

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG OLAHAH SAYUR DAN BUAH DENGAN STATUS GIZI SISWA KELAS 4-6 DI SDN TUNJUNG SEKAR 3 MALANG

by Ari Damayanti Wahyuningrum

Submission date: 20-Feb-2021 03:07PM (UTC+1030)

Submission ID: 1513597730

File name: lahan_sayur_dan_buah_Ari_Damayanti_W_stikes_widyagama_husada.pdf (266.87K)

Word count: 2708

Character count: 15608

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG OLAHAN SAYUR DAN BUAH DENGAN STATUS GIZI SISWA KELAS 4-6 DI SDN TUNJUNG SEKAR 3 MALANG

¹Ari Damayanti Wahyuningrum, STIKES Widyagama Husada, Malang
*Email Korespondensi : damayantiari1982@gmail.com

Abstrak

Permasalahan anak yaitu berkurangnya konsumsi sayur dan buah. Kebiasaan makan sehat merupakan perilaku yang dipelajari dari lingkungan sosial, salah satunya di sekolah. Perilaku konsumsi jajanan anak usia sekolah dipengaruhi teman sebaya baik di sekolah maupun di rumah serta tingkat pengetahuan anak tentang manfaat kandungan sayur dan buah. Perilaku *late childhood* memilih makanan yang disukainya sedangkan orang tua kurang memperhatikan makanan anak ketika anak berada di sekolah atau berkumpul dengan teman sebaya di luar rumah. Salah satu penyebab kekurangan gizi *late childhood* yaitu pola makan salah, ketidaktahuan memilih bahan makanan bernilai gizi sehat dapat berdampak pada gizi anak. Di SDN Tunjung Sekar 3 didapatkan anak gemuk berjumlah 7, kurang gizi berjumlah 7 dari 60 anak. Tujuan penelitian mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan *late childhood* tentang makanan olahan sayur dan buah terhadap status gizi siswa kelas 4-6 di SDN Tunjung Sekar 3 Malang. Metode penelitian pengambilan data secara cross sectional dengan instrumen berupa kuesioner pengetahuan siswa tentang gizi melalui google form sedangkan pengukuran status gizi secara dor to dor ke rumah responden dengan timbangan berat badan dan diukur dengan rumus IMT (index massa tubuh) anak. Teknik sampling stratified random sampling masing-masing kelas diambil 20 responden secara acak dengan uji analitik korelasional menggunakan uji spearman rank. Hasil penelitian $P_{value} 0.015 > 0.05$ sehingga H_1 ditolak, disimpulkan tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan *late childhood* tentang olahan sayur dan buah dengan status gizi siswa kelas 4-6 di SDN Tunjung Sekar 3 Malang.

Kata kunci: tingkat pengetahuan, *Late Childhood*, Status Gizi.

Abstract

The problem children is the reduced consumption of vegetables and fruit. Healthy eating habits are one of the behaviors that are learned from the social environment, one of which is the school. The behavior of consuming snacks for school age children's is influenced by peers both at school and at home as well as the level of children's knowledge about the benefits of vegetable and fruit content. Late childhood behavior chooses foods they like, while parents pay less attention to children's food when children are at schools or hanging out with peers outside the home. One of the causes of late childhood malnutrition, namely the wrong diet, ignorance of choosing foods with healthy nutritional value can have an impact on children's nutrition. At SDN Tunjung Sekar 3 there were 7 obese children, 7 out of 60 malnutrition children. The research objective was to determine the relationship between the level of late childhood knowledge about processed food, vegetables and fruits, on the nutritional status of grade 4-6 students at SDN Tunjung Sekar 3 Malang. The research method cross sectional data collection with instrument in the form of a student knowledge questionnaire about nutrition through google form, while the measurement of nutritional status by driving to respondent's house using a weight scale and measured by the child's BMI (body mass index) formula. The stratified random sampling technique for each class was taken 20 respondents randomly with a correlational analytic using the spearman rank test. The result of the research is $P_{value} 0.015 > 0.05$ so that H_1 is rejected, it can be concluded that there is no relationship between the level of late childhood knowledge about processed vegetables and fruit with the nutritional status of grade 4-6 students at SDN Tunjung Sekar 3 Malang.

Keywords: Knowledge Level, Late Childhood, Nutritional Status.

PENDAHULUAN

Late childhood berada pada rentang usia 9 sampai 12 tahun, berada pada jenjang kelas 4-6. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014. Jumlah kelompok usia 9 sampai 12 tahun di Indonesia menurut Sensus Penduduk 2010 sebanyak 43,5 juta atau sekitar 18% dari jumlah penduduk yang ada (Kemenkokesra RI, 2017)⁶.

