

Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Tentang Gizi Seimbang dengan Status Gizi Siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong

Patricia Renata,¹ Anna Maria Dewajanti²

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Krida Wacana

²Staf Pengajar Bagian Biokimia Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Krida Wacana

Alamat Korespondensi: Jl Arjuna Utara No.6, Jakarta Barat 11510

Abstrak

Status gizi berpengaruh untuk pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah dasar. Faktor yang mempengaruhi status gizi, diantaranya pengetahuan, sikap, dan perilaku terhadap gizi seimbang. Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong adalah sekolah swasta di Banten, yaitu salah satu provinsi dengan masalah gizi. Penelitian ini mencari hubungan pengetahuan, sikap, dan perilaku terhadap gizi seimbang dengan status gizi siswa Sekolah Dasar tersebut. Hipotesis penelitian (H_0) adalah tidak adanya hubungan pengetahuan, sikap, dan perilaku terhadap gizi seimbang dengan status gizi siswa sekolah tersebut. Metode penelitian menggunakan studi analitik, dengan desain penelitian kros-seksional. Sampel yang diperoleh sebanyak 89 siswa meliputi siswa kelas IV dan V di Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong. Data primer diperoleh menggunakan kuesioner. Kategori status gizi responden ditentukan dengan indeks massa tubuh, menggunakan data tinggi dan berat badan. Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik Chi Square. Dari kuesioner diperoleh gambaran persentase responden laki-laki 53,93%, perempuan 46,07%, usia 9 tahun 31,46%, 10 tahun 66,29%, 11 tahun 2,25 %, kelas IV 34,83%, V 65,17%. Dari hasil analisis data diperoleh nilai $p < 0,05$, sehingga hipotesis (H_0) ditolak. Artinya ada hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku terhadap gizi seimbang dengan status gizi pada siswa Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong.

Kata Kunci: gizi seimbang, status gizi

Relationship between Knowledge, Behaviour, and Attitude about Nutrition Balance and Nutrition Status among Year 4 and 5 Elementary School Children from Tarakanita Gading Serpong Primary

Abstract

Good nutrition status is important for the growth and development of elementary school children. Some of the factors that affect nutrition state are knowledge, attitude, and practice related to balanced diet. Tarakanita Gading Serpong Elementary School is a private school in Banten, one of the provinces with nutrition problem. The research aims to determine a correlation between knowledge, attitudes and practice towards balanced nutrition and nutritional status of the elementary school students. The research hypothesis (H_0) is the absence of correlation between knowledge, attitude and practice towards balanced nutrition and nutritional status of the elementary school students. The research method uses analytic studies, with a cross-sectional study design. The subjects are 89 students include students in grade IV and V. Primary data is taken using questionnaire. Category of respondents' nutritional status is determined with body mass index, using body weight and height data. The data is analyzed with Chi Square test. From the questionnaire, it is obtained the percentage of male respondents 53.93%, female 46.07%, aged nine 31.46% aged ten 66.29%, aged eleven 2.25%, grade four 34.83%, grade five 65.17%. The analysis shows that the value of $p < 0,05$ so

the hypothesis (Ho) is rejected. It means there is a correlation between knowledge, attitude, and practice related to balanced diet with nutrition state on students of Tarakanita Gading Serpong Elementary School.

Keywords: *balanced diet, nutrition state*

Pendahuluan

Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik dan kecerdasan seorang anak. Gizi baik menghasilkan berat badan normal atau sehat, tubuh tidak mudah terkena penyakit infeksi, produktivitas kerja meningkat serta terlindung dari penyakit kronis dan kematian dini.¹ Pada usia Sekolah Dasar (SD), yaitu 7-12 tahun, pertumbuhan fisik, intelektual, mental, dan sosial anak terjadi secara cepat. Ditambah dengan adanya peningkatan aktivitas fisik, menyebabkan golongan usia ini membutuhkan gizi yang memadai, agar anak dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal.²

