

## HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN STATUS GIZI SISWA DI SMA HARAPAN 1 MEDAN

Ratih Anggraeni

Program Studi S1 Farmasi STIKes Imelda Medan

### Article Info

#### Keywords:

Nutritional Knowledge

Nutritional Status

### ABSTRACT

Nutrition is one of the important factors that determine the level of health and harmony between physical and mental development. The nutritional assessment of a person is better known as nutritional status. The success of a nation in developing human resources is influenced by the nutritional status of its people. One of the factors that influence a person's nutritional status is the individual's knowledge of nutrition. Some theories suggest that the better a person's knowledge of nutrition, the better his nutritional status. This research was conducted with an analytical research method with a cross sectional approach. The research subjects were 88 students. Subjects who meet the criteria and are willing to take part in this study will fill out a questionnaire and measure their nutritional status through their BMI (Body Mass Index). Furthermore, the data will be analyzed using Chi square analysis in the SPSS 17.0 program. From this study, 83 students with good knowledge were obtained (94.3%), and students who had normal nutritional status were 56 people (63.6%). From the chi square analysis, it was found that there was a relationship between nutritional knowledge and nutritional status of students at SMA Harapan 1 Medan.

*This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.*



### Corresponding Author:

Ratih Anggraeni,

Program Studi S1 Farmasi,

STIKes Imelda Medan,

Jl. Bilal No. 52 Kelurahan Pulo Brayan Darat I Kecamatan Medan Timur, Medan - Sumatera Utara.

Email: atih20233@gmail.com

### 1. INTRODUCTION

Gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan keserasian antara perkembangan fisik dan perkembangan mental. Tingkat keadaan gizi normal tercapai bila kebutuhan zat gizi optimal terpenuhi. Tingkat gizi seseorang dalam suatu masa bukan saja ditentukan oleh konsumsi zat gizi pada masa lampau, bahkan jauh sebelum masa itu (Budiyanto, 2002).

Faktor yang secara langsung mempengaruhi status gizi adalah asupan makan dan penyakit infeksi. Berbagai faktor yang melatarbelakangi kedua faktor tersebut misalnya faktor ekonomi, keluarga produktivitas dan pengetahuan tentang gizi anak tersebut (Suhardjo, 1996).

Lebih dari sepertiga (36,1%) anak usia sekolah di Indonesia tergolong pendek ketika memasuki usia sekolah yang merupakan indikator adanya kurang gizi kronis. Prevalensi anak pendek ini semakin meningkat dengan bertambahnya umur dan gambaran ini ditemukan baik pada laki-laki maupun perempuan. Jika

diamati perubahan prevalensi anak pendek dari tahun ke tahun maka prevalensi anak pendek ini praktis tidak mengalami perubahan oleh karena perubahan yang terjadi hariya sedikit sekali yaitu dan 39,8% pada tahun 1994 menjadi 36,1% pada tahun 1999 (Depkes, 2004).

Oleh karena itu, peneliti akan melakukan penelitian di SMA Harapan 1 Medan, untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi siswa di SMA Harapan 1 Medan tahun 2010.

## 2. RESEARCH METHOD

Penelitian ini adalah penelitian analitik yang menggambarkan pengetahuan tentang gizi siswa dengan pendekatan yang digunakan pada desain penelitian ini adalah *cross sectional*, dan akan dihubungkan dengan status gizi siswa. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli sampai dengan Oktober di Sekolah SMA Harapan 1 Medan.

Populasi adalah seluruh siswa SMA Harapan 1 Medan yang berjumlah 830 siswa. Metode pengambilan sampel dilakukan dengan cara *stratified random sampling*. Perhitungan rumus untuk menentukan besar sampel adalah:

$$n = \frac{z_a^2 PQ}{d^2}$$

$$= \frac{(1,96)^2 \cdot 0,36 \cdot 0,64}{(0,1)^2}$$

$$= 88$$

Keterangan :

