

Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu dan Tingkat Pendapatan Keluarga dengan Tingkat Konsumsi Sayur dan Buah pada Anak Usia Sekolah di Desa Babakan

(The relationship between maternal nutritional knowledge and family income with the level of vegetable and fruit consumption in school-aged children in Babakan Village)

Mustika Ningrum, Resa Ana Dina*, dan Elsa Fajriah

Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB University, Bogor 16680, Indonesia

ABSTRACT

Consuming vegetables and fruit is an important requirement for achieve balanced nutrition in school-aged children. Parents act as educators and initiators to get children used to eat vegetables and fruit. This study aims to analyze the relationship between maternal nutritional knowledge and family income level with the level of vegetable and fruit consumption of school-aged children in Babakan Village. This research used a cross sectional design with 37 subjects selected using purposive sampling. Data collection was carried out through interviews using questionnaires and FFQ. This research was conducted in August-November 2023 in Babakan Village, Dramaga District, Bogor Regency. Based on data analysis, the majority of mothers (59%) have a good level of nutritional knowledge. Most families (49%) have very high incomes. Meanwhile, the level of vegetable and fruit consumption of school-aged children is mostly (89%) dominant in the low category. The results of the Rank Spearman Correlation test show that there is a significant relationship between maternal nutritional knowledge with school-age children's consumption of vegetables and fruit ($p < 0.05$) with a fairly strong positive correlation coefficient ($0.40 < (r) \leq 0,70$). Meanwhile, there is no significant relationship between family income level with vegetable and fruit consumption in school-age children ($p > 0.05$).

Keywords: consumption of vegetables and fruit, family income, maternal nutritional knowledge, school age children

ABSTRAK

Konsumsi sayur dan buah merupakan salah satu syarat penting dalam pemenuhan gizi seimbang pada anak usia sekolah. Orang tua berperan sebagai edukator dan inisiator untuk membiasakan anak-anak mengonsumsi sayur dan buah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan gizi ibu dan tingkat pendapatan keluarga dengan tingkat konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah di Desa Babakan. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan subjek berjumlah 37 orang yang dipilih secara *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner dan FFQ. Penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus-November 2023 di Desa Babakan, Kecamatan Dramaga, Kabupaten Bogor. Berdasarkan analisis data, mayoritas ibu (59%) memiliki tingkat pengetahuan gizi yang baik. Sebagian besar keluarga (49%) memiliki pendapatan yang tergolong sangat tinggi. Adapun tingkat konsumsi sayur dan buah anak usia sekolah sebagian besar (89%) dominan pada kategori kurang. Hasil uji *Rank Spearman Correlation* menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi ibu dengan konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi (r) positif cukup kuat ($0,40 < (r) \leq 0,70$). Sedangkan, tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pendapatan keluarga dengan konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah ($p > 0,05$).

Kata kunci: anak usia sekolah, konsumsi sayur dan buah, pendapatan keluarga, pengetahuan gizi ibu

*Korespondensi:

resaanadina@apps.ipb.ac.id

Resa Ana Dina

Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB University, Bogor 16680, Indonesia

PENDAHULUAN

Konsumsi sayur dan buah merupakan salah satu syarat penting dalam pemenuhan gizi seimbang pada setiap tahap usia, termasuk anak usia sekolah. Anak usia sekolah dibagi menjadi dua periode, yakni periode kelas 1 sampai 3 (6–9 tahun) dan periode kelas 4 sampai 6 (10–12 tahun) (Harfiyanto 2019). Anak usia sekolah rentan terhadap masalah kesehatan terutama masalah gizi. Salah satu masalah yang cenderung dialami anak usia sekolah adalah konsumsi energi tinggi namun rendah serat (Putri *et al.* 2022) karena rendahnya konsumsi sayur dan buah. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, sebanyak 95,5% penduduk Indonesia berumur ≥ 5 tahun kurang mengonsumsi sayur dan buah (Kemenkes 2018). Rekomendasi konsumsi sayur dan buah menurut Pedoman Gizi Seimbang untuk balita dan anak usia sekolah adalah 300–400 g atau setara dengan 5 porsi perhari (Permenkes 2014). Konsumsi sayur dan buah harian yang tidak tercukupi dapat menyebabkan ketidakseimbangan asam basa tubuh sehingga mudah terserang penyakit (Wahyuni & Nugroho 2021). Selain itu, kurangnya konsumsi sayur dan buah dapat meningkatkan risiko obesitas pada anak-anak (Anggraeni *et al.* 2017). Berdasarkan data Riskesdas (2018), masalah kelebihan berat badan pada anak usia sekolah masih tinggi dengan prevalensi nasional anak gemuk dan obesitas sebesar 9,2%.

Konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah dapat dipengaruhi oleh pengetahuan gizi dan pendapatan keluarga. Winiastri (2020) menyatakan bahwa orang tua terutama ibu wajib memiliki pengetahuan tentang pemberian makanan yang bergizi untuk memenuhi kebutuhan gizi yang diperlukan anak untuk tumbuh dan berkembang. Sementara itu, tingkat pendapatan keluarga menggambarkan kemampuan keluarga membeli bahan makanan (Mahira *et al.* 2024). Semakin tinggi pendapatan keluarga semakin tinggi pula daya beli sayur dan buah (Rachman *et al.* 2017). Penelitian oleh Cahyani (2020), menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan gizi ibu dan status ekonomi keluarga dengan asupan sayur dan buah anak usia sekolah. Oleh karena itu, peran orang tua sebagai *educator* dan inisiator dalam keluarga dapat membantu membiasakan anak-anak untuk mengonsumsi sayur dan buah (Herlina *et al.*

2022).

Uraian di atas menjadi dasar dilakukannya penelitian yang bertujuan mengidentifikasi pengetahuan gizi ibu, pendapatan keluarga, dan konsumsi sayur dan buah anak usia sekolah, serta menganalisis hubungan pengetahuan gizi ibu dengan tingkat konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah dan hubungan tingkat pendapatan keluarga dengan tingkat konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah di Desa Babakan.

METODE

Desain, tempat, dan waktu

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional study*. Penelitian dilakukan pada bulan Agustus hingga November 2023 di Desa Babakan, Kecamatan Dramaga, Kabupaten Bogor, Jawa Barat.

Jumlah dan cara pengambilan subjek

Populasi pada penelitian ini adalah keluarga dan ibu anak usia sekolah (6–12 tahun) di Desa Babakan, Kecamatan Dramaga, Kabupaten Bogor. Pengambilan subjek dilakukan dengan metode *purposive sampling*. Kriteria inklusi dalam pengambilan subjek adalah keluarga dan ibu yang memiliki anak usia 6–12 tahun, bertempat tinggal di Desa Babakan, Kecamatan Dramaga, Kabupaten Bogor, dan bersedia menjadi subjek. Perhitungan jumlah subjek minimal menggunakan rumus Lemeshow *et al.* (1997) dengan populasi tidak diketahui:

$$n = \frac{Z_{1-\alpha/2}^2 P(1-P)}{d^2}$$

Keterangan:

n : Jumlah sampel

Z : Skor Z pada kepercayaan 95% = 1,96

P : Prevalensi *outcome* (Obesitas) = 9,2% = 0,092

d : tingkat ketelitian = 10% = 0,1

Jumlah subjek minimal yang diperoleh dengan tingkat ketelitian 10% adalah sebanyak 32 subjek. Adapun jumlah subjek pada penelitian ini sudah mencukupi yaitu sebanyak 37 subjek. Semua subjek yang dipilih sudah sesuai dengan kriteria inklusi.

Jenis dan cara pengumpulan data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer. Data primer meliputi karakteristik anak usia sekolah, tingkat pengetahuan gizi ibu, pendapatan keluarga, dan data konsumsi sayur dan buah anak usia sekolah (FFQ). Data diperoleh melalui wawancara secara langsung dan terstruktur dengan mengisi kuesioner yang dipandu oleh enumerator. Wawancara terkait *quantitative food frequency* (FFQ) juga dilakukan untuk memperoleh data tingkat konsumsi sayur dan buah anak selama satu bulan terakhir.

