



## Pengetahuan dan Perilaku Orang Tua Tentang Pemberian Gizi Seimbang Pada Anak Usia 2-5 Tahun

Narisa Rahmadila<sup>1</sup>, Eka Yunita Amna<sup>2</sup>, Andri<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh, Indonesia

\*Corresponding author

E-mail addresses: [eva.delima18@gmail.com](mailto:eva.delima18@gmail.com)

### ARTICLE INFO

#### Article history:

Received August 12, 2025

Revised September 20, 2025

Accepted November 30, 2025

Available online December 06, 2025

#### Kata Kunci:

gizi seimbang, isi piringku, pengetahuan orang tua, perilaku pemberian makan

#### Keywords:

parental knowledge, feeding behavior, balanced nutrition, My Plate.



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license. Copyright © 2025 by Author. Published by Yayasan Sagita Akademia Maju.

### ABSTRAK

Gizi seimbang sangat penting dalam menunjang tumbuh kembang anak, khususnya usia balita yang merupakan masa keemasan (golden period). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Tingkat pengetahuan orang tua dan perilaku orang tua tentang pemberian gizi seimbang pada anak usia 2-5 tahun di wilayah kerja puskesmas Ulee Kareng, Banda Aceh. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Pengambilan data dilakukan pada bulan Maret-April 2025 dengan jumlah responden 90 orang tua yang dipilih melalui Teknik *total sampling*. Data yang dikumpulkan menggunakan kuesioner yang mencakup informasi demografi, tingkat pengetahuan dan perilaku orang tua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 20-35 tahun (64,4%), dengan tingkat pendidikan perguruan tinggi (52,2%) dan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (43,3%). Sebanyak 55,6% ibu mempunyai pengetahuan baik tentang gizi seimbang dan perilaku dalam pemberian gizi seimbang tergolong tepat (77,8%). Berdasarkan karakteristik usia anak usia 2 tahun (70,0%) dan jenis kelamin perempuan lebih mendominasi. Hasil ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik turut mendorong perilaku yang

tepat dalam pemberian gizi seimbang. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan edukasi dan penyuluhan gizi secara berkelanjutan kepada orang tua guna mendukung pertumbuhan anak yang optimal.

### ABSTRACT

Balanced nutrition plays a crucial role in supporting the optimal growth and development of children, particularly during the critical period of early childhood. This study aimed to assess the level of parental knowledge and behavior regarding balanced nutrition for children aged 2-5 years in the working area of Ulee Kareng Public Health Center, Banda Aceh. This study employed a descriptive, quantitative design with a cross-sectional approach. Data collection was conducted in March and April 2025, involving 90 parents selected through total sampling. Data were collected using a questionnaire covering demographic characteristics, knowledge, and behavior related to balanced nutrition. The results showed that the majority of respondents were aged 20-35 years (64.4%), had a college-level education (52.2%), and worked as housewives (43.3%). A total of 55.6% of mothers had good knowledge of balanced nutrition, and 77.8% demonstrated appropriate behavior in providing balanced nutrition. In terms of child characteristics, most were 2 years old (70.0%), and female children were more dominant. These results suggest that good knowledge contributes to appropriate behavior in providing a balanced diet. Therefore, continuous efforts are needed to improve nutrition education and counseling for parents to support optimal child growth.

## 1. PENDAHULUAN

Asupan energi yang diperoleh melalui makanan dengan komposisi nutrisi yang memadai sangat dibutuhkan tubuh manusia untuk mencapai status gizi seimbang. Penerapan gizi seimbang berperan penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal, tidak hanya dari segi fisik tetapi juga dalam perkembangan kognitif serta kesejahteraan secara menyeluruh (Rohima et al., 2023). Masa balita sering disebut sebagai *golden period* atau masa keemasan, di mana anak mengalami percepatan pertumbuhan fisik dan perkembangan otak yang pesat. Oleh karena itu, asupan gizi yang seimbang menjadi fondasi penting bagi tumbuh kembang yang optimal.

