

Pengaruh Pengetahuan Dan Jumlah Uang Jajan Terhadap Pola Makan Anak Sekolah Dasar

Anggih Tri Cahyadi¹, Nunik Sulistyaningtyas²

¹Pendidikan Guru Sekolah Dasar, STKIP Taman Siswa Bima,

² Institut Teknologi dan Kesehatan Tri Tunas Nasional

¹Email: anggih.tricahyadi13@gmail.com, ²Email: tyasnunik969@gmail.com

Abstract

Addressing nutrition issues as a public health concern cannot be solely achieved through medical approaches and healthcare services. Knowledge about nutrition plays a crucial role in shaping children's eating patterns. If children have sufficient knowledge about nutrition and the importance of healthy food, they can make better food choices. Conversely, a lack of nutrition knowledge may lead children to select less nutritious or imbalanced food options. The purpose of this study was to determine the effect of knowledge and the amount of pocket money on the eating patterns of elementary school children at SDN 45 Bima City. The results showed that the effect of knowledge on eating patterns obtained from the results of statistical analysis was $p \text{ value} = 0.002 < 0.05$, meaning that it was concluded that there was an influence between knowledge on eating patterns of elementary school children at SDN 45 Bima City. The effect of pocket money on eating patterns obtained from the results of statistical analysis is $p \text{ value} = 0.004 < 0.05$, meaning that it is concluded that there is an influence between the amount of pocket money on the eating pattern of elementary school children at SDN 45 Bima City.

Keywords: Knowledge, Pocket Money, Eating Patterns Of Children, Elementary School.

Abstrak

Penanganan masalah gizi sebagai isu kesehatan masyarakat tidak hanya dapat dilakukan melalui pendekatan medis dan layanan kesehatan. Pengetahuan tentang gizi memainkan peran krusial dalam membentuk pola makan anak. Jika anak memiliki pengetahuan yang cukup mengenai nutrisi dan pentingnya makanan sehat, anak dapat membuat pilihan makanan yang lebih baik. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan tentang gizi dapat menyebabkan anak memilih makanan yang kurang bergizi atau tidak seimbang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pengetahuan dan jumlah uang jajan terhadap pola makan anak sekolah dasar di SDN 45 Kota Bima. Hasil penelitian menunjukkan pengaruh pengetahuan terhadap pola makan yang didapatkan dari hasil analisis statistik adalah $p \text{ value} = 0.002 < 0.05$ berarti disimpulkan ada pengaruh antara pengetahuan terhadap pola makan anak sekolah dasar di SDN 45 Kota Bima. Pengaruh uang jajan terhadap pola makan yang didapatkan dari hasil analisis statistik adalah $p \text{ value} = 0.004 < 0.05$ berarti disimpulkan ada pengaruh antara jumlah uang jajan terhadap pola makan anak sekolah dasar di SDN 45 Kota Bima.

Kata Kunci: Pengetahuan, Jumlah Uang Jajan, Pola Makan Anak, Anak Sekolah Dasar.

PENDAHULUAN

Anak merupakan generasi penerus bangsa yang diharapkan akan membawa bangsa menuju bangsa yang maju. Masa kanak-kanak adalah masa yang penting dalam kehidupan manusia. Pada masa ini mulai tumbuh rasa ingin tahu yang tinggi terhadap sesuatu hal, baik yang dilihat maupun yang didengar. Status gizi merupakan ukuran keberhasilan untuk memenuhi nutrisi kebutuhan pada anak yang ditunjukkan melalui capaian berat badan terhadap umur.

Dalam upaya perbaikan gizi, salah satu hal penting yang perlu diperhatikan adalah bidang makanan. Makanan merupakan kebutuhan pokok makhluk hidup. Tanpa makanan, makhluk hidup tidak bisa bertahan untuk

menjalankan kegiatan sehari-hari. Setiap orang, baik laki-laki maupun perempuan, tua muda, sakit sehat selalu membutuhkan makanan, dalam jenis dan porsi yang berbeda. Kebutuhan akan makanan mengalami pergeseran dari waktu ke waktu. Berawal dari istilah empat sehat lima sempurna, dimana setiap orang disarankan untuk memenuhi kebutuhan gizi melalui sumber karbohidrat (beras, ubi, gandum), lauk sebagai sumber protein lemak (ikan, tempe, tahu, daging dsb), sayur sebagai sumber vitamin, serat dan mineral, buah sebagai sumber vitamin dan susu. Pola makan berpengaruh pada keadaan status gizi dilihat dari kualitas maupun kuantitas makanan dan merupakan cara atau usaha tertentu dengan mempertahankan keadaan kesehatan, status

nutrisi, dan mencegah atau membantu kesembuhan dari suatu penyakit. (Kemenkes RI, 2014).

