

Pengetahuan Ibu Rumah Tangga Terhadap Pentingnya Gizi Dalam Tumbuh Kembang Anak Di Desa Latonro Kecamatan Cenrana

Sakiah¹, Hamdiana², Sakinah Amir³

^{1,2}Universitas Sipatokkong Mambo

³Program studi pendidikan kesejahteraan keluarga, Fakultas Teknik,
Universitas Negeri Makassar.

Corresponding Author: sakiah,, e-mail: sakiamalloroang@gmail.com

Published: January, 2026

ABSTRACT

Child malnutrition remains a critical issue in rural Indonesia, particularly in isolated areas like Desa Latonro, where limited access and low maternal literacy hinder balanced nutrition for child growth. This study aims to analyze housewives' knowledge of nutrition's importance in child development, identify influencing factors, and barriers to implementation. Employing a qualitative descriptive phenomenology approach, data were collected via semi-structured in-depth interviews, participatory observation, and secondary documents from July-August 2025. The population comprised housewives aged 19-45 with toddlers in Desa Latonro; purposive sampling yielded 20 informants until saturation. Instruments included interview guides; thematic analysis followed Braun and Clarke (2022) using NVivo, validated by triangulation. Results indicate varied knowledge levels (13/20 aware of basics like carbohydrates, proteins, vitamins), simple feeding patterns (rice with fish/eggs), and barriers including economic constraints, child preferences, and limited information access. In conclusion, maternal nutrition literacy requires community-based interventions leveraging local seafood resources.

Kata Kunci: Gizi Anak, Housewives Pengetahuan, Literasi Ibu, Pedesaan Indonesia, Tumbuh Kembang Anak

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Masalah gizi anak merupakan isu global yang terus memburuk, dengan hampir 300 juta orang mengalami krisis pangan akut pada 2024, di mana 37,7 juta anak usia 6-59 bulan mengalami malnutrisi akut dan 10 juta di antaranya memerlukan penanganan darurat. Dampaknya meliputi gangguan pertumbuhan fisik, penurunan fungsi kognitif, serta peningkatan risiko mortalitas, yang diperparah oleh faktor ekonomi, konflik, dan perubahan iklim. Grand theory seperti Health Belief Model menjelaskan bahwa pengetahuan ibu sebagai faktor predisposisi memengaruhi perilaku pemenuhan gizi anak melalui persepsi manfaat dan hambatan.

Teori kontemporer seperti Social Cognitive Theory menekankan peran pengetahuan ibu dalam membentuk pola makan anak melalui interaksi lingkungan dan pembelajaran observasional, sementara evolusi pemikiran teoretis dari UNICEF Conceptual Framework berkembang menyoroti pengetahuan ibu sebagai mediator utama antara faktor makro seperti kemiskinan dan status gizi mikro. Sintesis kutipan pendukung memperkuat bahwa pengetahuan gizi ibu yang baik berkorelasi positif dengan status gizi normal anak (Firmansyah, 2024; Pebrian, 2025), dengan meta-analisis menunjukkan ibu berpendidikan tinggi 2-3 kali lebih efektif mencegah stunting dibandingkan kelompok rendah (Rezaeizadeh et al., 2024). Namun, evaluasi kutipan bertentangan mengidentifikasi perdebatan, di mana sebagian studi menemukan hubungan tidak signifikan antara pengetahuan ibu dan gizi anak di daerah pedesaan karena dominasi faktor ekonomi (literature review 2017-2020).

Pemetaan metodologi yang sering digunakan mencakup desain cross-sectional dengan uji chi-square untuk mengukur hubungan pengetahuan ibu dan stunting (Pebrian, 2025; Ghabashi, 2025), sementara pendekatan kualitatif seperti wawancara mendalam mendominasi studi rural untuk menggali faktor budaya (Firmansyah, 2024). Di tingkat nasional Indonesia, prevalensi stunting turun dari 24,4% pada 2021 menjadi 21,6% pada 2022, tetapi kasus malnutrisi di pedesaan tetap tinggi akibat rendahnya literasi gizi ibu. Permasalahan spesifik muncul dari ketidakpahaman ibu terhadap gizi seimbang, yang menyebabkan pola makan monoton berbasis karbohidrat saja.

Urgensi penyelesaian terletak pada masa 1.000 hari pertama kehidupan, di mana defisit gizi permanen dapat menurunkan IQ hingga 10-15 poin dan produktivitas dewasa (Rezaeizadeh et al., 2024). Di konteks Desa Latonro, Kecamatan Cenrana, Kabupaten Bone, karakteristik khusus seperti akses terbatas via perahu 30-40 menit, ketergantungan pangan lokal minim variasi, dan pendidikan ibu rata-rata SD/SMP memperburuk situasi, dengan cakupan layanan gizi Puskesmas fluktuatif 46,5-88,3% dan 7-12% kasus malnutrisi bulanan pada 2024. Relevansi sektor pedesaan Sulawesi Selatan ini menunjukkan potensi lokal hasil laut belum optimal, meski melimpah.

Research gap teridentifikasi pada kurangnya studi kualitatif mendalam tentang persepsi ibu rumah tangga di pedesaan terisolasi Indonesia terhadap gizi seimbang, di mana sebagian besar penelitian kuantitatif gagal mengungkap faktor budaya dan hambatan akses spesifik (Elisabeth, 2025; Runtu et al., 2021). Kesenjangan ini khususnya kebarat studi di wilayah seperti Latonro, di mana pengetahuan ibu rendah-sedang meski potensi pangan lokal ada, sehingga diperlukan eksplorasi tematik untuk pola asuh gizi. Kebutuhan studi ini mendesak mengingat target global pengurangan stunting 2025 belum tercapai di pedesaan Indonesia.

