

HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI SEIMBANG DENGAN STATUS GIZI ANAK USIA 3-5 TAHUN DI POSYANDU RW 002 KELURAHAN TUGU SELATAN KOTA JAKARTA UTARA

Putri Laras Wati¹, Nedra Wati Zaly^{2*}

^{1,2} Institut Kesehatan dan Teknologi Pondok Karya Pembangunan DKI Jakarta
nedrawatizaly@gmail.com

ABSTRACT

Nutritional problems among children aged 3–5 years remain a public health concern in Indonesia, including urban areas such as North Jakarta. Mothers' knowledge of balanced nutrition is considered an indirect factor that may influence children's nutritional status. This study aimed to analyze the relationship between mothers' knowledge of balanced nutrition and the nutritional status of children aged 3–5 years at Posyandu RW 002, Tugu Selatan Subdistrict, North Jakarta. This research employed an analytical cross-sectional design using total sampling, involving 118 mother–child pairs. Mothers' knowledge was measured using a Guttman-scale questionnaire, while children's nutritional status was assessed based on WHO anthropometric indicators (weight-for-age, height-for-age, weight-for-height, and BMI-for-age) calculated using the WHO Anthro software. Data were analyzed using the Chi-Square test with a significance level of 0.05. The results showed that most mothers had a moderate level of knowledge (50.8%), and the majority of children had normal nutritional status across all anthropometric indicators. Statistical analysis revealed a significant association between mothers' knowledge of balanced nutrition and children's nutritional status based on all indicators ($p < 0.05$). It can be concluded that mothers' knowledge is significantly associated with the nutritional status of children. Strengthening nutrition education through community health posts is recommended as a preventive strategy to support optimal child growth and development.

Keywords: mother's knowledge, balanced nutrition, nutritional status, under-five children, anthropometry.

ABSTRAK

Masalah gizi pada anak usia 3–5 tahun masih menjadi isu kesehatan masyarakat di Indonesia, termasuk di wilayah perkotaan seperti Jakarta Utara. Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang merupakan salah satu faktor tidak langsung yang berpotensi memengaruhi status gizi anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi anak usia 3–5 tahun di Posyandu RW 002 Kelurahan Tugu Selatan, Kota Jakarta Utara. Penelitian ini menggunakan desain analitik cross-sectional dengan teknik total sampling yang melibatkan 118 ibu dan anak. Data pengetahuan ibu dikumpulkan menggunakan kuesioner skala Guttman, sedangkan status gizi anak dinilai berdasarkan indikator antropometri WHO (BB/U, TB/U, BB/TB, dan IMT/U) yang dihitung menggunakan aplikasi WHO

Anthro. Analisis data dilakukan menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki tingkat pengetahuan cukup (50,8%), dan mayoritas anak berada pada kategori status gizi normal berdasarkan seluruh indikator antropometri. Uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi anak usia 3–5 tahun berdasarkan indikator BB/U, TB/U, BB/TB, dan IMT/U ($p < 0,05$). Disimpulkan bahwa pengetahuan ibu berasosiasi signifikan dengan status gizi anak. Penguatan edukasi gizi melalui kegiatan posyandu diperlukan sebagai strategi preventif untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal.

Kata kunci: pengetahuan ibu, gizi seimbang, status gizi, balita, antropometri.

A. Pendahuluan

Masalah gizi pada anak usia balita masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat baik secara global maupun nasional. Secara global, prevalensi stunting pada tahun 2022 mencapai 22,3%, wasting sebesar 6,8%, dan overweight 5,6% (UNICEF, 2023). Di kawasan Asia Tenggara, prevalensi stunting bahkan mencapai 26,4%, menunjukkan bahwa masalah kekurangan gizi kronis masih cukup tinggi. Di Indonesia, berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024, prevalensi stunting sebesar 15,6%, underweight 13,9%, wasting 6,2%, dan overweight 3,4% (Kementerian Kesehatan RI, 2025). Di DKI Jakarta, prevalensi stunting tercatat sebesar 13,5%, dan di wilayah Jakarta Utara mencapai 14,4%, yang masih berada di atas ambang batas rendah yang

direkomendasikan WHO ($<10\%$) (UNICEF, 2023; Kementerian Kesehatan RI, 2025). Data ini menunjukkan bahwa meskipun terjadi tren penurunan, masalah gizi pada balita masih menjadi isu strategis yang memerlukan intervensi komprehensif dan berkelanjutan.

