

Jurnal Penelitian Kesmas	Vol. 6 No.2	Edition: Oktober 2023 – April 2024
	<a href="http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPK">http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPK</a>	
Received: 15 April 2024	Revised: 18 Oktober 2024	Accepted: 24 April 2024

## **ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PENERAPAN GIZI SEIMBANG PADA TATANAN RUMAH TANGGA DI DESA SEI KAMAH I KEC. SEI DADAP KABUPATEN ASAHAN TAHUN 2023**

**Bungamari Sembiring<sup>1</sup>, Ranji Azwar<sup>2</sup>, Fithri Handayani Lubis<sup>3</sup>**

Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Institut Kesehatan Deli Husada  
e-mail: [bungamerisembiring@gmail.com](mailto:bungamerisembiring@gmail.com)

### ***Abstract***

*Preliminary survey data shows that housewives have not implemented a balanced nutrition program in the household setting, such as consuming a variety of foods, reducing salt and sugar and some even rarely consuming vegetables and fruit. The type of research used is Quantitative Research using a Cross-Sectional approach which aims to analyze factors related to the implementation of balanced nutrition in household settings in Sei Kamah I Village, Kec. Sei Dadap Asahan District. The time of the research starts from November 2022 to June 2023. The population in this study are all housewives who live in Sei Kamah I Village, Kec. Sei Dadap Asahan Regency numbered 695 people. The sample size is calculated using the minimum sample formula from Lemeshow, so that a minimum sample size of 150 people is obtained. All variables in this study are related to the implementation of balanced nutrition in the household setting and attitude is the most related variable and the positive attitude of housewives has a 3,554 times chance of increasing the application of balanced nutrition in the household setting in Sei Kamah I Village, Kec. Sei Dadap Asahan District. It is hoped that village organizers will be able to collaborate with health centers and other cross-sectors to carry out routine education for housewives regarding the implementation of balanced nutrition in the household order to increase knowledge which will directly influence the attitude of housewives to be more positive in implementing nutrition. balanced and the Public Health Center to carry out periodic and routine monitoring related to non-communicable disease visits and provide assistance in implementing balanced nutrition in the household setting for these residents.*

**Keywords:** *Application of balanced nutrition, household order, housewives ladder*

### 1. PENDAHULUAN

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan dengan observasi data kunjungan pasien di Puskesmas Pembantu Sei Kamah I, diketahui bahwa penyakit tidak menular yaitu hipertensi dan diabetes masih berada pada 10 penyakit terbesar yang dialami oleh pasien di wilayah kerja Puskesmas. Selain itu dengan melakukan wawancara pada 7 orang Ibu rumah tangga, diketahui bahwa 6 dari 7 orang Ibu rumah tangga belum menerapkan program gizi seimbang pada tatanan rumah tangga seperti mengkonsumsi makanan beragam, mengurangi garam dan gula bahkan ada yang jarang mengkonsumsi sayur dan buah.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 4.1.**

Hubungan Pekerjaan dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan Tahun 2023

Variabel	Penerapan Gizi Seimbang						p-value
	Baik		Buruk		Jumlah		
	f	%	f	%	f	%	
<b>Pekerjaan</b>							
Bekerja	2	13	4	31	6	4	
a	0	,3	7	,3	7	4,	
						7	
Tidak bekerja	4	31	3	24	8	5	0,0
a	7	,3	6		3	5,	02
						3	
<b>total</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>55</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
	<b>7</b>	<b>4,</b>	<b>3</b>	<b>,3</b>	<b>5</b>	<b>0</b>	
		<b>7</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan Pekerjaan dengan penerapan gizi seimbang pada

### 2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Kuantitatif dengan menggunakan pendekatan Cross-Sectional yang bertujuan untuk menganalisis faktor yang berhubungan dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan Tahun 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu rumah tangga yang berdomisili Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan sejumlah 695 orang. Besar sampel sebesar 150 orang.

tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan, diketahui bahwa dari 67 orang responden yang telah melaksanakan penerapan gizi seimbang dengan baik, sebanyak 20 orang (29,9%) responden merupakan ibu yang bekerja dan sebanyak 47 orang (70,1%) responden merupakan ibu yang tidak bekerja. Diketahui juga bahwa dari 83 orang responden yang masih melaksanakan penerapan gizi seimbang dengan buruk, sebanyak 47 orang (56,6%) responden merupakan ibu yang bekerja dan sebanyak 36 orang (43,4%) responden merupakan ibu yang tidak bekerja.

