

## **Peran Pendidikan Dan Pekerjaan Ibu Dalam Konsumsi Sayur Anak Prasekolah**

Ali Rosidi<sup>1</sup> dan Enik Sulistyowati<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi S1 Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang

<sup>2</sup>Jurusan Gizi Poltekkes Semarang

aliresha@yahoo.com

### **ABSTRACT**

*Less consumption of vegetables can lead to a deficiency of one or more vitamins and minerals. Food habits in children from past experience gained. Food consumption in children dependent on mother or family, especially maternal education and maternal employment. This study aims to determine the relationship between maternal education and maternal employment with vegetable consumption in preschoolers.*

*Research conducted at TK Budi Mulya Semarang. The design study was cross-sectional. The dependent variable was a preschooler vegetable consumption and the independent variable were maternal education and maternal employment. Samples were 63 preschoolers.*

*Most of mothers are high school educated is 54.0% and 65.1% of them had no job. Deficiency of vegetable consumption in children is 85.7%. No relationship between maternal education and maternal employment with vegetable consumption in preschoolers. Need to increase vegetable consumption in preschoolers by choosing a cheaper vegetables.*

*Keywords : vegetable consumption, maternal education, maternal employment.*

### **PENDAHULUAN**

Sayur merupakan salah satu kelompok pangan dalam penggolongan FAO, yang dikenal dengan *Desirable Dietary Paitern* (Pola Pangan Harapan /PPH)(Karsin, 2004). Sayur sangat penting dalam menu makanan seimbang, merupakan sumber vitamin dan mineral. Sayur lebih banyak mengandung mineral dibandingkan dengan buah (Restianti, 2009). Secara nasional konsumsi sayur dan buah penduduk Indonesia pada tahun 2007 sekitar 79% dari anjuran. Dalam laporan RISKESDAS tahun 2007, prevalensi penduduk Indonesia yang kurang mengkonsumsi buah dan sayur sebesar 93,6 %.

Kurang mengonsumsi sayuran dapat mengakibatkan kekurangan salah satu atau lebih vitamin dan mineral penting yang terkandung di dalamnya. Hal ini akan berdampak pada kesehatan anak. Kekurangan sayur menyebabkan terganggunya kesehatan mata, munculnya gejala anemia seperti rasa letih, lesu, malas dan kurang konsentrasi akibat menurunnya kadar sel darah merah. Anak berpotensi mengalami susah buang air besar, sembelit dan daya tahan tubuhnya menurun. (Yuliarti, 2008).

Kebiasaan makan pada anak berasal dari pengalaman yang diperoleh pada masa lalu. Konsumsi pangan pada anak masih sangat tergantung pada ibu atau anggota keluarganya.

Konsumsi pangan dipengaruhi oleh pendapatan, pendidikan, pekerjaan ibu, pengetahuan gizi, ketersediaan pangan dan kebiasaan makan (Hardinsyah dan Martianto,1988). Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara pendidikan dan pekerjaan ibu dengan konsumsi sayur pada anak prasekolah.

## METODE PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan di TK Budi Mulya Semarang pada bulan Juni 2012. Rancangan penelitian adalah *cross-sectional*. Variabel terikat adalah konsumsi sayur anak TK dan variabel bebas adalah tingkat pendidikan ibu dan pekerjaan ibu. Anak TK Budi Mulya berjumlah 137 anak yang terbagi dalam 6 kelas. Berdasarkan rumus estimasi proporsi diperoleh sampel 63. Metode pengambilan sampel dengan proporsional random sampling. Responden dalam penelitian ini adalah ibu dari sampel.

Data yang dikumpulkan meliputi data identitas anak dan ibu serta konsumsi sayur anak. Data identitas meliputi nama anak, umur anak, nama ibu, umur ibu, pendidikan terakhir ibu dan pekerjaan. Data identitas dikumpulkan dengan metode wawancara dengan instrument kuisisioner. Konsumsi sayur pada anak dengan metode *Semi Kuantitatif Food Frequency*. Tabel distribusi frekuensi digunakan untuk mendeskripsikan masing-masing variabel. Untuk mengetahui hubungan antar variabel digunakan uji *chi-square* dengan tingkat kemaknaan 5%. Untuk mengetahui besarnya faktor risiko dilanjutkan dengan nilai *Prevalensi Odds Ratio* (POR).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Pendidikan Ibu

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih banyak ibu yang memiliki tingkat pendidikan tamat SMA atau sederajat sebesar (54,0%). Distribusi ibu menurut pendidikan terlihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Ibu menurut Pendidikan di TK Budi Mulya Semarang

Tingkat Pendidikan	n	%
Tidak Sekolah	1	1,6
SD	6	9,5
SMP	17	27,0
SMA	34	54,0
PT	5	7,9
Jumlah	63	100

Pendidikan ibu dikategorikan menjadi 2 kategori yaitu rendah dan tinggi terlihat pada Tabel 2. Pendidikan rendah adalah SMP ke bawah dan pendidikan tinggi adalah SMA ke atas. Berdasarkan Tabel 2 terlihat bahwa sebagian besar ibu tingkat pendidikannya tinggi yaitu 61,9%.

