

# **PENGARUH KARAKTERISTIK KELUARGA, PENGETAHUAN GIZI DAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI TERHADAP STATUS GIZI SISWA SD NEGERI FATUKANUTU KECAMATAN AMABI OEFETO KABUPATEN KUPANG PROVINSI NUSA TENGGARA TIMUR**

**Regina Maria Boro, Tobianus Hasan**

Program Studi Gizi, Poltekkes Kemenkes Kupang  
Jalan RA Kartini, Kelapa Lima, Kota Kupang  
Email: regina\_boro@yahoo.com

## **ABSTRACT**

*One of the health efforts is improving nutrition, especially at school age, especially at the age of 7-12 years. One of the health efforts is improving nutrition, especially at school age, especially at the age of 7-12 years. Food consumption affects a person's nutritional status. Good nutritional status or optimal nutritional status occurs when the body gets enough nutrients that are used efficiently, thus enabling physical growth, brain development, and so on. Based on the 2013 Riskesdas data, the nutritional status of children 5-12 years old in NTT according to the TB/U indicator which is categorized as short is 25.8% and very short is 18.1%. Medium according to indicators BMI/U very thin 7.8% and 11.8% thin. NTT is the province with the highest stunting rate. This study aims to determine the relationship between socio-economic characteristics, nutritional knowledge and breakfast habits with the nutritional status of State Elementary School children in Fatukanutu Village, Amabi Oefeto District, Kupang Regency. This type of research is observational with a cross sectional research design. This study used a sampling technique carried out by proportional random sampling. For data analysis, statistical tests were performed using the chi-square test. Data analysis used univariate, bivariate and multivariate analysis. The results showed that maternal nutritional knowledge and breakfast habits had a significant influence on the nutritional status (BMI/A) of elementary school students. Knowledge of maternal nutrition has a P value of 0.009 and an OR value of 7.7. Likewise, breakfast habits have a significant influence on nutritional status and breakfast habits are a risk factor for underweight in elementary school students. Elementary school students who rarely eat breakfast will experience thinness 3.4 times greater than students who usually eat breakfast. For other variables, such as mother's education, it has no significant effect but as a risk factor, while the father's education variable has no significant effect on nutritional status and not as a risk factor for underweight. Father's occupation and mother's occupation have no significant effect on the nutritional status of elementary school students and are not risk factors for underweight in elementary school students. Based on the results of the bivariate analysis, the candidate variables for the multivariate test were knowledge of maternal nutrition and breakfast habits, because these two variables had a significance value of <0.05. The results of multivariate analysis can be seen by looking at the highest OR value. Thus, the most influential variable on nutritional status (BMI/A) is maternal nutritional knowledge.*

*Keywords: nutritional status, knowledge of maternal nutrition, breakfast habits, family characteristics*

## **ABSTRAK**

Salah satu upaya kesehatan adalah perbaikan gizi terutama di usia sekolah, khususnya pada usia 7-12 tahun. Salah satu upaya kesehatan adalah perbaikan gizi terutama di usia sekolah khususnya pada usia 7-12 tahun. Konsumsi makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak. Berdasarkan data Riskesdas 2013, status gizi anak 5-12 tahun NTT menurut indikator TB/U yang masuk kategori pendek 25,8 % dan sangat pendek 18,1 %. Sedang menurut indikator IMT/U sangat kurus 7,8% dan kurus 11,8%. NTT merupakan propinsi yang tertinggi angka stuntingnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan karakteristik sosial ekonomi, pengetahuan gizi dan kebiasaan makan pagi dengan status gizi pada anak Sekolah Dasar Negeri di Desa Fatukanutu Kecamatan Amabi Oefeto, Kabupaten Kupang. Jenis penelitian adalah observasional dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara proporsional random sampling. Untuk analisis data dilakukan uji statistik menggunakan uji *chi-square*. Analisis data menggunakan analisis univariat, bivariat dan multivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan gizi ibu dan kebiasaan sarapan pagi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap status gizi (IMT/U) pada siswa SD. Pengetahuan gizi ibu memiliki nilai P sebesar 0.009 dan nilai OR sebesar 7.7.

