

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN SISWA TENTANG MAKANAN YANG BERGIZI DENGAN STATUS GIZI PADA SISWA KELAS ATAS MADRASAH IBTIDAIYAH MIFTAHUL HUDA PUNGGULREJO, RENGEL, TUBAN

Awanda Alif Kushar

Mahasiswa S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya, awanda.alif@gmail.com

Juanita Dolores Hasiane Nasution

Dosen S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya

Abstrak

Anak sebagai generasi penerus yang dalam pertumbuhannya memerlukan asupan gizi yang cukup. Pengetahuan anak tentang makanan yang bergizi adalah modal untuk mendapatkan asupan gizi yang cukup, diharapkan semakin tinggi tingkat pengetahuan anak tentang makanan yang bergizi semakin baik asupan gizi yang diterima anak. Asupan gizi yang sesuai serta porsi makan yang cukup diharapkan akan membuat anak memiliki status gizi yang ideal.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dengan status gizi. Dan untuk mengetahui seberapa besar sumbangan tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dengan status gizi. Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimen dan desain yang digunakan adalah korelasional, dimana yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas atas MI Miftahul Huda Punggulrejo, Rengel, Tuban sebanyak 72 siswa. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket atau kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dan IMT/U untuk mengukur status gizi. Analisis data yang digunakan adalah koefisien kontingensi.

Berdasarkan hasil penelitian dengan populasi sebanyak 72 siswa, rata-rata status gizi siswa adalah normal dan tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi adalah sedang. Siswa dengan tingkat pengetahuan tentang makanan yang bergizi kurang yang memiliki status gizi sangat kurus 4 siswa (5,6%), kurus 7 siswa (9,7%), normal 14 siswa (19,4%). Siswa dengan tingkat pengetahuan tentang makanan yang bergizi sedang yang memiliki status gizi sangat kurus 4 siswa (5,6%), kurus 3 siswa (4,2%), normal 22 siswa (30,6%), gemuk 2 siswa (2,8%), gemuk 2 siswa (2,8%), obesitas 3 siswa (4,2%). Siswa dengan tingkat pengetahuan tentang makanan yang bergizi baik yang memiliki status gizi kurus 1 siswa (1,4%), normal 12 siswa (16,7%). Berdasarkan hasil analisis koefisien kontingensi tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dengan status gizi memiliki nilai sig. $0,100 > \alpha 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dengan status gizi siswa MI Miftahul Huda Punggulrejo Rengel Tuban.

Kata Kunci : Tingkat Pengetahuan Gizi, Status Gizi

Abstract

Children as the successor generation where in their growth need enough nutrition. Children's knowledge of nutritious foods is a basic for getting enough nutrient. It is hoped higher children's knowledge of nutrient foods, better nutrition they will get. An appropriate nutrition and enough food portion is hoped to create a children with an ideal nutrient status. The aim of this research is to identify the correlation between the students knowledge level about nutritious food and nutrient status. In addition, to identify how much the role of students' knowledge about nutritious food and nutrient status. This research is a non experimental research and using correlational design, where the population in this research are all of the students of high class Madrasah Ibtidaiyah Miftahul Huda Punggulrejo Rengel Tuban or about 72 students. The research instrument used in this research is in the form of questionnaires for measuring the students' knowledge of nutritious foods, and IMT/U for measuring nutrient status. The data analysis used in this research is contingency coefficient.

Based on the research with 72 students population, on average students' nutrient status are normal and their knowledge level about nutritious foods is medium. Students with low level of nutritious foods' knowledge and have very thin nutrient food is 4 students (5.6%), thin 7 students (9.7%), normal 14 students (19.4%). Students with medium knowledge of nutritious food level and have a very thin nutrient status are 4 students (5.6%), thin 3 students (4.2%), normal 22 students (30.6%), fat 2 students (2.8%), obesity 3 students (4.2%). Students with good knowledge of nutritious food level and have a very thin nutrient status is 1 student (1.4%), normal 12 students (16.7%). According to the result analysis of

contingency coefficient level of students' knowledge about nutritious foods and nutrient level have a value sig. $0.100 > \alpha 0,05$, so H_0 accepted and H_a rejected. Therefore, we can conclude that there is not a significant correlation between students' knowledge of nutritious foods and nutrient level of the students Madrasah Ibtidaiyah Miftahul Huda Punggulrejo, Rengel, Tuban.

