

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN POLA MAKAN ANAK BALITA DI GAMPONG BUNG RAYA KECAMATAN MONTASIK KABUPATEN ACEH BESAR

Oleh:

¹Armi ²Rina

¹ Dosen FKIP Pendidikan Biologi Universitas Serambi Mekkah

² Mahasiswa FKIP Pendidikan Biologi Universitas Serambi Mekkah

ABSTRAK

Telah dilakukan penelitian tentang “Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Pola Makan Anak Balita di Gampong Bung Raya Kecamatan Montasik Kabupaten Aceh Besar pada tanggal 30 Juli s/d 2 Juni 2014. Salah satu pengetahuan yang perlu dikaji secara akademis dalam ilmu kesehatan adalah Ilmu gizi atau nutrisi. Dalam kenyataannya pengetahuan dan pemahaman tentang gizi sangat baik untuk diketahui karena fungsi utama dari gizi adalah untuk memberikan energi bagi aktivitas tubuh, membentuk struktur kerangka dan jaringan tubuh. Rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan pengetahuan gizi dengan pola makan anak balita, penelitian ini bertujuan agar khalayak dapat mengetahui tentang hubungan pola makan terhadap gizi anak balita. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang mempunyai balita di Gampong Bung Raya Kecamatan Montasik Kabupaten Aceh Besar berjumlah 50 ibu. Sedangkan yang menjadi sampel adalah ibu-ibu yang memiliki anak balita. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptis kuantitatif dengan menggunakan instrument penelitian seperti pertanyaan untuk wawancara serta angket. Hasil penelitian yang diperoleh adalah $t = 1,872$ jika dikonsultasikan dengan t_{tabel} dengan $dk (n-2) = 48$, pada $\alpha = 0,05$ diperoleh $t_{tabel} = 1.67722$ Maka t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($1,872 > 1.67722$). Jadi disini menunjukkan tidak terjadi korelasi atau pengaruh antara variabel dependent (pola makan) terhadap variabel independent (pengetahuan gizi) yang signifikan.

Kata kunci : gizi, pola makan dan nutrisi

PENDAHULUAN

Salah satu pengetahuan yang perlu dikaji secara akademis dalam ilmu kesehatan adalah Ilmu gizi atau nutrisi. Sediaoetama (2010:42) menjelaskan tentang definisi ilmu gizi adalah ilmu yang mempelajari hal ikhwal makanan yang dikaitkan dengan kesehatan tubuh dan dalam prosesnya gizi mempengaruhi hampir semua proses dalam tubuh yang

berkaitan dengan penyediaan energi dan untuk pemulihan.

Dalam kenyataannya berbagai macam pengetahuan dan pemahaman tentang gizi sangat baik untuk diketahui karena fungsi utama dari gizi adalah untuk memberikan energi bagi aktivitas tubuh, membentuk struktur kerangka dan jaringan tubuh, serta mengatur berbagai proses kimia didalam tubuh

(Sediautama, 2008 : 27). Selain itu asupan gizi yang baik menjadi faktor penting dalam masa pertumbuhan serta perkembangan tubuh. Gizi secara umum memiliki berbagai fungsi terhadap kesehatan tubuh, seperti sebagai sumber energi, pembangun, energi dan lain sebagainya.

Pola makan pada balita sangat berperan penting dalam proses pertumbuhan pada balita, karena dalam makanan banyak mengandung gizi. Gizi menjadi bagian yang sangat penting dalam pertumbuhan. Gizi di dalamnya memiliki keterkaitan yang sangat erat hubungannya dengan kesehatan dan kecerdasan. Apabila terkena defisiensi gizi maka kemungkinan besar sekali anak akan mudah terkena infeksi. Gizi ini sangat berpengaruh terhadap nafsu makan. Jika pola makan tidak tercapai dengan baik pada balita maka pertumbuhan balita akan terganggu, tubuh kurus, pendek bahkan bisa terjadi gizi buruk pada balita (Saryono dan Anggriyana, 2010 : 34).

Berg (2010 : 186) berpendapat bahwa latar belakang pendidikan seseorang merupakan salah satu unsur penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi, karena dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi, diharapkan pengetahuan atau informasi tentang gizi yang dimiliki menjadi lebih baik. Sering masalah gizi timbul karena ketidaktahuan dan kurangnya informasi tentang gizi yang memadai (Sumaiyah, 2008 : 4).

