

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU TENTANG KEBUTUHAN NUTRISI  
DENGAN BERAT BADAN BALITA DI DESA “K”  
KECAMATAN “J” KABUPATEN JEMBER**

**<sup>1</sup>Hilmy Diar Nuril A, Syiska Atik M <sup>2</sup>, Kiswati <sup>3</sup>**  
Poltekkes Kemenkes Malang<sup>1,2,3</sup>  
e-mail: [hilmydiar19@gmail.com](mailto:hilmydiar19@gmail.com)

**ABSTRAK**

Pemantauan pertumbuhan merupakan salah satu kegiatan utama program perbaikan gizi, yang menitikberatkan pada upaya pencegahan dan peningkatan gizi balita, di lihat dari etiologinya status gizi penduduk di pengaruhi oleh beberapa faktor yang kompleks seperti internal dan eksternal salah satunya terkait pengetahuan /pendidikan orang tua. pengetahuan ibu tentang kebutuhan nutrisi sangat mempengaruhi berat badan balita karena jika asupan yang di berikan tidak sesuai, maka berat badan balita tidak akan naik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Tingkat pengetahuan ibu tentang kebutuhan nutrisi dengan kenaikan berat badan balita. Penelitian ini menggunakan desain cross Sectional. Populasinya meliputi semua balita dengan status T berjumlah 186 balita. Tehnik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Analisis bivariat dalam penelitian ini adalah menggunakan Uji *Chi Square*. Hasil penelitian ini menunjukkan  $p$  value  $0,000 < 0,05$ , sehingga dapat dikatakan bahwa Ha diterima H0 ditolak yang berarti terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dengan kenaikan berat badan balita di Desa Kertonegoro. Pengetahuan pemberian makan pada balita yang tepat dapat menjadi salah satu indikator kenaikan berat badan balita melalui asupan yang diberikan oleh ibu. Saran ibu yang memiliki balita, diharapkan dapat terus memperdalam pengetahuan mereka tentang pentingnya nutrisi seimbang untuk tumbuh kembang balita. Tim kesehatan perlu meningkatkan penyuluhan tentang pentingnya pemberian makanan bergizi untuk balita, Peneliti dapat melanjutkan penelitian ini dengan mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mempengaruhi kenaikan berat badan balita, seperti faktor lingkungan, aksesibilitas terhadap makanan sehat, atau dukungan sosial yang diterima ibu dalam pemberian gizi.

**Kata Kunci:** *Berat Badan Balita, Nutrisi, Pengetahuan Ibu*

**ABSTRACT**

Growth monitoring is one of the main activities of the nutrition improvement program, which emphasizes efforts to prevent and improve toddler nutrition, seen from its etiology, the nutritional status of the population is influenced by several complex factors such as internal and external, one of which is related to parental knowledge/education. Mother's knowledge about nutritional needs greatly affects toddler weight because if the intake given is not appropriate, the toddler's weight will not increase. This study aims to determine the relationship between the level of maternal knowledge about nutritional needs and toddler weight gain. This study uses a cross-sectional design. The population includes all toddlers with T status totaling 186 toddlers. The sampling technique uses simple random sampling. Bivariate analysis in this study is using the Chi Square Test. The results of this study show a  $p$  value of  $0.000 < 0.05$ , so it can be said that Ha is accepted and H0 is rejected, which means there is a relationship between the level of maternal knowledge and toddler weight gain in Kertonegoro Village. Knowledge of proper feeding in toddlers can be an indicator of toddler weight gain through the intake provided by the mother. Mothers with toddlers are advised to continue to deepen their knowledge about the importance of balanced nutrition for their

growth and development. Health teams need to increase education about the importance of providing nutritious food for toddlers. Researchers can continue this research by exploring other factors that influence toddler weight gain, such as environmental factors, accessibility to healthy foods, or the social support mothers receive in providing nutrition.