Keywords: Nutrition knowledge level, Nutrient status.

PENDAHULUAN

“Anak merupakan individu yang unik, di mana mereka mempunyai kebutuhan yang berbeda-beda sesuai dengan tahap usianya. Salah satu hak anak adalah hak untuk dicintai dan dilindungi. Anak memerlukan kasih sayang dan perlakuan yang adil dari orang tuanya” (Cahyaningsih, 2011: 12).

Masa sekolah adalah masa di mana anak-anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Pada masa tersebut anak-anak cenderung bergerak dan bermain. Dalam masa ini anak sedang dibina untuk mandiri, berperilaku menyesuaikan dengan lingkungan, peningkatan berbagai kemampuan yang membutuhkan fisik yang sehat. Tentunya untuk mencapai hal tersebut dibutuhkan keadaan gizi yang baik agar tumbuh kembang anak dapat optimal. (Andriani dan wirjatmadi, 2012)

Pertumbuhan dan perkembangan anak yang normal akan berlangsung dengan baik apabila ditunjang dengan asupan gizi yang tercukupi. Menurut Huraerah (2012: 39) “untuk menjamin pertumbuhan fisiknya, anak membutuhkan makanan yang bergizi, pakaian, sanitasi, dan perawatan kesehatan.” Dengan aktivitas yang beragam serta kebutuhan gerak guna menunjang perkembangan dan pertumbuhan setiap individu, asupan gizi sangat berperan penting dalam proses tumbuh kembangnya.

Pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh gizi anak tersebut. Keterlambatan tumbuh kembang merupakan salah satu masalah gizi yang terkait antara satu dengan yang lainnya.

“UNICEF 1998 dalam Supariasa (2013: 25) menggambarkan faktor yang berhubungan dengan status gizi. Pertama, penyebab langsung dari status gizi adalah asupan gizi dan penyakit infeksi. Kedua, penyebab tidak langsung, kesediaan pangan tingkat rumah tangga, perilaku/asuhan ibu dan anak, dan pelayanan kesehatan dan lingkungan. Ketiga masalah utama, yaitu kemiskinan, pendidikan rendah, ketersediaan pangan, dan kesempatan kerja. Keempat, masalah dasar, yaitu krisis politik dan ekonomi.”

Wawasan tentang gizi juga dapat mempengaruhi perilaku konsumsi makanan/gizi. Seperti yang diungkapkan Kals dan Cobb 1985 dalam Supariasa (2013:32) “ada dua faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi makanan/gizi, yaitu wawasan terhadap arti/nilai tindakan dan wawasan terhadap ancaman rasa

lapar dan gizi kurang.” Wawasan ini berkaitan dengan pengetahuan tentang zat-zat gizi.

Penelitian ini dilakukan karena peneliti ingin membuktikan dari beberapa pendapat para ahli seperti Call dan Levinson (1974) dan ahli lainnya bahwa zat gizi dalam makanan yang dikonsumsi seorang memiliki hubungan dengan status gizi. Penelitian ini dilakukan pada sekolah dasar, karena pada masa sekolah dasar individu mengalami pertumbuhan yang beragam, sehingga memungkinkan munculnya beragam kategori status gizi.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti ingin mengetahui hubungan tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dengan status gizi Karena pertumbuhan anak sangat tergantung oleh asupan makanan. Pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi akan berpengaruh pada asupan makanan yang dikonsumsinya.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian non eksperimen yaitu suatu penelitian dimana peneliti sama sekali tidak memiliki kesempatan untuk memberikan perlakuan atau melakukan manipulasi terhadap variabel yang mungkin berperan dalam munculnya suatu gejala, karena gejala yang diamati telah terjadi (*ex-post-facto*). Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif. (Maksum, 2012:104)

Desain yang digunakan adalah desain korelasional (*Corelation Research*) yang tujuannya menghubungkan 2 variabel atau lebih.

Dalam penelitian ini yang dijadikan populasi adalah siswa kelas atas Madrasah Ibtidaiyah Miftahul Huda Punggulrejo, Rengel, Tuban dengan jumlah 72 siswa.

Untuk mengukur pengetahuan seseorang, dapat digunakan kuesioner/angket. Menurut Kasmadi dan Sunariah (2013:70) “kuesioner/angket adalah daftar pertanyaan tertulis yang memerlukan tanggapan baik kesesuaian maupun ketidaksesuaian dari sikap testi.”

