

DOI <http://dx.doi.org/10.36722/sst.v6i1.500>

Analisis Pengetahuan Gizi, Status Gizi, dan Pola Konsumsi Pangan Siswa SD Islam 1 Al Azhar

Zakia Umami¹, Andi Muh Asrul¹, Amalina Ratih Puspa¹

¹Program Studi Gizi, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Al Azhar Indonesia, Komplek Masjid Agung Al Azhar Jl. Sisingamangaraja, Kebayoran Baru Jakarta Selatan 12110

Penulis untuk Korespondensi//Email: zakia.umami@gmail.com

Abstract - School-age children are a population who are at risk of health. According to the Riskesdas 2018, data for school-age children (5-12 years), the prevalence of underweight was 6,8%, obese 9,2%, and stunting was 16,9%. The purpose of this study was to analyze nutritional knowledge, nutritional status, and consumption patterns of students in SD Islam Al Azhar 1. The design of this study was a cross-sectional study conducted at Al Azhar 1 Islamic Elementary School, Jakarta from March to September 2019. Some students who were involved as respondents in this study were 55 people purposive sampling technique. The results showed that children with obesity were 43.3%, normal was 32.7%, overweight was 20%, and underweight was 3.6%. The number of children with good nutrition knowledge was 33 people (60%), adequate nutrition knowledge was 20 people (36,4%), and poor nutrition knowledge was 2 people (3,6%). Average vegetable consumption was 34.57 grams and is classified as less. While the average fruit consumption was 91.88 grams and is classified as adequate. Chi-Square test results showed no correlation between nutritional status with nutritional knowledge and no correlation between nutritional status with consumption of vegetable and fruit

Abstrak - Anak usia sekolah merupakan populasi yang berisiko terhadap kesehatan. Menurut data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan prevalensi nasional anak usia 5-12 tahun yang mengalami masalah gizi kurang berdasarkan indeks IMT/U sebanyak 6,8%, obesitas sebesar 9,2%, dan pendek berdasarkan indeks TB/U sebanyak 16,9%. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengetahuan gizi dan hubungannya dengan status gizi dan pola konsumsi siswa di SD Islam Al Azhar 1. Desain penelitian ini adalah *cross sectional study* yang dilakukan di SD Islam Al Azhar 1, Jakarta dari bulan Maret hingga bulan September 2019. Jumlah siswa/siswi yang terlibat sebagai responden penelitian ini adalah 55 orang dengan teknik purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan anak dengan status gizi obes adalah 24 orang (43,3%), normal 18 orang (32,7%), gemuk 11 orang (20%), dan kurus 2 orang (3,6%). Jumlah anak dengan pengetahuan gizi baik sebesar 33 orang (60%), pengetahuan gizi cukup sebesar 20 orang (36,4%), dan pengetahuan gizi kurang 2 orang (3,6%). Rata rata konsumsi sayur sebesar 34,57 gram dan tergolong kurang. Sedangkan rata-rata konsumsi buah sebesar 91,88 gram dan tergolong cukup. Hasil uji Chi Square menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan dengan pengetahuan gizi dan tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi konsumsi sayur dan buah.

Keyword – Child, Nutritional Knowledge, Consumption Pattern, Nutritional status

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah sebagai populasi yang berisiko terhadap kesehatan menurut Stanhope dan Lancaster (2004) [1]. Faktor risiko tersebut meliputi risiko biologi, risiko sosial, risiko ekonomi dan risiko gaya hidup. Pola konsumsi anak usia

sekolah tidak hanya memengaruhi kesehatan di masa kecil tetapi juga sangat memengaruhi pola konsumsi dan kesehatan di masa dewasa [2].

Anak usia sekolah tidak memiliki pengetahuan yang cukup tentang kesehatan dan gizi untuk mereka sendiri dan kurang sadar akan pentingnya kesehatan

[3]. Hal tersebut dapat menyebabkan kesalahan dalam pemilihan makan yang berdampak pada kekurangan maupun kelebihan zat gizi [4]. Menurut data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan prevalensi nasional anak usia 5-12 tahun yang mengalami masalah gizi kurang berdasarkan indeks IMT/U sebanyak 6,8%, obesitas sebesar 9,2%, dan pendek berdasarkan indeks TB/U sebanyak 16,9%. Persentase kurang makan sayur dan buah pada anak usia 5-9 tahun juga cukup tinggi sebesar 96,9% berdasarkan Riskesdas 2018 [5].

