



HUBUNGAN POLA MAKAN DAN PENGETEHUAN IBU DENGAN KEJADIAN STATUS GIZI KURANG DI SDN 22 MAROS KEC. MAROS BARU KAB. MAROS TAHUN 2019

Suherman Rate¹, Kurnia Yusuf²

¹ Program Studi Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Salewangang Maros

² Program Studi Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Salewangang Maros

Email: sunsuherman@gmail.com

ABSTRAK

Status gizi merupakan suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh. Kekurangan gizi menyebabkan beberapa gangguan dalam proses pertumbuhan, mengurangi produktivitas kerja dan kemampuan berkonsentrasi, struktur dan fungsi otak, pertahanan tubuh, serta perilaku. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kejadian status gizi kurang dengan pola makan, pengetahuan ibu di SDN 22 Maros. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *observasional* dengan pendekatan *Cross*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan pola makan dengan kejadian status gizi kurang dengan hasil nilai p 0.049, menunjukkan ada hubungan pengetahuan ibu dengan kejadian status gizi kurang dengan hasil nilai p 0.007. Berdasarkan hasil penelitian, ada hubungan pola makan dan pengetahuan ibu dengan kejadian status gizi kurang di SDN 22 Maros Tahun 2019.

Kata kunci : Pola makan ; Pengetahuan ibu ; Gizi Kurang

ABSTRACT

Nutritional status is a measure of a person's body condition which can be seen from the food consumed and the use of nutrients in the body. malnutrition causes several disturbances in the growth process, reducing work productivity and ability to concentrate, brain structure and function, body defences, and behaviour. This study aims to determine the relationship between the incidence of malnutrition status and diet, maternal knowledge at SDN 22 Maros. This research uses observational research with the Cross approach. The results showed that there was a relationship between diet and the incidence of malnutrition with a p-value of 0.049, indicating that there was a relationship between maternal knowledge and the incidence of malnutrition with a p-value of 0.007. Based on the results of the study, there is a relationship between diet and maternal knowledge with the incidence of malnutrition in SDN 22 Maros 2019.

Keywords: Dietary habit ; Maternal Knowledge ; Malnutrition



PENDAHULUAN

Anak sekolah merupakan aset negara yang sangat penting sebagai sumber daya manusia bagi keberhasilan pembangunan bangsa. Kebutuhan gizi anak sebagian besar digunakan untuk aktivitas pembentukan dan pemeliharaan jaringan (Moehji S. 2003). Status gizi tidak terlepas dari apa yang dikonsumsi seseorang, pola makan pada anak usia 7-12 tahun masih sangat dipengaruhi oleh lingkungan terutama lingkungan keluarga yaitu kedua orang tua. Pola asuh kedua orang tua akan mempengaruhi pola makan setiap anak, karena anak pada usia tersebut masih bergantung pada orang tua. Termasuk status sosial ekonomi kedua orang tua.

Menurut, Boshoff et al (2007), ada beberapa faktor yang mempengaruhi kekurangan gizi pada anak-anak antara lain, kurangnya pengetahuan orang tua mengenai makanan bergizi, status sosial dan ekonomi orang tua. Maka peran orang tua juga sangat penting sebagai kontrol gizi anak- anak dalam lingkungan rumah. Usia anak adalah usia emas yang menjadi bibit yang menentukan bagi masa depan bangsa. Artinya kualitas SDM generasi

muda harus mulai diperhatikan sejak usia anak-anak. Dewasa ini muncul masalah pada anak usia Sekolah Dasar (SD), yaitu terhambatnya pertumbuhan, menurunnya kecerdasan, menurunnya daya tahan tubuh. Hal tersebut disebabkan karena kurangnya pemenuhan gizi yang baik anak usia SD di Indonesia bahkan masih ada yang mengalami gizi buruk terutama pada daerah-daerah pedesaan yang kurang mendapat perhatian dari pemerintah (Moehji S. 2003). Kekurangan zat gizi pada anak usia muda akan menghambat perkembangan mental dan kecerdasan otak dimasa yang akan datang. Kelainan yang terjadi pada jaringan otak akibat gizi buruk itu akan menyebabkan turunya fungsi otak, yang akan berpengaruh terhadap kemampuan belajar (Moehji S. 2003). Masalah gizi merupakan masalah kesehatan masyarakat, namun penanggulangannya tidak dapat dilakukan dengan pendekatan medis dan pelayanan kesehatan saja, akan tetapi masyarakat harus diberikan pendekatan terhadap kualitas dan kuantitas makanan yang mereka konsumsi berdasarkan kandungan zat gizi pada setiap jenis makanan



(Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2016)7.