Tujuan penelitian adalah menganalisis pengetahuan ibu rumah tangga terhadap pentingnya gizi dalam tumbuh kembang anak di Desa Latonro, mengidentifikasi faktor pengaruh seperti pendidikan dan ekonomi, serta hambatan praktik pemenuhan gizi. Kontribusi teoritis meliputi pengayaan kerangka konsep pengetahuan ibu dengan dimensi lokal rural, sementara manfaat praktis mencakup dasar penyuluhan gizi berbasis komunitas, optimalisasi pangan lokal, dan kebijakan intervensi Puskesmas untuk tingkatkan literasi hingga 80% dalam 2 tahun.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kualitatif dengan pendekatan fenomenologi deskriptif untuk mengeksplorasi persepsi mendalam ibu rumah tangga terhadap pentingnya gizi dalam tumbuh kembang anak di Desa Latonro. Pendekatan ini dipilih karena sesuai untuk mengungkap pengalaman subjektif dan makna yang diberikan responden terhadap fenomena pengetahuan gizi, sebagaimana direkomendasikan dalam studi rural Indonesia (Sari et al., 2021). Fenomenologi memungkinkan peneliti menggali esensi pengalaman hidup ibu di konteks pedesaan terisolasi, di mana faktor budaya dan akses terbatas memengaruhi pemahaman gizi. Desain ini juga mendukung eksplorasi research gap pada studi kualitatif lokal, menghindari keterbatasan pendekatan kuantitatif cross-sectional yang dominan (Runtu et al., 2021). Lokasi penelitian difokuskan pada Desa Latonro, Kecamatan Cenrana, Kabupaten Bone, Sulawesi Selatan, dengan pelaksanaan pada Juli-Agustus 2025.

Metode pengumpulan data primer dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur terhadap ibu rumah tangga, dilengkapi observasi partisipatif dan dokumentasi sekunder seperti catatan Puskesmas. Wawancara dirancang dengan pedoman berisi pertanyaan terbuka mengenai pemahaman gizi seimbang, faktor pengaruh seperti pendidikan dan ekonomi, serta hambatan praktik pemenuhan gizi anak usia balita. Teknik ini efektif untuk menggali narasi kontekstual di wilayah pedesaan, sebagaimana diterapkan dalam penelitian serupa tentang literasi gizi ibu (Elisabeth, 2025). Data sekunder diperoleh dari laporan posyandu dan data prevalensi malnutrisi lokal untuk triangulasi. Semua sesi direkam dengan persetujuan etis dan ditranskrip verbatim untuk menjaga keautentikan.

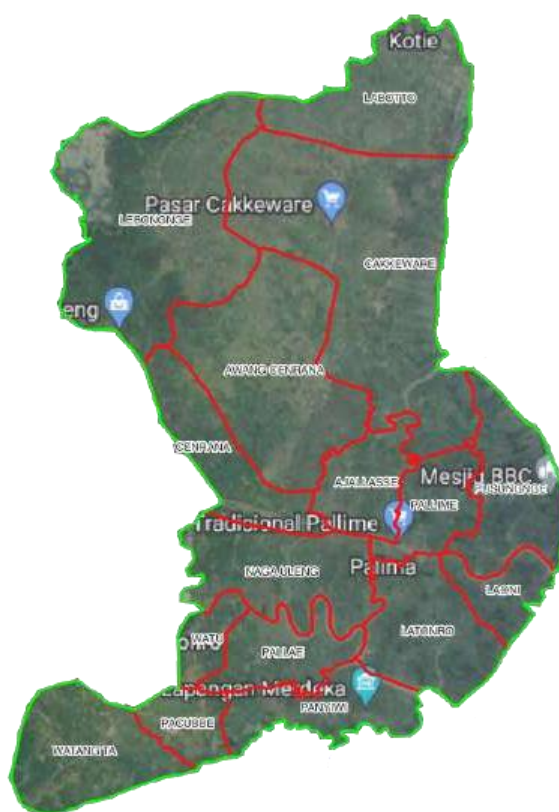
Subjek penelitian adalah ibu rumah tangga berusia 19-45 tahun yang berdomisili minimal satu tahun di Desa Latonro, memiliki anak balita (0-59 bulan), dan secara aktif mengasuh serta menyediakan makanan anak. Pemilihan dilakukan dengan purposive sampling hingga saturasi data tercapai pada 15-20 informan, memastikan variasi karakteristik pendidikan (SD-SMA), ekonomi, dan

pola asuh. Kriteria eksklusi mencakup ibu dengan gangguan komunikasi atau tidak merawat anak langsung, sesuai standar kualitatif rural (Firmansyah, 2024). Pendekatan ini menjamin representasi konteks lokal seperti akses perahu dan ketergantungan pangan laut.

Alat analisis data menerapkan model tematik Braun dan Clarke (2022), meliputi familiarisasi data, pengkodean awal, pencarian tema, review tema, definisi tema, dan produksi laporan. Transkrip dianalisis secara manual dengan software NVivo untuk identifikasi pola seperti persepsi manfaat gizi dan hambatan budaya. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber (wawancara, observasi, dokumen), member checking, dan audit trail. Pendekatan ini telah terbukti robust dalam studi pengetahuan ibu terhadap stunting pedesaan (Pebrian, 2025; Ghabashi, 2025; Rezaeizadeh et al., 2024).

HASIL PENELITIAN

1. Gambaran Lokasi Penelitian



Gambar 1. Peta Lokasi Penelitian: Desa Latonro, Kecamatan Cenrana, Kabupaten Bone (BPS Bone, 2024)

Desa Latonro merupakan salah satu desa di wilayah pesisir Kecamatan Cenrana, Kabupaten Bone, yang langsung berbatasan dengan Teluk Bone di sebelah timur. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Bone tahun 2024, batas wilayah Desa Latonro adalah sebelah utara berbatasan dengan Desa Laoni, sebelah selatan berbatasan dengan Desa Panyiw, sebelah timur berbatasan dengan Teluk Bone, dan sebelah barat berbatasan dengan Desa Pallime.

