

Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Pendidikan Ibu Terhadap Asupan Nutrisi Makanan Pada Anak Usia Prasekolah Di Taman Kanak-Kanak

Toto Harto^{1*}

¹Akademi Kebidanan Rangga Husada Prabumulih

*Korespondensi: totoharto27@gmail.com;

Abstrak: Konsumsi makanan akan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi yang digunakan secara efisien sehingga akan meningkatkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan. Tujuan dari penelitian ini adalah diketahuinya hubungan tingkat pengetahuan dan pendidikan ibu terhadap asupan nutrisi makanan pada anak usia prasekolah di TK sentosa telkom baturaja tahun 2019. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasi dengan pendekatan Cross Sectional. Populasi pada penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak usia pra sekolah di TK Sentosa Telkom Baruraja. Jumlah sampel pada penelitian sebanyak 15 responden. Hasil penelitian univariat menunjukkan bahwa dari 15 responden yang paling tinggi tingkat pengetahuan yaitu sebanyak 12 responden (80.0%), dari 15 responden yang paling tinggi tingkat pendidikan ibu yaitu sebanyak 10 responden (66.7%), dari 15 responden yang baik asupan makanan pada anak usia prasekolah yaitu sebanyak 12 responden (66.7%). Hasil analisa bivariat menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dengan asupan nutrisi pada anak usia prasekolah dengan p value = 0,002. Saran bagi institusi pendidikan diharapkan dapat digunakan sebagai bahan bacaan mahasiswa sehingga dapat meningkatkan kualitas pendidikan bagi mahasiswa, bagi tenaga kesehatan diharapkan sebagai informasi agar memberikan pelayanan kesehatan yang baik bagi masyarakat terutama bagi ibu yang memiliki anak usia prasekolah dan bagi peneliti diharapkan dapat mengembangkan pengetahuan dan pengalaman tentang asupan nutrisi makanan pada anak usia pra sekolah.

Kata Kunci : Pengetahuan, pendidikan, Nutrisi Makanan

Abstract: Food consumption will affect a person's nutritional status. Nutritional status that is used efficiently so that it will increase physical growth, brain development, work ability and health. The purpose of this study was to determine the relationship between mother's level and education on nutritional intake in preschool-aged children at TK Sentosa Telkom Baturaja in 2019. This study used a quantitative correlation design with a Cross Sectional approach. The population in this study were mothers who had pre-school age children in TK Sentosa Telkom Baruraja. The number of samples in the study were 15 respondents. The results of the univariate study showed that of the 15 respondents, the highest level of knowledge was 12 respondents (80.0%), of the 15 respondents the highest level of education was the mother, namely 10 respondents (66.7%), of the 15 respondents who had good nutrition. food at the age of preschool children as many as 12 respondents (66.7%). The results of the bivariate analysis showed that there was a relationship between mother's level of knowledge and nutritional intake in preschool age children with p value = 0.002. Suggestions for educational institutions are expected to be used as student reading material so that they can improve the quality of education for students, for health workers it is expected as information in order to provide good health services for the community, especially for mothers who have preschool age and for researchers are expected to develop knowledge and experience about nutritional intake in preschool children.

Keywords: Knowledge, education, Food Nutrition

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2017 menunjukkan bahwa kontribusi energi yang berasal dari asupan karbohidrat sebesar 56,4%,

protein sebesar 10,7% dan lemak sebesar 12,7%. Konsumsi makanan akan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi yang digunakan

secara efisien sehingga akan meningkatkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan. Status gizi kurang akan terjadi jika tubuh mengalami kekurangan salah satu atau lebih zat gizi esensial, sedangkan status gizi lebih akan terjadi jika tubuh memperoleh zat.

Makanan yang dikonsumsi beragam jenis dengan berbagai cara pengolahannya. Di masyarakat dikenal dengan pola makan atau kebiasaan makan yang ada pada masyarakat dimana seorang anak hidup. Pola makan kelompok masyarakat tertentu juga menjadi pola makan anak. Seorang anak dapat memiliki kebiasaan makan dan selera makan yang berbentuk dari kebiasaan dalam masyarakat. Menyusun hidangan untuk anak, hal itu perlu diperhatikan.

Anak prasekolah adalah anak berusia dua sampai lima tahun. Rentang usia tersebut merupakan periode emas seorang anak dalam pertumbuhan dan perkembangan terutama fungsi bahasa, kognitif, dan emosi. Untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan tersebut, asupan nutrisi dari makanan merupakan salah satu faktor yang berperan penting. Pada usia prasekolah, anak mengalami perkembangan psikis menjadi balita yang lebih mandiri, dan dapat berinteraksi dengan lingkungannya, serta dapat mengekspresikan emosinya.