World Health Organization, (2015), melaporkan bahwa prevalensi kekurusan pada anak di dunia sekitar 14,3% dengan jumlah anak yang mengalami kekurusan sebanyak 95,2 juta anak. Masalah gizi pada anak sekolah dasar saat ini masih cukup tinggi, dengan data riskesdas 2013 didapatkan status gizi umur 5-12 tahun (menurut IMT/U) di Indonesia, yaitu prevalensi kurus adalah 11,2%, terdiri dari 4% persen sangat kurus dan 7,2% kurus. Menurut Depkes 2009 berdasarkan laporan nasional Risekesdas tahun 2007 status gizi penduduk umur 6 – 14 tahun, berdasarkan standar WHO 2007 prevalensi nasional anak usia sekolah kurus adalah 13,3% pada laki – laki dan 10,9% pada perempuan, sedangkan prevalensi nasional usia sekolah berat badan lebih pada laki – laki 9,5% dan perempuan 6,4%.

Sulawesi Selatan menurut hasil Riskesdas adalah 5,1% gizi kurang dan gizi buruk 12,5% dari 24 kab./kota terdapat delapan kab./kota di atas angka provinsi dan Sulawesi selatan sudah mencapai target pencapaian program

perbaikan gizi pada 2015 sebesar 20%⁹, PSG (Pemantau Status Gizi) tahun 2017 kurus 7,1% dan sangat kurus 1,7% Sulawesi Selatan, Gizi kurang dan buruk 19,6%, Data terbaru gizi kurang dan buruk berkurang sebesar 17,7%¹⁰. Berdasarkan Data Dinkes Kab Maros 2017, pada wilayah kerja puskesmas Maros Baru ditemukan kasus gizi buruk sebanyak 3 orang.

Berdasarkan data diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan pola makan dan pengetahuan ibu dengan kejadian status gizi kurang di SDN 22 Maros Kec. Maros Baru Kab. Maros tahun 2019.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *observasional* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian ini dilakukan di SDN 22 Maros Baru yang berlokasi di Kec. Maros Baru Kab. Maros Waktu penelitian pada bulan Juli – Oktober 2019. Populasi pada penelitian ini adalah keseluruhan objek yang telah ditentukan peneliti di SD 22 Maros Baru.

Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah dengan pengambilan sampel berdasarkan jumlah



sampel yang memenuhi kriteria yaitu kriteria inklusi dan kriteria eksklusi, diantaranya: Kriteria inklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah: 1. Siswa(i) SDN 22 Maros, 2. Siswa(i) yang bersedia menjadi sampel, 3. Siswa(i) yang berstatus gizi kurang. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah: 1. Siswa(i) yang sakit, 2. Siswa(i) yang tidak mengikuti tahap penelitian sampai selesai. Adapun alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah: 1. Kuesioner, untuk mengukur variable, 2. Meteran / microtoice, untuk mengukur tinggi badan, 3. Timbangan injak untuk melihat berat badan, 4. Formulir

Food Frequency Questionnaire (FFQ).

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka diperoleh data karakteristik responden berdasarkan karakteristik jenis kelamin, umur, pekerjaan ayah, pekerjaan ibu, pendidikan ibu. Hasil analisis univariat pada penelitian ini disajikan dalam tabel dibawah ini.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	N	%
1	Perempuan	30	55.6

2	laki-laki	24	44.4
Total		54	100

Berdasarkan pada tabel 1 menunjukkan hasil jumlah jenis kelamin pada perempuan sebesar 30 orang (55,6%) dan pada laki-laki sebesar 24 orang (44,4%).

Umur

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Umur

No	Umur	n	%
1	8 thn	25	46.3
2	9 thn	29	53.7
Total		54	100

Berdasarkan pada tabel 2 menunjukkan hasil jumlah pada umur 9 tahun (53,7%), dan pada umur 8 tahun (46,3%).

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi Kurang SDN 22 Maros Tahun 2019

No.	Status Gizi	N	%
1.	sangat kurus	43	79.6
2.	Kurus	11	20.4
Total		54	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hasil jumlah status gizi yang tertinggi adalah sangat kurus 43 (79.6%), dan terendah pada status gizi kurus adalah 11 (20.4%).



Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Pola Makan

No	Pola makan	N	%
1.	Baik	45	83.3
2.	Cukup	9	16.7
Total		54	100

Berdasarkan pada tabel 4 menunjukkan Pola makan yang tertinggi baik 45 (83.3%), dan terendah adalah cukup 16.7 (16.7%).