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Choi et al. (2008), menyatakan bahwa pengetahuan gizi pada anak perempuan lebih tinggi daripada anak laki-laki, demikian juga dengan perilaku makan pada anak perempuan lebih baik daripada anak laki-laki [2]. Perilaku makan dipengaruhi secara langsung oleh karakteristik sosiodemografi termasuk jumlah keluarga, tingkat pendidikan orang tua, tingkat ekonomi, dan status pekerjaan ibu [6].

Anak perempuan dengan pengetahuan dan sikap gizi yang baik mempunyai perilaku makan yang baik juga. Hubungan yang positif antara pengetahuan gizi dengan perilaku makan ditunjukkan oleh studi yang dilakukan oleh Seo (2000) dan Yoon et al., (2000). Pendidikan gizi diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan gizi yang berhubungan dengan perubahan perilaku gizi yang lebih baik [7]. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi dan pola konsumsi siswa di SD Islam Al Azhar 1, Jakarta Selatan.

METODE PENELITIAN

Desain, Tempat, dan Waktu Penelitian

Desain penelitian ini adalah *cross sectional study*. Penelitian dilakukan di SD Islam Al Azhar 1, Jakarta dari bulan Maret hingga bulan Agustus 2019.

Jumlah dan Cara Penarikan Contoh

Populasi di dalam penelitian ini adalah seluruh siswa/i kelas 5 SD Islam Al Azhar 1. Jumlah siswa/i yang menjadi responden berjumlah 55 orang yang berasal dari kelas 5A dan 5B. Pengambilan contoh penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode *purposive sampling*.

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Data yang digunakan di dalam penelitian ini adalah data sekunder dan primer. Data terkait gambaran umum sekolah dikumpulkan melalui catatan yang

dimiliki oleh sekolah dan wawancara langsung dengan narasumber wakil kepala sekolah. Karakteristik individu dan keluarga dikumpulkan melalui wawancara langsung dengan menggunakan kuesioner terstruktur. Pengambilan data konsumsi dilakukan dengan menggunakan kuesioner *semi-quantitative questionnaire* (SQ-FFQ) dengan bantuan gambar *food model* dengan tujuan untuk mengetahui kebiasaan konsumsi. Karena keterbatasan waktu wawancara yang disediakan oleh pihak sekolah, maka data *food recall* tidak diambil.

Pengolahan Data

Data yang didapat di dalam penelitian ini melalui proses *entry* dan *cleaning* dengan menggunakan program Ms. Excel. Data pencilan ekstrim dan data yang tidak lengkap dikeluarkan dalam *data set*. Proses analisis dilakukan dengan menggunakan program IBM SPSS Statistic 17 for windows.

Kajian Etik

Protokol penelitian ini sudah mendapatkan izin lolos kaji etik dari Komisi Etik Universitas Esa Unggul dengan Nomor: 0313-19.240/DPKE-KEP/FINAL-EA/UEU/VII/2019.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Sekolah dan Karakteristik Responden

Penelitian dilaksanakan di SD Islam Al Azhar 1 yang beralamat di Jl. Sisingamangaraja No 1, RT 2/RW 1, Selong, Kecamatan Kebayoran Baru, Jakarta Selatan. SD Islam Al Azhar 1 terletak di Kompleks Masjid Agung Al Azhar, sehingga tidak jauh dari Universitas Al Alzhar Indonesia. SD Islam Al Azhar 1 berada dibawah Yayasan Islam Al Azhar.

Responden yang berjenis kelamin laki-laki sebesar 27 orang (49,1%) dan perempuan sebesar 28 orang (50,9%). Usia Responden berkisar antara sembilan (9) tahun sampai dengan 11 tahun. Paling banyak responden dengan usia 10 tahun (89,1%).

