

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Pada bagian ini akan digambarkan atau dideskripsikan dari data masing-masing variabel yang telah diolah, dilihat dari nilai rata-rata (*Mean*) nilai tengah (*median*), angka yang sering muncul (*Modus*), dan standar deviasi. Selain itu juga disajikan Tabel distribusi frekuensi dan diagram batang dari distribusi frekuensi masing-masing variabel. Berikut ini penggambaran hasil analisis data secara deskriptif melalui bantuan program SPSS 24 *for Windows*.

a. Data Responden

1) Karakteristik Responden Balita Berdasarkan Jenis Kelamin

Pada hasil penelitian diperoleh karakteristik responden balita berdasarkan jenis kelamin yang disajikan pada Tabel 19.

Tabel 19. Karakteristik Responden Balita Berdasarkan Jenis Kelamin di Posyandu Plumbon

Jenis Kelamin Balita	Frekuensi	Prosentase (%)
Laki-laki	59	42,4
Perempuan	80	57,60
Total	139	100

Berdasarkan Tabel 19 karakteristik responden balita berdasarkan jenis banyaknya responden balita anggota Posyandu Plumbon, responden terbanyak di Posyandu Plumbon adalah responden dengan jenis kelamin perempuan dengan prosentase sebesar 57,60% atau sebanyak 80 balita dari 139 responden dan responden balita dengan jenis kelamin laki-laki dengan prosentase sebesar 42,40%

atau 59 balita dari 139 total responden. Proporsi responden balita terbanyak di posyandu Plumbon berjenis kelamin perempuan lebih banyak dari pada laki-laki.

2) Karakteristik Responden Balita Berdasarkan Usia

Pada hasil penelitian diperoleh karakteristik responden di Kelurahan Plumbon, Kecamatan Temon Kulon Progo terdiri dari 139 balita. Berdasarkan data usia belita dapat di kelompokkan menggunakan rumus Interval, diperoleh skor tertinggi sebesar 60 dan skor terendah sebesar 12.

Untuk menentukan jumlah kelas interval digunakan rumus yaitu jumlah kelas = $1 + 3,3 \log n$, dimana n adalah jumlah sampel atau responden. Dari perhitungan diketahui bahwa $n = 139$ sehingga diperoleh banyak kelas $1 + 3.3 \log 139 = 6,44$ dibulatkan menjadi 6. Rentang data dihitung dengan rumus nilai maksimal – nilai minimal, sehingga diperoleh rentang data sebesar $60-12= 48$ sedangkan panjang kelas (rentang)/ $K = 48/6 = 8$ dan pengkelompokannya bisa dilihat pada Tabel 20.

Tabel 20. Karakteristik Responden Balita Berdasarkan Usia di Posyandu Plumbon

No	Interval	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	12-19	11	7,9
2.	20-27	25	17,9
3.	28-32	19	13,6
4.	33-40	20	14,4
5.	41-48	44	31,65
6.	49-56	6	4,3
7.	57-64	14	10,07
Total		139	100

Dari Tabel 20 diatas dapat disimpulkan usia dari responden balita posyandu Plumbon, usia responden terbanyak di posyandu Plumbon adalah responden balita dengan rentan usia 41-48 bulan yaitu 44 balita dengan prosentase 31,65% dan

yang paling terkecil berada di interval 49-59 bulan yaitu dengan prosentase 4,3% dan untuk rata-rata usia balita di umur 36 bulan.

3) Karakteristik Responden Ibu Berdasarkan Usia

Pada hasil penelitian diperoleh karakteristik responden ibu berdasarkan usia yang disajikan pada Tabel 21.

Tabel 21. Karakteristik Responden Ibu Berdasarkan Usia di Posyandu Plumbon

Rentang Usia	Frekuensi	Prosentase (%)
19- 25 tahun	55	39,60
26- 30 tahun	46	33,10
>30 tahun	38	27,30
Total	139	100

Berdasarkan Tabel 21 karakteristik responden ibu berdasarkan usia diatas merupakan usia dari responden ibu balita anggota Posyandu Plumbon, usia responden terbanyak di Posyandu Plumbon adalah responden dalam rentan usia 19-25 tahun dengan prosentase sebesar 39,60%, selain itu responden ibu dengan rentang usia 26-30 tahun dengan prosentase 33,10% yaitu sama dengan 46 Ibu dari 139 dan responden dengan rentan usia >30 tahun dengan prosentase 27,30 %. Proporsi usia responden terbanyak di Posyandu Plumbon adalah ibu dengan usia 19- 25 tahun

4) Karakteristik Responden Ibu Berdasarkan Pendidikan

Pada hasil penelitisan diperoleh karakteristik responden ibu berdasarkan pendidikan terakhir yang disajikan pada Tabel 22.

Tabel 22. Karakteristik Responden Ibu berdasarkan Pendidikan Terakhir di Posyandu Plumbon

Jenis Pendidikan	Frekuensi	Prosentase (%)
SD/ Sederajat	23	16,5
SMP/ Sederajat	56	40,3
SMA/ Sederajat	55	39,6
S1	4	2,9
S2	1	0,7
Total	139	100

Berdasarkan Tabel 22. Karakteristik responden ibu berdasarkan pendidikan terakhir ibu balita anggota Posyandu Plumbon, pendidikan terakhir responden terbanyak di Posyandu Plumbon adalah SMP sederajat dan SMA sederajat yaitu responden dengan pendidikan terakhir SMP sederajat dengan prosentase sebesar 40,30% atau 56 responden ibu balita dan untuk pendidikan terakhir SMA sederajat dengan prosentase sebesar 39,60 atau 55 responden ibu balita, selain itu responden ibu dengan pendidikan terakhir SD sederajat dengan prosentase 16,5% atau 23 ibu balita pendidikan terakhir ibu paling sedikit di posayndu Plumbon adalah ibu dengan pendidikan terakhir S1 dan S2 yaitu dengan masing-masing prosentase 2,9% atau 4 ibu balita untuk pendidikan terakhir S1 dan 0,7% atau 1 orang ibu balita yang pendidikan terakhirnya S2 sederajat, Proporsi pendidikan terakhir ibu balita di padukuhan Plumbon terbanyak adalah tamatan SMP dan SMA yaitu 39,6% dan 40,3%.

a. Variabel Pengetahuan Ibu

1) Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita

Data variabel pengetahuan ibu tentang gizi balita melalui tes yang terdiri dari 26 soal dengan 139 balita. Ada 4 alternatif jawaban dimana setiap jawaban yang

benar diberikan skor 1 dan salah bernilai 0. Berdasarkan data variabel Pengetahuan Ibu diperoleh skor tertinggi sebesar 26 dan skor terendah 15, nilai rata-rata (*mean*) sebesar 20,5 dan standar deviasi sebesar 1,83. Selain itu juga disajikan Tabel distribusi frekuensi dan diagram batang dari distribusi frekuensi variabel. Berikut ini penggambaran hasil analisis data secara deskriptif melalui bantuan program SPSS 24 *for windows* .