Pengolahan dan analisis data

Data yang diperoleh diolah dan dianalisis menggunakan *software Microsoft Excel 2016* dan *Statistical Package for Social Science (SPSS)* versi 27. Tahapan pengolahan data terdiri atas *entry, coding, editing, cleaning, dan analyzing*. Analisis statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik subjek, tingkat pengetahuan gizi ibu, tingkat pendapatan keluarga, dan tingkat konsumsi sayur dan buah anak usia sekolah. Uji normalitas dilakukan menggunakan uji *Saphiro-Wilk* untuk mengetahui sebaran data. Sementara itu, uji *Rank Spearman Correlation* digunakan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi ibu dan tingkat pendapatan keluarga dengan tingkat konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Subjek. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 37 subjek. Sebanyak 48,6% subjek berjenis kelamin laki-laki dan 51,4% subjek berjenis kelamin perempuan. Jumlah subjek menurut kelompok usia adalah sebanyak 51,4% berusia 6–9 tahun dan 48,6% berusia 10–12 tahun dengan rata-rata usia subjek $9,41 \pm 1,86$ tahun.

Mayoritas ayah dan ibu subjek memiliki pendidikan terakhir SMA/Sederajat berturut-turut sebesar 43,2% dan 32,4%. Hal ini menunjukkan mayoritas orang tua subjek memiliki tingkat pendidikan yang cukup baik. Mayoritas ayah subjek bekerja pada bidang jasa/sector lainnya (32,4%). Sebagian besar ibu subjek (54,4%) tidak bekerja atau menjadi ibu rumah tangga.

Berdasarkan jumlah anggota keluarga, sebagian besar subjek berasal dari keluarga kecil

(81%) dengan jumlah anggota keluarga <4 orang. Sedangkan, 19% subjek lainnya berasal dari keluarga besar dengan jumlah anggota keluarga sebanyak >4 orang.

Tabel 1. Sebaran subjek berdasarkan kategori tingkat pengetahuan gizi ibu, tingkat pendapatan keluarga, dan tingkat konsumsi sayur dan buah anak

Variabel	n	%
Pengetahuan gizi		
- Baik	22	59
- Sedang	10	27
- Kurang	5	13
Pendapatan keluarga		
- Rendah (<Rp1.500.000)	1	3
- Sedang (Rp1.500.000–2.500.000)	12	32
- Tinggi (Rp2.500.000–3.500.000)	6	16
- Sangat tinggi (>Rp3.500.000)	18	49
Konsumsi sayur dan buah:		
- Kurang (<300 g)	33	89
- Cukup (\geq 300 g)	4	11

Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 59% ibu memiliki tingkat pengetahuan yang tergolong baik, 27% tergolong sedang, dan 13% tergolong buruk. Hal ini berarti sebagian besar ibu sudah memiliki pengetahuan yang baik mengenai gizi anak. Herlina *et al.* (2022) menyatakan bahwa anak-anak yang memiliki ibu dengan pengetahuan gizi baik cenderung mengonsumsi buah dan sayur dengan frekuensi yang lebih banyak.

Tingkat Pendapatan Keluarga. Pendapatan keluarga berhubungan dengan penyediaan pangan dalam rumah tangga. Rakasiwi dan Kautsar (2021) membagi tingkat pendapatan keluarga menjadi empat, yakni rendah (<Rp1.500.000), sedang (Rp1.500.000–2.500.000), tinggi (Rp2.500.000–3.500.000), dan sangat tinggi (>Rp3.500.000). Hasil penelitian menunjukkan 49% keluarga memiliki pendapatan pada kategori sangat tinggi, sebanyak 39% pada kategori sedang, 16% tinggi, dan 3% lainnya tergolong rendah. Tingkat pendapatan keluarga memengaruhi kuantitas dan kualitas diet dalam keluarga. Rumah tangga yang berpendapatan tinggi cenderung memiliki kualitas diet yang lebih baik dibandingkan dengan rumah tangga

yang berpendapatan rendah (French *et al.* 2019).

Tingkat Konsumsi Sayur dan Buah.