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013 menunjukkan bahwa prevalensi kurus (menurut indeks massa tubuh dibandingkan dengan umur) secara nasional pada anak usia SD adalah 11,2%, terdiri atas 4% sangat kurus dan 7,2% kurus. Sedangkan prevalensi gemuk pada anak usia SD masih tinggi, yaitu 18,8%, terdiri dari 8,8% sangat gemuk (obesitas) dan 10% gemuk. Banten adalah salah satu dari 6 provinsi dengan prevalensi sangat kurus dan sangat gemuk di atas rata-rata nasional, menunjukkan bahwa anak-anak usia SD di provinsi Banten mengalami masalah gizi.³ Telah dilakukan penelitian mengenai pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi seimbang anak SD negeri (SDN) GU 12 Pagi dan mengenai hubungan perilaku hidup sehat dan gizi seimbang dengan status gizi anak SDN Bulukantil di Ngoresan Surakarta. Dari penelitian tersebut diketahui ada hubungan erat antara pengetahuan dan perilaku gizi seimbang. Mengenai hubungan antara sikap dan perilaku gizi seimbang, didapatkan bahwa tidak ada hubungan, namun dengan meningkatnya skor sikap, maka skor perilaku akan semakin meningkat juga. Karena itu pada umumnya pengetahuan dan sikap akan mempengaruhi perilaku mengenai gizi seimbang.^{4,5} Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong adalah sekolah swasta yang besar, dengan uang sekolah yang cukup tinggi, sehingga dapat disimpulkan bahwa rata-rata

siswa-siswinya berasal dari keluarga dengan tingkat ekonomi menengah ke atas. Hubungan pengetahuan, sikap, dan perilaku mengenai gizi seimbang dengan status gizi pada siswa di SD Tarakanita Gading Serpong belum pernah diteliti sebelumnya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan, sikap, dan perilaku mengenai gizi seimbang dengan status gizi siswa kelas IV dan V di SD tersebut. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu literatur yang dapat memperkaya pengetahuan mengenai pentingnya keseimbangan gizi pada anak sekolah dasar. Penelitian ini juga memberikan gambaran tentang pengetahuan, sikap, dan perilaku mengenai gizi seimbang siswa SD, serta diharapkan dapat berguna untuk pihak-pihak yang ber-kepentingan sebagai bahan informasi yang dapat digunakan dalam upaya meningkatkan kesehatan anak.

Hipotesis penelitian ini, sebagai Ho adalah tidak adanya hubungan pengetahuan, sikap, dan perilaku mengenai gizi seimbang dengan status gizi siswa kelas IV dan V di SD Tarakanita Gading Serpong.

Anak Usia Sekolah Dasar

Di Indonesia, anak usia SD adalah anak berusia 7-12 tahun. Saat usia inilah terjadi pertumbuhan dan perkembangan 'middle childhood', di mana pertumbuhan terjadi relatif stabil, dengan penambahan berat badan setiap tahun rata-rata sekitar 3 kg, dan penambahan tinggi badan setiap tahun rata-rata sekitar 6 cm. Pada usia 10-12 tahun, anak perempuan mengalami percepatan pertumbuhan sebagai persiapan menjelang usia reproduksi, sedangkan anak laki-laki mengalami percepatan pertumbuhan 2 tahun kemudian. Pada fase ini, terjadi peningkatan persentase lemak tubuh minimal sebesar 16% pada perempuan dan 13% pada laki-laki. Peningkatan persentase lemak tubuh pada anak perempuan menyebabkan anak memiliki potensi untuk mengalami obesitas.^{2,3,6}

Selain itu, anak usia SD banyak menghabiskan waktu di luar rumah, dan

aktivitas fisik juga meningkat. Apabila anak tidak memperoleh energi sesuai dengan kebutuhannya, maka akan terjadi pengambilan cadangan lemak untuk memenuhi kebutuhan energi tersebut, sehingga anak menjadi lebih kurus. Sebaliknya, jika asupan makan anak lebih banyak dari kebutuhan energinya, akan tertimbun dalam bentuk lemak, sehingga anak menjadi lebih gemuk.⁷