Tabel 23. Kategori Pengetahuan Gizi Ibu di Posyandu Plumbon

Interval Skor	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
$X < 18,67$	Rendah	15	10,80
$18,67 \leq X < 22,33$	Sedang	96	69,10
$X \geq 22,33$	Tinggi	28	20,10
Total		139	100

Berdasarkan Tabel 23 frekuensi pengetahuan ibu tentang gizi balita berada pada kategori sedang dan berada di kategori sedang yaitu sebanyak 96 ibu balita, berada pada kategori tinggi sebanyak 28 ibu balita, dan berada pada kategori rendah 15 balita. Jadi dapat disimpulkan bahwa kecendrungan pengetahuan ibu tentang gizi balita berada pada kategori sedang (96 ibu balita).

Terdapat tiga klasifikasi tingkat pengetahuan ibu tentang penyusunan menu balita yaitu tahu, memahami, mengaplikasi. Adapun hasil analisa data klasifikasi tingkat pengetahuan ibu tentang penyusunan menu balita dideskripsikan sebagai berikut:

1. Ranah kognitif C1(pengetahuan)

Data tingkat pengetahuan ibu tentang penyusunan menu balita ditinjau dari segi klasifikasi tahu terdiri dari 8 butir soal dengan jumlah responden 139 responden. Ada 4 alternatif jawaban dimana benar skor 1 dan salah skor 0.

Berdasarkan data tingkat pengetahuan ibu tentang penyusunan menu balita ditinjau dari segi klasifikasi tahu, diperoleh skor tertinggi sebesar 8,00; dan skor terendah sebesar 4,00. Hasil analisis data mean (M) sebesar 5,38; median (Me) sebesar 6,00; modus (Mo) sebesar 6,00; dan standar deviasi (SD) sebesar 1,30. Hasil analisa data diketahui bahwa nilai mean ideal sebesar 4 dan nilai standar deviasi ideal (SDi) sebesar 1,3. Tingkat pengetahuan ibu ditinjau dari segi klasifikasi tahu disajikan pada Tabel 23.

Table 24. Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu kategori C1

Interval	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
$X < 1,75$	Rendah	20	14,3
$1,75 \leq x < 5,95$	Sedang	73	52,6
$3,50 \leq x < 5,25$	Tinggi	46	33,1
	Total	139	100

Berdasarkan Tabel 23 frekuensi tingkat pengetahuan ibu tentang penyusunan menu balita ditinjau dari segi klasifikasi pengetahu berada pada kategori sedang sebanyak 73 responden (52,6%), kategori tinggi sebanyak 46 responden (33,1%), kategori rendah sebanyak 20 responden (14,3). Jadi dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu tentang pada kategori C1 di Kelurahan Plumbon, Kecamatan Temon Kulon Progo, ditinjau dari segi klasifikasi tahu berada pada kategori sedang yaitu sebesar 52,6%.

2. Ranah kognitif C2(pemahaman)

Data tingkat pengetahuan ibu balita ditinjau dari segi klasifikasi pemahaman terdiri dari 8 butir soal dengan jumlah responden 139 responden. Ada 4 alternatif jawaban dimana benar skor 1 dan salah skor 0. Berdasarkan data tingkat

pengetahuan ibu balita ditinjau dari segi klasifikasi pemahaman, diperoleh skor tertinggi sebesar 10,00; dan skor terendah sebesar 4,00. Hasil analisis data mean (M) sebesar 7,06; median (Me) sebesar 7,00; modus (Mo) sebesar 7,00; dan standar deviasi (SD) sebesar 1,15.

Hasil analisis data diketahui nilai mean ideal sebesar 3,5 dan nilai standar deviasi (SD) sebesar 1,15. Tingkat pengetahuan ibu balita ditinjau dari segi klasifikasi pemahaman disajikan pada Tabel 24.

Tabel 25. Tingkat Pengetahuan Ibu Kategori C2

Interval	Kategori	frekuensi	Prosentase (%)
$X < 1,75$	Rendah	10	7,1
$1,75 \leq x < 5,95$	Sedang	91	65,5
$3,50 \leq x < 5,25$	Tinggi	38	28
Total		139	100

Berdasarkan Tabel 25 frekuensi tingkat pemahaman ibu tentang penyusunan menu balita ditinjau dari segi klasifikasi memahami berada pada kategori tinggi sebanyak 38 responden (28%), kategori sedang sebanyak 91 responden (65,5%), kategori rendah sebanyak 10 responden (7,1%), . Jadi dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi balita di Kelurahan Plumbon, Kecamatan Temon Kulon Progo, klasifikasi memahami berada pada kategori sedang yaitu sebesar 65,5%.

3. Ranak kognitif C3 (pengaplikasian)

Data tingkat pengetahuan ibu tentang penyusunan menu balita ditinjau dari segi klasifikasi mengaplikasi terdiri dari 10 butir soal dengan jumlah responden 139 responden. Ada 4 alternatif jawaban dimana benar skor 1 dan salah skor 0.

Berdasarkan data tingkat pengetahuan ibu pengetahuangizi balita ditinjau dari segi klasifikasi mengaplikasi, diperoleh skor tertinggi sebesar 6,00; dan skor terendah sebesar 3,00. Hasil analisis data mean (M) sebesar 5,01; median (Me) sebesar 5,00; modus (Mo) sebesar 6,00; dan standar deviasi (SD) sebesar 0,911.

Hasil analisa data diketahui bahwa nilai mean ideal sebesar 3,0 dan nilai standar deviasi ideal (SDi) sebesar 1,0. Tingkat pengetahuan ibu tentang penyusunan menu balita ditinjau dari segi klasifikasi mengaplikasi disajikan pada Tabel 26.

Tabel 26. Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu Kategori C3

Interval	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
$<1,75$	Rendah	19	14,3
$1,75 \leq x < 5,95$	Sedang	80	57
$3,50 \leq x < 5,25$	Tinggi	40	28,7
Total		139	100

Berdasarkan Tabel 26 frekuensi tingkat penerapan ibu tentang penyusunan menu balita ditinjau dari segi klasifikasi mengaplikasi berada pada kategori sedang sebanyak 80 responden (57,00%), kategori tinggi sebanyak 40 responden (28,7%), rendah 19 responden (14,3). Jadi dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu tentang penyusunan menu balita di Kelurahan Plumbon , Kecamatan Temon, Kulon Progo ditinjau dari segi klasifikasi mengaplikasi berada pada kategori tinggi yaitu sebesar 57%.

b. Pola Konsumsi Balita

Data variabel *Food Recall* dan *food frequency* melalui angket yang terdiri dari 5 lembar untuk 7 hari atau 1 minggu *food recall* dengan jumlah responden 139

balita. Responden ibu diminta untuk mengisi angket *food recall* selama 1 minggu minggu kebelakang dengan hari yang tidak berurutan Sehingga akan lebih memudahkan mengetahui pola makan balita di Kelurahan Plumbon. Adapun penjabarannya sebagai berikut.

1. *Food frequency*

Berdasarkan hasil perhitungan statistik deskriptif data *food frequency* diperoleh nilai terendah 72 dan nilai tertinggi 90.seperti pada Tabel 27.

