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita dengan menggunakan Uji Statistik *Chi Square* dimana tingkat derajat kepercayaan yang digunakan adalah 95% dan  $\alpha = 0,05$  didapatkan p value 0,021, nilai  $p < 0,05$  sehingga hipotesis alternatif diterima.

**DISKUSI****1. Hubungan Pengetahuan ibu dengan Penerapan Gizi Seimbang**

Hasil penelitian ini berkorelasi dengan penelitian Dessy (2017) yang berjudul Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan ibu dalam Pemberian Makanan dengan Status Gizi yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dalam pemberian MPASI dengan status gizi (Adriyanti, 2017).

Minimnya pengetahuan mengenai gizi akan menyebabkan berkurangnya daya untuk menerapkan informasi dalam beraktifitas sehari-hari yang merupakan salah satu penyebab terjadinya gangguan gizi (Pramesthi Widya Hapsari *et al.*, 2018). Pengetahuan ibu yang baik dapat meningkatkan penerapan gizi seimbang pada balita, dan pengetahuan yang cukup atau kurang juga dapat mempengaruhi penerapan gizi seimbang pada balita karena terdapat hubungan antara pengetahuan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita di Desa Leles Subang tahun 2021.

**2. Hubungan Sikap ibu dengan Penerapan Gizi Seimbang**

Hal ini berkorelasi dengan penelitian yang telah dilaksanakan oleh Dessy Andriyanti dalam penelitiannya yang berjudul Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Ibu dalam Pemberian Makanan yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara sikap ibu dalam pemberian makanan dengan status gizi balita di Lingkungan VII Desa Bagan Deli Belawan tahun 2017 (Adriyanti, 2017). Dalam penelitian ini, terdapat 7 responden dengan sikap ibu yang cukup dan 4 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang cukup (57,1%) serta 3 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang baik (42,9%). Selanjutnya 34 responden dengan sikap ibu yang baik dan ada 5 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang cukup (14,7%) serta 29 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang baik (85,3%). Diambil kesimpulan sikap ibu yang baik dapat meningkatkan perilaku penerapan gizi seimbang pada balita yaitu sebesar 85,3%. Sikap ibu yang baik dapat meningkatkan

penerapan gizi seimbang pada balita, dan sikap yang cukup atau kurang juga dapat mempengaruhi penerapan gizi seimbang pada balita karena terdapat hubungan antara sikap ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita di Desa Leles Subang tahun 2021.

**3. Hubungan Tindakan ibu dengan Penerapan Gizi Seimbang**

Hal ini berkorelasi dengan penelitian yang telah dilaksanakan oleh Dessy Andriyanti dalam penelitiannya dengan judul Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Ibu dalam Pemberian Makanan yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan tindakan ibu (Adriyanti, 2017).

Terdapat 17 responden dengan tindakan ibu yang cukup dan 7 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang cukup (41,2%) serta 10 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang baik (58,8%). Selanjutnya, terdapat 24 responden dengan tindakan ibu yang baik dan ada 2 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang cukup (8,3%) serta 22 balita dengan perilaku penerapan gizi seimbang yang baik (91,7%). Hasil dominan tindakan ibu yang baik dapat meningkatkan perilaku penerapan gizi seimbang pada balita yaitu sebesar 91,7%. Tindakan ibu yang baik dapat meningkatkan penerapan gizi seimbang pada balita, dan tindakan ibu yang cukup atau kurang juga dapat mempengaruhi penerapan gizi seimbang pada balita karena terdapat hubungan antara tindakan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita di Desa Leles Subang tahun 2021.

**KESIMPULAN**

Semua variabel pada penelitian ini berkorelasi dengan penerapan gizi seimbang pada balita. Variabel pengetahuan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita dengan menggunakan uji statistik *Chi Square* dimana  $\alpha = 0,05$  didapatkan *p value* 0,018, nilai  $p < 0,05$ . Adapun pada variabel sikap ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita didapatkan *p value* 0,031, nilai  $p < 0,05$  dan pada variabel tindakan ibu dengan penerapan gizi seimbang pada balita didapatkan *p value* 0,021, nilai  $p < 0,05$ .

**DAFTAR PUSTAKA**

- Adriyanti, D. (2017). Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan tindakan Ibu dalam Pemberian Makanan dengan Status Gizi. *Repository Institusi Universitas Sumatera Utara*.  
<https://repository.usu.ac.id/handle/123456789/4969>
- Dinas Kesehatan Subang. (2020). Gizi Balita Masa Pandemi. *Dinas Kesehatan Subang*.
- Syahrum & Salim. (2012). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Citapustaka Medika.
- Fatma Lestari, et. al. (2020). *Pengalaman Indonesia dalam menangani wabah Covid 19*. Badan Nasional Penanggulangan Bencana.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Prevalensi masalah gizi. *Masalah Gizi Di Indonesia*.
- Kementerian Kesehatan RI Jakarta. (2019). *Pedoman Pencegahan dan Tatalaksana Gizi Buruk pada Balita*. Kementerian Kesehatan RI.
- Ngatno. (2015). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Bisnis*. CV INDOPRINTING.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Kesehatan*. Salemba Medika.
- Pramesthi Widya Hapsari, Helda Khusun, & Judhiastuty Februhartanty. (2018). *Pesan Gizi Seimbang pada Buku Ajar*. SEAMEO RECFON.
- Riskesdas. (2018). *Prevalensi Status Gizi Balita*.  
<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20181102/0328464/potret-sehat-indonesia-riskesdas-2018/>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan : (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian Pendidikan)*. Alfabeta.