Salah satu permasalahan anak yang memasuki tahap usia *late childhood* yaitu berkurangnya konsumsi sayur dan buah. Sayur dan buah yang dikonsumsi sebagian besar anak masih jauh dari rekomendasi 400g/hari atau setara dengan 5 porsi/hari (WHO, 2003 dalam Kementerian Pertanian RI, 2017)⁷. Sayur lebih tidak disukai daripada buah (Kirby *et al*, 2018)⁸. Mayoritas anak yang tidak suka sayur sedangkan konsumsi buah bagi anak yang jarang terpapar dengan berbagai jenis sayur dan buah, baik bentuk maupun rasanya (Birch *et al*, 2017)².

Promosi kebiasaan makan sehat harus dilakukan sejak dini, kebiasaan makan sehat adalah salah satu perilaku yang dipelajari dari lingkungan sosial, salah satunya lingkungan sekolah (Lytle and Achterberg, 2017)⁵. Anak menghabiskan banyak waktu di sekolah. Lebih dari 50% anak usia sekolah makan minimal satu kali dan 10% makan dua kali di sekolah (Maskar, 2017)⁹. Perilaku konsumsi jajanan anak usia sekolah sangat dipengaruhi oleh teman sebayanya baik di sekolah maupun di lingkungan rumah serta tingkat pengetahuan anak tentang manfaat kandungan sayur dan buah.

Perilaku anak pada tahap *late childhood* merupakan konsumsi makanan aktif yaitu anak dapat memilih makanan yang disukainya sedangkan orang tua kurang memperhatikan makanan anak usia sekolah ketika anak berada di sekolah atau ketika berkumpul bermain dengan teman sebaya di luar rumah. Salah satu penyebab kekurangan gizi pada anak usia sekolah yaitu pola makan yang salah, ketidaktahuan dalam memilih bahan makanan yang bernilai gizi sehat dapat berdampak pada gizi anak.

Berdasarkan hasil penelitian Hysca *et al*, (2020) didapatkan di Albania beberapa anak usia sekolah mengalami status gizi buruk dimana terbiasa dengan pola makan tidak sehat dengan mengkonsumsi makanan siap saji. Survei secara nasional dilakukan tahun 2017-2018 untuk menilai status gizi anak usia sekolah di Albania melalui pemeriksaan antropometri dan dilakukan survey pengetahuan orang tua tentang gizi pada anak. Hal ini sejalan dengan penelitian Hossain, (2020) bahwa hubungan antara tingkat pendidikan ibu dengan status gizi anak pedesaan di Bangladesh diperoleh bahwa pendidikan ibu dan daya tawar dalam rumah tangga yang kaitannya dengan pembelian bahan makanan secara positif dan signifikan mempengaruhi berat badan anak.

Data WHO tahun 2013 dan Hysca *et al* (2000) menunjukkan anak usia sekolah dengan kategori *underweigh* di dunia sebanyak 15.7% dan anak kategori *overweight* sebanyak 6.6%. Secara nasional data Kemenkes RI tahun 2017 anak dengan kategori *underweigh* sebanyak 10% dan anak kategori *overweight* sebanyak 7.5%. Berdasarkan data dari Dinkes Malang tahun 2018 angka kejadian *overweight* pada anak sekolah sebanyak 6% dan *underweight* 8%. status gizi anak, hasil studi pendahuluan pada bulan Maret 2020 di SDN Tunjung Sekar 3 didapatkan anak berkategori gemuk berjumlah 7 anak dan kurang gizi berjumlah 7 anak dari 60 anak. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan tingkat pengetahuan *late childhood* tentang makanan olahan sayur dan buah terhadap status gizi siswa kelas 4-6 di SDN Tunjung Sekar 3 Malang.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan *late childhood* tentang makanan olahan sayur dan buah terhadap status gizi siswa kelas 4-6 di SDN Tunjung Sekar 3 Malang.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan analitik korelasional dengan uji spearman rank, pengambilan data secara cross sectional pada bulan November 2020 dengan kuesioner tingkat pengetahuan yang disusun oleh peneliti yang telah dilakukan uji validitas dan realibitas sebelumnya melalui google form dan pengukuran status gizi dengan datang secara dor to dor di rumah responden di ukur dengan timbangan berat badan dan dihitung dengan rumus IMT (index massa tubuh) $IMT = BB(Kg) / TB(m)$. Jumlah sampel sebanyak 60 siswa, dengan kriteria usia *late childhood* yaitu rentang 9-12 tahun, bersedia menjadi responden, dapat membaca dan dapat mengoperasikan gadget dengan baik, dapat mengisi kuesioner melalui google form yang disebarakan melalui link group whatshapp. Teknik sampling menggunakan stratified random sampling pada masing-masing kelas yaitu kelas 4-6. Tiap kelas diambil masing-masing 20 responden secara acak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hubungan tingkat pengetahuan *late childhood* tentang olahan sayur dan buah dengan status gizi siswa kelas 4-6 di SDN Tunjung Sekar 3 Malang.

