

PENGARUH PENGETAHUAN DAN SIKAP ORANG TUA TERHADAP GIZI BEKAL ANAK PRASEKOLAH DI TK PANGUDI LUHUR BERNARDUS

Nurul Ekawati¹, Kiki Puspasari²

^{1,2} Program Studi Gizi, Universitas Medika Suherman

Email: nrlekawati16@gmail.com

Received: 26 January 2024; Revised: 01 April 2024; Accepted: 28 May 2024

Abstract

Lack of knowledge about nutrition in parents has an impact on the lack of ability to apply nutrition information which will ultimately impact the nutritional status of toddlers. The impacts that arise from a lack of adequate nutrition for children are weak immune systems so they are susceptible to disease, lack of energy and protein which causes growth and development to be disrupted, acute lack of energy and protein can cause marasmus and kwashiorkor, physical and cognitive limitations, iron deficiency anemia, decreased intelligence. This research is a non-experimental descriptive approach research with a cross-sectional research design. The samples taken were preschool children aged 3-6 years (71 people). Primary data was collected by direct interviews using a questionnaire and google form. Data analysis used the chi-square statistical test. There is no relationship between parental knowledge and attitudes and children's nutritional needs ($p > 0.05$). This research concludes that there is no relationship between the level of knowledge and attitudes of parents and children's nutritional needs.

Keywords: level of knowledge, attitude, nutritional fulfillment

Abstrak

Kurangnya pengetahuan tentang gizi pada orang tua berdampak pada kurangnya kemampuan mengaplikasikan informasi tentang gizi yang akhirnya akan berakibat pada status gizi balita. Dampak yang timbul dari kurangnya pemenuhan gizi anak yaitu daya tahan tubuh lemah sehingga mudah terserang penyakit, kurang energi dan protein yang menyebabkan tumbuh kembang terganggu, kurang energi dan protein akut dapat menyebabkan penyakit marasmus dan kwashiorkor, keterbatasan fisik dan kognitif, anemia defisiensi zat besi, kecerdasan menurun. Penelitian ini merupakan penelitian pendekatan deskriptif non-eksperimental dengan desain penelitian adalah *cross sectional*. Sample yang diambil yaitu anak prasekolah yang berusia 3-6 tahun (71 orang). Pengumpulan data primer dilakukan wawancara langsung menggunakan kuesioner dan *google form*. Analisis data menggunakan uji statistik *chi square*. Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dan sikap orang tua dengan pemenuhan gizi anak. ($p > 0,05$). Kesimpulan penelitian ini yaitu tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dan sikap orang tua dengan pemenuhan gizi anak.

Kata kunci: tingkat pengetahuan, sikap, pemenuhan gizi

A. PENDAHULUAN

Anak usia prasekolah merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat sehingga

memerlukan zat gizi yang tinggi untuk kebutuhan setiap harinya baik dalam makanan pokok ataupun makanan kudapan. Karena usia anak-anak hingga remaja merupakan

merupakan masa yang baik untuk tumbuh dan berkembang, baik fisik ataupun secara psikologis. Umumnya pada masa anak-anak sering terjadi masalah gizi. Masalah gizi disebabkan oleh kebiasaan makan anak. Masalah gizi pada anak akan berdampak bagi perkembangan kognitif, perilaku, kegiatan belajar disekolah maupun kegiatan lainnya yang berpengaruh pada kehidupan berikutnya (Abdel-Rahman, 2017).

Pengetahuan orang tua sangat penting dalam pemenuhan gizi untuk seluruh anggota keluarga khususnya anak balita. Pengetahuan orang tua yang baik akan memberikan asupan yang baik pada anaknya dan sebaliknya apabila pengetahuan orang tua kurang, maka orang tua akan memberikan asupan yang kurang baik pada anak balitanya (Supariasa, 2015). Kurangnya pengetahuan tentang gizi pada orang tua berdampak pada kurangnya kemampuan mengaplikasikan informasi tentang gizi yang akhirnya akan berakibat pada status gizi balita (Oktavianis, 2016).