Demikian halnya dengan kebiasaan sarapan pagi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap status gizi dan kebiasaan sarapan pagi merupakan faktor risiko kurus pada siswa SD. Siswa SD yang jarang sarapan pagi akan mengalami kurus 3,4 kali lebih besar dibanding siswa yang biasa sarapan pagi. Untuk variabel lain seperti pendidikan ibu memiliki pengaruh yang tidak signifikan namun sebagai faktor risiko sedangkan variabel pendidikan ayah memiliki pengaruh yang tidak signifikan terhadap status gizi dan bukan sebagai faktor risiko kurus. Pekerjaan ayah dan pekerjaan ibu memiliki pengaruh yang tidak signifikan terhadap status gizi siswa SD dan bukan merupakan faktor risiko kurus pada siswa SD. Berdasarkan hasil analisis bivariat maka variabel kandidat uji multivariat adalah pengetahuan gizi ibu dan kebiasaan sarapan pagi, karena kedua variabel ini memiliki nilai signifikansi  $<0,05$ . Hasil analisis multivariat dapat diketahui dengan melihat nilai OR yang paling tinggi. Dengan demikian variabel yang paling berpengaruh terhadap status gizi (IMT/U) adalah pengetahuan gizi ibu. Kata kunci: status gizi, pengetahuan gizi ibu, kebiasaan sarapan pagi, karakteristik keluarga

## PENDAHULUAN

Makan pagi pagi adalah suatu kegiatan yang penting dilakukan sebelum melakukan aktivitas fisik pada hari itu. Melewatkan makan pagi akan menyebabkan tubuh lemah dan kurang konsentrasi karena tiada suplai energi. Jika hal ini terjadi, maka tubuh akan membongkar persediaan tenaga yang ada dari jaringan lemak tubuh. Tidak sarapan pagi menyebabkan kekosongan lambung selama 10-11 jam karena makanan terakhir yang masuk ke tubuh kita adalah makan malam pukul 19.00 (Khomsan 2010)

Anak yang tidak sarapan akan mengalami kekosongan lambung sehingga kadar gula akaj menurun. Padahal gula darah merupakan sumber energi utama bagi otak. Dampak negatifnya adalah ketidakseimbangan sistem syaraf pusat yang diikuti dengan rasa pusing, badan gemetar atau rasa lelah. Dalam keadaan demikian anak akan sulit untuk menerima pelajaran dengan baik (Khomsan 2010).

Salah satu upaya kesehatan adalah perbaikan gizi terutama di usia sekolah khususnya pada usia 7-12 tahun. Konsumsi makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin (Almatsier, 2001).

Untuk memberikan makanan yang benar pada anak usia sekolah harus dilihat dari banyak aspek, seperti ekonomi, sosial budaya, agama, disamping aspek medik dari anak itu sendiri. Makanan pada anak usia sekolah harus serasi, selaras, seimbang. Serasi artinya sesuai dengan tingkat tumbuh kembang anak. Selaras adalah sesuai dengan kondisi ekonomi, sosial budaya serta agama dari keluarga sedangkan seimbang artinya nilai gizinya harus sesuai dengan kebutuhan berdasarkan usia dan jenis bahan makanan seperti karbohidrat, protein dan lemak (Judarwanto, 2008)

Penelitian yang dilakukan pada tahun 2009 tentang Kebiasaan Sarapan di Kalangan Anak Usia Sekolah Dasar di Poliklinik Umum Departemen Ilmu Kesehatan Anak FKUI-RSCM di ketahui bahwa Dari 58 subjek penelitian, 22% anak memiliki kebiasaan tidak sarapan pagi. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh di SD Citarum 01, 02, 03, dan 04 Semarang menunjukkan masih terdapat 34,83% anak SD jarang sarapan. Survei yang dilakukan Pergizi Pangan Indonesia tahun 2010 pada 35 ribu anak usia sekolah dasar menunjukkan 44,6% anak yang sarapan kurang dari 15% kebutuhannya (Sudibyo dan Gunawan, 2009).

Berdasarkan data riskeddas tahun 2013 Provinsi NTT merupakan Provinsi dengan jumlah balita gizi buruk-kurang mencapai 35% dan angka ini jauh di atas angka nasional yaitu 21,2%. Provinsi NTT masih jauh dari target MDGs dimana

target MDgs terhadap penurunan prevalensi gizi buruk-kurang mencapai 15%. Berdasarkan Status gizi berdasarkan indicator TB/U Provinsi NTT masih menjadi Provinsi dengan angka stunting tertinggi yaitu mencapai 60%.

## **BAHAN DAN METODE**

### **1. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah observasional dengan rancangan penelitian *cross sectional* untuk mengetahui hubungan antara karakteristik keluarga, pengetahuan gizi ibu dan kebiasaan sarapan pagi dengan status gizi siswa di SD Negeri Fatukanutu Kecamatan Amabi Oefeto Kabupaten Kupang.

