

**TINGKAT PENGETAHUAN IBU TENTANG NUTRISI SEIMBANG PADA ANAK USIA SEKOLAH DI BAPTIST CHILDREN'S MINISTRY MEDAN POLONIA TAHUN 2018**

**Lenny Lusia Simatupang**  
**Email: simatupang\_lenny@gmail.com**  
**STIKes Murni Teguh**

**ABSTRAK**

Nutrisi dapat dikatakan sebagai ilmu tentang gizi, makanan bergizi, proses pemasukan dan pengolahan zat makanan oleh tubuh (Supriasa, 2016). Pertumbuhan anak dipengaruhi oleh faktor makan (gizi) dan genetik. Pertumbuhan anak-anak di negara berkembang termasuk Indonesia ternyata selalu tertinggal dibandingkan anak-anak di negara maju. Penyebabnya tak lain adalah pola makanan yang semakin tidak memenuhi syarat gizi dan kesehatan (Susanti et al, 2014). Anak usia sekolah antara usia 6-12 tahun, mengalami periode pertumbuhan fisik yang lambat secara progresif, sedangkan pertumbuhan sosial dan perkembangan mereka mengalami akselerasi serta peningkatan dalam kompleksitas (Kyle et al, 2014). Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi seimbang pada anak usia sekolah di Baptist Children's Ministry Medan Polonia tahun 2018. Design penelitian yang digunakan bersifat deskriptif kuantitatif yang artinya dilakukan secara sistematis dan lebih menekankan data faktual pada penyimpulan, dimana data-data diperoleh peneliti secara langsung dari responden dengan menggunakan kuesioner. Partisipan dalam penelitian ini adalah berjumlah 40 orang ibu-ibu. Pengambilan sampel yang dilakukan adalah teknik *Total Sampling* yaitu keseluruhan populasi digunakan sebagai sampel. Data-data yang terkumpul akan diolah melalui komputersasi dan dianalisis secara deskriptif dengan menghitung distribusi frekuensi dan membandingkan dengan teori, hasil penelitian tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi pada anak usia sekolah dengan 40 orang responden yang berpengetahuan baik berjumlah 6 orang (15%), berpengetahuan cukup berjumlah 13 orang (32,5%), berpengetahuan kurang berjumlah 21 orang (52,5%).

Kata Kunci : Pengetahuan, Ibu, Nutrisi

---

**PENDAHULUAN**

Nutrisi dapat dikatakan sebagai ilmu tentang gizi, makanan bergizi, proses pemasukan dan pengolahan zat makanan oleh tubuh (Supariasa, 2016). Berdasarkan WHO (2008) dalam Tinneke (2008) terhadap 1407 rumah tangga pada dua kota di Sindh Pakistan menemukan prevalensi anak mengalami malnutrisi akut yaitu sebesar 22%.

Pertumbuhan anak dipengaruhi oleh faktor makan (gizi) dan genetik. Pertumbuhan anak-anak di negara berkembang termasuk Indonesia ternyata selalu tertinggal dibandingkan anak-anak di negara maju. Penyebabnya tak lain adalah pola makanan yang semakin tidak memenuhi syarat gizi dan kesehatan (Susanti et al, 2014). Hasil survei yang dilakukan Badan Pengawasan Obat dan Makanan (BPOM) (2004) dalam Adriani & Wirjatmadi (2013), menyatakan bahwa di Bogor sebanyak 36% kebutuhan energi anak sekolah diperoleh dari pangan jajanan yang dikonsumsinya.

Anak usia sekolah saat ini menghadapi masalah gizi, yaitu gizi kurang yang berakibat pada tidak optimalnya pertumbuhan fisik dan kecerdasan serta gizi lebih yang mengancam kesehatan anak nantinya seperti timbulnya penyakit degeneratif (obesitas, hipertensi, jantung, diabetes, stroke) (Susanti et al, 2014).