Ayah responden paling banyak bekerja sebagai pegawai swasta sebesar 19 orang (34,5%) dengan penghasilan ayah responden hampir semuanya diatas Rp 4.000.000 sebesar 53 orang (96,4%). sedangkan pekerjaan ibu paling banyak menjadi ibu rumah tangga sebesar 23 orang (41,8%). Penghasilan ibu responden paling banyak diatas Rp 4.000.000,- sebesar 33 orang (60%). Uang saku

responden paling banyak ≤ Rp 20.000,- sebesar 30 orang (54,5%) .

Tabel 1. Karakteristik responden

Karakteristik	Jumlah	
	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	27	49,1
Perempuan	28	50,9
Usia		
9 tahun	2	3,6
10 tahun	49	89,1
11 tahun	4	7,3
Pekerjaan Ayah		
PNS	9	16,4
Pegawai Swasta	19	34,5
Wirausahawan	14	25,5
TNI/POLRI	1	1,8
Lainnya	12	21,8
Pekerjaan Ibu		
PNS	5	9,1
Pegawai Swasta	10	18,2
Wirausahawan	5	9,1
TNI/POLRI	2	3,6
Ibu Rumah Tangga	23	41,8
Lainnya	10	18,2
Penghasilan Ayah		
>Rp 4.000.000,-	2	3,6
>Rp 4.000.000,-	53	96,4
Penghasilan Ibu		
<Rp 4.000.000,-	21	38,2
>Rp 4.000.000,-	1	1,8
>Rp 4.000.000,-	33	60
Uang saku/hari		
≤ Rp 20.000,-	30	54,5
> Rp 20.000,-	25	45,5

Status Gizi Responden

Penilaian status gizi berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan RI tentang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak tahun 2011 sesuai kategori dan ambang batas status gizi anak berdasarkan indeks IMT/U anak umur 5-18 tahun. Hasil dari penilaian status gizi dapat dilihat pada Tabel 3. Secara keseluruhan, responden dengan status gizi obes adalah paling banyak sebesar 24 orang dari total 55 orang. Status gizi normal sebesar 18 orang. Status gizi gemuk sebesar 11 orang dan status gizi kurus berjumlah 2 orang.

Jika dilihat berdasarkan jenis kelamin, reponden laki-laki menyumbang paling banyak responden dengan kategori obes sebanyak 18 orang. Hal ini sejalan dengan penelitian Haryana (2018) bahwa siswa laki-laki yang memiliki status gizi

gemuk (25%) dan kurus (20%) lebih banyak dibandingkan siswa perempuan (masing-masing 0% dan 18%).

Tabel 2. Status gizi responden

JK	Status Gizi								Total
	Kurus		Normal		Gemuk		Obes		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Perempuan	1	3,6	14	50	5	17,9	8	28,6	28
Laki-laki	1	3,7	4	14,8	6	22,2	18	66,7	27
	2	3,6	18	32,7	11	20	24	43,6	55

Banyaknya responden dengan status gizi gemuk dan obes diduga karena sebagian besar subjek memiliki tingkat aktivitas fisik yang rendah. Hal ini karena pada prinsipnya, status gizi ditentukan seberapa banyak asupan zat gizi dan seberapa banyak yang digunakan sebagai energi untuk beraktivitas. Jika asupan zat gizi berlebih dalam jangka waktu yang lama, maka akan disimpan tubuh dalam bentuk jaringan lemak di bawah kulit sehingga dapat meningkatkan berat badan [8].

Pengetahuan Gizi Responden

Tabel 3 menyajikan data terkait pengetahuan gizi responden. Berdasarkan hasil penelitian ini, jumlah terbanyak adalah responden dengan kategori pengetahuan gizi baik sebesar 33 orang (60%) Sedangkan responden dengan kategori pengetahuan gizi yang kurang hanya dua (2) orang saja (3,6%). Sisanya adalah berpengetahuan gizi cukup sebesar 20 orang (36,4%).