Luas wilayah Desa Latonro tercatat sekitar 11,05 km² dengan kondisi topografi berupa dataran rendah pada ketinggian 0–100 meter di atas permukaan laut. Hal ini menjadikan sebagian besar lahannya cenderung datar hingga landai khas kawasan pesisir. Akses menuju Desa Latonro hanya dapat ditempuh melalui jalur air menggunakan perahu katinting atau speedboat karena belum tersedia jalur darat. Kondisi pasang surut air laut turut memengaruhi kelancaran transportasi masyarakat.

Secara orbitrasi, Desa Latonro berjarak sekitar 9 km dari ibu kota Kecamatan Cenrana dan sekitar 41 km dari ibu kota Kabupaten Bone. Dari sisi lingkungan, desa ini berada di kawasan muara sungai yang bermuara ke Teluk Bone, sehingga wilayahnya rawan terhadap sedimentasi, abrasi, serta pasang surut. Untuk mengurangi risiko abrasi, masyarakat menanam pohon nipa di sekeliling sungai. Aktivitas ekonomi utama penduduk Desa Latonro bergantung pada potensi pesisir, terutama melalui usaha empang ikan, udang, dan kepiting.

2. Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini berjumlah 20 orang ibu rumah tangga yang berdomisili di Desa Latonro, Kecamatan Cenrana, Kabupaten Bone. Karakteristik responden meliputi usia, tingkat pendidikan, dan pekerjaan.

Tabel 1. Karakteristik Responden

No.	Nama Responden	Umur	Pendidikan	Pekerjaan
1.	Ny. N	36 tahun	SMP	IRT
2.	Ny. H	19 tahun	SMP	IRT
3.	Ny. J	25 tahun	SD	IRT
4.	Ny. K	26 tahun	SMP	IRT
5.	Ny. N	33 tahun	D3	Bidan
6.	Ny. L	28 tahun	SMA	Kader Posyandu
7.	Ny. W	20 tahun	SMP	IRT
8.	Ny. L	35 tahun	SMP	IRT
9.	Ny. M	37 tahun	SMP	IRT
10.	Ny. K	30 tahun	D3	IRT
11.	Ny. N	28 tahun	D3	IRT
12.	Ny. R	29 tahun	SMP	IRT
13.	Ny. A	36 tahun	SD	IRT
14.	Ny. A	29 tahun	SMA	IRT
15.	Ny. M	45 tahun	SMA	IRT
16.	Ny. A	24 tahun	SMA	IRT
17.	Ny. S	38 tahun	SD	IRT
18.	Ny. E	29 tahun	SD	IRT
19.	Ny. M	35 tahun	SMA	IRT
20.	Ny. S	30 tahun	SMP	IRT

Hasil penelitian menunjukkan, usia responden ibu rumah tangga bervariasi antara 19 hingga 45 tahun. Responden yang berusia 19, 20, 24, 25, 26, 33, 37, 38, dan 45 tahun masing-masing berjumlah 1 orang. Sementara itu, responden berusia 28, 30, 35, dan 36 tahun masing-masing berjumlah 2 orang, serta responden yang berusia 29 tahun tercatat sebanyak 3 orang. Dari segi pendidikan, terdapat 4 orang ibu dengan tingkat pendidikan terakhir sekolah dasar (SD), 10 orang berpendidikan sekolah menengah pertama (SMP), 3 orang berpendidikan sekolah menengah atas (SMA), dan 3 orang yang menempuh pendidikan hingga perguruan tinggi. Pada aspek pekerjaan, mayoritas responden yaitu 18 orang tidak bekerja atau berperan penuh sebagai ibu rumah tangga, sedangkan 2 orang lainnya memiliki pekerjaan di luar rumah.

1. Pengetahuan Ibu Terhadap Pentingnya Gizi dalam Tumbuh Kembang Anak

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa pengetahuan ibu rumah tangga mengenai gizi masih bervariasi. Dari 20 responden, sebanyak 13 orang mengetahui tentang gizi, sedangkan 7 orang lainnya belum memiliki pengetahuan yang memadai. Adapun sumber informasi yang diperoleh responden mengenai gizi juga beragam, yaitu dari posyandu (5 orang), puskesmas (2 orang), dan media sosial (8 orang). Beberapa

responden mengaku memperoleh informasi dari lebih dari satu sumber, misalnya posyandu dan puskesmas (3 orang), serta posyandu dan media sosial (2 orang).

Terkait pengetahuan mengenai penggolongan zat gizi, sebanyak 15 responden mampu menyebutkan jenis-jenis gizi, khususnya karbohidrat, protein, dan vitamin. Rinciannya yaitu 7 orang mengetahui tentang karbohidrat, 12 orang mengetahui tentang protein, dan 9 orang mengetahui tentang vitamin. Sementara itu, sebanyak 5 responden mengaku tidak mengetahui ketiganya.

Seluruh responden sepakat bahwa gizi sangat penting bagi anak. Berdasarkan pengalaman mereka, pertumbuhan anak-anak responden tidak mengalami hambatan gizi. Ketika ditanyakan mengenai dampak kekurangan gizi, 9 dari 20 responden menyatakan bahwa tumbuh kembang anak akan terganggu, sementara 11 responden berpendapat bahwa anak akan lebih mudah sakit. Dari sisi pengalaman sosial, 10 responden mengaku pernah melihat anak orang lain yang mengalami hambatan tumbuh kembang akibat kekurangan gizi, sedangkan 10 responden lainnya tidak pernah melihat hal tersebut.

Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian ibu rumah tangga di Desa Latonro sudah mengetahui pentingnya gizi, namun pengetahuan mereka masih bersifat umum dan terbatas. Hal ini menandakan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi perlu terus ditingkatkan agar mereka tidak hanya mengetahui pentingnya gizi, tetapi juga memahami kandungan dan fungsi zat gizi yang dibutuhkan dalam tumbuh kembang anak.