Masalah gizi pada anak usia sekolah yang sering terjadi adalah anemia defisiensi gizi, penyakit defisiensi yodium, karies gigi, BB lebih (Obesitas) dan BB kurang (Adriani & Wirjatmadi, 2013)

Laporan Riskesdas (2007) di Provinsi Sumatera Utara, hampir semua kabupaten menghadapi permasalahan nutrisi pada anak usia 6–14 tahun. Prevalensi kurus pada anak laki-laki terendah di Dairi (4,3%), tertinggi di Simalungun (17,8%) dan prevalensi kurus pada anak perempuan terendah di Dairi (2,5%), tertinggi di Samosir (18,0%). Prevalensi BB lebih pada anak laki-laki terendah di Humbang Hasundutan (18,8%), tertinggi di Langkat (27,2%) dan prevalensi BB lebih pada anak perempuan terendah di Simalungun (14,7%), tertinggi di Langkat (22,4%). Di Kota Medan, persentase status gizi anak laki-laki adalah 11,1% (kurus), 16,5% (BB lebih) dan perempuan 7,4% (kurus), 13,4% (BB lebih).

Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas) (2011) dalam Emmi (2012) menyatakan bahwa fenomena gizi saat ini merupakan ancaman yang lebih serius karena terjadi di berbagai strata ekonomi, pendidikan, baik di desa maupun di kota. Kesehatan reproduksi menurut WHO (2009)

**METODE**

Design penelitian yang digunakan bersifat deskriptif kuantitatif yang artinya dilakukan secara sistematis dan lebih menekankan data faktual pada penyimpulan, oleh karena data-data diperoleh peneliti secara langsung dari responden dengan menggunakan kuesioner.

Pengolahan data dilakukan dengan cara melakukan Editing (memeriksa) memeriksa daftar pertanyaan yang telah diserahkan oleh para pengumpul data terhadap kelengkapan jawaban, keterbacaan tulisan dan relevansi jawaban, Coding (memberi tanda kode) mengklasifikasikan jawaban dari setiap responden ke dalam bentuk bilangan atau angka yang biasa dilakukan dengan cara memberi tanda/kode pada setiap jawaban, Processing, memproses data agar data yang sudah dimasukkan dapat dianalisis, Cleaning adalah Kegiatan pengecekan kembali data yang sudah dimasukkan apakah ada kesalahan atau tidak, Editing (memeriksa),

Analisis data, data yang telah diperoleh, semua data yang ada diolah secara deskriptif dengan menghitung distribusi frekuensi dan dibuat didalam standart objektif yaitu tingkat pengetahuan baik, tingkat pengetahuan cukup, tingkat pengetahuan kurang.

### Hasil

Variabel yang diambil dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan

berdasarkan Umur, Pendidikan, Pekerjaan dan Informasi.

Tabel Distribusi Frekuensi Hasil Penelitian Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Nutrisi Seimbang Pada Anak Usia Sekolah Berdasarkan Umur .

No	Umur	Pengetahuan						Total	
		Baik		Cukup		Kurang			
		f	%	f	%	f	%		
1	25-30 Tahun	5	15,2	1	33,3	1	51,5	3	82,5
	31-35 Tahun	1	14,3	2	28,6	4	57,1	7	17,5
<b>Total</b>							<b>40</b>	<b>100</b>	<b>0</b>

Dari diatas dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi pada anak usia sekolah berdasarkan umur 25-30 tahun berjumlah 33 orang (82,5%) yang berpengetahuan baik sebanyak 5 orang (15,2%), berpengetahuan cukup sebanyak 11 orang (33,3%), berpengetahuan kurang sebanyak 17 orang (51,5%). Berdasarkan umur 31-35 tahun berjumlah 7 orang (17,5%) yang berpengetahuan baik sebanyak 1 orang (14,3%), berpengetahuan cukup sebanyak 2 orang (28,6%), berpengetahuan kurang sebanyak 4 orang (57,1%).

