

© 2004 Mazarina Devi
Makalah Pribadi Falsafah Sains (PPS 702)
Sekolah Pasca Sarjana / S3
Institut Pertanian Bogor
November 2004

Posted: 3 November 2004

Dosen:
Prof Dr Ir Rudy C Tarumingkeng, M F (Penanggung Jawab)
Prof. Dr. Ir. Zahrial Coto, M.Sc
Dr. Ir. Hardjanto, M.S

TINGKAT PENDIDIKAN IBU, HUBUNGANNYA DENGAN PERILAKU MAKAN DAN STATUS GIZI SISWA SEKOLAH DASAR

Oleh:

MAZARINA DEVI

mazarinadm@telkom.net

A561040011/GMK

Abstrak

Salah satu upaya meningkatkan kualitas sumber daya insani anak sekolah dasar (SD) adalah dengan cara menyediakan makanan yang bermutu tinggi guna memenuhi kebutuhan selama mengikuti pelajaran di sekolah. Pengembangan anak sangat dipengaruhi oleh ibu baik secara positif maupun negatif. Dari hasil penelitian yang dilakukan, tingkat pendidikan ibu dengan perilaku makan dan status gizi anak SD menunjukkan adanya hubungan yang signifikan.

Latar Belakang

Pangan merupakan suatu kebutuhan dasar manusia untuk hidup yang harus diselenggarakan sadar ataupun tidak sadar, manusia mengkonsumsi makanan demi kelangsungan hidupnya. Manusia dapat bergerak melakukan kerja fisik, tumbuh dan berkembang karena mengkonsumsi makanan.

Makanan yang kita konsumsi sebaiknya mengandung zat gizi yang penting bagi tubuh seperti protein, karbohidrat, lemak, vitamin, mineral dan air. Terpenuhi atau tidaknya zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh manusia tergantung pada makanan dan jenis makanan yang dikonsumsi.

Sangat disadari oleh pemerintah bahwa keadaan pangan dan gizi akan mempengaruhi kualitas hidup manusia dan masyarakat pada umumnya. Oleh

sebab itu masalah pangan dan gizi mendapat perhatian sungguh sungguh sejak repelita I hingga saat ini

Pada saat ini pembentukan sumber daya manusia yang berkualitas sedang mendapat sorotan tajam. Faktor gizi dipandang sebagai salah satu faktor yang ikut menentukan dan mendukung pembentukan SDM berkualitas sehingga pemenuhan kebutuhan akan pangan dan gizi perlu mendapat perhatian. Pemenuhan kebutuhan akan pangan sangat ditentukan oleh kebiasaan makan seseorang. Kebiasaan makan dapat terbentuk sejak pada usia anak-anak.

Masa kanak-kanak adalah masa yang penting dalam kehidupan seseorang karena pada masa inilah ditanamkan sikap, kebiasaan dan pola tingkah laku yang memegang peranan menentukan dalam perkembangan individu selanjutnya.

Salah satu upaya meningkatkan kualitas sumber daya insani anak sekolah dasar (SD) adalah dengan cara menyediakan makanan yang bermutu tinggi guna memenuhi kebutuhan selama mengikuti pelajaran di sekolah. Hal tersebut didasari pada hasil penelitian.. Anak-anak selain mengudap jajanan di sekolah, juga makan di rumah. Hal ini tentu membantu memberi sumbangan gizi yang dibutuhkan tubuh. Saat ini yang menjadi pertanyaan orang tua adalah makanan yang bagaimana yang baik dan berapakah angka kecukupan gizi yang harus dipenuhi oleh setiap anak untuk pertumbuhan dan perkembangannya ?. Pertanyaan seperti itu telah sering didengar, tetapi sulit untuk disikapi karena banyak faktor yang mempengaruhi dalam pemilihan makanan yang akan dikonsumsi.

Perilaku Konsumsi Makan

Perilaku konsumsi makan seperti halnya perilaku lainnya pada diri seseorang, satu keluarga atau masyarakat dipengaruhi oleh wawasan dan cara pandang dan faktor lain yang berkaitan dengan tindakan yang tepat. Jika ditelusuri lebih lanjut, sistem nilai tindakan itu dipengaruhi oleh pengalaman pada masa lalu berkaitan dengan informasi tentang makanan dan gizi yang pernah diterimanya dari berbagai sumber. Di sisi lain, perilaku konsumsi makan dipengaruhi pula oleh wawasan atau cara pandang seseorang terhadap masalah gizi. Wawasan ini berkaitan erat dengan pengetahuan dan sikap-sikap mental, baik berasal dari proses sosialisasi dalam sistem sosial keluarga maupun melalui proses pendidikan.

Perilaku makan pada dasarnya merupakan bentuk penerapan kebiasaan makan. Kebiasaan makan merupakan sebagai cara-cara individu atau kelompok masyarakat dalam memilih, mengkonsumsi dan menggunakan makanan yang tersedia, yang didasari pada latar belakang sosial budaya tempat mereka hidup.(den Hertog dan van Staveren, 1983).

