

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG OLAHAN SAYUR DAN BUAH DENGAN STATUS GIZI SISWA KELAS 4-6 DI SDN TUNJUNG SEKAR 3 MALANG

Ari Damayanti Wahyuningrum
STIKES Widyagama Husada, Malang
Email Korespondensi: damayantiari1982@gmail.com

ABSTRAK

Permasalahan anak berkurangnya konsumsi sayur dan buah. Kebiasaan makan sehat salah satu perilaku yang dipelajari dari lingkungan sosial, salah satunya lingkungan sekolah. Perilaku konsumsi jajanan anak usia sekolah dipengaruhi teman sebayanya baik disekolah maupun di rumah serta tingkat pengetahuan anak tentang manfaat kandungan sayur dan buah. Perilaku late childhood memilih makanan yang disukainya sedangkan orang tua kurang memperhatikan makanan anak ketika anak berada di sekolah atau berkumpul dengan teman sebaya di luar rumah. Salah satu penyebab kekurangan gizi late childhood yaitu pola makan yang salah, ketidaktahuan memilih bahan makanan bernilai gizi sehat dapat berdampak pada gizi anak. Di SDN Tunjung Sekar 3 didapatkan anak gemuk berjumlah 7, kurang gizi berjumlah 7 dari 60 anak. Tujuan penelitian mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan late childhood tentang makanan olahan sayur dan buah terhadap status gizi siswa kelas 4-6 di SDN Tunjung Sekar 3 Malang. Metode penelitian menggunakan analitik korelasional dengan uji spearman rank, pengambilan data secara cross sectional melalui google form dengan teknik sampling stratified random sampling. Hasil penelitian $P_{\text{value}} 0.015 > 0.05$ sehingga H_1 ditolak, dapat disimpulkan tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan late childhood tentang olahan sayur dan buah dengan status gizi siswa kelas 4-6 di SDN Tunjung Sekar 3 Malang.

Kata kunci: Knowledge Level, Late Childhood, Nutritional Status.

ABSTRACT

The problem of late childhood is the reduced consumption of vegetables and fruit. Healthy eating habits are one of the behaviors that are learned from the social environment, one of which is the school environment. The consumption behavior of school-age children is influenced by their peers at school and at home as well as the level of children's knowledge about the benefits of vegetable and fruit content. Late childhood behavior chooses foods they like while parents pay less attention to children's food when children are at school or hanging out with peers outside the home. One of the causes of late childhood malnutrition is the wrong diet, ignorance of choosing food with healthy nutritional value can have an impact on children's nutrition. At SDN Tunjung Sekar 3, there were 7 obese children, 7 out of 60 malnourished children. The research objective was to determine the relationship between the level of late childhood knowledge about processed food, vegetables and fruit, on the nutritional status of grade 4-6 students at SDN Tunjung Sekar 3 Malang. The research method uses correlational analytic with Spearman rank test, data collection is cross sectional through google form with stratified random sampling technique. The results of the research are $P_{\text{value}} 0.015 > 0.05$ so that H_1 is rejected, it can be concluded that there is no relationship between the level of late childhood knowledge about processed vegetables and fruit with the nutritional status of grade 4-6 students at SDN Tunjung Sekar 3 Malang.

Keywords: Knowledge Level, Late Childhood, Nutritional Status.

PENDAHULUAN

Late childhood berada pada rentang usia 9 sampai 12 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014. Jumlah kelompok usia 9 sampai 12 tahun di Indonesia menurut Sensus Penduduk 2010 sebanyak 43,5 juta atau sekitar 18% dari jumlah penduduk yang ada (Kemenkokesra RI, 2017)³.

Salah satu permasalahan anak yang memasuki tahap usia late childhood yaitu berkurangnya konsumsi sayur dan buah. Sayur dan buah yang dikonsumsi sebagian besar anak masih jauh dari rekomendasi 400g/hari atau setara dengan 5 porsi/hari (WHO, 2003 dalam Kementrian Pertanian RI, 2010)⁴. Sayur bahkan lebih tidak disukai daripada buah (Kirby *et al*, 2010)⁵. Mayoritas anak yang tidak suka sayur dan buah adalah anak yang jarang terpapar dengan berbagai jenis sayur dan buah, baik bentuk maupun rasanya (Birch *et al*, 2011)¹.

Promosi kebiasaan makan sehat harus dilakukan sejak dini (Putriana, 2010)⁷. Kebiasaan makan sehat adalah salah satu perilaku yang dipelajari dari lingkungan sosial, salah satunya lingkungan sekolah (Lytle and Achterberg, 2010)². Anak menghabiskan banyak waktu di sekolah. Lebih dari 50% anak usia sekolah makan minimal satu kali dan 10% makan dua kali di sekolah (Maskar, 2010)⁶. Perilaku konsumsi jajanan anak usia sekolah sangat dipengaruhi oleh teman sebayanya baik disekolah maupun di lingkungan rumah serta tingkat pengetahuan anak tentang manfaat kandungan sayur dan buah.

