

PENGARUH KEBIASAAN MAKAN KELUARGA TERHADAP STATUS GIZI ANAK DI SDN BABAK SARI - KECAMATAN DUKUN - KABUPATEN GRESIK (STUDI KASUS)

Harumita Putri Prasasti

Mahasiswa S1 Pendidikan Tata Boga Fakultas Teknik Universitas Negeri Surabaya
prasastiharum@gmail.com

Veni Indrawati

Dosen S1 Pendidikan Tata Boga Fakultas Teknik Universitas Negeri Surabaya
veni.didiekunesa@gmail.com

Abstrak

Status gizi merupakan sebuah gambaran kondisi seseorang akibat dari konsumsi, penggunaan dan penyerapan makanan. Keadaan status gizi anak dipengaruhi oleh kebiasaan makan yang diterapkan sehari-hari dalam keluarga. Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui : (1) Status gizi anak di SDN Babak Sari. (2) Bagaimana kebiasaan makan anak di SDN Babak Sari. Dan (3) Pengaruh Kebiasaan Makan Terhadap Status Gizi Anak di SDN Babak Sari.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif, dengan sampel 20 anak. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan teknik observasi, wawancara, tes, kuesioner, pengukuran antropometri sampel dan metode Food Frequency Questionnaire. Analisis data menggunakan statistik non parametrik dengan uji Regresi Linier Berganda dengan bantuan program SPSS.

Hasil Penelitian menunjukkan : 1) Status gizi anak di SDN Babak Sari secara keseluruhan dikatakan Baik Sebesar 70% siswa dalam kategori status gizi normal, 25% siswa dalam kategori gizi lebih dan 5% kategori status gizi kurang. 2) Kebiasaan makan dalam keluarga siswa SDN Babak Sari membentuk pola makan dengan frekuensi makan tiga kali makan utama yaitu (sarapan, makan siang, dan makan malam) dan mayoritas tidak diimbangi dengan dua kali makan selingan, jenis makanan yang sering dikonsumsi adalah nasi sebagai makanan pokok, sosis sebagai lauk hewani, tempe sebagai lauk nabati, kubis, wortel, buncis dan kembang kol merupakan sayuran yang sering dikonsumsi, sedangkan buahnya adalah pepaya, pisang blewah dan jeruk, minuman dengan frekuensi sering adalah air putih dan susu, jajanan yang sering dikonsumsi adalah bakwan. 3) Pengaruh kebiasaan makan terhadap status gizi anak ditinjau dari faktor-faktor diatas memiliki pengaruh positif dan signifikan. Pengetahuan ibu dan sikap ibu secara simultan berpengaruh terhadap status gizi anak sebesar 34% dan 66% dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak diukur dalam penelitian ini.

Kata Kunci : Kebiasaan Makan Keluarga, Status Gizi Anak

Abstract

Nutritional status is a description of a person's condition is a result of the image of the consumption, use and absorption of food. The State of the nutritional status of the child affected by everyday eating habits within the family. The purpose of this research is to know the: (1) Nutritional Status of students in SDN Babak Sari. (2) How the students SDN Babak Sari eating habits. and (3) Influences eating habits Against nutritional Status of children in SDN Babak Sari.

The type of this research is a descriptive quantitative research, with a sample of 20 children. Data collection is done using the techniques of observation, interviews, tests, questionnaires, Anthropometry of children and Food Frequency Questioner. Data analysis using statistical non parametric with Multiple Linear regression test with the help of the program SPSS.

The results showed: 1) Nutritional Status of children in SDN Babak Sari overall Good be said Of 70% of students in the category of nutritional status is normal, 25% of students in the category more nutrition and nutritional status category less is 5%. 2) Eating habits within the family of SDN Babak Sari students with the frequency of eating three times the main meal (breakfast, lunch, and dinner) and the majority are not offset by two meals interlude, a type of food that is often rice is consumed as a staple food, sausage as a side dish, tempe as a vegetable side dish, (Cabbage, carrot, raising chickpeas and cauliflower) is a vegetable that is often for consumption, while the (fruit is papaya, cantaloupe, oranges and bananas), beverages with frequency often is mineral water and milk, which bakwan is often consumed as snacks. 3) Influences eating habits against child nutritional status in terms of the above factors have a positive influence and significance. Knowledge and attitude of mother simultaneous effect on nutritional status of children 34% and 66% are influenced by other factors not measured in this study.