Masalah gizi adalah masalah kesehatan masyarakat yang penanggulangannya tidak dapat dilakukan dengan pendekatan medis dan pelayanan kesehatan saja. Masalah gizi disamping merupakan sindroma kemiskinan yang erat kaitannya dengan masalah ketahanan pangan tingkat rumah tangga juga menyangkut aspek pengetahuan dan perilaku yang kurang mendukung pola hidup sehat (Supriasa, 2013). Rendahnya tingkat pendidikan maupun pengetahuan gizi ibu menyebabkan munculnya kasus gizi buruk. Ketidaktahuan tentang cara pemberian makanan (pola makan) dan adanya kebiasaan yang merugikan kesehatan menjadi penyebab utama terjadinya masalah kurang gizi pada anak. Keadaan gizi seseorang dalam suatu masa bukan saja ditentukan oleh konsumsi zat gizi pada saat itu saja, tetapi lebih banyak ditentukan pada masa yang telah lampau. Ini berarti bahwa konsumsi zat gizi masa kanak-kanak mempunyai peran terhadap status gizi setelah dewasa. Masalah gizi merupakan salah satu faktor yang ikut menentukan pertumbuhan dan perkembangan anak (Adriani, 2014). Jika anak memiliki akses terbatas terhadap sumber daya ekonomi, seperti jumlah uang jajan yang terbatas, mereka mungkin memilih makanan yang lebih murah tetapi kurang bergizi (Jensen et al., 2016).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Kemenkes RI 2018) didapatkan status gizi anak 5-12 tahun menurut indeks massa tubuh/umur di Indonesia, yaitu prevalensi kurus adalah 9,3% terdiri dari 2,5% sangat kurus dan 6,8% kurus. Masalah gemuk pada anak di Indonesia juga masih tinggi dengan prevalensi 20,6% terdiri dari gemuk 11,1% dan sangat gemuk (obesitas) 9,5%. Sedangkan prevalensi pendek yaitu 23,6% terdiri dari 6,7% sangat pendek dan 16,9% pendek (Riskesdas, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Semito tahun 2014 menyatakan bahwa pengetahuan siswa berhubungan dengan status gizi siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Noviyani tahun 2019, peran orang tua berpengaruh dalam perkembangan yaitu membentuk kemampuan dan keterampilannya dalam mengasuh dan

mendidik anak-anaknya. Sedangkan pola makan memiliki hubungan dengan perkembangan anak dimana orang tua yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang pola makan akan mampu untuk memantau dan melatih anak untuk perkembangan dengan optimal sehingga jika terjadi kelainan tumbuh kembang pada anak dapat dideteksi secara dini.

Pola makan anak pada masa pertumbuhan memainkan peran krusial dalam kesehatan dan perkembangan mereka. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pola makan anak adalah uang jajan yang mereka terima. Uang jajan sering digunakan untuk membeli makanan di luar rumah, seperti di kantin sekolah atau di warung makan. Oleh karena itu, penggunaan uang jajan sebagai alat untuk menilai pola makan anak dapat memberikan gambaran tentang kebiasaan makan mereka sehari-hari (Lampure, 2011). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pengetahuan dan jumlah uang jajan terhadap pola makan anak sekolah dasar di SDN 45 Kota Bima.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di SDN 45 Kota Bima pada bulan juni 2023. Jenis Penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pengetahuan anak dan jumlah uang jajan terhadap pola makan anak sekolah dasar di SDN 45 Kota Bima. Populasi dari penelitian ini adalah siswa-siswi kelas IV dan V yang berjumlah 50 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Pengumpulan data dilaksanakan dengan melakukan wawancara langsung menggunakan kuesioner kepada responden. Data di analisis menggunakan SPSS 22.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengetahuan Distribusi hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Pengetahuan Gizi Anak dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 1 Distribusi Pengetahuan Gizi Anak Sekolah Dasar

No	Pengetahuan	Responden	
		Jumlah	%
1	Baik	23	46
2	Tidak Baik	27	54
3	Total	50	100

Berdasarkan distribusi pada tabel 1 menunjukkan bahwa pengetahuan gizi anak sekolah dasar dengan kategori baik sebanyak 23 responden (46%) dan kategori tidak baik yaitu sebanyak 27 reponden (54%)

2. Jumlah Uang Jajan

Distribusi hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Jumlah Uang Jajan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2 Distribusi Jumlah Uang Jajan Anak Sekolah Dasar

No	Jumlah Uang Jajan	Responden	
		Jumlah	%
1	< Rp. 10.000	28	56
2	Rp. 10.500 - Rp. 20.000	22	44
3	Jumlah	50	100

Berdasarkan distribusi pada tabel 2 menunjukkan bahwa Jumlah Uang Jajan Anak Sekolah Dasar dengan kategori < Rp. 10.000 sebanyak 28 responden (56%) dan kategori Rp. 10.500 - Rp. 20.000 sebanyak 22 responden (44%)

3. Pola Makan Anak Sekolah Dasar Distribusi hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Pola Makan Anak Sekolah Dasar dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3 Distribusi Pola Makan Anak Sekolah Dasar

No	Pola Makan Anak	Responden	
		Jumlah	%
1	Baik	24	48
2	Tidak Baik	26	52
3	Total	50	100.0

Berdasarkan distribusi pada tabel 3 menunjukkan bahwa pola makan anak sekolah dasar dengan kategori baik sebanyak 24 responden (48%) dan kategori tidak baik sebanyak 26 responden (52%).