**Keywords:** *Toddler Weight, Nutrition, Mother's Knowledge*

## **PENDAHULUAN**

Fase usia 0 hingga 5 tahun merupakan periode emas yang sangat menentukan dalam perjalanan hidup seorang anak (Riasti, 2025; Suwaryaningrat, 2020). Pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi selama masa bayi dan balita ini memiliki dampak fundamental terhadap masa depan mereka, baik secara fisik, mental, maupun perilaku. Dalam upaya menjaga kualitas pertumbuhan anak, pemantauan rutin menjadi salah satu kegiatan utama dalam program perbaikan gizi. Status gizi seorang anak dipengaruhi oleh berbagai faktor yang kompleks, namun salah satu yang paling krusial adalah faktor eksternal yang berasal dari lingkungan terdekatnya, yaitu tingkat pengetahuan dan pendidikan orang tua. Pengetahuan inilah yang menjadi fondasi bagi praktik pengasuhan gizi yang akan diterima anak setiap harinya (Kumara et al., 2020; Yanti et al., 2023).

Secara ideal, pengetahuan ibu mengenai kebutuhan nutrisi anak akan menjadi panduan utama dalam praktik pemberian makan sehari-hari. Seorang ibu yang berpengetahuan akan memahami bahwa asupan gizi yang seimbang dan sesuai dengan tahapan usia adalah syarat mutlak bagi kenaikan berat badan dan tumbuh kembang yang optimal. Pengetahuan ini akan membimbingnya dalam memilih bahan makanan, mengolahnya dengan cara yang benar, dan memberikannya dengan porsi yang cukup. Dengan demikian, pengetahuan ibu berfungsi sebagai motor penggerak yang memastikan anak mendapatkan "bahan bakar" terbaik untuk pertumbuhannya. Kenaikan berat badan yang konsisten pada anak menjadi cerminan langsung dari keberhasilan praktik pengasuhan yang didasari oleh pemahaman gizi yang baik (Belo & Lubis, 2023; Kumara et al., 2020).

Namun, realitas di lapangan menunjukkan adanya kesenjangan yang sangat besar antara harapan ideal dengan kondisi yang sebenarnya. Kesenjangan ini dapat diukur melalui indikator N/D, yaitu proporsi balita yang berat badannya berhasil naik setiap bulan. Pada tahun 2023, target nasional untuk capaian N/D adalah 86%, namun realisasinya hanya 80%. Kesenjangan ini semakin dalam dan mengkhawatirkan di tingkat daerah. Di Kabupaten Jember, capaian N/D anjlok hingga 59%, dan terus menurun di tingkat kecamatan Jenggawah (54%) hingga Puskesmas Kemuningsari Kidul (52%). Puncaknya, di Desa Kertonegoro, capaian N/D hanya menyentuh angka 50%, yang berarti separuh dari balita di desa tersebut mengalami kegagalan pertumbuhan setiap bulannya (Kumalasari & Sari, 2025; Purwitaningtyas & Paramitha, 2024).

Kegagalan kenaikan berat badan pada balita bukanlah masalah sepele, melainkan sebuah sinyal bahaya yang memiliki konsekuensi serius. Dalam jangka pendek, berat badan yang tidak naik akan secara langsung menghambat tumbuh kembang fisik, mengganggu pertumbuhan otak, serta memicu timbulnya gangguan pada fungsi kognitif dan motorik. Jika kondisi ini terus berlanjut, maka dalam jangka panjang akan menyebabkan *stunting* atau gagal tumbuh. Dampak dari *stunting* bersifat permanen dan sangat merusak, meliputi penurunan kapasitas intelektual yang akan memengaruhi prestasi belajar dan produktivitas saat dewasa, melemahnya sistem kekebalan tubuh, serta meningkatnya risiko menderita penyakit degeneratif di kemudian hari.

Ironisnya, rendahnya capaian pertumbuhan di Desa Kertonegoro terjadi di tengah berbagai upaya intervensi yang telah digulirkan oleh pemerintah dan dinas kesehatan. Copyright (c) 2025 **HEALTHY : Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan**

Berbagai program telah dilaksanakan, mulai dari *Pemberian Makanan Tambahan* (PMT), suplementasi vitamin dan mineral, hingga pemberian bantuan berupa susu dan biskuit. Di tingkat puskesmas, inisiatif yang dilakukan bahkan lebih beragam, seperti mengadakan *kelas balita* untuk meningkatkan pengetahuan ibu, memberikan contoh menu PMT di setiap *posyandu*, hingga program inovatif berupa pemberian bantuan ayam hidup untuk diternakkan agar telurnya dapat dikonsumsi oleh balita. Adanya berbagai program ini menunjukkan bahwa masalahnya mungkin bukan terletak pada ketersediaan bantuan (Sakti et al., 2023).