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Ibu

No	Pengetahuan Ibu	N	%
1.	Baik	25	46.3
2.	Cukup	6	11.1
3.	Kurang	23	42.6
Total		54	100

Berdasarkan pada tabel 5 menunjukkan pengetahuan ibu yang tertinggi adalah baik 25 (46.3%), dan terendah adalah kurang 6 (11.1%). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka diperoleh data pola makan dan pengetahuan ibu. Hasil analisis bivariat pada penelitian ini disajikan dalam tabel dibawah ini

Tabel 6. Pola Makan Dengan Kejadian Status Gizi Kurang SDN 22 Maros Tahun 2019

Pola	Status Gizi Kurang		Jumlah	Nilai P
	Sangat kurus	Kurus		

Makan	N	%	n	%	n	%
Baik	38	84.4	7	15.6	45	100
Cukup	5	55.6	4	44.4	9	100
Total	43	79.6	11	20.4	54	100

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan adanya hubungan antara pola makan terhadap status gizi kurang SDN 22 Maros dengan nilai *signifikan* 0.049 (< 0.05).

Tabel 7. Pengetahuan Ibu Dengan Kejadian Status Gizi Kurang SDN 22 Maros Tahun 2019

Pengetahuan Ibu	Status Gizi Kurang					
	Sangat kurus	Kurus	Jumlah	Nilai P		
	n	%	n	%		
Baik	20	80.0	5	20.0	25	100
Cukup	2	33.3	4	66.7	6	100
Kurang	21	91.3	2	8.7	23	100
Total	43	79.6	11	20.4	54	100

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan ibu terhadap status gizi kurang SDN 22 Maros dengan nilai *signifikan* 0.007 (< 0.05).

PEMBAHASAN

Pola Makan

Berdasarkan hasil analisis data Penerbit : STIKES Gunung Sari Makassar



menunjukkan adanya hubungan antara pola makan terhadap status gizi kurang SDN 22 Maros. Pola makan merupakan cara seseorang atau sekelompok orang dalam memilih makanan dan mengonsumsi makanan tersebut sebagai reaksi fisiologis, psikologis, budaya, dan sosial. Pola makan yang seimbang, yaitu sesuai dengan kebutuhan disertai pemilihan bahan makanan yang tepat akan melahirkan status gizi yang baik. Asupan makanan yang melebihi kebutuhan tubuh akan menyebabkan kelebihan berat badan dan penyakit lain yang disebabkan oleh kelebihan zat gizi. Sebaliknya, asupan makanan kurang dari yang dibutuhkan akan menyebabkan tubuh menjadi kurus dan rentan terhadap penyakit. Kedua keadaan tersebut sama tidak baiknya, sehingga disebut gizi salah (Dinkes Provinsi Sulsel. 2017). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Noviani et al (2016), dengan menggunakan hasil uji statistic *chi-square* test hubungan yang signifikan dengan nilai $p = 0,008$ ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan antara pola makan dengan status gizi anak di SD Sonosewu Bantul Yogyakarta. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mentari & Agus (2018), dengan menggunakan hasil uji statistic *chi-*

square test dengan $p = 0,006$ ($p < 0,05$), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian Gizi kurang pada anak di Wilayah Kerja UPK Puskesmas Siantan Hulu.

Pengetahuan Ibu

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan ibu terhadap status gizi kurang SDN 22 Maros. Hal ini menandakan bahwa pengetahuan ibu merupakan faktor yang mendukung responden dalam mengetahui tentang gizi yang dikonsumsi untuk mencapai status gizi baik. Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan yang aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengolah makanan yang baik agar zat gizi dalam makanan tidak hilang serta bagaimana hidup sehat (Notoatmojo S. 2010). Pengetahuan gizi seimbang merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber – sumber zat gizi pada makanan, makanan yang aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengolah makanan yang baik agar zat gizi dalam makanan tidak hilang serta bagaimana hidup sehat



(Notoatmojo S. 2010). Berdasarkan teori Notoatmojo (2010), yang mendasari penelitian ini, di mana pengetahuan adalah suatu kemampuan untuk memahami suatu objek dengan menggunakan alat-alat panca indera manusia yang diperoleh dari berbagai sumber diantaranya melalui membaca, pendidikan, penyuluhan, dan media massa. Pengetahuan gizi adalah sesuatu yang diketahui tentang makanan dalam hubungannya dengan kesehatan optimal. Tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan yang pada akhirnya akan berpengaruh pada keadaan gizi yang bersangkutan (Sili MRI. 2016).

Tingginya tingkat pengetahuan ibu dalam pemberian makanan sehat kepada anak diperoleh dari usia ibu. Mayoritas ibu dari siswa di SD Negeri 22 berusia di bawah 50 tahun sehingga mereka masih bisa mengakses pengetahuan dari berbagai media berupa media cetak antara lain: majalah yang membahas suatu informasi tentang makanan sehat, poster yang dalam penyampaianya berbentuk pesan kesehatan yang biasanya ditempel ditempat umum.