Tabel 27. Distribusi Frekuensi *Food Frequency*

Interval	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
<70%	Buruk	10	7
$70\% \leq x < 80\%$	Kurang	20	14
$80\% \leq x < 90\%$	Cukup	62	44
$\geq 90\%$	Baik	47	34
Total		139	100

Berdasarkan Tabel 27 menunjukkan bahwa frequency tingkat konsumsi balita pada kategori baik sejumlah 57 responden (41%), responden dengan pola makan cukup sejumlah 62 responden (44%) dan responden dengan pola makan kurang sejumlah 20 responden (14%) dan kategori buruk sebanyak 10 balita (7%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pola konsumsi balita di Padukuan Plumbon termasuk kategori cukup sebesar 44%.

a) Pola Konsumsi Makanan Pokok Balita

Makanan pokok adalah makanan yang dikonsumsi dalam porsi terbanyak dari susunan menu di Indonesia, rasanya netral, sumber karbohidrat, dan mengenyangkan. Makanan pokok masyarakat Indonesia bermacam-macam ada yang berasal dari padi, jagung, singkong, sagu, maupun yang lain. (dewi, 2015:

1). Pola konsumsi makanan pokok berfungsi untuk mengetahui pola konsumsi bahan makanan pokok selama 7 hari kemudian di rata-rata setiap jenis bahan makanan untuk mengetahui rata-rata konsumsi bahan pokok terbanyak di posyandu Kelurahan Plumbon Temon Kulon Progo. Tabel 28 menyajikan jenis bahan makanan pokok yang dikonsumsi balita di Kelurahan Plumbon Kecamatan Temon Kulon Progo..

Tabel 28. Pola Konsumsi Makanan Pokok Balita

Nama bahan makanan pokok	Frekuensi												Total (N)	Total (%)
	A		B		C		D		E		F			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Beras	139	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	139	100
Mie	0	0	0	0	0	0	22	16	51	37	66	47	139	100
Roti	0	0	0	0	61	44	59	42	19	14	0	0	139	100
Singkong	0	0	0	0	26	19	61	44	52	37	0	0	139	100
Kentang	0	0	12	8	61	44	55	40	11	8	0	0	139	100
Ubi jalar	0	0	0	0	14	10	80	58	45	32	0	0	139	100

Keterangan:

A: lebih dari 1 X sehari

B: 1 X sehari

E: kurang dari 1 X perminggu

C: 3-6 X perminggu

D: 1-2 X perminggu

F: tidak pernah

Berdasarkan Tabel 28 diketahui frekuensi makanan pokok terbesar adalah Nasi yang dikonsumsi setiap hari oleh 139 balita (100%), sedangkan untuk Mie 22 (16%) balita mengkonsumsinya 1-2 X perminggu, dan 51 (37%) balita mengonsumsi Mie kurang dari 1 X dalam perminggu, dan 66(47%) balita tidak pernah mengonsumsi Mie. Hal ini membuktikan ragam pemberian makanan pokok diberikan ibu kepada balita, namun Nasi merupakan menu pilihan utama bagi semua balita untuk asupan karbohidrat untuk memenuhi kebutuhan serat makanan.

b) Pola Konsumsi Lauk Pauk Balita

Lauk hewani merupakan sumber protein yang kaya akan asam amino esensial, tidak dapat disintesis dalam tubuh. Lauk hewani berfungsi untuk pertumbuhan dan perkembangan organ-organ sehingga harus ada dalam makanan. Lauk nabati merupakan bahan makanan yang bersumber dari protein nabati. Bahan makanan ini terdiri atas golongan kacang – kacang dan hasil olahannya, seperti tempe dan tahu. Pada Tabe 29 ini menyajikan pola konsumsi lauk pauk di posyandu Kelurahan Plumbon Kecamatan Temon Kulon Progo.

Tabel 29 Pola Konsumsi Lauk Pauk

Nama bahan Lauk pauk	Frekuensi												Total (N)	Total (%)
	A		B		C		D		E		F			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Ayam	0	0	0	0	63	45	70	51	6	4	0	0	139	100
Daging	0	0	0	0	0	0	44	32	95	68	0	0	139	100
Ikan	0	0	0	0	0	0	48	35	91	65	0	0	139	100
Telur	30	22	49	35	52	37	8	6	0	0	0	0	139	100
Tempe	0	0	12	8	61	44	55	40	11	8	0	0	139	100
Tahu	0	0	0	0	14	10	80	58	45	32	0	0	139	100

Keterangan:

A: lebih dari 1 X sehari

B: 1 X sehari

E: kurang dari 1 X perminggu

C: 3-6 X perminggu

D: 1-2 X perminggu

F: tidak pernah

Berdasarkan Tabel 29 diketahui frekuensi konsumsi lauk pauk pada responden paling banyak adalah telur ayam dengan frekuensi lebih dari 1 kali sehari berjumlah 30 (22%) . sedangkan frekuensi konsumsi lauk pauk yang paling sedikit adalah daging dengan frekuensi kurang dari 1 X perminggu dengan jumlah balita sebanyak 95 (68%).

c) Pola Konsumsi Sayuran Balita

Sayuran merupakan bahan makanan yang berasal dari tumbuhan (bahan makanan nabati). Bagian tumbuhan yang dapat dibuat sayur adalah daun (sebagian besar sayur adalah daun), batang (wortel), bunga (jantung pisang), buah muda (kacang panjang, labu, nangka muda), dapat dikatakan bahwa semua bagian tumbuhan dapat dijadikan bahan makanan sayur. Pada Tabel 30 ini disajikan pola konsumsi sayuran di Kelurahan Plumbon Kecamatan Temon Kulon Progo.

Tabel 30. Pola Konsumsi Sayuran

Nama Bahan Sayuran	Frekuensi												Total (N)	Total (%)
	A		B		C		D		E		F			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Bayam	0	0	0	0	69	50	70	50	0	0	0	0	139	100
Kangkung Daun	0	0	0	0	28	20	62	45	49	35	0	0	139	100
singkong	0	0	0	0	58	42	63	45	18	13	0	0	139	100
Buncis	0	0	5	4	78	56	54	39	2	1	0	0	139	100
Kol	0	0	9	7	71	51	59	42		0	0	0	139	100
Kacang panjang	0	0	1	0,7	74	53	64	46	0	0	0	0	139	100
Terong	0	0	1	0,7	36	25,9	56	40	46	33	0	0	139	100
Wortel	0	0	3	2	50	36	67	48	19	14	0	0	139	100
Brokoli	0	0	0	0	67	48	72	52	0	0	0	0	139	100
Labu	0	0	0	0	76	54	58	42	5	4	0	0	139	100

Keterangan:

A: lebih dari 1 X sehari

B: 1 X sehari

E: kurang dari 1 X perminggu

C: 3-6 X perminggu

D: 1-2 X perminggu

F: tidak pernah

Berdasarkan Tabel 30 diketahui frekuensi konsumsi sayuran pada balita rata-rata 3-6 X perminggu permasing-masing bahan makanan yang ada pada Tabel, sehingga bisa disimpulkan ragam bahan makanan yang di konsumsi oleh balita balita beranek aragam setiap harinya. Menurut Almatsier(2001), sayuran

berwarna hijau merupakan pangan sumber Fe nabati dan vitamin C. Selain berwarna hijau sayuran hijau juga mengandung serat makanan yang tinggi, sangat baik untuk memenuhi kebutuhan serat pangan tubuh.

d) Pola Konsumsi Buah-Buahan Balita

Buah adalah bagian tanaman hasil perkawinan putik dan benang sari. Pada umumnya bagian tanaman ini merupakan tempat biji. Dalam penertian sehari-hari, buah diartikan sebagai semua produk yang dikonsumsi sebagai “pencuci mulut”. Buah memiliki gizi yang sangat dibutuhkan oleh masyarakat untuk menyeimbangkan kebutuhan gizi pada manusia. Pada Tabel 31 disajikan Pola konsumsi Buah Di Kelurahan Plumbon Kecamatan Temon Kulon Progo.