Secara konseptual, status gizi anak merupakan refleksi dari keseimbangan antara asupan zat gizi, kebutuhan fisiologis tubuh, serta kemampuan tubuh dalam memanfaatkan zat gizi tersebut (Ayuningtyas et al., 2021). Status gizi balita umumnya dinilai menggunakan indikator antropometri berdasarkan standar WHO Growth Standards, meliputi Berat Badan menurut Umur (BB/U), Tinggi Badan menurut Umur (TB/U), Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB), dan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U)

(Kementerian Kesehatan RI, 2021). Masalah gizi pada balita tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga pada perkembangan kognitif, sistem imun, serta produktivitas jangka panjang (Wirman et al., 2024). Kekurangan gizi kronis dapat menyebabkan stunting yang berdampak permanen terhadap kapasitas intelektual anak, sementara kelebihan gizi berisiko memicu gangguan metabolik sejak dini.

Kerangka konseptual masalah gizi menunjukkan bahwa status gizi dipengaruhi oleh faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung meliputi penyakit infeksi dan pola makan (Nuradhiani, 2023). Faktor tidak langsung meliputi pengetahuan ibu, pendidikan, status ekonomi, riwayat pemberian ASI eksklusif, serta kondisi sanitasi (Nuradhiani, 2023). Dalam konteks keluarga, ibu memegang peran sentral dalam pengambilan keputusan terkait pemilihan, pengolahan, dan penyajian makanan anak. Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang menjadi landasan penting dalam membentuk pola makan anak yang sesuai dengan prinsip keberagaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih, dan

pemantauan berat badan secara teratur (Kementerian Kesehatan RI, 2014).

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan ibu dan status gizi balita. Jauhari dan Ardian (2023) melaporkan adanya hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi balita ($p=0,002$), di mana ibu dengan pengetahuan rendah cenderung memiliki anak dengan status gizi kurang. Boseran et al. (2023) juga menemukan adanya korelasi positif antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi balita berdasarkan indikator BB/U dan TB/U ($p<0,001$), dengan kekuatan korelasi rendah hingga sedang. Penelitian lain oleh Fajriani et al. (2020) serta Wayan Darmini et al. (2022) menunjukkan bahwa semakin baik tingkat pengetahuan ibu, semakin rendah risiko stunting pada balita. Secara konsisten, literatur menunjukkan bahwa pengetahuan ibu merupakan determinan penting dalam pemenuhan gizi anak.

Namun demikian, sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada satu atau dua indikator antropometri saja, serta belum

mengintegrasikan seluruh indikator standar WHO secara simultan dalam satu analisis komprehensif. Selain itu, variasi konteks wilayah dan karakteristik sosial ekonomi menyebabkan hasil penelitian tidak dapat digeneralisasi secara luas. Pada tingkat lokal, khususnya di Posyandu RW 002 Kelurahan Tugu Selatan, belum terdapat data empiris yang secara spesifik menggambarkan hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi anak usia 3–5 tahun berdasarkan seluruh indikator antropometri (BB/U, TB/U, BB/TB, dan IMT/U). Studi pendahuluan menunjukkan bahwa masih terdapat ibu yang belum memahami prinsip gizi seimbang, serta ditemukan anak dengan status gizi kurang dan gizi lebih di wilayah tersebut. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan, praktik, dan hasil status gizi anak di tingkat komunitas.