Keywords: Family Eating Habits, Nutritional Status Of The Child.

PENDAHULUAN

Sekolah Dasar Negeri Babak Sari merupakan satu-satunya Sekolah Dasar Negeri yang terdapat di Desa Babak Sari, wali murid siswa SDN Babak Sari mayoritas bermata pencaharian sebagai petani, buruh, dan pedagang. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan, peneliti mendapatkan data dari sekolah bahwa banyak dari siswa SDN Babak Sari dikategorikan dalam siswa miskin atau rentan miskin. Selain itu peneliti melakukan pengukuran antropometri dan mengklasifikasikan status gizi siswa kelas satu dan kelas dua yang dipilih secara random, peneliti mendapatkan data bahwa 50% siswa memiliki status gizi normal, 33,4% memiliki status gizi lebih dan 16,6% memiliki status gizi kurang. Adanya status gizi yang tidak normal baik itu status gizi lebih maupun status gizi kurang pada siswa SDN Babak Sari, dapat ditengarai oleh kebiasaan makan yang diterapkan oleh keluarga kepada anak.

Kebiasaan makan adalah sebuah perilaku manusia terhadap suatu makanan seperti sikap, kepercayaan, pemilihan dalam mengonsumsi makanan yang diperoleh secara berulang-ulang (Khumaidi, 1989). Kebiasaan makan menurut Kurniawati (2011) dalam penelitiannya mengerucutkan Faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan terdiri dari jenis kelamin, umur, pendidikan ibu, pekerjaan ibu, tingkat pendapatan orang tua, pengetahuan ibu tentang gizi, sikap ibu tentang gizi, Jumlah anggota keluarga dan pantangan. Terdapat sikap-sikap yang terbentuk pada seseorang dari kebiasaan makannya, bergantung pada nilai-nilai yang bisa dirasakan secara langsung, hal ini berhubungan pada tingkat kesukaan seseorang yang muncul secara eksternal dan internal. Pada usia sekolah, pertumbuhan fisiologis, mental, intelektual, dan sosial berkembang secara cepat, sehingga pada usia ini anak-anak membutuhkan gizi yang lebih optimal untuk mendukung pertumbuhan dan aktivitasnya (Juwita,dkk : 2017). Sehingga golongan anak usia sekolah perlu mendapat perhatian perihal gizi secara khusus. Kecukupan gizi memiliki faktor yang ditentukan oleh konsumsi pangan dan kondisi keluarga yang akan berpengaruh terhadap status gizi anak.

Status gizi adalah keadaan tubuh yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan gizi. status gizi adalah keadaan tubuh yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan dan penggunaan makanan. Klasifikasi status gizi harus memiliki ukuran baku yang disebut dengan *reference*. Berdasarkan SK Menteri Kesehatan RI 2010 rujukan dari WHO status gizi digolongkan menjadi lima kategori yaitu : sangat kurus, kurus, normal, gemuk dan obesitas. Pendek dan sangat pendek adalah status gizi yang didasarkan pada indeks panjang badan menurut umur (PB/U) atau Tinggi badan menurut umur (TB/U) yang merupakan padanan istilah *stunted* (Pendek) dan *Severely Stunted* (sangat pendek).

Penilaian status gizi digolongkan menjadi dua yaitu penilaian langsung dan penilaian tidak langsung. penilaian langsung dapat dilakukan dengan cara yaitu : antropometri, klinis, biokimia, biofisik. sedangkan penilaian tidak langsung dapat dilakukan dengan cara :

survei konsumsi makanan, statistik vital, dan faktor ekologi. Status gizi normal dapat dicapai anak apabila penyediaan makanan untuk keluarga memenuhi komponen gizi seimbang sesuai standar AKG dan syarat makanan B2SA.

Komponen gizi seimbang pada anak sekolah berasal dari makanan yang beraneka ragam yaitu mengandung, protein, karbohidrat, lemak, air, mineral, vitamin dan serat (Depkes, 2013). Zat gizi pada anak dapat terpenuhi dengan frekuensi makan tiga kali makan besar (nasi, lauk hewani, lauk nabati, buah dan sayur) dan dua kali makan selingan (camilan). Berdasarkan kartu putar porsimetri sesuai dengan makanan B2SA menurut (Baliwati dan Marina, 2013), kebutuhan makan anak usia 6-9 tahun sebagai berikut : Nasi 4p – 4 ½ p, daging 2p – 2p, tempe 2p – 3p, sayuran 2p – 3p, buah 3p – 3p, susu 1 p.