Kuesioner/angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket pengetahuan gizi siswa yang diadopsi dari Delina, (2010:22) “angket ini terdiri dari 20 buah soal pilihan berganda. Namun jumlah soal yang digunakan hanya 15 soal dengan semua jawaban diberi kisaran nilai antara 0 hingga 100. Setiap jawaban yang

benar diberi nilai 5 dan jawaban yang salah diberi nilai 0”.

Untuk menentukan status gizi siswa peneliti menggunakan instrumen antropometri IMT/U, dimana peneliti melakukan pengukuran berat badan siswa dalam satuan kilogram dengan pengukuran tinggi badan dengan satuan meter. Untuk mengetahui umur siswa peneliti menggunakan data administrasi sekolah.

Penelitian ini dilakukan selama 1 hari di ruang kelas Madrasah Ibtidaiyah Miftahul Huda Punggulrejo Rengel Tuban pada hari Jum’at tanggal 19 Desember 2014 dimulai pukul 07.00 WIB.

Persiapan

Sebelum pengukuran dilaksanakan, mendaftarkan daftar hadir siswa terlebih dahulu, kemudian diberi penjelasan tentang pelaksanaan pengukuran yang akan dilakukan serta peraturan kriteria penilaian tes tersebut.

Pelaksanaan

- 1) Pengkategorian tingkat pengetahuan siswa tentang makanan bergizi

Kategori pengetahuan gizi dibagi dalam tiga kelompok yaitu baik, sedang, dan kurang. Cara pengkategorian dilakukan dengan menetapkan titik potong (*cut-off point*) dari skor yang telah ada. Kategori pengetahuan gizi tergolong baik jika skor >80, sedang 60-80, dan kurang jika skor <60 (Khomsan 2000 dalam Delina 2010:22).

- 2) Penilaian status gizi

Untuk penilaian status gizi dilakukan dengan tes antropometri agar dapat dihitung dengan menggunakan rumus IMT/U (Kepmenkes RI, 2010:4) yaitu dengan menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan.

- a) Pengukuran tinggi badan
 - (a) Subjek berdiri tegap di bawah alat pengukur tinggi badan yang telah disediakan tanpa menggunakan alas kaki.
 - (b) Batas bawah alat pengukur tinggi badan tersebut ditarik ke bawah hingga sampai pada bagian atas kepala subjek.
 - (c) Setelah itu, alat tersebut akan menunjukkan angka berapa tinggi badan subjek tersebut yang ditandai dengan garis merah.
 - (d) Kemudian hasilnya dicatat.
- b) Pengukuran berat badan
 - (a) Subjek berdiri tegap di atas alat pengukur berat badan tanpa menggunakan alas kaki.
 - (b) Pada saat pengukuran berat badan badan, subjek dilarang bergerak.
 - (c) Kemudian dicatat hasilnya.

Pada analisis data, data yang diperoleh dianalisa dengan menggunakan analisis validitas dan reliabilitas untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas butir

soal yang telah di uji coba, dilanjutkan dengan analisis koefisien kontingensi dan koefisien determinasi untuk memperoleh koefisien korelasi antara tingkat pengetahuan siswa tentang makanan bergizi dengan status gizi siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data

- 1. Tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi

Berdasarkan perhitungan yang dilakukan, hasil analisa pada variabel bebas, yaitu tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dari keseluruhan siswa kelas atas sebanyak 72 siswa dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Rekap Nilai Hasil Tes Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Makanan Yang Bergizi

Mean	N	SD	Median	Min	Max	Var
64,351	72	18,6621	66,667	13,3	93,3	348,237

Pada tabel tersebut dapat dilihat nilai rata-rata tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi adalah 64,351 dan termasuk pada kategori sedang. Penggolongan kategori dan jumlahnya dijelaskan pada Tabel 2.