Anjuran minimal konsumsi sayur dan buah untuk anak usia sekolah adalah sebanyak 300 gram/hari (Permenkes 2014). Sehingga, tingkat kecukupan konsumsi sayur dan buah dibagi menjadi dua kategori, yaitu kurang (<300 gram/orang/hari) dan cukup (≥ 300 gram/orang/hari). Adapun sebanyak 33 anak (89%) memiliki tingkat konsumsi sayur dan buah kategori kurang dan 4 orang (11%) anak lainnya memiliki tingkat konsumsi sayur dan buah pada kategori cukup. Hal ini menunjukkan konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah sebagian besar belum sesuai dengan Pedoman Gizi Seimbang.

Tabel 2. Uji korelasi antara tingkat pengetahuan gizi ibu dan tingkat pendapatan keluarga dengan tingkat konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah

Variabel	Tingkat konsumsi sayur dan buah	
	r	p-value
Pengetahuan gizi	0,493	0,002
Pendapatan	0,081	0,632

Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu dengan Tingkat Konsumsi Sayur dan Buah pada Anak Usia Sekolah. Hasil dari uji *Spearman Correlation* menunjukkan pengetahuan gizi ibu memiliki hubungan yang nyata dengan tingkat konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah ($p < 0,05$). Nilai koefisien korelasi (r) menunjukkan hubungan yang searah dengan hubungan yang cukup kuat ($0,40 < (r) \leq 0,70$). Artinya semakin baik pengetahuan gizi ibu maka semakin tinggi tingkat konsumsi sayur dan buah anak. Hal ini sejalan dengan penelitian Cahyani (2020) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan gizi ibu dengan asupan sayur dan buah anak usia sekolah. Penelitian yang dilakukan Putra (2016) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan gizi ibu dengan konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar. Menurut Herlina *et al.* (2022), ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik, anak-anaknya akan cenderung memiliki konsumsi buah dan sayur dengan frekuensi yang lebih banyak.

Pengetahuan gizi ibu salah satunya dipengaruhi oleh tingkat pendidikan ibu. Anak-anak yang memiliki ibu berpendidikan tinggi

cenderung mengonsumsi lebih banyak sayur dan buah setiap harinya (Ansem *et al.* 2014). Ibu yang memiliki pengetahuan gizi baik diharapkan memiliki kesadaran dan kemauan dalam menyediakan makanan yang bergizi untuk anak. Tingkat pengetahuan gizi ibu sebagai pengelola makanan dalam rumah tangga akan berpengaruh pada jenis bahan makanan yang dikonsumsi anaknya (Rahayu *et al.* 2019).

Hubungan Tingkat Pendapatan Keluarga dengan Tingkat Konsumsi Sayur dan Buah pada Anak Usia Sekolah. Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara tingkat pendapatan keluarga dengan tingkat konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah ($p > 0,05$). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Herlina *et al.* (2022) yang menemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pendapatan orang tua dengan konsumsi buah dan sayur anak. Keluarga yang memiliki pendapatan tinggi tidak menjamin konsumsi buah dan sayur anak cukup. Hal ini selaras dengan penelitian (Widyantari *et al.* 2018) yang menunjukkan bahwa keluarga berpendapatan tinggi cenderung membeli berbagai macam makanan untuk anaknya dan meningkatkan konsumsi makanan siap saji yang memiliki gizi tidak seimbang. Selain itu, Mohammad dan Madanijah (2015) juga menyatakan bahwa pendapatan keluarga tidak berpengaruh terhadap konsumsi sayur anak karena harga sayuran yang relatif terjangkau untuk kalangan masyarakat dengan ekonomi kaya maupun miskin.