Tabel Distribusi Frekuensi Hasil Penelitian Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Nutrisi Seimbang Pada Anak Usia Sekolah Berdasarkan Pendidikan

No	Pendidikan	Pengetahuan			Total			
		Baik	Cukup	Kurang				
		f	%	f	%	f	%	
1	SMP	0	0	1	20	4	80	5
2	SMA	2	11,8	6	35,3	9	52,9	17
3	Diploma	4	22,2	6	33,3	8	44,5	18
<b>Total</b>								<b>40</b>

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi pada anak usia sekolah berdasarkan pendidikan SMP berjumlah 5 orang (12,5%) yang berpengetahuan baik sebanyak 0 orang (-), berpengetahuan cukup sebanyak 1 orang (20%), berpengetahuan kurang sebanyak 4 orang (80%). Berdasarkan pendidikan SMA berjumlah 17 orang (42,5%) yang berpengetahuan baik sebanyak 2 orang (11,8%), berpengetahuan cukup sebanyak 6 orang (35,3%), berpengetahuan kurang sebanyak 9 orang (52,9%). Berdasarkan pendidikan Diploma berjumlah 18 orang (45%) yang berpengetahuan baik sebanyak 4 orang (22,2%), berpengetahuan cukup sebanyak 6 orang (33,3%), berpengetahuan kurang sebanyak 8 orang (44,5%).

Tabel Distribusi Frekuensi Hasil Penelitian Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Nutrisi

Seimbang Pada Anak Usia Sekolah Berdasarkan Pekerjaan .

N	Pekerjaan	Pengetahuan			Total			
		Baik	Cukup	Kurang				
		f	%	f	%	f	%	
1	IRT	1	7,7	4	30,8	6	61,5	11
2	Wiraswasta	1	8,4	4	33,3	7	58,3	12
3	Pegawai Swasta	4	26,7	5	33,3	6	40	15
<b>Total</b>								<b>40</b>

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi pada anak usia sekolah berdasarkan pekerjaan IRT berjumlah 11 orang (32,5%) yang berpengetahuan baik sebanyak 1 orang (7,7%), berpengetahuan cukup sebanyak 4 orang (30,8%), berpengetahuan kurang sebanyak 6 orang (61,5%). Berdasarkan pekerjaan Wiraswasta berjumlah 12 orang (30%) yang berpengetahuan baik sebanyak 1 orang (8,4%), berpengetahuan cukup sebanyak 4 orang (33,3%), berpengetahuan kurang sebanyak 7 orang (58,3%). Berdasarkan pekerjaan Pegawai Swasta berjumlah 15 orang (37,5%) yang berpengetahuan baik sebanyak 4 orang

(26,7%), berpengetahuan cukup sebanyak 5 orang (33,3%), berpengetahuan kurang sebanyak 6 orang (40%).

Tabel Distribusi Frekuensi Hasil Penelitian Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Nutrisi Seimbang Pada Anak Usia Sekolah Berdasarkan Informasi .

No	Informasi	Pengetahuan						Total
		Baik		Cukup		Kurang		
		F	%	f	%	f	%	
1	Media Masa	1	20	0	0	4	80	5
2	Media Elektronik	3	21,4	6	42,9	5	35,7	14
3	Media Papan	0	0	2	66,7	1	33,3	3
4	Keluarga	1	14,2	3	42,9	3	42,9	7
5	Teman	1	20	1	20	3	60	5
6	Penyuluh	0	0	1	16,7	5	83,3	6
<b>Total</b>								<b>40</b>

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi pada anak usia sekolah berdasarkan informasi Media Masa berjumlah 5 orang (12,5%) yang berpengetahuan baik sebanyak 1 orang (20%), berpengetahuan cukup sebanyak 0 orang (-), berpengetahuan kurang sebanyak 4 orang (80%). Berdasarkan informasi Media Elektronik berjumlah 14 orang (35%) yang berpengetahuan baik sebanyak 3 orang (21,4%), berpengetahuan cukup sebanyak 6 orang (42,9%), berpengetahuan kurang

sebanyak 5 orang (35,7%). Berdasarkan informasi Media Papan berjumlah 3 orang (7,5%) yang berpengetahuan baik sebanyak 0 orang (-), berpengetahuan cukup sebanyak 2 orang (66,7%), berpengetahuan kurang sebanyak 1 orang (33,3%). Berdasarkan informasi Keluarga berjumlah 7 orang (17,5%) yang berpengetahuan baik sebanyak 1 orang (14,2%), berpengetahuan cukup sebanyak 3 orang (42,9%), berpengetahuan kurang sebanyak 3 orang (42,9%). Berdasarkan informasi Teman berjumlah 5 orang (12,5%) yang berpengetahuan baik sebanyak 1 orang (20%), berpengetahuan cukup sebanyak 1 orang (20%), berpengetahuan kurang sebanyak 3 orang (60%). Berdasarkan informasi Penyuluh berjumlah 6 orang (15%) yang berpengetahuan baik sebanyak 0 orang (-), berpengetahuan cukup sebanyak 1 orang (16,7%), berpengetahuan kurang sebanyak 5 orang (83,3%).

