

PENGETAHUAN, SIKAP, DAN STATUS GIZI ANAK SEKOLAH DI DISTRIK MUARA TAMI JAYAPURA

Dwi Astuti¹, Elisabet Bre Boli^{2*}, Oktliana Pasangka³, Fransisca B. Batticaca⁴

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Cenderawasih, Jalan Raya Abepura
email: dwiastuti31as@gmail.com

²Fakultas Kedokteran, Universitas Cenderawasih, Jalan Raya Abepura
*email korespondensi: bre.elisachan@gmail.com

³Fakultas Kedokteran, Universitas Cenderawasih, Jalan Raya Abepura
email: oktliana.pasangka@gmail.com

⁴Fakultas Kedokteran, Universitas Cenderawasih, Jalan Raya Abepura

Submitted:02-02-2023, Reviewer: 13-02-2023, Accepted: 23-02-2023

ABSTRACT

Schoolchildren need enough nutrition to grow and develop according to their age. Schoolchildren in Schoolchildren in Papua still experience obesity (30.6%) and wasting. Good knowledge and attitudes are factors that support the realization of good nutrition practices. This study aims to look at the relationship between nutritional knowledge, attitudes, and nutritional status in schoolchildren. This is a cross-sectional research with 48 schoolchildren living in the Muara Tami District as research subjects. Data collected using a questionnaire and anthropometric measurements with a microtoise and digital scales. Data is processed with the SPSS 24 application using the Chi Square test. The test results showed that there was a relationship between the level of nutritional knowledge and attitudes towards nutrition with the nutritional status of school children, p-value 0.040 and 0.003 respectively. Nutritional status can be improved through good nutritional knowledge and attitudes. Nutrition education can be a step to increase the nutritional knowledge and attitudes of school children

Keywords: *Nutritional Knowledge, Nutrition Attitude, Nutritional Status*

ABSTRAK

Anak sekolah membutuhkan cukup asupan gizi agar dapat tumbuh dan berkembang sesuai dengan usianya. Anak sekolah di Papua memiliki prevalensi obesitas dan *wasting* yang cukup tinggi. Pengetahuan dan sikap yang baik merupakan faktor yang menunjang terwujudnya praktik gizi yang baik. Penelitian ini bertujuan melihat hubungan antara pengetahuan gizi, sikap, dan status gizi pada anak sekolah. Penelitian berdesain *cross sectional* dengan 48 orang anak sekolah yang berdomisili di Distrik Muara Tami sebagai subjek penelitian. Penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap, serta pengukuran antropometri dengan mikrotise dan timbangan digital. Data diolah dengan aplikasi SPSS 24 menggunakan uji *Chi Square*. Hasil uji menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dan sikap terhadap gizi dengan status gizi anak sekolah, masing-masing *p-value* 0.040 dan 0.003. Status gizi dapat ditingkatkan melalui pengetahuan dan sikap gizi yang baik. Pendidikan gizi dapat menjadi langkah untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi dari anak sekolah.

Kata Kunci: *Pengetahuan Gizi, Sikap terhadap Gizi, Status Gizi, Anak Sekolah*

PENDAHULUAN

Anak sekolah memiliki peranan penting dalam memajukan pembangunan bangsa di masa depan. Pemerintah mencanangkan berbagai program yang turut mendukung terciptanya generasi muda yang cemerlang. Rencana Pembangunan Jangka Panjang Nasional (RPJPN) 2005-2025 menetapkan pendidikan gizi, perbaikan konsumsi pangan, dan penguatan pendidikan karakter sebagai upaya meningkatkan kualitas bangsa.

WHO menegaskan anak sekolah membutuhkan asupan gizi yang cukup agar dapat memenuhi kebutuhan untuk pertumbuhan. Permenkes Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia menyebutkan jumlah energi yang dibutuhkan oleh anak sekolah usia 7-18 tahun berkisar antara 1650-2650 kkal per hari.

