

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU TENTANG POLA MAKAN ANAK 1-5 TAHUN YANG MEMPENGARUHI STATUS GIZI DI PUSKESMAS WAIPARE PERIODE JANUARI-MEI 2016

Rofina Eminolda Diruk¹

¹Fakultas Keperawatan, Universitas Indonesia Timur

ABSTRAK

Status gizi merupakan ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi untuk ibu hamil. Status gizi anak merupakan nutrisi yang diperlukan dalam jumlah yang banyak untuk pemenuhan gizi anak itu sendiri demi tumbuh kembangnya (Bobak, dkk, 2005), Kebutuhan makanan dilihat bukan hanya dalam porsi yang dimakan tetapi harus ditentukan pada mutu zat-zat gizi yang terkandung dalam makanan yang dikonsumsi (Amiruddin, 2014). Jenis penelitian ini bersifat deskriptif untuk mengetahui "Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Anak 1-5 Tahun Yang Mempengaruhi Status Gizi Di Puskesmas Waipare Periode Januari-Mei 2016, berdasarkan hasil wawancara dan pengisian kuisioner oleh bidan yang bertugas. Data diambil dari data primer yaitu hasil wawancara dan pengisian angket kuisioner yang kemudian disajikan dalam tabel distribusi frekuensi dan dianalisis dengan formulasi presentatif. Secara keseluruhan berdasarkan jumlah keseluruhan ibu yang mengisi kuisioner sebanyak 75 ibu berdasarkan pengetahuan termasuk dalam kategori cukup sebanyak 29 ibu (38,7%), sedangkan kurang sebanyak 46 ibu (61,3%), berdasarkan umur ibu termasuk cukup sebanyak 17 ibu (22,7%), sedangkan kurang sebanyak 58 ibu (77,3%), berdasarkan tingkat pendidikan termasuk tinggi sebanyak 15 ibu (20%), rendah sebanyak 60 ibu (80%), berdasarkan pekerjaan yang bekerja sebanyak 26 ibu (34,7%), tidak bekerja sebanyak 49 ibu (68,3%).

Kata Kunci : Pola Makan Anak, Status Gizi

I. PENDAHULUAN

Status gizi merupakan ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi untuk ibu hamil. Status gizi anak merupakan nutrisi yang diperlukan dalam jumlah yang banyak untuk pemenuhan gizi anak itu sendiri demi tumbuh kembangnya (Bobak, dkk, 2005), Kebutuhan makanan dilihat bukan hanya dalam porsi yang dimakan tetapi harus ditentukan pada mutu zat-zat gizi yang terkandung dalam makanan yang dikonsumsi (Amiruddin, 2014).

Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), ada sekitar 3,1 juta anak diseluruh dunia yang meninggal akibat kurang gizi setiap harinya. Kebanyakan dari mereka berusia dibawah 5 tahun. "Malnutrisi bukan merupakan suatu penyakit, hal ini bisa dihindari, walaupun membutuhkan usaha yang sangat besar". Kata Presiden Direktur Amwai Indonesia Koen Verheyen (Jakarta Tempo.com 2014).

Dikemukakan bahwa secara klasik, gizi berhubungan dengan kesehatan tubuh, yaitu untuk menyediakan energi, membangun dan menjaga jaringan tubuh, serta mengatur proses-proses dalam tubuh. Tetapi sekarang kata gizi memiliki pengertian lebih luas, disamping untuk kesehatan, karena gizi dikaitkan dengan potensi ekonomi seseorang, perkembangan otak, kemampuan belajar, dan produktifitas kerja.

Berdasarkan data Riskesdas 2014, prevalensi gizi buruk dan kurang adalah 19,6%. Jika dibandingkan dengan angka prevalensi nasional tahun 2010 yaitu (17,9%) dan tahun 2013 (19,6%) terlihat meningkat. Untuk mencapai sasaran MDGS tahun 2016 yaitu 15,5%, maka prevalensi gizi buruk dan kurang secara nasional harus diturunkan sebesar 4,1% dalam periode 2013 sampai 2015 (Bappenas, 2014).

