

HUBUNGAN TINGKAT PENDIDIKAN IBU DAN PENDAPATAN KELUARGA DENGAN KECUKUPAN ASUPAN PROTEIN PADA BALITA

Oleh

Ana Verena Puspa Rini¹, Roni Ardian², Nurtanny³, M. Berri Ridhoka⁴, Suharni⁵,
Abul Haitsam⁶

^{1,2,3,4,5,6}Program Studi Sarjana Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Gemilang
Tembilahan

E-mail: ¹anaverenapusparini.kuen@gmail.com

Article History:

Received: 17-07-2025

Revised: 22-07-2025

Accepted: 20-08-2025

Keywords:

Tingkat Pendidikan,
Pendapatan Keluarga,
Asupan Protein

Abstract: Balita sedang mengalami masa pertumbuhan yang sangat pesat, sehingga mereka membutuhkan gizi yang tepat, termasuk protein. Kekurangan asupan protein dapat berdampak pada gangguan pertumbuhan, penurunan daya tahan tubuh, dan keterlambatan perkembangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pendidikan ibu dan pendapatan keluarga dengan kecukupan asupan protein pada balita di wilayah kerja puskesmas Tembilahan Kota. Desain penelitian ini adalah cross sectional dengan subjek berjumlah 59 orang yang dipilih secara teknik accidental. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara menggunakan kuesioner. Berdasarkan analisis data, didapatkan bahwa sebagian besar tingkat pendidikan ibu (32,8%) adalah SD/MI dan terendah Tidak Sekolah (5.2 %), pendapatan keluarga tertinggi pada kategori sedang (51.7%), asupan protein tertinggi kategori tinggi (62.1%). Hasil uji statistik Chi-Square menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan ibu dan pendapatan keluarga dengan kecukupan asupan protein ($p = 0,087$ dan $0,828$).

PENDAHULUAN

Balita adalah anak berusia di atas satu tahun, atau lebih populer disebut anak di bawah lima tahun. Pada usia ini, balita tumbuh dengan cepat, sehingga membutuhkan gizi yang tepat. Kondisi kecukupan gizi tersebut sangat lah berpengaruh dengan kondisi kesehatannya seara berkesinambungan pada masa mendatang. Balita sedang mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, sehingga membutuhkan gizi yang cukup, termasuk protein.

Protein berfungsi untuk perkembangan jaringan, enzim, hormon, sistem kekebalan serta membangun dan memperbaiki jaringan tubuh tubuh. Protein yang kurang dapat terjadi apabila tubuh tidak mampu mendapatkan protein sesuai kebutuhan dalam jangka panjang, yang disebabkan karena asupan yang tidak tercukupi. Kekurangan protein pada balita dapat berdampak pada pertumbuhan fisik terhambat, penurunan kekebalan tubuh, serta risiko

masalah gizi seperti gizi kurang dan stunting (Della Putri Adjani and Restu Hikmah Ayu Murti, 2024). Selain itu, kekurangan protein kronis dapat meningkatkan resiko kehilangan massa otot dan gangguan fungsi organ tubuh. Banyak faktor yang memengaruhi kecukupan asupan protein anak usia dini, termasuk tingkat pendidikan ibu dan pendapatan.

LANDASAN TEORI

Pendidikan ibu merupakan bagian dari faktor individu yang memengaruhi keputusan dan perilaku dalam pemberian makan anak. Tingkat pendidikan ibu berperan penting dalam membentuk pengetahuan dan pemahaman tentang gizi. Ibu yang memiliki pendidikan lebih tinggi cenderung memiliki kesadaran yang lebih baik mengenai pentingnya menjaga kesehatan serta memenuhi kebutuhan gizi anak secara optimal. Selain itu, tingkat pendidikan ibu yang lebih tinggi juga berkaitan dengan pendapatan yang lebih tinggi karena pekerjaan yang layak dapat lebih mudah diakses. Hal tersebut dapat berdampak pada pemberian makanan dengan kuantitas dan kualitas asupan zat gizi seperti energi, karbohidrat, protein, lemak, dan mikronutrien yang lebih baik pula.