Berdasarkan analisis tersebut, terdapat *research gap* pada aspek integrasi indikator status gizi secara komprehensif dalam satu populasi komunitas tertentu, serta kurangnya pemetaan hubungan pengetahuan ibu dengan seluruh spektrum

masalah gizi (kurang hingga lebih). Novelty penelitian ini terletak pada pendekatan analitik yang mengkaji hubungan pengetahuan ibu dengan status gizi anak usia 3–5 tahun menggunakan empat indikator antropometri standar WHO secara bersamaan dalam konteks posyandu tingkat RW di wilayah urban Jakarta Utara. Pendekatan ini diharapkan memberikan gambaran yang lebih utuh mengenai pola hubungan antara faktor kognitif ibu dan outcome status gizi anak.

Dengan demikian, permasalahan penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: apakah terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi anak usia 3–5 tahun di Posyandu RW 002 Kelurahan Tugu Selatan, Kota Jakarta Utara? Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi anak usia 3–5 tahun berdasarkan indikator BB/U, TB/U, BB/TB, dan IMT/U, serta mengidentifikasi karakteristik demografis ibu yang berpotensi memengaruhi hasil tersebut. Diharapkan penelitian ini dapat

memberikan kontribusi empiris bagi penguatan program edukasi gizi di tingkat posyandu sebagai strategi preventif dalam menurunkan masalah gizi balita.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analitik observasional cross-sectional. Desain ini dipilih untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang sebagai variabel independen dengan status gizi anak usia 3–5 tahun sebagai variabel dependen pada waktu yang sama tanpa adanya intervensi. Pendekatan cross-sectional memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi asosiasi antarvariabel dalam suatu populasi tertentu secara efisien, meskipun desain ini tidak dapat menjelaskan hubungan kausal maupun urutan temporal antara paparan dan outcome.

Penelitian dilaksanakan di Posyandu RW 002 Kelurahan Tugu Selatan, Kota Jakarta Utara, pada bulan Oktober hingga Desember 2025. Pemilihan lokasi penelitian dilakukan secara purposive dengan pertimbangan bahwa posyandu

tersebut memiliki data pemantauan pertumbuhan balita yang terdokumentasi melalui Kartu Menuju Sehat (KMS) serta berdasarkan hasil studi pendahuluan yang menunjukkan adanya variasi tingkat pengetahuan ibu dan status gizi anak di wilayah tersebut.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki anak usia 3–5 tahun (36–60 bulan) dan tercatat sebagai peserta aktif di Posyandu RW 002 Kelurahan Tugu Selatan. Berdasarkan data administrasi posyandu, jumlah populasi sebanyak 118 ibu dan anak. Penelitian ini menggunakan teknik total sampling, yaitu seluruh anggota populasi yang memenuhi kriteria inklusi dan tidak termasuk dalam kriteria eksklusi dijadikan sebagai responden. Dengan demikian, jumlah sampel penelitian adalah 118 pasangan ibu dan anak. Kriteria inklusi meliputi ibu yang memiliki anak usia 3–5 tahun, hadir saat kegiatan posyandu berlangsung, serta bersedia menjadi responden dengan menandatangani lembar persetujuan (informed consent). Kriteria eksklusi meliputi anak dengan riwayat penyakit kronis yang dapat memengaruhi status gizi, seperti

penyakit jantung bawaan, tuberkulosis, atau kelainan metabolik, serta data antropometri yang tidak lengkap atau tidak dapat diverifikasi.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan ibu tentang gizi seimbang, sedangkan variabel dependen adalah status gizi anak usia 3–5 tahun yang diukur berdasarkan indikator antropometri menurut standar WHO, yaitu Berat Badan menurut Umur (BB/U), Tinggi Badan menurut Umur (TB/U), Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB), dan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U). Selain itu, karakteristik responden seperti usia ibu, tingkat pendidikan, dan pendapatan keluarga juga dikumpulkan untuk memberikan gambaran deskriptif populasi penelitian.