Dari sudut pandang ilmu antropologi dan ilmu sosiologi mengenai perilaku konsumsi makan individu dan sistem sosial keluarga menunjukkan, bahwa faktor umum yang mempengaruhi perubahan tersebut adalah karena adanya perubahan sosial (Sanjur, 1982)

Kebiasaan Makan

Kebiasaan makan merupakan sebagai cara-cara individu atau kelompok masyarakat dalam memilih, mengkonsumsi dan menggunakan makanan yang tersedia, yang didasari kepada latar belakang sosial, budaya tempat dia bertempat tinggal.

Menurut Sanjur (1982), terdapat dua dasar pemikiran mengenai kebiasaan makan yang terdapat pada diri seseorang yaitu: 1) kebiasaan makan yang terbentuk pada seseorang sebagai faktor budaya karena dipelajari dan 2) kebiasaan makan yang sengaja dipelajari.

Dalam hubungannya dengan perubahan kebiasaan makan, pendidikan gizi sangat diperlukan, karena dapat membentuk sikap mental dan perilaku positif terhadap gizi. Menurut Mead *dalam* Ritchie (1973), kebiasaan makan seseorang atau sekelompok masyarakat itu tidak dapat diubah, melainkan bisa berubah. Perubahan kebiasaan makan sangat dipengaruhi oleh tiga hal, yaitu: 1) perubahan lingkungan, 2) penerimaan/penolakan individu terhadap makanan, dan 3) perubahan makanan itu sendiri.

Pendidikan Ibu

Pengembangan anak sangat dipengaruhi oleh ibu baik secara positif maupun negatif. Interaksi ibu berpengaruh secara langsung terhadap anak. Peran ibu sebagai pemberi makan kepada anak cukup menentukan kesukaan atau kebiasaan makan anak (Madrie, 1981). Sedangkan Sanjur (1982) mengemukakan bahwa sikap orang tua yang paling berpengaruh adalah sikap ibunya. Makanan yang tidak disukai ibu umumnya juga tidak disukai anaknya.

Menurut Engel, Roger dan Paul (1993) keputusan konsumsi keluarga melibatkan lima peranan yang dipegang oleh ibu yaitu:

- 1) Peran ibu sebagai penjaga pintu yang artinya ibu sebagai pemberi inisiatif dalam membeli suatu produk dan mencari informasi tentang produk tersebut untuk mengambil suatu keputusan.
- 2) Ibu berperan dalam mempengaruhi pembelian suatu produk yang sesuai dengan kebutuhan
- 3) Ibu berperan dalam menentukan produk apa yang akan dibeli
- 4) Ibu berperan sebagai pembeli suatu produk
- 5) Peran ibu sebagai pengguna produk

Umumnya ibu memberikan pendidikan kepada anak anaknya sejak anak tersebut dilahirkan (Purwanto, 1988). Ibu merupakan guru pertama dan terpenting bagi anak.

Pembahasan

Dari hasil penelitian yang dilakukan, tingkat pendidikan ibu dengan perilaku makan dan status gizi anak SD menunjukkan adanya hubungan yang signifikan. Responden pada studi ini adalah orang tua siswa yaitu ibu dan

siswa sekolah dasar dengan sampel berjumlah 156 orang. terdiri dari 81 orang anak laki-laki (52%) dan 75 orang anak perempuan (48%) dengan usia berkisar antara 11 – 13 tahun.

Pendidikan ibu dihitung dalam lamanya responden duduk di bangku sekolah formal. Pada survey tersebut diperoleh data yang dapat dilihat pada Tabel 1 dimana sebanyak 2,5% ibu tidak sekolah, 24,5% berpendidikan S.D., 10% berpendidikan SLTP, 56% berpendidikan SLTA dan 27% berpendidikan sarjana muda dan sarjana.

Tabel 1. Tingkat Pendidikan Ibu

No	Tingkat pendidikan	Frekuensi	Prosentase
1	Tidak sekolah	4	2,5%
2	Sekolah dasar	38	24,5%
3	SLTP	16	10,0%
4	SLTA	56	36,0%
5	Sarjana Muda	16	10,0%
6	Sarjana Muda	26	17,0%
	Jumlah	156	100

Berdasarkan Tabel 1 terlihat bahwa tingkat pendidikan ibu dapat dinyatakan sudah cukup baik, hal ini ditunjukkan dari 63% responden sudah mengenyam pendidikan SLTA ke atas. Rerata tertinggi tingkat pendidikan ibu responden adalah SLTA.