Tabel 3. Pengetahuan gizi responden

Jenis Kelamin	Pengetahuan Gizi						Total
	Kurang		Cukup		Baik		
	n	%	n	%	n	%	
Perempuan	2	7,1	13	46,4	13	46,4	28
Laki-laki	0	0,0	7	25,9	20	74,1	27
Total	2	3,6	20	36,4	33	60	55

Semakin baik pengetahuan gizi seseorang maka semakin memperhatikan kualitas dan kuantitas pangan yang dikonsumsi [9]. Pengetahuan awal merupakan prediktor pengetahuan yang baik. Pengetahuan gizi berpengaruh terhadap pemilihan bahan makanan dan penentuan jumlah makanan yang dikonsumsi [10].

Rata-rata konsumsi sayur dan buah

Dari Tabel 4 dapat dilihat bahwa rata rata konsumsi sayur sebesar 0,33x/hari atau 34,57 gram. Jika dilihat kategori dari Kemenkes RI, konsumsi sayur

tergolong kurang karena <60 gram/hari. Sedangkan rata-rata konsumsi buah sebesar 0,37x/hari atau 91,88 gram dan jika dilihat kategori dari Kemenkes RI, konsumsi sayur tergolong cukup karena (50-100 gram/hari).

Tabel 4. Rata-rata konsumsi sayur dan buah

Jenis Pangan	Rata-rata	
	Kali per hari	Berat (gram)
Sayur		
Bayam	0,37	61,58
Wortel	0,64	34,05
Kangkung	0,31	46,04
Buncis	0,41	25,88
Sawi	0,32	23,33
Labu siam	0,21	44,29
Jamur	0,23	40,25
Tauge	0,27	27,67
Kacang panjang	0,35	15,49
Daun singkong	0,22	50,91
Brokoli	0,40	35,87
Ketimun	0,33	25,28
kol	0,26	24,46
Tomat	0,45	50,64
Terong	0,19	12,86
Rata-rata	0,33	34,57
Buah		
Pepaya	0,30	97,59
Pisang	0,62	112,44
Alpukat	0,19	115,26
Apel	0,40	115,56
Mangga	0,53	163,55
Jambu biji	0,19	141,25
Salak	0,32	45,79
Nenas	0,22	59,33
Semangka	0,50	143,75
Melon	0,46	95,00
Stawberry	0,44	70,26
Rambutan	0,35	35,83
Jeruk manis	0,58	75,29
Kurma	0,17	15,44
Rata-rata	0,37	91,88

Hubungan antara Status Gizi Responden dengan Pengetahuan Gizi Responden

Tabel 5 menunjukkan sebaran dan hubungan status gizi dan pengetahuan gizi responden. Responden dengan status gizi kurus, normal, gemuk maupun obes, secara keseluruhan mempunyai pengetahuan gizi yang baik sebesar 33 orang. Hasil uji *Chi Square* menunjukkan tidak hubungan antara status gizi dengan dengan pengetahuan gizi.

Tabel 5. Hubungan antara status gizi responden dengan pengetahuan gizi responden

Status Gizi	Pengetahuan Gizi			Total	Nilai p
	Kurang	Cukup	Baik		
Kurus	0	0	2	2	0,73*
Normal	0	7	11	18	
Gemuk	1	3	7	11	
Obes	1	10	13	24	
Total	2	20	33	55	

*hasil uji *Chi square* signifikan ($p < 0,05$)

Tidak adanya hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi dapat disebabkan karena pengetahuan gizi bukan merupakan penyebab langsung dari status gizi pada anak. Pengetahuan gizi akan terlebih dahulu mempengaruhi konsumsi zat gizi. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Yulni (2013) menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi energi dengan status gizi pada anak sekolah dasar (7-12 tahun) [11].

Tabel 6. Hubungan Status Gizi dengan Konsumsi Buah dan Sayur

Status Gizi	Konsumsi Sayur dan Buah		Total	Nilai p
	Kurang	Cukup		
Normal	8	10	18	
Gemuk	5	6	11	
Obes	13	11	24	
Total	26	29	55	

*hasil uji *Chi square* signifikan ($p < 0,05$)

Tabel 6 menunjukkan sebaran dan hubungan status gizi dan pengetahuan gizi responden. Hasil uji *chi square* menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara konsumsi sayur dan buah dengan status gizi, Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nuraeni *et al* (2013) yang menunjukkan bahwa anak sekolah yang obesitas lebih sedikit mengonsumsi sayur dibandingkan dengan anak yang tidak obesitas [12]. Obesitas itu sendiri banyak faktor yang menyebabkannya diantara lain asupan energi yang berlebih serta kurangnya aktifitas fisik [13].