Pengumpulan data dilakukan melalui dua sumber utama, yaitu kuesioner dan data antropometri. Instrumen untuk mengukur pengetahuan ibu tentang gizi seimbang menggunakan kuesioner yang diadaptasi dari penelitian Farhan (2013) dan mengacu pada kerangka teori gizi seimbang. Kuesioner terdiri dari 20 item pernyataan dengan format benar–

salah menggunakan skala Guttman, yang meliputi 11 pernyataan positif dan 9 pernyataan negatif. Untuk pernyataan positif, jawaban benar diberi skor 1 dan salah diberi skor 0, sedangkan untuk pernyataan negatif berlaku sebaliknya. Total skor kemudian dikategorikan menjadi tiga tingkat pengetahuan, yaitu baik (76–100%), cukup (56–75%), dan kurang (<55%). Instrumen ini sebelumnya telah diuji validitas dan reliabilitas dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,886 yang menunjukkan tingkat reliabilitas sangat baik.

Pengukuran status gizi anak dilakukan berdasarkan data berat badan, tinggi badan, dan umur anak yang tercatat pada Kartu Menuju Sehat (KMS) di posyandu. Data antropometri tersebut kemudian dimasukkan ke dalam aplikasi WHO Anthro untuk memperoleh nilai Z-score sesuai dengan standar WHO Growth Standards. Kategori status gizi ditentukan berdasarkan nilai Z-score masing-masing indikator, yaitu underweight jika $BB/U < -2 SD$, stunting jika $TB/U < -2 SD$, wasted jika BB/TB atau $IMT/U < -2 SD$, dan overweight jika nilai Z-score $> +1 SD$ sesuai dengan pedoman Kementerian Kesehatan RI (2021).

Prosedur pengumpulan data diawali dengan pengurusan izin penelitian dari institusi pendidikan, Suku Dinas Kesehatan Kota Jakarta Utara, Puskesmas setempat, serta pengelola Posyandu RW 002. Setelah memperoleh izin, peneliti melakukan pendekatan kepada ibu yang memenuhi kriteria penelitian dan memberikan penjelasan mengenai tujuan serta prosedur penelitian. Responden yang bersedia diminta menandatangani informed consent sebelum mengisi kuesioner. Kuesioner dibagikan melalui barcode (Google Form) untuk diisi secara mandiri oleh responden. Data antropometri anak dicatat dan diverifikasi berdasarkan KMS, kemudian diolah menggunakan aplikasi WHO Anthro untuk memperoleh nilai Z-score. Seluruh data yang telah terkumpul diperiksa kembali untuk memastikan kelengkapan dan konsistensinya sebelum dianalisis.

Pengolahan data dilakukan melalui tahapan editing, coding, tabulating, dan cleaning. Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). Analisis univariat digunakan untuk

menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase karakteristik responden, tingkat pengetahuan ibu, serta status gizi anak. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi anak usia 3–5 tahun berdasarkan masing-masing indikator antropometri. Uji Chi-Square dipilih karena variabel yang dianalisis bersifat kategorik. Kriteria pengambilan keputusan ditetapkan berdasarkan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$, di mana $p\text{-value} \leq 0,05$ menunjukkan adanya hubungan yang bermakna secara statistik antara variabel yang diteliti.

Penelitian ini telah menerapkan prinsip etika penelitian kesehatan, yaitu respect for persons, beneficence, non-maleficence, dan justice. Partisipasi responden bersifat sukarela tanpa adanya paksaan, dan kerahasiaan identitas responden dijaga dengan tidak mencantumkan nama dalam laporan penelitian. Data yang diperoleh hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah dan tidak disebarluaskan secara individual. Dengan demikian, seluruh proses penelitian dilaksanakan sesuai

dengan kaidah etika penelitian yang berlaku.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini melibatkan 118 ibu yang memiliki anak usia 3–5 tahun dan tercatat sebagai peserta aktif di Posyandu RW 002 Kelurahan Tugu Selatan, Kota Jakarta Utara. Seluruh responden memenuhi kriteria inklusi dan tidak termasuk dalam kriteria eksklusi, sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian.