Faktor yang menentukan pertumbuhan dan perkembangan anak salah satunya adalah pola pengasuhan orang tua, pola pengasuhan orang tua salah satunya dalam bentuk pola pengasuhan makan atau *Parental Feeding*. Pola pengasuhan makan yang diterapkan ibu atau orang tua kepada anak (*Parental Feeding*) adalah perilaku orang tua yang menunjukkan bahwa orang tua memberi makan anaknya melalui suatu pertimbangan atau tanpa pertimbangan, pertimbangan tersebut seperti, usia, kebutuhan anak, kesukaan anak dan sebagainya (Boucher, 2014).

Dasar pemikiran yang menjadi landasan dilakukannya penelitian ini adalah peneliti tertarik untuk mengetahui apakah besarnya penghasilan, pendidikan orang tua siswa dan faktor-faktor lain berpengaruh pada kebiasaan makan yang diterapkan dalam keluarga sehingga erat kaitannya dengan status gizi anak. Penelitian ini diperkuat oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rahmawati (2016) bahwa kebiasaan makan dapat terbentuk dari berbagai faktor seperti : tingkat pendapatan, sosial budaya dan karakteristik keluarga. Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah 1) Mengetahui bagaimana status gizi siswa di SDN Babak sari. 2) Mengetahui bagaimana kebiasaan makan yang diterapkan dalam keluarga siswa di SDN Babak sari. 3) Mengetahui apakah kebiasaan makan pada keluarga dapat mempengaruhi status gizi siswa di SDN Babak sari.

Berdasarkan latar belakang dan tujuan di atas, maka peneliti tertarik untuk mengangkat ke dalam penelitian dengan judul “Pengaruh Kebiasaan Makan Keluarga Terhadap Status Gizi Anak Di Sdn Babak Sari - Kecamatan Dukun - Kabupaten Gresik (Studi Kasus)”

METODE

Penelitian ini berupa studi kasus tentang kebiasaan makan suatu keluarga dan pengaruhnya terhadap status gizi anak, jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Metode penelitian ini dilakukan dengan survei analitik untuk mengetahui keadaan dan situasi pada suatu tempat. Keadaan dan situasi tersebut dapat diketahui dengan adanya angket dan penilaian status gizi sebagai tolak ukur data yang akan diteliti yaitu angket tentang kebiasaan makan keluarga

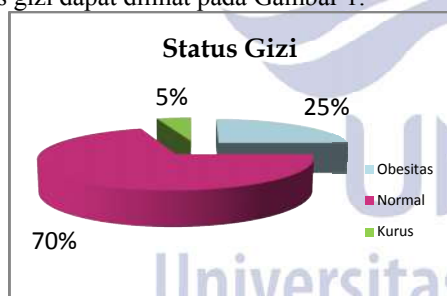
meliputi: faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan dalam keluarga dan angket tentang frekuensi makanan (*Food Frequency Questioner*), untuk identifikasi status gizi menggunakan pemeriksaan antropometri anak. Pada penelitian ini, populasi dan sampel yang digunakan adalah seluruh siswa kelas I dan kelas II di SDN Babak Sari – Kecamatan Dukun Kabupaten Gresik yang berjumlah 20 siswa.

Teknik Pengumpulan data penelitian ini dilakukan dengan metode 1) Wawancara dengan guru sekolah dasar untuk mengetahui adanya siswa yang teridentifikasi pasif dan kurang gizi, tokoh masyarakat untuk menggali keterangan bagaimana sejarah dan fungsi pasar sebagai demand dan suplai dalam ketersediaan pangan dan ibu sebagai responden untuk mendapat keterangan apa saja yang disediakan ibu dalam proses pemberian makanan, 2) Observasi dilakukan melalui pengamatan lingkungan sampel seperti sekolah, rumah, dan jajanan, 3) Angket dilakukan untuk mengetahui bagaimana sikap ibu terhadap gizi dan makanan dan angket untuk penilaian FFQ (*Food Frequency Questioner*), 4) Tes pengetahuan ibu dilakukan untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu terhadap gizi dan makanan sehingga erat kaitannya dengan penyediaan makan untuk keluarga dan 5) pengukuran antropometri anak dengan rumus IMT/U (berdasarkan Z-score). Analisis data dilakukan dengan uji regresi linier berganda, dilanjutkan dengan uji hipotesis dengan uji F.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Status Gizi Siswa SDN Babak Sari

Hasil pengukuran menunjukkan bahwa 70% siswa SDN Babak Sari memiliki status gizi Normal atau baik, status gizi kurang didapati 5% dan status gizi lebih sebesar 25%. Hasil distribusi frekuensi status gizi dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Hasil pengukuran status gizi siswa SDN Babak Sari.