Berdasarkan Tabel 31 diketahui frekuensi konsumsi buah-buahan pada respon paling banyak adalah pisang dengan frekuensi 1 X sehari oleh 39 (28%) sedangkan paling sedikit durian dengan frekuensi tidak pernah 139 (100%).

Buah-buahan juga merupakan sumber serat pangan, vitamin dan mineral

Tabel 31. Pola Konsumsi Buah-Buahan

Nama Bahan Sayuran	Frekuensi												Total (N)	Total (%)
	A		B		C		D		E		F			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Apel	0	0	07	5	65	47	64	46	3	3	0	0	139	100
Alpukat	0	0	0	0	2	1	69	50	68	49	0	0	139	100
Pisang	0	0	39	28	54	39	46	33	0	0	0	0	139	100
Kiwi	0	0	0	0	0	0	0	0	16	12	123	88	139	100
Jeruk	0	0	9	7	58	42	74	53	7	5	0	0	139	100
Rambutan	0	0	0	0	0	0	0	0	90	65	49	35	139	100
Mangga	0	0	0	0	0	0	0	0	44	31	95	68	139	100
Jambu	0	0	0	0	0	0	0	0	53	38	86	62	139	100
Durian	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	139	100	139	100
Pepaya	0	0	0	0	0	0	55	40	84	60	0	0	139	100
Jambu biji	0	0	0	0	0	0	0	0	17	12	122	88	139	100

Keterangan:

A: lebih dari 1 X sehari

B: 1 X sehari

E: kurang dari 1 X perminggu

C: 3-6 X perminggu

D: 1-2 X perminggu

F: tidak pernah

e) Pola Konsumsi Minuman

Minuman adalah cairan yang dibutuhkan oleh tubuh, agar tidak mengalami gangguan pada fungsi pencernaan dan penyerapan makanan, manusia bisa bertahan hidup beberapa hari tanpa makan namun tidak tanpa minum.

Tabel 32. Pola Konsumsi Minuman

Nama Bahan Sayuran	Frekuensi												Total (N)	Total (%)
	A		B		C		D		E		F			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Susu	84	60	51	37	4	3	0	0	0	0	0	0	139	100
Teh manis	0	0	0	0	0	0	0	0	67	48	72	52	139	100
Kopi	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	139	100	139	100
Jus buah	1	0,7	3	2	8	6	60	43	67	49	0	0	139	100
Sirup	0	0	9	7	58	9	7	24	68	49	28	20	139	100
Air Putih	139	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	139	100

Keterangan:

A: lebih dari 1 X sehari

B: 1 X sehari

E: kurang dari 1 X perminggu

C: 3-6 X perminggu

D: 1-2 X perminggu

F: tidak pernah

Berdasarkan Tabel 32 diketahui frekuensi pola konsumsi minuman yang paling banyak dikonsumsi setelah air putih adalah susu dengan kategori konsumsi lebih dari 1 X dalam sehari dengan konsumen 84 (60%) balita, sedangkan yang paling sedikit dengan frekuensi tidak pernah dikonsumsi oleh balita adalah kopi diaman 139 (100%) balita tidak mengkonsumsi kopi.

f) Distribusi Konsumsi Makanan Tertinggi

Berikut ini merupakan Tabel distribusi pola konsumsi makanan balita berdasarkan recall pola konsumsi balita sebagai berikut.

Tabel 33. Pola Konsumsi Utama

Makanan pokok	Lauk pauk	Sayuran	Buahan	Minuman
Nasi	Telur Tempe	Buncis Kol Kacang panjang Wortel	Apel Pisang	Air putih Susu

Berdasarkan Tabel 33 diketahui frekuensi pola konsumsi makanan tertinggi untuk makanan pokok yaitu nasi, frekuensi makanan tertinggi untuk konsumsi lauk pauk adalah telur dan tempe, frekuensi makanan tertinggi untuk sayuran sangatlah beragam yaitu buncis, kol, kacang panjang, wartel, frekuensi makanan tertinggi untuk konsumsi buah adalah pisang dan apel dan konsumsi makanan tertinggi untuk minuman adalah air putih dan susu pada balita Posyandu Plumbon.

2. Food Recall

Tingkat konsumsi berfungsi untuk mengetahui sejauh mana tingkat konsumsi pada balita di Kelurahan Plumbon.

a. Angka Kecukupan Energi (AKE)

Tabel 34 menyajikan tingkat konsumsi energi balita, tingkat konsumsi karbohidrat balita, tingkat konsumsi protein balita, dan konsumsi lemak balita yang ada di Kelurahan Plumbon Kecamatan Temon Kulon Progo.

Tabel 34. Angka Kecukupan Energi Pada Balita di Kelurahan Plumbon Kecamatan Temon Kulon Progo

Skor	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
$\geq 90\%$	Baik	57	41
$80\% \leq x < 90\%$	Cukup	57	41
$70 \leq x < 80\%$	Sedang	25	18
$< 70\%$	Buruk	0	0
Total		139	100

Hasil dari angka kecukupan energi diatas menunjukkan bahwa 57 (41%) balita masuk dalam kategori baik, 57 (41%) balita termasuk kategori cukup, 25 (18%) balita termasuk kategori sedang dan tidak ada balita yang termasuk kaategori buruk. jadi dapat disimpulkan AKG balita di Kelurahan Plumbon masuk dalam kategori baik dan cukup masing-masing sebesar 41% dan jumlah balita 57 orang.

b. Angka Kecukupan Protein (AKP)

Protein adalah salah satu nutrisi yang berperan besar dalam tubuh kembang anak. Pada Tabel 35 ini merupakan kecukupan konsumsi protein balita di Kelurahan Plumbon Kecamatan Temon Kulon Progo .

Tabel 35. Angka Kecukupan Protein Pada Balita di Kelurahan Plumbon Kecamatan Temon Kulon Progo

Skor	Kategori	Frekuensi	Prosentase %
$\geq 90\%$	Baik	40	29
$80\% \leq x < 90\%$	Cukup	55	39
$70 \leq x < 80\%$	Sedang	30	22
$< 70\%$	Buruk	14	10
	Total	139	100

Hasil dari angka kecukupan protein di atas menunjukkan bahwa 40 (29%) masuk dalam kategori baik, 55 (39%) termasuk kategori cukup, 30(22%) termasuk kategori sedang dan 14(10%) termasuk kategori buruk. Jadi dapat disimpulkan AKP balita di Kelurahan Plumbon termasuk dalam kategori cukup sebesar 55(39%) dari 139 jumlah balita.

c. Angka Kecukupan Lemak (AKL)

Tabel 36 menyajikan tingkat konsumsi lemak balita, di Kelurahan Plumbon Kecamatan Temon Kulon Progo.