Tabel Distribusi Frekuensi Hasil Penelitian Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Nutrisi Seimbang Pada Anak Usia Sekolah

No	Responden	Pengetahuan						Total
		Baik		Cukup		Kurang		
		f	%	f	%	f	%	
1	Ibu	1	6,5	3	15	2	10	6

Dari tabel diatas diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi pada anak usia sekolah dengan 40 orang responden yang berpengetahuan baik berjumlah 6 orang (15%), berpengetahuan cukup berjumlah 13 orang (32,5%), berpengetahuan kurang berjumlah 21 orang (52,5%).

## **PEMBAHASAN**

### **Pengetahuan Ibu berdasarkan Umur**

Menurut teori Ariani (2014), menyatakan bahwa umur merupakan rentang waktu seseorang yang dimulai sejak dia dilahirkan hingga berulang tahun. Jika seseorang itu memiliki umur yang cukup maka akan memiliki pola pikir dan pengalaman yang matang pula. Umur sangat berpengaruh terhadap daya tangkap sehingga pengetahuan diperolehnya akan semakin baik.

Berdasarkan hasil penelitian tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi pada anak usia sekolah, persentasi tertinggi berpengetahuan baik adalah yang berumur 25-30 tahun sebanyak 5 orang (15,2%), persentasi tertinggi berpengetahuan cukup adalah yang berumur 25-30 tahun sebanyak 11 orang (33,3%), persentasi tertinggi berpengetahuan kurang adalah yang berumur 25-30 tahun sebanyak 17 orang (51,5%).

Menurut asumsi peneliti dari hasil penelitian yang dilakukan bahwa pengetahuan yang baik terdapat pada usia 25-30 tahun atau usia yang masih muda, maka usia yang semakin tua tidak mempengaruhi pengetahuan ibu tentang nutrisi seimbang pada anak usia sekolah.

### **Pengetahuan Ibu berdasarkan Pendidikan**

Menurut teori Ariani (2014), menyatakan bahwa pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seorang terhadap perkembangan orang lain menuju kearah cita-cita tertentu yang menentukan manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupan untuk mencapai kebahagiaan. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah orang tersebut menerima informasi.

Berdasarkan hasil penelitian tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi pada anak usia sekolah, persentasi tertinggi berpengetahuan baik adalah yang berpendidikan Diploma sebanyak 4 orang (22,2%), persentasi tertinggi berpengetahuan cukup adalah yang berpendidikan Diploma sebanyak 6 orang (33,3%), persentasi tertinggi berpengetahuan kurang adalah yang berpendidikan SMA sebanyak 9 orang (52,9%).

Menurut asumsi peneliti dari hasil penelitian yang dilakukan bahwa pengetahuan yang baik terdapat pada

pendidikan Diploma atau tingkat pendidikan yang lebih tinggi, maka pendidikan yang semakin tinggi mempengaruhi pengetahuan ibu tentang nutrisi seimbang pada anak usia sekolah.

### **Pengetahuan Ibu berdasarkan Pekerjaan**

Menurut teori Ariani (2014), menyatakan bahwa pekerjaan merupakan suatu aktivitas yang dilakukan seseorang untuk memperoleh penghasilan guna memenuhi kebutuhan sehari-hari. Seseorang yang bekerja akan sering berinteraksi dengan orang lain sehingga akan memiliki pengetahuan yang baik pula.

Berdasarkan hasil penelitian tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi pada anak usia sekolah, persentasi tertinggi berpengetahuan baik adalah yang bekerja sebagai Pegawai Swasta sebanyak 4 orang (26,7%), persentasi tertinggi berpengetahuan cukup adalah yang bekerja sebagai Pegawai Swasta sebanyak 5 orang (33,3%), persentasi tertinggi berpengetahuan kurang adalah yang bekerja sebagai IRT sebanyak 8 orang (61,5%).