Anak dengan status gizi kurang didapati 5%. Tidak ditemukan ciri-ciri kekurangan gizi seperti lemas, lesu dan lainnya, peneliti menganalisa penyebab status gizi kurang pada sample diatas disebabkan tidak beragamnya makanan pada anak, Anak dengan status gizi kurang dalam penelitian ini ditemukan berasal dari keluarga dengan tingkat ekonomi cukup.

Anak dengan status gizi lebih yaitu obesitas ditemukan sebesar 25% terdapat gejala gangguan kesehatan yang sering dialami seperti sesak nafas, sering batuk setelah bermain maupun berolah raga.

Adapun beberapa sampel yang tergolong status gizi lebih memiliki latar belakang keluarga dengan ekonomi yang tergolong kurang.

Status gizi lebih dapat dipicu dari faktor lain selain pola konsumsi maupun ekonomi yaitu aktivitas fisik yang kurang, dan genetic (Sartika, 2011). Dari data diatas dapat ditarik kesimpulan, maka jika status gizi lebih tidak selalu berbanding lurus dengan pendapatan keluarga yang tinggi, begitu juga status gizi kurang tidak disebabkan oleh pendapatan keluarga yang kurang.

B. Kebiasaan Makan Siswa SDN Babak Sari

Kebiasaan makan menurut Kurniawati (2011) dapat juga dipengaruhi faktor-faktor eksternal meliputi: lingkungan alam, lingkungan sosial, lingkungan agama dan budaya. Adapun hubungan dari pernyataan diatas bahwa kebiasaan makan penduduk Desa Babak Sari bertumpu pada penjual sayuran dan bahan makanan keliling yang biasa disebut warga Desa dengan sebutan “Bakul Lijo”.

Penjual sayur keliling merupakan tumpuan warga Desa Babak Sari sebagai demand dan suplai atas kebutuhan makanan sehari-hari, Hal tersebut terjadi karena pasar sebagai tempat pemenuhan kebutuhan termasuk makanan terletak cukup jauh dari Desa, selain itu tidak adanya angkutan umum yang melintasi Desa Babak Sari menuju ke pasar di pusat kecamatan, adapun hal lain yang mempengaruhi adalah waktu gelaran pasar yang dilakukan hanya pada setiap tanggal jawa yaitu Wage dan telah berlangsung sejak pertama kali pasar dibuka di tahun 1960.

Pasar yang tidak ada pada Desa Babak Sari memicu beberapa orang untuk mendapatkan peluang sebagai penjual sayur, namun bahan makanan yang dibawa oleh penjual sayur sangatlah terbatas. Sadar akan bawaan dari penjual sayur keliling yang terbatas, maka warga desa memiliki keleluasaan untuk memesan bahan makanan tertentu pada penjual sayur keliling, sehingga tidak terjadi kesulitan untuk memenuhi kebutuhan atas makanan tertentu.

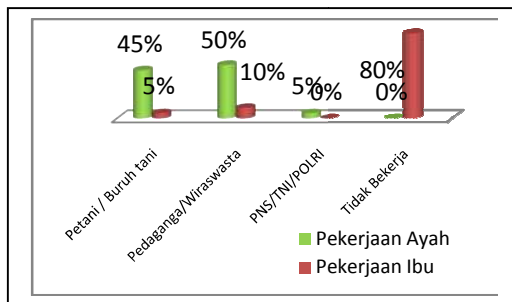
Menurut Kurniawaty (2011) kebiasaan makan dapat didorong oleh faktor-faktor pemicu yaitu :

1. Karakteristik Keluarga

a. Pekerjaan Orang Tua

Pekerjaan ayah siswa didominasi sebagai pedagang atau wiraswasta dengan persentase sebesar 50% sebanyak 10 orang. Ayah dengan pekerjaan sebagai petani/buruh tani berjumlah 9 orang dengan persentase 45%, dan satu orang ayah yang bekerja sebagai TNI dengan persentase 5%. Pekerjaan Ibu dari siswa dominan tidak bekerja dengan persentase 80% sebanyak 16 orang, 3 orang ibu bekerja sebagai pedagang atau wiraswasta dengan persentase sebesar 15%, satu orang ibu bekerja sebagai petani dengan persentase 5%. Gambaran dari frekuensi pekerjaan orang tua