### **2. Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian dilaksanakan pada bulan Juli Sampai Desember 2015. Lokasi penelitian dilaksanakan di SD Negeri Fatukanutu Kecamatan Amabi Oefeto Kabupaten Kupang.

### **3. Populasi Dan Sampel**

#### **1. Populasi**

Populasi di dalam penelitian ini adalah anak kelas II – kelas VI di SD Negeri Fatukanutu Kec. Amabi Oefeto Kab Kupang yang berjumlah 135 anak

#### **2. Besar Sampel**

Besar sampel dalam penelitian ini dihitung dengan menggunakan rumus besar sampel sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{N(d)^2 + 1}$$

Berdasarkan rumus dapat diketahui besar sampel dalam penelitian ini adalah 57

### **4. Pengambilan Sampel**

Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan *proportional random*

*sampling*. Sampel diambil berdasarkan kriteria inklusi yaitu tidak cacat anggota tubuhnya yang dapat mengganggu pengukuran status gizi, bersedia menjadi responden dan berkomunikasi dengan baik. Sedangkan kriteria eksklusinya yaitu anak tidak masuk sekolah dan pindah sekolah. Distribusi sampel dari setiap kelas adalah sebagai berikut:

- Kelas II : 11 siswa
- Kelas III : 11 siswa
- Kelas IV : 11 siswa
- Kelas V : 12 siswa
- Kelas VI : 12 siswa

### **5. Pengumpulan Data**

#### **1. Data Primer**

Data primer meliputi karakteristik keluarga sampel, karakteristik siswa, dan asupan makan pagi. Data karakteristik sosial ekonomi keluarga sampel terdiri dari pendidikan orang tua dan pekerjaan orang tua. Data karakteristik sampel terdiri dari nama, jenis kelamin, tempat tanggal lahir, umur dan kelas yang dikumpulkan secara langsung melalui teknik wawancara dimana data asupan makan pagi meliputi kegiatan makan pagi sampel pada saat penelitian, frekuensi makan pagi dalam satu minggu dan jenis hidangan makan pagi dikumpulkan menggunakan formulir recall makanan 24 jam (asupan makan pagi selama 2 hari). Data status gizi dikumpulkan melalui pengukuran antropometri yaitu penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan.

#### **2. Data Sekunder**

Data sekunder dalam penelitian ini mencakup data jumlah anak sekolah SDN Fatukanutu kelas II-VI.

## 6. Analisis Data

Untuk analisis data dilakukan uji statistik menggunakan uji *chi-square*. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi dari variabel yang diteliti. data yang sudah diolah kemudian disajikan dalam bentuk tabel dan narasi. Setelah memperoleh nilai dari masing-masing tabel, selanjutnya data dianalisa dengan menggunakan komputer program spss 16.0 :

### 1. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi frekuensi masing-masing variabel, baik variabel independen, variabel dependen maupun deskripsi karakteristik responden.

### 2. Analisis Bivariat

Analisa data ditujukan untuk menjawab tujuan penelitian dan menguji hipotesis penelitian untuk mengetahui adanya pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen dengan menggunakan uji statistik dengan tingkat kemaknaan ( $\alpha$ ) = 0,05. uji statistik yang digunakan adalah *chi-square* dengan syarat nilai *expected* kurang dari 5, namun jika tidak memenuhi syarat maka akan digunakan uji alternatifnya yaitu uji *fisher* karena menggunakan tabel 2x2 (Sopiyudin, 2011). Adapun dasar pengambilan keputusan penilaian *chi-square* berdasarkan tingkat signifikan (nilai  $\alpha$ ) sebesar 95% :

- jika nilai  $p > \alpha$  ( $\alpha = 0,05$  ;  $df = 1$ ) maka hipotesis penelitian ( $H_a$ ) ditolak, dan ( $H_0$ ) diterima.
- jika nilai  $p < \alpha$  ( $\alpha = 0,05$  ;  $df = 1$ ) maka hipotesis penelitian ( $H_a$ ) diterima, dan ( $H_0$ ) ditolak.