Berdasarkan Survey Status Gizi Indonesia tahun 2022 menunjukkan bahwa prevalensi Stunting (TB/U) 21,6%, Wasting (BB/TB) 7,7%, *Underweight* (BB/U) 17,1% dan *Overweight* (BB/TB) 3,5%. Proporsi angka status gizi di wilayah Provinsi Jawa Barat menunjukkan Stunting 20,2%, Wasting 6%, *Underweight* 4,2% dan *Overweight* 3,8%. Dan proporsi angka status gizi di wilayah Kabupaten Bekasi dengan Stunting 17,8%, Wasting 8,4, *Underweight* 15% dan *Overweight* 5,6%.

Pemberian bekal makanan merupakan salah satu alternatif untuk pemenuhan kebutuhan gizi anak di sekolah. Selain dari pemberian makanan sarapan dan makan malam, pemberian bekal dapat mempengaruhi status gizi karena aktivitas anak lebih banyak disekolah. Total energi sehari serta komposisi yang terdapat pada bekal makanan dapat mempengaruhi status gizi anak. Status gizi anak normal jika bekal makanan yang dibawa dapat membantu total energi perharinya terpenuhi (Anugraheni et al., 2019).

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan sikap orang

tua terhadap pemenuhan gizi anak dengan membawa bekal makanan.

B. METODE

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif non eksperimen. Penelitian ini dilakukan di TK Pangudi Luhur Bernardus Deltamas. Teknik pengambilan sample pada penelitian ini menggunakan Total Sampling. Teknik pengambilan total sampling adalah pengambilan sampel yang jumlah sampelnya sama dengan jumlah populasi. Maka didapatkan sampel sebanyak 71 responden. Data yang diuji secara statistik menggunakan uji *chi square*. Data diperoleh melalui wawancara langsung pada responden menggunakan kuesioner dan pengisian menggunakan *google form*.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Pengetahuan Orang Tua

Tabel 1 Distribusi Pengetahuan Orang Tua

Pengetahuan	Frekuensi (n=71)	Persentase %
Kurang	6	8,5
Baik	65	91,5

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa mayoritas orang tua dengan pengetahuan baik sebanyak 65 orang (91,5%).

Gambaran Sikap Orang Tua

Tabel 2 Distribusi Sikap Orang Tua

Sikap	Frekuensi (n=71)	Persentase %
Negatif	6	8,5
Positif	65	91,5

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa mayoritas orang tua dengan sikap positif sebanyak 65 orang (91,5%).

Gambaran Asupan Gizi Anak

Tabel 3 Distribusi asupan gizi anak

No	Asupan Zat Gizi Anak	Frekuensi (n=71)	Persentase %
1	Energi		
	Baik	28	39,4
	Tidak Baik	43	60,6
2	Protein		
	Baik	7	9,9
	Tidak Baik	64	90,1
3	Lemak		
	Baik	22	31
	Tidak Baik	49	69
4	Karbohidrat		
	Baik	7	9,9
	Tidak Baik	64	90,1

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui asupan zat gizi energi tidak baik sebanyak 43 orang (60,3%), asupan zat gizi protein tidak baik sebanyak 64 orang (90,1), asupan lemak tidak

baik sebanyak 49 orang (69%) dan asupan zat gizi karbohidrat tidak baik sebanyak 64 orang (90,1%).