Lebih lanjut, pendapatan keluarga juga berperan penting dalam menentukan kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi. Keluarga dengan pendapatan memadai memiliki akses yang lebih besar terhadap sumber protein hewani dan nabati berkualitas tinggi. Namun, pendapatan yang terbatas dapat membatasi variasi dan kuantitas protein yang dikonsumsi, sehingga berpotensi menyebabkan gangguan gizi. Pendapatan keluarga menjadi salah satu faktor yang memengaruhi tingkat kecukupan energi dan protein akibat kemampuan ekonomi yang menentukan konsumsi pangan yang bergizi. Kekurangan energi protein berkaitan erat dengan kurangnya asupan energi dan protein dalam jangka panjang. Faktor kemiskinan adalah salah satu penyebab utama rumah tangga tidak tahan pangan. Rendahnya tingkat pendapatan keluarga akan berdampak terhadap pengeluaran rumah tangga, khususnya pengeluaran pangan.

METODE PENELITIAN

Metode Penelitian ini adalah survei analitik dengan pendekatan cross-sectional yang dilakukan melalui pengukuran variabel dalam suatu waktu. Lokasi penelitian ini dilaksanakan di Pustu Pekan Arba pada tahun 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu yang memiliki balita. Untuk sampel menggunakan teknik accidental sampling dengan jumlah sampel sebanyak 58 responden. Metode pengambilan data menggunakan Questioner dengan uji chi square. Dalam penelitian ini variabel independent yaitu asupan protein balita dan variabel dependen yaitu tingkat Pendidikan dan Tingkat pendapatan keluarga. Instrumen penelitian ini dengan menggunakan kuesioner. Analisis yang digunakan Adalah analisis univariat yang bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari masing-masing variabel dan Analisis bivariate untuk melihat hubungan antara masing-masing variabel independen dengan variabel dependen. Uji statistik yang digunakan adalah Analisis dari hasil uji statistik yang digunakan adalah Kai kuadrat (*chi square test*) dengan menggunakan SPSS jika $P \leq 0,05$ Signifikan

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Data univariat

Hasil univariat yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari masing-masing variabel yang diteliti yaitu: tingkat pendidikan ibu, pendapatan keluarga dan asupan protein balita. Secara jelas, hasil analisis univariat akan disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Analisis Univariat

No	Variabel dan Kategori	F	%
1	Tingkat Pendidikan Ibu		
	Tidak sekolah	3	5,2
	SD/MI	19	32,8
	SLTP	12	20,7
	SLTA	17	29,3
	Diploma/PT	7	12,1
2	Pendapatan Keluarga		
	Kurang (<Rp. 2.000.0000)	16	27,6
	Sedang (Rp. 2.000.000-Rp. 4.000.000)	30	51,7
	Tinggi (>Rp. 4.000.000)	12	20,7
3	Asupan Protein Balita		
	Kurang (<80% Akg)	11	19,0
	Cukup (80-110% Akg)	11	19,0
	Berlebih (>110% Akg)	36	62,1
	Total	115	100

Berdasarkan hasil analisis univariat yang ditujukan pada tabel diatas tentang hubungan tingkat pendidikan ibu dan pendapatan keluarga dengan kecukupan asupan protein pada balita didapatkan hasil bahwa tingkat pendidikan SD/MI sebanyak 19 orang (32,8%), pendapatan keluarga sedang sebanyak 30 orang (51,7%) dan asupan protein balita berlebih (>110% AKG) sebanyak 36 orang (62,1%)

2. Data Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara masing – masing variabel independen yaitu pendidikan ibu dan pendapatan ibu dengan variabel dependen yaitu asupan protein balita. Uji statistik yang digunakan adalah Chi Square atau kai kuadrat untuk menguji perbedaan antara beberapa kelompok data. Uji kai kuadrat digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel kategorik dengan variabel kategorik.