2. Pola asuh gizi yang diterapkan dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola konsumsi makanan anak responden di Desa Latonro cukup beragam, baik pada waktu makan utama maupun makanan pendamping. Pada umumnya, makanan pokok yang paling sering dikonsumsi adalah nasi dengan lauk pauk sederhana seperti ikan, telur, tempe, udang, dan kepiting yang disertai sayur. Hal ini tampak pada sebagian besar responden yang konsisten memberikan menu nasi, ikan, dan sayur, khususnya pada waktu makan siang dan malam. Pola ini menunjukkan adanya upaya ibu untuk menyediakan makanan pokok dan lauk hewani maupun nabati bagi anak.

Meskipun demikian, masih ditemukan responden yang lebih sering memberikan makanan instan atau praktis, misalnya nasi goreng, bubur, dan susu formula. Bahkan, beberapa responden cenderung mengandalkan susu formula sebagai konsumsi utama anak sepanjang hari (seperti terlihat pada R1, R2, R10, dan R14). Di sisi lain, terdapat pula anak yang masih mendapatkan ASI disertai bubur dan telur (R18), yang menunjukkan bahwa variasi pola makan juga dipengaruhi oleh usia dan kondisi anak.

Kebiasaan pemberian makanan pendamping juga menunjukkan pola yang berbeda-beda. Beberapa ibu menyediakan buah, biskuit, dan camilan kue sebagai selingan, sementara sebagian lainnya masih sering memberikan jajanan warung serta susu kental manis (SKM) yang kandungan gizinya kurang sesuai untuk anak. Dari sisi frekuensi, mayoritas responden memberikan makanan utama dan pendamping setiap hari, meskipun ada yang hanya memberikannya sesekali, bergantung pada kondisi ekonomi dan kebiasaan keluarga.

Secara keseluruhan, pola asuh gizi yang diterapkan ibu rumah tangga di Desa Latonro dapat dikategorikan masih sederhana. Sebagian ibu telah berusaha memenuhi kebutuhan dasar gizi anak melalui penyediaan makanan pokok, lauk pauk, dan sayuran, tetapi variasi dan keseimbangan gizi seimbang belum sepenuhnya diperhatikan. Dominasi pemberian makanan praktis, ketergantungan pada susu formula, serta kebiasaan memberikan jajanan warung menunjukkan bahwa ibu masih menekankan pada aspek “anak kenyang” dibandingkan kualitas gizi yang optimal. Kondisi ini mencerminkan perlunya peningkatan edukasi gizi agar pola konsumsi anak dapat lebih bervariasi, seimbang, dan sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang.

3. Hambatan yang dihadapi dalam memenuhi kebutuhan gizi anak

Dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak, ibu rumah tangga di Desa Latonro menghadapi berbagai hambatan yang memengaruhi pola konsumsi sehari-hari. Hambatan utama yang sering muncul adalah keterbatasan pengetahuan gizi. Sebagian ibu masih beranggapan bahwa yang terpenting adalah anak kenyang, tanpa memperhatikan keseimbangan kandungan zat gizi dalam makanan. Hal ini menyebabkan variasi makanan yang diberikan kurang beragam, dan beberapa jenis makanan bergizi, seperti protein hewani, hanya disajikan sesekali.

Selain itu, faktor ekonomi juga menjadi salah satu hambatan penting. Tidak semua keluarga memiliki kemampuan untuk menyediakan lauk pauk hewani atau buah secara rutin karena keterbatasan pendapatan. Akibatnya, makanan yang disajikan cenderung monoton dan lebih banyak mengandalkan makanan pokok seperti nasi dan lauk sederhana.

Kebiasaan anak juga turut memengaruhi, di mana sebagian anak lebih menyukai makanan instan atau jajanan warung yang praktis namun kurang bergizi. Kondisi ini diperkuat oleh kurangnya pengawasan orang tua terhadap jenis jajanan yang dikonsumsi anak di luar rumah. Hambatan lain yang juga muncul adalah keterbatasan akses terhadap informasi gizi yang akurat. Meskipun ada penyuluhan di posyandu atau puskesmas, sebagian ibu belum sepenuhnya memahami dan menerapkan pengetahuan tersebut dalam pola asuh gizi sehari-hari.

Secara keseluruhan, hambatan-hambatan tersebut menunjukkan bahwa pemenuhan gizi anak di Desa Latonro dipengaruhi oleh kombinasi faktor pengetahuan, ekonomi, kebiasaan anak, serta akses informasi. Oleh karena itu, diperlukan upaya berkelanjutan berupa edukasi gizi yang lebih sederhana, praktis, dan sesuai dengan kondisi sosial ekonomi masyarakat agar ibu rumah tangga mampu mengatasi hambatan tersebut dan dapat memenuhi kebutuhan gizi anak secara optimal.

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu terhadap gizi anak

Pengetahuan ibu rumah tangga tentang gizi anak tidak terbentuk secara tunggal, melainkan dipengaruhi oleh peran keluarga, budaya, serta lingkungan sekitar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam menyiapkan makanan keluarga, sebagian besar ibu mendapat bantuan dari anggota keluarga. Sebanyak 9 responden menyebutkan bahwa ibu kandung atau ibu mertua berperan aktif dalam membantu menyiapkan makanan sehari-hari, 2 responden mengaku dibantu oleh suami, dan 1 responden oleh adiknya. Sementara itu, 8 responden lainnya menyatakan menyiapkan makanan sendiri tanpa bantuan orang lain. Kondisi ini menunjukkan bahwa keterlibatan keluarga, khususnya orang tua, masih memiliki pengaruh besar terhadap pola makan keluarga dan dapat memengaruhi pengetahuan serta praktik gizi ibu.

