

## Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Pemilihan Makanan Balita Di Kalurahan Margokaton, Seyegan, Sleman, Yogyakarta

<sup>1</sup> Wafiq Yunianti, <sup>2</sup>Ambar Rukmini dan <sup>1</sup>Rina Setyaningsih

<sup>1</sup> Program Studi Pendidikan Vokasional Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan, Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa, Jl. Batikan, UH-III Jl. Tuntungn No. 104, Tahunan, kec. Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55167.

<sup>2</sup> Program Studi Teknologi Pangan, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Widya Mataram, Jl.KT III/237, Jalan Dalem Mangkubumen, Kadipaten, Kecamatan Kraton, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55132.

\*e-mail korespondensi: [wafiqyunianti17@gmail.com](mailto:wafiqyunianti17@gmail.com)

Article Info	Abstract
<p><b>Keywords:</b> Consumer satisfaction, Coffee drinks, Wulung Coffee, Yogyakarta</p>	<p><i>This study aims to determine:1) Mothers knowledge by toddlers according to their age and development, 2) How do mothers choose food for toddlers, 3) Analyze whether there is a relation between maternal nutritional knowledge and toddler food choices in the hamlets of Ngaran and Sonoharjo, Margokaton, Seyegan, Sleman, Yogyakarta. The research is a quantitative descriptive research with the population in this research being mothers from the hamlets of Ngaran and Sonoharjo, Margokaton, Seyegan, Sleman, Yogyakarta, which has toddlers aged 6 month to 5 years with a population of 70 people. Instrument testing for validity testing uses product moment correlation with N=41 and a significance level of 5%, so the rtable is= 0,273. Reability test uses Cronbach Alpha with a coefficient of 0,848. The data analysis technique uses descriptive statistical analysis (mean, median, modus, standard deviation) and correlation analysis to search for two variables and hypothesis testing using product moment correlation which is preceded by analysis prerequisite test. Research results show that: 1) Mothers knowledge about nutrition included in the medium category with a frequency of 51,2%. 2) The choice of food for toddlers made by mothers in Ngaran and Sonoharjo hamlets is included in the high category with frequency of 48,8%. 3) There is a positive relations between maternal nutritional knowledge and toddler food choices with the calculated r result of 0,614 with N=41 at significance level of 5%, namely 0,273 or conclulation of 0,614&gt;0,273.</i></p>
Info Artikel	Abstrak
<p><b>Kata Kunci:</b> Kepuasan Konsumen, Minuman Kopi, Kopi Wulung, Yogyakarta</p>	<p>Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : 1) Pengetahuan ibu tentang gizi yang dibutuhkan balita sesuai umur dan perkembangannya, 2) Cara ibu memilih makanan untuk balita, 3) Menganalisis ada tidaknya hubungan pengetahuan gizi ibu dengan pemilihan makanan balita di Dusun Ngaran dan Sonoharjo, Margokaton, Seyegan, Sleman, Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan populasi Ibu-ibu Dusun Ngaran dan Sonoharjo, Sleman, Yogyakarta, yang memiliki balita usia 6 bulan hingga 5 tahun dengan jumlah 70 orang. Pengujian instrumen untuk uji validitas menggunakan korelasi <i>product moment</i> dengan N = 41 dan taraf signifikan 5% maka r tabel = 0,273. Uji reabilitas menggunakan <i>Alpha Cronbach</i> dengan koefisien 0,848. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis statistik deskriptif (<i>mean, median, modus, standar deviasi</i>) dan analisis korelasi untuk mencari dua variabel dan uji hipotesis menggunakan korelasi <i>product moment</i> yang didahului dengan uji prasyarat analisis. Hasil penelitian menunjukkan : 1) pengetahuan ibu tentang gizi di Dusun Ngaran dan Sonoharjo termasuk kategori sedang dengan frekuensi 51,2%. 2) pemilihan makanan balita yang dilakukan ibu di Dusun Ngaran dan Sonoharjo termasuk dalam kategori tinggi dengan frekuensi 48,8%. 3) Adanya hubungan yang positif antara pengetahuan gizi ibu dengan pemilihan makanan balita dengan perhitungan hasil r hitung 0,614 dengan N=41 pada</p>

taraf signifikan 5% yaitu 0,273 atau disimpulkan r hitung sebesar 0,614 > 0,273.
--

## I. PENDAHULUAN

Gizi merupakan zat makanan pokok yang diperlukan bagi pertumbuhan dan kesehatan tubuh. Gizi ialah penggunaan zat makanan secara normal dalam mempertahankan hidup yaitu melalui proses transportasi, digesti, metabolisme, penyimpanan dan pengeluaran zat yang tidak digunakan dan menghasilkan energi (Supariasa *et al.*, 2017). Status gizi yang baik dicapai ketika tubuh menerima kecukupan nutrisi untuk menggunakannya secara efektif, memastikan pertumbuhannya fisik, berkembangnya otak, kinerja, dan kesehatan secara keseluruhan. Malnutrisi ialah ketika tubuh kurang satu atau lebih nutrisi penting (Almatsier, 2015).

