

# JURNAL

# EDUHEALTH

Volume 3 Nomor 2, September 2013

Evaluasi Pasca Revitalisasi Pelayanan Kesehatan Di Posyandu Kota Surabaya Tahun 2013

Stres Sebagai Faktor Terjadinya Peningkatan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi

Hubungan Jenis Kontrasepsi Suntik Dengan Perubahan Berat Badan

Hubungan Fungsi Afektif Keluarga Terhadap Kecerdasan Emosional Remaja

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Ibu Dalam Memilih Makanan Sehari – Hari Dalam Keluarga Di RT 25 RW 09 Lingkungan Tirtoudan Kelurahan Tosaren

Penerapan Metode *Blended Learning* Berbasis ICT Untuk Meningkatkan Minat Dan Prestasi Belajar Pada Mata Kuliah Ilmu Sosial Budaya Dasar (ISBD) Di Prodi D-III Kebidanan FIK Unipdu Jombang

Perbandingan Penetapan Kadar Ketoprofen Tablet Secara Alkalimetri Dengan Spektrofotometri- Uv

Hubungan Antara Paritas Ibu Dengan Kejadian Postpartum Blues

Hubungan Antara Ketuban Pecah Dini Dan Kejadian Asfiksia Pada Bayi Baru Lahir

Pengaruh Stimulasi Kutaneus (*Slow Stroke Back Massage*) Terhadap Penurunan Nyeri Haid (*Dismenorea*)

Diterbitkan oleh :  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum Jombang

Jurnal EduHealth	Vol. 3	No. 2	Hal. 69-137	Jombang September 2013	ISSN 2087-3271
---------------------	--------	-------	----------------	---------------------------	-------------------

## DAFTAR ISI

No	Judul	Halaman
1.	Evaluasi Pasca Revitalisasi Pelayanan Kesehatan Di Posyandu Kota Surabaya Tahun 2013  <b>Achmad Zakaria</b>	74 – 78
2.	Stres Sebagai Faktor Terjadinya Peningkatan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi  <b>Khotimah</b>	79 – 83
3.	Hubungan Jenis Kontrasepsi Suntik Dengan Perubahan Berat Badan  <b>Suyati</b>	84 – 88
4.	Hubungan Fungsi Afektif Keluarga Terhadap Kecerdasan Emosional Remaja  <b>Nasrudin</b>	89 – 96
5.	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Ibu Dalam Memilih Makanan Sehari – Hari Dalam Keluarga Di RT 25 RW 09 Lingkungan Tirtoudan Kelurahan Tosaren  <b>Ratna Wardani dan Yuan Prianggajati</b>	97 – 102
6.	Penerapan Metode <i>Blended Learning</i> Berbasis ICT Untuk Meningkatkan Minat Dan Prestasi Belajar Pada Mata Kuliah Ilmu Sosial Budaya Dasar (ISBD) Di Prodi D-III Kebidanan FIK Unipdu Jombang  <b>Sri Banun Titi Istiqomah dan Ninik Azizah</b>	103 – 113
7.	Perbandingan Penetapan Kadar Ketoprofen Tablet Secara Alkalimetri Dengan Spektrofotometri- Uv  <b>Susilowati Andari</b>	114 – 119
8.	Hubungan Antara Paritas Ibu Dengan Kejadian <i>Postpartum Blues</i>  <b>Masruroh</b>	120 – 125
9.	Hubungan Antara Ketuban Pecah Dini Dan Kejadian Asfiksia Pada Bayi Baru Lahir  <b>Ninik Azizah</b>	126 – 129
10	Pengaruh Stimulasi Kutaneus ( <i>Slow Stroke Back Massage</i> ) Terhadap Penurunan Nyeri Haid ( <i>Dismenorea</i> )  <b>Zuliani, Mukhoirotin dan Pujiani</b>	130 – 134

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU IBU DALAM  
MEMILIH MAKANAN SEHARI – HARI DALAM KELUARGA DI RT 25 RW 09  
LINGKUNGAN TIRTOUDAN KELURAHAN TOSAREN**

**Ratna Wardani<sup>1</sup>, Yuan Prianggajati<sup>2</sup>**  
**Stikes Surya Mitra Husada Kediri**  
*Email : ratnawardani1978@yahoo.com*