Perilaku anak pada tahap late childhood merupakan konsumsi makanan aktif yaitu anak dapat memilih makanan yang disukainya sedangkan orang tua kurang memperhatikan makanan anak usia sekolah ketika anak berada di sekolah atau ketika berkumpul bermain dengan teman sebaya di luar rumah. Salah satu penyebab kekurangan gizi pada anak usia sekolah yaitu pola makan yang salah, ketidaktahuan dalam memilih bahan makanan yang bernilai gizi sehat dapat berdampak pada gizi anak.

Data WHO tahun 2013 menunjukkan anak usia sekolah dengan kategori underweigh di dunia sebanyak 15.7% dan anak kategori overweight sebanyak 6.6%. Secara nasional data Kemenkes RI tahun 2017 anak dengan kategeori underweigh sebanyak 10% dan anak kategori overweight sebanyak 7.5%. Berdasarkan data dari Dinkes Malang tahun 2018 angka kejadian overweight pada anak sekolah sebanyak 6% dan underweight 8%. status gizi anak, hasil studi pendahuluan pada bulan Maret 2020 di SDN Tunjung Sekar 3 didapatkan anak berkategori gemuk berjumlah 7 anak dan kurang gizi berjumlah 7 anak dari 60 anak. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan tingkat pengetahuan late childhood tentang makanan olahan sayur dan buah terhadap status gizi siswa kelas 4-6 di SDN Tunjung Sekar 3 Malang.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan late childhood tentang makanan olahan sayur dan buah terhadap status gizi siswa kelas 4-6 di SDN Tunjung Sekar 3 Malang

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan analitik korelasional dengan uji spearman rank, pengambilan data secara cross sectional melalui google form dengan teknik sampling stratified random sampling.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hubungan tingkat pengetahuan late childhood tentang olahan sayur dan buah dengan status gizi siswa kelas 4-6 di SDN Tunjung Sekar 3 Malang

Tabel 1. Distribusi frekwensi tingkat pengetahuan late childhood kelas 4-6 tahun di SDN Tunjung Sekar 3 Malang

Tingkat Pengetahuan	f	%
Baik	38	63.3 %
Cukup	15	25.0 %
Buruk	7	11.7 %
Total	60	100 %

Sumber: Data primer 2020

Tabel 1 menunjukkan tingkat pengetahuan late childhood kelas 4-6 tahun sebagian besar kategori baik sebanyak 38 (63.3%) sedangkan tingkat pengetahuan late childhood kategori buruk sebanyak 7 (11.7%).

Tabel 2. Distribusi frekwensi status gizi late childhood kelas 4-6 tahun di SDN Tunjung Sekar 3 Malang

Status Gizi	f	%
Ideal	46	76.7 %
Kurang	7	11.7 %
Gemuk	7	11.7 %
Total	60	100 %

Sumber: Data primer 2020

Tabel 2 menunjukkan status gizi late childhood kelas 4-6 tahun sebagian besar kategori ideal sebanyak 46 (76.7%) sedangkan status gizi late childhood kategori kurang sebanyak 7 (11.7%) dan kategori gemuk sebanyak 7 (11.7%).

Tabel 3. Distribusi frekwensi hubungan tingkat pengetahuan late childhood tentang olahan sayur dan buah dengan status gizi siswa kelas 4-6 di SDN Tunjung Sekar 3 Malang

Status Gizi							
Tingkat Pengetahuan	Ideal		Kurang		Gemuk		P 0.015
	n	%	n	%	n	%	
Baik	35	58.3	0	0	3	5	
Cukup	9	15	2	3.3	4	6.66	
Buruk	1	1.66	6	10	0	0	
Total	45	75	8	13.3	7	11.66	

Sumber: Data primer 2020

Tabel 3 menunjukkan tingkat pengetahuan late childhood baik dengan status gizi ideal sebanyak 35 (58.3%), tingkat pengetahuan late childhood cukup dengan status gizi ideal sebanyak 9 (15%), tingkat pengetahuan buruk dengan status gizi ideal sebanyak 1 (1.66%), tingkat pengetahuan cukup dengan status gizi kurang sebanyak 2 (3.3%), tingkat pengetahuan buruk dengan status gizi kurang 6 (13.3%), tingkat pengetahuan baik dengan

status gizi gemuk 3 (5%), tingkat pengetahuan cukup dengan status gizi gemuk 4 (6.66). hasil $P_{\text{value}} 0.015 > 0.05$ sehingga H_1 ditolak, dapat disimpulkan tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan late childhood tentang olahan sayur dan buah dengan status gizi siswa kelas 4-6 di SDN Tunjung Sekar 3 Malang.