Dari aspek budaya, terdapat 3 responden yang menyebutkan masih memiliki pantangan khusus dari orang tua terkait pola asuh dan pemberian makanan pada anak. Namun, mayoritas responden (17 orang) menyatakan tidak memiliki pantangan khusus dalam memberikan makanan. Hal ini menunjukkan bahwa budaya setempat tidak terlalu membatasi variasi konsumsi anak, meskipun pantangan dari keluarga tetap ada pada sebagian kecil responden.

Lingkungan juga menjadi salah satu faktor yang memengaruhi pola konsumsi anak. Sebanyak 10 responden menyatakan bahwa lingkungan sekitar, termasuk kebiasaan anak-anak lain dan ketersediaan makanan di warung atau sekolah, sangat memengaruhi pola konsumtif anak mereka. Sementara itu, 10 responden lainnya merasa bahwa lingkungan sekitar tidak berpengaruh terhadap pola makan anak. Temuan ini mengindikasikan bahwa faktor lingkungan memiliki peran yang cukup signifikan pada sebagian keluarga, terutama dalam hal kebiasaan anak mengonsumsi jajanan atau makanan praktis yang tersedia di sekitar rumah.

Secara keseluruhan, peran keluarga, budaya, dan lingkungan terbukti turut memengaruhi pengetahuan serta praktik ibu dalam pemenuhan gizi anak. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan gizi sebaiknya tidak hanya difokuskan pada ibu,

tetapi juga melibatkan keluarga dan masyarakat sekitar agar tercipta lingkungan yang mendukung penerapan pola makan sehat pada anak.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga dengan rentang usia remaja akhir hingga dewasa madya. Secara umum, mereka berada pada usia produktif, yaitu masa di mana peran ibu dalam pengasuhan anak dan pengelolaan gizi keluarga berada pada puncaknya. Usia produktif ini dianggap lebih siap dalam menyerap informasi dan membuat keputusan yang rasional terkait pemenuhan gizi anak, sebagaimana ditegaskan oleh Kemenkes RI (2020). Namun demikian, hasil penelitian juga memperlihatkan variasi: ibu yang lebih muda cenderung masih banyak menerima arahan dari orang tua atau mertua, sedangkan ibu dengan usia lebih dewasa tampak lebih mandiri dalam mengatur pola konsumsi anak. Hal ini tercermin dari pernyataan salah satu responden yang masih berusia muda:

“Kalau saya biasanya ikut saja apa yang disiapkan ibu saya, karena saya masih tinggal bersama orang tua,” (R12).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman dan kemandirian dalam mengambil keputusan gizi masih dipengaruhi oleh peran keluarga besar. Berbeda dengan responden lain yang berusia lebih dewasa, yang menyampaikan bahwa mereka lebih mandiri dalam menentukan pola makan anak:

“Saya atur sendiri makanan anak, meskipun sederhana, tapi sebisa mungkin ada lauk dan sayur,” (R16).

Selain usia, tingkat pendidikan juga berpengaruh terhadap pengetahuan dan praktik gizi. Mayoritas responden memiliki latar belakang pendidikan menengah, meskipun terdapat pula yang hanya menamatkan pendidikan dasar dan ada yang berpendidikan tinggi. Pendidikan yang lebih rendah sering kali membuat pemahaman ibu tentang gizi terbatas, meski pengalaman sosial dan keaktifan mengikuti kegiatan posyandu mampu sedikit menambah pengetahuan tersebut. Hal ini sesuai dengan temuan Ertiana & Zain (2023), bahwa semakin tinggi pendidikan, semakin luas wawasan mengenai gizi, tetapi interaksi sosial juga dapat memberikan pengetahuan tambahan bagi ibu dengan pendidikan rendah. Salah satu responden yang berpendidikan SMP mengungkapkan:

“Saya tahu protein itu penting biasanya dari telur atau tempe, tapi saya tidak terlalu paham banyak soal gizi,” (R2).

Sementara itu, responden dengan pendidikan perguruan tinggi tampak lebih kritis dalam memilih makanan untuk anaknya:

“Saya sering baca dari internet atau ikut penyuluhan, jadi saya usahakan anak makan bervariasi walaupun tidak selalu lengkap,” (R 11).

Dari segi pekerjaan, sebagian besar responden berprofesi sebagai ibu rumah tangga. Kondisi ini menunjukkan bahwa mereka memiliki waktu yang relatif lebih banyak untuk mengurus rumah tangga dan menyiapkan makanan keluarga. Hal ini mendukung teori Notoatmodjo (2020), yang menyatakan bahwa pekerjaan ibu berpengaruh terhadap waktu dan perhatian dalam pengasuhan anak. Namun demikian, peran sebagai ibu rumah tangga tidak selalu berbanding lurus dengan kualitas pemenuhan gizi, karena faktor ekonomi dan kebiasaan anak juga ikut memengaruhi. Seperti yang diungkapkan salah satu responden:

“Saya memang di rumah saja, tapi kalau uang belanja terbatas, ya lauknya sederhana,” (Responden 18).

Hal ini menunjukkan bahwa meskipun ibu rumah tangga memiliki waktu lebih banyak di rumah, kondisi ekonomi keluarga tetap menjadi kendala utama dalam pemenuhan gizi seimbang anak.

Dengan demikian, karakteristik responden dalam penelitian ini memperlihatkan adanya variasi yang cukup signifikan berdasarkan usia, pendidikan, dan pekerjaan. Usia produktif memberi peluang lebih baik dalam pengasuhan, pendidikan memberikan pengaruh pada luasnya wawasan gizi, dan pekerjaan menentukan waktu serta perhatian dalam penyediaan makanan. Namun, faktor-faktor tersebut tidak berdiri sendiri, melainkan berinteraksi dengan kondisi keluarga dan lingkungan yang memengaruhi praktik gizi sehari-hari.