Provinsi Sulawesi Selatan masuk peringkat 10 provinsi di Indonesia dengan kecenderungan prevalensi balita kekurangan gizi tertinggi di Indonesia. Tingkat kekurangan gizi di Provinsi Sulawesi Selatan mencapai 25% berdasarkan data Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas 2013). Peringkat pertama kasus kekurangan gizi diduduki oleh Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) sebesar 33%, diikuti Papua barat, Sulawesi Barat, Maluku, Kalimantan Selatan, Aceh, Gorontalo, Dan Nusa Tenggara Barat. Ini lebih tinggi dibanding tingkat kekurangan gizi balita nasional 2013 dengan persentase 19,6%. Padahal pada tahun 2007, angka kekurangan gizi di Sulawesi Selatan masih berada di angka 17%. Provinsi di Indonesia paling rendah angka balita kekurangan gizi yakni Bali 14%, diikuti DKI Jakarta dan Bangka Belitung. Sulawesi Selatan juga berada pada tingkat 13 dengan kecenderungan prevalensi balita yang pertumbuhannya terancam gagal akibat kekurangan gizi secara berulang dalam waktu lama (stunting) tertinggi dari 33 provinsi di Indonesia dengan persentase 40%, (Sinde News.Com, 2016).

Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) dan Profil Kesehatan Kabupaten Sikka tercatat bahwa jumlah balita yang menderita gizi buruk dari hasil penimbangan pada bulan Mei 2015, dikabupaten Sikka tercatat ada 62 anak tersebar pada 12 puskesmas dari 23 puskesmas dan yang menempati urutan pertama adalah puskesmas Lekebai Kecamatan Mego dan Puskesmas Waigette kecamatan Waigette dengan jumlah 60 anak dan puskesmas Waipare kecamatan Kangae

sebanyak 2 orang anak yang mengalami gizi buruk. Pada keseimpulannya yang dibuat pada tanggal 18 Juli 2015, bahwa akar masalah gizi di Kabupaten Sikka adalah kemiskinan (DEPKES Kab. Sikka, 2016). Status gizi anak adalah suatu keadaan yang menggambarkan kesehatan pada anak yang merupakan hasil dari interaksi antara makanan yang ada didalam tubuh dengan lingkungan sekitarnya. Status gizi dapat diketahui salah satunya dengan metode antropometri yang terbagi menjadi dua jenis, yaitu pengukuran pertumbuhan (ukuran tubuh) dan pengukuran komposisi tubuh (Giri, 2013).

Penyebab masalah gizi dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung. Penyebab langsung yaitu faktor makanan dan penyakit infeksi. Faktor penyebab tidak langsung yaitu ketahanan pangan dalam keluarga, pola asuh, perawatan kesehatan dan sanitasi lingkungan yang kurang memadai. Keempat faktor tidak langsung tersebut saling berkaitan dengan pendidikan, pengetahuan, penghasilan dan keterampilan ibu (Giri, 2013). Salah satu dampak gizi buruk pada balita adalah menurunnya tingkat kecerdasan/IQ. Balita merupakan salah satu kelompok yang rawan gizi selain ibu hamil, ibu menyusui dan lanjut usia. Pada masa ini pertumbuhan sangat cepat diantaranya pertumbuhan fisik dan perkembangan psikomotorik, mental dan sosial (Depkes, 2000).

Berdasarkan uraian diatas sehingga penulis termotivasi untuk melakukan penelitian yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Anak 1-5 Tahun Yang Mempengaruhi Status Gizi Di Puskesmas Waipare Periode Januari-Mei 2016”.

II. METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian ini adalah adalah metode penelitian deskriptif (penggambaran terhadap suatu keadaan) untuk mendapatkan Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Anak 1-5 Tahun Yang Mempengaruhi Status Gizi Di Puskesmas Waipare Periode Januari-Mei 2016.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Waipare Kecamatan Kangae

Kabupaten Sikka Provinsi NTT pada bulan Juni 2016.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki anak yang berada di wilayah Puskesmas Waipare yaitu sebanyak 1.069 ibu.

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari populasi, yaitu ibu yang memiliki anak yang

berada di wilayah Puskesmas Waipare yaitu sebanyak 75 ibu.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Dalam penelitian ini sampel yang digunakan yaitu dengan menggunakan teknik *accidental sampling* yaitu sampel diambil sesuai dengan ibu yang ada pada saat penelitian berlangsung.

D. Pengumpulan Data

Data yang di gunakan dalam penelitian ini adalah data primer yang di peroleh dari hasil pengambilan data dari responden dengan menggunakan kuisioner dan wawancara pada ibu yang memiliki anak yang berada di wilayah Puskesmas Waipare.