Berdasarkan karakteristik responden, mayoritas ibu berada pada kelompok usia di atas 35 tahun, yaitu sebanyak 70 responden (59,3%), diikuti oleh kelompok usia 20–35 tahun sebanyak 43 responden (36,4%), dan usia kurang dari 20 tahun sebanyak 5 responden (4,2%). Dari sisi pendapatan keluarga, sebagian besar responden memiliki pendapatan pada kisaran Rp 5.000.000–Rp 10.000.000 per bulan, yaitu sebanyak 71 responden (60,2%), sedangkan 25 responden (21,2%) memiliki pendapatan kurang dari Rp 5.000.000 dan 22 responden (18,6%) memiliki pendapatan lebih dari Rp 10.000.000. Berdasarkan tingkat pendidikan, mayoritas responden merupakan lulusan

SMA/SMK sebanyak 63 orang (53,4%), diikuti oleh pendidikan Diploma/S1/S2/S3 sebanyak 47 orang (39,8%), dan lulusan SMP sebanyak 8 orang (6,8%).

Hasil analisis univariat terhadap tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan cukup, yaitu sebanyak 60 responden (50,8%). Responden dengan tingkat pengetahuan kurang berjumlah 34 orang (28,8%), sedangkan responden dengan tingkat pengetahuan baik berjumlah 24 orang (20,3%). Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar ibu telah memiliki pemahaman dasar mengenai konsep gizi seimbang, masih terdapat proporsi yang cukup besar dengan tingkat pengetahuan yang belum optimal.

Status gizi anak usia 3–5 tahun dianalisis menggunakan empat indikator antropometri berdasarkan standar WHO. Pada indikator Berat Badan menurut Umur (BB/U), mayoritas anak berada pada kategori gizi normal sebanyak 79 anak (66,9%), sedangkan 32 anak (27,1%) termasuk kategori gizi kurang (underweight) dan 7 anak (5,9%)

termasuk kategori gizi lebih (overweight). Pada indikator Tinggi Badan menurut Umur (TB/U), sebagian besar anak tidak mengalami stunting, yaitu sebanyak 100 anak (84,7%), sementara 18 anak (15,3%) termasuk kategori stunting. Pada indikator Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB), sebanyak 65 anak (55,1%) berada pada kategori gizi normal, 43 anak (36,4%) termasuk kategori gizi kurang (wasted), dan 10 anak (8,5%) termasuk kategori gizi lebih. Selanjutnya, berdasarkan indikator Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U), sebanyak 69 anak (58,5%) berada pada kategori gizi normal, 41 anak (34,7%) termasuk kategori gizi kurang, dan 8 anak (6,8%) termasuk kategori gizi lebih.

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi anak usia 3–5 tahun berdasarkan masing-masing indikator antropometri menggunakan uji Chi-Square. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang bermakna secara statistik antara pengetahuan ibu dan status gizi anak pada seluruh indikator yang digunakan.

Berdasarkan indikator BB/U, anak dengan status gizi normal lebih banyak ditemukan pada ibu dengan tingkat pengetahuan cukup (51 anak; 43,2%) dan pengetahuan baik (21 anak; 17,8%), sedangkan anak dengan status gizi kurang lebih banyak berasal dari ibu dengan tingkat pengetahuan kurang (23 anak; 19,5%). Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai $p < 0,001$, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dan status gizi anak berdasarkan indikator BB/U.

Pada indikator TB/U, anak yang tidak mengalami stunting sebagian besar berasal dari ibu dengan pengetahuan cukup (56 anak; 47,5%) dan pengetahuan baik (22 anak; 18,6%), sedangkan kejadian stunting lebih banyak ditemukan pada ibu dengan pengetahuan kurang (12 anak; 10,2%). Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p < 0,001$, yang menandakan adanya hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan ibu dan kejadian stunting.

Pada indikator BB/TB, anak dengan status gizi normal lebih banyak ditemukan pada ibu dengan pengetahuan cukup (38 anak; 32,2%)

dan pengetahuan baik (21 anak; 17,8%), sementara anak dengan gizi kurang maupun gizi lebih banyak ditemukan pada ibu dengan pengetahuan kurang. Uji Chi-Square menunjukkan nilai $p < 0,001$, yang mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan ibu dan status gizi anak berdasarkan indikator BB/TB.

