

## HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP ORANG TUA TENTANG MANFAAT DAUN KELOR DENGAN STATUS GIZI KELUARGA PADA WILAYAH LAHAN KERING KEPULAUAN SEMIRINGKAI

*Rr Listyawati Nurina, Rahel Rara Woda, Christina Olly Lada, Ika Febianti Buntoro*

### ABSTRAK

Masalah gizi di Indonesia masih besar, tidak hanya masalah gizi kurang tetapi juga masalah gizi lebih. Salah satu faktor penyebab adalah pola makan yang tidak seimbang dan penyakit infeksi. Daun kelor dengan banyak keunggulan nutrisi baik yang sangat populer dapat menjadi salah satu cara untuk menanggulangi masalah gizi di tingkat rumah tangga. Namun Hal ini memerlukan adanya pengetahuan dan kesadaran dari masyarakat akan manfaat daun kelor. Oleh karena itu, peneliti dan tim telah melakukan penelitian ini untuk mengetahui pengetahuan dan sikap tentang manfaat daun kelor di masyarakat desa Penfui Timur yang memiliki cukup banyak pohon kelor serta untuk mengetahui hubungannya dengan status gizi keluarga. Disain penelitian ini merupakan *studycrosssectional* yang bersifat deskriptif dan analitik. Populasi adalah seluruh rumah tangga di wilayah kerja Desa Penfui Timur Kecamatan Kupang Tengah Kabupaten Kupang yang telah disampling sesuai dengan kriteria inklusi penelitian. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hampir semua subjek (93%) adalah usia orang dewasa tengah sampai dengan dewasa akhir dengan jenis kelamin yang setara antara perempuan (55,5%) dengan laki-laki (44,4%). Ada 33 responden yang memiliki 5 sampai 8 jumlah anggota dalam rumah tangga dan 12 responden lainnya memiliki 3 sampai 4 jumlah anggota dalam rumah tangganya. Dengan uji statistik Fisher menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan ( $p= 0,002$  dan sikap orang tua ( $p=0,019$ ) tentang manfaat daun kelor dengan status gizi keluarga pada wilayah lahan kering kepulauan semiringkai. Hal ini dapat diartikan bahwa hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa pengetahuan dan sikap yang baik tentang manfaat daun kelor memberikan pengaruh yang baik terhadap pemeliharaan dan penyediaan makanan bergizi sehingga hamper sebagian lebih status gizi keluarga terpelihara dengan baik. Hal ini terlihat dari hamper sebagian besar responden memiliki status gizi yang baik. Luaran dari penelitian ini adalah lebih optimal dalam pemanfaatan lahan kering semiringkai di sekitar rumah sehingga berguna bagi ketersediaan pangan murah dan bergizi di tingkat rumah tangga.

*Kata Kunci : kelor ntt; kelor semiringkai; marunga semiringkai*

Keberhasilan pembangunan suatu bangsa ditentukan oleh ketersediaan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas, yaitu SDM yang memiliki fisik yang tangguh, mental yang kuat, kesehatan yang prima, serta cerdas. Untuk mewujudkannya, disamping dibutuhkan pendidikan yang baik, faktor gizi merupakan penting untuk diperhatikan.

Gizi merupakan unsur yang sangat penting dalam membentuk kualitas manusia. Perbaikan gizi adalah berbagai upaya yang dilakukan untuk meningkatkan

gizi. Manfaat dari perbaikan gizi adalah meningkatkan status gizi, peningkatan mutu konsumsi makanan, serta penanggulangan terhadap masalah gizi, sehingga diharapkan masyarakat dalam segala usia dalam keadaan sehat. (Dep. Kes.RI, 2010).

Gizi merupakan salah satu faktor penentu utama kualitas sumber daya manusia. Masa dewasa merupakan suatu periode atau masa puncak dalam kehidupan individu. Karena pada masa ini pertumbuhan dan perkembangan individu

telah matang secara optimal. Masalah yang sering terjadi pada usia dewasa yaitu kaitannya dengan kesehatan akibat gaya hidup dan pola makan yang tidak sehat. Gaya hidup yang kurang beraktivitas, terlalu banyak mengonsumsi makanan yang tinggi lemak dan gula.

Setiap manusia dalam siklus hidupnya selalu membutuhkan dan mengonsumsi berbagai bahan makanan. Bahan makanan ialah apa yang kita beli, kita masak dan kita susun menjadi hidangan. Sedangkan zat gizi yaitu zat-zat yang diperoleh dari bahan makanan yang dikonsumsi dan digunakan untuk mendorong kelangsungan faal tubuh. Beberapa zat gizi dapat dibuat oleh tubuh sendiri dan sebagian besar lainnya harus diperoleh dari makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Zat gizi yang terdapat dalam makanan adalah karbohidrat, lemak, protein, vitamin dan mineral.