E. Pengolahan Data dan penyajian data

1. Pengolahan Data

Pengolahan data dilakukan dengan cara manual yaitu dengan menggunakan kalkulator berdasarkan atas variabel yang diteliti.

2. Penyajian Data

Data dalam penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel distribusi, frekuensi dengan presentase dan penjelasan tabel.

F. Analisa Data

Data dianalisis dalam bentuk presentase dengan rumus:

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P : persentase yang dicari

f : frekuensi atau variabel yang diteliti

n : jumlah sampel

(Notoatmodjo, 2005)

G. Etika Penelitian

1. Informed Consent

Bentuk persetujuan antara peneliti dan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan.

2. Anonymity (tanpa nama)

Masalah etika kebidanan merupakan masalah yang memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak memberikan atau mencantumkan nama.

3. Confidentiality (kerahasiaan)

Masalah ini merupakan masalah etika dengan memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian.

4. Keadilan

Melakukan penelitian dengan adil tanpa melihat status responden, tidak membeda – bedakan antara responden yang satu dengan yang lainnya.

5. Kejujuran

Melakukan penelitian dengan sejurus – jujurnya, tanpa menutupi hasil atau temuan – temuan yang didapatkan pada saat meneliti. Menyampaikan dengan jujur hasil yang diperoleh tanpa ada yang disembunyikan

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2016 di Puskesmas Waipare Periode Januari-Mei 2016 dengan jumlah responden atau ibu yang dibagikan dan mengisi kuisioner sebanyak 75 orang. Selanjutnya dilakukan pengumpulan data melalui wawancara, pengisian kuisioner yang telah dipersiapkan sebelumnya sesuai data yang dibutuhkan untuk berbagai variabel dependen dan variabel independen. Data yang diperoleh selanjutnya diolah secara manual dengan menggunakan kalkulator dan dianalisis

secara deskriptif, kemudian disajikan dalam bentuk naskah dan tabel berikut ini :

1. Karakteristik Sampel

Secara keseluruhan jumlah responden atau ibu yang memiliki anak sebanyak 75 orang yang akan dibagikan kuisioner tentang Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Anak 1-5 Tahun Yang Mempengaruhi Status Gizi Di Puskesmas Waipare Periode Januari-Mei 2016 yang secara sistematis diuraikan sebagai berikut :

a. Tingkat pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Anak 1-5 Tahun Yang Mempengaruhi Status Gizi.

Tabel I : Distribusi Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Anak 1-5 Tahun Yang Mempengaruhi Status Gizi Di Puskesmas Waipare Periode Januari-Mei 2016.

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Cukup	29	38,7
Kurang	46	61,3
Jumlah	75	100

Sumber : Data primer

Berdasarkan tabel I menunjukkan bahwa dari 75 ibu yang dibagikan dan mengisi kuesioner di Puskesmas Waipare berdasarkan tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh ibu

termasuk dalam kategori pengetahuan cukup sebanyak 29 ibu atau (38,7%), sedangkan yang termasuk dalam kategori memiliki pengetahuan kurang sebanyak 46 ibu atau (61,3%).

b. Tingkat pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Anak 1-5 Tahun Yang Mempengaruhi Status Gizi Berdasarkan Umur Ibu.

Tabel II : Distribusi Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Anak 1-5 Tahun Yang Mempengaruhi Status Gizi Berdasarkan Umur Ibu Di Puskesmas Waipare Periode Januari-Mei 2016.

Umur	Frekuensi	Persentase (%)
Cukup	17	22,7
Baik	58	77,3
Jumlah	75	100

Sumber : Data primer

Berdasarkan tabel II menunjukkan bahwa dari 75 ibu yang dibagikan dan mengisi kuesioner di Puskesmas Waipare berdasarkan umur yang dimiliki oleh ibu termasuk dalam

kategori cukup sebanyak 17 ibu atau (22,7%), sedangkan yang termasuk dalam kategori memiliki umur baik sebanyak 58 ibu atau (77,3%)

c. Tingkat pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Anak 1-5 Tahun Yang Mempengaruhi Status Gizi Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ibu.

Tabel III : Distribusi Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Anak 1-5 Tahun Yang Mempengaruhi Status Bersadarkan Tingkat Pendidikan Ibu Gizi Di Puskesmas Waipare Periode Januari-Mei 2016.