Pemilihan makanan yang sesuai dan tepat diperlukan agar tidak terjadi kekurangan gizi dan nutrisi pada masa perkembangan dan pertumbuhan anak. Perkembangan dan pertumbuhan pada usia balita terbilang sangat penting (*golden age*). Oleh karena itu dibutuhkan banyak suplai dan sumber gizi dalam jumlah yang cukup dan harus yang tepat. Pola asuh dan pemberian makanan pada balita akan memiliki peran yang besar yaitu kecukupan gizi dan nutrisi pada balita itu sendiri.

Pangan dan gizi sangat berkaitan erat karena gizi seseorang sangat tergantung pada kondisi pangan yang dikonsumsinya. Masalah pangan antara lain menyangkut ketersediaan pangan dan kerawanan konsumsi pangan yang dipengaruhi oleh kemiskinan, rendahnya pendidikan dan adat atau kepercayaan yang terkait dengan tabu makanan. Sementara, permasalahan gizi tidak hanya terbatas pada kondisi kekurangan gizi saja, melainkan tercakup pula kondisi kelebihan gizi (Baliwati, 2004). Untuk menghindari bahkan mencegah gizi buruk pada anak maka ibu harus mengatur ketika memberikan makanan. Kurangnya pengetahuan tentang gizi dapat menyebabkan gangguan gizi.

Ketika seorang ibu mengolah makanan dengan baik maka akan semakin baik juga pola makan dalam keluarga. Adapun asupan gizi dalam makanan tentu harus diperhatikan karena memiliki pengaruh pada kebaikan gizi sekeluarga terutama anak. Tugas ibu umumnya sangat penting dalam keluarga meliputi pemilihan, mengolah, serta mengatur makanan. Gizi yang kurang pada balita mengakibatkan pertumbuhan dan perkembangan anak kurang maksimal. Pada usia anak saat pra sekolah sangat bergantung pada pemberian makanan dengan anjuran yang baik dan benar.

Angka *stunting* di Indonesia masih tinggi dan kabupaten Sleman juga masih terdapat angka yang cukup tinggi. Hasil pengukuran status gizi pada bulan Agustus 2022 yang ditunjukkan dalam web [slemankab.go.id](http://slemankab.go.id) terdapat 50.877 balita menunjukkan bahwa terdapat 6,88% atau sebanyak 3.499 anak. Penyebab faktor angka *stunting* tinggi yaitu jumlah ibu yang memiliki pengetahuan tentang pemberian asupan gizi atau makanan yang dibutuhkan oleh balita masih rendah. Selain itu juga cara pengolahan yang kurang tepat yang mengakibatkan bahan makanan menjadi kehilangan kandungan nutrisinya. Hal tersebut mengakibatkan terganggunya tumbuh kembang anak-anak terutama balita yang memasuki usia keemasan atau *golden age* karena asupan gizi yang dimasak hilang

mengakibatkan balita tidak mendapatkan nutrisinya. Metode penelitian yaitu kuantitatif, yang berfokus dari pengumpulan data, penafsiran data dan hasil dari data penafsiran data dan hasil dari data.

a. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasi yang digunakan untuk mencari hubungan dua variabel dan akan dicari koefisien korelasinya. Menurut (Sugiyono, 2016), penelitian kuantitatif adalah metode penelitian dengan landasan filsafat untuk meneliti populasi atau sampel data menggunakan instrumen penelitian dan analisis data bersifat kuantitatif. Tujuan penelitian ini untuk mengamati variabel tentang pengetahuan gizi ibu dengan pemilihan makanan untuk balita kemudian mencari hubungan antara dua variabel tersebut.

b. Variabel Penelitian

Sugiyono (2016) mengatakan bahwa variabel penelitian ialah nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti dengan menarik kesimpulan. Dengan kata lain variabel penelitian ialah gambaran masalah dalam penelitian sehingga menjadi bahan penelitian. Terdapat dua variabel di penelitian yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

1) Variabel bebas

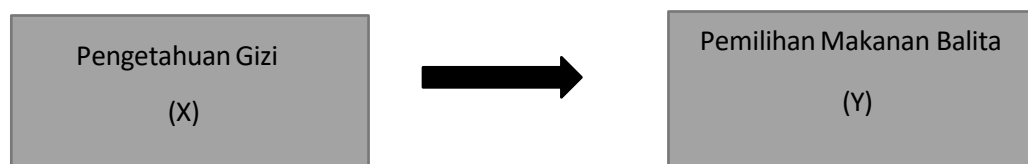
Variabel bebas (X) merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan dari adanya suatu variabel dependen atau variabel terikat. Dalam penelitian ini yang termasuk variabel bebas adalah pengetahuan gizi.