Tabel 1. Distribusi frekwensi tingkat pengetahuan *late childhood* kelas 4-6 tahun di SDN Tunjung Sekar 3 Malang

Tingkat Pengetahuan	f	%
Baik	38	63.3 %
Cukup	15	25.0 %
Buruk	7	11.7 %
Total	60	100 %

Sumber: Data primer 2020

Tabel 1 menunjukkan tingkat pengetahuan *late childhood* kelas 4-6 tahun sebagian besar kategori baik sebanyak 38 (63.3%) sedangkan tingkat pengetahuan *late childhood* kategori buruk sebanyak 7 (11.7%). Hal ini dipengaruhi oleh kebiasaan sehari-hari baik di rumah atau di lingkungan sekolah dimana anak membangun pengetahuannya melalui kegiatan mengamati dan meniru yang telah dilihat olehnya. Sejalan dengan hasil penelitian Hyska et al, (2000)⁴ Beberapa hal yang dilakukan untuk membangun pengetahuan anak antara lain kegiatan praktik secara langsung dimana anak mendapatkan pengalaman melalui berinteraksi secara langsung, kegiatan bercerita atau dongeng dimana anak mampu memahami pesan yang disampaikan orang lain, tanya jawab dengan orang dewasa dimana anak mendapat informasi dari kegiatan bertanya, bermain peran dimana anak dapat menerapkan diluar perannya sendiri.

Tabel 2. Distribusi frekwensi status gizi *late childhood* kelas 4-6 tahun di SDN Tunjung Sekar 3 Malang

Status Gizi	f	%
Ideal	46	76.7 %
Kurang	7	11.7 %
Gemuk	7	11.7 %
Total	60	100 %

Sumber: Data primer 2020

Tabel 2 menunjukkan status gizi *late childhood* kelas 4-6 tahun sebagian besar kategori ideal sebanyak 46 (76.7%) sedangkan status gizi *late childhood* kategori kurang sebanyak 7 (11.7%) dan kategori gemuk sebanyak 7 (11.7%). Status gizi baik dapat terjadi apabila

tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja mencapai tingkat kesehatan optimal. Status gizi kurang merupakan kondisi tidak sehat yang ditimbulkan karena tidak tercukupinya kebutuhan makanan yang diperlukan oleh tubuh. Sedangkan zat gizi lebih terjadi bila tubuh memperoleh zat gizi yang berlebihan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Akubulo.U.C; Iloh K.K et all, (2020)¹ bahwa nutrisi memainkan peran penting dalam perkembangan otak sepanjang hidup. Kemampuan intelektual yang kurang optimal dan kinerja sekolah sebagai salah satu efek jangka panjang dari malnutrisi

Tabel 3. Distribusi frekwensi hubungan tingkat pengetahuan late childhood tentang olahsan sayur dan buah dengan status gizi siswa kelas 4-6 di SDN Tunjung Sekar 3 Malang

Tingkat Pengetahuan	Status Gizi						P
	Ideal		Kurang		Gemuk		
	n	%	n	%	n	%	
Baik	35	58.3	0	0	3	5	0.015
Cukup	9	15	2	3.3	4	6.66	
Buruk	1	1.66	6	10	0	0	
Total	45	75	8	13.3	7	11.66	