P = Proporsi penyakit atau keadaan yang akan dicari

d = Tingkat ketepatan absolut yang dikehendaki

a = Tingkat kemaknaan

Q = 1 – P

n = Besar sampel yang diperlukan

Pengolahan data dilakukan melalui beberapa tahapan, tahap pertama *editing* yaitu Memeriksa data dengan cara melihat kembali hasil pengumpulan data untuk menghindari kesalahan data. Tahap kedua *coding* yaitu memberi kode atau angka tertentu pada siswa untuk mempermudah waktu mengadakan tabulasi dan analisa. Tahap ketiga *entry* yaitu memasukkan data ke dalam program komputer dengan menggunakan program SPSS versi 17.0. Tahap ke empat adalah melakukan *cleaning* yaitu mengecek kembali data yang telah dimasukkan untuk mengetahui ada kesalahan atau tidak. Hasilnya disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Analisis data akan dilakukan dengan menggunakan uji statistik *Chi – Square – X<sup>2</sup>* dengan program SPSS versi 17.0.

## 3. RESULTS AND ANALYSIS

### 3.1 Hasil

Pengetahuan responden dinilai berdasarkan 15 pertanyaan yang mencakup informasi yang diketahui responden mengenai gizi, antara lain manfaat, jenis dan contohnya.

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pengetahuan Responden pada Siswa SMA Harapan 1 Medan

Pengetahuan	Kelas	
	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	83	94,3
Sedang	4	4,5
Buruk	1	1,2
Total	88	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa mayoritas pengetahuan siswa adalah baik, yaitu sebanyak 83 orang (94,3%), sedangkan berpengetahuan kurang adalah 5 orang (5,7%).

### 3.2 Pembahasan

Tingkat pengetahuan yang diperoleh dari hasil kuesioner menunjukkan data sebanyak 83 orang (94,3%) yang mempunyai pengetahuan gizi yang baik, sedangkan yang mempunyai pengetahuan sedang berjumlah 4 orang (4,5%), dan yang mempunyai pengetahuan kurang hanya 1 orang (1,1%). Hal ini menunjukkan hasil yang signifikan bahwa siswa SMA Harapan 1 Medan mempunyai pengetahuan yang baik. Ini bisa saja terjadi dikarenakan siswa banyak memperoleh informasi dari banyak faktor, seperti: pelajaran di sekolah, media cetak, maupun media elektronik lainnya. Hal ini sejalan dengan teori yang diungkapkan oleh Notoadmodjo (2007) bahwa pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh 3 faktor, yaitu: 1) faktor internal seperti

intelegensia, minat dan kondisi fisik; 2) faktor eksternal seperti keluarga dan masyarakat; 3) faktor pendekatan belajar seperti upaya belajar dan strategi dalam pembelajaran.

Pengetahuan yang baik juga bisa dikarenakan usia siswa yang semakin dewasa, sehingga lebih bisa menyerap informasi-informasi yang ada. Hal ini juga diungkapkan Hadi (2005) dalam teorinya, yaitu pertambahan usia seseorang akan berhubungan dengan perkembangan kognitif, penalaran moral, dan perkembangan social.

#### 4. CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa SMA Harapan 1 Medan memiliki pengetahuan yang baik, yaitu sebanyak 83 orang (94,3%).

#### Saran

1. Disarankan pada pihak sekolah agar lebih memperhatikan kembali tingkat pengetahuan dan status gizi siswanya. Walaupun kebanyakan siswa memiliki status gizi yang baik, tetapi ada didapati status gizi siswa yang kurang dan lebih.
2. Disarankan pada siswa SMA Harapan 1 Medan yang memiliki pengetahuan gizi yang kurang, agar meningkatkan pengetahuan tentang gizi, sehingga dapat mengatur angka kecukupan gizi, sehingga memiliki status gizi yang baik.

#### REFERENCES

- Budiyanto. (2002). *Gizi dan Kesehatan*. Malang: Bayu Media.
- Depkes RI. (2004). *Kecenderungan Masalah Gizi dan Tantangan di Masa Datang*: Jakarta: Depkes RI.
- Hadi, H. (2005). *Beban Ganda Masalah dan Implikasinya Terhadap Kebijakan Pembangunan Kesehatan Nasional*. Diambil dari: [www.gizi.net](http://www.gizi.net). [Diakses tanggal 28 Maret 2010].
- Suhardjo. (1996). *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Jakarta: Bumi Aksara.