Tabel 36. Angka Kecukupan Lemak Pada Balita di Kelurahan Plumbon Kecamatan Temon Kulon Progo

Skor	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
$\geq 90\%$	Baik	42	30
$80\% \leq x < 90\%$	Cukup	60	43
$70 \leq x < 80\%$	Sedang	30	22
$< 70\%$	Buruk	7	5
Total		139	100

Hasil dari angka kecukupan lemak di atas menunjukkan bahwa 42(30%) balita masuk dalam kategori baik, 60(43%) termasuk dalam kategori cukup, 30(22%) termasuk kategori sedang, dan 7(5%) termasuk dalam kategori kurang tercukupi. Jadi dapat disimpulkan AKP masuk kategori cukup sebesar 60(43%) dari jumlah balita balita 139 orang.

d. Angka Kecukupan Karbohidrat (AKK)

Karbohidrat adalah senyawa yang menyediakan energi pada tubuh dalam bentuk kalori. Kebutuhan karbohidrat untuk tubuh paling banyak dibutuhkan dari pada zat lain yaitu 50-60% karena karbohidrat adalah sumber energi bagi tubuh.

Tabel 37. Angka Kecukupan Karbohidrat Pada Balita di Kelurahan Plumbon Kecamatan Temon Kulon Progo

Skor	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
$\geq 90\%$	Baik	9	7
$80\% \leq x < 90\%$	Cukup	130	93
$70 \leq x < 80\%$	Sedang	0	0
$< 70\%$	Buruk	0	0
Total		139	100

Hasil dari angka kecukupan karbohidrat diatas menunjukkan bahwa 9 (7%) balita termasuk dalam kategori baik. Dan 130 (93%) termasuk kedalam kategori cukup, jadi dapat disimpulkan AKK balita di Kelurahan Plumbon termasuk dalam kategori cukup sebesar 130 (93%) dengan jumlah total responden 139 balita.

c. Variabel Status Gizi Balita

Data variabel status gizi balita di Kelurahan Plumbon, Kecamatan Temon Kulon Progo terdiri dari 139 balita. Data status gizi balita diukur berdasarkan indeks antropometri BB/U. Berdasarkan data variabel status gizi balita, diperoleh skor tertinggi sebesar 3,52 dan skor terendah sebesar -3,17. Hasil analisis harga mean (M) sebesar -0,076; median (Me) sebesar 0,095; modus (Mo) sebesar -1,89; dan standar deviasi (SD) sebesar 1,37.

Untuk menentukan jumlah kelas interval digunakan rumus yaitu jumlah kelas = $1 + 3,3 \log n$, dimana n adalah jumlah sampel atau responden. Dari perhitungan diketahui bahwa $n = 139$ sehingga diperoleh banyak kelas $1 + 3.3 \log 139 = 8,07$ dibulatkan menjadi 8. Rentang data dihitung dengan rumus nilai maksimal – nilai minimal, sehingga diperoleh rentang data sebesar $3,52 - (-3,17) = 6,69$ sedangkan panjang kelas $(\text{rentang})/K = (7)/6,69 = 0,9$.

Tabel 38. Distribusi Frekuensi Data Status Gizi Balita Berdasarkan Berat Badan (BB)/ umur(U)

No	Interval	Frekuensi	Prosentase (%)
1	2,26-2,99	11	7,9
2	1,43-2,16	10	7,1
3	0,60-1,33	9	6,4
4	0,23-(-0,33)	11	8,0
5	-1,06-(-0,33)	25	17,9
6	-1,89-(-1,16)	37	26,6
7	-2,72-(-1,99)	21	15,1
8	-3,55-(-2,82)	14	10,1
	Jumlah	139	100

Berdasarkan Tabel 38 frekuensi status gizi balita berdasarkan berat badan(Bb)/ Umur(U) terletak pada interval ke 6 yaitu -1,89-(-1,99) dengan frekuensi sebanyak 37.

Data variabel status Gizi melalui pengukuran antropometri yang terdiri dari berat badan dan usia balita dengan jumlah responden 139 balita ada 4 kategori status gizi balita dengan kategori buruk, kurang, baik dan lebih. Selain itu juga disajikan Tabel distribusi frekuensi dan diagram batang dari distribusi frekuensi masing-masing variabel. Berikutnya ini penggambaran hasil analisis data secara deskripsi melalui bantuan program SPSS 24 *for windows*.

Tabel 39. Kategori Variabel Kategori Variabel Status Gizi Balita di Posyandu Plumbon

Ambang batas (Z-Score)	Status Gizi	Frekuensi	Prosentase (%)
<-3,0 SD	Gizi Buruk	14	10,1
-3,0 SD s/d <-2,0 SD	Gizi Kurang	21	15,1
-2,0 SD s/d 2,0 SD	Gizi Baik	93	66,9
>2,0 SD	Gizi Lebih	11	7,9
Total		139	100

Berdasarkan Tabel 39 frekuensi status gizi responden balita anggota Posyandu Plumbon, kategori status gizi responden balita terbanyak di Posyandu Plumbon adalah responden dengan status gizi baik sebesar 66,9 % responden dengan status gizi kurang dengan prosentase sebesar 15,1% responden dengan status gizi buruk dengan prosentase 10,10 % dan responden dengan status gizi lebih dengan prosentase 7,9%.

Proporsi responden balita terbanyak di posyandu Plumbon adalah responden dengan status gizi baik. Berdasarkan Tabel 36 frekuensi status gizi balita

berada pada kategori gizi baik sebanyak 93 balita (66,9%) kategori kurang sebanyak 21 (38,8%) balita, kategori gizi buruk 14 (10,1%) balita dan kategori gizi lebih 11 (15,1%) balita. Jadi dapat disimpulkan bahwa kecenderungan status gizi balita di Kelurahan Plumbon berada pada kategori gizi baik sebanyak 66,9%).

d. Hasil Uji Tabulasi Silang

1. Hasil Uji Tabulasi Silang Antara Tingkat Pengetahuan Ibu Dengan Status Gizi Dan Pola Konsumsi Balita

Berikut hasil analisis data tabulasi silang pada tingkat pengetahuan ibu dengan status gizi balita berdasarkan BB/U

Tabel 37. Tabulasi Silang Tingkat Pengetahuan Ibu Diukur Berdasarkan BB/U

Pengetahuan Gizi Ibu \ Status Gizi Balita	Gizi Buruk		Gizi Kurang		Gizi Baik		Gizi Lebih		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Rendah	6	4,31	4	2,88	3	2,16	2	1,43	15	10,83
Sedang	8	5,75	12	8,63	70	50,3	8	5,75	98	70,48
Tinggi	0	0,00	5	3,60	19	13,66	2	1,43	26	18,69
Total	14	10,07	21	15,10	92	66,18	12	8,63	139	100,00

Berdasarkan Tabel 37 diketahui pengetahuan ibu rendah dengan status gizi buruk sebanyak 6 balita (4,31%) , gizi kurang sebanyak 4 balita (2,88%) , gizi baik 2 balita (1,43%) dan gizi lebih 15 balita (10,83%), pengetahuan ibu sedang dengan status gizi balita gizi buruk sebanyak 8 balita (5,75%), gizi kurang 12 balita (8,63%), gizi baik sebanyak 70 balita (50,3%) dan gizi lebih sebanyak 2 balita (1,43%), dan untuk pengetahuan ibu tinggi dengan status gizi balita gizi buruk 0, gizi kurang 21 balita (15,10%), gizi baik 19 balita (13,66%) dan gizi lebih sebanyak 12 balita (8,63%). pengetahuan ibu sedang maka status gizi balita

berada pada kategori baik hal disebabkan oleh banyak faktor di antaranya pola konsumsi yang diberikan dan zat gizi yang terkandung dalam bahan yang dikonsumsi, sebaliknya apabila tingkat pengetahuan ibu rendah maka status gizi balita dimungkinkan berada pada kategori gizi kurang dan gizi buruk.