Jumlah makanan dan banyaknya jenis bahan makanan dalam pola pangan setempat di suatu negara atau daerah tertentu, biasanya berkembang dari pangan setempat atau dari pangan yang telah ditana, di tempat tersebut untuk jangka waktu yang panjang.

Disamping itu kelangkaan pangan dan kebiasaan bekerja keluarga berpengaruh pula terhadap pola pemberian makan. Pola pemberian makan yang seimbang yaitu sesuai dengan kebutuhan disertai pemilihan

bahan makanan yang tepat akan melahirkan status gizi yang baik. Asupan makanan yang melebihi kebutuhan tubuh akan menyebabkan kelebihan berat badan dan penyakit yang lain disebabkan oleh kelebihan zat gizi. Sebaliknya, asupan makanan yang kurang dari yang dibutuhkan akan menyebabkan tubuh menjadi kurus.

Frekuensi makan dapat menunjukkan tingkat kecukupan konsumsi gizi. Semakin tinggi frekuensi makan, maka semakin besar kemungkinan terpenuhi kecukupan gizi. Frekuensi makan pada seseorang dengan ekonomi mampu lebih tinggi dibandingkan orang dengan kondisi ekonomi lemah. Hal ini disebabkan orang dengan kondisi ekonomi yang lemah memiliki daya beli yang rendah, ketiadaan pangan dapat mengakibatkan berkurangnya asupan seseorang (Arisman, 2014).

Anak prasekolah yaitu anak yang berusia 3-5 tahun. Pada masa ini terjadi pertumbuhan psikologi, biologi, kognitif dan spiritual yang begitu signifikan. Kemampuan mereka dalam mengontrol diri, berinteraksi dengan orang lain dan penggunaan bahasa dalam berinteraksi merupakan modal awal anak dalam mempersiapkan tahap perkembangan berikutnya, yaitu tahap masa sekolah (Whaley dan Wong, 2015).

Usia anak prasekolah, anak beralih dari diet yang mengandalkan susu untuk memenuhi sebagian besar kebutuhan nutrisi dan 50% kandungan energi berasal dari lemak, menuju diet yang sesuai dengan pedoman pola makan sehat dan mencakup semua kelompok makanan. Makanan yang dimakan.

Dari berbagai penelitian diketahui bahwa apabila pendidikan dan pengetahuan dalam berbagai bidang gizi yang dimiliki orang tua baik, maka keadaan gizi anak juga baik (Riyadi, 2016).

Pendidikan ibu yang rendah mempunyai resiko terjadinya status gizi kurang pada anak sebesar 2.386 kali dibandingkan dengan ibu yang memiliki pendidikan tinggi (Nur'aeni, 2018). Hasil penelitian Utomo (2015) di wilayah kerja puskesmas suruh kabupaten Semarang menunjukkan ada hubungan pengetahuan ibu dengan status gizi anak.

Dari hasil penelitian juga diperoleh bahwa kelompok ibu dengan pengetahuan asupan nutrisi dengan kategori cukup dengan status nutrisi anak kurus sebanyak 18,4% , tetapi jumlah anak yang berstatus gizi kurus meningkat pada kelompok ibu dengan pengetahuan gizi dengan kategori kurang. Banyaknya jumlah ibu yang memiliki tingkat pengetahuan gizi dengan kategori cukup dan kurang dikarenakan lebih dari separuh ibu (56,3%) berpendidikan SMP, bahkan masih ada (11,3%) ibu yang berpendidikan SD (Sukmawaty,2017)

Pendidikan ibu serta pengetahuan ibu belum tentu pemberian asupan nutrisi untuk anaknya terjamin, banyak dari ibu memiliki pendidikan tinggi serta pengetahuan yang luas masih mempunyai anak yang kebutuhan nutrisinya kurang.

Berdasarkan permasalahan-permasalahan diatas maka peneliti tertarik untuk mengambil judul peneliti tentang hubungan tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu tentang asupan nutrisi makanan pada anak usia

prasekolah di TK TELKOM tahun 2019, dengan jumlah populasi 85 siswa/i.

METODE

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian secara analistik untuk memperoleh hubungan tentang suatu keadaan secara objektif, variabel yang diteliti adalah pengetahuan, pendidikan ibu terhadap asupan nutrisi pada anak usia prasekolah (Notoatmodjo,2010). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki anak usia prasekolah TK TELKOM Baturaja tahun 2019 sebanyak 85 siswa/i.

Sampel adalah sebagian dari populasi yang di anggap mewakili populasinya dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah dengan metode pengambilan sampel dengan cara total sampling (Notoatmodjo,2010). Sehingga dalam teknik sampling disini peneliti mengambil 15 responden di TK TELKOM Baturaja.