Sumber: Data primer 2020

Tabel 3 menunjukkan tingkat pengetahuan late childhood baik dengan status gizi ideal sebanyak 35 (58.3%), tingkat pengetahuan late childhood cukup dengan status gizi ideal sebanyak 9 (15%), tingkat pengetahuan buruk dengan status gizi ideal sebanyak 1 (1.66%), tingkat pengetahuan cukup dengan status gizi kurang sebanyak 2 (3.3%), tingkat pengetahuan buruk dengan status gizi kurang 6 (13.3%), tingkat pengetahuan baik dengan status gizi gemuk 3 (5%), tingkat pengetahuan cukup dengan status gizi gemuk 4 (6.66). hasil $P_{value} 0.015 > 0.05$ sehingga H_1 ditolak, dapat disimpulkan tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan late childhood tentang olahsan sayur dan buah dengan status gizi siswa kelas 4-6 di SDN Tunjung Sekar 3 Malang. Berdasarkan hasil penelitian bahwa status gizi anak di usia late childhood dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain kebiasaan makanan sehari-hari di rumah yang diberikan ibu dan faktor teman jajan di lingkungan sekolah. Hal ini sejalan dengan (Rahmi, 2018)¹⁰ bahwa pemberian makanan di rumah pada anak berdasarkan status perekonomian keluarga dimana keluarga dengan perekonomian menengah ke bawah cenderung banyak memakai msg sebagai bahan penyedap makanan dan kebiasaan menggunakan mie instan sebagai makanan keseharian walaupun mereka mengetahui tentang bahaya konsumsi MSG. anak di usia late childhood lebih menyukai makanan yang berasa gurih. Selain itu juga dipengaruhi oleh faktor genetik dari orang tua dari berat badan dan tinggi badan dapat berpengaruh langsung dengan status gizi. Hal ini sejalan dengan (Wu, Yichao; Guo, Zhenli, 2020)¹¹ mengatakan bahwa faktor status nutrisi individu anak dipengaruhi langsung oleh faktor genetik dari kedua orang tuanya serta tingkat pendapatan keluarga yang

tercermin dalam kemampuan membeli bahan makanan sehari-hari dan pengetahuan orang tua tentang manfaat konsumsi bahan pangan yang sehat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan late childhood tentang olahan sayur dan buah dengan status gizi siswa kelas 4-6 di SDN Tunjung Sekar 3 Malang. Status gizi anak di usia late childhood dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain kebiasaan makanan sehari-hari di rumah yang diberikan ibu dan faktor teman jajan di lingkungan sekolah. Selain itu juga dipengaruhi oleh faktor genetik dari orang tua dari berat badan dan tinggi badan dapat berpengaruh langsung dengan status gizi. Indonesia termasuk negara berkembang dapat meningkatkan kolaborasi multi-sektor dalam memastikan ketersediaan dan keterjangkauan pangan yang lebih sehat. Pendidikan yang ditargetkan pada modifikasi perilaku menuju gaya hidup anak didik yang lebih sehat dapat dilaksanakan di seluruh negeri.

Saran untuk penelitian selanjutnya dengan melibatkan fungsi guru di sekolah dan teman sebaya dalam pemilihan makanan pada anak yang dikonsumsi di sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada STIKES Widyagama Husada yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan kegiatan penelitian dan Kepala Sekolah SDN Tunjung Sekar 3 Malang sebagai tempat penelitian serta siswa dan siswi responden yang bersedia mengisi angket penelitian.

REFERENSI

- (1) Akubuilu.U.C; Iloh.K.K et all. (2020). *Nutritional Status of Primary Scholl Children:Association with Intelligence Quotient and Academic Performance.*Journal Clinical Nutrition ESPEN. Volume 40, Desember 208-2013. <https://doi.org/10.1016/j.clnesp.2020.09.019>
- (2) Birch LL, Johnson SL, Fisher JA. 2017. *Children's Eating: the Development of Food Acceptance Patterns.* Young Child. 50:71-78.
- (3) Hossain, Mahbub.(2020).*Is There Any Interaction Effect of Mother Education and Their Bargaining Power on Children's Nutritional Status?Evidence from Rural Bangladesh.* Journal World Development Perspective. Volume 18, June. <https://doi.org/10.1016/j.wdp.2020.10012>
- (4) Hyska, Jolanda; Burazeri, Genc; et all. (2020).*Assessing Nutritional Status and Nutrition-Related Knowledge, Attitudes and Practices of Albanian School Children to Support School Food and Nutrition Policies and Programmes.* Journal Food Policy Volume 96 Oktober.Website:<https://doi.org/10/1016/j.foodpol.2020.101888>.
- (5) Lytle L, dan Achterberg C. (2017). *Changing the Diet of America's Children: What Works and Why?* Journal Nutri Education. 27 (5):250-260.
- (6) KemenkoKesra RI. (2017). *Acara Penandatanganan Nota Kesepahaman Program Pembinaan Keamanan Pangan Jajanan Anak Sekolah antara Kementerian Pendidikan Nasional dan Badan Pengawas Obat dan Makanan RI Jakarta.* Retrieved from <https://www.pom.go.id/new/view/more/berita/386/Program-Pembinaan-Keamanan-Pangan-Jajanan-Anak-Sekolah.html>. 9 November 2020.
- (7) Kementerian Pertanian RI. (2017). *Konsumsi Sayur Masyarakat Indonesia Dibawah Rekomendasi FAO.* Tersedia pada <http://agro.agroprima.com>, 03 November 2020.