Tabel 2. Analisis bivariat hubungan tingkat pendidikan ibu dengan kecukupan asupan protein pada balita

No	Tingkat Pendidikan ibu	Asupan Protein Balita			Total	P value
		Kelebihan	Cukup	Kurang		
1	Diploma/PT	1 (0,58%)	4 (2,32%)	2 (1,16%)	7 (4,06%)	0,087
2	SLTA	10 (5,8%)	3 (1,74%)	4 (2,32%)	17 (9,86%)	
3	SLTP	7 (4,06%)	3 (1,74%)	2 (1,16%)	12 (6,96%)	
4	SD/MI	16 (9,28%)	1 (0,58%)	2 (1,16%)	19 (11,02%)	
5	Tidak Sekolah	2	0	1	3	

	(1,16%)	(0%)	(0,58%)	(1,74%)
Total	36	11	11	58
	(20,88%)	(6,38%)	(6,38%)	(100%)

Tabel analisis bivariat hubungan tingkat pendidikan ibu dengan kecukupan asupan protein pada balita menunjukkan bahwa tingkat pendidikan tidak berhubungan secara signifikan dengan asupan protein pada balita dengan hasil *p value* yaitu 0,087 ($>0,05$). Hasil ini bertentangan dengan sebagian besar literatur yang menyatakan bahwa pendidikan ibu merupakan salah satu faktor determinan penting dalam status gizi anak, termasuk asupan proteinnya. Namun demikian, beberapa faktor lain kemungkinan turut memengaruhi hasil tersebut. Salah satu kemungkinan penyebab tidak adanya hubungan adalah karena adanya homogenitas dalam variabel pendidikan ibu pada populasi penelitian ini.

Selain itu, faktor lain seperti pengetahuan gizi, ketersediaan pangan, serta pola asuh dan preferensi makanan anak mungkin lebih berperan dalam menentukan asupan protein balita daripada tingkat pendidikan formal ibu. Pengetahuan gizi tidak selalu berbanding lurus dengan pendidikan formal, terutama jika informasi tentang gizi tidak tercakup dalam kurikulum pendidikan atau tidak diperoleh dari sumber lain seperti penyuluhan kesehatan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Waryana (2010), yang menyatakan bahwa pendidikan ibu bukan satu-satunya faktor penentu dalam pemenuhan gizi anak. Faktor akses informasi, perilaku konsumsi, dan dukungan lingkungan sekitar juga memiliki pengaruh yang kuat.

Dengan demikian, meskipun pendidikan ibu sering dianggap sebagai indikator penting dalam status gizi anak, hasil penelitian ini menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih komprehensif dengan mempertimbangkan faktor-faktor lain yang memengaruhi pola konsumsi protein pada balita.

Tabel 3. Analisis bivariat hubungan pendapatan keluarga dengan kecukupan asupan protein pada balita

No	Pendapatan Keluarga	Asupan Protein Balita			Total	<i>P value</i>
		Kelebihan	Cukup	Kurang		
1	Tinggi	8 (4,64%)	3 (1,74%)	1 (0,58%)	12 (6,96%)	0,828
2	Sedang	19 (51,02%)	5 (2,9%)	4 (2,32%)	30 (17,4%)	
3	Rendah	9 (5,22%)	3 (1,74%)	2 (1,16%)	16 (9,28%)	
Total		36 (20,88%)	11 (6,38%)	11 (6,38%)	58 (100%)	

Tabel analisis bivariat hubungan pendapatan keluarga dengan kecukupan asupan protein pada balita menunjukkan bahwa pendapatan keluarga tidak berhubungan secara signifikan dengan asupan protein pada balita dengan hasil *p value* yaitu 0,828 ($>0,05$). Hasil ini konsisten dengan beberapa studi di Indonesia yang juga menunjukkan hal serupa. Penelitian Febriana (2017), di Kota Tangerang menemukan bahwa pendapatan keluarga tidak berhubungan dengan asupan protein ($p \geq 0,05$) pada balita usia 3–5 tahun dari pekerja pabrik tahu.

Namun, penelitian ini berbeda dengan penelitian Susilowati et al (2021) yang menyatakan bahwa pendapatan keluarga berpengaruh signifikan terhadap kecukupan gizi anak usia 6-59 bulan. Demikian pula dengan penelitian oleh Fitriani dan Mulyani (2020),

bahwa anak dari keluarga dengan status ekonomi rendah memiliki risiko lebih tinggi mengalami kekurangan protein.