Pengetahuan gizi adalah sesuatu yang diketahui tentang

makanan dalam hubungannya dengan kesehatan optimal. Semakin tinggi tingkat pendidikan orang tua maka semakin tinggi pula pengetahuan dan pengalamannya dalam merawat anaknya khususnya dalam pola pemberian makannya. Bila ibu rumah tangga memiliki pengetahuan gizi yang baik maka ibu akan mampu untuk memilih makanan-makanan yang bergizi untuk dikonsumsi (Santoso, 2010 : 7).

Berdasarkan survei yang dilakukan di Gampong Bung Raya Kecamatan Montasik terdapat balita yang gizinya dibawah normal, hal itu disebabkan oleh kurangnya pengetahuan masyarakat dan kurangnya pendidikan masyarakat setempat mengenai pentingnya gizi balita serta pola pemberian makanan kepada balita dan juga masyarakat kurang memperhatikan keadaan balita.

Oleh karena itu, hal tersebut perlu di kaji secara mendalam agar dapat di ketahui dengan jelas. Untuk mengetahui adanya hubungan antara kedua faktor itu dilakukan penelitian dengan judul mengenai “Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Pola Makan Anak Balita di Gampong Bung Raya Kecamatan Montasik Kabupaten Aceh Besar”.

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah adalah “Apakah ada Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Pola Makan Anak Balita di Gampong Bung Raya Kecamatan Montasik Kabupaten Aceh Besar”?

TUJUAN PENELITIAN

Untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Pola Makan Anak Balita di Gampong Bung Raya Kecamatan Montasik Kabupaten Aceh Besar.

HIPOTESIS

Hipotesis dalam penelitian ini adalah “terdapat Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Pola Makan Anak Balita di Gampong Bung Raya Kecamatan Montasik Kabupaten Aceh Besar”.

MANFAAT PENELITIAN

1. Dapat memberikan gambaran pengetahuan gizi dengan pola makan anak balita dari masyarakat Gampong Bung Raya.
2. Dapat mengetahui penerapan pola makan anak balita dari masyarakat Gampong Bung Raya.

METODE

Penelitian ini dilakukan di Gampong Bung Raya Kecamatan Montasik Kabupaten Aceh Besar pada tanggal 30 juli s/d 2 Juni 2014

POPULASI DAN SAMPEL

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang mempunyai balita di Gampong Bung Raya Kecamatan Montasik Kabupaten Aceh Besar berjumlah 50 ibu. Karena jumlah terbatas maka semuanya dijadikan sampel penelitian (total sampel)

Menurut Arikunto, (2006 : 240) menyatakan bahwa jika populasi dibawah 100 maka diambil seluruhnya. Dan apabila populasi diatas 100 maka

dapat diambil 10%-20% atau 20%-25% atau lebih untuk dijadikan sampel.

METODE PENGUMPULAN DATA

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptis kuantitatif dengan menggunakan instrument penelitian, diantaranya adalah :

a. Wawancara

Yang dimaksud dengan wawancara adalah untuk memperoleh keterangan dan alasan yang jelas secara langsung kepada responden mengenai pengetahuan gizi dengan pola makan anak balita.

b. Angket

Angket disediakan dalam bentuk tertutup, yang didalamnya memuat isi pengetahuan gizi ibu balita dengan pola makan balita. Masing-masing pertanyaan tersebut disediakan jawaban, jawaban yang benar diberikan nilai 1 dan yang salah diberikan nilai 0. Kepada ibu diminta memberi jawaban sesuai dengan keadaan yang sering mereka lakukan.