Informasi tentang pengetahuan ibu terhadap gizi makanan yang diperoleh dari penyebaran instrumen dapat dilihat dari Tabel 2 di bawah ini:

Tabel 2. Distribusi Data Pengetahuan Gizi Ibu

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
> 10,4	tinggi	18	11,5%
6,7 - 10,4	cukup	118	75,5%
< 6,7	rendah	20	13,0%
Jumlah		156	100,0%

Aspek pengetahuan gizi yang digali berhubungan dengan pengetahuan tentang zat gizi dan makanan, seperti bagaimana susunan makanan sehat. Dilihat dari nilai rata-rata pengetahuan gizi, ternyata 75% ibu mempunyai pengetahuan gizi yang cukup, hal ini disebabkan karena adanya kaitan erat antara pengetahuan gizi ibu dengan tingkat pendidikan ibu.

Informasi tentang perilaku makan anak ada pada Tabel 3 di bawah ini :

Tabel 3. Distribusi Data Perilaku Makan Anak

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
> 64,11	tinggi	20	13%
39,83 - 46,11	cukup	119	77%
< 39,83	rendah	17	10%
Jumlah		156	100%

Status gizi anak di Indonesia Mempunyai standar sebagai berikut:

> 90% berat badan baku = gizi baik

81 – 90% berat badan baku = gizi kurang

< 80% berat badan baku = gizi buruk

Berdasarkan data tersebut dan data yang diperoleh, maka informasi status gizi anak adalah sebagai berikut :

Tabel 4. Distribusi Data Status Gizi Anak

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
> 90%	Tinggi	137	87,5%
81 - 90%	Cukup	17	11,0%
< 80%	rendah	2	1,5%
Jumlah		156	100%

Dari tabel 4 terlihat bahwa status gizi anak sudah sangat baik, 87,5% responden telah mencapai status gizi baik. Apabila dikaitkan dengan perilaku makan anak, dimana 77% responden mempunyai nilai perilaku makan cukup baik dan 13% amat baik; maka hal ini dapat dikatakan ada perimbangan antara perilaku makan anak dengan status gizi anak.

Dari hasil penelitian tersebut diperoleh bahwa ada hubungan antara pendidikan ibu dan pengetahuan gizi ibu terhadap perilaku makan anak, semakin tinggi tingkat pendidikannya, semakin baik perilaku konsumsi makannya dan semakin baik status gizinya.

Menurut beberapa pakar pendidik, untuk membantu proses pendidikan anak, sebaiknya orang tua menambah pengetahuan, sebab semakin tinggi pengetahuan orangtua makin banyak pengetahuan yang dapat diberikan kepada anak-anaknya. Hal ini sejalan dengan pendapat Karyadi (1989) yang menyatakan bahwa anak belajar tentang apa yang dimakan dan tidak dimakan berdasarkan apa yang dilihat dan kemudian ditirunya, dalam keluarga ibu merupakan obyek lekat anak sehingga pendidikan ibu akan berpengaruh terhadap perilaku makan anak.

Karyadi (1989) mengemukakan bahwa pengenalan penganekaragaman pangan perlu dilakukan sedini mungkin, yaitu sejak anak diperkenalkan makanan pendamping atau pelengkap. Pola makan anak terbentuk sejak dilahirkan, oleh karena itu peranan ibu sangatlah penting karena ibu merupakan guru pertama dan terpenting bagi anaknya.

Dari pengamatan yang dilakukan dalam penelitian ini diperoleh bahwa ibu yang berpendidikan tinggi juga berpengetahuan baik. Selain itu ibu yang berpendidikan tinggi umumnya bekerja dan mereka memilih makanan yang mudah penyiapannya yang tidak membutuhkan waktu seperti roti.

Dengan semakin tinggi tingkat pendidikan ibumaka status gizi anak semakin baik. Hal itu diduga ibu yang berpendidikan tinggi memiliki pendapatan lebih baik karena umumnya mereka bekerja. Hal tersebut dapat memberikan peluang besar kepada mereka untuk dapat memenuhi kebutuhan makan yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Den Hertog, A.P., and W.A. van Staveren. 1983. *Perilaku Sehubungan Dengan Kesehatan*. Proyek Pengembangan Penyuluhan Gizi. Jakarta
- Engel, James F., Roger D.B., and Paul W.M. 1993. *Perilaku Konsumsi*. Penterjemah Budijanto. Edisi keenam. Binarupa Aksara. Jakarta.
- Karyadi, L.D. 1989. *Pendidikan Gizi Anak Prasekolah*. Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga. Fakultas Pertanian Bogor
- Madrie. 1981. *Beberapa Faktor yang Berhubungan Dengan Sikap Tokoh Masyarakat Terhadap Terhadap Keluarga Berencana di Lampung*. Fakultas Pascasarjana IPB. Bogor (Tesis)
- Purwanto, N. 1988. *Ilmu Pendidikan Teoritis dan Praktis*. Ramaja Karya. Bandung.
- Ritchie, J.A.S. 1973. *Learning Better Nutrition*. Food Agricultural Organization of United Nation. Rome
- Sanjur, D. 1982. *Social and Cultural Perspective In Nutrition*. Prectice Hall and Inc. Englewood Cliffs New York.