Anak sekolah umumnya berada pada rentang 10-18 tahun, sering mengalami masalah gizi berupa kekurangan gizi makro, kelebihan gizi makro, dan kekurangan gizi mikro dengan anemia. Riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018 pada remaja di Indonesia menunjukkan sekitar 52,6% anak remaja usia 13-18 tahun mengalami kondisi pendek dan sangat pendek, serta 16,8% mengalami kondisi kurus dan sangat kurus. Selain itu, sebanyak 29,5% remaja juga mengalami obesitas. Provinsi Papua, berdasarkan data Riskesdas 2018, remaja usia 5-12 tahun dan 13-15 tahun banyak mengalami obesitas, masing-masing prevalensi sebesar 30,6% dan 23,3%. Sedangkan prevalensi kurus dan sangat kurus di bawah 10%.

Masih terdapatnya masalah gizi pada anak sekolah dapat berdampak buruk di masa depan. Status gizi yang buruk, seperti *stunting* dapat menyebabkan penurunan prestasi belajar pada anak-anak (Pratiwi et al., 2021). Obesitas juga dapat menyebabkan

rendahnya tingkat kebugaran pada anak sekolah ((Fuadi & Meidian, 2017)

Survei dasar menunjukkan adanya perubahan aktivitas fisik dan pola makan pada remaja. Sebagian besar remaja kurang aktif dalam beraktivitas dan memiliki pola makan tidak sehat, seperti gorengan dan tepung-tepungan.

Masalah gizi merupakan masalah multifaktor, tidak hanya disebabkan oleh faktor langsung, tetapi juga faktor tidak langsung. Faktor langsung berupa penyakit infeksi dan asupan gizi. Faktor tidak langsung mencakup pemanfaatan pelayanan kesehatan, ketersediaan pangan, pola asuh, pendidikan, dan pendapatan keluarga.

Salah satu faktor yang sangat berpengaruh terhadap masalah gizi pada remaja adalah pendidikan dan pengetahuan tentang gizi. Kurangnya pengetahuan tentang gizi dan penanggulangan masalah gizi mengakibatkan kebutuhan gizi remaja tidak terpenuhi (Murdiningrum dan Handayani, 2021) Rendahnya pengetahuan gizi berhubungan dengan rendahnya status gizi pada remaja (Kristian et al., 2019). Informasi gizi yang tepat dapat membantu remaja dalam bersikap, seperti mengonsumsi makanan bergizi seimbang (Kannah, 2020).

Pentingnya aspek pengetahuan dan sikap terhadap gizi menjadi tujuan dari penelitian ini. Dengan mengetahui hubungan antara pengetahuan dan sikap anak sekolah terhadap gizi dengan status gizi dapat membantu pemerintah setempat maupun instansi terkait dalam mengambil langkah yang tepat untuk menangani permasalahan gizi pada anak sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *cross sectional* yang dilaksanakan pada bulan November-Desember 2022 di Distrik Muara Tami, Jayapura. Populasi penelitian ini



adalah anak-anak usia sekolah yang tinggal di Distrik Muara Tami dan tersebar di RW 01, 02, dan 03 sebanyak 192 orang. Sampel diambil menggunakan teknik *random sampling* berjumlah 25% dari populasi (Arikunto, 2010), yaitu 56 orang.

Adapun variabel dalam penelitian ini berupa pengetahuan dan sikap anak sekolah terhadap gizi, serta status gizi anak sekolah (Indeks Massa Tubuh/IMT). Pengumpulan data variabel demografi dan pengetahuan serta sikap terhadap gizi menggunakan wawancara terstruktur dengan kuesioner pertanyaan tertutup. Kuesioner pengetahuan berisi 10 pernyataan dengan skala Gutman. Kuesioner sikap berisi 7 pernyataan dengan skala Likert. Data status gizi dikumpulkan melalui pengukuran berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) menggunakan timbangan digital dan mikrotoise, kemudian dilakukan penghitungan IMT/U.

IMT/U dikategorikan berdasarkan *The WHO Reference 2007* menjadi kurus (-3 SD s/d <-2 SD), baik (-2 SD s/d $+1$ SD), lebih ($+1$ SD s/d $+2$ SD), dan obesitas ($> +2$ SD) (Kemenkes, 2022). Pengetahuan dan sikap terkait gizi dikategorikan menjadi kurang ($\leq 60\%$), cukup ($60-80\%$), dan baik ($\geq 80\%$). Data dianalisis menggunakan SPSS 24.0 meliputi analisis univariat dan bivariat. Analisis bivariat menggunakan uji *Chi Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik subjek

Tabel 1 Karakteristik subjek berdasarkan jenis kelamin

Variabel	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	31	64.6
Perempuan	17	35.4
Total	48	100

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh sebaran subjek anak sekolah di Distrik Muara Tami sebagian besar merupakan laki-laki (72.2%).