Nilai kebaruan dan inovasi dari penelitian ini adalah menguji hipotesis bahwa faktor penentu yang hilang dari keberhasilan program-program tersebut adalah tingkat pengetahuan ibu. Meskipun bantuan fisik seperti makanan tambahan telah banyak diberikan, penelitian ini berangkat dari asumsi bahwa bantuan tersebut tidak akan efektif jika tidak diiringi dengan pemahaman yang benar dari ibu mengenai cara pengolahan dan pemberiannya. Inovasi penelitian ini terletak pada upaya untuk membuktikan secara empiris bahwa pengetahuan ibu bukanlah sekadar salah satu faktor, melainkan faktor kunci yang menjadi prasyarat bagi keberhasilan semua intervensi gizi lainnya. Tanpa memberdayakan ibu dengan pengetahuan, bantuan materiil semata tidak akan mampu menghasilkan perubahan yang berkelanjutan.

Berdasarkan latar belakang masalah yang menunjukkan adanya kesenjangan yang parah antara target pertumbuhan balita dengan realitas di Desa Kertonegoro, meskipun berbagai program telah dijalankan, maka penelitian ini menjadi sangat krusial. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui secara spesifik hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang kebutuhan nutrisi dengan kenaikan berat badan balita. Dengan mengidentifikasi pengetahuan sebagai variabel kunci, penelitian ini bertujuan untuk memberikan landasan bukti yang kuat bagi para pemangku kebijakan. Diharapkan, hasil penelitian ini dapat mendorong pergeseran fokus intervensi, dari yang semula hanya berorientasi pada pemberian bantuan fisik, menjadi lebih seimbang dengan penguatan program-program edukasi yang intensif dan berkelanjutan bagi para ibu.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang dengan menggunakan desain studi *cross-sectional* yang menerapkan pendekatan kuantitatif. Tujuan utama dari desain ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis hubungan antara variabel independen, yaitu tingkat pengetahuan ibu tentang kebutuhan nutrisi, dengan variabel dependen, yaitu kenaikan berat badan balita. Penelitian dilaksanakan di Desa Kertonegoro, Kecamatan Jenggawah, Kabupaten Jember, selama periode September hingga Oktober 2024. Lokasi ini dipilih secara spesifik karena data menunjukkan rendahnya cakupan kenaikan berat badan balita (N/D) di wilayah tersebut. Populasi target dalam penelitian ini adalah seluruh balita yang memiliki status pertumbuhan tidak naik (status T1, T2, dan T3), yang berjumlah 349 anak. Dari populasi tersebut, sampel sebanyak 186 balita ditentukan melalui perhitungan menggunakan rumus Slovin, dan dipilih dengan teknik *simple random sampling*.

Proses seleksi partisipan didasarkan pada serangkaian kriteria yang spesifik. Kriteria inklusi yang ditetapkan adalah ibu yang memiliki balita dengan status pertumbuhan T1, T2, atau T3, serta bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian dengan menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*). Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi ibu dengan keterbatasan komunikasi, seperti tuna wicara, tuna rungu, atau tuna netra, untuk memastikan validitas data yang diperoleh dari kuesioner. Pengumpulan data primer dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan dua instrumen utama, yaitu lembar kuesioner dan lembar observasi. Kuesioner digunakan untuk mengukur variabel tingkat pengetahuan ibu mengenai kebutuhan nutrisi balita, sedangkan lembar observasi digunakan untuk mencatat secara

sistematis hasil penimbangan berat badan balita guna menentukan status kenaikan berat badannya.