2) Variabel terikat

Variabel terkait (Y) sendiri merupakan variabel yang dipengaruhi akibat dari variabel bebas. Penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah pemilihan makanan balita.

c. Paradigma Penelitian

Paradigma penelitian adalah suatu model pemikiran yang memungkinkan adanya toleransi antar variabel yang berbeda dan mencerminkan jenis dan jumlah permasalahan yang akan dianalisis dan dijawab melalui penelitian, hipotesis, jenis dan jumlah hipotesis. teknologi yang digunakan. Paradigma penelitian yang diterapkan dalam penelitian ini adalah paradigma khas, yaitu dengan menggunakan dua variabel” (Sugiyono, 2016). Variabel tersebut terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat yang dapat digambarkan di bawah ini:



Gambar 1. Paradigma Penelitian

## 1. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini terdapat dua variabel yakni variabel bebas X (Pengetahuan Gizi) dan variabel terikat Y (Pemilihan Makanan Balita). Perhitungan ini akan mencari mean median, modus serta standar deviasi seperti berikut ini:

**Tabel 1.**  
**Rangkuman Data Penelitian**

Var	Skor Ideal						Skor Observasi					
	Max	Min	Mean	Median	Modus	SD	Max	Min	Mean	Median	Modus	SD
X	72	18	9	50,8	51,0	4	69	48	57,3	56,0	53,0	5,8
Y	112	28	14	79,5	80,4	4	93	72	81,5	82	84	5,1

Penghitungan data terkait hubungan pengetahuan gizi (X) dengan pemilihan makanan balita dilakukan dengan cara menghitung jumlah kelas berdasarkan rumus Sturges yaitu  $K = 1 + 3,3 \log N$  dan menghitung rentan data. Berdasarkan rumus di atas, maka jumlah kelas interval data hubungan pengetahuan gizi adalah

$$K = 1 + 3,3 \log 41 = 1 + 3,3 (1,612) = 6,319 \text{ panjang kelas interval Y adalah } \frac{72-18}{6,3} = \frac{54}{6,3} = 8,5$$

Kristanto (2018) mengatakan bahwa data ialah fakta tentang objek yang mempengaruhi derajat ketidakpastian tentang suatu keadaan atau kejadian berkurang. Data sendiri diambil dengan tujuan untuk mengamati dan mencari tahu kebenaran hal yang akan diteliti untuk memperlancar sebuah penelitian. Rangkuman data di atas merupakan hasil dari penjumlahan yang sudah diambil dari responden untuk diolah lebih lanjut menjadi sebuah data untuk menghasilkan pertanyaan-pertanyaan yang menghasilkan data akhir yang komplit serta utuh menjadi sebuah data. Hasil dari distribusi data dapat dilihat pada Tabel 2.

**Tabel 2. Data Pengetahuan Gizi**

No	Kelas	Frekuensi	Relatif (%)
1.	18-26	5	12,2
2.	27-36	14	34,1
3.	37- 46	10	24,4
4.	47- 56	8	19,5
5.	57- 66	2	4,9
6.	67-75	2	4,9
<b>Total</b>		<b>41</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas data variabel hubungan pengetahuan gizi, maka frekuensi tertinggi adalah 14 yang dimana terdapat kelas interval antara 27-36 dengan frekuensi relatif 34,1%. Sedangkan frekuensi terendah adalah 2 yang terdapat kelas interval antara 57-66 dan 67-75 dengan frekuensi relatif 4,4%. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan (Wahyuni, 2016) yang berjudul hubungan tingkat pengetahuan

ibu tentang gizi. Dimana pengetahuan gizi dari ibu balita didapatkan dari petugas kesehatan. Sama halnya dengan hasil penelitian di atas bahwa hubungan pengetahuan gizi ibu yang memiliki rentang kelas 27 hingga 36 dengan frekuensi yang paling banyak yaitu 14, yang artinya pengetahuan ibu tentang gizi termasuk ke dalam hal yang cukup. Berdasarkan uraian dalam soal angket pada pemilihan makanan yang baik bertujuan untuk meningkatkan gizi balita, rata-rata responden menjawab dengan pengetahuan yang mereka tau atau sesuai dengan pengalamannya yaitu menjawab ke dalam hal yang positif sehingga menghasilkan jawaban yang masuk ke frekuensi paling banyak tersebut dengan rentang nilai 27 sampai 36.