Beberapa faktor lain yang berperan dalam menentukan protein yang adekuat pada balita seperti penghuan ibu, pola konsumsi makan keluarga dan ketahanan pangan rumah tangga.

KESIMPULAN

Penelitian ini dapat menarik kesimpulan dari apa yang diteliti pada jurnal dan buku yang terdahulu yaitu informasi kesehatan pada balita tidak melihat dari tingkat pendidikan ibu dan pendapatan keluarga dikarenakan akses untuk mendapatkan informasi tersebut bisa melalui media sosial atau dengan adanya penyuluhan yang diberikan oleh tenaga kesehatan kepada ibu yang memiliki balita serta adanya pemeriksaan secara berkala agar tumbuh kembang balita dapat terpantau dengan baik. Pada peneliti selanjutnya agar dapat meneliti variabel yang lain sehingga dapat mengetahui faktor apa yang berhubungan dengan asupan protein pada balita.

Pengakuan/Acknowledgements

Kami ingin mengucapkan terimakasih masyarakat wilayah Pekan Arba; pemerintah lurah, pegawai pustu, kader posyandu, dan terutama ibu balita responden yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian yang kami lakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Anggraeni, D. A., Ruwiah, R., & Kohali, R. E. S. O. (2023). *Hubungan pengetahuan gizi ibu, pendapatan keluarga dan asupan energi-protein dengan status gizi balita 1-5 tahun di Puskesmas Benu-Benu Kota Kendari*. Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia. Hasil penelitian menunjukkan **pendapatan berhubungan**, namun sebaliknya pendidikan gizi tidak berpengaruh terhadap status gizi balita.
- [2] Depkes RI. (2018). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat.
- [3] Febriana (2017). *Hubungan antara pendapatan keluarga, pendidikan ibu, dan asupan energi-protein dengan status gizi anak usia 3-5 tahun pekerja pabrik tahu JL*. Tidak ditemukan hubungan antara pendapatan dan asupan protein ($P \geq 0,05$) dengan status gizi.
- [4] Fitriani, R., dan Mulyani, S. (2020). *Hubungan pendapatan keluarga dengan tingkat konsumsi protein anal balita*. Jurnal Gizi dan Kesehatan, 12(2), 85-92.
- [5] Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta: Badan Litbangkes.
- [6] Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- [7] Sulilowati, D., Rahmawati, F., Handayani, T. (2021). *Hubungan pendapatan keluarga dan pengetahuan gizi ibu dengan status gizi balita*. Media gizi indonesia, 16(1), 55-62.
- [8] UNICEF. (2021). *Improving Young Children's Diets During the Complementary Feeding Period*. New York: UNICEF.
- [9] Waryana. (2010). *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- [10] WHO. (2020). *Feeding and Nutrition of Infants and Young Children: Guidelines*. Geneva: World Health Organization.

-
- [11] Istiqomah, A., Masmur, K., Amalia, RA., Tiawati, S. (2024). Peran Gizi Terhadap Pertumbuhan Dan Perkembangan Balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Gizi*, Vol. 2, No. 2, p. 67-74.
- [12] Budiono, JS., Sukandar, D., & Putri, M. Hubungan Pendapatan dengan Pengeluaran Pangan dan Tingkat Kecukupan Energi Protein pada Rumah Tangga Desa Babakan. *Jurnal Gizi Dietetik*, Vol. 4, No. 1, P. 52-58.
- [13] Fayola, D., Zuraida, R., Jausal, AN., & Darwis, I. (2025). Hubungan Tingkat Pendidikan Akhir Ibu Terhadap Status Gizi Balita (BB/TB). *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, Vol. 7, No. 2, P. 943-954.
- [14] Mulyani, TS., Heryatno, Y., & Fahrezi, HFJ. (2025). Tingkat Pendidikan Ibu, Tingkat Kecukupan Protein, dan Status Gizi Remaja di Desa Babakan. *Jurnal Gizi Dietetik*. Vol. 4, No. 1, P. 59-64.
- [15] Muaris, H. (2006). *Bekal Sekolah Untuk Anak Balita*. Jakarta. Gramedia Pustaka Utama.