- (8) Kirby S, Baranowski T, Reynolds K, Taylor G, Binkley D. 2018. *Children's Fruit and Vegetable Intake: Socioeconomic, Adult-Child, Regional, And Urban-Rural Influences*. *J Nutr Educ*, 27(5): 261-271.
- (9) Maskar D.H. (2017). *Assessment of Illegal Food Additives Intake from Street Food among Primary School Children in Selected Area of Jakarta*. Thesis. SEAMEO-TROPMED RCCN University of Indonesia.
- (10) Rahmi, Cut Novianti et al. (2018). *Food Choices Made by Primary (Mothers/Grandmothers) in West Java Indonesia*. *Appetite Journal* Vol 130 pages 84-92.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0195666317308401>
- (11) Wu, Yichao and Guo, Zhenli.(2020).*An Analysis of the Nutritional Status of Left Behind Children in Rural China and the Impact Mechanisms Of Child Malnutrition*. *Children and Youth Services Review*. Vol.119.
<https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105598>.

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG OLAHAN SAYUR DAN BUAH DENGAN STATUS GIZI SISWA KELAS 4-6 DI SDN TUNJUNG SEKAR 3 MALANG

ORIGINALITY REPORT

20%

SIMILARITY INDEX

18%

INTERNET SOURCES

13%

PUBLICATIONS

9%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

ae.bau.edu.bd

Internet Source

1%

2

Submitted to Griffith University

Student Paper

1%

3

scholarworks.uvm.edu

Internet Source

1%

4

Submitted to University of Adelaide

Student Paper

1%

5

haikal2010.blogspot.com

Internet Source

1%

6

Submitted to Politeknik Negeri Jember

Student Paper

1%

7

Submitted to University of Florida

Student Paper

1%

8

www.healthypeople.gov

Internet Source

1%

9	issuu.com Internet Source	1%
10	atrium.lib.uoguelph.ca Internet Source	1%
11	Submitted to Kingston University Student Paper	1%
12	repository.radenintan.ac.id Internet Source	1%
13	journal.uin-alauddin.ac.id Internet Source	1%
14	Nita Hestiyana, Dini Rahmayani, A'bdah Rasyidah Imbran. "HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN PERILAKU HYGIENE ORGAN REPRODUKSI REMAJA PUTRI SMAN-10 BANJARMASIN", DINAMIKA KESEHATAN JURNAL KEBIDANAN DAN KEPERAWATAN, 2017 Publication	1%
15	eprints.uniska-bjm.ac.id Internet Source	1%
16	jurnal.abulyatama.ac.id Internet Source	1%
17	jurnalmahasiswa.unesa.ac.id Internet Source	1%

18	Submitted to Universitas International Batam Student Paper	<1 %
19	ojs.stikesmuhkendal.ac.id Internet Source	<1 %
20	kucawidya.wordpress.com Internet Source	<1 %
21	Israeli Israeli, Ari Novitasari, Sri Wulandari. "Bermain Vegetable Eating Motivation (Vem) terhadap Perilaku Makan Sayuran pada Anak Prasekolah", Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 2020 Publication	<1 %
22	idus.us.es Internet Source	<1 %
23	garuda.ristekbrin.go.id Internet Source	<1 %
24	eprints.unm.ac.id Internet Source	<1 %
25	ahligizi.id Internet Source	<1 %
26	es.scribd.com Internet Source	<1 %
27	afiasi.unwir.ac.id Internet Source	<1 %

28	docobook.com Internet Source	<1 %
29	www.revistacomunicar.com Internet Source	<1 %
30	repository.ub.ac.id Internet Source	<1 %
31	www.malang-post.com Internet Source	<1 %
32	eprints.uny.ac.id Internet Source	<1 %
33	fitselalu.blogspot.com Internet Source	<1 %
34	tamachopa.blogspot.com Internet Source	<1 %
35	eprints.undip.ac.id Internet Source	<1 %
36	U.C. Akubailo, K.K. Iloh, J.U. Onu, O.N. Iloh, A.C. Ubesie, A.N. Ikefuna. "Nutritional status of primary school children: Association with intelligence quotient and academic performance", Clinical Nutrition ESPEN, 2020 Publication	<1 %

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography On