

**PENGARUH PENGETAHUAN GIZI,
STATUS SOSIAL EKONOMI, GAYA HIDUP DAN
POLA MAKAN TERHADAP STATUS GIZI ANAK
(Studi Kausal di Pos PAUD Kota Semarang
Tahun 2015)**

MYRNAWATI¹ - ANITA²

Universitas PGRI Semarang

Jln. Sidodadi Timur No. 24 Semarang

Telp: (024) 8316377

Email: anita.sagala@yahoo.com

***Abstract:** This study aims to determine the influence of knowledge of nutrition, socioeconomic status, and lifestyle and food pattern to nutritional status of early childhood in family. This study used a quantitative approach with survey method and the technique of path analysis, where the research was conducted in early childhood education units (Pos PAUD) at Semarang city, Central Java Province. The results showed that: (1) There is a direct effect of the positive nutritional knowledge of the nutritional status of early childhood, (2) There is a direct effect of the positive socio-economic status of the nutritional status of early childhood, (3) There is a direct effect of positive food pattern on nutritional status of early childhood, (4) There is a direct effect of positive knowledge of nutrition to food pattern, (5) There is a direct effect of the positive socio-economic status to food pattern, (6) There is a direct effect of positive knowledge of nutrition to lifestyle, (7) There is a direct influence positive socioeconomic against lifestyle, (8) There is a direct positive influence of lifestyle to food pattern. In conclusion, enriching the nutritional status of children in the family in Pos PAUD se-Kotamadya Semarang, it needs to be improved the knowledge of nutritional, socio-economic status, lifestyle and food pattern in the family.*

***Keywords:** Knowledge of Nutritional, Socio-Economic Status, Lifestyle, Food Pattern, Nutritional Status, Early Childhood*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pengetahuan gizi, status sosial ekonomi, gaya hidup dan pola makan terhadap status gizi anak usia dini dala keluarga. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei dan menggunakan teknik analisis jalur (path analysis). Tempat penelitian ini dilaksanakan di Pos PAUD Kota Semarang Propinsi Jawa Tengah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa : (1) Terdapat pengaruh langsung positif pengetahuan gizi terhadap status gizi anak usia dini , (2) Terdapat pengaruh langsung positif status sosial ekonomi terhadap status gizi anak usia dini , (3) Terdapat pengaruh langsung positif pola makan terhadap status gizi anak usia dini , (4) Terdapat pengaruh langsung positif pengetahuan gizi terhadap pola makan, (5) Terdapat pengaruh langsung positif status sosial ekonomi terhadap pola makan , (6) Terdapat pengaruh langsung positif pengetahuan gizi terhadap gaya hidup , (7) Terdapat pengaruh langsung positif sosial ekonomi terhadap gaya hidup, (8) Terdapat pengaruh langsung positif gaya hidup terhadap pola makan. Dengan demikian untuk memperbaiki status gizi anak dalam keluarga di Pos PAUD Kota Semarang, perlu untuk meningkatkan pengetahuan gizi, status sosial ekonomi, gaya hidup dan pola makan dalam keluarga.

Kata Kunci : Pengetahuan Gizi, Status Sosial Ekonomi, Gaya Hidup, Pola Makan, Status Gizi, anak usia dini

Hasil penelitian di bidang psikologi, fisiologi, dan gizi menyatakan bahwa separuh perkembangan kognitif berlangsung dalam waktu antara konsepsi hingga usia 4 tahun, dan 30 % dalam usia 4-8 tahun. Pada periode tersebut anak memerlukan zat gizi yang memadai agar kapasitas otak yang terbentuk dapat maksimum.

Sesuai dengan tahap perkembangan otak, sejak dari minggu ke empat pembuahan sampai lahir dan anak usia dini gizi amat berperan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan otak. Kekurangan gizi pada masa kehamilan menyebabkan bayi lahir dengan berat badan rendah. Hal ini disamping beresiko tinggi terhadap kematian pada usia dini, juga akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan dibawah normal apabila anak tersebut hidup. Kekurangan gizi pada masa bayi hingga usia 2 tahun dapat mengakibatkan terganggunya perkembangan mental dan kemampuan motoriknya, bahkan dapat mengakibatkan cacat

permanen. Oleh karena itu tugas terpenting PAUD adalah membantu dan mengembangkan secara optimal seluruh potensi anak, betapapun potensi yang mereka miliki, hal dikemukakan oleh Gutama (2004).

Menurut Genis Ginanjar (2009) pertumbuhan anak dipengaruhi oleh faktor makanan yang bergizi dan genetik. Sampai usia empat bulan, seorang anak bisa tumbuh dengan mengandalkan ASI dari ibunya. Itulah sebabnya ASI dapat dikatakan sebagai makanan terlengkap di dunia. Setelah melewati empat bulan anak harus mendapatkan makanan tambahan lain disamping ASI. ASI sendiri tetap harus diberikan sampai anak berusia dua tahun.

Pertumbuhan anak-anak di negara-negara berkembang termasuk Indonesia ternyata selalu tertinggal dibandingkan anak-anak di negara maju. Pada awalnya kita menduga faktor genetik adalah penyebab utamanya. Namun kajian tentang tumbuh kembang anak membuktikan bahwa bayi di Indonesia sampai usia 6 bulan mempunyai berat dan sama

baiknya dengan bayi Amerika. Perlambatan pertumbuhan kemudian mulai terjadi pada periode 6-24 bulan. Penyebabnya adalah pola makan yang semakin tidak memenuhi syarat gizi dan kesehatan. Pada usia 0-6 bulan ASI masih menjadi andalan dan oleh karena itu, bayi Indonesia masih bisa tumbuh secara optimal. Akibat kemiskinan, anak-anak usia 6-24 bulan tidak bisa mendapatkan makanan yang berkualitas sebagai pendamping ASI. Akibatnya kualitas fisik semakin merosot.

Menurut data dari Dinas Kesehatan yang jelaskan dalam Tempo (2014) pada september 2014 jumlah anak Indonesia yang kekurangan gizi (*malnutrisi*) meningkat dari 15 persen menjadi 17 persen. Jumlah ini berada pada rentang usia tumbuh kembang dan tersebar di beberapa daerah di Indonesia. Anak yang kekurangan gizi berada di daerah kantong-kantong kemiskinan, terpencil, terluar dan tertinggal. Meningkatnya angka *malnutrisi* bukan disebabkan oleh ketidakmampuan orang tua mendapatkan makanan bergizi tetapi

juga banyak orang tua yang kurang peduli terhadap tumbuh kembang anak. Masalah ini banyak terjadi pada warga kota besar yang sebenarnya tidak awam soal gizi, biasanya karena ingin mudah memberi makan anak, tidak mau repot dan ibu yang bekerja. Ini banyak terlihat dari hasil survei di Kota Semarang yang masih banyak ditemukan anak-anak yang kekurangan gizi karena disebabkan oleh 'ketidak tahuan' orang tua khususnya ibu.

Gizi kurang biasanya ditandai berat badan kurang, lesu atau anemia. Kekurangan gizi pada anak disebabkan oleh karena anak tidak memperoleh semua zat gizi yang diperlukan oleh tubuh dalam jumlah yang cukup, sehingga terjadi ketidak seimbangan antara konsumsi zat gizi dengan kebutuhan. Demikian juga sebaliknya dalam masyarakat umum. Anak yang kegemukan dianggap lucu, menggemaskan, sehat dan membanggakan orang tuanya. Fenomena peningkatan kegemukan dan obesitas pada anak di Indonesia sangat mencemaskan, karena kegemukan dan obesitas pada anak

meningkatkan resiko timbulnya berbagai gangguan kesehatan, seperti kencing manis (DM tipe 2), hipertensi, penyakit jantung, gangguan pernafasan, gangguan kesehatan jiwa, dan mempengaruhi hubungan sosial anak dengan teman sebayanya .

Keadaan gizi buruk pada masa bayi dan anak-anak akan mengakibatkan terjadinya *lost generation*. Terjadinya masalah gizi buruk sangat kompleks karena berkaitan dengan banyak faktor penyebab diantaranya yaitu, pengetahuan gizi yang kurang, status sosial ekonomi keluarga termasuk kemiskinan, masalah budaya dalam masyarakat dan kepercayaan yang ada di masyarakat tersebut, cara pengolahan makanan yang dilakukan. Semua itu akan mempengaruhi status gizi anak.

Setiap anak menempuh proses perkembangan yang sangat penting baik mentalnya maupun fisiknya. Status gizi merupakan derajat penilaian kebutuhan gizi anak sesuai dengan umurnya. Dari situ dapat dinilai apakah anak bertumbuh normal, baik saat ini, maupun di

waktu lampau, atau ada riwayat pernah mengalami kekurangan gizi.

Status gizi umumnya digunakan dalam upaya meneliti apakah kondisi seorang anak terpenuhi seluruh kecukupan gizinya, dengan cara menilai parameter keadaan fisiknya pada setiap umurnya. Selain dari berat badan, tinggi badan, juga digunakan ukuran lingkaran kepala, serta lingkaran anak. Kemudian dari hasil status gizi itu baru dapat diambil kesimpulan apakah perkembangan anak bisa normal, di bawah normal, atau di atas normal.

Gangguan pertumbuhan dan perkembangan seorang anak akan akan menyebabkan tingginya angka kematian anak, juga menyebabkan berkurangnya potensi belajar dan menurunnya daya tahan tubuh terhadap penyakit. Kekurangan gizi pada masa kanak-kanak akan melahirkan orang dewasa yang lebih pendek dan berat badan yang lebih ringan dan tingkat produktivitas yang lebih rendah. Anak yang menderita kekurangan gizi juga cenderung lebih mudah menderita penyakit-penyakit kronis di kemudian hari.

Keadaan gizi anak-anak balita Indonesia hingga saat ini masih memprihatinkan. Pada tahun 2003 masih terdapat 27,3% atau sekitar 5 juta anak balita menderita gizi kurang dan 8,0% atau sekitar 1,3 juta diantaranya mengalami gizi buruk. Rahmi Utomo (2001) mengemukakan bahwa keadaan ini merupakan ancaman bagi upaya peningkatan sumber daya manusia Indonesia, karena kurang energi protein erat kaitannya dengan gagal tumbuh kembang termasuk rendahnya kecerdasan seseorang.

Menurut data statistik Riskesda Jawa Tengah pada tahun 2013 prevalensi status gizi balita menurut berat badan dan umur anak di Provinsi Jawa Tengah adalah: gizi buruk (4,1%), gizi kurang (13,5%), gizi lebih (3,5%) yang dijelaskan juga dalam Tribunnews (2014) untuk kota Semarang bahwa masih ditemukan kasus gizi buruk pada tahun 2013 yaitu sebanyak 32 kasus anak balita, sedangkan jumlah anak yang kekurangan gizi sepanjang tahun 2012 adalah 1091 kasus dan mengalami penurunan pada tahun 2013 sebanyak 2013 kasus.

Ada dua makna gizi dalam kaitannya dengan pembangunan manusia. Makna yang pertama adalah bahwa gizi sebagai bagian dari kebutuhan dasar yang menjadi dasar konsepsi penentuan garis ke-miskinan dan upah minimum, dan makna yang kedua bahwa gizi dalam arti status gizi dapat mempengaruhi kualitas manusia, produktivitas kerja dan akhirnya pendapatan.

Status gizi anak sering dinyatakan dalam ukuran berat badan menurut umur yang kemudian dibandingkan dengan nilai standar WHO/NCHS. Berat badan adalah indikator utama yang dapat dilihat ketika seseorang mengalami kekurangan gizi. dalam jangka panjang kurang gizi akan mengakibatkan hambatan pertumbuhan tinggi badan, dan akhirnya berdampak buruk bagi perkembangan mental-intelektual individu. Kurang gizi pada masa fase cepat tumbuh otak (dibawah usia 18 bulan) akan bersifat *irreversible* (tidak dapat pulih). Artinya kecerdasan anak tersebut tidak dapat lagi berkembang secara optimal. Ini jelas akan semakin menurunkan

kualitas bangsa Indonesia. Kurang energi protein pada masa anak akan menurunkan IQ, menyebabkan kemampuan geometrik rendah, anak tidak bisa berkonsentrasi secara maksimal.

Membentuk pola makan yang baik untuk seorang anak menuntut kesabaran seorang ibu. Pada usia prasekolah, anak-anak seringkali mengalami fase sulit makan. Kalau problema makan ini ber-kepanjangan maka dapat mengganggu tumbuh kembang anak karena jumlah dan jenis gizi yang masuk dalam tubuhnya kurang.

Problema makanan bisa terjadi karena anak meniru pola makan orang tuanya yang mungkin kurang baik. Orang tua yang pilih-pilih makanan dan tidak doyan sayur secara tidak langsung akan menyebabkan anak berperilaku seperti orang tuanya. Budaya makan bisa juga timbul dari kebiasaan makan yang dilakukan dari rumah misalnya kebiasaan makanan yang menggunakan santan dalam makanan keluarga akan membuat anak menjadi senang dengan makanan yang bersantan. Ada juga anak yang

dibiasakan makan yang manis-manis, hal itu menyebabkan anak menjadi obesitas. Pola makan anak juga banyak di-pengaruhi oleh gaya hidup keluarga, hal ini bisa dilihat dari kebiasaan anak untuk menyantap makanan siap saji (*fast food*). Kebiasaan terjadi karena kebiasaan orang tua dalam mengenalkan makanan siap saji (*fast food*) disertai dengan tidak memberikan pengetahuan pada anak tentang bahayanya memakan makanan siap saji secara terus menerus pada anak.

Kewajiban orang tua adalah menjamin hak-hak anak untuk memperoleh makanan secara cukup dan berkualitas. Disertai dengan pola asuh yang baik, maka anak-anak akan tumbuh dan berkembang secara optimal menjadi sumber daya manusia (SDM) yang tangguh.

Salah satu indikator kualitas manusia adalah keadaan gizi yang baik dimana kebutuhan dasarnya dapat tercukupi baik dari segi kualitas maupun kuantitasnya. Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi adalah pengetahuan pangan dan gizi selain faktor ketersediaan pangan, produksi pangan, sehingga diperlukan

pendidikan gizi secara formal dan non formal.

Pengetahuan gizi pada setiap individu dinilai menjadi salah satu faktor yang penting dalam konsumsi pangan dan status gizi. Hal tersebut berhubungan dengan pemberian menu, pemilihan bahan pangan, pemilihan menu, pengolahan pangan dan menentukan pola konsumsi pangan yang akhirnya akan berpengaruh pada keadaan gizi individu yang bersangkutan. Sasaran pendidikan gizi tidak hanya kaum wanita yang meliputi ibu yang berpendidikan dan pengetahuan gizinya baik akan sangat berperan dalam menyiapkan menu yang cukup mengandung energi dan

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif melalui metode survei. Penelitian survei melibatkan pengumpulan data untuk menguji hipotesis atau menjawab pertanyaan tentang pendapat orang pada beberapa topik atau masalah. Survei adalah instrumen mengumpulkan data yang menjelaskan satu atau lebih karakteristik populasi tertentu.

protein, serta gizi lainnya pada keluarganya.

Status sosial ekonomi keluarga misalnya penghasilan yang rendah dari kepala keluarga dan pengetahuan tentang gizi yang rendah ditambah dengan budaya dalam keluarga antara lain kebiasaan makan dan adat istiadat akan memengaruhi dalam proses pemilihan dan pengolahan makanan oleh ibu, karena pengolahan makanan yang baik akan mempengaruhi status gizi seorang anak. Berdasarkan paparan diatas, maka peneliti tertarik untuk melihat pengaruh pengetahuan gizi, status sosial ekonomi, gaya hidup dan pola makan dalam keluarga terhadap status gizi .

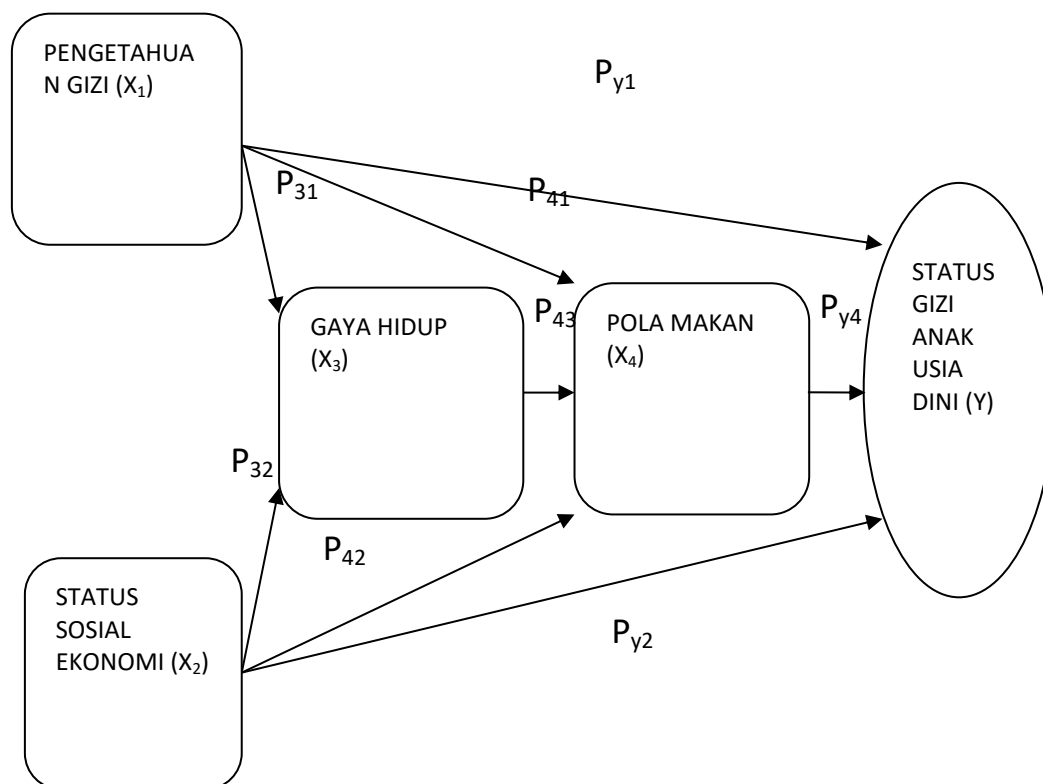
Adapun tekniknya menggunakan teknik analisis jalur (*path analysis*). Analisis jalur (*path analysis*) merupakan sarana yang dapat membantu peneliti, dengan menggunakan data kuantitatif yang bersifat koresional untuk menjelaskan proses yang bersifat kausal. Penelitian ini dilakukan di Pos PAUD Kota Semarang Propinsi Jawa Tengah, dimana populasinya

sebanyak 108 keluarga di Kota Semarang.

Penelitian ini mengkaji atau menganalisis keterkaitan antar variabel yang diteliti berdasarkan fakta dan data yang sudah terjadi, serta mengukur pengaruh satu variabel terhadap variabel lainnya. Variabel yang dikaji terdiri variabel

independen dan variabel dependen. Variabel independen adalah pengetahuan gizi (X_1), status sosial ekonomi (X_2), gaya hidup (X_3) dan pola makan (X_4) sedangkan variabel dependen adalah status gizi anak usia dini (Y).

Dirumuskan konstelasi penelitian dalam gambar berikut ini :



Gambar 1. Model Konstelasi Penelitian

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data Penelitian

Berdasarkan banyaknya variabel yang mengacu pada masalah penelitian, maka deskripsi data dapat dikelompokkan menjadi lima bagian, yaitu: pengetahuan gizi (X_1), status

sosial ekonomi (X_2), gaya hidup (X_3), pola makan (X_4) dan variabel status gizi (Y) tertuang dalam tabel di bawah ini

Tabel 1
Rangkuman Statistik Deskriptif

Keterangan	Pengetahuan Gizi	Status Ekonomi	Sosial Gaya Hidup	Pola Makan
Rata-rata	19,30	56,85	99,98	119,14
Standard Error	0,28	0,79	1,12	1,08
Median	20,0	56,5	101,0	121,0
Modus	21	56	110	122
Standar Deviasi	2,87	8,24	11,63	11,19
Varians	8,2105	67,9779	135,3081	125,1114
Rentang	15	36	54	63
Terendah	10	40	74	81
Tertinggi	25	76	128	144
Jumlah Skor	2084	6140	10798	12867
Ukuran Sampel	108	108	108	108

Pengujian Persyaratan Analisis

Syarat analisis jalur (*path analysis*) adalah estimasi antara variabel eksogen terhadap variabel endogen bersifat linear, dengan demikian persyaratan yang berlaku pada analisis regresi dengan sendirinya juga berlaku pada persyaratan analisis jalur. Persyaratan yang harus dipenuhi dalam analisis jalur adalah bahwa sampel penelitian berasal dari

populasi yang berdistribusi normal, dan hubungan antara variabel-variabel dalam model haruslah signifikan dan linear. Berkaitan dengan hal tersebut, sebelum dilakukan pengujian model, terlebih dahulu dilakukan pengujian terhadap ketiga persyaratan yang berlaku dalam analisis jalur tersebut. Pengujian analisis yang dilakukan adalah:

1. Uji Normalitas

Data yang digunakan dalam menyusun model regresi harus memenuhi asumsi bahwa data tersebut berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Asumsi normalitas pada dasarnya menyatakan bahwa dalam sebuah

model regresi harus berdistribusi normal.

Dari hasil pengujian terhadap sampel penelitian digunakan untuk menarik kesimpulan bahwa apakah populasi yang diamati berdistribusi normal atau tidak. Untuk pengujian normalitas, digunakan uji *Lilliefors*.

Tabel 2
Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Galat Taksiran

Galat Regresi	Taksiran	N	L_{hitung}	$\frac{L_{tabel}}{\alpha = 0,05}$	$\alpha = 0,01$	Keterangan
Y atas X_1		108	0,0814	0,085	0,097	Berdistribusi normal
Y atas X_3		108	0,0782	0,085	0,097	Berdistribusi normal
Y atas X_4		108	0,0586	0,085	0,097	Berdistribusi normal
X_4 atas X_1		108	0,0709	0,085	0,097	Berdistribusi normal
X_4 atas X_2		108	0,0442	0,085	0,097	Berdistribusi normal
X_4 atas X_3		108	0,0519	0,085	0,097	Berdistribusi normal
X_3 atas X_1		108	0,0530	0,085	0,097	Berdistribusi normal
X_3 atas X_2		108	0,0500	0,085	0,097	Berdistribusi normal

2. Uji Signifikansi dan Linearitas Regresi

Uji persyaratan analisis data setelah uji normalitas data, dilakukan uji signifikansi dan linearitas regresi dengan kriteria sebagai berikut:

a) Uji signifikansi regresi

H_0 : Regresi tidak signifikan

H_1 : Regresi signifikan

Jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka tolak H_0 (regresi signifikan), jika $F_{hitung} \leq F_{tabel}$ maka terima H_0 .

b) Uji Linearitas Regresi

H_0 : Regresi linear

H_1 : Regresi tidak linear

Jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka tolak H_0 ,

jika $F_{hitung} \leq F_{tabel}$ maka terima H_0

(regresi linear).

Tabel 3
Rangkuman Hasil Uji Signifikansi dan Uji Linearitas Regresi

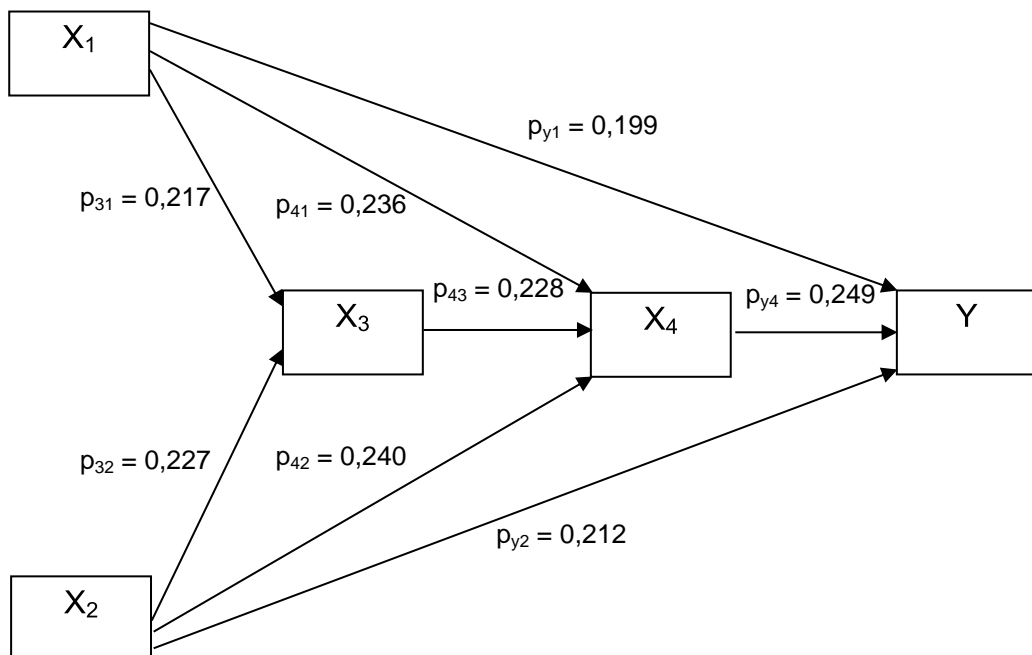
Regresi	Persamaan Regresi	Uji Signifikansi			Uji Linearitas		
		F _{hitung}	F _{tabel} 0,05	0,01	F _{hitung}	F _{tabel} 0,05	0,01
Y atas X ₁	$\hat{Y} = 0,20 + 0,14X_1$	15,65 **	3,93	6,88	0,78 ^{ns}	1,89	2,44
Y atas X ₂	$\hat{Y} = 0,06 + 0,05X_2$	16,69 **	3,93	6,88	0,78 ^{ns}	1,60	1,94
Y atas X ₄	$\hat{Y} = -1,95 + 0,04X_4$	20,79 **	3,93	6,88	0,78 ^{ns}	1,59	1,92
X ₄ atas X ₁	$\hat{X}_4 = 90,83 + 1,47X_1$	17,43 **	3,93	6,88	0,70 ^{ns}	1,89	2,44
X ₄ atas X ₂	$\hat{X}_4 = 89,82 + 0,52X_2$	17,91 **	3,93	6,88	0,78 ^{ns}	1,60	1,94
X ₄ atas X ₃	$\hat{X}_4 = 83,94 + 0,35X_3$	16,41 **	3,93	6,88	1,46 ^{ns}	1,57	1,90
X ₃ atas X ₁	$\hat{X}_3 = 77,51 + 1,16X_1$	9,50 **	3,93	6,88	0,62 ^{ns}	1,89	2,44
X ₃ atas X ₂	$\hat{X}_3 = 76,41 + 0,41X_2$	10,02 **	3,93	6,88	0,85 ^{ns}	1,60	1,94

Keterangan:

** : Sangat signifikan
ns : Non signifikan (regresi linear)

Perhitungan Koefisien Jalur

Diagram jalur memiliki 8 koefisien jalur yaitu: p_{y1}, p_{y2}, p_{y4}, p₄₁, p₄₂, p₄₃, p₃₁, p₃₂ sehingga diperoleh 3 model struktural seperti berikut ini:



Gambar 2
Model Hubungan Struktural antar Variabel

Pengujian Hipotesis

Setelah perhitungan koefisien jalur dilakukan melalui analisis model struktural kausal, untuk menguji hipotesis yang diajukan dan mengukur pengaruh langsung positif antar variabel maka selanjutnya dilakukan penarikan kesimpulan hipotesis.

Penarikan kesimpulan hipotesis dilakukan berdasarkan hasil perhitungan koefisien jalur dan signifikansi melalui uji-t untuk setiap jalur yang diteliti. Berikut ini diuraikan hasil pengujian hipotesis penelitian sebagai berikut:

Tabel 4
Rekapitulasi Hasil Pengujian Hipotesis

No Hipotesis Penelitian	Hipotesis Statistik	Keputusan Kesimpulan
1. Terdapat pengaruh langsung positif pengetahuan gizi terhadap status gizi anak	$H_0: \beta_{y1} \leq 0$ $H_1: \beta_{y1} > 0$	Ho ditolak Berpengaruh langsung positif
2. Terdapat pengaruh langsung positif status sosial ekonomi terhadap status gizi anak	$H_0: \beta_{y2} \leq 0$ $H_1: \beta_{y2} > 0$	Ho ditolak Berpengaruh langsung positif
3. Terdapat pengaruh langsung positif pola makan terhadap status gizi anak	$H_0: \beta_{y4} \leq 0$ $H_1: \beta_{y4} > 0$	Ho ditolak Berpengaruh langsung positif
4. Terdapat pengaruh langsung positif pengetahuan gizi terhadap pola makan	$H_0: \beta_{41} \leq 0$ $H_1: \beta_{41} > 0$	Ho ditolak Berpengaruh langsung positif
5. Terdapat pengaruh langsung positif status sosial ekonomi terhadap pola makan anak	$H_0: \beta_{42} \leq 0$ $H_1: \beta_{42} > 0$	Ho ditolak Berpengaruh langsung positif
6. Terdapat pengaruh langsung positif gaya hidup terhadap pola makan	$H_0: \beta_{43} \leq 0$ $H_1: \beta_{43} > 0$	Ho ditolak Berpengaruh langsung positif
7. Terdapat pengaruh langsung positif pengetahuan gizi terhadap gaya hidup	$H_0: \beta_{31} \leq 0$ $H_1: \beta_{31} > 0$	Ho ditolak Berpengaruh langsung positif
8. Terdapat pengaruh langsung positif sosial ekonomi terhadap gaya hidup	$H_0: \beta_{32} \leq 0$ $H_1: \beta_{32} > 0$	Ho ditolak Berpengaruh langsung positif

Pengaruh Langsung Positif Pengetahuan Gizi terhadap Status Gizi Anak

Hasil analisis hipotesis pertama menghasilkan temuan bahwa pengetahuan gizi berpengaruh secara langsung positif terhadap status gizi anak usia dini. Berdasarkan hasil temuan tersebut dapat disimpulkan bahwa status gizi anak usia dini dipengaruhi secara langsung positif oleh pengetahuan gizi. Meningkatnya pengetahuan gizi akan mengakibatkan peningkatan status gizi anak usia dini. Hasil penelitian ini senada dengan pendapat beberapa ahli di antaranya adalah status gizi anak usia dini dipengaruhi oleh pengetahuan gizi seorang ibu, hal itu dijelaskan oleh (Yabunci, Kaisac: 2003). Ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik akan memberikan makanan yang sesuai dengan syarat menu gizi yang seimbang. Ibu yang mempunyai pengetahuan gizi yang tinggi akan berusaha memberikan makanan yang tepat untuk keluarganya khususnya untuk anaknya mulai dari pranatal, kehamilan sampai usia tumbang kembang anak.

Hasil penelitian di Pos PAUD di kota Semarang banyak ditemukan orang tua termasuk ibu yang tidak peduli dengan makanan yang dikonsumsi anak, hal ini berkaitan dengan ketidaktahuan ibu dalam mengenal gizi untuk anak. Mereka

berpendapat bahwa yang penting anaknya mau makan. Ketidaktahuan dalam pengenalan gizi dapat dilihat dari angket yang di berikan pada mereka. Karena ketidaktahuan seorang ibu akhirnya akan berdampak pada status gizi anak. Anak-anak hanya makan makanan yang menurut orang tuanya baik, termasuk hanya memberikan makanan yang mengandung pengawet, serba instan dan makanan yang tidak sehat lainnya.

Dari penjelasan di atas, maka sangat jelas bahwa secara teoretis dan empiris pengetahuan gizi terbukti memiliki pengaruh terhadap status gizi anak.

Pengaruh Langsung Positif Status Sosial Ekonomi terhadap Status Gizi Anak

Hasil analisis hipotesis kedua menghasilkan temuan bahwa status sosial ekonomi berpengaruh secara langsung positif terhadap status gizi anak usia dini. Berdasarkan hasil temuan tersebut dapat disimpulkan bahwa status gizi anak usia dini dipengaruhi secara langsung positif oleh status sosial ekonomi. Meningkatnya status sosial ekonomi akan mengakibatkan peningkatan status gizi anak usia dini. Hasil penelitian ini senada dengan pendapat beberapa ahli di antaranya adalah terdapat pengaruh langsung status sosial ekonomi terhadap status gizi anak usia

dini. Status sosial ekonomi keluarga termasuk pendapatan, pendidikan serta pekerjaan keluarga akan berdampak langsung pada status gizi anak. Diduga anak yang status gizinya buruk lebih banyak berasal dari anak yang berasal dari keluarga miskin dan orang tua yang pendidikannya rendah. Faktor sosial ekonomi yang berkaitan dengan gizi kurang dijelaskan juga oleh Wardlaw (2009).

Hal ini bisa dilihat dari hasil penelitian di Pos PAUD-Pos PAUD di Kota Semarang, banyak anak yang berasal dari status sosial ekonomi yang rendah menunjukkan status gizi yang rendah. Hasil IMT anak menunjukkan status gizi anak termasuk gizi kurang. Anak-anak dengan status gizi yang rendah banyak ditemukan karena pendidikan orang tuanya rendah. Masih banyak orang tua yang mempunyai anak-anak di Pos PAUD di Kota Semarang mempunyai pendidikan yang setingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) bahkan cukup banyak orang tua yang berpendidikan Sekolah Dasar (SD). Padahal orang tua tersebut tinggal di kota besar seperti Semarang. Karena pendidikan yang rendah banyak orang tua yang tidak peduli dengan makanan yang dikonsumsi anak yang penting anak itu makan.

Dari penjelasan di atas, maka sangat jelas bahwa secara teoretis dan empiris status sosial ekonomi terbukti memiliki pengaruh terhadap status gizi anak.

Pengaruh Langsung Positif Pola Makan terhadap Status Gizi Anak

Hasil analisis hipotesis ketiga menghasilkan temuan bahwa pola makan berpengaruh secara langsung positif terhadap status gizi anak usia dini. Berdasarkan hasil temuan tersebut dapat disimpulkan bahwa status gizi anak usia dini dipengaruhi secara langsung positif oleh pola makan. Meningkatnya pola makan akan mengakibatkan peningkatan status gizi anak usia dini. Hasil penelitian ini senada dengan pendapat beberapa ahli di antaranya membetuk pola makan yang baik yang baik untuk seorang anak menuntut kesabaran orang tua. Pada usia prasekolah anak-anak seringkali mengalami fase sulit makan. Kalau problem sulit makan ini berkepanjangan, maka dapat mengganggu tumbuh kembang anak karena jumlah dan jenis gizi yang masuk dalam tubuhnya kurang, menyebabkan status gizi anak akan rendah (Yabanci, Kaisac: 2003).

Pola makan anak terbentuk dari kebiasaan makan dalam keluarga. Ini bisa dilihat dari kebiasaan makan yang

dilakukan oleh ayah dan ibu serta anggota keluarga lainnya. Anak akan mengikuti kebiasaan makan tersebut. Misalnya kebiasaan makan yang mengandung santan akan membuat anak terbiasa makan makanan yang sama. Penelitian di Pos PAUD di Kota Semarang menunjukkan bahwa pola makan orang tua membuat anak mengikutinya. Hal ini dapat dilihat dari tabel pemberian makanan yang diberikan pada ibu.

Pengaruh Langsung Positif Pengetahuan Gizi terhadap Pola Makan

Hasil analisis hipotesis keempat memberikan temuan bahwa pengetahuan gizi berpengaruh secara langsung positif terhadap pola makan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pola makan dipengaruhi secara langsung positif oleh pengetahuan gizi. Meningkatnya pengetahuan gizi akan mengakibatkan peningkatan pola makan. Hasil penelitian ini senada dengan pendapat beberapa ahli di antaranya adalah pola makan yang baik mengandung makanan sumber energi, sumber zat pembangun dan sumber zat pengatur, karena semua zat gizi diperlukan untuk pertumbuhan dan pemeliharaan tubuh serta perkembangan otak dan produktifitas kerja, serta dimakan dalam jumlah cukup sesuai dengan kebutuhan.

Dengan pola makan sehari-hari yang seimbang dan aman, berguna untuk mencapai dan mempertahankan status gizi dan kesehatan yang optimal (Almatsier, 2011).

Pengetahuan gizi yang dimiliki oleh seorang ibu tentu akan memberikan informasi-informasi yang tepat pada ibu dalam memilih bahan yang tepat, mengolah makanan yang sehat dan bergizi serta menyajikan makanan yang sehat dan menarik anak untuk mencobanya. Ibu akan berusaha memberikan makanan yang sehat dan bergizi karena seorang ibu tahu bahwa makanan yang sehat dan bergizi akan mempengaruhi kecerdasan otak anak., karena dengan kecerdasan otak anak akan memberikan dampak yang baik bagi masa depan anak.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa bagaimana pengetahuan gizi ibu mempengaruhi pola makan, hal ini didukung dengan pendapat beberapa ahli juga kajian empirik yang ada.

Pengaruh Langsung Positif Status Sosial Ekonomi terhadap Pola Makan

Hasil analisis hipotesis kelima menghasilkan temuan bahwa status sosial ekonomi berpengaruh secara langsung positif terhadap pola makan. Berdasarkan hasil temuan tersebut dapat disimpulkan

bahwa pola makan dipengaruhi secara langsung positif oleh status sosial ekonomi. Meningkatnya status sosial ekonomi akan mengakibatkan peningkatan pola makan. Hasil penelitian ini senada dengan pendapat beberapa ahli di antaranya adalah banyak masalah gizi terjadi didalam kelompok masyarakat di daerah pedesaan atau masyarakat dengan status ekonomi rendah yang mengkonsumsi makanan dengan kurang baik, baik jumlah maupun mutunya. Namun demikian tidak dapat dipungkiri bahwa faktor sosial ekonomi juga mempengaruhi secara nyata gambaran menyeluruh mengenai masalah gizi di daerah miskin, hal ini jelaskan oleh Winarno (2001).

Penelitian di Pos PAUD Kota Semarang menunjukkan masyarakat dengan tingkat pendidikan yang rendah dan taraf ekonomi yang rendah seperti beberapa responden di Pos PAUD kota Semarang yang hanya lulusan SMP dan SD banyak yang mempunyai pola makan yang relatif rendah. Hal ini disebabkan karena mereka kemampuan ekonomi mereka yang kurang. Apalagi hidup di kota besar seperti Semarang, biaya hidup yang tinggi disertai penghasilan mereka yang rendah membuat mereka tidak terlalu peduli dengan makanan yang bergizi. bagi mereka yang penting mereka bisa makan setiap harinya.

Hasil penelitian ini menguatkan pernyataan para ahli yang menyatakan bahwa status sosial ekonomi memberikan pengaruh terhadap pola makan keluarga.

Pengaruh Langsung Positif Gaya Hidup terhadap Pola Makan

Hasil analisis hipotesis keenam menghasilkan temuan bahwa gaya hidup berpengaruh secara langsung positif terhadap pola makan. Berdasarkan hasil temuan tersebut dapat disimpulkan bahwa pola makan dipengaruhi secara langsung positif oleh gaya hidup. Meningkatnya gaya hidup akan mengakibatkan peningkatan pola makan. Hasil penelitian ini senada dengan pendapat beberapa ahli di antaranya adalah bahwa gaya hidup di pengaruhi oleh faktor eksternal seperti kebiasaan orang tua,teman sebaya, media, pengetahuan gizi dan lainnya. Selain faktor eksternal juga faktor internal konsep diri, kepercayaan dan nilai pribadi, perkembangan psikologi dan lainnya. Gaya hidup akan mempengaruhi pola makan seseorang dikemukakan oleh Almatsier, Soetardjo dan Soekarti (2011). Kebiasaan makan yang kurang baik selama masa pertumbuhan yang diakibatkan gaya hidup yang salah akan menyebabkan munculnya penyakit-penyakit degeneratif misalnya

penyakit darah tinggi, jantung, serta penyakit lainnya.

Hasil Penelitian di Pos PAUD Kota Semarang menunjukkan bahwa gaya hidup yang di ada dalam keluarga memberikan pengaruh yang cukup besar bagi pola makan anak. Ibu-ibu di Pos PAUD Kotamadya Semarang terbiasa dengan gaya hidup serba instan, tidak mau repot dalam memberikan pendidikan dan makanan yang sehat bagi anak. Ini bisa dilihat dari kebiasaan yang lebih suka membeli makanan yang “instan” daripada memasak sendiri. Kebiasaan jajan yang dipunyai anak karena mereka tidak mau menyiapkan bekal untuk anak. Anak-anak tidak dibiasakan untuk makan sayur. Banyak dari ibu-ibu yang tidak mau menyusui anak karena berbagai alasan. Mereka merasa memberikan susu formula akan memudahkan mereka dalam beraktivitas. Gaya hidup yang seperti itu membuat anak-anak di Pos PAUD memberikan dampak bagi pola makan anak di Pos PAUD.

Dari keterangan di atas serta didukung teori yang kuat serta kajian empirik dapat ditarik kesimpulan bahwa gaya hidup berpengaruh terhadap pola makan keluarga.

Pengaruh Langsung Positif Pengetahuan Gizi terhadap Gaya Hidup

Hasil analisis hipotesis ketujuh memberikan temuan bahwa pengetahuan gizi berpengaruh secara langsung terhadap gaya hidup. Berdasarkan temuan tersebut dapat disimpulkan bahwa gaya hidup dipengaruhi secara langsung positif oleh pengetahuan gizi. Meningkatnya pengetahuan gizi akan mengakibatkan peningkatan gaya hidup. Hasil penelitian ini senada dengan pendapat beberapa ahli di antaranya adalah pengetahuan tentang zat gizi dalam berbagai bahan makanan, kegunaan makanan bagi kesehatan keluarga dapat membantu ibu memilih bahan makanan yang tidak begitu mahal akan tetapi nilai gizinya tinggi dikemukakan oleh Moehji (2009). Hal itu akan menjadi gaya hidup seseorang. Karena dari pengetahuan yang dipunyai tentang semua informasi gizi akan membuat seorang ibu berusaha menciptakan gaya hidup yang sehat bagi seluruh anggota keluarganya. Gaya hidup yang sehat akan menjauhkan anak dari penyakit termasuk penyakit degeneratif di masa depannya.

Pengetahuan seorang ibu tentang cara memilih makanan yang sehat dan mengandung gizi seimbang, cara pengolahan makanan yang tepat sehingga makanan tidak kehilangan zat gizi selama

proses pemasakan, dan penyajian makanan yang menarik akan memberikan pengaruh bagi kesehatan keluarga. Karena pengetahuan gizi yang terus digali oleh seorang ibu akan membuat gaya hidup hidup ibu beserta anggota keluarga lainnya termasuk anak akan menjadi gaya hidup yang sehat. Ibu akan selalu akan berusaha menjaga seluruh anggota keluarga untuk selalu menjaga kesehatan dan selalu makanan yang sehat. Hal itu pula yang akan menjadi gaya hidup seorang anak.

Dari pernyataan para ahli di atas menunjukkan bahwa pengetahuan gizi ibu mempengaruhi gaya hidup keluarga. Hal ini didukung teori yang kuat dan kajian empirik tentang pengetahuan gizi ibu dan gaya hidup.