4. Pengaruh Pengetahuan Terhadap Pola Makan Anak Sekolah Dasar

Tabel 4 Pengaruh Pengetahuan Terhadap Pola Makan Anak Sekolah Dasar

Variabel		Pola Makan		Jumlah	Nilai P
		Baik	Tidak Baik		
Pengetahuan Anak	Baik	n	17	6	0.002
		%	11.0	12.0	
	Tidak Baik	n	7	20	
		%	13.0	14.0	
Jumlah		n	24	26	
		%	24.0	26.0	

Pengaruh antara variabel pengetahuan terhadap pola makan anak sekolah dasar pada tabel 4 dapat dilihat dari hasil analisis statistik menunjukkan nilai p value = 0.002 < 0.05 berarti disimpulkan ada pengaruh antara pengetahuan terhadap pola makan anak sekolah dasar.

5. Pengaruh Jumlah Uang Jajan Terhadap Pola Makan Anak Sekolah Dasar

Tabel 5 Pengaruh Jumlah Uang Jajan Terhadap Pola Makan Anak Sekolah Dasar

Variabel		Pola Makan		Jumlah	Nilai P
		Baik	Tidak Baik		
Jumlah Uang Jajan	< Rp. 10.000	n	19	9	0.004
		%	13.4	14.6	
	Rp. 10.500- Rp. 20.000	n	5	17	
		%	10.6	11.4	
Jumlah		n	24	26	
		%	24.0	24.0	

Pengaruh antara variabel jumlah uang jajan terhadap pola makan anak sekolah dasar pada tabel 5 dapat dilihat dari hasil analisis statistik menunjukkan nilai p value =

0.004 < 0.05 berarti disimpulkan ada pengaruh antara jumlah uang jajan terhadap pola makan anak sekolah dasar.

Pola makan yang sehat dan seimbang pada anak sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan mereka. Namun, saat ini anak menghadapi masalah pola makan yang tidak sehat, seperti konsumsi makanan cepat saji, camilan tinggi gula, dan rendahnya asupan nutrisi yang penting.

KESIMPULAN

Pengaruh pengetahuan terhadap pola makan yang didapatkan dari hasil analisis statistik adalah p value = 0.002 < 0.05 berarti disimpulkan ada pengaruh antara pengetahuan terhadap pola makan anak sekolah dasar. Pengaruh uang jajan terhadap pola makan yang didapatkan dari hasil analisis statistik adalah p value = 0.004 < 0.05 berarti disimpulkan ada pengaruh antara jumlah uang jajan terhadap pola makan anak sekolah dasar.

SARAN

Setiap anak memiliki preferensi dan kebutuhan makanan yang berbeda. Penting untuk memberikan dukungan dan melibatkan anak dalam proses menciptakan pola makan yang sehat dan menyenangkan bagi mereka.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih yang sebesar-besarnya diberikan kepada sekolah yang telah bersedia menerima peneliti untuk melakukan penelitian ini, serta kepada semua individu yang terlibat dan memberikan dukungan dalam menyelesaikan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2014). *Gizi dan Kesehatan Balita Peranan Micro Zinc pada Pertumbuhan Balita*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Kemenkes RI. (2014). *Dirjen bina gizi. Pedoman gizi seimbang*. Kemenkes RI.
- Kemenkes RI. (2018) *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia Tahun 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI.

- Jensen, R., Miller, N. H., & Kolotourou, M. (2016). Economic Factors and Childhood Obesity: A Systematic Review. *Childhood Obesity*, 12(5), 314-325.
- Lampuré A, Castetbon K, Hanafi M, et al. (2011) The sociodemographic and nutritional characteristics of schoolchildren in France: Association with the school meals and their dietary habits. *Br J Nutr*. doi:10.1017/S0007114510004380
- Noviyani, E. P. dkk (2019) Hubungan Peran Orang Tua dan Pola Asuh Makan terhadap Perkembangan Balita.
- Riskesdas. (2018). *Riset Kesehatan Dasar, Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia*, Jakarta.
- Semito, M. N. L. (2014). *Hubungan Antara Pengetahuan, Pola Konsumsi Jajanan dan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar Di Wilayah kabupaten Cilacap*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Supariasa, I.D.N. dkk. (2013). *Penilaian Status Gizi (Edisi Revisi)*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.