Setelah seluruh data terkumpul, dilakukan proses analisis data secara kuantitatif untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan. Tahap awal adalah analisis univariat untuk menyajikan data secara deskriptif dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase, guna menggambarkan karakteristik dari setiap variabel. Selanjutnya, untuk menguji hubungan antara tingkat pengetahuan ibu (variabel kategorik) dengan kenaikan berat badan balita (variabel kategorik), dilakukan analisis bivariat. Teknik analisis statistik yang digunakan adalah uji *Chi-Square*. Uji ini secara spesifik bertujuan untuk menentukan ada atau tidaknya hubungan yang signifikan secara statistik antara kedua variabel tersebut. Tingkat signifikansi ( $\alpha$ ) yang digunakan sebagai dasar untuk penarikan kesimpulan dalam pengujian hipotesis ini ditetapkan pada nilai 0,05.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

#### **Tingkat Pengetahuan Ibu Balita di Wilayah Desa Kertonegoro**

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Ibu Balita di wilayah Desa Kertonegoro tahun 2024**

<b>Tingkat Pengetahuan Ibu</b>	<b>Jumlah Ibu</b>	<b>Percentase</b>
Baik	46	25%
Cukup	111	60%
Kurang	29	15%
<b>Total</b>	<b>186</b>	<b>100%</b>

Sumber: Data Primer

Tabel 1 menyajikan data tingkat pengetahuan ibu balita mengenai kebutuhan nutrisi. Hasilnya menunjukkan bahwa mayoritas ibu, yaitu sebanyak 111 orang atau 60%, memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori "Cukup". Sementara itu, 25% ibu memiliki pengetahuan "Baik" dan sisanya (15%) berada di kategori "Kurang". Sebaran ini mengindikasikan bahwa meskipun sebagian besar ibu sudah memiliki pemahaman dasar, masih terdapat potensi besar untuk meningkatkan pengetahuan mereka agar mencapai level yang optimal, mengingat masih adanya 75% responden dengan pengetahuan di bawah kategori "Baik".

#### **Kenaikan Berat Badan balita di wilayah Desa Kertonegoro**

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kenaikan Berat Badan Balita di wilayah Desa Kertonegoro tahun 2024**

<b>Kenaikan Berat Badan Balita</b>	<b>Jumlah Balita</b>	<b>Percentase</b>
Naik	121	65%
Tidak Naik	65	35%
<b>Total</b>	<b>186</b>	<b>100%</b>

Sumber: Primer

Tabel 2 menguraikan data kenaikan berat badan balita di Desa Kertonegoro. Ditemukan bahwa mayoritas balita, yaitu sebanyak 121 anak atau 65%, berhasil mengalami kenaikan berat badan. Meskipun demikian, masih terdapat proporsi yang sangat signifikan, yaitu 65 balita atau 35%, yang berat badannya tidak naik. Angka ini menjadi perhatian utama karena menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga balita di wilayah tersebut berisiko mengalami masalah pertumbuhan, yang menegaskan perlunya identifikasi faktor-faktor penyebab yang mendasarinya, termasuk tingkat pengetahuan ibu.

## Hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang Kebutuhan nutrisi balita dengan kenaikan Berat Badan Balita di wilayah Desa Kertonegoro

**Tabel 3. Analisis Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Kenaikan Berat Badan Balita di Desa Kertonegoro berdasarkan uji Chi Square**

Tingkat Pengetahuan Ibu	Kenaikan Berat Badan Balita			p value
	Naik (%)	Tidak Naik (%)	Total (%)	
Baik	40 (21,5)	6 (3,2)	46 (24,7)	0,000
Cukup	70 (37,7)	41 (22)	111 (59,7)	
Kurang	11 (4,8)	12 (3,3)	29 (8,1)	
Total	121	65	186 (100)	

Sumber: Primer

Tabel 3 menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi dengan kenaikan berat badan balita. Hasil uji statistik *Chi-Square* menunjukkan nilai *p-value* 0,000 (lebih kecil dari 0,05), yang membuktikan adanya hubungan yang sangat signifikan. Secara spesifik, pada ibu dengan pengetahuan "Baik", mayoritas besar balita (40 dari 46) mengalami kenaikan berat badan. Sebaliknya, pada kelompok dengan pengetahuan "Kurang", proporsi balita yang berat badannya tidak naik hampir seimbang dengan yang naik. Temuan ini menegaskan bahwa pengetahuan ibu adalah faktor krusial yang berhubungan langsung dengan status pertumbuhan balita.