Deskripsi variabel Y yaitu pemilihan makanan balita di dusun Ngaran dan Sonoharjo yang dilakukan dengan menghitung jumlah kelas dengan rumus Sturges yaitu  $K = 1 + 3,3 \log N$  dan menghitung rentang data. Berdasarkan rumus di atas, jumlah interval data adalah  $K = 1 + 3,3 (1,612) = 6,319$  dan dibulatkan menjadi 6 serta panjang kelasnya adalah  $\frac{112-28}{6,3} = \frac{84}{6,3} = 13,3$  Hasil distribusi frekuensi dijelaskan Tabel 3.

**Tabel 3.**  
**Distribusi Frekuensi Pemilihan Makanan**

No	Kelas	Frekuensi	Relatif (%)
1.	28-41	6	14,6
2.	42-55	13	31,7
3.	56-69	6	14,6
4.	70-84	7	17,1
5.	85-98	7	17,1
6.	99-112	2	4,9
<b>Total</b>		<b>41</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel frekuensi data dalam variabel pemilihan makanan balita di atas, didapatkan hasil frekuensi tertinggi adalah 13 yang terdapat pada kelas interval antara 42-55 dengan frekuensi relatif 31,7%, sedangkan frekuensi terendah terdapat pada kelas interval antara 99-112 dengan frekuensi relatif 4,9%.

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan dan sudah dianalisis, terdapat dua variabel yang ada pada penelitian ini, yaitu hubungan pengetahuan gizi dan pemilihan makanan balita, maka pembahasan tentang hasil penelitian dan analisis sebagai berikut:

#### 1. Pengetahuan gizi orang tua di Dusun Ngaran dan Sonoharjo

Pengetahuan gizi orang tua khususnya ibu atau yang mengasuh balita di Dusun Ngaran dan Sonoharjo, Margokaton, Seyegan, Sleman, Yogyakarta dilihat dalam pengambilan angket kepada 41 responden dengan jumlah 46 butir yaitu termasuk kedalam kategori yang “sedang” terletak dalam interval skor 41 sampai 49 dengan frekuensi 21 orang atau sekitar 51,2% dari 41 responden.

Hal ini menunjukkan adanya hubungan terkait pengetahuan gizi ibu terhadap pemilihan makanan balita di Dusun Ngaran dan Sonoharjo dikarenakan beberapa faktor yang menjadi penyebab yang memungkinkan di luar dari penelitian ini.

Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan yang aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengolah makanan yang baik agar zat gizi dalam makanan tidak hilang serta bagaimana hidup sehat (Notoatmodjo, 2007). Menurut (Almatsir, 2002), pengetahuan gizi adalah sesuatu yang diketahui tentang makanan dalam hubungannya dengan kesehatan optimal.

Diketahui jika tingkat pengetahuan gizi memiliki pengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan dan dapat menjadi penentu mengetahui mengonsumsi (Sediaotama, 2012). Selain itu pengetahuan terkait gizi baik akan mengembangkan sikap gizi yang baik pula sehingga dalam kehidupannya dapat mengarahkan perilaku secara langsung (Khomsan, 2021).

Masalah gizi lebih jelas merupakan masalah perilaku konsumsi yang keliru, yang disebabkan rendahnya pengetahuan dan kesadaran gizi masyarakat. Namun, walaupun pengetahuan merupakan bagian dari kawasan perilaku, tapi belum menjamin bahwa seseorang dengan pengetahuan yang cukup memiliki perilaku yang sama (Kodyat, 1996).

## 2. Pemilihan makanan balita

Pemilihan makanan balita yang dilakukan orang tua balita di Dusun Ngaran dan Sonoharjo, Margokaton, Seyegan, Sleman, Yogyakarta, dalam penelitian ini pemilihan makanan balita yang sudah dianalisis termasuk dalam kategori “tinggi” dengan rentang 77 sampai 91 dengan frekuensi 20 dan relatif sekitar 51,2%.