2. Pengetahuan Ibu Terhadap Pentingnya Gizi dalam Tumbuh Kembang Anak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu rumah tangga telah memiliki pengetahuan dasar mengenai gizi, meskipun tingkat pengetahuan mereka masih bervariasi. Banyak ibu yang mampu menyebutkan zat gizi makro seperti karbohidrat dan protein, serta vitamin sebagai zat penting dalam mendukung pertumbuhan anak. Namun, pemahaman yang lebih mendalam terkait fungsi dan keterkaitan antar zat gizi masih terbatas. Hal ini sejalan dengan Kemenkes RI (2021) yang menegaskan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi sering kali bersifat parsial, sehingga belum sepenuhnya dapat diterapkan dalam praktik sehari-hari.

Sebagian besar informasi gizi diperoleh dari posyandu, puskesmas, dan media sosial. Sumber informasi ini memiliki kelebihan sekaligus kelemahan. Posyandu dan puskesmas memberikan informasi yang lebih valid, tetapi tidak selalu dapat dipahami secara mendalam oleh ibu. Sementara media sosial memiliki jangkauan yang luas, namun validitas informasinya kerap diragukan. Hal ini tercermin dari pernyataan salah satu responden yang menyatakan:

“Saya sering dengar dari posyandu kalau anak harus makan bergizi, tapi kadang saya tidak paham betul maksudnya,” (R 12).

Di sisi lain, ada juga responden yang menyebutkan bahwa mereka lebih sering mendapatkan informasi dari media sosial:

“Biasanya saya lihat di Facebook atau Instagram tentang makanan sehat untuk anak, tapi kadang saya bingung mana yang benar,” (R7).

Pernyataan tersebut mendukung teori Kemenkes RI (2021) bahwa informasi gizi dari media sosial perlu diverifikasi kebenarannya agar tidak menimbulkan misinformasi.

Selain pengetahuan tentang zat gizi, beberapa ibu juga menyebutkan dampak dari kekurangan gizi. Sebagian dari mereka mengaitkan kekurangan gizi dengan pertumbuhan anak yang terhambat (*stunting*) atau anak yang lebih mudah sakit. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun pemahaman mereka belum komprehensif, kesadaran akan bahaya kekurangan gizi sudah terbentuk. Hal ini sesuai dengan Kemenkes RI (2020) yang menegaskan bahwa kekurangan gizi kronis menyebabkan *stunting*, sementara kekurangan akut berdampak pada penurunan daya tahan tubuh anak. Salah satu responden menyampaikan:

“Kalau anak kurang makan yang bergizi, biasanya cepat sakit dan badannya tidak cepat besar,” (R 16).

Namun, masih ada responden yang pengetahuannya terbatas dan hanya menekankan pada kenyang tanpa memperhatikan kualitas makanan. Seperti yang disampaikan oleh salah seorang ibu:

“Yang penting anak saya makan banyak, biar kenyang dari pada tidak mau makan,” (R 17).

Hal ini menegaskan bahwa masih terdapat kesenjangan dalam pengetahuan ibu rumah tangga mengenai konsep gizi seimbang.

Dengan demikian, pengetahuan ibu tentang gizi dalam penelitian ini cukup beragam, mulai dari pengetahuan yang mendasar hingga yang masih sangat terbatas. Faktor sumber informasi, pendidikan, dan pengalaman sosial berperan penting dalam membentuk tingkat pengetahuan tersebut. Oleh karena itu, peningkatan kualitas penyuluhan gizi yang lebih intensif dan komunikatif diperlukan agar ibu tidak hanya mengetahui, tetapi juga mampu memahami dan menerapkan prinsip gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari.

3. Pola asuh gizi yang diterapkan dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak

Sebagian besar anak dalam penelitian ini masih mengonsumsi nasi sebagai makanan pokok dengan lauk sederhana seperti ikan, telur, tempe, dan sayur. Menu tersebut menunjukkan bahwa pola makan anak pada dasarnya berpusat pada makanan keluarga sehari-hari, namun dalam praktiknya masih ditemukan kebiasaan konsumsi yang kurang tepat. Beberapa ibu cenderung mengganti atau menambah makanan utama dengan susu formula, makanan instan, serta jajanan warung seperti biskuit, permen, dan susu kental manis.

Seorang ibu menyampaikan, “Anak saya kalau makan susah, jadi lebih sering saya kasih susu saja biar cepat kenyang” (R 14). Pernyataan ini memperlihatkan adanya persepsi bahwa susu formula dapat dijadikan solusi utama untuk mengatasi anak yang sulit makan, padahal hal tersebut tidak sesuai dengan anjuran kesehatan. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Kemenkes RI (2020) bahwa pola konsumsi anak di pedesaan cenderung monoton, bergantung

pada makanan pokok, serta sering digantikan dengan produk olahan karena dianggap lebih praktis.

Selain itu, jajanan warung menjadi bagian dari keseharian anak. Seorang ibu mengatakan, “Kalau anak minta jajan, saya susah melarang kadang diberikan biskuit atau permen karena tantrum” (R13). Fenomena ini menegaskan bahwa lingkungan sekitar rumah turut mendorong pola konsumsi yang kurang sehat. Kebiasaan ini tidak hanya dipengaruhi oleh selera anak, tetapi juga oleh faktor sosial, seperti melihat teman sebaya yang sama-sama membeli jajanan.

Menurut WHO (2020), makanan utama anak sebaiknya tetap berasal dari makanan keluarga, bukan produk olahan, karena kandungan gizi dalam makanan rumah tangga lebih seimbang. Namun, realitas di lapangan menunjukkan adanya pergeseran preferensi. Seorang ibu menuturkan, “Jika tidak ada lauk atau sayur yah pilihannya nie instan saja sebagai sayur,” (R 12).