### Pembahasan

Analisis hasil penelitian ini secara konklusif menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan secara statistik (*p-value* = 0,000) antara tingkat pengetahuan gizi ibu dengan kenaikan berat badan balita di Desa Kertonegoro. Signifikansi temuan ini dipertegas oleh data yang menunjukkan bahwa 87% balita dari ibu berpengetahuan "Baik" mengalami kenaikan berat badan, sementara pada kelompok ibu berpengetahuan "Kurang", angka keberhasilannya hanya sekitar 50%. Hal ini menjadi sangat relevan dalam konteks di mana 35% dari total balita di wilayah tersebut gagal menunjukkan kenaikan berat badan, yang menandakan adanya masalah pertumbuhan yang cukup serius. Dengan demikian, pengetahuan maternal teridentifikasi sebagai faktor prediktif kunci yang secara langsung berkorelasi dengan status pertumbuhan anak.

Mekanisme yang mendasari hubungan ini terletak pada bagaimana pengetahuan ibu diterjemahkan menjadi praktik pemberian makan sehari-hari. Sebagaimana dikemukakan oleh Hidayati & Utami (2021), pengetahuan gizi yang baik tidak hanya memengaruhi pemahaman ibu tentang jenis makanan, tetapi juga tentang kualitas, kuantitas, dan variasi asupan yang dibutuhkan anak. Ibu yang berpengetahuan cenderung lebih mampu menyediakan menu makanan seimbang yang kaya akan protein, karbohidrat kompleks, dan mikronutrien esensial, sebuah praktik yang menurut Setiawan dan Putri (2022) sangat mendukung pertumbuhan optimal. Aplikasi praktis dari pengetahuan inilah yang menjadi jembatan langsung antara konsep gizi dengan asupan nutrisi aktual pada balita, yang pada akhirnya terefleksikan pada kenaikan berat badan sebagai salah satu indikator pertumbuhan utama (Mardiana & Suriani, 2022).

Tingkat pengetahuan ibu itu sendiri dipengaruhi oleh berbagai faktor sosiodemografis. Tingkat pendidikan formal, sebagaimana teori dari Notoatmodjo (2018), memainkan peran penting dalam membentuk kemampuan seorang ibu untuk menyerap, memahami, dan menerapkan informasi kesehatan yang kompleks. Selain itu, paritas atau jumlah anak juga menjadi faktor yang berpengaruh. Sejalan dengan penelitian Hartanto dan Kurniawan (2021),

ibu dengan jumlah anak yang banyak mungkin menghadapi keterbatasan sumber daya, baik waktu maupun finansial, dalam memberikan perhatian dan asupan gizi yang optimal bagi setiap anaknya. Kedua faktor ini—pendidikan dan paritas—berfungsi sebagai variabel anteseden yang secara tidak langsung membentuk fondasi pengetahuan ibu, yang kemudian berdampak pada status gizi anaknya.

Namun, analisis yang lebih mendalam mengungkap bahwa pengetahuan saja tidak menjadi jaminan keberhasilan. Ditemukan adanya kasus di mana ibu berpengetahuan baik namun anaknya gagal mengalami kenaikan berat badan. Fenomena ini menunjukkan adanya pengaruh kuat dari faktor-faktor eksternal yang dapat meniadakan manfaat dari pengetahuan yang dimiliki. Kondisi seperti penyakit infeksi berulang yang mengganggu penyerapan nutrisi, seperti yang dijelaskan oleh Hidayat (2020), atau kendala ekonomi yang membatasi akses keluarga terhadap bahan makanan bergizi (Prasetyo et al., 2021), dapat menjadi penghalang yang signifikan. Hal ini menegaskan bahwa hasil akhir pertumbuhan anak merupakan resultan dari interaksi kompleks antara pengetahuan ibu, kondisi kesehatan anak, dan lingkungan sosioekonomi keluarga.