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 - 0,19%	Sangat rendah
0,20 - 0,39%	Rendah
0,40 - 0,59%	Sedang
0,60 - 0,79%	Kuat
0,80 - 1,00%	Sangat Kuat

PENGOLAHAN DATA DAN ANALISA DATA

Analisis data pada pengolahan ini dilakukan dengan menggunakan uji statistik yaitu dengan menggunakan rumus korelasi product moment Sugiyono (2005 : 246) :

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(n \sum x^2 - (\sum x)^2)(n \sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

Keterangan:

r = koefisien korelasi

n = jumlah sampel

x = variabel dependen

y = variabel independen

Sugiyono (2005:123) Tabel interpretasi koefisien korelasi beberapa kategori sebagai berikut :

Selanjutnya untuk membuktikan hipotesis bahwa terdapat hubungan pengetahuan gizi dengan pola makan anak balita di Gampong Bung Raya Kecamatan Montasik Kabupaten Aceh Besar, akan di uji secara statistik. Untuk itu perlu dirumuskan hipotesis statistik yaitu :

$$t = r \sqrt{\frac{n-2}{1-r^2}}$$

Dimana:

t = hasil hitung distribusi koefisien korelasi

n = banyak sampel diteliti

r = koefisien korelasi

Dengan ketentuan sebagai berikut : tolak H_0 jika $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$ sebaliknya jika $t\text{-hitung} < t\text{-tabel}$ maka H_0 diterima. Pengujian statistik dengan taraf signifikan = 0,05

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket dan wawancara kepada responden yaitu ibu di Gampong Bung Raya Kecamatan Montasik Kabupaten Aceh Besar, yang mempunyai balita yaitu sejumlah 50

orang ibu. Setelah angket dikembalikan dari responden, maka langkah selanjutnya adalah memeriksa angket sesuai dengan jawaban yang diberikan responden. Dari keseluruhan angket yang diedarkan dapat terkumpul seluruhnya dan semua dapat diolah.

Setelah data yang diperlukan terkumpul data tersebut ditabulasikan kedalam bentuk tabel untuk memilahkan data dependen dengan data independen langkah selanjutnya data tersebut akan dilakukan pengolahan data, pengolahan data menggunakan tehnik pengolahan data uji statistik yaitu dengan mencari korelasi product moment untuk mengetahui hubungan korelasi antara pengetahuan gizi ibu-ibu yang mempunyai balita dengan pola makan pada anak-anak balita di Gampong Bung Raya Kecamatan Montasik Kabupaten Aceh Besar.

Untuk lebih lanjut data tersebut ditabulasikan dalam tabek sebgai berikut :

Selanjutnya data tersebut data diatas di tuangkan kedalam tabel uji korelasi sebagaimana tabel berikut dengan menggunakan rumus kapkan sebagai berikut :

1. Menentukan koefisien korelasi

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(n \sum x^2 - (\sum x)^2)(n \sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

Sugioyono (2005:123)

r : Koefisien korelasi

n : jumlah sampel

Tabel 4.2 . Tabel uji korelasi sederhana antara nilai x dengan nilai y

$$\begin{aligned}
 r_{xy} &= \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{(n \sum x^2 - (\sum x)^2)(n \sum y^2 - (\sum y)^2)} \\
 r_{xy} &= \frac{50(258260) - (3334)(3840)}{(50(227462) - (3334)^2)(50(308800) - (3840)^2)} \\
 r_{xy} &= \frac{12913000 - 12802560}{(11373100 - 11115556)(15440000 - 14745600)} \\
 r_{xy} &= \frac{110440}{(257544)(694400)} \\
 r_{xy} &= \frac{110440}{178838553600} \\
 r_{xy} &= \frac{110440}{422893.075} \\
 r_{xy} &= 0.261
 \end{aligned}$$

Tabel : 4.3 Tabel product moment.

2. Uji signifikan

Untuk dapat membuktikan hipotesis, maka selanjutnya nilai korelasi berdasarkan uji signifikan :

$$\begin{aligned}
 t &= r \sqrt{\frac{n-2}{1-r^2}} \\
 t &= 0,261 \sqrt{\frac{50-2}{1-(0,261)^2}} \\
 t &= 0,261 \sqrt{\frac{48}{1-0,068121}} \\
 t &= 0,261 \sqrt{\frac{48}{0,931879}} \\
 t &= 0,261 \sqrt{51,508} \\
 t &= 0,261 \times 7,176 \\
 t &= 1,872
 \end{aligned}$$

t = 1,872 jika dikonsultasikan dengan t_{tabel} dengan dk (n-2) = 48, pada α = 0,05 diperoleh t_{tabel} = 1.67722 Maka t_{hitung}

lebih besar Dari t_{tabel} (1,872 > 1.67722). Jadi disini menunjukkan tidak terjadi korelasi atau pengaruh antara variabel dependent (pola makan) terhadap variabel independent (pengetahuan gizi) yang signifikan.