Hubungan Pengetahuan Orang Tua Dengan Asupan Zat Gizi Anak

Tabel 4 Hubungan pengetahuan orang tua dengan asupan gizi anak

No	Pemenuhan Gizi Anak	Pengetahuan				Total		P Value
		Kurang		Baik		n	%	
		n	%	n	%			
1	Energi							0,392
	Baik	1	3,6	27	96,4	28	100	
	Tidak Baik	5	11,6	38	88,4	43	100	
2	Protein							0,104
	Baik	2	28,6	5	71,4	7	100	
	Tidak Baik	4	6,3	60	93,8	64	100	
3	Lemak							0,658
	Baik	1	4,5	21	95,5	22	100	
	Tidak Baik	5	10,2	44	89,8	49	100	
4	Karbohidrat							0,477
	Baik	1	14,3	6	85,7	7	100	
	Tidak Baik	5	7,8	59	92,2	64	100	

Berdasarkan hasil tabel 4 menunjukkan adanya hubungan yang tidak signifikan antara pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang terhadap asupan energi anak usia 3-6 tahun (*p-value* 0,392). Hal serupa juga dinyatakan oleh (Purnamasari et al., 2016) bahwa tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan orang tua dengan konsumsi energi. Berdasarkan hasil

wawancara menggunakan *food recall* 24 jam, dapat diketahui bahwa mayoritas responden sedikit mengkonsumsi bahan makanan sumber utama energi dari zat gizi protein, lemak dan karbohidrat. Hal lain juga dapat disebabkan sering mengkonsumsi makanan ringan, *fast food*, es dan permen yang merupakan makanan

dengan nilai gizi yang rendah bahkan lebih dari angka kecukupan gizi yang telah dianjurkan.

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan adanya hubungan yang tidak signifikan antara pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang terhadap asupan protein anak usia 3-6 tahun (*p-value* 0,104). Penelitian ini sejalan dengan Zahra et al., (2023) bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan orang tua dengan kecukupan protein. Protein memiliki peran dalam pertumbuhan, pemeliharaan jaringan dan pembentukan antibodi.

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan adanya hubungan yang tidak signifikan antara pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang terhadap asupan lemak anak usia 3-6 tahun (*p-value* 0,658). Berdasarkan hasil wawancara menggunakan formulir *food recall* 24 jam

sehingga dapat diketahui bahwa pengetahuan orang tua baik terhadap asupan lemak anak baik. Semakin pengetahuan gizi orang tua baik maka asupan anak semakin membaik. Sehingga pengetahuan akan mendorong orang tua untuk menyediakan makanan sehari-hari dengan jumlah dan kualitas gizi yang sesuai kebutuhan (Rahmawati, 2016)

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan adanya hubungan yang tidak signifikan antara pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang terhadap asupan karbohidrat anak usia 3-6 tahun (*p-value* 0,477). Karbohidrat berguna sebagai penghasil utama glukosa yang digunakan sebagai sumber utama bagi tubuh. Kelebihan asupan karbohidrat akan diubah menjadi lemak dan disimpan dalam tubuh dalam jumlah terbatas (Umihani, 2020).

Hubungan Sikap Orang Tua Dengan Asupan Gizi Anak

Tabel 5. Hubungan sikap orang tua dengan asupan gizi anak

No	Pemenuhan Gizi Anak	Sikap				Total		P Value
		Negatif		Positif		n	%	
		n	%	n	%			
1	Energi							0,674
	Baik	3	10,7	25	89,3	28	100	
	Tidak Baik	3	7	40	93	43	100	
2	Protein							0,104
	Baik	2	28,6	5	71,4	7	100	
	Tidak Baik	4	6,3	60	93,8	64	100	
3	Lemak							1000
	Baik	2	9,1	20	90,9	22	100	
	Tidak Baik	4	8,2	45	91,8	49	100	
4	Karbohidrat							1000
	Baik	0	0	7	100	7	100	
	Tidak Baik	6	9,4	58	90,6	64	100	