Peneliti akan dilaksanakan di TK TELKOM Baturaja tahun 2019. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2019 Pengumpulan data menggunakan data primer ini diambil dengan cara wawancara melalui kuisisioner, sedangkan data sekunder ini diambil melalui data yang ada, berupa data geografi, demografi data program Tk Telkom Baturaja, dan data yang mengenai tumbuh kembang anak. Analisa yang digunakan analisa Univariat dan Bivariat.

HASIL

Tabel 1. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan

NO	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Tinggi	12	80.0
2.	Rendah	3	20.0
	Total	15	100.0

Berdasarkan tabel diatas dari 15 responden yang paling tinggi tingkat pengetahuan yaitu sebanyak 12

responden (80.0%), dan yang paling rendah tingkat pengetahuan sebanyak 3 responden (20.0%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi responden berdasarkan pendidikan ibu

NO	Pendidikan ibu	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Tinggi	10	66.7
2.	Rendah	5	33.3
	Total	15	100.0

Berdasarkan tabel diatas dari 15 responden yang paling tinggi tingkat pendidikan ibu yaitu sebanyak 10

responden (66.7%), dan yang paling rendah tingkat pendidikan ibu sebanyak 5 responden (33.3%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi responden berdasarkan asupan nutrisi

NO	Asupan makanan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Baik	12	80.0
2.	Buruk	3	20.0
	Total	Total	15

Berdasarkan tabel diatas dari 15 responden yang baik asupan makanan pada anak usia prasekolah yaitu

sebanyak 12 responden (66.7%), dan yang buruk asupan makanan pada

Tabel 4. Hubungan Tingkat Pengetahuan Terhadap Asupan Nutrisi

No	Pengetahuan	Asupan Nutrisi Makanan Pada Anak Prasekolah				Jumlah		<i>p. value</i>
		Baik		Buruk		N	%	
		N	%	N	%			
1.	Tinggi	12	100.0	0	00.0	12	100.0	0.002
2.	Rendah	0	00.0	3	00.0	3	100.0	
	Total	12	80.0	3	20.0	15	100.0	

Tabel 4 di atas diketahui responden yang memiliki pengetahuan tinggi dengan asupan makanan pada anak prasekolah baik sebanyak 12 responden. Responden yang memiliki pengetahuan tinggi dengan asupan makanan pada anak prasekolah buruk tidak ditemukan dalam penelitian ini.

Responden yang memiliki pengetahuan rendah dengan asupan makanan pada anak prasekolah baik tidak ditemukan dalam penelitian ini. Responden yang memiliki pengetahuan rendah dengan asupan makanan pada anak prasekolah buruk sebanyak 3 responden.

Tabel 5. Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu Terhadap Asupan Nutrisi Makanan

no	pendidikan	Asupan nutrisi makanan pada anak prasekolah				Jumlah		<i>p. value</i>
		Baik		Buruk		N	%	
		N	%	N	%			
1.	Tinggi	10	100.0	0	0.00	10	100.0	0.022
2.	Rendah	2	40.0	3	60.0	15	100.0	
	Total	12	80.0	3	20.0	30.0	100.0	

Tabel 5 di atas diketahui responden yang memiliki pendidikan tinggi dengan asupan nutrisi makanan pada anak prasekolah baik sebanyak 10 responden. Responden yang memiliki pendidikan tinggi dengan asupan nutrisi makanan pada anak prasekolah buruk tidak ditemukan dalam penelitian ini. Responden yang memiliki pendidikan rendah dengan asupan nutrisi makanan pada anak prasekolah baik sebanyak 2 responden. Responden yang memiliki pendidikan rendah dengan asupan nutrisi makanan pada anak prasekolah buruk sebanyak 3 responden.

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan dan pendidikan ibu terhadap asupan makanan pada anak usia prasekolah di TK TELKOM tahun 2019

Hasil di dukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Susi Perhana Wati (2018) bahwa ada hubungan antara Tingkat Pendidikan, Pengetahuan Ibu Dan Pendapatan Orangtua Dengan Status Gizi Anak Balita Usia 1-5 Tahun Di Desa Duwet Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten n ($p=0,017$), terdapat hubungan antara pengetahuan ibu dengan status gizi anak balita usia 1-5 tahun ($p=0,008$) berdasarkan BB/U dan terdapat hubungan antara pendapatan orangtua dengan status gizi anak balita usia 1-5 tahun ($p=0,002$).

Pengetahuan merupakan hasil "tahu" dan ini terjadi setelah orang tersebut melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pencaindera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo,2003).

Pendidikan bukan hanya menyampaikan keterampilan yang sudah dikenal, tetapi harus dapat meramalkan berbagai jenis keterampilan kemahiran yang akan datang, dan sekaligus menemukan cara yang tepat dan cepat supaya dapat dikuasai oleh anak didik.

Pendidikan merupakan usaha yang sengaja secara sadar dan terencana untuk membantu meningkatkan perkembangan potensi dan kemamouan anak agar bermanfaat bagi kepentingan hidupnya sebagai seorang individu dan sebagai warga negara/masyarakat, dengan memilih isi (materi), stratehi kegiatan, dan teknik penilaian yang sesuai.