Menurut laporan *World Health Organization* (WHO, 2024), sekitar 150,2 juta anak di bawah usia lima tahun mengalami stunting, yaitu kondisi tinggi badan yang tidak sesuai dengan usia. Selain itu, terdapat 42,8 juta anak tergolong *wasting*, yakni memiliki berat badan di bawah standar proporsional terhadap tinggi badan. Kondisi ini menunjukkan bahwa permasalahan gizi masih menjadi isu global yang signifikan. Di Indonesia, *Survei Status Gizi Indonesia* (SSGI) tahun 2024 mencatat prevalensi stunting sebesar 19,8%, hanya sedikit lebih rendah dari target 20,1% yang ditetapkan pemerintah (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Data tersebut menegaskan masih adanya ketidakseimbangan dalam pemenuhan gizi anak Indonesia.

Di Provinsi Aceh, prevalensi stunting pada tahun 2023 menurun sebesar 1,8%, dari 31,2% menjadi 29,8%. Namun, penurunan ini tidak diikuti oleh penurunan angka *wasting*, yang justru meningkat menjadi 13,6% (Dinas Kesehatan Kota Banda Aceh, 2024). Temuan ini mengindikasikan bahwa pemberian gizi seimbang kepada anak-anak di Aceh belum terlaksana secara ideal sejak usia dini. Padahal, masa balita merupakan periode krusial yang membutuhkan zat gizi lengkap dan seimbang agar pertumbuhan tidak terhambat (Zahtamal et al., 2024).

Pengetahuan orang tua memiliki pengaruh besar terhadap keberhasilan pemenuhan gizi anak. Orang tua yang memahami pentingnya gizi seimbang akan lebih mampu mengatur pola makan keluarga secara tepat, memperhatikan variasi dan porsi makanan, serta memastikan keseimbangan antara karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral (Wahyuni et al., 2023). Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dan sikap yang tidak tepat dapat menyebabkan praktik pemberian makan yang salah, sehingga meningkatkan risiko malnutrisi (Oktaviasari et al., 2023). Faktor pendidikan juga berperan penting dalam membentuk perilaku tersebut; orang tua dengan tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung memiliki kesadaran gizi yang lebih baik dan lebih mudah menerima informasi tentang pola makan sehat (Fauziah & Harkensia, 2023).

Selain pengetahuan, perilaku pemberian makan pada anak dipengaruhi oleh pengalaman, kebiasaan, serta akses informasi yang dimiliki orang tua. Perilaku yang benar dalam memilih, menyiapkan, dan memberikan makanan menjadi kunci utama dalam mencegah gizi buruk (Nizami & Hasrati, 2024). Namun, masih banyak keluarga yang belum menerapkan prinsip gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari, baik karena keterbatasan ekonomi, rendahnya kesadaran gizi, maupun pengaruh lingkungan sosial.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat pengetahuan dan perilaku orang tua dalam pemberian gizi seimbang pada anak usia 2-5 tahun di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng, Banda

Aceh. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar bagi upaya peningkatan edukasi gizi dan intervensi kesehatan masyarakat, guna mendukung terwujudnya pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal.

## **2. METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan desain potong lintang (cross-sectional) untuk menggambarkan tingkat pengetahuan dan perilaku orang tua dalam pemberian gizi seimbang kepada anak usia 2-5 tahun. Desain ini dipilih karena mampu memberikan potret menyeluruh mengenai hubungan antara variabel pengetahuan dan perilaku dalam satu periode waktu tertentu, tanpa melakukan manipulasi terhadap variabel yang diteliti (Sugiyono, 2022). Lokasi penelitian berada di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng, Banda Aceh, yang mencakup sepuluh Posyandu, yaitu Melati, Pelita, Poeteumeureuhom, Ceria, Bungong Kupula, Bungoeng Jeumpa, Sejahtera, Al-Hidayat, dan Jroh Naguna. Kegiatan penelitian dilaksanakan selama bulan Maret hingga April 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh orang tua yang memiliki anak berusia 2-5 tahun dan tercatat aktif mengikuti kegiatan di posyandu wilayah tersebut.

