

TINGKAT PENGETAHUAN IBU TENTANG PEMENUHAN GIZI PADA ANAK SEKOLAH DASAR KELAS 1-6 DI SD MOJOROTO II KOTA KEDIRI

Endah Tri Wijayanti¹⁾

¹ Prodi DIII Keperawatan, Universitas Nusantara PGRI Kediri

Email: endahfajarina@gmail.com

Abstrak

Makanan dan nutrisi merupakan dua hal pokok yang tidak bisa dipisahkan dalam tahapan pertumbuhan dan perkembangan manusia terutama anak-anak. Kecukupan pemenuhan nutrisi pada anak sekolah sangat penting dalam pertumbuhan fisik sehingga mutlak para ibu mengetahuinya. Kekurangan nutrisi dalam jangka panjang pada anak usia sekolah dapat mempengaruhi konsentrasi belajar yang pada akhirnya terjadi penurunan kualitas belajar. Tujuan dalam penelitian ini adalah mengidentifikasi tingkat pengetahuan ibu dalam pemenuhan gizi pada anak sekolah dasar kelas 1-6 di SD Mojoroto II Kota Kediri.

Desain penelitian dengan pendekatan *cross sectional* pada semua ibu yang mempunyai anak sekolah kelas 1-6 di SD Mojoroto II Kota Kediri sebanyak 232 orang dan sampel sesuai kriteria inklusi 147 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive* dengan instrument kuesioner dalam pengambilan data.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar pengetahuan responden tentang komponen gizi adalah 51,02%, sedangkan pengetahuan ibu terkait masalah gizi hampir setengah berpengetahuan kurang yaitu sebesar 42,8%, dan pengetahuan ibu tentang pentingnya gizi seimbang sebagian besar masih kurang yaitu sebesar 68,02%.

Melihat hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa masalah gizi masih kurang begitu diperhatikan oleh para ibu, karena pada dasarnya gizi tidak hanya dilihat dari frekuensi makan kesehariannya. Oleh karena itu perlunya pemberian edukasi yang bisa dilakukan oleh pihak sekolah tentang pemenuhan gizi seimbang.

Kata Kunci: Tingkat pengetahuan, gizi, anak sekolah

Pendahuluan

Sepanjang tahun 2007 prevalensi gizi kurang pada anak sekolah dasar mencapai 30,1% pada anak usia sekolah di Indonesia. Gambaran ini ditemukan sebanyak 10% anak SD baik laki-laki maupun perempuan yang baru masuk sekolah menderita Kurang Energi Protein (KEP), Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY) masih diderita oleh 9,1% anak SD yang ditandai dengan adanya pembesaran kelenjar gondok, Kurang Vitamin A (KVA) diderita oleh 3% anak SD dan anemia gizi besi diderita oleh 8% anak SD (Sugito, 2007). Berdasarkan data dari SD Mojoroto II didapatkan jumlah siswa-siswi tahun 2009-2010 sebanyak 220 orang, tahun 2010-2011 sebanyak 222 orang, dan tahun 2011-2014 sebanyak 232 orang.

Studi pendahuluan pengetahuan ibu tentang gizi pada anak usia sekolah dasar di SD Mojoroto II Kota Kediri yang dilakukan terhadap 6 orang didapatkan data sebanyak 66,67% (4 orang) mengetahui gizi adalah makanan yang dikonsumsi tiap hari dan mereka tidak tahu komposisi dan fungsi gizi pada anak usia sekolah dasar, sedangkan 33,33% (2 orang) mengetahui tentang gizi serta komposisinya. Hal ini dapat diasumsikan

bahwa pengetahuan ibu tentang gizi pada anak usia sekolah dasar rendah, karena kurangnya informasi yang didapat tentang gizi pada anak usia sekolah dasar sehingga dapat mempengaruhi status gizi pada anak.

Terjadinya masalah kurang gizi bisa menyebabkan anak mudah lelah, tidak tahan melakukan aktivitas fisik yang lama, tidak mampu berpikir dan berpartisipasi penuh dalam proses belajar. Anak yang kurang gizi mempunyai risiko lebih besar menderita infeksi (Soekirman dkk, 2006). Pengetahuan ibu tentang gizi pada anak sekolah dasar dipengaruhi oleh faktor pendidikan, informasi, pengalaman maupun lingkungan. Kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi pada anak sekolah dasar dapat menyebabkan kurang gizi pada anak atau gizi tidak terpenuhi.