Kualitas sumber daya manusia (SDM) merupakan faktor utama yang diperlukan untuk melaksanakan pembangunan nasional<sup>(1)</sup>. Keberhasilan pembangunan nasional suatu bangsa ditentukan oleh ketersediaan SDM yang berkualitas, yaitu SDM yang memiliki fisik yang tangguh, mental yang kuat dan kesehatan yang prima disamping penguasaan terhadap ilmu pengetahuan dan teknologi. Kekurangan gizi dapat merusak kualitas SDM.

Saat ini Indonesia mengalami masalah gizi yang cukup kompleks, karena berdasarkan *Global Nutrition Report*, Indonesia termasuk di dalam 17 negara di antara 117 negara yang memiliki ketiga masalah gizi, yaitu *stunting*, *wasting*, dan *overweight*. Kekurangan gizi pada awal kehidupan berdampak serius terhadap kualitas sumber daya manusia di masa mendatang. Dari data WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2015, prevalensi *underweight* tertinggi di wilayah PBB (Perserikatan Bangsa-Bangsa) yaitu Afrika Selatan (27%), diikuti oleh Afrika Barat

(20%), Oceania dan Afrika Timur (18%), Asia Tenggara dan Afrika Tengah (15%), dan Afrika Selatan (11%).

Secara nasional prevalensi kurus (menurut IMT/U) pada anak umur 5-12 tahun adalah 11,2% yang terdiri dari 4,0% sangat kurus dan 7,2% kurus. Prevalensi sangat kurus paling rendah di Bali (2,3%) dan paling tinggi di Nusa Tenggara Timur (7,8%). Sebanyak 16 provinsi dengan prevalensi sangat kurus di atas nasional, yaitu Sumatera Barat, Nusa Tenggara Barat, Kalimantan Tengah, Kalimantan Timur, Papua, Papua Barat, Sulawesi Tengah, Banten, Jawa Tengah, Kalimantan Selatan, Maluku, Sumatera Selatan, Kalimantan Barat, Riau, Gorontalo, dan Nusa Tenggara Timur. Secara nasional masalah gemuk pada anak umur 5-12 tahun masih tinggi yaitu 18,8% yang terdiri dari gemuk 10,8% dan sangat gemuk (obesitas) 8,8%. Prevalensi gemuk terendah di Nusa Tenggara Timur (8,7%) dan tertinggi di DKI Jakarta (30,1%).

Prevalensi kurus (IMT/U) anak usia 5-12 tahun menurut kabupaten/kota provinsi Nusa Tenggara Timur adalah 19,4% yang terdiri dari 7,8% sangat kurus dan 11,6% kurus. Prevalensi sangat kurus terendah di kabupaten Sumba Barat (3,2%) dan paling tinggi di kabupaten Kupang (15,5%). Sedangkan prevalensi kurus tertinggi di kabupaten Rote Ndao (19,8%) dan paling rendah di kabupaten Belu (4,6%). Prevalensi gemuk (IMT/U) anak usia 5-12 tahun menurut kabupaten/kota provinsi Nusa Tenggara Timur yang tertinggi berada di kabupaten Manggarai (7,6%) dan terendah di kabupaten Timor Tengah Utara (0,5%) dan kabupaten Flores Timur (0,5%). Sebanyak 7 kabupaten/kota dengan prevalensi gemuk di atas provinsi, yaitu kabupaten Manggarai (7,6%), kabupaten Sumba Barat Daya (7,1%), kabupaten Kupang (5,6%), kabupaten Sumba Tengah (4,3%), kabupaten Lembata (4,0%), kabupaten Belu (3,3%), dan kabupaten Ngada (3,1%).

Berdasarkan berbagai hasil penelitian dan Risesdas, menunjukkan bawah masalah gizi di NTT terjadi pada semua usia yang artinya bahwa masalah gizi terjadi pada semua siklus hidup manusia yaitu bayi, balita, remaja, dewasa dan juga lansia. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor seperti ketersediaan pangan yang kurang di tingkat rumah tangga sehingga terjadi masalah gizi pada salah satu atau lebih pada anggota keluarga. Ekonomi tidak cukup sebagai alasan untuk timbulnya masalah ini karena faktanya banyak sumber disekitar yang tersedia dengan harga terjangkau dan bahkan dapat diperoleh dengan Cuma-Cuma.