Dari hasil uji statistik yang dilakukan dengan menggunakan Chi-Square diperoleh nilai  $p = 0,002$  ( $p < \alpha$ ) yang artinya ada Hubungan secara

statistik antara Pekerjaan dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan.

Tabel 4.2. Hubungan Umur dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan Tahun 2023

Variabel	Penerapan Gizi Seimbang						p-value
	Baik		Buruk		Jumlah		
	f	%	f	%	f	%	
<b>Umur</b>							
<30 tahun	4	32	3	25,	86	57	0,03
≥30 tahun	8	12,	8	30	64	42	
	9	7	5			7	
<b>Total</b>	<b>6</b>	<b>44</b>	<b>8</b>	<b>55</b>	<b>15</b>	<b>10</b>	
<b>total</b>	<b>7</b>	<b>,7</b>	<b>3</b>	<b>,3</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan Umur dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan, diketahui bahwa dari 67 orang responden yang telah melaksanakan penerapan gizi seimbang dengan baik, sebanyak 48 orang (71,6%) responden merupakan ibu yang berumur <30 tahun dan sebanyak 19 orang (28,4%) responden merupakan ibu yang berumur ≥30 tahun. Diketahui juga bahwa dari 83 orang responden yang masih melaksanakan penerapan gizi seimbang dengan buruk, sebanyak 38 orang (45,8%) responden merupakan ibu yang berumur <30 tahun dan sebanyak 45 orang (54,2%) responden merupakan ibu yang berumur ≥30 tahun.

Dari hasil uji statistik yang dilakukan dengan menggunakan Chi-Square diperoleh nilai  $p = 0,003$  ( $p < \alpha$ ) yang artinya ada Hubungan secara statistik antara Umur dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan.

Tabel 4.3. Hubungan Pendidikan dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan Tahun 2023

Variabel	Penerapan Gizi Seimbang						p-value
	Baik		Buruk		Jumlah		
	f	%	f	%	f	%	
<b>Pendidikan</b>							0,003
Dasar dan Menengah	1	12	4	30	6	4	0,003
Tinggi	9	,7	5		4	2,	
	4	32	3	25	8	5	
	8		8	,3	6	7,	
						3	
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
	<b>7</b>	<b>4,</b>	<b>3</b>	<b>5,</b>	<b>5</b>	<b>0</b>	
		<b>7</b>		<b>3</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan Pendidikan dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan, diketahui bahwa dari 67 orang responden yang telah melaksanakan penerapan gizi seimbang dengan baik, sebanyak 19 orang (28,4%) responden merupakan ibu dengan Riwayat pendidikan dasar dan menengah dan sebanyak 48 orang (71,6%) responden merupakan ibu dengan

Riwayat Pendidikan tinggi. Diketahui juga bahwa dari 83 orang responden yang masih melaksanakan penerapan gizi seimbang dengan buruk, sebanyak 45 orang (54,2%) responden merupakan ibu dengan Riwayat pendidikan dasar dan menengah dan sebanyak 38 orang (45,8%) responden merupakan ibu dengan Riwayat Pendidikan tinggi.

Dari hasil uji statistik yang dilakukan dengan menggunakan Chi-Square diperoleh nilai  $p = 0,003$  ( $p < \alpha$ ) yang artinya ada Hubungan secara statistik antara Pendidikan dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan.

**Tabel 4.4.**

Hubungan Pengetahuan dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan Tahun 2023

Variabel	Penerapan Gizi Seimbang						p-value
	Baik		Buruk		Jumlah		
	f	%	f	%	f	%	
<b>Pengetahuan</b>							
Baik	4	29	3	22	7	5	
	4	,3	3		7	1,3	
Tidak baik	2	15	5	33	7	4	0,03
	3	,3	0	,3	3	8,7	
<b>Total</b>	<b>6</b>	<b>44</b>	<b>8</b>	<b>55</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
	<b>7</b>	<b>,7</b>	<b>3</b>	<b>,3</b>	<b>5</b>	<b>0</b>	
					<b>0</b>	<b>0</b>	