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	15	20
Rendah	60	80
Jumlah	75	100

Sumber : Data primer

Berdasarkan tabel III menunjukkan bahwa dari 75 ibu yang dibagikan dan mengisi kuesioner di Puskesmas Waipare berdasarkan tingkat pendidikan yang dimiliki oleh ibu termasuk dalam kategori memiliki pendidikan

yang tinggi adalah sebanyak 15 ibu atau (20%), sedangkan yang termasuk dalam kategori yang memiliki pendidikan rendah sebanyak 60 ibu atau(80%).

d. Tingkat pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Anak 1-5 Tahun Yang Mempengaruhi Status Gizi Berdasarkan Status Pekerjaan Ibu.

Tabel IV : Distribusi Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Anak 1-5 Tahun Yang Mempengaruhi Status Gizi Berdasarkan Status Pekerjaan Ibu Di Puskesmas Waipare Periode Januari-Mei 2016.

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Bekerja	26	34,7
Tidak Bekerja	49	65,3
Jumlah	75	100

Sumber : Data primer

Berdasarkan tabel IV menunjukkan bahwa dari 75 ibu yang dibagikan dan mengisi kuesioner di Puskesmas Waipare berdasarkan status pekerjaan yang dimiliki oleh ibu termasuk dalam kategori memiliki pekerjaan sebanyak 26 ibu atau (34,7%), sedangkan yang termasuk dalam kategori tidak bekerja atau tidak memiliki pekerjaan sebanyak 49 ibu atau (65,3%).

B. Pembahasan

Setelah dilakukan pengumpulan data, kemudian pengolahan data dan penyajian data beserta hasilnya, berikut ini akan dilakukan pembahasan hasil penelitian sesuai dengan variabel yang diteliti di Di Puskesmas Waipare. Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Anak 1-5 Tahun Yang Mempengaruhi Status Gizi Pengetahuan merupakan hasil tahu dan hal ini terjadi setelah melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Notoadmodjo, 2012). Perubahan perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan menghasilkan sikap dan perubahan yang baik ke arah positif. Berdasarkan hasil penelitian di atas pada tabel 1, menunjukan bahwa dari 75 ibu terdapat ibu dengan pengetahuan cukup sebanyak 29 orang (38,7%) dan ibu dengan pengetahuan kurang sebanyak 46 orang (61,3%).

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilaksanakan oleh

Yulius, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 20 ibu yang memiliki pengetahuan cukup terdapat anak balita dengan status gizi normal sebanyak 90,0%. Sedangkan dari 56 ibu yang memiliki pengetahuan kurang terdapat anak balita dengan status gizi normal sebanyak 64,3%, dengan hasil analisis statistik menunjukkan bahwa nilai p $(0,043) < (0,05)$, ini berarti bahwa pengetahuan berhubungan dengan status gizi anak balita.

Pengetahuan gizi pada umumnya mengenai kandungan zat gizi dalam pangan, dimana pengetahuan gizi yang baik dapat mempengaruhi sikap dan tindakan seseorang dalam memilih makanan yang dikonsumsi, pengetahuan gizi ibu dalam memilih bahan makanan serta mengolah pangan sangat menentukan karena dapat menentukan tentang pentingnya keragaman pangan serta mencegah kehilangan zat gizi dalam preparasi dan mengolah pangan kesemuanya itu untuk mencegah ketergantungan terhadap janis pangan tertentu untuk mengendalikan zat gizi dalam suatu olahan (Khonsam, 2006).

1. Pengetahuan ibu tentang pola makan anak 1-5 tahun yang mempengaruhi status gizi berdasarkan umur ibu.

Menurut Mubarak (2007), umur dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan

seseorang, bertambahnya umur seseorang akan terjadi perubahan pada aspek fisik dan psikologis (mental). Sehingga ibu yang memiliki umur dalam kategori baik, cenderung lebih mudah dalam menerima informasi dan menyerap pengetahuan tentang status gizi anak dibandingkan dengan ibu yang umurnya masuk kedalam kategori kurang, misalnya pada ibu yang masih muda atau < 20 tahun.

Berdasarkan hasil penelitian , diperoleh ibu yang termasuk memiliki umur resiko tinggi atau antara < 20 tahun dan > 35 tahun sebanyak 58 ibu, hal ini berarti ibu dengan usia dibawah 20 tahun tingkat pengetahuannya kurang, atau ibu yang memiliki pengetahuan kurang tentang pola makan dan status gizi masih sangat kurang, sehingga perlunya dilakukan usaha untuk meningkatkan pengetahuan ibu untuk lebih banyak memberikan penyuluhan kepada ibu tentang pola makan dan statua gizi, dengan baik dan lebih mudah karena umur ibu masih sangat muda sehingga mungkin ibu kurang mengerti dan dapat memahami tentang apa yang diberikan oleh bidan atau tenaga kesehatn yang lainnya.