Status gizi anak sekolah di Distrik Muara Tami dibedakan menjadi baik, kurus, lebih, dan obesitas berdasarkan perhitungan *Z-score* IMT/U

Tabel 2 Karakteristik subjek berdasarkan status gizi IMT/U

Variabel	n	%
Status gizi		
Baik	25	52.1
Kurus	8	16.7
Lebih	4	8.3
Obesitas	11	22.9
Total	48	100

Tabel 2 menunjukkan sebanyak 52.1% anak sekolah di Distrik Muara Tami memiliki status gizi baik, sedangkan 47.9% lainnya memiliki status gizi tidak baik. Hasil juga menunjukkan sebanyak 22.9% anak sekolah mengalami obesitas.

Karakteristik subjek berdasarkan tingkat pengetahuan gizi dan sikap terhadap gizi

Tabel 3 Karakteristik subjek berdasarkan tingkat pengetahuan gizi dan sikap terhadap gizi

Variabel	N	%
Tingkat Pengetahuan		
Baik	28	58.3
Cukup	14	29.2
Kurang	6	12.5
Total	48	100
Sikap		
Baik	17	35.4
Cukup	25	52.1
Kurang	6	12.5
Total	48	100



Tabel 3 menunjukkan tingkat pengetahuan gizi dan sikap anak sekolah terhadap gizi di Distrik Muara Tami. Sebanyak 58.3% anak sekolah memiliki tingkat pengetahuan gizi yang baik. Sebagian besar sikap anak sekolah terhadap gizi adalah cukup (52.1%).

Umumnya, responden sudah memahami sumber-sumber pangan bergizi seimbang. Pengetahuan gizi yang memadai akan mendorong terwujudnya sikap dan praktik gizi yang baik (Budiono et al., 2022). Sikap responden terhadap gizi menunjukkan masih adanya sikap *picky eater* atau memilih-milih makanan yang disukai. Sikap ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kebudayaan, pengalaman pribadi, orang yang dianggap penting, dan juga emosi (Azwar, 2007).

Peranan orang lain yang dianggap penting bagi anak sekolah cukup besar. Orang tua adalah contoh yang paling nyata bagi anak sekolah dalam lingkungan keluarga. Pengetahuan gizi orang tua berhubungan dengan konsumsi makanan anak sekolah, seperti buah dan sayur, khususnya pada anak usia 6-10 tahun (Herlina et al., 2022).

Analisis bivariat

Hubungan tingkat pengetahuan gizi dengan sikap terhadap gizi

Tabel 4 Hasil uji *Chi Square* tingkat pengetahuan tentang gizi dengan sikap remaja terhadap gizi

Tingkat pengetahuan	Sikap terhadap gizi			Total	p-value
	Baik	Cukup	Kurang		
Baik	13	14	1	28	0.019
Cukup	3	9	2	14	
Kurang	1	2	3	6	
Total	N	17	25	6	48
	%	35.4%	52.1%	12.5%	100%

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 4, terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan gizi dengan sikap anak sekolah terhadap gizi (*p-value* 0.019). Hal ini menunjukkan semakin baik tingkat pengetahuan gizi, maka semakin baik pula sikap anak sekolah terhadap gizi. Anak sekolah yang paham pentingnya sayur dan buah, memiliki sikap yang baik terhadap sayur dan buah. Hal ini akan berpengaruh terhadap pemilihan konsumsi sehari-hari.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat memicu terwujudnya sikap anak sekolah yang baik. Serupa dengan penelitian yang menunjukkan adanya pengetahuan mengenai osteoporosis yang baik meningkatkan peluang mengonsumsi susu hingga 21.53 kali (Nofiyanti et al., 2015). Sikap terhadap gizi merupakan tahap lanjutan dari pengetahuan gizi. Sikap tersebut akan memengaruhi perilaku secara langsung (Khomsan, 2000).