Pemilihan sampel dilakukan dengan teknik total sampling, yaitu melibatkan seluruh anggota populasi yang memenuhi kriteria penelitian agar data yang diperoleh bersifat representatif. Berdasarkan hasil pendataan, jumlah responden yang berpartisipasi sebanyak 90 orang tua. Penetapan jumlah sampel ini mengacu pada rumus Slovin dengan tingkat kesalahan (error tolerance) sebesar 5% untuk memastikan validitas statistik dari hasil yang diperoleh (Sujarweni, 2021). Kriteria inklusi dalam penelitian ini mencakup ibu yang memiliki anak berumur 2-5 tahun, hadir pada kegiatan posyandu, dan bersedia menjadi responden dengan mengisi lembar persetujuan (*informed consent*). Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi anak yang memiliki alergi terhadap makanan tertentu, status gizi buruk, atau sedang menderita penyakit infeksi, karena kondisi tersebut dapat memengaruhi pola makan dan status gizi anak secara signifikan (Zahtamal et al., 2024).

Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner terstruktur yang dikembangkan berdasarkan indikator pengetahuan dan perilaku tentang gizi seimbang. Kuesioner ini terdiri dari tiga bagian, yakni karakteristik demografi responden, tingkat pengetahuan mengenai gizi seimbang, serta perilaku orang tua dalam penerapan prinsip "Isi Piringku" sesuai pedoman Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Validitas isi (content validity) kuesioner diuji melalui penilaian pakar di bidang gizi masyarakat dan kesehatan anak, sedangkan reliabilitas instrumen diuji menggunakan uji Cronbach's Alpha, dengan hasil koefisien  $\geq 0,7$  yang menunjukkan tingkat konsistensi internal yang baik (Hair et al., 2023).

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan analisis univariat, yang bertujuan untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi setiap variabel penelitian dalam bentuk persentase dan tabel. Analisis ini memberikan gambaran umum tentang sebaran data, termasuk usia anak, jenis kelamin, usia dan pendidikan orang tua, pekerjaan, tingkat pengetahuan, serta perilaku dalam pemberian gizi seimbang. Pengolahan data dilakukan menggunakan perangkat lunak IBM SPSS Statistics versi 23 untuk memperoleh hasil yang akurat dan terstandar secara statistik (Pallant, 2020). Seluruh proses penelitian telah mengikuti prinsip etika penelitian, termasuk

persetujuan partisipasi sukarela, kerahasiaan identitas responden, serta penggunaan data hanya untuk kepentingan ilmiah.

Dengan rancangan dan metode ini, penelitian diharapkan dapat menghasilkan informasi empiris yang valid dan relevan untuk mendukung kebijakan peningkatan edukasi gizi masyarakat serta intervensi kesehatan anak di tingkat posyandu dan puskesmas.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Hasil

Penelitian ini menyajikan gambaran terkait tingkat pemahaman serta praktik yang diterapkan oleh orang tua dalam pemberian gizi seimbang kepada anak berusia 2 hingga 5 tahun. Informasi yang diperoleh diilustrasikan melalui tabel distribusi frekuensi. Data yang ditampilkan meliputi berbagai aspek demografi seperti umur anak, jenis kelamin, usia orang tua, latar belakang pendidikan orang tua, jenis pekerjaan orang tua, tingkat pengetahuan yang dimiliki orang tua mengenai gizi seimbang, serta pola perilaku mereka dalam memenuhi kebutuhan gizi seimbang bagi anak-anaknya.

**Tabel 1.** Analisis frekuensi pada kelompok usia anak antara 2 hingga 5 tahun di area pelayanan Puskesmas Ulee Kareng, Banda Aceh

Variabel		Frekuensi	Persentase
Usia anak	2 tahun	63	70.0 %
	3 tahun	12	13.3 %
	4 tahun	4	4.4%
	5 tahun	11	12.2
<b>Total</b>		<b>90</b>	<b>100 %</b>

Table 1. ditunjukkan distribusi usia anak 2 tahun mendominasi dengan frekuensi 63 (70.0%) anak.