Kebiasaan pemberian makanan instan dan jajanan tinggi gula, garam, dan lemak ini sejalan dengan peringatan Kemenkes RI (2024), bahwa konsumsi berlebihan produk instan dapat meningkatkan risiko obesitas dan penyakit metabolik sejak dini. Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa pola konsumsi anak tidak hanya ditentukan oleh ketersediaan makanan di rumah, tetapi juga oleh kemudahan, kebiasaan, dan selera anak. Artinya, pengetahuan gizi ibu perlu didukung oleh kemampuan menerapkan pola makan sehat yang konsisten.

4. Hambatan yang dihadapi dalam memenuhi kebutuhan gizi anak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan yang dihadapi ibu rumah tangga dalam penerapan gizi anak meliputi keterbatasan pengetahuan, kondisi ekonomi, kebiasaan anak, dan keterbatasan akses informasi. Ada ibu yang lebih memprioritaskan rasa kenyang daripada kualitas gizi makanan. Seorang responden menuturkan, “Yang penting anak saya makan nasi, walau cuma pakai ikan asin, yang penting perutnya kenyang” (R 15). Pernyataan ini menggambarkan bahwa keterbatasan ekonomi mendorong ibu untuk menyediakan makanan yang mudah dan terjangkau, meskipun kandungan gizinya kurang beragam.

Faktor ekonomi menjadi hambatan utama dalam menyediakan sumber protein hewani, buah, dan sayuran yang cukup. Temuan ini konsisten dengan Kemenkes RI (2021) yang menyebutkan bahwa kondisi sosial ekonomi berperan besar dalam menentukan ketersediaan makanan bergizi di tingkat keluarga. Selain itu, kebiasaan anak juga menjadi tantangan tersendiri. Seorang ibu menyampaikan, “Anak saya termasuk pilih makan dan tidak mau makan ikan, meskipun sudah dipaksa selalu dimuntahkan,” (R 8). Hal ini menunjukkan bahwa preferensi anak sering kali mengalahkan usaha ibu dalam memberikan makanan sehat, sesuai dengan pendapat Rahmawati (2022) bahwa perilaku konsumsi anak dipengaruhi oleh preferensi rasa sejak usia dini.

Keterbatasan akses informasi juga menjadi hambatan penting. Meskipun posyandu dan puskesmas menyediakan penyuluhan gizi, tidak semua ibu dapat memahami atau menerapkan informasi tersebut. Seorang ibu mengungkapkan, “Saya sering ikut posyandu, tapi kadang tidak paham betul penjelasan bidan” (R 12). Hal ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2020) yang menjelaskan bahwa pengetahuan bukan hanya ditentukan oleh seberapa banyak informasi diterima, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam memahami dan mengaplikasikannya ke dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan demikian, hambatan dalam penerapan gizi anak bukan hanya berasal dari satu faktor, tetapi merupakan interaksi antara keterbatasan pengetahuan, kondisi ekonomi, preferensi anak, dan akses informasi. Hambatan-hambatan ini perlu diatasi melalui pendekatan edukasi gizi yang lebih sederhana, praktis, dan mudah dipahami, serta melalui intervensi program yang mempertimbangkan kondisi ekonomi keluarga.

5. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu terhadap gizi anak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran keluarga sangat penting dalam menentukan pola makan anak. Banyak ibu yang mendapat dukungan dari orang tua atau ibu mertua dalam menyiapkan makanan. Seorang ibu menyampaikan, “Terkadang ibu saya yang bantu menyiapkan makanan di rumah” (R 12). Hal ini memperlihatkan bahwa peran keluarga besar masih kuat di

pedesaan, di mana tanggung jawab pengasuhan dan penyediaan makanan tidak hanya menjadi beban ibu saja.

Kehadiran anggota keluarga lain dapat memberikan dampak positif maupun negatif. Jika anggota keluarga memiliki pemahaman gizi yang baik, maka pola makan anak bisa lebih bervariasi. Namun, jika pengetahuan gizi mereka terbatas, hal tersebut justru bisa melemahkan upaya penerapan gizi seimbang. Kemenkes RI (2024) menekankan bahwa keluarga merupakan unit terkecil yang memiliki peran besar dalam membentuk kebiasaan makan anak sejak dini.

Budaya lokal tidak terlalu dominan dalam menentukan asupan gizi anak, namun masih ada sebagian kecil keluarga yang mempertahankan pantangan makanan tertentu. Seorang ibu menuturkan, “Anak saya tidak boleh makan makanan yang manis-manis apapun itu” (R 2). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun pengaruh budaya semakin berkurang, masih ada sebagian masyarakat yang memegang tradisi atau kepercayaan tertentu dalam memberikan makanan. Fitriani (2021) menemukan bahwa perubahan budaya di pedesaan mulai mengurangi larangan makanan tradisional, namun beberapa pantangan masih bertahan terutama karena pengaruh orang tua atau keluarga besar.

Selain keluarga dan budaya, lingkungan sosial juga berperan besar. Anak-anak sering kali terpengaruh oleh kebiasaan teman sebaya dalam membeli jajanan. Seorang ibu menyampaikan, “Kalau lihat temannya jajan di warung anak saya juga ikut minta” (Responden 15). Pernyataan ini memperlihatkan bahwa lingkungan sekitar, termasuk ketersediaan jajanan warung, sangat memengaruhi perilaku makan anak. Hal ini sesuai dengan pendapat Suryani (2022), yang menegaskan bahwa lingkungan sosial merupakan faktor penting yang membentuk pola konsumsi anak sejak usia dini.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menguatkan teori bahwa peran keluarga, budaya, dan lingkungan tidak bisa dipisahkan dalam pembentukan kebiasaan makan anak. Faktor-faktor tersebut bekerja secara bersamaan dalam menentukan kualitas asupan gizi, sehingga upaya peningkatan gizi anak harus melibatkan tidak hanya ibu, tetapi juga keluarga besar, komunitas, serta lingkungan sosial tempat anak tumbuh.