Tabel 4.4 Tabel t uji t

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan, ternyata thitung lebih besar dari ttabel seperti tercantum di bawah ini :

t = 3,21 jika dikonsultasikan dengan t_{tabel} dengan dk (n-2) = 48, pada α = 0,05 diperoleh t_{tabel} = 1.67722 Maka t_{hitung} lebih besar Dari t_{tabel} (1,872 > 1.67722). Jadi disini menunjukkan tidak terjadi korelasi atau pengaruh antara variabel dependent (pola makan) terhadap variabel independent (pengetahuan gizi) yang signifikan.

Sesuai dengan ketentuan statistik, karena t_{hitung} > t_{tabel} maka tolak Ho. Jadi hipotesis menyatakan terdapat hubungan pengetahuan gizi dengan pola makan anak balita di Gampong Bung Raya Kecamatan Montasik Kabupaten Aceh Besar di tolak.

Dengan demikian dapat disimpulkan tidak terdapat hubungan pengetahuan gizi dengan pola makan anak balita di Gampong Bung Raya Kecamatan Montasik Kabupaten Aceh Besar.

Berdasarkan hasil yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, sebagian besar informan utama baik yang balita mengalami peningkatan gizi maupun yang tidak mengalami peningkatan gizi, memiliki pengetahuan yang sama hamper disemu aspek perilaku pemberian pola makan kepada

balita kecuali dalam hal porsi dan penyajian makanan.

Pemahaman yang baik tentang gizi akan membuat ibu tau harus bagaimana cara mencukupi kebutuhan anaknya karena ibu memahami guna zat gizi dan pengaruhnya terhadap kesehatan balita. Keadaan ekonomi suatu keluarga juga sangat mempengaruhi tercukupi atau tidaknya kebutuhan primer, sekunder, serta perhatian dan kasih sayang yang akan diperoleh anak. Hal tersebut tentu berkaitan erat dengan pendapatan keluarga, jumlah saudara dan pendidikan orang tua (Supariasa, 2002: 29). Sebagian besar masyarakat berpenghasilan tidak menentu dalam setiap bulannya. Akan tetapi hal tersebut tidak menjadi masalah bagi ibu-ibu untuk mencukupi kebutuhan makanan bagi balita karena para ibu-ibu kalau kurang biaya dalam membeli makanan seperti sayuran biasanya mereka mengandalkan tumbuhan sekitar pekarangan rumah untuk digunakan.

Makanan yang dihidangkan ibu dalam keluarga khususnya untuk balita selalu beraneka ragam dan memiliki zat gizi yang tinggi dalam makanan seperti karbohidrat, protein, lemak serta mineral. Hal tersebut menunjukkan ibu mempunyai pengetahuan yang luas tentang gizi sehingga dapat memberikan makanan yang terbaik untuk keluarganya. Ibu-ibu yang berpemahaman kurang dalam memberikan makanan untuk balita juga kurang baik karena tidak mengetahui yang baik dimakan untuk balita. Akan tetapi walaupun ada ibu yang berpemahaman kurang tetapi baik dalam

memberikan makanan mungkin karena faktor lain yaitu karena ibu tersebut mempunyai pendapatan yang tinggi. Pengetahuan ibu yang tinggi akan memberikan pengaruh yang menguntungkan, terutama dalam upaya peningkatan dan perbaikan gizi anggota keluarga. Ibu rumah tangga yang berpengetahuan luas akan lebih terampil dan mudah dalam mengatur atau memberikan makanan yang terbaik demi pertumbuhan dan perkembangan anak balitanya (Pratiwi, 2000 : 31)

KESIMPULAN

1. Tidak terdapat hubungan pengetahuan gizi dengan pola makan anak balita di Gampong Bung Raya Kecamatan Montasik Kabupaten Aceh Besar
2. Hasil analisis data terhadap hipotesis menyatakan terdapat hubungan pengetahuan gizi dengan pola makan anak balita di Gampong Bung Raya Kecamatan Montasik Kabupaten Aceh Besar. $t_{hitung} > t_{tabel} (0,05) = (1,872 > 1,677)$. Maka hipotesis yang diajukan "ditolak".