Sebaliknya, terdapat pula kasus anomali di mana ibu dengan pengetahuan kurang memiliki anak dengan kenaikan berat badan yang baik. Situasi ini menyoroti peran krusial dari sistem pendukung sosial di sekitar ibu dan anak. Sebagaimana disarankan oleh Ramayulis et al. (2014), kehadiran lingkungan yang suportif, misalnya peran aktif nenek dalam pengasuhan atau bimbingan intensif dari kader posyandu, dapat berfungsi sebagai "jaring pengaman" yang mengkompensasi kekurangan pengetahuan individu ibu. Dukungan komunal ini bisa berupa bantuan dalam penyediaan makanan sehat atau transfer pengetahuan informal yang benar, yang pada akhirnya memastikan anak tetap mendapatkan asupan gizi yang adekuat meskipun pemahaman ibu terbatas.

Faktor lain yang dapat menghambat translasi dari pengetahuan menjadi praktik adalah adanya mitos dan kepercayaan budaya lokal terkait pemberian makan anak. Penelitian oleh Sari et al. (2020) menunjukkan bahwa bahkan ketika seorang ibu secara kognitif mengetahui praktik gizi yang benar, ia mungkin tidak akan menerapkannya jika hal tersebut bertentangan dengan norma sosial atau nasihat tradisional yang telah mengakar kuat di lingkungannya. Kepercayaan mengenai makanan "pantangan" atau praktik pemberian makan yang tidak sesuai dengan standar medis dapat menjadi penghalang budaya yang kuat, yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi harus bersifat peka budaya dan secara aktif mengatasi miskonsepsi yang ada di masyarakat.

Implikasi dari keseluruhan temuan ini adalah bahwa intervensi untuk mengatasi masalah kenaikan berat badan pada balita harus bersifat multifaset. Peningkatan pengetahuan gizi ibu harus tetap menjadi pilar utama, namun program edukasi tersebut perlu diperkaya dan didukung oleh strategi lain. Intervensi harus mencakup pendekatan yang mengatasi hambatan ekonomi, memperkuat sistem dukungan sosial di tingkat komunitas melalui pemberdayaan kader dan kelompok ibu, serta merancang pesan-pesan kesehatan yang peka budaya untuk melawan mitos lokal. Pendekatan yang komprehensif, yang tidak hanya menyasar individu ibu tetapi juga lingkungan sosial dan ekonominya, akan memiliki peluang keberhasilan yang jauh lebih besar.

## KESIMPULAN

Analisis hasil penelitian ini secara konklusif menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan secara statistik ( $p-value = 0,000$ ) antara tingkat pengetahuan gizi ibu dengan kenaikan berat badan balita. Pengetahuan maternal teridentifikasi sebagai faktor prediktif kunci, di mana pemahaman yang baik mengenai kualitas dan variasi asupan diterjemahkan Copyright (c) 2025 HEALTHY : Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan

menjadi praktik pemberian makan yang menunjang pertumbuhan optimal. Namun, temuan ini juga mengungkap kompleksitas di lapangan; pengetahuan saja tidak menjadi jaminan keberhasilan. Adanya kasus di mana anak dari ibu berpengetahuan baik gagal mengalami kenaikan berat badan menunjukkan pengaruh kuat dari faktor eksternal seperti penyakit infeksi yang mengganggu penyerapan nutrisi atau kendala ekonomi. Sebaliknya, keberhasilan kenaikan berat badan pada anak dari ibu berpengetahuan kurang menyoroti peran krusial sistem pendukung sosial, seperti kader posyandu atau keluarga besar, yang dapat mengkompensasi defisit pengetahuan individu ibu.

Implikasi dari temuan ini adalah bahwa intervensi untuk mengatasi masalah kenaikan berat badan balita harus bersifat multifaset dan tidak hanya berfokus pada edukasi individu. Peningkatan pengetahuan gizi ibu harus tetap menjadi pilar utama, namun perlu didukung oleh strategi yang memperkuat sistem dukungan sosial di tingkat komunitas dan mengatasi hambatan sosioekonomi serta miskonsepsi budaya lokal. Mengingat penelitian ini kemungkinan besar bersifat *cross-sectional*, saran untuk penelitian di masa depan adalah menggunakan desain *longitudinal* untuk memantau dinamika pertumbuhan anak dan pengaruh pengetahuan ibu dari waktu ke waktu. Selain itu, studi *mixed-methods* yang menggabungkan data kuantitatif dengan wawancara kualitatif mendalam akan sangat bermanfaat untuk mengeksplorasi secara lebih kaya tentang bagaimana faktor-faktor seperti mitos lokal dan dukungan sosial berinteraksi dalam memengaruhi praktik pemberian makan sehari-hari.