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan Pengetahuan dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa

Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan, diketahui bahwa dari 67 orang responden yang telah melaksanakan penerapan gizi seimbang dengan baik, sebanyak 44 orang (65,7%) responden merupakan ibu dengan pengetahuan yang baik tentang penerapan gizi seimbang dan sebanyak 23 orang (34,3%) responden merupakan ibu dengan pengetahuan yang tidak baik tentang penerapan gizi seimbang. Diketahui juga bahwa dari 83 orang responden yang masih melaksanakan penerapan gizi seimbang dengan buruk, sebanyak 33 orang (39,8%) responden merupakan ibu dengan pengetahuan yang baik tentang penerapan gizi seimbang dan sebanyak 50 orang (60,2%) responden merupakan ibu dengan pengetahuan yang tidak baik tentang penerapan gizi seimbang.

Dari hasil uji statistik yang dilakukan dengan menggunakan Chi-Square diperoleh nilai  $p = 0,003$  ( $p < \alpha$ ) yang artinya ada Hubungan secara statistik antara Pengetahuan dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan.

**Tabel 4.5.**

Hubungan Sikap dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan Tahun 2023

Variabel	Penerapan Gizi Seimbang						p-value
	Baik		Buruk		Jumlah		
	f	%	f	%	f	%	
<b>Sikap</b>							
Positif	49	32,7	36	24	85	56	0,000
Negatif	18	12	47	31,3	65	43,3	
<b>Total</b>	<b>67</b>	<b>44,7</b>	<b>83</b>	<b>55,3</b>	<b>150</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan Sikap dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan, diketahui bahwa dari 67 orang responden yang telah melaksanakan penerapan gizi seimbang dengan baik, sebanyak 49 orang (73,1%) responden merupakan ibu dengan sikap yang positif tentang penerapan gizi seimbang dan sebanyak 18 orang (26,9%) responden merupakan ibu dengan sikap yang negatif tentang penerapan gizi seimbang. Diketahui juga bahwa dari 83 orang responden yang masih melaksanakan penerapan gizi seimbang dengan buruk, sebanyak 36 orang (43,4%) responden merupakan ibu dengan sikap yang positif tentang penerapan gizi seimbang dan sebanyak 47 orang (56,6%) responden merupakan ibu dengan sikap yang negatif tentang penerapan gizi seimbang.

Dari hasil uji statistik yang dilakukan dengan menggunakan Chi-Square diperoleh nilai  $p = 0,000$  ( $p < \alpha$ ) yang artinya ada Hubungan secara

statistik antara Sikap dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan.

Tabel 4.6.

Hubungan Ketersediaan sarana prasarana dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan Tahun 2023

Variabel	Penerapan Gizi Seimbang						p-value
	Baik		Buruk		Jumlah		
	f	%	f	%	f	%	
<b>Ketersediaan Sarana dan Prasarana</b>							
Tersedia	48	32	35	23	83	55	0,001
Tidak tersedia	19	12,7	47	32	66	43,3	
<b>Total</b>	<b>67</b>	<b>44,7</b>	<b>83</b>	<b>55,3</b>	<b>150</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan Ketersediaan Sarana dan Prasarana dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan, diketahui bahwa dari 67 orang responden yang telah melaksanakan penerapan gizi seimbang dengan baik, sebanyak 48 orang (71,6%) responden merupakan ibu yang menyatakan sarana dan prasarana penerapan gizi seimbang tersedia dan sebanyak 19 orang (28,4%) responden merupakan ibu yang menyatakan sarana dan prasarana penerapan gizi

seimbang tidak tersedia. Diketahui juga bahwa dari 83 orang responden yang masih melaksanakan penerapan gizi seimbang dengan buruk, sebanyak 35 orang (42,2%) responden merupakan ibu yang menyatakan sarana dan prasarana penerapan gizi seimbang tersedia dan sebanyak 48 orang (57,8%) responden merupakan ibu yang menyatakan sarana dan prasarana penerapan gizi seimbang tidak tersedia.

Dari hasil uji statistik yang dilakukan dengan menggunakan Chi-Square diperoleh nilai  $p = 0,001$  ( $p < \alpha$ ) yang artinya ada Hubungan secara statistik antara Ketersediaan Sarana dan Prasarana dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan.