Tabel 2. Distribusi Ibu menurut Pendidikan di TK Budi Mulya Semarang

Tingkat Pendidikan	n	%
Rendah	24	38,1
Tinggi	39	61,9
Jumlah	63	100

## 2. Pekerjaan Ibu

Distribusi ibu menurut jenis pekerjaan terlihat dalam Tabel 3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pekerjaan ibu terbagi dalam 4 jenis. Lebih banyak ibu yang tidak bekerja (65,1%). Dari semua jenis pekerjaan ini masing-masing memiliki jam kerja berbeda, sehingga kemungkinan ada perbedaan dalam memberikan perhatian pada anaknya. Ibu yang bekerja sebagai wiraswasta (14,3%) memiliki waktu yang lebih banyak untuk memberi perhatian kepada anaknya karena tempat usahanya berada rumah. Hasil penelitian ditemukan tempat usaha berupa toko kelontong dan fotokopi.

Tabel 3. Distribusi Ibu menurut Pekerjaan di TK Budi Mulya Semarang

Pekerjaan	n	%
Tidak Bekerja	41	65,1
Swasta	12	19,0
Wiraswasta	9	14,3
PNS	1	1,6
Jumlah	63	100

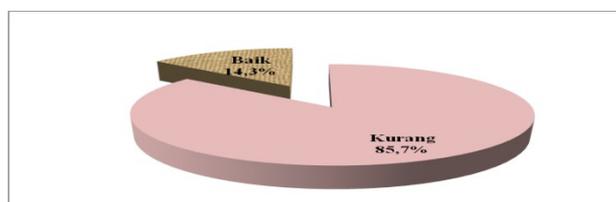
Pendidikan ibu dikategorikan menjadi 2 kategori yaitu tidak bekerja dan bekerja terlihat pada Tabel 4. Berdasarkan Tabel 4 terlihat bahwa sebagian besar yaitu 65,1% ibu tidak bekerja.

Tabel 4. Distribusi Responden menurut Pekerjaan di TK Budi Mulya Semarang

Pekerjaan	n	%
Tidak bekerja	41	65,1
Bekerja	22	34,9
Jumlah	63	100

### 3. Konsumsi Sayur pada anak

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata konsumsi sayur pada anak sebesar 70,4 g/hari dengan konsumsi sayur terendah 15,0 g/hari dan konsumsi sayur tertinggi 148 g/hari. Distribusi anak menurut kategori konsumsi sayur dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Distribusi Anak menurut Kategori Konsumsi Sayur di TK Budi Mulya Semarang

Menurut Soekirman, dkk (2006), anjuran konsumsi sayur pada anak untuk usia 4 – 5 tahun sebesar 100 g/hari. Dari hasil penelitian sebagian besar sampel mengonsumsi sayur dalam kategori kurang yaitu 85,7% dengan rata-rata konsumsi sayur 70,4 g/hari. Hasil tersebut hampir sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Putriana (2010) pada siswa TK Supriyadi Semarang bahwa sebagian besar sampel (93,6%) mengonsumsi sayur dalam kategori kurang dengan rata-rata konsumsi sayur 73,5 g/hari. Jenis sayuran yang sering dikonsumsi oleh sampel adalah bayam, wortel, kembang kol dan kacang panjang. Sedangkan sayur yang jarang dikonsumsi adalah sawi putih, terong, brokoli, buncis, putren, tauge kacang kedelai, kubis, dan gelandir.

### 4. Hubungan pendidikan ibu dengan konsumsi sayur pada anak

Berdasarkan Tabel 5 terlihat bahwa ibu berpendidikan rendah sebagian besar (75%) memiliki anak yang konsumsi sayurnya kurang. Demikian juga pada ibu berpendidikan tinggi sebagian besar (92,3%) memiliki anak yang konsumsi sayurnya juga kurang. Berdasarkan hasil uji statistik *fisher axact*, diketahui  $p = 0,073$  ( $p > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan tidak ada hubungan antara pendidikan ibu dengan konsumsi sayur pada anak.