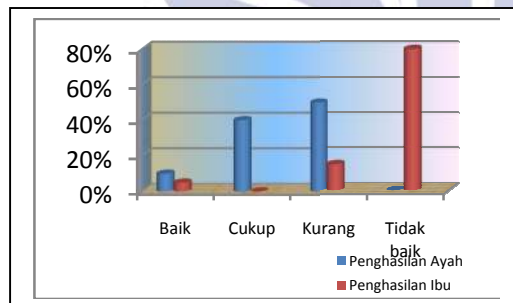
siswa dapat dilihat pada Gambar 2. sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram pekerjaan orang tua siswa.

b. Penghasilan Orang Tua

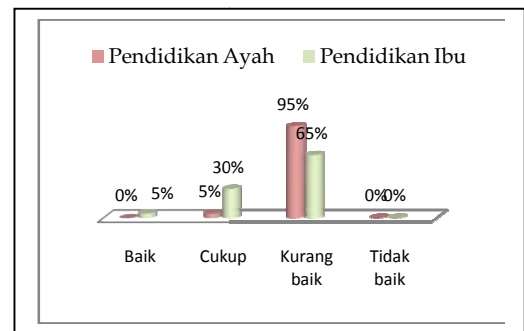
Penghasilan ayah berkategori baik sebesar 10%, Penghasilan ayah dengan kategori cukup sebesar 40%, dan penghasilan ayah dengan kategori kurang sebesar 50%. Selain itu data menunjukkan bahwa penghasilan ibu dalam kategori baik hanya sebesar 5%, penghasilan dalam kategori kurang 15% dan kategori penghasilan tidak baik atau tidak bekerja sebesar 80%.



Gambar 3. Diagram distribusi frekuensi penghasilan orang tua siswa

c. Pendidikan Orang Tua

Tingkat pendidikan ayah siswa dalam kriteria yang cukup sebesar 5% di susul dengan tingkat pendidikan yang kurang sebesar 95%. Tingkat pendidikan formal ibu siswa dalam kriteria baik sebesar 5%, tingkat pendidikan dalam kriteria cukup sebesar 30%, dan tingkat pendidikan kurang baik sebesar 65%. 0 % untuk tingkat pendidikan yang tidak baik atau tidak bersekolah baik untuk ayah maupun ibu. Gambaran dari frekuensi pendidikan formal terakhir ayah dan ibu siswa dapat dilihat pada gambar 4 sebagai berikut :

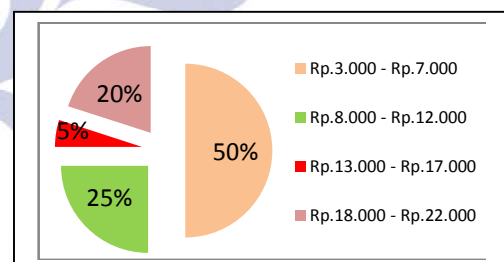


Gambar 4. Diagram distribusi frekuensi pendidikan orang tua siswa

Pendidikan non formal baik itu pelatihan gizi, maupun seminar gizi tidak pernah diikuti oleh seluruh responden yang merupakan ibu atau pengasuh dari siswa.

d. Besar Uang Jajan Anak

Uang jajan siswa SDN Babak Sari paling banyak berkisar antara Rp.3000-Rp.7000 sebanyak 10 orang dengan persentase 50%. 5 orang siswa memiliki besar uang jajan Rp.8000 –Rp.12.000 dengan persentase 25%. 1 orang siswa memiliki uang jajan sebesar Rp.13.000-Rp.17.000 dengan persentase 5%. dan 4 orang siswa memiliki uang jajan sebesar Rp.18.000-Rp.22.000 dengan persentase sebesar 20%. Gambaran dari besarnya uang jajan anak dapat dilihat pada gambar 5. sebagai berikut:

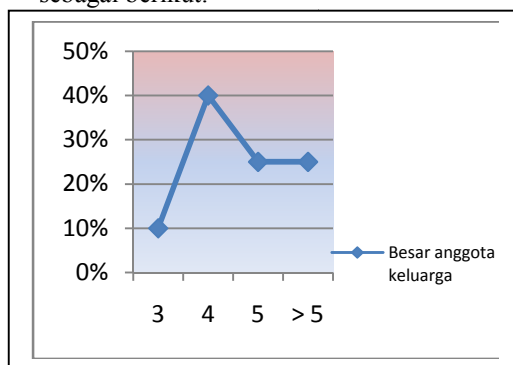


Gambar 5. Diagram Besar Uang Jajan Siswa

Jajanan yang dijual pada kantin sekolah rata-rata memiliki harga Rp.500, sedangkan makanan yang dijual pada kantin yaitu nasi goreng dan bakso seharga Rp. 3000. anak dengan uang saku diatas Rp.3000 – Rp.7000 dibekali ibu dengan nasi dan lauk telur, anak dengan uang saku diatas nominal tersebut dibekali ibu, Berdasarkan data makanan yang dijual pada kantin dapat ditarik keterangan bahwa jajanan yang dijual kantin sekolah tinggi akan karbohidrat dan lemak sehingga tidak dapat dikatakan sebagai makanan yang beragam, maka wajar jika 25% siswa SDN Babak Sari didapati memiliki status gizi lebih (obesitas).

e. Jumlah Anggota Keluarga

Kriteria sangat baik dalam jumlah anggota keluarga sebesar 10%, kriteria baik sebesar 40%, kriteria cukup sebesar 25% dan kriteria tidak baik sebesar 25%. Gambaran dari banyaknya jumlah anggota keluarga dapat dilihat pada gambar 6. sebagai berikut:



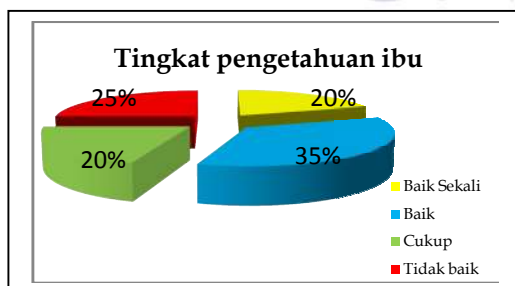
Gambar 6. Banyaknya anggota keluarga.

f. Pola Pengasuhan Orang Tua

Siswa SDN Babak Sari kelas I dan kelas II yang keseluruhan berjumlah 20 orang yang merupakan sampel penelitian pada pola pengasuhannya diasuh oleh ibu siswa tidak dengan bantuan nenek maupun jasa orang lain (pengasuh), dalam hal ini termasuk dengan penyediaan asupan makanan dilakukan langsung oleh ibu.

2. Tingkat Pengetahuan Ibu

Data tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dan makanan yang memiliki kategori baik sekali sebesar 20 % atau sekitar 4 orang, baik sebesar 35% sejumlah 7 orang, cukup sebesar 20% sejumlah 4 orang, dan tidak baik sebesar 25% sejumlah 5 orang. Penyajian data pengetahuan ibu disederhanakan dalam bentuk diagram pada Gambar 7 sebagai berikut.

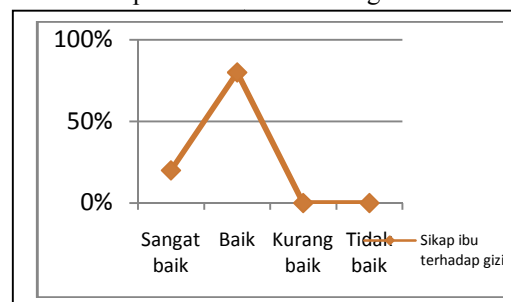


Gambar 7. Hasil Tes Pengetahuan Ibu

3. Sikap Ibu

Data sikap ibu dapat dilihat bahwa frekuensi responden menjawab pernyataan dengan jawaban sangat baik (sangat setuju) sejumlah 20% dan jawaban baik (setuju) sejumlah 80%. Gambaran distribusi

frekuensi sikap ibu terhadap gizi dapat dilihat pada Gambar 8. sebagai berikut:



Gambar 8. Diagram distribusi frekuensi sikap ibu terhadap gizi.

4. Pola Pantangan Masyarakat

Pantangan terhadap suatu bahan makanan tidak ditemukan pada siswa maupun keluarga siswa SDN Babak Sari baik itu dari penyakit tertentu yang mengharuskan diet khusus maupun pada pola kebudayaan masyarakat Desa Babak Sari sendiri.