Anak usia SD juga mulai mencari jati diri, mengembangkan kepribadian, dan meningkatkan kemandiriannya. Anak akan sangat mudah terpengaruh lingkungan sekitar, seperti teman sebaya, sehingga anak akan mengubah perilaku dan kebiasaannya, termasuk kebiasaan makan. Sangat penting untuk membuat kebiasaan dan perilaku yang baik agar anak dapat tumbuh dan berkembang menjadi dewasa yang baik.^{2,8}

Pedoman Gizi Seimbang

Pedoman gizi seimbang dikeluarkan oleh Menteri Kesehatan Republik Indonesia sebagai acuan bagi pemerintah, tenaga kesehatan, atau pihak lain yang terlibat dalam penyelenggaraan gizi seimbang. Yang dimaksud dengan gizi seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih, dan memantau berat badan secara teratur dalam rangka mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi.¹

Pedoman gizi seimbang mengeluarkan 'pesan khusus gizi seimbang untuk anak dan remaja usia 6-19 tahun', yaitu: (1) biasakan makan 3 kali sehari (pagi, siang, dan malam) bersama keluarga, (2) biasakan mengonsumsi ikan dan sumber protein lainnya, (3) perbanyak mengonsumsi sayuran dan cukup buah-buahan, (4) biasakan membawa bekal makanan dan air putih dari rumah, (5) batasi mengonsumsi makanan cepat saji, jajanan, dan makanan selingan yang manis, asin, dan berlemak.¹

Pedoman gizi seimbang juga mengeluarkan anjuran jumlah porsi makanan yang telah disesuaikan dengan kebutuhan gizi anak usia 9-12 tahun. Secara umum, anak laki-laki memerlukan kalori yang lebih banyak, yaitu 2100 kkal, dibandingkan dengan anak

perempuan, yang hanya membutuhkan 2000 kkal per harinya. Maka jumlah porsi makan anak laki-laki lebih banyak daripada perempuan. Sebagai contoh, anak laki-laki butuh mengonsumsi 500 gram (5 porsi) nasi dalam sehari, sedangkan anak perempuan butuh mengonsumsi 400 gram (4 porsi) nasi dalam sehari (lihat Tabel 1).¹

Perilaku dan Kebiasaan Makan Anak Usia Sekolah Dasar

Perilaku makan dan pilihan makanan anak usia SD sangat dipengaruhi orangtua, pendidikan di sekolah, dan teman sebaya. Orangtua bertanggung jawab saat makan di rumah dan penyediaan bekal bagi anak. Diperlukan perilaku positif dari orangtua dan keluarga untuk memberikan contoh perilaku dan kebiasaan makan yang sehat.²

Selain dari itu, anak usia SD semakin mandiri sehingga dapat memilih dan membeli sendiri makanannya. Kebiasaan makan juga sudah mulai terbentuk, sehingga anak memiliki selera makan sendiri. Hal ini menyebabkan anak menghindari makanan yang tidak disukainya, misalnya sayuran dan buah-buahan, dan lebih banyak mengonsumsi makanan kesukaan seperti *snack*. Kebiasaan lain seperti tata cara dalam makan, misalnya makan dengan posisi duduk, mencuci tangan sebelum makan, dan etika lainnya juga sudah mulai diajarkan.⁹

Status Gizi Anak

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat mengonsumsi makanan dan menggunakan zat-zat gizi. Penentuan status gizi anak dapat dilakukan dengan beberapa cara. Pertama, dengan analisis diet, yaitu dengan cara mencatat susunan makanan sehari-hari. Secara kuantitatif dapat diketahui jumlah dan jenis pangan yang dikonsumsi, dan secara kualitatif dapat diketahui frekuensi makan ataupun cara memperoleh pangan. Cara kedua adalah melalui pemeriksaan klinis, dimana jika anak mengalami kekurangan gizi, dapat timbul kelainan fisik yang beragam tergantung status gizinya. Pada anak yang menderita gizi buruk, akan timbul keluhan klinis seperti pada marasmus atau kwashiorkor.^{10,11}

Tabel 1. Anjuran Jumlah Porsi Menurut Kecukupan Energi untuk Anak Usia Sekolah 9-12 Tahun¹