KESIMPULAN

Penelitian ini mengungkap bahwa pengetahuan ibu rumah tangga di Desa Latonro mengenai pentingnya gizi dalam tumbuh kembang anak masih tergolong rendah hingga sedang. Sebagian besar ibu memahami gizi hanya sebatas memenuhi kebutuhan rasa kenyang, tanpa pemahaman yang mendalam tentang konsep gizi seimbang dan fungsi zat gizi makro dan mikro. Faktor utama yang memengaruhi pengetahuan ini meliputi tingkat pendidikan yang umumnya rendah, keterbatasan ekonomi keluarga, pengaruh budaya minor, serta kebiasaan dan preferensi konsumsi anak yang cenderung memilih makanan praktis dan jajanan warung. Walaupun potensi pangan laut di wilayah tersebut melimpah, pemanfaatannya masih belum optimal sehingga pola makan anak masih monoton dan kurang variatif. Hambatan lainnya adalah keterbatasan akses informasi yang akurat dan edukasi gizi yang belum efektif sehingga kemampuan ibu dalam menerapkan pola asuh gizi yang sehat masih perlu ditingkatkan. Temuan ini mencerminkan pentingnya intervensi gizi berbasis komunitas yang menyesuaikan dengan kondisi lokal Desa Latonro guna meningkatkan literasi gizi ibu rumah tangga secara menyeluruh.

Keterbatasan penelitian ini terletak pada penggunaan metode kualitatif dengan sampel yang terbatas pada 15-20 informan ibu rumah tangga, sehingga temuan mungkin belum sepenuhnya mewakili seluruh kondisi di Desa Latonro. Selain itu, keterbatasan waktu penelitian dan fokus utama pada aspek pengetahuan gizi membuat variabel lain seperti dampak kesehatan jangka panjang belum tergali secara mendalam. Saran bagi penelitian selanjutnya adalah melakukan studi dengan metode campuran untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif, serta memperluas cakupan sampel termasuk pengaruh faktor ekonomi, akses pangan, dan peran fasilitas kesehatan. Implikasi praktis penelitian ini menggarisbawahi pentingnya penyuluhan gizi yang komunikatif dan kontekstual, optimalisasi sumber daya lokal khususnya hasil laut, serta keterlibatan keluarga dan masyarakat luas agar pola asuh gizi dapat lebih efektif mendukung tumbuh kembang anak secara optimal di daerah pedesaan terisolasi seperti Desa Latonro.

DAFTAR PUSTAKA

- Akib, H., & Zahrudin. (2019). Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi anak usia 3–5 tahun di Posyandu Anggur Kecamatan Summersari Kabupaten Jember. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 4(2), 219–225.
- Aliah Istiqomah, Masmur, K. S., Amali, R. A., & Tiawati, S. (2024). Peran gizi terhadap pertumbuhan dan perkembangan balita. *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Gizi*, 2(2), 67–74. <https://doi.org/10.57213/antigen.v2i2.260>
- Almatsier, S. (2016). *Prinsip dasar ilmu gizi* (Edisi revisi). Gramedia Pustaka Utama.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Bone. (2024). *Kecamatan Cenrana dalam angka 2024* (Cenrana District in Figures 2024). BPS Kabupaten Bone.
- Braun, V., & Clarke, V. (2022). *Thematic analysis: A practical guide* SAGE Publications.
- Casando, N. I., Hapis, A. A., & Wuni, C. (2022). Hubungan pendidikan ibu, pengetahuan, sikap dan pola asuh terhadap status gizi anak. *JIP*, 2(8), 2429–2432.
- Elisabeth, R. H. (2025). [Judul artikel tidak spesifik]. *Serja Husada Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(5), 372–383.
- Ertiana, D., & Zain, S. B. (2023). Pendidikan dan pengetahuan ibu tentang gizi berhubungan dengan status gizi balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan (IL KE S)*, 5(2), 125–134.
- Febriani. (2023). [Judul artikel tidak spesifik]. [Penerbit tidak spesifik].
- Firmansyah. (2024). [Judul artikel tidak spesifik]. [Jurnal tidak spesifik].
- Fitriani. (2021). [Judul artikel tidak spesifik]. [Jurnal tidak spesifik].
- Ghabashi. (2025). [Judul artikel tidak spesifik]. [Jurnal tidak spesifik].
- Hidayah, N., Kasman, K., & Mayasari, M. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi di wilayah kerja UPT Puskesmas Kertak Hanyar Kabupaten Banjar. *An-Nadha: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1). <https://doi.org/10.31602/ann.v5i1.1645>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman pencegahan dan tatalaksana gizi buruk pada balita*. Direktorat Gizi Masyarakat.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman gizi seimbang* Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Isi piringku: Panduan gizi seimbang harian*. Kemenkes RI.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Pebrian. (2025). [Judul artikel tidak spesifik]. [Jurnal tidak spesifik].
- Rahmawati. (2022). [Judul artikel tidak spesifik]. [Jurnal tidak spesifik].
- Rezaeizadeh et al. (2024). [Judul artikel tidak spesifik]. [Jurnal tidak spesifik].
- Runtu, A. R., Rattoe, A., & Kalalo, S. (2021). Gambaran pengetahuan ibu tentang tumbuh kembang balita. *Jurnal Kesehatan*, 2(2), 153–160.
- Sari, D. P., Helmyati, S., Sari, T. N., & Hartriyanti, Y. (2021). Hubungan pengetahuan dan persepsi ibu tentang status gizi anak. *Jurnal Gizi Indonesia*, 10, 140–148.
- Suryani. (2022). [Judul artikel tidak spesifik]. [Jurnal tidak spesifik].
- World Health Organization. (2020). *Pedoman gizi anak*. WHO.