Tabel 2. Data Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Makanan Yang Bergizi Siswa Kelas Atas Madrasah Ibtidaiyah Miftahul Huda Punggulrejo

Tingkat Pengetahuan tentang makanan yang bergizi	FREKUENSI	PERSENTASE
KURANG	25	34.72%
SEDANG	34	47.22%
BAIK	13	18.22%

- 2. Status Gizi

Berdasarkan perhitungan yang telah dilakukan, hasil analisa statistik pada variabel terikat, yaitu status gizi dari 72 siswa yang menjadi populasi dalam penelitian ini. Data berat badan dan tinggi badan Siswa dijelaskan pada tabel berikut

Tabel 3. Data Berat Badan

Mean	N	SD	Median	Min	Max	Var
29,038	72	7,4734	27,6	19,5	57,4	55,852

Tabel 4. Data Tinggi Badan Siswa

Mean	N	SD	Median	Min	Max	Var
1,4369	72	0,07709	1,3325	1,22	1,57	0,006

Dari tabel tersebut dapat dilihat rata-rata berat badan siswa adalah 29,038 kg. Berat badan paling rendah 19,5 kg dan berat badan paling tinggi 57,4 kg. Rata-rata tinggi badan siswa 1,3469 meter. Tinggi badan paling rendah 1,22 meter dan paling tinggi 1,57 meter.

Rata-rata status gizi siswa adalah Normal. Penggolongan kategori dan jumlahnya dijelaskan pada Tabel 5 berikut:

Tabel 5 Data Status Gizi Siswa Kelas Atas Madrasah Ibtidaiyah Miftahul Huda Punggulrejo

Status Gizi	Frekuensi	Persentase
Sangat kurus	8	11.27%
Kurus	11	15.49%
Normal	48	67.61%
Gemuk	2	2.82%
Obesitas	3	4.23%

Dari Tabel 5 dapat dilihat bahwa populasi sejumlah 72 siswa status gizi yang paling banyak frekuensinya kemunculannya adalah kategori normal sebanyak 48 siswa (67.61%) dan yang memiliki frekuensi kemunculan paling sedikit adalah kategori gemuk sebanyak 2 siswa (2.82%).

Tabulasi Silang

1. Tabulasi Silang (*crosstabulation*)

Untuk melakukan penggolongan kategori pada variabel (X) tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi, dan variabel (Y) status gizi menggunakan tabulasi silang (*crosstabulation*) dari 72 populasi siswa di Madrasah Ibtidaiyah Miftahul Huda Punggulrejo maka datanya dapat dilihat pada Tabel 6.

Tabel 6 Tabulasi Silang antara Tingkat Pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dengan status gizi

		Status gizi					Total
		Sangat kurus	Kurus	Normal	Gemuk	Obesitas	
Pengetahuan tentang makanan yang bergizi	Kurang	4	7	14	1	0	26
	Sedang	4	3	22	2	3	34
	Baik	0	1	12	0	0	13
Total		8	11	48	3	3	73
Persentase		11.1%	15.3%	66.7%	2.8%	4.2%	

Berdasarkan Tabel 6 menunjukkan tentang gambaran status gizi siswa Madrasah Ibtidaiyah Miftahul Huda Punggulrejo yang dihubungkan dengan tingkat

pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi. Kemunculan frekuensi status gizi yang paling banyak terdapat pada tingkat pengetahuan tentang makanan yang bergizi kategori sedang, yaitu terdapat 22 siswa yang memiliki status gizi normal, sedangkan pada kemunculan frekuensi yang paling sedikit terdapat 2 kategori tingkat pengetahuan tentang makanan yang bergizi yaitu 1) baik, di 3 kategori status gizi, sangat kurus, gemuk dan obesitas sebanyak 0 siswa, dan 2) kurang, di 2 kategori status gizi yaitu gemuk dan obesitas sebanyak 0 siswa.

Uji Hipotesis

Setelah hipotesis dirumuskan, maka dapat dijelaskan hasil perhitungan uji hipotesis menggunakan program SPSS 21.0 pada Tabel 7 berikut ini:

Tabel 7 Hasil pengujian Uji Hipotesis

Variabel	Approx Sign	α	Keterangan
Hubungan tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dengan status gizi.	0,100	0,05	Tidak ada hubungan yang signifikan

Berdasarkan pengujian hipotesis pada Tabel 4 dapat diketahui bahwa pengujian untuk ada atau tidak adanya hubungan antara tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dengan status gizi anak menunjukkan hasil yang memenuhi syarat penerimaan H_0 , karena nilai signifikansi sebesar 0,100 lebih besar dari pada taraf nyata 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dengan status gizi tidak memiliki hubungan yang signifikan.