## D. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden penelitian dapat dilihat pada tabel 1 berikut ini:

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Variabel	n	%
1	Jenis kelamin:		
	Laki-laki	35	61.4
	Perempuan	22	38.6
2	Status gizi (IMT/U):		
	Normal	35	61.4
	Kurus/sangat kurus	22	38.6
3	Kebiasaan sarapan pagi:		
	Setiap hari	38	66.7
	Kadang-kadang/ tidak pernah	19	33.3
4	Pengetahuan gizi ibu:		
	Baik	48	84.2
	Kurang	9	15.8
5	Pendidikan ayah:		
	Tinggi	10	17.5
	Rendah	47	82.5
6	Pendidikan ibu:		
	Tinggi	8	14
	Rendah	49	86
7	Pekerjaan ayah:		
	Petani	50	87.7
	Pegawai swasta	2	3.5
	Wiraswasta	2	3.5
	PNS/TNI/Polri	3	5.3
8	Pekerjaan ibu:		
	Ibu Rumah Tangga	54	94.7
	Pegawai Swasta	0	0
	Wiraswasta	1	1.8
	PNS/TNI/Polri	2	3.5

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini adalah laki-laki yaitu sebanyak 61.4%. Dari 57 sampel yang diteliti terdapat 22 orang memiliki status gizi kurus (berdasarkan indikator IMT/U) sebanyak 38 sampel memiliki kebiasaan sarapan setiap pagi dan 19 sampel jarang sarapan pagi. Dari 57 responden (ibu) yang diteliti ternyata sebagian besar (48 responden atau 84.2%) memiliki pengetahuan gizi yang baik dan 9 responden memiliki pengetahuan gizi yang rendah. Dilihat berdasarkan pendidikan orang tua, diketahui bahwa sebagian besar

orang tua dari sampel penelitian ini baik ayah maupun ibu memiliki pendidikan yang rendah. Sebagian besar ayah dari sampel penelitian memiliki pendidikan rendah yaitu 47 orang (82.5%). Hal yang sama juga terjadi pada pendidikan ibu dimana sebagian besar ibu dari sampel penelitian berpendidikan rendah yaitu 49 orang (86%). Berdasarkan jenis pekerjaan orang tua (ayah) diketahui bahwa sebagian besar (50 responden bekerja sebagai petani dan 54 orang responden (94.7%) pekerjaan ibu sebagai Ibu Rumah Tangga.

## 2. Analisis bivariat

Hasil analisis bivariante dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel 2 berikut ini:

Tabel 2. Hasil analisis bivariat

Variabel	Status gizi		P	OR	CI
	Kurus/ sangat kurus	Normal			
<b>Jenis kelamin</b>					
- Laki-laki	13	22	0.776	1.172	0.393- 3.492
- Perempuan	9	13			
<b>Pendidikan ibu:</b>					
- tinggi	2	6	0.394	2.069	0.378- 11.310
- rendah	20	29			
<b>Pendidikan ayah:</b>					
- tinggi	4	6	0.920	0.931	0.231- 3.757
- rendah	18	29			
<b>Pengetahuan gizi ibu:</b>					
- baik	15	33	0.009	7.7	1.427- 41.556
- kurang	7	2			
<b>Kebiasaan sarapan pagi anak:</b>					
- setiap hari	11	27	0.034	3.375	1.069- 10.652
- kadang-kadang	11	8			
<b>Pekerjaan ayah</b>					
- formal	2	3	0.946	0.938	0.144- 6.110
- non formal	20	32			
<b>Pekerjaan ibu</b>					
- formal	1	1	0.736	0.618	0.037- 10.411
- non formal	21	34			

Tabel di atas menunjukkan bahwa pengetahuan gizi ibu dan kebiasaan sarapan pagi memiliki pengaruh yang signifikan

terhadap status gizi (IMT/U) pada siswa SD. Pengetahuan gizi ibu memiliki nilai P sebesar 0.009 dan nilai OR sebesar 7.7. hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan gizi ibu memiliki pengaruh yang signifikan terhadap status gizi (IMT/U) pada siswa SD dan pengetahuan gizi ibu merupakan factor risiko kurus pada siswa SD. Ibu yang memiliki pengetahuan gizi rendah cenderung berpotensi anaknya mengalami kurus 7.7 kali lebih besar dibanding anak dari ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik. Demikian halnya dengan kebiasaan sarapan pagi. Kebiasaan sarapan pagi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap status gizi dan kebiasaan sarapan pagi merupakan factor risiko kurus pada siswa SD. Siswa SD yang jarang sarapan pagi akan mengalami kurus 3,4 kali lebih besar dibanding siswa yang biasa sarapan pagi. Untuk variable lain seperti jenis kelamin, pendidikan ibu tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap status gizi namun kedua variable tersebut merupakan factor risiko kurus. Sedangkan pendidikan ayah memiliki pengaruh yang tidak signifikan terhadap status gizi (IMT/U) pada siswa SD dan bukan merupakan faktor risiko kejadian kurus pada siswa SD. Untuk variable pekerjaan orang tua baik ayah maupun ibu berpengaruh secara tidak signifikan dan bukan merupakan factor risiko kurus pada siswa SD.