2. Hasil Uji Tabulasi Silang Antara Tingkat Pengetahuan Ibu Dengan Status Gizi Dan Pola Konsumsi Makan Balita

Berikut hasil analisis data tabulasi silang pada tingkat pengetahuan ibu dengan status gizi balita berdasarkan tingkat konsumsi yang diukur dari tingkat konsumsi energi, tingkat konsumsi protein, tingkat konsumsi lemak, dan tingkat konsumsi karbohidrat.

Tabel 38. Tabulasi Silang Tingkat Pengetahuan Ibu dengan Tingkat Konsumsi Energi

Pengetahuan Gizi Ibu	Konsumsi Energi		Baik		Cukup		Sedang		Buruk		Total	
	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Rendah	4	2,87	3	1,43	8	5,75	0	0	15	10,83		
Sedang	38	27,33	45	32,37	13	9,35	0	0	96	70,48		
Tinggi	15	10,79	9	6,47	4	2,87	0	0	28	18,69		
Total	57	41,1	57	41,1	25	17,98	0	0	139	100,00		

Berdasarkan Tabel 38 tingkat pengetahuan ibu diukur berdasarkan tingkat konsumsi energi diketahui bahwa pengetahuan ibu sedang dengan konsumsi energi baik sebanyak 4 balita (2,87%) , cukup 3 balita (1,43%), sedang 8 balita (5,75%) dan kategori buruk tidak ada. Pengetahuan ibu kategori sedang dengan konsumsi energi baik sebanyak 38 balita (27,33%) , cukup 45 balita (32,37%) sedang 13 balita (9,35%) buruk tidak ada sedangkan untuk pengetahuan ibu dengan kategori tinggi tingkat konsumsi energi baik sebanyak 15 balita (10,79%)

cukup 9 balita (6,47%), sedang 4 balita (2,87%) dan tidak ada yang termasuk kategori buruk. Kategori konsumsi berada pada kategori cukup dan baik. Artinya, tingkat pengetahuan ibu dan konsumsi balita tidak berpengaruh tinggi karena konsumsi balita untuk energi masih termasuk kategori aman yaitu baik dan cukup.

Tabel 39. Tabulasi Silang Tingkat Pengetahuan Ibu dengan Tingkat Konsumsi Karbohidrat

Pengetahuan Gizi Ibu	Konsumsi Karbohidrat		Baik		Cukup		Sedang		Buruk		Total	
	f	%	F	%	f	%	f	%	F	%		
Rendah	1	0,71	14	10,1	0	0	0	0	15	10,83		
Sedang	5	3,59	93	66,90	0	0	0	0	98	70,48		
Tinggi	3	2,15	23	16,54	0	0	0	0	26	18,69		
Total	9	5,04	130	94,96	0	0	0	0	139	100,00		

Berdasarkan Tabel 39 tingkat pengetahuan ibu diukur berdasarkan tingkat konsumsi karbohidrat diketahui bahwa pengetahuan ibu rendah dengan konsumsi karbohidrat baik sebanyak 1 balita (0,71%) , cukup 14 baliat (10,0%) balita, dan untuk kategori sedang dan buruk tidak ada. Pengetahuan ibu sedang dengan tingkat konsumsi karbohidratnya berada pada kategori cukup. Artinya, tingkat pengetahuan ibu tidak diimbangi dengan pola konsumsi yang benar sehingga menyebabkan tingkat konsumsi karbohidratnya berada pada kategori cukup.

Tabel 40. Tabulasi Silang Tingkat Pengetahuan Ibu dengan Tingkat Konsumsi Protein.

Pengetahuan Gizi Ibu	Konsumsi Protein		Baik		Cukup		Sedang		Buruk		Total	
	F	%	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Rendah	5	3,59	3	2,16	3	2,16	4	2,87	15	10,83		
Sedang	30	21,58	44	31,65	19	13,67	5	3,59	98	70,48		
Tinggi	5	3,59	8	5,75	8	5,75	5	3,59	26	18,69		
Total	40	28,77	55	39,5	30	21,58	14	10,07	139	100,00		

Berdasarkan Tabel 40 tingkat pengetahuan ibu diukur berdasarkan tingkat konsumsi protein diketahui bahwa pengetahuan ibu rendah dengan konsumsi protein baik sebanyak 5 balita (3,59%), cukup 3 balita (2,16%), sedang 3 balita (2,16%), buruk 4 balita (2,287%). Pengetahuan ibu dengan kategori sedang status gizi balita baik sebanyak 30 balita (21,58%), gizi cukup 44 balita (31,65%), gizi sedang 19 balita (13,67%) gizi buruk 5 balita (3,59%) dan untuk kategori pengetahuan ibu tinggi status gizi balita baik sebanyak 5 balita (28,77%), cukup 8 balita (5,75%), sedang 30 balita (21,58%) dan 14 balita (10,07%). Pengetahuan ibu yang paling dominan adalah kategori sedang akan tetapi tingkat konsumsi proteinnya berada pada kategori cukup. Artinya, tingkat pengetahuan ibu tidak diimbangi dengan pola konsumsi protein, sehingga menyebabkan tingkat konsumsi proteinnya berada pada kategori cukup.

Tabel 41. Tabulasi silang tingkat pengetahuan ibu dengan tingkat konsumsi Lemak

Pengetahuan Gizi Ibu \ Konsumsi Lemak	Baik		Cukup		Sedang		Buruk		Total	
	F	%	f	%	F	%	f	%	F	%
Rendah	3	2,15	3	2,15	5	3,59	4	2,87	15	10,83
Sedang	36	25,89	45	32,37	15	10,79	2	1,43	98	70,48
Tinggi	3	2,15	12	8,63	10	7,19	1	0,71	26	18,69
Total	42	30,21	60	43,16	30	21,58	7	5,03	139	100,00

Berdasarkan Tabel 42 tingkat pengetahuan ibu diukur berdasarkan tingkat konsumsi lemak diketahui bahwa pengetahuan ibu rendah dengan konsumsi energi baik sebanyak 3 balita (2,15) , cukup 3 balita (2,15%), sedang 5 balita (3,59%), buruk 4 balita (2,87%). Pengetahuan ibu kategori sedang dengan konsumsi lemak dengan setatus gizi baik sebanyak 36 balita (25,89%), cukup 45 balita (32,37%) sedang 15 balita (10,79%), buruk 2 balita (1,43%), sedangkan untuk pengetahuab ibu dengan kategori tinggi tingkat konsumsi lemak dengan status gizi baik sebanyak 3 balita (2,15%), cukup 12 balita (8,63%), sedang 10(7,19%) dan buruk sebanyak 1 (0,71%). Hasil data bahwa pengetahuan ibu sedang akan tetapi tingkat konsumsi lemaknya berada pada kategori cukup. Artinya, tingkat pengetahuan ibu tidak diimbangi dengan pola konsumsi seimbang, sehingga menyebabkan tingkat konsumsi lemaknya berada pada kategori cukup.

2. Pembahasan

Berdasarkan data penelitian yang dianalisis maka dilakukan pembahasan tentang hasil penelitian sebagai berikut.