**ABSTRAK**

Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi adalah kebiasaan makan. Makanan sehari – hari yang kurang memenuhi syarat kesehatan dan gizi akan mengancam kesehatan keluarga. Disamping itu juga nafsu makan keluarga berkurang dan jika hal itu berlangsung lama akan berpengaruh pada status gizi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Ibu Dalam Memilih Makanan Sehari-hari Dalam Keluarga di Rt 25 Rw 09 Lingkungan Tirtoudan Kelurahan Tosaren Kecamatan Pesantren Kota Kediri. **Jenis penelitian ini menggunakan Crosssesional** dengan populasinya semua ibu di RT 25 RW 09 Lingkungan Tirtoudan . **Sampelnya berjumlah 61 responden yang merupakan total populasi. Analisis data dengan menggunakan kuesioner dan data diolah dengan uji statistik menggunakan Regresi Linier Dummy. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan gizi ibu yang baik sebanyak 44 responden (72%). Pendidikan ibu sebagian besar adalah SMA sebesar 23 (38%), dan pekerjaan ibu sebagian besar adalah wiraswasta sebanyak 24 (39%). Perilaku ibu dalam memilih makanan sehari-hari yang bergizi dalam keluarga sebanyak 42 responden (68%). Hasil uji statistik di dapatkan nilai  $P\text{-value} = 0,000$ . Karena nilai  $P = 0,000 < 0,05$  maka  $H_0$  di Tolak maka pengetahuan gizi mempengaruhi perilaku ibu dalam memilih makanan sehari-hari dalam keluarga di Rt 25 Rw 09 Lingkungan Tirtou**

**Kata Kunci :** *Pengetahuan Gizi , Perilaku Ibu*

**ABSTRACT**

*One of the factors that influence nutritional status is eating habits. Meals a day - a day that does not meet the requirements of health and nutrition would threaten the health of the family. Besides, it also decreases appetite families and if it lasts a long time will have an effect on nutritional status. The purpose of this study was to determine the Factors Affecting Behavior Mothers In Choosing Everyday Foods In The Family Environment Rt 25 Rw 09 Tirtoudan Kelurahan Tosaren Kediri City School District. This research uses Crosssesional the population of all mothers in RT 25 RW 09 neighborhood Tirtoudan. The sample amounted to 61 respondents who constitute the total population. Analysis of the data by using a questionnaire and the data processed by the statistical test using Linear Regression Dummy. The results showed good maternal nutrition knowledge as much as 44 respondents (72%). Mother's education is the most high by 23 (38%), and most of the work is self-employed mothers were 24 (39%). Maternal behavior in choosing everyday foods are nutritious in the family as much as 42 respondents (68%). Results of statistical tests on the get  $P\text{-value} = 0.000$ . Since the value of  $P = 0.000 < 0.05$  Reject  $H_0$  in the knowledge of nutrition affects maternal behavior in choosing everyday foods in a family environment Rt 25 Rw 09 Tirtou*

**Keywords:** *Knowledge of Nutrition, Behavior Mother*

## PENDAHULUAN

Kesadaran masyarakat untuk mengkonsumsi makanan yang bergizi dan bervariasi saat ini sudah semakin meningkat. Hal ini terlihat dari semakin banyaknya produk-produk makanan sehari-hari yang dijual di pusat-pusat penjualan produk makanan. Kesadaran ini dipengaruhi oleh semakin majunya teknologi informasi di bidang pangan, sehingga masyarakat atau konsumen lebih sadar terhadap segala perubahan yang ada. Perubahan-perubahan ini ternyata secara tidak langsung mengubah selera dan kebiasaan masyarakat akan produk pangan yang dikonsumsinya Sampurno (2005).

Iswaranti (2007) mengemukakan, makanan yang aman adalah makanan yang bebas dari pencemaran mikrobiologi dan tidak melebihi ambang batas zat kimia. Bila terjadi hal seperti itu, maka dapat menimbulkan gangguan kesehatan. Menurut Sampurno (2005), masalah keracunan makanan sudah menjadi langganan di Indonesia. Hampir setiap tahun kasus keracunan selalu ada. Dari seluruh kasus keracunan selalu ada, semua bersumber pada pengolahan makanan yang tidak higienis.

Dari studi pendahuluan di RW 09 RT 25 menunjukkan bahwa dari 15 responden 12 diantaranya dalam memilih makanan sehari masih kurang pengetahuannya. Mereka memilih makanan hanya melihat dari harganya yang murah, kesukaan keluarganya, rasanya tetapi tidak mengetahui tentang kandungan dan status gizinya.