Saran

1. Kepada pihak Dinas Kesehatan khususnya pada Puskesmas agar dapat memberikan informasi dan penyuluhan tentang keunggulan ASI baik secara berkelompok ataupun individu kepada ibu yang berkunjung ke puskesmas dan juga kepada para ibu lebih memperhatikan pola makan kepada anak.

2. Untuk tenaga kesehatan terutama bidan desa agar dapat berperan aktif dalam memberikan penyuluhan pada saat posyandu, dan dapat pula memasang poster-poster yang berhubungan dengan pemberian makanan yang bergizi.
3. Diharapkan kepada penelitian selanjutnya yang tertarik pada pengetahuan gizi agar lebih dikembangkan permasalahan yang timbul dan pemecahannya dalam kaitannya dengan pengetahuan gizi pada balita.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Almatsier. (2002). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Albert L. Lehninger. (2008) *Dasar-Dasar Biokimia*, terj. MaggyThenawidjaya, Jakarta: Erlangga
- Achmad DjaeniSediaoetama. (2009) *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi*, Jakarta: Dian Rakyat.
- Atikah Proverawati dan Erna Kusuma Wati. (2010). *Makanan Sehat dan Bergizi*, Bandung: YramaWidya
- Arisman. (2010). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*, Jakarta: EGC
- Berg. (2010). *Pola pemberian makan pada bayi usia 6 sampai 12 bulan*.
- Dedeh, dkk. (2010). *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Departemen Agama Republik Indonesia.(1992). *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Semarang: CV. Asy-Syifa'
- Faridah. (2004). *At a Glance Ilmu Gizi*, terj. HerminHalim, Jakarta: Erlangga.
- <http://medicastore.com/artikel/279/index.html>,diakses tanggal 17 Juni 2014
- I Made Bakta. (2009). "Penanggulangan Anemia Defisiensi Besi sebagai Usaha Meningkatkan Kualitas Sumber daya Manusia", dalam *Pemikiran Kritis Guru Besar Universitas Udayana Bidang Kesehatan*, , vol. 2, hlm. 16
- Mary E. Barasi.(2009). *At A Glance Ilmu Gizi*, terj. HerminHalim Jakarta : Erlangga.
- Notoadmodjo, S. (2009). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Putranto Jokohadikusumo.(2010). *Pembangunan Gizi untuk Kualitas Sumber Daya Manusia*, Bandung: PT. Puri Delco.
- Sediaoetama. (2010). *Sistem Pengamatan dan Pemantauan Gizi*. Jakarta:Bhratara Karya Aksara.
- Sediautama, Achmad Jaeni. (2008). *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi di Indonesia 1*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Soekirman. (2000) *Ilmu Gizi dan Aplikasinya Untuk Keluarga dan Masyarakat*, Jakarta:

- Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional
- Sogiyono. (2005). *Metode Statistik*. Bandung. Tarsito
- Sutomo, Budi, (2010), *Menu Sehat Alami Untuk Batita Dan Balita*, Tangerang : Demedia
- Suhardjo, (2008), *Kesehatan Dan Gizi*. Jakarta . Jurnal Keperawatan Anak. Vol. 1 No. 1, Mei 2013 :30-36 (diakses pada 16 Juni 2014)
- Sumaiyah, (2008). *Hubungan antara pola pemberian nutrisi dan perubahan berat badan pada balita di posyandu, Desa Putat, Tanggulangin*. Tanggulangin : Politeknik Kesehatan Surabaya. Ejournal Keperawatan (e-Kp) Vol. 1 No. 1. Agustus 2013 (diakses pada 20 Juni 2014)
- Sunardi, T. (1999). *Anak ogah makan salah orang tua*. imsasister@ims.nu. Jurnal teknologi dan kejuruan , vol. 33 no. 2 , september 2010: 183 – 192 (diakses pada juli 2014)
- Suharyono. (1989). *Perencanaan pangan dan gizi*. Jakarta : Bumi Aksara
- Santoso, (2010). *Kesehatan dan gizi*. Jakarta : Rineke Cipta.
- Saryono dan Anggriyana Tri Widianti. (2010). *Kebutuhan Dasar Manusia*, Yogyakarta: NuhaMedika.
- Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional. (2005). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Ketiga* , Jakarta: Balai Pustaka.
- Yuniastuti. A, (2008). *Gizi Dan Kesehatan Anak*. Jakarta : Demedia