**Tabel 2.** Penyebaran frekuensi menurut atribut gender anak berumur 2 hingga 5 tahun yang tercatat di Puskesmas Ulee Kareng

Variabel		Frekuensi	Persentase
Jenis kelamin	Perempuan	67	74.4 %
	Laki-Laki	23	25.6 %
<b>Total</b>		<b>90</b>	<b>100 %</b>

Tabel 2. Data anak usia 2-5 tahun memperlihatkan bahwa mayoritas responden adalah perempuan, yaitu sebanyak 67 individu atau sekitar 74,4%.

**Tabel 3.** Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik usia orang tua yang memiliki anak usia 2-5 tahun di puskesmas Ulee Kareng

Variabel		Frekuensi	Persentase
Usia orang tua	<20 tahun	18	20.0 %
	20-35	58	64.4 %

	tahun		
	>35 tahun	14	15.6%
<b>Total</b>		<b>90</b>	<b>100 %</b>

Tabel 4.3 mayoritas orang tua berumur antara 20 hingga 35 tahun tercatat sebagai kelompok terbanyak yang memiliki anak berusia 2 sampai 5 tahun, yakni berjumlah 58 orang atau setara dengan 64,4 persen dari total responden.

**Tabel 4.** Sebaran tingkat pendidikan orang tua dari anak-anak berumur 2 sampai 5 tahun yang tinggal di kawasan layanan puskesmas Ulee Kareng.

Variabel		Frekuensi	Persentase
<b>Tingkat Pendidikan orang tua</b>	Tidak sekolah	5	5.6 %
	SD	2	2.2 %
	SMP	8	8.9%
	SMA	28	31.1 %
	Perguruan Tinggi	47	52.2%
<b>Total</b>		<b>90</b>	<b>100%</b>

Tabel 4. Data memperlihatkan bahwa mayoritas orang tua anak berusia 2-5 tahun berasal dari kelompok pendidikan Perguruan Tinggi, yakni sebanyak 47 individu atau 52,2% dari total responden.

**Tabel 5.** Frekuensi pekerjaan ibu dengan anak berusia 2-5 tahun di area pelayanan Puskesmas Ulee Kareng

	Variabel	Frekuensi	Persentase
<b>Pekerjaan orang tua</b>	IRT	39	43.3%
	Pedagang	7	7.8 %
	Petani	11	12.2%
	PNS	18	20.0 %
	NAKES	6	6.7%
	lainnya	9	10.0%
<b>Total</b>		<b>90</b>	<b>100%</b>

Tabel 5. Data tersebut mengindikasikan bahwa mayoritas responden dengan anak berusia 2-5 tahun bekerja sebagai ibu rumah tangga, tercatat sebanyak 39 orang atau sekitar 43,3% dari keseluruhan responden dalam kelompok tersebut.

**Tabel 6.** Sebaran tingkat pemahaman orang tua yang mempunyai anak berumur 2 hingga 5 tahun di lingkungan kerja Puskesmas Ulee Kareng

Variabel		Frekuensi	Persentase
<b>Pengetahuan Orang Tua</b>	Kurang	40	44.4 %
	Baik	50	55.6 %
<b>Total</b>		<b>90</b>	<b>100 %</b>

Tabel 6. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa sebagian besar orang tua dengan anak berusia 2-5 tahun di area pelayanan Puskesmas Ulee Kareng tergolong

memiliki tingkat pengetahuan yang baik, yakni sebanyak 50 orang atau 55,6% dari total responden.

**Tabel 7.** Distribusi frekuensi perilaku orang tua dalam memberi gizi seimbang pada anak usia 2-5 tahun di wilayah kerja puskesmas Ulee Kareng

<b>variabel</b>		<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
<b>Perilaku orang tua</b>	Setuju	70	77.8 %
	Tidak Setuju	20	22.2 %
<b>Total</b>		<b>90</b>	<b>100 %</b>

Tabel 7. Sebanyak 70 responden (77,8%) di wilayah pelayanan Puskesmas Ulee Kareng menyatakan persetujuan terhadap praktik pemberian gizi seimbang kepada anak berusia 2-5 tahun, sementara 20 responden (22,2%) menunjukkan ketidaksetujuan.

### ***Pembahasan***

Hasil Pengujian analisis univariat memperoleh hasil yang kemudian disajikan dalam tabel distribusi frekuensi. Data yang ditampilkan juga mengikutsertakan hasil dalam bentuk persentase untuk setiap analisis.

Analisis distribusi frekuensi berdasarkan usia dan jenis kelamin anak menunjukkan bahwa gizi menjadi aspek vital dalam menciptakan kualitas sumber daya manusia. Anak usia 2-5 tahun, yang umumnya telah mengadopsi pola makan keluarga dan memiliki aktivitas fisik yang relatif tinggi, cenderung lebih rawan mengalami masalah gizi kurang. Ketidakseimbangan antara asupan makanan dan kebutuhan tubuh pada periode ini sangat memengaruhi proses tumbuh kembang anak.(Wahyuni et al., 2023) Hasil penelitian memperlihatkan bahwa mayoritas responden adalah anak berusia 2 tahun, yakni sebanyak 63 anak (70,0%). Selain itu, jumlah anak perempuan juga lebih tinggi, mencapai 67 anak (74,4%). Kondisi ini mencerminkan tingginya proporsi anak usia 2 tahun dan perempuan di wilayah kerja Posyandu Puskesmas Ulee Kareng.

Hasil penelitian mengenai distribusi frekuensi berdasarkan umur orang tua anak berusia 2-5 tahun menunjukkan bahwa mayoritas ibu berada pada rentang usia 20-35 tahun, yaitu sebanyak 58 orang (64,4%). Rentang usia tersebut lazim dianggap sebagai masa paling produktif dalam menjalani kehamilan.(Misnati, 2022) Peran orang tua sangat berpengaruh terhadap proses pertumbuhan dan perkembangan anak, karena mereka mempunyai wawasan, ketersediaan waktu, pola perilaku, serta rutinitas yang berkontribusi dalam upaya pencegahan masalah gizi seimbang pada anak. Oleh karena itu kesiapan usia orang tua juga penting sebagai penunjang dalam berbagai aspek, terlebih usia 20-35 tahun juga terkatogori usia yang sangat baik untuk ibu meningkatkan pengetahuan dengan baik.(Misnati, 2022)

Tingkat pendidikan orang tua yang memiliki anak berusia 2-5 tahun di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng menunjukkan variasi dalam distribusi frekuensi. Latar belakang pendidikan ini berperan penting dalam memengaruhi kemampuan orang tua dalam menerima serta memahami informasi, khususnya terkait penerapan gizi seimbang pada anak-anak mereka.(Wahyuni et al., 2023) Pada penelitian ini, mayoritas orang tua memiliki latar belakang pendidikan perguruan

tinggi, tercatat sebanyak 47 individu atau 52,2%. Tingkat pendidikan dan wawasan ibu mengenai gizi seimbang sangat berpengaruh dalam upaya mencegah masalah gizi pada anak usia balita. Pemahaman orang tua menentukan kemampuan mereka dalam menyediakan asupan pangan yang memadai, memilih makanan sesuai prinsip gizi seimbang, serta menentukan prioritas pangan dalam keluarga. (Sutrisno & Tamim, 2023) Sesuai dengan pemikiran Kianawaty (2023), tingkat pendidikan berperan penting dalam kemudahan seseorang dalam menyerap pengetahuan baru. Individu yang memiliki pendidikan lebih tinggi cenderung lebih terbuka terhadap informasi, baik melalui interaksi sosial maupun media massa. Dengan bertambahnya informasi yang diterima, pengetahuan mengenai kesehatan pun akan semakin meningkat. (Fauziah & Harkensia, 2023) Pendidikan ibu berkontribusi besar dalam membentuk pola pikir dan tindakan saat menghadapi persoalan, termasuk persoalan gizi anak. Ibu memegang peran sentral terhadap status kesehatan serta perkembangan buah hatinya. Anak-anak yang diasuh oleh ibu dengan tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung memperoleh peluang hidup yang lebih baik, pertumbuhan optimal, serta akses informasi yang memadai mengenai gizi seimbang. Kekurangan gizi dapat timbul akibat jumlah makanan yang masuk tidak mencukupi atau kandungan gizinya tidak sesuai kebutuhan tubuh. (Nurfauziah, 2023)

Hasil analisis data menunjukkan mayoritas ibu yang memiliki anak usia 2-5 tahun di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng berstatus sebagai ibu rumah tangga, dengan jumlah sebanyak 39 orang (43,3%). Status pekerjaan ini memberikan peluang bagi para ibu untuk menjalin kedekatan yang lebih intensif dengan anak, karena rata-rata waktu bersama anak berkisar antara 6 sampai 7 jam setiap harinya. Durasi interaksi tersebut berpotensi memudahkan dalam mengawasi sekaligus menjaga penerapan gizi seimbang. Selain itu, semakin mudahnya akses ke jaringan internet turut membantu ibu memperoleh informasi seputar gizi anak dan tata cara pemberian makan yang tepat. (Samrida, 2023) Peningkatan taraf pekerjaan serta kondisi sosial ekonomi keluarga yang membaik memberikan kemudahan bagi ibu dalam mengelola pola makan anak, termasuk menyediakan asupan dengan gizi seimbang. Faktor-faktor tersebut turut berdampak pada bertambahnya wawasan orang tua mengenai pentingnya makanan bergizi seimbang bagi tumbuh kembang anak. (Andi & Urwatil, 2022)

Frekuensi tingkat pemahaman orang tua yang memiliki anak usia 2-5 tahun di kawasan kerja Puskesmas Ulee Kareng menunjukkan bahwa wawasan ibu mengenai gizi seimbang memegang peranan krusial. Hal ini disebabkan oleh tanggung jawab orang tua sebagai penyedia makanan dalam keluarga. Kurangnya pengetahuan mengenai kandungan gizi menyebabkan orang tua cenderung menyajikan menu yang tidak sesuai prinsip gizi seimbang. (Oktaviasari et al., 2023) Kian luas wawasan seseorang tentang gizi seimbang, semakin cermat pula ia dalam menentukan jenis serta porsi makanan yang akan dikonsumsi. (Wahyuni et al., 2023) Dalam penelitian ini, sebagian besar orang tua dengan anak berusia 2-5 tahun di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng menunjukkan tingkat pengetahuan yang baik mengenai gizi seimbang, dengan 50 orang atau 55,6% responden termasuk dalam kategori tersebut. Pengetahuan yang diperoleh orang tua, khususnya ibu, sangat dipengaruhi oleh faktor usia dan tingkat pendidikan. Ibu yang memahami kebutuhan gizi seimbang mampu mengelola asupan nutrisi anak agar tumbuh kembangnya maksimal, serta

menentukan pilihan makanan yang sesuai baik dari segi jenis maupun jumlahnya.(Wahyuni et al., 2023) Pemahaman orang tua terkait gizi seimbang berperan penting dalam mendukung anak memperoleh status gizi yang optimal sehingga perkembangan fisiknya dapat berlangsung sempurna.(Devianto et al., 2023)

Frekuensi perilaku para ibu dalam menyediakan gizi seimbang bagi anak berumur 2-5 tahun di area layanan puskesmas Ulee Kareng menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan nutrisi secara optimal, didukung oleh pemilihan jenis makanan yang sesuai, berperan penting dalam pencapaian status gizi anak yang optimal.(Wahyuni et al., 2023) Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa mayoritas orang tua, yaitu 77,8% responden, menyatakan setuju terhadap perilaku pemberian gizi seimbang pada anak berusia 2-5 tahun. Dominasi respon positif tersebut menandakan bahwa praktik pemenuhan gizi seimbang pada anak telah dilakukan secara tepat. Faktor utama yang mendasari hal ini adalah tingkat pendidikan dan kematangan usia ibu, yang berperan penting dalam keberhasilan implementasi gizi seimbang. Selain itu, pengetahuan gizi yang diperoleh orang tua dari berbagai sumber informasi turut menunjang kemampuan mereka dalam mengaplikasikan pola makan sehat bagi anak-anaknya.(Wahyuni et al., 2023) Ketika seorang ibu memiliki pemahaman yang memadai mengenai gizi seimbang pada balita, maka ibu tersebut cenderung menunjukkan sikap positif dan perilaku yang mendukung tercapainya pemenuhan kebutuhan gizi anak. Sebaliknya, apabila sikap yang dimiliki bersifat negatif, umumnya perilaku yang ditunjukkan pun akan tidak mendukung sehingga berpotensi menimbulkan permasalahan gizi pada balita.(Nizami & Hasrati, 2024).