Upaya kesehatan berbasis sekolah bisa dilakukan melalui penyuluhan makanan sehat dan seimbang yang melibatkan orang tua siswa sehingga mereka bisa paham dan mau membuat atau memberikan makanan sehat bagi putra-putrinya di rumah (Bambang, 2008).

Metodologi penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan cross section dengan populasi ibu-ibu yang mempunyai anak yang sekolah kelas 1 – 6 di SD Mojoroto II Kota Kediri. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling dengan kriteria inklusi sesuai keinginan peneliti. Sampel sejumlah 147 orang. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner untuk diisi oleh responden yang bersedia mengikuti alur dari penelitian ini dan sesuai dengan kriteria peneliti. Hasil dari kuesioner dilakukan skoring dan dihitung untuk mengetahui tingkat pengetahuan responden.

Hasil penelitian

a. Karakteristik responden berdasarkan usia

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Jumlah Ibu Berdasarkan Usia di SD Mojoroto II Kota Kediri pada Bulan Juni 2014

No.	Usia	Frekuensi	Prosentase
1.	20-29 tahun	32	22,4%
2.	30-39 tahun	48	32,6%
3.	40-49 tahun	49	33,3%
4.	50-60 tahun	14	9,5%
5.	>60 tahun	4	2,72%
Jumlah		147	100

Sumber : Kuesioner Juni 2014

Berdasarkan tabel .1 bahwa hampir setengah responden sebanyak 49 orang (33,3%) berusia 40-49 tahun dan sebagian kecil responden sebanyak 4 orang (2,72%) berusia > 60 tahun.

b. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Jumlah Ibu Berdasarkan pendidikan di SD Mojoroto II Kota Kediri pada Bulan Juni 2014

No.	Pendidikan	Frekuensi	Prosentase
1.	SD	42	28,5%
2.	SMP	37	25,17%
3.	SMA	31	21,08%
4.	SMK	22	14,96%
5.	PT	15	10,20%
Jumlah		147	100

Sumber : Kuesioner Juni 2014

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hampir setengah responden sebanyak 42 orang (28,5%) berpendidikan SD dan sebagian kecil responden sebanyak 15 orang (10,20%) berpendidikan Perguruan Tinggi

c. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Jumlah Ibu Berdasarkan Pekerjaan di SD Mojoroto II Kota Kediri pada Bulan Juni 2014

No.	Pekerjaan	Frekuensi	Prosentase
1.	Buruh	12	8,16%
2.	Pembantu RT	6	4,08%
3.	Wiraswasta	50	34,01%
4.	PNS	9	6,12%
5.	Karyawan	11	7,48%
6.	Pedagang	7	4,76%
7.	Ibu rumah tangga	41	23,56%
8.	Pensiunan	4	2,72%
9.	Guru	4	2,72%
10.	Penjahit	3	2,04%
Jumlah		147	100

Sumber : Kuesioner Juni 2014

Berdasarkan tabel 1.3 di atas didapatkan hampir setengahnya responden sebanyak 50 orang (34,01%) bekerja sebagai wiraswasta dan sebagian kecil responden sebanyak 3 orang (2,04%) bekerja sebagai penjahit.

d. Tingkat pengetahuan ibu tentang komponen gizi

Tabel 4 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Komponen Gizi Pada Anak Sekolah Dasar di SD Mojoroto II Kota Kediri Bulan Juni 2014

No.	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Prosentase
1	Baik	12	8,16%
2	Cukup	75	51,02%
3	Kurang	60	40,81%
Jumlah		147	100%

Sumber : Kuesioner Juni 2014

Berdasarkan tabel 1.4 bahwa sebagian besar responden sebanyak 75 orang (51,02%) berpengetahuan kurang dan sebagian kecil sebanyak 12 orang (8,16%) berpengetahuan baik .

e. Tingkat pengetahuan ibu tentang masalah gizi

Tabel 5 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Masalah Gizi Pada Anak Sekolah Dasar di SD Mojoroto II Kota Kediri Bulan Juni 2014