Bahan Makanan	Laki-laki 2100 kkal	Perempuan 2000 kkal	Keterangan 1 porsi
Nasi	5 porsi	4 porsi	100 gr
Sayuran	3 porsi	3 porsi	100 gr
Buah	4 porsi	4 porsi	50 gr
Tempe	3 porsi	3 porsi	50 gr
Daging	2 ½ porsi	2 porsi	35 gr
Susu	1 porsi	1 porsi	200 gr
Minyak	5 porsi	5 porsi	20 gr
Gula	2 porsi	2 porsi	5 gr

Cara ketiga adalah antropometri yaitu suatu metode standar penilaian status gizi yang mengacu pada standar World Health Organization (WHO). Saat ini, di Indonesia standar antropometri yang menjadi acuan berdasar dari Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia tentang Standar Antro-

pometri Penilaian Status Gizi Anak 2011. Status gizi untuk anak dibedakan menjadi sangat kurus, kurus, normal, gemuk, dan obesitas, dengan cara pengukuran indeks massa tubuh menurut umur (IMT / U) (lihat Tabel 2).¹²

Tabel 2. Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasarkan Indeks Massa Tubuh¹²

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) Anak Umur 5-18 Tahun	Sangat Kurus	< -3 SD
	Kurus	-3 SD sampai dengan < -2 SD
	Normal	-2 SD sampai dengan 1 SD
	Gemuk	> 1 SD sampai dengan 2 SD
	Obesitas	> 2 SD

Berdasarkan tabel 2, kategori status gizi anak dapat ditentukan. Indeks massa tubuh diukur dengan rumus berat badan (kg) dibagi dengan tinggi badan dalam meter kuadrat (m²). SD adalah standar deviasi, yang disesuaikan dengan standar indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) anak laki-laki umur 9-11 tahun dan standar indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) anak perempuan umur 10-12 Tahun.

Metodologi Penelitian

Desain Penelitian

Penelitian mencari hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku mengenai gizi seimbang dengan status gizi siswa kelas

IV dan V di Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong menggunakan studi analitik kros-seksional.

Sampling

Populasi penelitian adalah semua siswa SD Tarakanita Gading Serpong. Sampel penelitian merupakan siswa-siswi Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong usia 9-11 tahun. Sampel yang diambil dari siswa terdapat

kriteria inklusi yaitu semua siswa Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong yang diberi persetujuan oleh orangtua untuk menjadi responden dalam penelitian, berusia 9-11 tahun, duduk di kelas IV dan V SD.

$$n = \frac{Z\alpha^2 \cdot p \cdot q}{d^2}$$

dengan:

n = jumlah minimum sampel yang dibutuhkan

Z α = nilai statistik Z α pada kurva normal standar pada tingkat kemaknaan (1,96)

p = hasil penelitian sebelumnya kejadian status gizi normal pada anak usia sekolah dasar (0,7)

q = 1 - p = 0,3

d = presisi absolut yang dikehendaki pada kedua sisi proporsi populasi (0,1)

Berdasarkan rumus sampel di atas, maka besar sampel yang dibutuhkan pada penelitian ini adalah:

$$n = \frac{(1,96)^2 \cdot 0,7 \cdot 0,3}{(0,1)^2}$$

= 80,6736 sampel, dibulatkan menjadi 81 sampel.

Alat Penelitian :

Berupa kuesioner

4. Perilaku : diukur menggunakan skor yang diperoleh dari jawaban kuesioner yang telah divalidasi

Variabel Penelitian :

1. Status gizi : diukur dengan menghitung indeks massa tubuh. Indeks massa tubuh responden dihitung dengan menggunakan data tinggi badan dan berat badan. Selanjutnya hasil perhitungan dicocokkan dengan standar IMT/U anak laki-laki umur 9-11 tahun dan standar IMT/U anak perempuan umur 10-12 tahun, dengan menggunakan data jenis kelamin, usia (dihitung dengan pembulatan bulan yang penuh), dan indeks massa tubuh.