Hubungan tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi

Tabel 5 Hasil uji *Chi Square* tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi

Tingkat pengetahuan	Status gizi				Total	p-value
	Baik	Kurus	Lebih	Obesitas		
Baik	14	3	1	10	28	0.040
Cukup	9	4	1	0	14	
Kurang	2	1	2	1	6	
Total	N	25	8	4	11	48
	%	52.1%	16.7%	8.3%	22.9%	100%

Hasil penelitian pada Tabel 5 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi pada anak sekolah, (*p-value* 0.040). Semakin tinggi tingkat pengetahuan gizi, maka semakin baik status gizi anak sekolah. Demikian pula sebaliknya, semakin kurang tingkat pengetahuan gizi, maka semakin tidak baik status gizi anak



sekolah. Sebagian besar anak sekolah tahu bahwa gizi seimbang tidak hanya tentang makanan bergizi, tetapi juga perlunya berolahraga. Pengetahuan gizi yang baik dapat berdampak positif terhadap status gizi.

Anak sekolah yang umumnya berada pada usia remaja memiliki kecenderungan untuk salah dalam melakukan praktik diet, seperti kebiasaan tidak sarapan. Hal ini disebabkan oleh pengetahuan gizi yang kurang (Olatona et al., 2020)

Rendahnya pengetahuan gizi erat hubungannya dengan asupan gizi yang tidak seimbang. Perlunya penambahan kurikulum pada sekolah untuk meningkatkan pengetahuan gizi dasar bagi anak sekolah disertai dengan peran serta orang tua dalam memantau anak-anaknya (Mamba et al., 2019). Pemberian edukasi prinsip gizi seimbang yang tepat bagi anak sekolah penting dilakukan melalui cara yang dapat dipahami oleh anak sekolah (UNICEF, 2021).

Hubungan sikap terhadap gizi dengan status gizi

Tabel 6 Hasil uji *Chi Square* sikap terhadap gizi dengan status gizi

Sikap	Status gizi				Total	p-value
	Baik	Kurus	Lebih	Obesitas		
Baik	14	3	1	10	28	0.003
Cukup	9	4	1	0	14	
Kurang	2	1	2	1	6	
Total	n	25	8	4	11	
	%	52.1%	16.7%	8.3%	22.9%	100%

Tabel 6 menunjukkan hasil uji *Chi Square* antara sikap anak sekolah terhadap gizi dan status gizi pada anak sekolah. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara sikap terhadap gizi dengan status gizi pada anak sekolah. Sebagian besar anak sekolah memiliki sikap yang baik terutama dalam makan sayur dan tidak

membeli jajanan yang tidak tertutup di sekolah. Hal ini dapat membantu anak sekolah dalam mengonsumsi makanan yang bergizi dan sehat.

Status gizi dapat dipengaruhi oleh praktik diet, yang dapat disebabkan oleh pengetahuan dan sikap dari anak sekolah. Hal ini sejalan dengan penelitian (Rifisyina & Briawan, 2015) bahwa tingkat pengetahuan diet berhubungan signifikan dengan persepsi diet penurunan berat badan.

Korelasi antara tingkat pengetahuan gizi, dengan status gizi pada anak sekolah dan sikap terhadap gizi dengan status gizi, menunjukkan pentingnya dilakukan upaya pendidikan gizi sebagai upaya meningkatkan pemahaman anak sekolah. Pendidikan gizi dapat meningkatkan sikap anak sekolah dalam pemilihan jajan sehat (Amira & Setyaningtyas, 2021). Metode pendidikan gizi seperti permainan dan senam diketahui berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan gizi dari anak sekolah (Jannah & Kusumaningrum, 2019), karena edukasi yang dilakukan secara verbal saja tidak mudah untuk diterima anak sekolah (Notoatmodjo, 2012).

Gizi merupakan faktor penting bagi perkembangan anak-anak dan remaja. Setiap individu dalam kelompok usia anak maupun remaja, tumbuh dan berkembang, sehingga gizi yang tepat turut berubah sesuai dengan usia. Gizi juga merupakan elemen penting untuk pencegahan perkembangan penyakit, terutama untuk penyakit kronis seperti obesitas, diabetes, hipertensi, dan dislipidemia (Corkins et al., 2016).