## 3. Analisis Multivariat

Analisis multivariate dilakukan untuk mengetahui faktor atau variabel yang paling berpengaruh terhadap variabel terikat. Berdasarkan tabel bivariat di atas, maka variabel kandidat uji multivariat adalah pengetahuan gizi ibu dan kebiasaan sarapan pagi. Hasil analisis multivariat dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Hasil analisis multivariat

Variable	Status gizi		P	OR	CI
	Kurus/ sangat kurus	Nor mal			
<b>Pengetahuan ibu:</b>					
- baik	15	33	0.018	0.130	0.024 –
- kurang	7	2			0.701

Hasil analisis multivariat dalam penelitian ini diketahui bahwa hanya pengetahuan gizi ibu yang berpengaruh terhadap status gizi siswa. Hal ini dapat diketahui dari nilai P value 0.018 (<0.05) dengan nilai OR 0.130.

### KESIMPULAN

Pengetahuan gizi ibu berpengaruh secara signifikan terhadap status gizi siswa SD (IMT/U). Kebiasaan sarapan pagi berpengaruh secara signifikan terhadap status gizi siswa SD (IMT/U). Pendidikan ayah berpengaruh secara tidak signifikan terhadap status gizi siswa SD (IMT/U). Pendidikan ibu berpengaruh secara tidak signifikan terhadap status gizi siswa SD (IMT/U). Pekerjaan ayah berpengaruh secara tidak signifikan terhadap status gizi siswa SD (IMT/U). Pekerjaan ibu berpengaruh secara tidak signifikan terhadap status gizi siswa SD (IMT/U).

### SARAN

Perlu dilakukan penelitian lanjutan dengan menambah variabel lain yang turut berpengaruh terhadap status gizi siswa. Perlu adanya upaya meningkatkan pengetahuan gizi ibu agar mencegah terjadinya masalah gizi pada anak. Perlu adanya sosialisasi tentang pentingnya sarapan pagi pada anak usia SD agar memiliki kebiasaan pola makan yang baik agar terhiudar dari masalah gizi.

### DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, 2001. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Arnelia, Karyadi, L. Mulyati, S. & Lamid, A. (1995) Dampak Kekurangan Gizi Terhadap Kecerdasan Anak SD Pasca Pemulihan Gizi Buruk. *Penelitian Gizi Dan Makanan*, Jilid 18.
- Brown L, Beardslee WH, Stith DP. Impact of School Breakfast on Children's Health and Learning. Sodexo Foundation. 2008:1-21
- Judarwanto. 2008. *Perilaku Makan Anak Sekolah. Picky Eaters Klinik (Klinik Khusus Kesulitan Makan pada Anak)*.
- Mangkunegara 1993. *Perkembangan Inteligensi Anak Dan Pengukuran IQ nya*. Dalam Usman 2001. *Ikan dan kecerdasan. Tambo gizi*. Vol. no. 1 (pp. 11-17) Padang: Akademi Gizi Padang.
- Oktaviani, 2005. Hubungan pengetahuan gizi, kecukupan energy dan kecukupan protein dengan status gizi anak jalanan di kelas layanan khusus (KLK) SD gendongtengen I Yogyakarta. Skripsi. Universitas Gadjah Mada Yogyakarta
- Rampersaud, G.C., dkk. Breakfast Habits, Nutritional Status, Body Weight, and Academic Performance in Children and Adolescents. *J Am Diet Assoc*. 2005. Mei. 105(5):743-60
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) 2013. *Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Republik Indonesia*. Jakarta.
- Soedibyo, S., & Gunawan, H. 2009. *Kebiasaan Sarapan di Kalangan Anak Usia Sekolah Dasar di Poliklinik Umum Departemen Ilmu Kesehatan Anak FKUI-RSCM*. *Sari Pediatri*, Vol. 11. 66-69.
- Soekirman, (2000) *Ilmu Gizi dan Aplikasinya untuk Keluarga dan Masyarakat*. Jakarta; Direktorat Jenderal pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional.

Sudiman,H. (2008) Stunting atau pendek: awal perubahan patologis atau adaptasi karena perubahan sosial ekonomi yang berkepanjangan. *Media Litbangkes*, 18(1), 33-43.

Suhardjo, (2005) Perencanaan Pangan dan Gizi. Jakarta: Bumi Aksara.

Triyanti.2005. *Hubungan Kebiasaan Makan Pagi dengan Prestasi Belajar Anak SD Kelas V Sekolah Dasar Negeri Citarum 01-02-03-04 Semarang Tahun 2005* [Skripsi]. Semarang: Universitas Negeri Semarang