5. Food Frekuensi Makan Anak

Pola makan merupakan faktor utama untuk memenuhi gizi seseorang (Heper, et al : 2006). Pola makan yang beraneka ragam dapat memperbaiki mutu gizi makanan. Penjelasan jenis dan frekuensi makan siswa SDN Babak Sari yang didapat dari FFQ : Makanan Pokok 100% siswa SDN Babak Sari memilih nasi dengan frekuensi makan >1x /hr dengan rata-rata konsumsi setiap kali makan adalah 10 sdm atau sekitar 150 g dan Konsumsi mie instant dilakukan 60% siswa pada periode 1-3x/mgg.

Jenis lauk hewani yang sering dikonsumsi di atas, yang paling besar diminati adalah sosis dengan 45% siswa mengonsumsi sosis dengan frekuensi >1x/hari, sosis yang sering dikonsumsi oleh siswa SDN Babak Sari memiliki harga yang sangat murah dibanding dengan harga daging dipasaran sehingga diindikasikan bahwa sosis tersebut dominan berbahan dari pati maupun BTP lain, sehingga sosis tersebut tinggi karbohidrat maupun glukosa, konsumsi ikan sebesar 40% siswa mengonsumsi ikan dengan rata-rata konsumsi 40 gram dalam periode frekuensi >1x/hari dan konsumsi telur sebesar 35% anak dengan rata-rata konsumsi 1 btr dalam periode frekuensi >1x/hari. Jenis lauk nabati yang sering dikonsumsi siswa SDN Babak Sari adalah Tempe sebesar 45% siswa dengan rata-rata konsumsi 2p dalam periode frekuensi >1x/hari.

Jenis Sayuran yang sering dan banyak dikonsumsi adalah kubis, wortel, buncis dan kembang kol, rata-rata sayuran diatas dikonsumsi $\frac{1}{2}$ gelas atau 45 gram dalam satu kali makan dalam periode 1x/hr. Jenis Buah-buahan yang sering dikonsumsi siswa SDN Babak Sari adalah papaya, pisang, blewah dan jeruk dengan periode waktu yang berbeda-beda. Hanya 5% siswa yang mengonsumsi buah dalam periode $>1x/hr$, sesuai dengan anjuran AKG bahwa konsumsi buah dilakukan 3p dalam satu harinya.

Air putih menjadi pilihan utama siswa SDN Babak Sari sebagai pelepas dahaga 100% siswa SDN Babak Sari mengonsumsi air putih dalam periode waktu $>1x/hr$. Konsumsi susu sesuai dengan AKG yang menyarankan bahwa konsumsi susu cukup 1p dalam satu hari sebesar 20% siswa. 35% siswa SDN Babak Sari memilih bakwan sebagai jajanan yang sering dibeli dengan frekuensi makan $>1x/hr$.

Pola makan Siswa SDN Babak Sari yang ditinjau dari Frekuensi makan yang merupakan berapa kali jumlah makan dalam sehari, pada umumnya memiliki pola frekuensi yang rutin adalah tiga kali makan, untuk pemberian makanan selingan dengan rutin diwaktu yang disiplin tidak dilakukan oleh mayoritas ibu.

C. Pengaruh Kebiasaan Makan Terhadap Status Gizi Anak Dilihat Dari Pengetahuan Ibu Dan Sikap Ibu Terhadap Status Gizi Anak.

Dilihat dari uji F yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan nilai signifikansi $0,01 < 0,05$ artinya secara simultan atau keseluruhan pengetahuan ibu terhadap gizi dan sikap ibu terhadap gizi memiliki pengaruh yang signifikan pada status gizi anak. Sedangkan jika dilihat dari analisis data (*Adjusted R. Square*) didapati angka 0,34. Hal tersebut dapat membuktikan bahwa pengaruh pengetahuan dan sikap ibu terhadap gizi sebesar 34% dan 66% dipengaruhi oleh variabel bebas lainnya yang tidak diteliti.