Hasil serupa juga ditemukan pada indikator IMT/U, di mana anak dengan status gizi normal sebagian besar berasal dari ibu dengan pengetahuan cukup (40 anak; 33,9%) dan pengetahuan baik (22 anak; 18,6%). Anak dengan status gizi kurang dan gizi lebih banyak berasal dari ibu dengan pengetahuan kurang. Analisis statistik menunjukkan nilai $p < 0,001$, sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dan status gizi anak usia 3–5 tahun berdasarkan indikator IMT/U.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang berasosiasi secara signifikan dengan status gizi anak usia 3–5 tahun berdasarkan keempat

indikator antropometri yang digunakan. Anak yang memiliki ibu dengan tingkat pengetahuan cukup hingga baik cenderung memiliki status gizi normal dibandingkan anak yang memiliki ibu dengan tingkat pengetahuan kurang.

E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 118 ibu dan anak usia 3–5 tahun di Posyandu RW 002 Kelurahan Tugu Selatan, Kota Jakarta Utara, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar ibu berada pada kelompok usia di atas 35 tahun, dengan tingkat pendidikan mayoritas SMA/SMK dan memiliki pendapatan keluarga pada kategori menengah. Karakteristik ini menunjukkan bahwa responden secara umum berada pada kelompok usia dewasa matang dengan latar belakang pendidikan menengah dan kondisi ekonomi yang relatif cukup.

Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang sebagian besar berada pada kategori cukup, meskipun masih terdapat proporsi ibu dengan tingkat pengetahuan kurang yang cukup signifikan. Hal ini mengindikasikan bahwa pemahaman dasar mengenai prinsip gizi seimbang

telah dimiliki oleh sebagian besar ibu, namun belum sepenuhnya optimal.

Status gizi anak usia 3–5 tahun berdasarkan indikator antropometri WHO menunjukkan bahwa mayoritas anak berada pada kategori normal untuk indikator Berat Badan menurut Umur (BB/U), Tinggi Badan menurut Umur (TB/U), Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB), dan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U). Meskipun demikian, masih ditemukan proporsi anak dengan status gizi kurang, stunting, maupun gizi lebih yang memerlukan perhatian lebih lanjut.

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi anak usia 3–5 tahun berdasarkan seluruh indikator antropometri yang digunakan ($p < 0,05$). Anak yang memiliki ibu dengan tingkat pengetahuan cukup hingga baik cenderung memiliki status gizi normal dan tidak mengalami stunting, sedangkan anak dengan ibu yang memiliki tingkat pengetahuan kurang lebih banyak ditemukan pada kategori gizi kurang maupun gizi tidak normal lainnya.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi seimbang berasosiasi signifikan dengan status gizi anak usia 3–5 tahun. Pengetahuan ibu merupakan salah satu faktor penting yang berkontribusi dalam mendukung tercapainya status gizi anak yang optimal, meskipun status gizi anak juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain baik langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, penguatan edukasi gizi kepada ibu melalui kegiatan posyandu dan program kesehatan masyarakat menjadi strategi yang relevan dalam upaya pencegahan masalah gizi pada anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adil, A., Liana, Y., & Mayasari, R. (2023). *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif: Teori dan praktik*.
- Ananda, A., Messakh, S., & Dary, D. (2020). Gambaran status gizi dan perkembangan motorik anak usia 3–5 tahun di Kelurahan Pulutan, Salatiga. *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 2(4), 472–479. <https://doi.org/10.25026/jsk.v2i4.251>
- Anggraini, F. D. P., Aprianti, A., Setyawati, V. A. V., & Hartanto, A. A. (2022). Pembelajaran