Dilihat dari sudut perkembangan yang dialami oleh anak,maka usaha yang sengaja dan terencana tersebut ditunjukan untuk membantu anak dalam menghadapi dan melaksanakan tugas-tugas perkembangan yang dialaminya dalam setiap periode perkembangan. Dengan kata lain,pendidikan dipandang mempunyai peranan yang besar dalam mencapai keberhasilan dalam perkembangan anak.

Dari hasil analisa bivariate tersebut didapatkan 15 orang (100%), dari 12 orang (80.0%) tingkat pengetahuan ibu tinggi 12 (100.0%) asupan makanan pada anak tinggi dan 0 (00.0%) asupan makanan pada anak pra sekolah rendah, sedangkan dari 3 (20.0%) responden tingkat pengetahuan ibu rendah saupan makanan pada anak usia pra sekolah baik 0 (00.0%) dan 3 (20.0%) asupan makanan pada anak usia pra sekolah buruk.. Dari hasil uji statistic (hipotesis) yang dilakukan dengan pengujian chi-square diperoleh p value =0,002 artinya ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dengan asupan nutrisi pada anak usia prasekolah.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa yang paling tinggi tingkat pengetahuan yaitu sebanyak 12 responden (80.0%), dan yang paling rendah tingkat pengetahuan sebanyak 3 responden (20.0%). Penelitian ini menunjukkan bahwa Terdapat responden yang paling tinggi tingkat pendidikan ibu yaitu sebanyak 10 responden (66.7%), dan yang paling rendah tingkat pendidikan ibu sebanyak 5 responden (33.3%).

Penelitian ini menunjukkan bahwa yang baik asupan makanan pada anak usia prasekolah yaitu sebanyak 12 responden (66.7%), dan yang buruk asupan makanan pada anak prasekolah sebanyak 3 responden (33.3%). Dari hasil uji statistic (hipotesis) yang dilakukan dengan pengujian chi-square diperoleh p value =0,002 artinya ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dengan asupan nutrisi pada anak usia prasekolah. Dari hasil uji statistic (hipotesis) yang dilakukan dengan pengujian chi-square diperoleh p value =0,022 artinya ada hubungan antara pendidikan ibu dengan asupan nutrisi pada anak usia pra sekolah

DAFTAR PUSTAKA

- Almasyhuri. 1998 . *Survey Tingkat Prevalensi Anwmia Pada Ibu hamil*. Penelitian Gizi dan Makanan. Jilid 21 : 15.
- Almatsier, Sunita. 2003. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- Ariawan, Iwan.1998. *Besar dan Metode Sampel Pada Penelitian Kesehatan*. Jurusan Biostatik dan Kependudukan.FKM UI.
- Arisman, M.B. 2004. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Penerbit Buku Kedokteran, EGC.Jakarta.
- Beaglehole, R. Et.al. 1997. *Dasar Dasar Epidemiologi*. Gadjah Mada University Press.
- Bustan, M. N. 2006. *Pengantar Epidemiologi*. Penerbit Rineka Cipta.Jakarta.
- Departemen Kesehatan.2000. *Pola Keterpaduan PMT-AS; UKS dan Program Pertanian Pendukung. Dirjen Binkesmas, Direktorat Gizi Masyarakat*. Jakarta. Departemen Kesehatan. 2002.
- Emawati F., Yuliar R. Sudilawati, Herman. 2000. *Kebutuhan Ibu Hamil akan Tablet Besi Untuk Pencegahan Anemia. Penelitian Gizi dan Makanan*. Jilid 23 : 92
- Hatono, Sutanto Priyo. 2007.*Basic Data Analysis For Healt Research Training, Analisis Data Kesehatan*. FKM UI.
- Ikhsanudin, lik. 2006. *Hubungan Antara Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Kesehatan Serta Faktor-Faktor lain dengan status Gizi Anak Prasekolah terpilih di Kota Cirebon Tahun 2006*.FKM UI.
- Irawati, A., dkk. 1992. *Pengetahuan Gizi Murid SD dan SLTP di kodya Bogor*. Penelitian Gizi dan Makanan Jilid 15
- Libuae P. *Perbaikan Gizi Anak Sekolah Sebagai Investasi SDM*. Dalam kompas 9 September 2002.
- Nasution, A.H.,dkk. 1988. *Gizi Untuk Kebutuhan Fisiologis Khusus*. Terjemah. PT Gramedia. Jakarta.

Santosa, sugeng. 2004. *Kesehatan dan Gizi*. Jakarta: PT.Rieneka Cipta.

Syamsuri, Istamar. 2004. *Biologi SMA Kelas XI*. Jakarta : Erlangga