Selain media cetak, media elektronik juga sangat berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan ibu misalnya televisi berupa iklan ataupun acara kesehatan yang ditayangkan. Smartphone yang pada saat ini menjadi barang yang sudah tidak asing lagi bagi semua kalangan. Tidak sedikit ibu-ibu yang menggunakan smartphone untuk akses internet berupa resep makanan sehat, update informasi tentang kesehatan, dll. Adanya media massa dapat memperluas pengetahuan dan informasi yang diterima oleh ibu sehingga ia mengetahui kejadian-kejadian yang teraktual dan penting untuk diketahui tentang makanan yang sehat untuk anak. Tidak hanya itu, meskipun mayoritas ibu-ibu memiliki jenjang pendidikan hanya di tingkat SD dan SMP, tetapi mereka memiliki pengetahuan yang sangat tinggi karena faktor ingin tahu yang tinggi pula dalam pengetahuan pemberian makanan sehat kepada anak. Pola pengasuhan anak yang baik sangat dibutuhkan anak demi mendapatkan tumbuh kembang yang optimal, hal ini tidak lepas dari tingkat pengetahuan ibu terhadap pola asuh yang benar pada balita terhadap masa tumbuh dan kembang (Nindyna P & Merryana A. 2017)



Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sili, (2016) menunjukkan bahwa dari hasil perhitungan didapat nilai p value $(0,000) < \alpha (0,05)$ maka H_0 ditolak artinya ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu terhadap status gizi anak di TK Dharma Wanita p value $0,000 (p < 0,05)$. Hasil penelitian ini sejalan dengan Nindyna & Merryana (2017), yang menunjukkan Hasil uji statistik *chi square* adanya hubungan antara pengetahuan ibu ($p = 0,000$), dengan status gizi balita (BB/U) di wilayah kerja Puskesmas Tambak Wedi Kecamatan Kenjeran Kota Surabaya. Hasil penelitian juga didukung oleh hasil penelitian Septamarini et al., (2019), yang menyatakan Terdapat hubungan antara pengetahuan dan sikap RF dengan kejadian Status Gizi kurang (*Stunting*) pada baduta usia 6-24 bulan di Wilayah Puskesmas Bandarharjo Semarang.

SIMPULAN DAN SARAN

Saran yang diajukan pada penelitian ini berdasarkan kesimpulan di atas adalah bagi Pemerintah perlu mengoptimalkan program pemantauan status gizi anak dan meningkatkan pengetahuan gizi masyarakat melalui

penyuluhan. Pihak sekolah, bekerja sama dengan pemerintah setempat, khususnya dinas kesehatan agar secara rutin memberikan penyuluhan kepada murid dan orang tua murid tentang gizi seimbang dan pentingnya mengkonsumsi makanan yang halal dan bergizi. Perlu diadakan penelitian lebih lanjut tentang faktor yang berhubungan dengan status gizi kurang pada anak SD di SDN 22 Maros dengan variabel lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier. 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi Almatsier. Published online.
- Hardiansyah, dkk. 2018. Standar Mutu and Kecukupan Gizi (Quality and Nutrition Adequacy Standard).
- Moehji S. 2003. Ilmu gizi penanggulangan gizi buruk. Jakarta: Papas Sinar Sinanti..
- Profil Kesehatan Indonesia 2017. Data Dan Informasi. Kementerian Kesehatan RI; 2018.
- (Moehji S. 2003). Penilaian Status Gizi, Jakarta: Buku Kedokteran EGC. Supriasa, Penilai Status Gizi, Jakarta Buku Kedokt EGC. Published online .
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2016. Situasi Gizi Di Indonesia.

Dinkes Provinsi Sulsel. 2017. Profil Dinas Kesehatan Provinsi



Sulawesi Selatan Tahun 2017.
Profil Kesehat Provinsi Sulawesi
Selatan Tahun 2017.

- Noviani K, dkk. 2016. Kebiasaan jajan dan pola makan serta hubungannya dengan status gizi anak usia sekolah di SD Sonosewu Bantul Yogyakarta. *J Gizi dan Diet Indones (Indonesian J Nutr Diet)*.
- Notoatmojo S. 2010. Konsep perilaku kesehatan. *Promosi kesehatan, Teor dan Apl*.
- Almatsier S. 2009. Ilmu gizi dasar. PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Sili MRI. 2016. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pedoman Umum Gizi Seimbang Terhadap Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolah Di TK Dharma Wanita Kelurahan Tlogomas Malang. *Nurs News (Meriden)*.
- Nindyna P & Merryana A. 2017. Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Asupan Makan Balita dengan Status Gizi Balita (BB/U) Usia 12-24 Bulan. *Amerta Nutr*.
- Septamarini RG, dkk. 2019. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Responsive Feeding Dengan Kejadian Stunting Pada Baduta Usia 6-24 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Bandarharjo, Semarang. *J Nutr Coll*.