Tabel 5. Distribusi Anak Menurut Pendidikan Ibu dan Konsumsi Sayur Anak di TK Budi Mulya Semarang

Pendidikan Ibu	Konsumsi Sayur Anak				Total		p	POR	95% CI	
	Kurang		Baik		n	%			Lower	Upper
	N	%	N	%						
Rendah	18	75,0	6	25,0	24	100	0,073	0,25	0,056	1,117
Tinggi	36	92,3	3	7,7	39	100				
Jumlah	54	85,7	9	14,3	63	100				

p = p value  
 POR = Prevalensi Odds Ratio

Perubahan sikap dan perilaku hidup sehat seperti konsumsi sayur sangat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi diharapkan memudahkan seseorang atau masyarakat untuk menyerap informasi dan mengimplementasikannya dalam perilaku dan gaya hidup sehari-hari, khususnya pendidikan wanita (Soekirman,1994). Demikian pula menurut Kodyat (1994) peningkatan pendidikan akan meningkatkan pengetahuan tentang gizi termasuk pola konsumsi sayur yang selanjutnya akan menimbulkan sikap dan perilaku positif. Pengetahuan yang baik akan menyebabkan seseorang bersikap positif sehingga akan berpengaruh terhadap keputusan untuk melakukan tindakan (Ancok 1997). Secara teori pendidikan, pekerjaan, dan pendapatan cenderung mempunyai korelasi yang erat sebagai hubungan sebab-akibat. Pekerjaan tingkat tinggi akan menghasilkan pendapatan yang tinggi. Orang-orang yang mempunyai pendidikan yang rendah jarang memenuhi syarat untuk pekerjaan tingkat tinggi (Schiffman & Kanuk 2004). Kemampuan seseorang untuk menyusun hidangan tidak diturunkan dari orang tua, tetapi melalui proses belajar. Semakin tinggi tingkat pendidikan akan semakin baik tingkat pengetahuan gizi, dengan demikian pengetahuan tentang konsumsi makan sayur baik kualitas dan kuantitasnya semakin baik (Suhardjo 1989). Kebiasaan makan menurut sanjur (1982) lebih dari 65% ditentukan oleh kebiasaan sewaktu masih kecil selebihnya karena pengalaman lain orang tuanya yaitu pendidikan, media massa dan lain-lain. Namun faktor lain yang dimungkinkan sangat berpengaruh adalah ketersediaan produk makanan jadi yang dinyatakan mengandung zat gizi yang setara dengan kandungan dalam sayur-sayuran. Iklan yang gencar tentang produk ini juga secara tidak langsung berpengaruh terhadap konsumsi sayur. Banyaknya produk makanan jajanan di sekitar sekolah TK, termasuk produk makanan jadi yang tidak menjamin peningkatan gizi anak sekolah juga dimungkinkan berpengaruh pada konsumsi sayur dikalangan anak TK dibandingkan konsumsi sayur yang disediakan orang tua di rumah. Anak-anak lebih menyukai makanan jajanan yang dijual disekolah yang tidak berbahan

sayuran seperti sosis, cilok, es. Demikian pula dengan alasan kepraktisan orang tua juga tidak memaksakan anak untuk mengkonsumsi sayur.

#### 4. Hubungan pekerjaan ibu dengan konsumsi sayur pada anak

Berdasarkan Tabel 6 terlihat bahwa ibu tidak bekerja sebagian besar (85%) memiliki anak yang konsumsi sayurnya kurang. Demikian juga pada ibu bekerja sebagian besar (95,5%) memiliki anak yang konsumsi sayurnya kurang. Berdasarkan hasil uji statistik *fisher exact*, diketahui  $p = 0,144$  ( $p > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan tidak ada hubungan antara pekerjaan ibu dengan konsumsi sayur pada anak.

Tabel 6. Distribusi Anak Menurut Pekerjaan Ibu dan Konsumsi Sayur Anak di TK Budi Mulya Semarang

Pekerjaan Ibu	Konsumsi Sayur Anak				Total		p	POR	95% CI	
	Kurang		Baik						Lower	Upper
	n	%	N	%	n	%				
Tidak ekerja	33	80,5	8	19,5	41	100	0,144	0,196	0,023	1,686
Bekerja	21	95,5	1	4,5	22	100				
Jumlah	54	85,7	9	14,3	63	100				

p = p value  
 POR = Prevalensi Odds Ratio

Pekerjaan ibu merupakan kegiatan melakukan pekerjaan dengan maksud memperoleh atau membantu memperoleh penghasilan atau keuntungan selama paling sedikit satu jam dalam seminggu yang lalu. Besar pendapatan yang diterima individu akan dipengaruhi oleh jenis pekerjaan yang dilakukan (Suhardjo 1989). Pendapatan termasuk variabel yang sering digunakan sebagai indikator dalam mengukur kelas sosial. Semakin tinggi pendapatan semakin makmur, sejahtera dan dihargai di masyarakat. Seringkali pendapatan yang tinggi diikuti dengan pengeluaran yang tinggi termasuk pola konsumsi sayur (Suryani 2008). Peningkatan pendapatan akan meningkatkan pula perhatian terhadap kandungan gizi makanan yang akan dikonsumsi sehingga kualitas konsumsi pangan meningkat. Pada tingkat pendapatan yang rendah, konsumsi diutamakan pada pangan sumber energi terutama padi-padian dan peningkatan pendapatan selanjutnya maka jenis pangan yang dikonsumsi akan semakin beragam (Soekirman 1994 dan Hardinsyah *et al* 2002). Namun kadang-kadang peningkatan pendapatan tidak meningkatkan keragaman jenis pangan tetapi pangan yang dibeli harganya lebih mahal termasuk membeli sayuran. Di Indonesia terdapat kecenderungan proporsi pengeluaran untuk pangan daging, telur, susu, buah, minyak dan

lemak pada penduduk lapisan atas lebih tinggi jika dibanding dengan penduduk lapisan bawah.

## KESIMPULAN

1. Ditemukan tingkat pendidikan ibu sebagian besar tamat SMA atau sederajat sebesar sebanyak 54,0%.
2. Ditemukan sebagian besar yaitu 65,1% ibu tidak bekerja.
3. Ditemukan konsumsi sayur kurang pada anak sebesar 85,7%.
4. Tidak ada hubungan pendidikan dan pekerjaan ibu terhadap konsumsi sayur pada anak prasekolah

## SARAN

Peningkatan konsumsi sayur pada anak prasekolah dengan memilih sayur yang murah harganya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, D. 1997. *Teknik Penyusunan Skala Pengukuran*. Yogyakarta : Pusat Penelitian Kependudukan UGM.
- Hardinsyah dan Martianto, D. 1988. *Menaksir Kecepatan Energi dan Protein serta Penilaian Mutu Gizi Konsumsi Pangan*. Jakarta: Wirasari.
- Hardinsyah, Briawan D, Retnaningsih, Herawati T, Wijaya R. 2002. *Analisis Kebutuhan Konsumsi Pangan*. Bogor :Pusat studi kebijakan pangan dan gizi, Pusat pengembangan konsumsi pangan.
- Karsin,ES. 2004. "Klasifikasi Pangan dan Gizi". Dalam Yayuk Farida Baliwati, Ali Khomsan dan C Meti Dwiriani(ed). *Pengantar Pangan dan Gizi*. Hal:45-63.Jakarta: Penerbit Swadaya.
- Kodyat BA, et.al. 1994. Pokok-pokok Kegiatan Program Perbaikan Gizi Pada PJP II Untuk Menanggulangi Masalah Gizi Salah, dalam *Risalah Widyakarya Pangan dan Gizi V*. LIPI. Jakarta.
- Restianti, H. 2009. *Menerapkan Budaya Hidup Sehat: Pola Makan dan Keseimbangan Gizi*. Bandung : Puri Pustaka.
- Sanjur D. 1982. *Social and Cultural Perspectives in Nutrition*. Prentice Hall Inc, Engelwood Cliffs. New York.

- Schiffman LG, Kanuk LL. 2004. *Perilaku Konsumen*. Ed ke-7. Yahya DK, penerjemah. Jakarta: PT Indeks Kelompok Gramedia. Terjemahan dari: Consumer Behavior.
- Soekirman, dkk. 2006. *Hidup Sehat Gizi Seimbang dalam Siklus Kehidupan Manusia*. Jakarta : PT Primamedia Pustaka.
- Soekirman. 1994. Menghadapi Masalah Gizi Ganda dalam Pembangunan Jangka Panjang Kedua: Agenda Repelita VI, dalam *Risalah Widyakarya Pangan dan Gizi V*. LIPI. Jakarta.
- Suhardjo, 1989. *Sosio Budaya Gizi*. Pusat Antar Universitas Pangan dan Gizi IPB. Bogor.
- Suryani,T. 2008. *Perilaku Konsumen: Implikasi pada Strategi Pemasaran*. Edisi 1. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Yuliarti, N. 2008. *Hidup Sehat Dengan Sayuran*. Yogyakarta : Cakrawala.