Hasil penelitian diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh devi (2004) bahwasanya dari hasil penelitian tersebut diperoleh bahwa ada hubungan antara tingkat pendidikan ibu, hubungannya dengan perilaku makan dan status gizi siswa sekolah dasar. Ulpa (2018) bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan ibu dan pengaruhnya terhadap sikap dengan status gizi anak di SDN 02 Labuhanhaji dengan taraf signifikansi 0,313 atau sekitar 31% besar pengaruhnya. Dewajanti dan patricia renata (2017) bahwa status gizi siswa sekolah dasar dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu terhadap gizi seimbang.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan pada analisis serta pembahasan yang dilakukan peneliti, sehingga dapat ditarik kesimpulannya yaitu:

1. Status gizi anak di SDN Babak sari secara keseluruhan dikatakan Baik Sebesar 70%, hanya terdapat 25% kategori obesitas dan 5% kategori status gizi kurus.
2. Kebiasaan makan dalam keluarga siswa SDN Babak Sari membentuk pola makan dengan frekuensi makan tiga kali makan utama yaitu (sarapan, makan siang, dan makan malam) dan tidak diimbangi dengan dua kali makan selingan, jenis makanan yang sering dikonsumsi adalah nasi sebagai makanan pokok, sosis sebagai lauk hewani, tempe sebagai lauk nabati, kubis, wortel, buncis dan kembang kol merupakan sayuran yang sering dikonsumsi, sedangkan buahnya adalah papaya, pisang blewah dan jeruk, minuman dengan frekuensi sering adalah air putih dan susu, jajanan yang sering dikonsumsi adalah bakwan
3. Pengaruh kebiasaan makan terhadap status gizi anak ditinjau dari faktor-faktor diatas memiliki pengaruh positif dan signifikan. Pengetahuan ibu dan sikap ibu secara simultan berpengaruh terhadap status gizi anak sebesar 34% dan 66% dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak diukur dalam penelitian ini.

Saran

1. Penelitian ini dapat digunakan acuan oleh para ibu atau responden tentang bagaimana pemenuhan kebutuhan makan yang bergizi dan pengaruhnya terhadap status gizi anak, karena status gizi merupakan interpretasi dari kondisi kesehatan tubuh anak.
2. Pada penelitian ini hanya terbatas pada variabel karakteristik keluarga, pengetahuan ibu tentang gizi, sikap ibu terhadap gizi dan makanan dan frekuensi makan anak. Diharapkan pada penelitian selanjutnya untuk menambah variabel bebas lainnya yang diduga memiliki hubungan terhadap status gizi.

DAFTAR PUSTAKA

- Boucher, N. 2014. *Feeding Style and The Body Weight Status of Preschool age Children*. Kirby Mall : Elsevier
- Depkes. 2010. SK Antropometri. Jakarta: Depkes RI.
- Depkes RI. 2010. *Panduan Makan Untuk Hidup Sehat*. Jakarta : Depkes RI
- Depkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI.
- Dewajanti, Maria dan Patricia. 2017. Hubungan pengetahuan, Sikap, perilaku Ibu tentang gizi dengan status gizi siswa kelas IV dan V di SDN Tarakanita Gading Serpong. *Jurnal Kedokteran* Vol. 23. No. 61.

- Devi, Mazarina. 2004. Tingkat Pendidikan Ibu, Hubungannya dengan Perilaku Makan dan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar. Bogor : Institut Pertanian Bogor.
- Kemenkes. 2011. *Standar Penilaian Antropometri Status Gizi Anak*. Jakarta: Direktorat Jendral Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak.
- Khumaidi, M. 1989. *Gizi Masyarakat* . Bogor: Institut Pertanian Bogor
- Kurniawati, Suzan. 2011. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan Makan Anak Usia Prasekolah 4-6 Tahun Di Tk Al-Amanah Kecamatan Sindang Jaya Kabupaten Tangerang*. Skripsi tidak diterbitkan. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Rahmawati, Fitria. 2016. Hubungan Pengetahuan Ibu, pola pemberian makanan, dan pendapatan keluarga terhadap status gizi balita di Desa Pajerukan Kecamatan Kalibagor. Skripsi tidak diterbitkan. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Sartika, Ratu Ayu Dewi. 2011. Faktor Risiko Obesitas Pada Anak 5-15 tahun di Indoneia. Depok : Departemen Gizi Kesehatan Masyarakat. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Indonesia.
- Supariasa dkk. 2012. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : EGC
- Ulpa, Zaida Rahma. 2018 Hubungan Antara Pengetahuan ibu dan pendapatan orang tua dengan status gizi anak SDN 02 Labuhan Haji. *Jurnal Kedokteran* Vol.1. No. 1-7.