No.	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Prosentase
1	Baik	48	32,65%
2	Cukup	36	24,4%
3	Kurang	63	42,8%
Jumlah		147	100%

Sumber : Kuesioner Juni 2014

Berdasarkan tabel 1.5 di atas hampir setengah responden sebanyak 63 orang (42,8%) berpengetahuan kurang dan sebanyak 36 orang (24,4%) berpengetahuan cukup.

f. Tingkat pengetahuan ibu tentang prinsip gizi seimbang

Tabel.6 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Prinsip Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar di SD Mojoroto II Kota Kediri Bulan Juni 2014

No.	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Prosentase
1	Baik	2	1,36%
2	Cukup	45	30,6%
3	Kurang	100	68,02%
Jumlah		147	100%

Sumber : Kuesioner Juni 2014

Tsebagian besar responden mempunyai pengetahuan gizi seimbang dalam kategori kurang sebanyak 100 orang (68,02%) dan sebanyak 2 orang (1,36%) berpengetahuan baik.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai pengetahuan kurang ditinjau dari aspek pentingnya permasalahan gizi serta prinsip gizi seimbang. Sebagian besar responden mengetahui komponen gizi namun tidak banyak yang mau tahu pentingnya memperhatikan masalah gizi. Bahwa gizi tidak sekedar makan nasi dan lauk tapi kecukupan protein, lemak, dan vitamin juga sangat penting untuk diperhatikan. Kelebihan karbohidrat memberikan dampak obesitas pada anak usia sekolah sehingga dapat menurunkan konsentrasi belajar mereka. Begitupun sebaliknya kekurangan vitamin dan mineral seperti vitamin A dan yodium dapat memicu gangguan perkembangan organ penglihatan dan pertumbuhan.

Tentunya perhatian sekolah terhadap permasalahan gizi sangatlah penting. Jangan sampai sekolah yang setiap harinya bersama anak-anak merasa lepas tangan terhadap masalah tersebut dan beranggapan bahwa gizi adalah tanggung jawab orang tua. Sekolah bisa memainkan peran sebagai educator terhadap orang tua tentang masalah gizi, mengingat memang tidak semua orang tua memahami masalah tersebut. Sekolah dapat memberikan edukasi dengan mengumpulkan orang tua di sekolah atau memberikan fasilitas tempat jajan sehat yang bisa dipantau. Selain itu pihak sekolah juga meningkatkan peran serta UKS (Unit Kesehatan Sekolah) dalam memantau pertumbuhan antropometri anak sekolah sehingga bisa ditindaklanjuti konseling kepada orang tua.

Simpulan

1. Tingkat pengetahuan ibu dalam pemenuhan gizi hampir setengah responden berpengetahuan kurang dan tidak mengetahui tentang apa itu gizi, komponen gizi, masalah gizi dan prinsip gizi (49%) dengan rata-rata tingkat ibu hanya berpendidikan SD (28,2%)
2. Tingkat pengetahuan ibu tentang komponen gizi sebagian besar responden sebanyak 75 orang (51,02%) berpengetahuan kurang
3. Tingkat pengetahuan ibu tentang masalah gizi hampir setengah responden sebanyak 63 orang (42,8%) berpengetahuan kurang
4. Tingkat pengetahuan ibu tentang prinsip gizi seimbang sebagian besar responden sebanyak 100 orang (68,02%) berpengetahuan kurang.

Saran

1. Bagi sekolah; Meningkatkan peran sekolah dalam memantau antropometri siswa dan edukasi kepada orang tua tentang gizi.
2. Bagi petugas kesehatan; Perawat komunitas dapat meningkatkan koordinasi dengan pihak sekolah melalui UKS memantau pertumbuhan dan perkembangan siswa.

Daftar Pustaka

- Ayuningsih, Diah. (2010). *Psikologi Perkembangan Anak: Pola Pendidikan Sesuai Karakter dan Kepribadian Anak*. Yogyakarta: Pustaka Larasati.
- Mansur, Herawati. (2011). *Psikologi Ibu dan Anak untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Soekirman, dkk. (2006). *Hidup Sehat: Gizi Seimbang dalam Kehidupan Manusia*. Jakarta: PT. Primamedia Pustaka.
- Wawan dan Dewi. (2010). *Teori dan Pengukuran: Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.