Status gizi anak dikategorikan:

1. Normal: Z-score $-2 \text{ SD} \leq Z \leq 1 \text{ SD}$

2. Tidak normal : Z-score $\leq -2 \text{ SD}$ atau $\geq 1 \text{ SD}$

2. Pengetahuan : diukur menggunakan skor yang diperoleh dari jawaban kuesioner yang telah divalidasi.

3. Sikap : diukur menggunakan skor yang diperoleh dari jawaban kuesioner yang telah divalidasi.

Parameter Pemeriksaan

- Usia
- Jenis kelamin
- Berat badan
- Tinggi badan
- Tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku

Analisis Data

Analisis data yang dipakai di penelitian ini adalah analisis bivariat, dengan uji Chi Square.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Dari total sampel yang ada (89 siswa), dapat diperoleh tiga gambaran yaitu gambaran persentase responden berdasarkan jenis kelamin, persentase responden berdasarkan usia, dan persentase responden berdasarkan kelas.



Gambar 1. Diagram Persentase Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Dari responden berjumlah delapan puluh sembilan (89) orang. Laki-laki berjumlah empat puluh delapan (48) orang atau 54 % dari responden, dan perempuan berjumlah empat

puluh satu (41) orang atau 46 % dari responden. Menunjukkan bahwa persentase responden laki-laki lebih banyak dari responden perempuan (Gambar 1).



Gambar 2. Diagram Persentase Responden Berdasarkan Usia

Responden yang berusia sembilan (9) tahun ada dua puluh delapan (28) orang atau 31 % dari responden, usia sepuluh (10) tahun ada lima puluh sembilan (59) orang atau 67 % dari responden, dan usia sebelas (11) tahun ada dua

(2) orang atau 2 % responden. Menunjukkan bahwa persentase responden dengan usia 10 tahun lebih banyak dari pada responden yang berusia 9 tahun dan 11 tahun (Gambar 2).



Gambar 3. Diagram Persentase Responden Berdasarkan Kelas

Responden dari kelas IV ada tiga puluh satu (31) orang atau 35 % dari responden dan dari kelas 5 ada lima puluh delapan (58) orang atau 65 % dari responden. Menunjukkan bahwa persentase responden lebih banyak merupakan siswa kelas V. Mayoritas responden adalah berusia sepuluh (10) tahun dikarenakan mayoritas responden adalah siswa kelas V (Gambar 3).

dengan status gizi normal, dan ada empat puluh dua (42) responden dengan status gizi tidak normal (Tabel 3.)

Sementara itu, dari analisis data hasil kuesioner, diketahui bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat pengetahuan mengenai gizi seimbang yang baik, yaitu tujuh puluh dua (72) responden, dengan rata-rata nilai tingkat pengetahuan mengenai gizi seimbang sembilan puluh dua persen (92%). Ada empat puluh dua (42) responden dengan status gizi

Berdasarkan perhitungan IMT, diperoleh data ada empat puluh tujuh (47) responden

normal yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik, lima (5) responden dengan status gizi normal yang memiliki tingkat pengetahuan yang kurang, tiga puluh (30) responden dengan status gizi tidak normal yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik, dan dua belas (12) responden dengan status gizi tidak normal yang memiliki tingkat

pengetahuan yang kurang (lihat Tabel 3). Dari uji Chi Square, didapatkan $p=0,032$ (atau nilai $p < 0,05$), maka hipotesis (H_0) ditolak, sehingga didapatkan kesimpulan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan mengenai gizi seimbang dengan status gizi siswa SD Tarakanita Gading Serpong.