KESIMPULAN

Secara keseluruhan, responden dengan status gizi obes adalah paling banyak sebesar 24 orang dari total 55 orang (43,6%). Pengetahuan gizi dengan kategori baik adalah paling banyak yaitu sebesar 33 responden (60%). Sedangkan responden dengan kategori pengetahuan gizi yang kurang hanya dua (2) orang saja. Rata rata konsumsi sayur sebesar

0,33x/hari atau 34,57 gram. Jika dilihat kategori dari Kemenkes RI, konsumsi sayur tergolong kurang karena < 60 gram/hari. Sedangkan rata-rata konsumsi buah sebesar 0,37x/hari atau 91,88 gram dan jika dilihat kategori dari Kemenkes RI, konsumsi sayur tergolong cukup karena (50-100 gram/hari). Hasil uji *Chi Square* menunjukkan tidak hubungan antara status gizi dengan dengan pengetahuan gizi dan tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi konsumsi sayur dan buah.

REFERENSI

- [1] M. Stanhope and J. Lancaster, *Community and Public Health Nursing 6th Edition*, CV Mosby Co, 2004.
- [2] E.-S. Choi, N.-R. Shin, E.-I. Jung, H.-R. Park, H.-M. Lee and K.-H. Song, "A study on nutrition knowledge and dietary behavior of elementary school children in Seoul," *Nutr Res Pract. Winter*, vol. 2, no. 4, pp. 308 - 316, 2008.
- [3] Y.-J. Yeoh, J.-H. Yoon, J. E. Shim and S.-J. Chung, "Factors Associated with Skipping Breakfast in Korean Children: Analysis of Data from the 2001 National Health and Nutrition Survey," *Korean Journal of Community Nutrition*, vol. 13, no. 1, pp. 62 - 68, 2008.
- [4] J. SM, "A Study on the Nutrition Knowledge, the Eating Attitude, and the Eating Behavior of Elementary School Students in Busan," Master's Thesis. Dong-A, University Korea, Korea, 2002.
- [5] Kementerian Kesehatan RI, "Hasil Riset Kesehatan Dasar 2018," Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan , Jakarta, 2013.
- [6] K. N. Kim and H. S. Yoo, "The Influences of Stress on Eating Behavior High School Boys & Girls," *The Korean Journal of Food And Nutrition*, vol. 28, no. 5, pp. 782-793, 1999.
- [7] S. JH, "The Relationship between adolescents'nutrition knowledge, food attitude and food practice in Taejon," Master's thesis, Chungnam National University, Korea Selatan, 2000.
- [8] S. Niman, *Anatomi dan Fisiologi Sistem Pencernaan*, Jakarta: Tans Info Media, 2013.
- [9] A. D. Sediaoetama, *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi*. Edisi kelima, Jakarta: Dian Rakyat , 2004.
- [10] N. Andarwulan; S. Madanijah; Zulaikhah, "Laporan Penelitian: Monitoring dan Verifikasi Profil Keamanan Pangan Jajanan Siswa Sekolah (PJAS) Nasional 2008," Southeast Asian Food and Agricultural Science and Technology (SEAFAST) center IPB dan Direktorat Surveilien Penyuluhan Keamanan Pangan BPOM RI, Bogor, 2009.
- [11] Yulni, "Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar di Wilayah Pesisir kota Makassar," *Jurnal MKMI*, pp. 205 - 211, Desember 2013.
- [12] I. Nuraeni, H. Hadi and Y. Paratmanitya, "Perbedaan konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar yang obes dan tidak obes di Kota Yogyakarta dan Kabupaten Bantul," *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia*, vol. 1, no. 2, 2013.
- [13] S. Almatsier, *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002.