KESIMPULAN

Sebagian besar ibu (59%) yang memiliki anak usia sekolah dasar (6-12 tahun) memiliki tingkat pengetahuan gizi yang baik. Mayoritas keluarga (49%) memiliki pendapatan yang tergolong sangat tinggi. Selain itu, tingkat konsumsi sayur dan buah anak usia sekolah sebagian besar (89%) dominan pada kategori kurang. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa pengetahuan gizi ibu berhubungan positif dengan tingkat konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah. Sedangkan, tingkat pendapatan keluarga tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan tingkat konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada konflik kepentingan penulis dalam menyiapkan artikel.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni AS, Sukartini T, Kristiawati. 2017. Consumption of fruit and vegetable with risk of obesity in school-age children. *Jurnal Ners.* 12(1):27-32. <https://doi.org/10.20473/jn.v12i1.3448>
- Ansem WJV, Schrijvers DT, Rodenburg G, Mheen DVD. 2014. Maternal educational level and children's healthy eating behaviour: role of the home food environment (Cross-sectional Results from The INPACT Study). *Int J Behav Nutr Phys Act.* 11(113): 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12966-014-0113-0>
- Cahyani RPFGI. 2020. Hubungan pengetahuan gizi ibu dan status ekonomi keluarga dengan asupan sayur dan buah anak usia sekolah di MI Darussalam Kecamatan Sambeng Kabupaten Lamongan [skripsi]. Surabaya: Universitas Nahdatul Ulama Surabaya.
- French SA, Tangney CC, Crane MM, Wang Y, Appelans BM. 2019. Nutrition quality of food purchases varies by household income: The SHoPPER Study. *BMC Public Health.* 19(231):1-7. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6546-2>
- Harfiyanto YD. 2019. Pengaruh media permainan lintasan arus terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang konsumsi buah dan sayur pada siswa di SDN 01 Tawangrejo Madiun [skripsi]. Madiun: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia.
- Herlina, Susan N, Elisabet. 2022. Status sosial ekonomi dan konsumsi buah dan sayur anak usia 6-10 tahun di TPA Babul Jannah Nabire. *Human Care Journal.* 7(3):571-576. <https://doi.org/10.32883/hcj.v7i3.2006>
- [Kemenkes RI] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Laporan Nasional Hasil Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lemeshow S, Hosmer DW, Klar J, Lwang SK. 1997. Besar Sampel dalam Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Mahira HA, Heryanto Y, Sharannie. 2024. Pengaruh pendapatan keluarga terhadap konsumsi buah serta status gizi pada usia remaja (10-18 tahun) di Desa Babakan, Kabupaten Bogor. *Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik.*3(1):66-71. <https://doi.org/10.25182/jigd.2024.3.1.66-71>
- Mohammad A, Madanijah S. 2015. Konsumsi buah dan sayur anak usia sekolah dasar di Bogor. *Jurnal Gizi Pangan.* 10(1):71-76.
- [Permenkes] Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang. 2014.
- Putra WK. 2016. Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar [skripsi]. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Putri ADP, Fatmawati I, Rozalina I. 2022. Pengetahuan sayur dan buah anak sekolah di Kecamatan Sawangan Kota Depok. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia.* 5(3):688-693. <https://doi.org/10.24912/jbmi.v5i3.22707>
- Rachman BN, Mustika IG, Kusumawati IGAW. 2017. Faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur siswa SMP di Denpasar. *Jurnal Gizi Indonesia.* 6(1):9-16. <https://doi.org/10.14710/jgi.6.1.9-16>
- Rahayu I, Jalinus N, Yuliana. 2019. Kontribusi pengetahuan gizi ibu dan pola asuh gizi terhadap status gizi anak balita di Jorong Sungai Salak Kenagarian Koto Tengah Kecamatan Tanjung Emas Kabupaten Tanah Datar. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora.* 8(2): 235-241. <https://doi.org/10.23887/jish-undiksha.v8i2.22376>
- Rakasiwi LS, Kautsar A. 2021. Pengaruh faktor demografi dan sosial ekonomi terhadap status kesehatan individu di Indonesia. *Kajian Ekonomi Keuangan.* 5(2):146-157. <https://doi.org/10.31685/kek.v5i2.1008>
- Wahyuni EN, Nugroho PS. 2021. Hubungan konsumsi sayur dan buah terhadap gizi kurang pada remaja. *Borneo Student Research.* 2(3): 2038-2044.
- Widyantari NMA, Nuryanto IK, Dewi KAP. 2018. Hubungan aktivitas fisik, pola makan, dan pendapatan keluarga dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar.

Ningrum *et al.*

Jurnal Riset Kesehatan Nasional. 2(2):1-8.
<https://doi.org/10.37294/jrkn.v2i2.121>

Winiastri D. 2020. Pengetahuan dan konsumsi buah dan sayur ibu dengan tingkat

konsumsi buah dan sayur pada anak pra sekolah. Jurnal Info Kesehatan. 10(1):300-306.