Tabel 3. Gambaran Pengetahuan mengenai Gizi Seimbang dengan Status Gizi

		Status Gizi		Total
		Normal	Tidak Normal	
Pengetahuan	Baik	42	30	72
	Kurang	5	12	17
Total		47	42	89

Dari analisis data hasil kuesioner, diketahui bahwa mayoritas siswa SD Tarakanita Gading Serpong memiliki sikap yang baik terhadap gizi seimbang, yaitu enam puluh sembilan (69) responden, dengan rata-rata nilai sikap terhadap gizi seimbang sembilan puluh dua persen (92%). Ada empat puluh satu (41) responden dengan status gizi normal yang memiliki sikap yang baik, enam (6) responden dengan status gizi normal yang memiliki sikap yang kurang, dua puluh delapan (28)

responden dengan status gizi tidak normal yang memiliki sikap yang baik, dan empat belas (14) responden dengan status gizi tidak normal yang memiliki sikap yang kurang (tabel 4). Dari uji Chi Square, didapatkan $p=0,02$ (atau nilai $p < 0,05$), maka hipotesis (H_0) ditolak, sehingga didapatkan kesimpulan bahwa ada hubungan antara sikap terhadap gizi seimbang dengan status gizi siswa SD Tarakanita Gading Serpong.

Tabel 4. Gambaran Sikap terhadap Gizi Seimbang dengan Status Gizi

		Status Gizi		Total
		Normal	Tidak Normal	
Sikap	Baik	41	28	69
	Kurang	6	14	20
Total		47	42	89

Dari analisis data hasil kuisioner, diketahui bahwa mayoritas siswa SD Tarakanita Gading Serpong memiliki perilaku yang kurang terhadap gizi seimbang, yaitu lima puluh enam (56) responden, dengan rata-rata nilai perilaku terhadap gizi seimbang enam puluh sembilan persen (69%). Ada dua puluh dua (22) responden dengan status gizi normal yang memiliki perilaku yang baik, dua puluh lima (25) responden dengan status gizi normal yang memiliki perilaku yang kurang, sebelas (11) responden dengan status gizi tidak normal yang memiliki perilaku yang baik, dan tiga puluh satu (31) responden dengan status gizi tidak normal yang memiliki perilaku yang kurang (lihat Tabel 5).

Dari uji Chi Square, didapatkan $p=0,044$ (atau nilai $p < 0,05$), maka hipotesis

(H_0) ditolak, sehingga didapatkan kesimpulan bahwa ada hubungan antara perilaku terhadap gizi seimbang dengan status gizi siswa SD Tarakanita Gading Serpong.

Dari analisis data hasil kuesioner, diketahui bahwa mayoritas siswa SD Tarakanita Gading Serpong memiliki perilaku yang kurang terhadap gizi seimbang, yaitu lima puluh enam (56) responden, dengan rata-rata nilai perilaku terhadap gizi seimbang enam puluh sembilan persen (69%). Ada dua puluh dua (22) responden dengan status gizi normal yang memiliki perilaku yang baik, dua puluh lima (25) responden dengan status gizi normal yang memiliki perilaku yang kurang, sebelas (11)

responden dengan status gizi tidak normal yang memiliki perilaku yang baik, dan tiga puluh satu (31) responden dengan status gizi tidak normal yang memiliki perilaku yang kurang (lihat Tabel 5).

Dari uji Chi Square, didapatkan $p=0,044$ (atau nilai $p < 0,05$), maka hipotesis (H_0) ditolak, sehingga didapatkan kesimpulan bahwa ada hubungan antara perilaku terhadap gizi seimbang dengan status gizi siswa SD Tarakanita Gading Serpong.

Tabel 5. Gambaran Perilaku terhadap Gizi Seimbang dengan Status Gizi

		Status Gizi		Total
		Normal	Tidak Normal	
Perilaku	Baik	22	11	33
	Kurang	25	31	56
Total		47	42	89