Sedangkan yang masuk kedalam kelompok umur dengan kategori kurang terdapat sebanyak 58 ibu, hal ini berarti ibu yang memiliki umur yang baik atau diatas 20 tahun justru memilik pengetahuan baik tentang bagaimana pola makan dan status gizi dengan baik. Umur yang baik membuat ibu akan lebih bijak dan terarah dalam memilih keputusan atau bertindak salah satunya dengan rutin melakukan kegiatan posyandu sehingga ibu dapat menambah pengetahuan yang dimilikinya.

2. Pengetahuan ibu tentang pola makan anak 1-5 tahun yang mempengaruhi status gizi berdasarkan pendidikan ibu

Menurut Wied Hary A.(1996), menyebutkan bahwa tingkat pendidikan turut pula menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan yang mereka peroleh, pada umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang makin semakin baik pula pengetahuannya. Pendidikan berpengaruh kepada sikap wanita terhadap kesehatan. Rendahnya pendidikan membuat

wanita kurang peduli terhadap kesehatan. Jadi dapat disimpulkan bahwa pendidikan adalah proses perubahan dan peningkatan pengetahuan, pola pengetahuan, pola fikir dan prilaku masyarakat menuju terbentuknya kepribadian yang utama.

Pendidikan yang dimiliki oleh ibu berperan dalam pengetahuan yang dimiliki oleh ibu, semakin tinggi pendidikan yang dimiliki ibu diharapkan pula tingkat pengetahuannya tentang status gizi pada anak dapat meningkat.

Dalam hal ini, perlu dilakukan upaya-upaya untuk meningkatkan pengetahuan yang dimiliki ibu walaupun ibu tersebut masuk kedalam kategori pendidikan rendah, banyak hal yang dapat dilakukan, salah satunya dengan fokus memberikan sosialisasi guna meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi pada anak.

3. Pengetahuan ibu tentang pola makan anak 1-5 tahun yang mempengaruhi status gizi berdasarkan pekerjaan ibu.

Pekerjaan adalah aktivitas sehari-hari yang dilakukan oleh ibu baik itu pekerjaan rutin, seperti pegawai negri sipil, swasta, maupun sebagai ibu rumah tangga biasa. Dalam penelitian ini diperoleh sebanyak 26 ibu yang memiliki pekerjaan dan yang tidak memiliki pekerjaan tetap sebanyak 49 ibu, sehingga diperoleh kesimpulan dalam penelitian ini terdapat lebih banyak ibu yang tidak memiliki pekerjaan dibandingkan dengan ibu yang memiliki pekerjaan.

Pekerjaan yang dimiliki oleh ibu berperan dalam pengetahuan yang dimiliki oleh ibu, biasa ibu yang bekerja lebih banyak mengetahui tentang informasi, hal ini dikarenakan karena ibu memiliki lingkungan sosial dan relasi yang lebih banyak sehingga ibu memiliki lebih besar kesempatan untuk saling bertukar fikiran dan informasi.

Hal ini sejalan dengan penelitian Ingga Ifada (2010), yang menyatakan bekerja juga akan memudahkan seseorang untuk menjangkau berbagai informasi. Kebutuhan akan ilmu (tingkat pengetahuan) dan sumber informasi tidak hanya berhubungan dengan pendidikan semata. Sehingga lebih dimungkinkan mereka mendapatkan

pengetahuan tersebut dari lingkungan hidupnya sehari-hari seperti media massa, tetangga maupun masyarakat sekitar serta

lingkungan kerja mereka sendiri. (Inggia Ifada 2010)

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Anak 1-5 Tahun Yang Mempengaruhi Status Gizi Di Puskesmas Waipare Periode Januari – Mei 2016, yang telah dibahas dan diuraikan dapat disimpulkan bahwa;