Tersedianya pangan dalam keluarga belum menjamin kebutuhan gizi keluarga sudah terpenuhi. Kecukupan gizi seseorang sepenuhnya tergantung pada apa yang dimakan. Status gizi keluarga dapat memberikan informasi penting tentang keadaan gizi pada saat sekarang atau masih lampau (Roedjito, 2005).

Perilaku memilih makanan sehari-hari merupakan kebiasaan pengalaman ibu dari masa lalu dan mengalami perubahan

terus-menerus menyesuaikan diri dengan kondisi lingkungan dan tingkat budaya tersebut salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku memilih makanan sehari-hari adalah perilaku dalam memilih makanan setiap harinya (Solihin, 2005).

Salah satu perilaku penting dan mendasar sebagai sebab timbulnya masalah gizi kurang adalah adanya perilaku memilih makanan sehari-hari individu yang tidak sesuai dengan kaidah gizi, oleh karena itu upaya penyadaran dengan mengadakan penyuluhan dan pengetahuan akan gizi dan memilih makanan sehari-hari yang benar pada ibu perlu ditingkatkan sehingga ibu mengetahui makanan yang baik dan bergizi (Susanto, 2007).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2003).

## Faktor – faktor yang mempengaruhi pengetahuan

### Faktor Internal

Pengalaman merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran. Hal ini dilakukan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi pada masa lalu (Notoatmodjo, 2005). Dengan bertambahnya usia seseorang biasanya akan lebih dewasa Intelektualnya (Nursalam, 2008).

### Faktor Eksternal

Pendidikan memegang peranan yang penting pada setiap perubahan perilaku untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Dengan tingginya pendidikan diharapkan tingkat pengetahuan seseorang bertambah sehingga memudahkan dalam menerima dan mengadopsi perilaku yang bertambah (Notoatmodjo, 2005).

Penyuluhan dengan banyaknya orang mendengarkan penyuluhan, maka pengetahuan seseorang akan bertambah dan dapat merubah perilakunya (Notoatmodjo, 2005).

Media Massa Dengan majunya teknologi akan tersedia pula bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang motivasi baru (Notoatmodjo, 2005)

Sosial Budaya Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan orang-orang tanpa melalui penalaran, dengan demikian seseorang bertambah pengetahuannya (Notoatmodjo, 2005).

Pengetahuan Gizi adalah kepandaian memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi dan kepandaian dalam memilih makanan sehari-hari yang sehat. Pengetahuan (*knowledge*) adalah hasil pengetahuan dari manusia, yang sekedar menjawab pertanyaan "What", misalnya apa air, apa manusia, apa alam dan sebagainya. Pengetahuan secara perorangan maupun bersama ternyata langsung dalam dua bentuk dasar yang sulit ditentukan mana kiranya yang paling "asli" atau mana yang paling berharga dan yang paling manusiawi. Bentuk satu adalah mengetahui saja dan untuk menikmati pengetahuan itu demi memuaskan hati manusia (Notoatmodjo, 2003).

Pengetahuan gizi ibu sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan sehari-hari. Pengetahuan ibu dapat diperoleh baik secara internal maupun eksternal. Untuk pengetahuan secara internal yaitu pengetahuan yang berasal dari dirinya sendiri berdasarkan pengalaman hidup sedangkan secara eksternal yaitu pengetahuan yang berasal dari orang lain sehingga pengetahuan ibu tentang gizi bertambah (Solihin, 2005).

**Konsep Perilaku**

Perilaku adalah reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap

suatu stimulus atau obyek. Perilaku seorang ibu adalah komponen penting dalam memilih makanan sehari-hari, dan kesehatan di dalam keluarganya, kemudian diasumsikan bahwa adanya hubungan langsung antara perilaku dengan memilih makanan sehari-hari. Sikap positif ibu terhadap kesehatan kemungkinan tidak otomatis berdampak pada perilaku ibu menjadi positif, tetapi sikap yang negatif terhadap kesehatan hampir pasti berdampak negatif pada perilakunya (Notoadmodjo, 2003).