Berdasarkan tabel 5 responden memiliki sikap baik namun asupan makan yang diberikan anak tidak baik hasil penelitian dapat dipahami bahwa orang tua yang memiliki sikap positif. Hal ini terjadi ketersediaan informasi dari beberapa faktor antara lain

lingkungan, media sosial yang banyak menginformasikan tentang pemberian makan yang baik tetapi responden masih dalam tahap tahu belum sampai tahap mengevaluasi hal tersebut. Dalam pemilihan makanan bergizi pada anak usia 3-6 tahun seperti mengetahui

jumlah makanan yang cukup untuk dikonsumsi anak, mengetahui jenis jajanan yang tidak sehat, memberikan makanan yang beragam saat makan seperti lauk pauk, sayur, tempe/tahu, buah dan susu untuk mendukung

D. PENUTUP

Simpulan

Hubungan pengetahuan dan sikap orang tua dengan gizi seimbang dengan asupan zat gizi anak didapatkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan pengetahuan dan sikap orang tua dengan asupan energi, protein, lemak dan karbohidrat.

Saran

Disarankan untuk bisa diperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi asupan gizi anak usia prasekolah selain dari sikap dan pengetahuan, seperti pendapatan rumah tangga.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah TK Pangudi Luhur Deltamas dan seluruh responden yang telah membantu dan berkenan menjadi narasumber pada penelitian ini.

E. DAFTAR PUSTAKA

Abdel-Rahman, T. A. (2017). Assessment of Nutritional Status and Cognitive Development of Preschool Children at Minia Governorate, Egypt. *Canadian Journal of Clinical Nutrition*, 5(1), 72–94.

Anugraheni, M. D. (2019). *Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia (6-60) Bulan Di Kelurahan Summersari*.

Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*.

Labada, A., Ismanto, A. Y., & Kundre, R. (2016). Hubungan karakteristik ibu dengan status gizi balita yang berkunjung di Puskesmas Bahu Manado. *Jurnal Keperawatan*, 4(1).

Lestari, D. (2017). Pemahaman orangtua tentang pemenuhan gizi anak melalui

tumbuh kembang anak, serta membatasi anak untuk mengkonsumsi makanan manis dan asin (Maria & Maulidia, 2020).

lunch box (bekal makanan) di kelompok bermain It Sekargading Semarang. *Universitas Negeri Semarang. Skripsi*.

Maria, L., & Maulidia, R. (2020). Hubungan Perilaku Orang Tua Dalam Pemilihan Makanan Bergizi Dengan Status Gizi anak Pada Anak Usia Pra Sekolah. *Professional Health Journal*, 1(2), 84–93.

Oktavianisya, N., & Sumarni, S. (2017). Hubungan Pekerjaan Dan Sikap Ibu Menyusui Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan Di Desa Lebeng Timur Kecamatan Pasongsongan. *Journal of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 2(2), 47–51.

Purnamasari, D. U., Dardjito, E., & Kusnandar, K. (2016). Hubungan Jumlah Anggota Keluarga, Pengetahuan Gizi Ibu dan Tingkat Konsumsi Energi dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Kesmas Indonesia*, 8(2), 49–56.

Rahmawati, A. K. (2016). *Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang*.

Sagita, C. D., & Afriyani, L. D. (2022). Gambaran Pengetahuan Kader Tentang Interpretasi Grafik Pertumbuhan Balita di Posyandu Desa Losari Kidul Tahun 2021: Description of Cadre Knowledge About Interpretation of Toddler Growth Charts at Posyandu Losari Kidul Village in 2021. *Journal of Holistics and Health Sciences (JHHS)*, 4(1), 28-40.

Supariasa, I. D. (2015). *Penilaian Status Gizi*. EGC.

Umihani. (2020). *Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu, Asupan Zat Gizi Dan Pola Asuh Dengan Tumbuh Kembang Anak Umur 3-5 Tahun Di Paud Dan Tk Kelurahan Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2020*.

Zahra, A., Machfud, E. F. K., & Dina, R. A. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu dengan Tingkat Kecukupan Energi dan Protein pada Balita di

Kecamatan Dramaga, Kabupaten Bogor.
Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik, 2(3), 207–
213.