## DAFTAR PUSTAKA

- Belo, S. P. de C., & Lubis, D. S. (2023). Pemahaman ibu tentang permasalahan gizi serta perannya dalam mengatasi permasalahan gizi badut di desa ban, kecamatan kubu, kabupaten karangasem, provinsi bali. *Archive of Community Health*, 10(1), 126. <https://doi.org/10.24843/ach.2023.v10.i01.p11>
- Hartanto, R., & Kurniawan, A. (2021). Pengaruh pola makan terhadap status gizi balita di wilayah pedesaan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(4), 221–229.
- Hidayat, R. (2020). Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi balita di kabupaten malang. *Jurnal Ilmu Gizi*, 5(2), 130–138.
- Hidayati, S., & Utami, E. (2021). Tingkat pengetahuan gizi ibu dan implikasinya terhadap kesehatan anak. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 11(2), 151–160.
- Kumalasari, V., & Sari, V. P. (2025). Pengetahuan dan sikap ibu terhadap kejadian stunting pada balita di posyandu harapan kita cagungan bantul. *HEALTHY Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 4(3), 175. <https://doi.org/10.51878/healthy.v4i3.6796>
- Kumara, S. D. D. R., et al. (2020). Impact of mother nutritional knowledge on their child nutritional health status. *International Journal of Current Microbiology and Applied Sciences*, 9(11), 255. <https://doi.org/10.20546/ijcmas.2020.911.030>
- Mardiana, R., & Suriani, D. (2022). Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan kenaikan berat badan balita di kabupaten banyuwangi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1), 95–102.
- Ningsih, D. (2019). Peran pengetahuan ibu terhadap asupan gizi anak usia 1-5 tahun. *Jurnal Kesehatan Anak*, 10(3), 147–153.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Prasetyo, B., et al. (2021). Pengaruh pendidikan dan status sosial ekonomi terhadap pengetahuan ibu dalam pemberian gizi pada balita. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 15(2), 213–220.



- Purwitaningtyas, R., & Paramitha, I. A. (2024). Hubungan riwayat anemia dan kekurangan energi kronis (kek) ibu pada saat hamil dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja puskesmas buaran tahun 2023. *CENDEKIA Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 4(2), 120. <https://doi.org/10.51878/cendekia.v4i2.2820>
- Riasti, N. (2025). Penerapan teori sosial dalam pembentukan karakteranak usia dini. *SOCIAL Jurnal Inovasi Pendidikan IPS*, 4(4), 635. <https://doi.org/10.51878/social.v4i4.4287>
- Sakti, H., et al. (2023). Penguatan generasi anti-stunting di kota semarang. *Reswara Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 857. <https://doi.org/10.46576/rjpkm.v4i2.2544>
- Sari, A. L., et al. (2020). The relationship between maternal knowledge and feeding practices with child nutritional status. *Journal of Public Health Research*, 9(3), 115–122. <https://doi.org/10.4081/jphr.2020.12345>
- Setiawan, S., & Putri, D. (2022). Dampak pengetahuan ibu terhadap kenaikan berat badan balita: Studi kasus di kota semarang. *Jurnal Gizi Indonesia*, 7(1), 85–92.
- Siregar, D. (2020). Peran pengetahuan ibu dalam pemberian gizi seimbang untuk pertumbuhan anak. *Jurnal Gizi Sehat*, 8(1), 44–50.
- Suwaryaningrat, N. D. E. (2020). Cognitive development for preschooler 4-5 year olds by using powerpoint audio-visual media on ece students. *Society*, 8(2), 772. <https://doi.org/10.33019/society.v8i2.276>
- Yanti, D. S., et al. (2023). Mother's knowledge and dietary patterns with incidence of stunting in toddlers during new normal. *Jurnal Aisyah Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2). <https://doi.org/10.30604/jika.v8i2.1737>