Berdasarkan data hasil penelitian dan perhitungan statistik maka dapat dilihat bahwa ada hubungan antara pengetahuan mengenai gizi seimbang dengan status gizi siswa Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong, di mana dari 72 siswa yang memiliki pengetahuan mengenai gizi seimbang yang baik, terdapat 42 siswa yang memiliki status gizi yang baik pula. Berdasarkan hasil analisis juga diperoleh hubungan antara sikap terhadap gizi seimbang dengan status gizi siswa Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong dengan status gizi siswa tersebut: dari 69 siswa yang memiliki sikap yang baik, terdapat 41 siswa yang memiliki status gizi yang baik. Ditemukan juga hubungan antara perilaku terhadap gizi seimbang dengan status gizi siswa, di mana dari 33 siswa yang memiliki perilaku terhadap gizi seimbang yang baik, terdapat 22 siswa dengan status gizi yang baik. Dapat dilihat bahwa sebagian besar siswa Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong tidak memiliki perilaku terhadap gizi seimbang yang baik. Hal ini dapat diakibatkan oleh beberapa faktor luar yang mempengaruhi perilaku siswa.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh peneliti terdahulu bahwa ada hubungan erat antara pengetahuan dan perilaku gizi seimbang. Mengenai hubungan antara sikap dan perilaku gizi seimbang, didapatkan bahwa tidak ada hubungan, namun dengan meningkatnya skor sikap, maka skor perilaku akan semakin meningkat juga. Karena itu pada umumnya pengetahuan dan sikap akan mempengaruhi perilaku mengenai gizi seimbang.^{4,5}

Dari penelitian terdahulu ditemukan hubungan yang nyata antara perilaku terhadap gizi seimbang dengan status gizi anak, di mana dengan berperilaku hidup sehat dan mendapatkan asupan gizi yang seimbang maka status gizi anak akan baik. Hal ini menunjang hasil penelitian di Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong ini.^{4,5}

Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji statistik Chi Square yang didapatkan hasil $p < 0,05$, menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku mengenai gizi seimbang dan status gizi siswa Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong. Maka dari hasil statistik yang ada dapat disimpulkan hipotesis awal (H_0) yang berbunyi “tidak ada hubungan pengetahuan, sikap, dan perilaku mengenai gizi seimbang dengan indeks massa tubuh siswa Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong” ditolak.

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa status gizi siswa sekolah dasar dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, sikap, dan perilakunya terhadap gizi seimbang. Pengetahuan dan sikap akan mempengaruhi perilaku anak terhadap gizi seimbang. Dengan perilaku yang baik, anak akan mendapatkan asupan gizi yang seimbang sehingga status gizi anak tersebut akan baik.

Daftar Pustaka

1. Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Peraturan menteri kesehatan Republik

- Indonesia nomor 41 tahun 2014 tentang pedoman gizi seimbang. 2014. Hal. 5-7.
2. Brown JE. Nutrition through the life cycle. Ed. 5. Boston; Cengage Learning; 2013. Hal. 319-22, 336.
3. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Riset kesehatan dasar (RISKESDAS) 2013. Jakarta; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2013. Hal. 142-7, 216-9.
4. Mulyani EY, Mustikawati IS, Handayani P, Rumana NA. Pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi seimbang anak sekolah dasar di sdn gu 12 pagi. Jurnal Abdimas. 2014 Sep; 1(1). Hal. 98-104
5. Qurahman MAT. Hubungan perilaku hidup sehat dan gizi seimbang dengan status gizi anak sekolah dasar negeri bulukantil di ngoresan surakarta. 2010. Skripsi. Universitas Sebelas Maret. Surakarta. Hal. 30-3.
6. Achadi E, Pujonarti SA, Sudiarti T. Sekolah dasar pintu masuk perbaikan pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi seimbang masyarakat. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional. 2010 Agt; 5(1). Hal. 42-8.
7. Arisman. Gizi dalam daur kehidupan. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC; 2004. Hal. 199-205.
8. Khomsan A. Pangan dan gizi untuk kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2010. Hal. 117.
9. Hidayat AA. Pengantar ilmu keperawatan anak 1. Jakarta: Salemba Medika; 2005. Hal. 96.
10. Almastier S. Prinsip dasar ilmu gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka; 2010. Hal. 9.
11. Yuniastuti A. Gizi dan kesehatan. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2008. Hal. 115-9.
12. Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Keputusan menteri kesehatan Republik Indonesia nomor 1995/menkes/sk/xii/2010 tentang standar antropometri penilaian status gizi anak. 2011. Hal. 3-5, 20-1, 38-9.
13. Nah YK, Santoso M, Rumawas JSP, Winaktu GJMT, Sularyo TS, Adam H. Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Krida Wacana; 2008. Hal. 7-8.