Apabila dalam memilih makanan dan pengetahuan gizi masih rendah maka dapat menimbulkan masalah gizi (Sediaotama, 2012). Pemilihan makanan sangat penting untuk dilakukan oleh ibu, sebab dari pemilihan makanan tersebut dapat menciptakan hasil yang baik jika dalam pemilihannya benar, tetapi akan terjadi sebaliknya jika pemilihannya tidak benar. Dampak yang dihasilkan dari pemilihan makanan untuk balita yang tidak benar adalah kekurangan gizi hingga mengalami gizi buruk.

## 3. Hubungan pemilihan makanan di Desa Ngaran dan Sonoharjo, Margokaton, Seyegan, Sleman, Yogyakarta.

Dari hasil uji analisis didapatkan  $r$  hitung 0,614 dengan  $N= 41$  pada taraf signifikan 5% yaitu 0,396 atau dapat disimpulkan  $r$  hitung sebesar  $0,614 > 0,279$  dan disimpulkan adanya hubungan positif dan signifikan dalam penelitian ini atau dapat disimpulkan adanya hubungan antara pengetahuan gizi dengan pemilihan makanan balita.

Perilaku konsumsi makanan, seperti halnya perilaku individu, keluarga, dan masyarakat lainnya, dipengaruhi oleh intuisi, atau berkaitan perilaku pantas. Sistem nilai perilaku dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu terhadap informasi pangan dan gizi dari berbagai sumber (Notoatmodjo, 2007).

Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa pengetahuan gizi ibu berpengaruh terhadap pemilihan makanan untuk balita, sebab dari pengetahuan gizi ibu dapat berpengaruh baik untuk menghasilkan makanan yang berkualitas baik untuk balita, serta balita dapat mendapatkan asupan yang maksimal dari pemilihan makanan yang baik tersebut.

## 2. KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis pada pembahasan sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan bahwa pengetahuan gizi ibu di Kalurahan Margokaton khususnya di Dusun Ngaran dan Sonoharjo, Margokaton, Seyegan, Sleman, Yogyakarta, termasuk ke dalam kategori sedang dengan hasil analisis data 51,2% dari frekuensi relatif 100% dengan frekuensi 21 orang dari seluruh responden yang berjumlah 41 orang. Pemilihan makanan balita di Dusun Ngaran dan Sonoharjo, termasuk dalam kategori tinggi yang artinya pemilihan makanan untuk balita sudah baik didapatkan dengan hasil 48,8% pada kategori sedang dari frekuensi relatif 100% dengan frekuensi 20 orang dari 41 responden. Terdapat hubungan positif antara pengetahuan gizi ibu dengan pemilihan makanan untuk balita di Kalurahan Margokaton khususnya Dusun Ngaran dan Sonoharjo, Margokaton, Seyegan, Sleman, Yogyakarta, dengan nilai  $r_{hitung}$  sebesar  $0,614 > r_{tabel} 0,273$ .

### B. Saran

Berdasarkan dari yang sudah dilakukan serta kesimpulan yang sudah diutarakan di atas maka dapat berikan saran sebagai berikut : Bagi masyarakat Ngaran dan Sonoharjo Dari hasil penelitian yang sudah didapatkan, masyarakat Ngaran dan Sonoharjo, Margokaton, Seyegan, Sleman, Yogyakarta, khususnya untuk ibu- ibu yang memiliki balita disarankan agar memberikan makanan yang sehat serta bergizi pada anaknya agar mendapatkan asupan gizi yang cukup untuk tubuhnya. Bagi peneliti, diharapkan penelitian ini menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya, agar dapat dikaji lebih dalam lagi mengenai hubungan pengetahuan gizi dengan pemilihan makanan balita.

## 3. DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier,S. (2002). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Almatsier, S. (2015). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi edisi ke 9*. Jakarta : PT.Gramedia Pustaka. Utama
- Baliwati, dan K Roosita. (2004). *Pengantar Pangan dan Gizi*. Depok: Penebar Swadaya
- Kristanto, A. (2018). *Perancangan Sistem informasi dan Aplikasinya*. Yogyakarta: Gava Media.
- Khomsan A. (2021). *Teknik Pengukuran. Pengetahuan Gizi*. Bogor: IPB Press
- Kodyat, B. (1996). *Nutritional In Indonesia : Problems, Trends, Strategy and. Program Directorate of Community Nutrition*. Departement of Health. Jakarta
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Saraswati, P. M. I. (2022). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu Terhadap Asupan Gizi Balita Usia 0-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Seputih Raman Kabupaten Lampung Tengah*. Skripsi, 1–48.

- Sediaoetama, A. D. (2012). *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi Jilid 1*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D, Cetakan ke-24*. Bandung: Alfabeta
- Supriasa, I. D., Bakri, B., & Fajar, I. (2016). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Penerbit. Buku Kedokteran EGC.