**Tabel 4.7.**  
Hasil Analisis Regresi Logistik

Tahapan Analisis	Variabel	Sig.	Exp(B)
Tahap 1	Pekerjaan	.763	1.492
	Umur	.982	.983
	Pendidikan	.524	.450
	Pengetahuan	.759	.560
	Sikap	.181	3.940
	Ketersediaan Saran	.197	2.781
	Pras Constant	.003	.178
Tahap 2	Pekerjaan	.712	1.465
	Pendidikan	.523	.449
	Pengetahuan	.748	.568

**4. KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian dan pembahasan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

Tahap 3	an		
	Sikap	.096	3.886
	Ketersediaan Saran	.187	2.790
	Pras Constant	.002	178
Tahap 4	Pekerjaan	.822	1.212
	Pendidikan	.205	331
	Sikap	.076	3.385
	Ketersediaan Saran	.165	2.922
Tahap 5	Pras Constant	.002	180
	Pendidikan	.200	355
	Sikap	.066	3.474
	Ketersediaan Saran	.084	3.188
Tahap 6	Pras Constant	.002	181
	Sikap	.166	2.122
	Ketersediaan Saran	.215	1.951
Tahap 6	Pras Constant	.001	165
	Sikap	.000	3.554
Tahap 6	Constant	.002	207

Berdasarkan hasil analisis multivariat diketahui bahwa variabel Sikap merupakan variabel yang paling berhubungan dengan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan dilihat berdasarkan nilai p-value  $0,000 < 0,05$  dengan nilai  $Exp(B)$  pada hasil uji Multivariat yaitu 3,554 sehingga dapat disimpulkan bahwa sikap positif ibu berpeluang 3,554 kali dalam meningkatkan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan.

1. Semua variabel dalam penelitian ini (Umur, Pendidikan, Pengetahuan, Sikap, Pekerja dan Ketersediaan sarana prasarana) berhubungan dengan

penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan Tahun 2023.

2. Variabel Sikap merupakan variabel yang paling berhubungan dan sikap positif ibu

## **5. DAFTAR PUSTAKA**

Adriani M, Wirjatmadi B. Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan. (2019). Jakarta Kencana Prenada Media Gr, 2: 245–78.

Anik, Maryunani. (2022). Asuhan Kegawatdaruratan Maternal & Neonatal. Jakarta: Trans Info Medika.

Dr. Erry Yudhya Mulyani, S. M. (2020). Asupan Gizi dalam Upaya Meningkatkan Imunitas di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan*, 1.

Ferdiaz, N. Y. (2020). Kekurangan Gizi Penyebab Kematian Anak Akibat Virus Corona, Kemenkes Bagikan Cara Praktis Mencukupi Kebutuhan Gizi Anak di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan*, 1.

KEMENKES. (2017). Hari Gizi Nasional 2017: Ayo Makan Sayur dan Buah Setiap Hari. *Jurnal Kesehatan*, 1.

KEMENKES. (2020). Kesiapsiagaan Menghadapi Infeksi Covid-19. *Jurnal Kesehatan*, 1.

rumah tangga berpeluang 3,554 kali dalam meningkatkan penerapan gizi seimbang pada tatanan rumah tangga di Desa Sei Kamah I Kec. Sei Dadap Kabupaten Asahan.

KEMENKES. (2020). Panduan Gizi Seimbang Pada Masa Pandemi COVID-19. *Artikel Kesehatan*.

Nazaruddin (2016). Pemberdayaan Perilaku Masyarakat Berhubungan Secara Signifikan Dengan Praktek Kadarzi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*;

Notoadmojo, Soekidjo. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

PDGKI. (2020). Panduan Praktis Penatalaksanaan Nutrisi COVID19. *Jurnal Kesehatan*, 1.

Saragih, B. (2022). GAMBARAN KEBIASAAN MAKAN MASYARAKAT PADA MASA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Kesehatan*, 2.

Septianingrum D. (2016). Implementasi Keluarga Sadar Gizi (Kadarzi) Di Puskesmas Gantrung Kecamatan Kebonsari Kabupaten Madiun. *Publika*.;4(6).

Sugiyono (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabet

WHO. (2020). menu gizi seimbang.