1. Pengetahuan Gizi Ibu

Pengetahuan adalah hasil dari penginderaan terutama indera penglihatan dan pendengaran terhadap sesuatu yang menimbulkan suatu pengertian terhadap subjek atau objek tertentu. Perilaku yang didasarkan oleh pengetahuan akan lebih permanen dianut oleh seseorang dibandingkan dengan perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Berdasarkan Tabel 25 yang merupakan kategori pengetahuan balita anggota posyandu Plumbon responden ibu terbanyak ada pada kategori sedang dengan prosentase sebesar 52,6%, responden dengan kategori tinggi 33,1% dan untuk responden dengan kategori rendah dengan prosentase sebesar 14,3%. Proporsi responden terbanyak di Posyandu Plumbon berada dalam kategori sedang. Artinya ibu, balita Kelurahan Plumbon Kecamatan Temon Kulon Progo dinilai tahu dan paham tentang bagaimana pengetahuan gizi balita dan pola konsumsi balita. Hal ini ditunjukkan dari hasil analisis data tiga klasifikasi tingkat pengetahuan ibu dimana diketahui ditinjau dari segi klasifikasi pengetahuan berada pada kategori tinggi 33,1%; memahami berada pada kategori tinggi

Berdasarkan Tabel 23 frekuensi pengetahuan ibu tentang gizi balita berada pada kategori sedang sebanyak 96 ibu balita, berada pada kategori tinggi sebanyak 28 ibu balita, dan berada dikategori rendah 15 balita. Jadi dapat disimpulkan bahwa kecenderungan pengetahuan ibu tentang gizi balita berada pada kategori sedang (96 ibu balita). Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa ibu balita di Kelurahan Plumbon sudah mengerti makanan yang sehat dan bergizi

untuk dikonsumsi balita. Dengan baiknya pengetahuan ibu, tentu ibu balita tersebut akan lebih memilih makanan yang sehat dan bergizi.

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa mayoritas ibu balita di Kelurahan Plumbon, Kecamatan Temon, Kulon Progo berusia antara 20-30 tahun sebanyak 101 atau memiliki usia reproduktif. Artinya, Semakin cukup umur maka tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan mengambil keputusan. Dengan bertambahnya umur seseorang maka kematangan dalam berpikir semakin baik sehingga akan termotivasi dalam memberikan asupan yang baik bagi balitanya.

Ibu balita di Kelurahan Plumbon Kecamatan Temon Kulon Progo, berpendidikan SMA 55 (39,6%). Artinya, Tingkat pendidikan turut pula menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan yang mereka peroleh pada umumnya, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin baik pula pengetahuannya.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan Ibu yaitu pendidikan, persepsi, motivasi, dan pengalaman. Penginderaan manusia dilakukan dengan panca indra yaitu indra penglihatan indra pendengaran, penciuman, perasa dan peraba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga sebagai indera penglihatan dan pendengaran. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan diperlukan sebagai dukungan dalam menumbuhkan rasa percaya diri maupun sikap dan perilaku

setiap hari, sehingga dapat dikatakan bahwa pengetahuan merupakan fakta yang mendukung tindakan seseorang (Notoadmodjo, 2008).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Erly Handayani (2014) yang berjudul pengaruh pengetahuan gizi ibu dan pendapatan orang tua terhadap pola makan anak balita umur 6 bulan -5 tahun di dusun 1 Palumbungan Kecamatan Bobotsari Kabupaten purbalingga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara tingkat pengetahuan tentang gizi, pola makan, dan tingkat konsumsi energi dengan status gizi anak balita di dusun 1 Palumbungan Kecamatan Bobotsari Kabupaten purbalingga ($p= 0,035$). Selain itu, penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nugroho Priyo Handono (2013) yang berjudul hubungan tingkat pengetahuan tentang gizi, pola makan, dan tingkat konsumsi energi dengan status gizi anak balita di wilayah kerja Puskesmas Selogiri Kabupaten Wonogiri. Hasil uji statistik ada hubungan bermakna antara asupan gizi dengan status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas III Pakuan Baru Kota Jambi Tahun 2013 ($p= 0,035$). Diharapkan kader- kader posyandu lebih aktif lagi melakukan penyuluhan dalam kaitanya tentang penyuluhan gizi balita m supaya angka kejadian gizi buruk semakin berkurang setiap tahunnya.

2. Pola Konsumsi Balita

Kegiatan makan yang seimbang meliputi pengaturan jumlah kecukupan makanan, jenis makanan dan jadwal makan, didalam fungsinya untuk mempertahankan kesehatan. Pola pemberian makan pada balita dalam pengaturan jumlah makanan sebagai sumber energi hendaknya harus mengandung semua

unsur gizi, seperti karbohidrat, protein lemak mineral, vitamin, air dan serat dalam jumlah yang cukup dengan kebutuhan balita serta harus seimbang dalam komposisinya.

Berdasarkan hasil pola pemberian makan yang paling tinggi dikonsumsi makanan pokok nasi dalam waktu lebih dari 1 x sehari, dengan jumlah responden 139 balita, lauk pauk telur dan tempe dalam waktu 1 x sehari dengan responden 30 orang, dan rata-rata dan 49 balita mengkonsumsinya dalam satu kali sehari 52 responden mengkonsumsinya dalam 3-6 X perminggu, dan sisanya 8 balita mengkonsumsinya dalam 1-2 X perminggu, sedangkan untuk tempe 11 responden mengkonsumsinya dalam 1 x sehari, 75 responden mengkonsumsinya 3-6 X perminggu dan 53 responden mengkonsumsinya dalam 1-2 kali dalam seminggu, untuk sayuran konsumsi rata-rata sayur untuk balita sudah beragam karena rata-rata sayuran pada bahan makanan seperti buncis kol kacang panjang, wortel memiliki rata-rata pengkonsumsian 3- 6 X dalam seminggu sampai kurang dari 1 X dalam seminggu, dengan rincian buncis 5 balita mengkonsumsinya dalam 1 kali dalam sehari, 78 balita mengkonsumsinya dalam 3-6 X dalam seminggu, 54 balita mengkonsumsinya dalam 1-2 kali dalam seminggu dan 2 balita mengkonsumsinya dalam kurang dari 1 X dalam seminggu.

Berdasarkan food reQUENCY pada Tabel 24 dan gambar 6 dapat dijelaskan bahwa 62 responden (44%) termasuk dalam kecukupan energi yang di butuhkan termasuk dalam kategori cukup, 57 (41%) responden termasuk dalam kategori baik dan 20 (14%) termasuk dalam kategori kurang, sehingga dapat disimpulkan

bahwa balita di Kelurahan Plumbon termasuk dalam kategori cukup untuk kecukupan energi yang dibutuhkan.

Berdasarkan Tabel 32 frekuensi konsumsi protein berada pada kategori cukup sejumlah 55 (39%), responden dengan kategori baik sejumlah 40 (29%), responden dengan kategori sedang 30(22%) responden dan responden yang termasuk dalam kategori buruk 14(10%).

Berdasarkan Tabel 33 frekuensi lemak responden berada pada kategori cukup sejumlah 60(43%), responden yang berada pada kategori baik sejumlah 42 (30%), responden yang termasuk dalam kategori sedang sejumlah 30 (22%) dan responden dengan kategori buruk sejumlah 7 (5%) sehingga dapat disimpulkan bahwa angka kecukupan lemak responden balita di Kelurahan Plumbon termasuk dalam kategori cukup yaitu 60 (43%).