Penilaian perilaku seseorang dapat menggunakan skala atau kuesioner. Skala penilaian perilaku dapat mengandung serangkaian pernyataan tentang permasalahan tertentu. Responden yang akan mengisi diharapkan menentukan perilaku setuju atau tidak setuju terhadap pernyataan tertentu. Skala pengukuran perilaku oleh Likert dibuat dengan pilihan jawaban sangat setuju terhadap suatu pernyataan dan sangat tidak setuju (Azwar 2007).

**METODOLOGI PENELITIAN**

Desain penelitian ini menggunakan desain *assosiatif* dengan pengumpulan data *cross sectional* dimana jenis penelitian ini menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data variabel independent dan dependent hanya satu kali pada satu saat. ( Nursalam, 2008).

Tabel 1 Perilaku Ibu Dalam Memilih Makanan Sehari – Hari dalam keluarga di RT 25 RW 09 Lingkungan

Perilaku	Frekuensi	Persentase (%)
Sering	42	68%
Kadang-kadang	13	22%
Tidak Pernah	6	10%
Total	61	100%

Dari table 1 diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku memilih makanan

sehari - hari adalah sering, yaitu sebanyak 42 responden (68%).

Analisa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku ibu dalam memilih makanan sehari-hari

Tabel 2 hasil analisis regresi linier dummy

Model	B	Sig
Constan	0.983	0.459
Pendidkn SMP	-0.022	0.972
Pendidkn SMA	0.505	0.374
Pendidkn Dipl	0.285	0.680
Pendidkn S1	0.646	0.519
Pekrjn Wiraswt	-0.014	0.988
Pekrjn Swasta	0.460	0.668
Pekrjn lain-lain	0.627	0.572
Pengetahn Gizi	0.269	0.000

Dari table 2 diketahui bahwa hanya variable pengetahuan gizi yang memiliki *p-value*  $0.000 < (\alpha = 0.05)$  yang berarti tolak  $H_0$ , maka pengetahuan gizi mempengaruhi perilaku ibu dalam memilih makanan sehari-hari.

## PEMBAHASAN

### Pengetahuan gizi ibu dalam memilih makanan sehari-hari dalam keluarga di RT 25 RW 09 Lingkungan Tirtoudan

Berdasarkan hasil penelitian pada table 3 dapat diketahui 44 responden (72%) pengetahuan gizi baik. Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil dari tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang memiliki (mata, hidung dan sebagainya). Dengan sendirinya pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indera pendengaran (telinga) dan indera penglihatan (mata). (Notoadmodjo, 2005).

Kehendak sangat mempengaruhi corak perbuatan yang akan diperlihatkan seseorang, sekalipun seseorang mampu mempelajari sesuatu, tetapi bila tidak ada kemauan atau kehendak maka proses belajar pada seseorang tidak akan terjadi.

Kehendak atau kemauan ini sangat erat hubungannya dengan pengetahuan ibu, psikologis ibu dan perilaku yang mereka pelajari dari pengetahuan mereka dari sejak mereka lahir. (Roedjito, 2005).

Berdasarkan hasil penelitian maka diketahui bahwa sebagian besar responden 23 responden (38%) berpendidikan SMA. Kemampuan manusia berbeda dari manusia yang lainnya. Pada kenyataannya manusia dikarunia kemampuan yang sehingga ia lebih mudah mempelajari sesuatu. Namun demikian ada sebagian orang yang mempunyai kemampuan taraf yang kurang, sehingga kesulitan dalam mempelajari sesuatu. Kemampuan juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, dapat dikatakan bahwa pendidikan menuntut manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupan untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan. Makin tinggi tingkat pendidikan maka mudah baginya untuk menerima informasi sehingga makin banyak pengetahuan tentang gizi yang dimiliki. Pengetahuan tentang gizi dipengaruhi oleh factor usia yang artinya semakin cukup umur, responden akan memiliki tingkat kemampuan, kematangan dan pengetahuan seseorang lebih matang dalam berfikir dan mengetahui tentang gizi yang baik dan tidak baik didalam makanan yang mereka pilih, (Nursalam, 2008).

Dengan pendidikan yang semakin tinggi maka seseorang akan lebih mudah dan terbuka dalam menerima informasi. Dapat menyaring informasi yang bias memberikan dampak positif bagi kehidupannya.