Menurut asumsi peneliti dari hasil penelitian yang dilakukan bahwa pengetahuan yang baik terdapat pada pekerjaan Pegawai Swasta, maka pekerjaan mempengaruhi pengetahuan ibu tentang nutrisi seimbang pada anak usia sekolah.

Dengan semakin baik pekerjaan seseorang maka semakin mudah memperoleh penghasilan guna memenuhi kebutuhan akan ilmu pengetahuan.

### **Pengetahuan Ibu berdasarkan Informasi**

Menurut teori Ariani (2014), menyatakan bahwa seseorang yang memiliki sumber informasi yang lebih banyak akan memiliki pengetahuan yang lebih luas pula. Pengetahuan bisa didapat dari beberapa sumber antara lain media cetak, media elektronik, media papan, keluarga, teman dan penyuluh.

Berdasarkan hasil penelitian tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi pada anak usia sekolah, persentasi tertinggi berpengetahuan baik adalah yang mendapat informasi dari Media Elektronik sebanyak 3 orang (21,4%), persentasi tertinggi berpengetahuan cukup adalah yang mendapat informasi dari Media Elektronik sebanyak 6 orang (42,9%), persentasi tertinggi berpengetahuan kurang adalah yang mendapat informasi dari Media Elektronik sebanyak 5 orang (35,7%).

Menurut asumsi peneliti dari hasil penelitian yang dilakukan bahwa pengetahuan yang baik terdapat pada sumber informasi media elektronik, maka informasi mempengaruhi pengetahuan ibu tentang nutrisi seimbang pada anak usia sekolah.

Dengan sumber informasi yang lebih mudah didapat, sering didengar dan memiliki sumber informasi yang lebih banyak akan memiliki pengetahuan yang lebih luas.

### Saran

Setelah mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi seimbang pada anak usia sekolah di Baptist Children's Ministry Medan Polonia dengan hasil persentase tertinggi pengetahuan ibu tentang nutrisi seimbang pada anak usia sekolah adalah tingkat pengetahuan kurang, maka saran yang dapat peneliti berikan kepada pembaca adalah sebagai berikut :

1. Diharapkan kepada pendidikan agar memberikan pembekalan kepada mahasiswa sehingga mampu melaksanakan penyuluhan tentang nutrisi seimbang dan selanjutnya mampu melakukan penelitian yang lebih spesifik tentang nutrisi seimbang di Baptist Children's Ministry Medan Polonia.
2. Diharapkan kepada mentor dan tutor di Baptist Children's Ministry Medan Polonia supaya berperan dalam menyampaikan materi tentang nutrisi seimbang kepada orang tua murid dan sebaliknya diharapkan kepada orang tua murid agar mau meluangkan waktu untuk menghadiri penyuluhan-penyuluhan yang diadakan khususnya

tentang nutrisi seimbang pada anak usia sekolah.

3. Diharapkan kepada petugas perpustakaan supaya menyediakan berbagai buku yang membahas tentang nutrisi seimbang dengan digunakan sebagai sumber informasi bagi pembaca dan peneliti berharap agar perpustakaan menjadikan hasil Karya Tulis Ilmiah ini sebagai daftar buku yang dapat dibaca oleh pengunjung sehingga pembaca juga dapat memberikan kritik atau saran dalam memperbaiki pengetahuan tentang nutrisi seimbang.

### DAFTAR PUSTAKA

- Andriana, M & Wirjatmadi, B. (2013) Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan Jakarta : KPMG
- Kyle, Terri., Carman., Susan. (2014) Buku Ajar Keperawatan Pediatri Edisi 2 Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Riset Kesehatan Dasar (2007) Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Jakarta DepKes RI

Supriasa, N., D.(2016). Penilaian Status Gizi.  
Edisi 2. Jakarta : Buku Kedokteran EGC

Susanti, R., Indriati, G., Utomo, W. Hubungan  
Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan  
Status Gizi Anak Usia 1-3 Tahun. JOM  
PSIK Vol. 1 No. 2