1. Menunjukan bahwa dari 75 ibu yang dibagikan dan mengisi kuesioner di Puskesmas Waipare berdasarkan tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh ibu termasuk dalam kategori pengetahuan cukup sebanyak 29 ibu sedangkan ibu yang masuk kedalam kategori pengetahuan kurang yaitu sebanyak 46 ibu.
2. Menunjukan bahwa dari 75 ibu yang dibagikan dan mengisi kuesioner di Puskesmas Waipare berdasarkan umur yang dimiliki oleh ibu termasuk dalam kategori tua sebanyak 17 orang ibu sedangkan ibu yang masuk kedalam kategori umur muda yaitu sebanyak 58 orang ibu.
3. Menunjukan bahwa dari 75 ibu yang dibagikan dan mengisi kuesioner di Puskesmas Waipare berdasarkan tingkat pendidikan yang dimiliki oleh ibu termasuk dalam kategori memiliki pendidikan tinggi sebanyak 15 orang ibu sedangkan ibu yang masuk kedalam kategori pendidikan rendah yaitu sebanyak 60 ibu.
4. Menunjukan bahwa dari 75 ibu yang dibagikan dan mengisi kuesioner di

Puskesmas Waipare berdasarkan status pekerjaan yang dimiliki oleh ibu termasuk dalam kategori memiliki pekerjaan sebanyak 26 orang ibu sedangkan ibu yang masuk kedalam kategori tidak bekerja yaitu sebanyak 49 orang ibu.

B. SARAN

1. Diharapkan pada ibu untuk lebih pro aktif dalam menggali informasi-informasi terkait pola makan yang mempengaruhi status gizi anak, hal ini dapat diperoleh dengan bertanya kepada petugas-petugas kesehatan termasuk bidan, mencari informasi dari buku, majalah dan lain-lain. Sehingga pengetahuan ibu dapat meningkat.
2. Diharapkan ibu yang masuk dalam kategori umur muda untuk lebih meningkatkan pengetahuan yang dimilikinya. Dengan cara aktif bertanya kepada bidan, tenaga kesehatan dan mengikuti penyuluhan-penyuluhan yang diadakan.
3. Tinggi rendahnya pendidikan diharapkan tidak menjadi ukuran terhadap pengetahuan, sehingga diharapkan untuk semua ibu dapat meningkatkan pengetahuan dengan banyak bertanya kepada petugas kesehatan dan lebih giat lagi membaca.
4. Diharapkan kepada ibu untuk tetap menambah wawasan yang dimilikinya walaupun ibu memiliki pekerjaan rutinitas yang sibuk.

DAFTAR PUSTAKA

Amiruddin. 2014. Ilmu Gizi dan Ilmu Diit di Daerah Tropik. Balai Pustaka: Jakarta

Bappenas. 2014. Strategi Penanggulangan Masalah Gizi Melalui Desa Siaga. [Http://Kgm.Bappenas.go.id](http://Kgm.Bappenas.go.id)

Bobak. 2000. Ilmu kandungan. Yayasan BINA Pustaka. Jakarta

DepKes. 2016. Profil Kesehatan Propinsi Nusa Tenggara Timur dan Profil Kesehatan Kabupaten Sikka.

- Depkes RI. 2000. Buku Kesehatan Ibu Dan Anak. Jakarta: Depkes & JICA (Japan International Cooperation Agency).
- Ensiklopedi. 1982.
<http://ensiklopedipendidikan.com>
- Giri. 2013. Pola Makan Di Indonesia. Aspek Kesehatan Gizi Balita. Yayasan Obor Indonesia
- Lowel. H. 1989. Pengaruh Tingkat Pengetahuan Gizi Dan Tingkat Pendidikan Ibu Terhadap Pola Konsumsi Makanan Balita Kelompok Posyandu Dusun Kepitu Desa Trimulyo Kecamatan Sleman Kabupaten Sleman. Skripsi. IKIP. Yogyakarta
- Nursalam, 2003. Manajemen Keperawatan Aplikasi Dalam Praktik Keperawatan Profesional. Salemba Medika. Jakarta
- Soekidjo, Notoatmodjo. 2003. Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni. Penerbit Rineka Cipta. Jakarta
- Soekidjo, Notoatmodjo. 2005. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- Soekidjo, Notoatmodjo. 2010. Pengantar Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Fakultas Kesehatan Masyarakat UI
- Sinde News.com. 2016.
<http://eprints.uny.ac.id/14151/1/BAB%20I-V.pdf>
- Tri Widayatun. 1999. Berbagai Cara Pendiidikan Gizi. Jakarta: Bumi Aksara