Correlations

			Status Gizi	Tingkat Pengetahuan
Spearman's rho	Status Gizi	Correlation Coefficient	1.000	.314*
		Sig. (2-tailed)	.	.015
		N	60	60
	Tingkat Pengetahuan	Correlation Coefficient	.314*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.015	.
		N	60	60

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil penelitian bahwa status gizi anak di usia late childhood dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain kebiasaan makanan sehari-hari di rumah yang diberikan ibu dan faktor teman jajan di lingkungan sekolah. Hal ini sejalan dengan (Rahmi, 2018)⁸ bahwa pemberian makanan di rumah pada anak berdasarkan status perekonomian keluarga dimana keluarga dengan perekonomian menengah ke bawah cenderung banyak memakai msg sebagai bahan penyedap makanan dan kebiasaan menggunakan mie instan sebagai makanan keseharian walaupun mereka mengetahui tentang bahaya konsumsi MSG serta anak di usia late childhood lebih menyukai makanan yang berasa gurih. Selain itu juga dipengaruhi oleh faktor genetik dari orang tua dari berat badan dan tinggi badan dapat berpengaruh langsung dengan status gizi. Hal ini sejalan dengan (Yichaowu, 2020)⁹ mengatakan bahwa faktor status nutrisi individu anak dipengaruhi langsung oleh faktor genetik dari kedua orang tuanya serta tingkat pendapatan keluarga yang tercermin dalam kemampuan membeli bahan makanan sehari-hari dan pengetahuan orang tua tentang manfaat konsumsi bahan pangan yang sehat.

KESIMPULAN

$P_{\text{value}} 0.015 > 0.05$ sehingga H_1 ditolak, dapat disimpulkan tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan late childhood tentang olahan sayur dan buah dengan status gizi siswa kelas 4-6 di SDN Tunjung Sekar 3 Malang. Status gizi anak di usia late childhood dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain kebiasaan makanan sehari-hari di rumah yang diberikan ibu dan faktor teman jajan di lingkungan sekolah. Selain itu juga dipengaruhi oleh faktor genetik dari orang tua dari berat badan dan tinggi badan dapat berpengaruh langsung dengan status gizi. Indonesia termasuk negara berkembang dapat meningkatkan kolaborasi multi-sektor dalam memastikan ketersediaan dan keterjangkauan pangan yang lebih sehat. Pendidikan yang ditargetkan pada modifikasi perilaku menuju gaya hidup anak didik yang lebih sehat dapat dilaksanakan di seluruh negeri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada STIKES Widyagama Husada yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan kegiatan penelitian dan Kepala Sekolah SDN Tunjung Sekar 3 Malang sebagai tempat penelitian serta siswa dan siswi responden yang bersedia mengisi angket penelitian.

REFERENSI

- [1] Birch LL, Johnson SL, Fisher JA. 2011. *Children's Eating: the Development of Food Acceptance Patterns*. *Young Child*. 50:71-78.
- [2] Lytle L, dan Achterberg C. 2010. *Changing the Diet of America's Children: What Works and Why?* *Journal Nutri Education*. 27 (5):250-260.
- [3] Kemenkes RI. (2017). *Acara Penandatanganan Nota Kesepahaman Program Pembinaan Keamanan Pangan Jajanan Anak Sekolah antara Kementerian Pendidikan Nasional dan Badan Pengawas Obat dan Makanan RI Jakarta*. Retrieved from. Tersedia pada <https://www.pom.go.id/new/view/more/berita/386/Program-Pembinaan-Keamanan-Pangan-Jajanan-Anak-Sekolah.html>. 9 November 2020.
- [4] Kementerian Pertanian RI. 2010. *Konsumsi Sayur Masyarakat Indonesia Dibawah Rekomendasi FAO*. Tersedia pada <http://agro.agroprima.com>, 03 November 2020.
- [5] Kirby S, Baranowski T, Reynolds K, Taylor G, Binkley D. 2010. *Children's Fruit and Vegetable Intake: Socioeconomic, Adult-Child, Regional, And Urban-Rural Influences*. *J Nutr Educ*, 27(5): 261-271.
- [6] Maskar D.H. 2010. *Assessment of Illegal Food Additives Intake from Street Food among Primary School Children in Selected Area of Jakarta*. Thesis. SEAMEO-TROPED RCCN University of Indonesia.
- [7] Putriana, M.I. 2010. *Konsumsi Sayur dan Buah pada Anak Usia Prasekolah dengan Pengetahuan Gizi dan sikap ibu*. Skripsi tidak dipublikasikan. Universitas Diponegoro, Semarang.
- [8] Rahmi, Cut Novianti et al. (2018). *Food Choices Made by Primary (Mothers/Grandmothers) in West Java Indonesia*. *Appetite Journal* Vol 130 pages 84-92. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0195666317308401>
- [9] Yichaowu and Guo, Zhenli.(2020). *An Analysis of the Nutritional Status of Left Behind Children in Rural China and the Impact Mechanisms Of Child Malnutrition*. *Children and Youth Services Review*. Vol.119. <https://doi.org/10.1016/J.chilyouth.2020.105598>.