Berdasarkan hasil penelitian pada table 4.4 dapat diketahui sebagian besar responden perilakunya sering yaitu 42 responden (68%). Menurut Notoatmodjo (2005), dari segi biologis, perilaku adalah suatu kegiatan atau kegiatan organisme (mahluk hidup) yang bersangkutan. Oleh sebab itu, dari sudut pandang biologis semua makhluk hidup mulai dari tumbuh-

tumbuhan, binatang sampai dengan manusia itu berperilaku, karena mempunyai aktivitas masing-masing. Dari uraian ini dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud perilaku (manusia) adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang dapat diamati langsung maupun yang tidak bias diamati oleh pihak luar.

Perilaku memilih makanan sehari-hari merupakan hasil perubahan yang terjadi secara terus menerus dengan menyesuaikan pada kondisi social yang terjadi. Perilaku memilih makanan sehari-hari juga berdasarkan pengalaman ibu dimasa lalu

### **Faktor-faktor yang mempengaruhi Perilaku Ibu Dalam Memilih Makanan Sehari-hari Dalam Keluarga di RT 25 RW 09 Lingkungan Tirtoudan**

Dari hasil uji statistik regresi linier dummy pada table 4.5 hanya variable pengetahuan gizi yang memiliki nilai p-values < dari nilai  $\alpha = 0,05$ . Karena nilai P-value =  $0,000 < \alpha = 0,05$  pada pengetahuan gizi, maka  $H_0$  di Tolak, yang berarti pengetahuan gizi mempengaruhi perilaku ibu dalam memilih makanan sehari - hari dalam keluarga di RT 25 RW 09 lingkungan Tirtoudan kelurahan Tosaren kecamatan pesantren kota Kediri.

Pengetahuan yang baik akan akan ikut berperan serta dalam pembangunan di bidang kesehatan, karena bila pengetahuan telah dipahami maka akan timbul suatu perilaku untuk berpartisipasi, selain itu tingkat pengetahuan seseorang juga mempengaruhi individu lainnya, maka semakin tinggi pengetahuan individu maka semakin tinggi pula perilaku yang baik diterapkannya. Begitu juga dengan informasi dapat memberikan pengaruh terhadap pengetahuan seseorang. Karena fungsi utama dari informasi adalah menyampaikan pesan atau menyebarkan pesan ( informasi ) yang bersifat mendidik kepada orang lain. Artinya dari penyebaran informasi itu diharapkan para penerima informasi akan

bertambah pengetahuannya tentang apa yang ingin diketahuinya (Prasetyo, 2005)

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa dengan pengetahuan yang baik ibu akan mampu berperilaku yang benar dan baik. Pengetahuan ini menggambarkan sejauh mana responden menerapkan pengetahuannya dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi pengetahuan seseorang maka akan semakin mudah dalam menyelesaikan masalah dan berperilaku

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui sebagian besar sebanyak 44 responden (72%) berpengetahuan baik.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar ibu berpendidikan SMA sebanyak 23 (38%)

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 24 (39%).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui sebagian besar responden sebanyak 42 responden (68%). Pengetahuan gizi mempengaruhi perilaku ibu dalam memilih makanan sehari – hari dalam keluarga di RT 25 RW 09 Lingkungan Tirtoudan kelurahan Tosaren Kecamatan Pesantren Kota Kediri.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Azwar. S. 2007. *Teori Perilaku Manusia & Pengukurannya*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Iswaranti. 2007. *Jajanan di Indonesia berkualitas Buruk*. <http://www.republika.co.id>. Diakses 23 November pukul 23:30
- Notoatmodjo, Soekidjo (2005) *Promosi Kesehatan (Teori & Aplikasi)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoadmojo (2005) *Pendidikan dan Perilaku Masyarakat*, Jakarta : Rieka Cipta
- Notoatmodjo. (2003). *Metode Penelitian Teori dan Aplikasinya*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.

- Nursalam & Pariani, S. (2008). *Pendidikan Praktis Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta: CV. Info Media.
- Prasetyo. (2005). *Metode Penelitian Kuantitatif Teori dan Aplikasinya*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Roedjito. 2005. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Sampurno, 2005 *Zat Kimia Masih Ditemukan Dalam Makanan*. Media Indonesia edisi 8 Desember. <http://www.google.com> Pangan dan Gizi. Diakses 24 november 2010 pukul 12:38
- Solihin P. 2005. *Ilmu Gizi Pada Anak*. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta.
- Susanto, 2007. *Gizi dan Kesehatan*. Bayu media, Malang.