#### **4. SIMPULAN DAN SARAN**

##### ***Simpulan***

Berdasarkan analisis statistik terhadap 90 responden di lingkup kerja Puskesmas Ulee Kareng, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Frekuensi usia anak didominasi oleh usia 2 tahun dengan persentase 70.0%. Sementara berdasarkan jenis kelamin didominasi oleh anak perempuan dengan persentase 74.4%. Frekuensi berdasarkan karakteristik usia orang tua didominasi oleh usia 20-35 tahun dengan persentase 64.4% responden. Frekuensi tingkat pendidikan terakhir orang tua didominasi oleh tingkat perguruan tinggi dengan frekuensi sebanyak 47 (52.2%) orang. Frekuensi pekerjaan orang tua didominasi sebagai IRT yaitu sebanyak 39 responden dengan frekuensi (43.3%).
2. Frekuensi Tingkat pengetahuan orang tua berada pada klasifikasi berpengetahuan baik yaitu 50 (55.6 %) responden.
3. Frekuensi perilaku orang tua dalam memberikan gizi seimbang pada anak tergolong tepat dengan distribusi 70 (77.8%) responden.

##### ***Saran***

1. Orang tua yang berada di kawasan kerja Puskesmas Ulee Kareng diharapkan terus menjaga praktik pola makan anak agar kebutuhan gizi seimbang tetap terpenuhi.
2. Bagi petugas kesehatan di Puskesmas dan Posyandu kawasan tersebut, perlu ditingkatkan edukasi, penyuluhan, serta mutu layanan kepada masyarakat agar

implementasi “Isi Piringku” yang dianjurkan Kemenkes dapat dilakukan setiap hari demi mendukung tercapainya gizi seimbang untuk anak.

- a) Peneliti berikutnya disarankan mengeksplorasi variabel lain yang mempengaruhi pengetahuan dan perilaku orang tua mengenai pemberian makanan bergizi seimbang kepada anak.