SIMPULAN

Pengetahuan gizi dan sikap terhadap gizi berhubungan dengan status gizi anak sekolah. Upaya pendidikan gizi diperlukan untuk mewujudkan pengetahuan gizi dan



sikap serta praktik gizi yang baik pada anak sekolah.

REFERENSI

- Amira, K. A., & Setyaningtyas, S. W. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Anak Sekolah Dasar Dalam Pemilihan Jajanan Sehat: Literature Review. *Media Gizi Indonesia (National Nutrition Journal)*, 2021, 16(2), 130–138. <https://doi.org/10.204736/mgi.v16i2.130-138>
- Azwar, S. (2007). *Sikap Manusia, Teori, dan Pengukurannya*. Pustaka Pelajar.
- Budiono, I., Putriningtyas, N. D., Indrawati, F., Kasman, K., & Kurniawan, F. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Melalui Edukasi dengan Media Permainan Ular Tangga pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat: Pengmaskemas*, 2(2), 87–95. <https://doi.org/10.31849/pengmaskemas.v2i2/6592>
- Corkins, M. R., Daniels, S. R., de Ferranti, S. D., Golden, N. H., Kim, J. H., Magge, S. N., & Schwarzenberg, S. J. (2016). Nutrition in Children and Adolescents. In *Medical Clinics of North America* (Vol. 100, Issue 6, pp. 1217–1235). W.B. Saunders. <https://doi.org/10.1016/j.mcna.2016.06.005>
- Fuadi, D. F., & Meidian, A. C. (2017). Pengaruh Obesitas terhadap Kebugaran Anak Sekolah Dasar Usia 10-12 Tahun. *Jurnal Fisioterapi*, 17(9), 78–83.
- Herlina, H., Susan, N., & Boli, E. B. (2022). Status Sosial Ekonomi Dan Konsumsi Buah Dan Sayur Anak Usia 6-10 Tahun Di Tpa Babul Jannah Nabire. In *Human Care Journal* (Vol. 7, Issue 3).
- Jannah, M., & Kusumaningrum, I. (2019). Edukasi Dan Demonstrasi Pedoman Gizi Seimbang Untuk Anak Sehat Dan Berprestasi. *Gemassika : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 169. <https://doi.org/10.30787/gemassika.v3i2.364>
- Khomsan, A. (2000). *Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga*. Fakultas Pertanian Institut Pertanian Bogor.
- Kristian, K., Kurniawan, F., & Kurniadi, A. (2019). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar Di Jakarta. In *JMJ* (Vol. 7, Issue 2).
- Mamba, N. P., Napoles, L., & Mwaka, N. M. (2019). Nutrition knowledge, attitudes and practices of primary school children in Tshwane Metropole, South Africa. *Afr J Prm Health Care Fam Med*, 11(1), 1846. <https://doi.org/10.4102/phcfm>
- Nofiyanti, A. L., Wulan, D., Rengganis, S., & Lusina, S. E. (2015). Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap. In *Ayu Lestari N/ Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap Majority* | (Vol. 4).
- Notoatmodjo. (2012). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Olatona, F. A., Ogide, P. I., Abikoye, E. T., Ilesanmi, O. T., & Nnoaham, K. E. (2020). Dietary_Patterns_Nutritional_Knowledge_and_Status_. *Journal of Health, Population and Nutrition*. <https://doi.org/DOI:10.21203/rs.3.rs-18023/v1>
- Pratiwi, R., Sari, R. S., & Ratnasari, F. (2021). *Dampak Status Gizi Pendek (Stunting) Terhadap Prestasi Belajar* :



- A Literature Review.* <https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/index>
- Rifsyina, N. N., & Briawan, D. (2015). *Pengetahuan, Persepsi, Dan Penerapan Diet Penurunan Berat Badan Pada Mahasiswa Gizi Putra (Knowledge, perception, and implementation of weight-loss diet practices on male undergraduate students of nutritional sciences).*
- UNICEF. (2021). *Schools and Nutrition – better results for children.* UNICEF <https://www.unicef.org/sop/stories/schools-and-nutrition-better-results-children> .