- statistika menggunakan software SPSS untuk uji validitas dan reliabilitas. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6491–6504. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i4.3206>
- Ariani, S., Afrilia, A., & Fildilla, F. (2024). Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan kejadian stunting pada balita. *Journal of Midwifery Madani*, 1(2).
- Ayuningtyas, G., Hasanah, U., & Yulawati, T. (2021). Hubungan tingkat pengetahuan ibu dengan status gizi balita. *Journal of Nursing Research*, 1(1).
- Boseren, A. K., Sanggelorang, Y., & Punuh, M. I. (2023). Hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi pada balita di wilayah kerja Puskesmas Tinumbala. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(3), 16425–16430.
- Budi, A., Dedy, I. P., Mardiah, A., & Budiarto, J. (2021). *Buku ajar penelitian kesehatan* (1st ed.). Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar.
- Delinda, A. S., Saleh, A. J., & Putrie, S. (2025). Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dan pendapatan keluarga dengan status gizi balita. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*.
- Fajriani, Aritonang, E. Y., & Nasution, Z. (2020). Hubungan pengetahuan, sikap, dan tindakan gizi seimbang keluarga dengan status gizi anak balita usia 2–5 tahun. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1–11. <https://doi.org/10.33221/jikm.v9i01.470>
- Farhan, M. (2013). *Hubungan pengetahuan ibu rumah tangga tentang gizi seimbang dengan perilaku pemenuhan gizi pada balita usia 3–5 tahun di Desa Banjarsari Kecamatan Ciawi Kabupaten Bogor* (Skripsi). Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Jauhari, M. T., & Ardian, J. (2023). Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi serta status gizi balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi*, 2(1), 293–300. <https://doi.org/10.55606/jikg.v2i1.2338>
- Kasumayanti, E., & Aulia, M. (2020). Hubungan pendapatan keluarga dengan status gizi balita. *Jurnal Ners*, 4.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang pedoman gizi seimbang*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia tentang standar antropometri anak*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman pemantauan pertumbuhan balita*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024*.
- Komala, R., Febriani, W., Ariska, K., & Nurrahmawati, E. (2023). Correlation between mother's nutritional knowledge and nutritional status (height-for-age and BMI-for-age) of children. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 82–91.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan* (Edisi revisi). Rineka Cipta.
- Nuradhiani, A. (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>
- Nuzuliyah, I., Faqihatus, D., Has, S., & Srirahayu, E. (2019). Hubungan pengetahuan gizi ibu dan pola konsumsi balita dengan status gizi balita. *Ghidza Media Journal*, 1(1).
- Olii, M., Domili, I., Setiawan, D. I., & Nuryani. (2024). Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi balita. *Journal Health and Nutritions*, 10(2).
- Pratiwi, S. N. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi balita usia 3–5 tahun.
- Priyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif*. Zifatama.
- Salmadita, A., & Mahfud, A. (2024). Mewujudkan pola makan gizi seimbang untuk kesehatan optimal anak. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2.

- Sari, A. P., & Haryanti, D. (2023). Hubungan pengetahuan, pendidikan, dan tingkat pendapatan terhadap status gizi pada balita. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 6(6).
<https://doi.org/10.35912/jimi.v2i2.1513>
- Sekarini, S. (2022). Kejadian stunting pada balita ditinjau dari karakteristik umur dan jenis kelamin. *Jurnal Ilmu Kesehatan Makia*, 12(1), 8–12.
<https://doi.org/10.37413/jmakia.v12i1.186>
- Sir, S. G., Aritonang, E. Y., & Jumirah, J. (2021). Praktik pemberian makanan dan praktik kesehatan dengan kejadian balita dengan gizi kurang. *Journal of Telenursing*, 3(1), 37–42.
<https://doi.org/10.31539/joting.v3i1.2091>
- Suryani, L. (2017). Faktor yang mempengaruhi status gizi balita. *Journal of Midwifery Science*, 1(2).
- Sutrisno, & Tamim, H. (2023). Hubungan tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi balita. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 2(2), 77–83.
- UNICEF. (2023). *Levels and trends in child malnutrition*.
- Wayan Darmini, N., Fitriana, L. B., & Vidayanti, V. (2022). Hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan kejadian stunting pada balita usia 2–5 tahun.
- Widad, S. (2024). Hubungan tingkat pengetahuan ibu dengan status gizi balita usia 6–59 bulan. *Health Research Journal*, 2.
- Wirman, L., Afiva, N., & Nazwa, W. S. (2024). Upaya perbaikan gizi pada anak. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 3(2).