## 5. DAFTAR PUSTAKA

- Andi L, Urwatil wusqa abidin. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Pemberian Makanan Pendamping Asi (Mp-Asi) Pada Balita 6 - 24 Bulan Di Puskesmas Salugatta Kec. Bodong-Budong Kab. Mamuju Tengah. 2022;4(September 2021).
- Devianto A, Dewi EU, Yustiningsih D. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Dengan Angka Kejadian Stunting di Desa Sanggrahan Prambanan Klaten. *J Nurs Res Publ Media*. 2023;1(2):81-88. doi:10.55887/nrpm.v1i2.13
- DINKES Kota Banda Aceh tentang prevalensi stunting Kota Banda Aceh. Tahun 2024. Dari <https://dinkes.bandaaacehkota.go.id/2024/04/29/capaian-positif-prevalensi-stunting-kota-banda-aceh-turun-34/>. Diakses tanggal 25 Juni 2025
- Fauziah, Harkensia LS. Hubungan Status Pendidikan Ibu Dan Status Ekonomi Keluarga Terhadap Status Gizi Balita Sehat Di Puskesmas Mon Geudong Kecamatan Banda Sakti Kota Lhokseumawe. *Kesehatan, Teknol dan Sains*. 2023;2(1):36-44.  
<https://jurnalstikes.bumipersada.ac.id/index.php/BPI/article/view/12>
- Huda N, Woferst R, Erwin E, Febriyanti E. Training on preparation of balanced nutrition and healthy food creativity to increase nutrition intake of school children during the Covid-19 pandemic. *J Community Serv Empower*. 2023;4(2):255-263. doi:10.22219/jcse.v4i2.26287
- Kementrian Kesehatan RI. SSGI (Survei Status Gizi Indonesia) tahun 2024. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/survei-status-gizi-indonesia-ssgi-2024>. *Clin Epidemiol Glob Heal*. 2024;26(May 2023):101538. doi:10.1016/j.cegh.2024.101538. Diakses tanggal 25 Juni 2025
- Misnati. Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Pengetahuan Ibu Dengan Pemberian Mp-Asi Pada Anak 6-24 Bulan Di Desa Ulapato a Kecamatan Telaga Biru Kabupaten Gorontalo. *Heal Nutr J*. 2022;1:32-40.
- Nurfauziah. Hubungan Status Gizi pada Balita 2-5 Tahun dengan Pola Asuh Pemberian Makan dan Tingkat Pendidikan Ibu di Desa Ciladaeun Lebak-Banten Tinjauan Menurut Pandangan Islam The Relationship between The Nutritional Status in Toddlers 2-5 Years with Parenting Fee. *Jr Med J*. 2023;1(8):993-1005.
- Nizami, Hasrati IMHNFN. Hubungan Perilaku Orang Tua dalam Praktik Pemberian Makan dan Stunting pada Balita (Usia 2-5 Tahun). *J Ilm Permas J Ilm STIKES Kendal*. 2024;14(Vol 14 No 1 (2024): Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal: Januari 2024):245-252.  
<https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/1583/989>
- Oktaviasari ID, Afif A, Nurkhalim RF, Urbaningrum N. Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dan Pola Konsumsi Anak Pra-Sekolah pada Masa Pandemi Covid-19. *J Ris Pengemb dan Pelayanan Kesehat*. 2023;2(1):1-7.

- Rohima DA, Nurhayati E, Saripudin A, Magasida D. Pengaruh pemberian asupan gizi seimbang terhadap perkembangan kognitif anak usia dini. *AWLADY J Pendidik Anak*. 2023;9(1):107-122. [www.syekhnurjati.ac.id/jurnal/index.php/awlady](http://www.syekhnurjati.ac.id/jurnal/index.php/awlady)
- Samrida W. Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Pemberian Makanan Pendamping ASI di Kelurahan Lowu-Lowu. 2023;7:585-593.
- Sutrisno S, Tamim H. Hubungan Tingkat Pendidikan dan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dengan Status Gizi pada Balita di Posyandu Abung Timur Wilayah Kerja Puskesmas Bumi Agung Kabupaten Lampung Utara Tahun 2022. *J Ilmu Medis Indones*. 2023;2(2):77-83. doi:10.35912/jimi.v2i2.1513
- WHO (World Health Organization) - malnutrition. Tahun 2024. Dari [https://www-who-int.translate.goog/data/gho/data/themes/topics/joint-child-malnutrition-estimates-unicef-who-wb?\\_x\\_tr\\_sl=en&\\_x\\_tr\\_tl=id&\\_x\\_tr\\_hl=id&\\_x\\_tr\\_pto=tc](https://www-who-int.translate.goog/data/gho/data/themes/topics/joint-child-malnutrition-estimates-unicef-who-wb?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc). *Heliyon*. 2024;10(2). doi:10.1016/j.heliyon.2024.e24922. Diakses tanggal 25 Juni 2025
- Wahyuni S, Wahyuningsih A, Hartati L. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pemenuhan Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Pada Balita Usia 24-35 Bulan Di Desa Manjung Ngawen, Klaten. *INVOLUSI J Ilmu Kebidanan*. 2023;12(2):42-47. doi:10.61902/involusi.v12i2.426
- Zahtamal Z, Restila R, Sundari S, Palupi R. the Influence of Environmental Sanitation on Stunting. *J Kesehat Lingkungan*. 2024;16(1):59-67. doi:10.20473/jkl.v16i1.2024.59-67