Berdasarkan Tabel 34 dapat disimpulkan frekuensi karbohidrat berada pada kategori cukup sejumlah 139 (93%) dan responden dengan kategori baik sejumlah 9 (7%) dengan kesimpulan angka kecukupan konsumsi karbohidrat responden di Kelurahan Plumbon termasuk dalam kategori cukup.

Menurut Soenardi (1996), pola makan adalah faktor yang mempengaruhi konsumsi makan. Apabila pola makan baik maka diasumsikan konsumsi makan akan baik pula sehingga menimbulkan status gizi yang baik. Menurut Berg (1985) pola makan yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari mempengaruhi status gizi. Hal ini ditunjukkan dari hasil pengamatan di lapangan dimana balita yang memiliki pola makan yang baik, tidak mengalami gizi kurang. Pada umumnya balita yang berstatus gizi baik biasanya memiliki pola konsumsi yang baik pula

karena pola konsumsi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi. Makanan yang memiliki asupan gizi seimbang sangat penting dalam proses tumbuh kembang dan kecerdasan anak. Bersamaan dengan pola konsumsi yang baik dan teratur yang harus diperkenalkan sedini mungkin pada anak, dapat membantu memenuhi kebutuhan akan pola konsumsi sehat pada anak, seperti variasi makanan dan pengenalan jam-jam makan yang tepat. Pola konsumsi yang baik harusnya dibarengi dengan pola gizi seimbang, yaitu pemenuhan zat-zat gizi yang telah disesuaikan dengan kebutuhan tubuh dan diperoleh melalui makanan sehari-hari. Dengan makan makanan yang bergizi dan seimbang secara teratur, diharapkan pertumbuhan anak akan berjalan optimal.

Nutrisi sangat penting dan berguna untuk menjaga kesehatan dan mencegah penyakit. Untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan, banyak orang menerapkan pola Konsumsi vegetarian karena makanan ini murah, sehat dan bebas kolesterol. Tetapi apabila pola konsumsi ini tidak disertai dengan asupan gizi yang baik maka penganut vegetarian berpotensi mengalami status gizi yang tidak baik berupa gizi kurang bahkan gizi buruk. Pola konsumsi yang sehat harus disertai dengan asupan gizi yang baik agar dapat mencapai status gizi yang baik. Pola konsumsi yang baik harus diberikan pada balita sejak dini agar balita terhindar dari status gizi yang tidak baik (Laksmi, 2008). Pola konsumsi yang baik belum tentu makanannya terkandung asupan gizi yang benar. Banyak balita yang memiliki pola konsumsi baik tapi tidak memenuhi jumlah dan komposisi zat gizi yang memenuhi syarat gizi seimbang. Maka dari itu peran ibu dalam pengetahuan,

sikap ibu, dan perilaku ibu dalam penyusunan menu dapat menentukan status gizi pada balitanya untuk saat ini dan masa depannya nanti.

3. Status Gizi Balita

Data variabel status Gizi melalui pengukuran antropometri yang terdiri dari berat badan dan usia balita dengan jumlah responden 139 balita ada 4 kategori status gizi balita dengan kategori buruk, kurang, baik dan lebih.

Berdasarkan Tabel 35 dan gambar 11 responden yang termasuk dalam kategori gizi baik berjumlah 60 (43,2%), responden dengan kategori kurang 54 (38,8%), responden dengan gizi buruk sejumlah 14 (10,1%) dan responden dengan kategori gizi lebih sejumlah 11 (7,9%) dan dapat disimpulkan balita di Kelurahan Plumbon termasuk dalam Kategori Gizi Baik yaitu 60 (43,2%).

Status gizi adalah ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi untuk anak yang diindikasikan oleh berat badan dan tinggi badan anak. Status gizi juga didefinisikan sebagai status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan nutrien. Status gizi balita yang baik mempunyai peranan dalam pertahanan tubuh yaitu pembentukan antibodi. Pada balita yang gizinya baik pembentukan antibodi akan normal, sehingga tubuh dapat melawan kuman yang menginfeksi tubuh yang dapat menyebabkan daya tahan tubuh menurun. Akan tetapi sebaliknya, jika balita yang gizinya buruk pembentukan antibodi akan tidak normal, sehingga tubuh tidak dapat melawan kuman yang menginfeksi tubuh yang dapat menyebabkan daya tahan tubuh menurun.

Status gizi pada balita dipengaruhi oleh banyak faktor yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor langsung berupa asupan makanan itu

sendiri dan kondisi kesehatan anak misalnya infeksi. Sedangkan faktor tidak langsung adalah pengetahuan ibu tentang gizi, pendapatan keluarga, pelayanan kesehatan dan sosial budaya. Makanan dan minuman dapat memelihara kesehatan seseorang, tetapi sebaliknya makanan dapat menjadi penyebab menurunnya kesehatan seseorang dan status gizi bahkan mendatangkan penyakit. Hal ini sangat tergantung pada perilaku seseorang terhadap makanan tersebut (Notoadmojo, 2008). Ibu merupakan orang yang paling dekat dengan anak memegang peranan penting dalam menciptakan

4. Pembahasan tabulasi silang

Tabulasi silang antara tingkat pengetahuan ibu dengan Status Gizi berada pada kategori gizi baik, namun pada kategori gizi buruk dan kurang angka status gizi balita di Kelurahan Plumbon, Kecamatan Temon, Kulon Progo masih tinggi. Hal ini dapat dilihat dari tingkat konsumsi balita mengonsumsi energi rendah sedangkan untuk konsumsi karbohidrat sudah dikatakan baik karena tidak ada balita yang termasuk dalam kategori sedang dan buruk, namun untuk kategori protein dan lemak angka konsumsi balita masih dikatakan cukup.

Dapat ditarik kesimpulan gizi balita bisa dikatakan baik apabila konsumsi karbohidrat protein dan lemak seimbang hal ini di buktikan oleh balita yang ada di Kelurahan Plumbon Kecamatan Temon, Kulon Progo sehingga ibu diharapkan memberikan konsumsi yang seimbang untuk semua zat yang di butuhkan secara makro maupu mikro oleh tubuh untuk pertumbuhan balita. Ibu diharapkan memberikan menu balita yang mengandung protein dalam jumlah banyak. Salah satu contoh bahan makanan yang dapat di berikan untuk

menambahkan zat gizi protein untuk balita adalah ikan-ikanan contohnya ikan lele, ikan nila dll, ayam/unggas dan daging sedangkan untuk lemak ibu dapat memberikan tambahan susu, mentega, keju dll sedangkan untuk bahan makanan sumber karbohidrat ibu bisa memberikan nasi, nasi beras merah ataupun nasi jagung karena merupakan sumber karbohidrat rata-rata orang Indonesia dan juga dapat divariasikan dengan memberikan roti, ketela, kentang dan lain-lain

B. Keterbatasan Penelitian

Penelitian Pengetahuan Gizi Ibu, Pola Konsumsi Dan Status Gizi Balita Di Kelurahan Plumbon Kecamatan Temon Kulon Progo, hanya mengambil 139 balita dikarenakan keterbatasan waktu, tenaga dan biaya akan lebih baik jika sampel yang diambil meliputi seluruh balita di Kelurahan Plumbon Kecamatan Temon Kulon Progo sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan dalam lingkup yang lebih luas.