Berdasarkan hasil perhitungan value 0,396, maka koefisien determinasi sebesar $0,396^2 = 0,1568$ yang berarti kontribusi tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi terhadap status gizi siswa kelas atas Madrasah Ibtidaiyah Miftahul Huda Punggulrejo sebesar 15,68%. Sedangkan sisanya sebesar 84,32% dipengaruhi faktor lain.

Dari uraian di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi pada siswa kelas atas Madrasah Ibtidaiyah Miftahul Huda Punggulrejo, Rengel, Tuban.

Pembahasan

Tujuan penelitian ini adalah melihat apakah terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dengan status gizi. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan bantuan SPSS 21.0, dapat diperoleh informasi bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dengan status gizi siswa Madrasah Ibtidaiyah Miftahul Huda Punggulrejo Rengel. Hal ini dapat dilihat berdasarkan

nilai signifikansi hubungan tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dengan status gizi yang lebih besar dari taraf nyata 0,05.

Dalam penelitian ini siswa dengan tingkat pengetahuan tentang makanan yang bergizi kurang yang status gizinya normal sebanyak 14 dan tidak normal 11, siswa dengan tingkat pengetahuan tentang makanan yang bergizi sedang yang status gizinya normal sebanyak 22 dan tidak normal 12, siswa dengan tingkat pengetahuan tentang makanan yang bergizi baik yang status gizinya normal sebanyak 12 dan tidak normal sebanyak 1.

Beberapa hal yang menyebabkan tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dengan status gizi, antara lain: (1) Setiap siswa mendapatkan asupan makanan yang berbeda, (2) walaupun siswa memiliki pengetahuan tentang makanan yang bergizi yang berbeda, tetapi sumber asupan gizinya dipengaruhi makanan yang diberikan orang tua, (3) walaupun dalam silabus terdapat kompetensi dasar tentang gizi tetapi siswa tidak pernah diberikan materi tentang pengetahuan makanan yang bergizi, (4) dalam pertumbuhan anak, faktor pengaruh status gizi bukan hanya dari tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi, yang mendasar diantaranya ada faktor (*Genetik*), lingkungan (gizi dan cara perawatan), dan konvergensi (perpaduan antara bakat dan lingkungan). Jadi walaupun tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi berbeda-beda, tetapi pada hasil penelitian ini tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dengan status gizi.

PENUTUP

Simpulan

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dengan status gizi siswa Madrasah Ibtidaiyah Miftahul Huda Punggulrejo Rengel Tuban.
2. Besar sumbangan antara tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi dengan status gizi siswa Madrasah Ibtidaiyah Mifathul Huda Punggulrejo, Rengel, Tuban adalah sebesar 15.68%.

Saran

Berdasarkan hasil dan pembahasan dalam penelitian ini, maka diajukan beberapa saran dengan harapan dapat bermanfaat hasil dari penelitian ini. Adapun beberapa saran tersebut sebagai berikut:

1. Bagi orang tua, orang tua harus berperan aktif dalam memberikan asupan gizi dan pengawasan terhadap makanan yang dikonsumsi anaknya,

sehingga anaknya memiliki status gizi yang lebih baik.

2. Dikarenakan penelitian ini bukan merupakan penelitian akhir, maka penelitian ini perlu dikembangkan dengan jumlah sampel yang lebih besar dan kecenderungan tingkat pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi yang lebih merata.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani Merryana dan Wirjatmadi Bambang. 2012. *Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- Cahyaningsih, Dwi Sulisty. 2011. *Pertumbuhan Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: CV. Trans Indo Media.
- Delina Citryani Ikada. 2010. "Tingkat Penerimaan Buku Cerita Bergambar Sebagai Media Pendidikan Gizi Dan Pengaruhnya Terhadap Pengetahuan Gizi Anak Sekolah Dasar". Skripsi tidak diterbitkan. Bogor: Fakultas Ekologi Manusia IPB.
- Huraerah, Abu. 2012. *Kekerasan Terhadap Anak*. Bandung: Nuansa Cendekia.
- Maksum, Ali. 2012. *Buku Ajar Mata Kuliah Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya : FIK – Universitas Negeri Surabaya.
- Supariasa, dkk. 2013. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Penerbit buku kedokteran EGC.
- Supariasa. 2012. *Pendidikan & Konsultasi Gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.