Pengaruh Langsung Positif Gaya Hidup terhadap Pola Makan

Hasil analisis hipotesis keenam menghasilkan temuan bahwa gaya hidup berpengaruh secara langsung positif terhadap pola makan. Berdasarkan hasil temuan tersebut dapat disimpulkan bahwa pola makan dipengaruhi secara langsung positif oleh gaya hidup. Meningkatnya gaya hidup akan mengakibatkan peningkatan pola makan. Hasil penelitian ini senada dengan pendapat beberapa ahli di antaranya adalah bahwa gaya hidup di

pengaruhi oleh faktor eksternal seperti kebiasaan orang tua, teman sebaya, media, pengetahuan gizi dan lainnya. Selain faktor eksternal juga faktor internal konsep diri, kepercayaan dan nilai pribadi, perkembangan psikologi dan lainnya. Gaya hidup akan mempengaruhi pola makan seseorang dikemukakan oleh Almatsier, Soetardjo dan Soekarti (2011). Kebiasaan makan yang kurang baik selama masa pertumbuhan yang diakibatkan gaya hidup yang salah akan menyebabkan munculnya penyakit-penyakit degeneratif misalnya penyakit.

Pengaruh Langsung Positif Status Sosial Ekonomi terhadap Gaya Hidup

Hasil analisis hipotesis kedelapan menghasilkan temuan bahwa status sosial ekonomi berpengaruh secara langsung positif terhadap gaya hidup. Berdasarkan hasil temuan tersebut dapat disimpulkan bahwa gaya hidup dipengaruhi secara langsung positif oleh status sosial ekonomi. Meningkatnya status sosial ekonomi akan mengakibatkan meningkatnya gaya hidup. Hasil penelitian ini senada dengan pendapat beberapa ahli di antaranya adalah munculnya perilaku dalam pemilihan makanan yang pada gilirannya akan mempengaruhi industri dalam modifikasi untuk produksi pangan dan pengolahan

makanan. Menurut Gibney, Vorster dan Kok (2002) bahwa pemilihan makanan tersebut akan menjadi praktek gaya hidup di kalangan sosial ekonomi tinggi. Maksudnya bahwa gaya hidup yang dianut oleh masyarakat di kota besar karena pengaruh media elektronik seperti televisi, koran dan gadget. Masyarakat lebih tertarik untuk makan di restoran, warung atau tempat makan lainnya. Apalagi keluarga dengan taraf ekonomi yang tinggi tentu akan lebih mudah untuk menikmati makan di restoran. Gaya hidup seperti itu memberikan pengaruh bagi anak khususnya timbulnya kegemukan bagi anak atau obesitas. Selain itu pula timbulnya penyakit-penyakit degeneratif seperti jantung, kolestrol tinggi dan sebagainya di masa akan datang.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa gaya hidup mempengaruhi status sosial ekonomi keluarga. Teori-teori yang dikemukakan mendukung bahwa gaya hidup mempengaruhi status sosial ekonomi.

KESIMPULAN

1. Pengetahuan gizi keluarga berpengaruh langsung positif terhadap status gizi anak usia dini, artinya perbaikan kualitas pengetahuan gizi yang dimiliki keluarga di Pos PAUD mengakibatkan

peningkatan status gizi anak di Pos PAUD Kota Semarang.

2. Status sosial ekonomi keluarga berpengaruh langsung positif terhadap status gizi anak usia dini, artinya peningkatan status sosial ekonomi ibu di Pos PAUD mengakibatkan peningkatan status gizi anak di Pos PAUD Kota Semarang.
3. Pola makan keluarga berpengaruh langsung positif terhadap status gizi anak usia dini, artinya perbaikan kualitas pola makan keluarga akan mengakibatkan peningkatan status gizi anak di Pos PAUD Kota Semarang.
4. Pengetahuan gizi yang dimiliki keluarga berpengaruh langsung positif terhadap pola makan, artinya perbaikan kualitas pengetahuan gizi keluarga akan mengakibatkan peningkatan kualitas pola makan keluarga di Pos PAUD Kota Semarang.
5. Status sosial ekonomi keluarga berpengaruh langsung positif terhadap pola makanan keluarga, artinya perubahan Status sosial ekonomi keluarga akan mengakibatkan peningkatan kualitas pola makan keluarga di Pos PAUD Kota Semarang.
6. Gaya hidup keluarga berpengaruh langsung positif terhadap pola makan keluarga, artinya perubahan gaya hidup

- keluarga akan mengakibatkan perubahan terhadap pola makan keluarga di Pos PAUD Kota Semarang.
7. Pengetahuan gizi keluarga berpengaruh langsung positif terhadap gaya hidup keluarga artinya peningkatan pengetahuan gizi keluarga akan mengakibatkan perubahan gaya hidup keluarga di Pos PAUD Kota Semarang.
 8. Status sosial ekonomi keluarga berpengaruh langsung positif terhadap gaya hidup keluarga, artinya peningkatan status sosial ekonomi keluarga akan mengakibatkan perubahan gaya hidup keluarga di Pos PAUD Kota Semarang.

DAFTAR PUSTAKA

- Almaitser, Sunita, Susirah Soetarjo dan Moesijanti Soekatri. *Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2003.
- Almatsier, Sunita. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002
- Gibney J. Michael, Vorste H. Hester, dan Kok J. Frans. *Introduction to Human Nutrition*. USA: Blackwell Science, 2002.
- Gutama, *Prosiding Inovasi Pangan dan Gizi untuk Optimalisasi Tumbuh Kembang Anak "Aspek Gizi dan Stimulasi Pendidikan Anak Usia Dini"*. Bogor: Pusat Studi Kebijakan Pangan dan Gizi, 2004.
- Ginanjar, Genis, *Obesitas pada Anak*, Bandung: Bentang Pustaka, 2009.
- Moehji, Sjahmin, *Ilmu Gizi 1*, Jakarta: Papas Sinar Sinanti, 2009
- Riskesdas Propinsi Jawa Tengah, 2013
- Truswell, Stewart. *Essential of Human Nutrition*. New York: Oxford University Press, 2009.
- Wardlaw. Gordon, Anne Smith. *Contemporary Nutrition*, USA: McGraw-Hill, 2009
- Winarno. F.G, *Gizi dan Makanan bagi Bayi dan Anak Sapihan*, Jakarta: Pustaka Sinar Harapan, 2001
- Yabancı a, Nurcan, Kısaç b, Ibrahim, Şeren Karakuş, Susan, *The effects of mother's nutritional knowledge on attitudes and behaviors of children about nutrition*, 5th World Conference on Educational Sciences - WCES 2013