Tingkat pengetahuan seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan dan selanjutnya akan berpengaruh pada keadaan gizi individu yang bersangkutan. Keadaan gizi yang rendah pada suatu wilayah akan menentukan tingginya angka prevalensi kurang gizi secara nasional. Pengetahuan gizi yang minim atau kurangnya penerapan pengetahuan gizi dalam kehidupan sehari-hari dapat menimbulkan masalah gizi.

Oleh karenanya, berdasarkan uraian berbagai kondisi dan masalah gizi yang masih ada di NTT dan melihat berbagai sumber menunjukkan kandungan nutrisi yang sangat baik pada tanaman kelor yang bermanfaat sebagai salah satu intake yang baik, maka kami tim peneliti melakukan penelitian ini untuk mengetahui apakah masyarakat NTT khususnya di Desa Penfui Timur sudah mengetahui manfaat tanaman ini atau belum.

## TUJUAN PENELITIAN

Untuk mengetahui Apakah Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Orang Tua Tentang Manfaat Daun Kelor Dengan Status Gizi Keluarga Pada Wilayah Lahan Kering Kepulauan Semiringkai?

## MANFAAT PENELITIAN

Hasil penelitian diharapkan sebagai bahan masukan bagi berbagai instansi kesehatan di NTT dalam menanggulangi masalah gizi yang ada serta memberikan pemahaman kepada masyarakat luas bahwa tanaman kelor merupakan sumber pangan yang bergizi tinggi dengan berbagai keunggulan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian observasional dengan rancangan crossecisional yang bersifat deskriptif dan analitik. Variabel pengetahuan dan sikap dilakukan secara bersamaan pengukuran anthropometri.

Variabel yang diteliti dalam penelitian ini terdiri dari variable bebas, dan variable terikat.

1. Variabel bebas : Pengetahuan Dan Sikap Orang Tua Tentang Manfaat Daun Kelor
2. Variabel Terikat : Status Gizi Keluarga

## Hipotesis

- $H_0$  : Tidak ada hubungan antara pengetahuan dan sikap orang tua tentang manfaat daun kelor dengan status gizi keluarga pada wilayah lahan kering kepulauan semiringkai
- $H_1$  : Adanya hubungan pengetahuan dan sikap orang tua tentang manfaat daun kelor dengan status gizi keluarga pada wilayah lahan kering kepulauan semiringkai

Penelitian ini telah dilakukan di wilayah kerja desa Penfui Timur Kabupaten Kupang khususnya Dusun 1 dan Dusun II.. Penelitian dilakukan pada bulan Juli – November 2019.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua rumah tangga di wilayah kerja desa Penfui Timur khususnya Dusun Matani dan Dusun Kaniti.

Pengumpulan sampel menggunakan tehnik consecutive sampling, dimana anggota keluarga yang memenuhi kriteria inklusi dipilih hingga jumlah sampel yang dibutuhkan tercapai. Beberapa kriteria yang diterapkan dalam pengambilan sampel di lokasi penelitian sebagai berikut:

1. Bersedia menjadi subjek penelitian.
2. Semua anggota keluarga inti yang terdiri dari orang tua dan anak kandung yang bertempat tinggal di Dusun Kaniti dan Dusun Matani.
3. Tahu dan biasa mengkonsumsi daun kelor.

### Hasil dan Pembahasan

Hampir semua subjek (93%) adalah usia orang dewasa tengah sampai dengan dewasa akhir dengan jenis kelamin yang setara antara perempuan (55,5%) dengan laki-laki (44,4%). Ada 33 responden yang memiliki 5 sampai 8 jumlah anggota dalam rumah tangga dan 12 responden lainnya memiliki 3 sampai 4 jumlah anggota dalam rumah tangganya. Berikut data lengkapnya di bawah ini:

Tabel 1. Rekapitulasi hasil analisis univariat

No	Variabel	Kategori	n	%
1	Umur	21-30	10	22,2
		31-40	14	31,1
		41-50	8	17,7
		51-60	7	15,5
		61-70	6	13,3
2	Jenis Kelamin	Laki-laki	20	44,4
		perempuan	25	55,5
3	Jumlah anggota dalam rumah tangga (RT)	3 anggota	3	6,6
		4 anggota	9	20
		5 anggota	9	20
		6 anggota	8	17,7
		7 anggota	8	17,7
4	Pengetahuan	Kurang	13	28,9
		baik	32	71,1
5	Sikap	Kurang	15	33,3
		baik	30	66,7
6	Status gizi	Normal	23	15,5
		Gizi lebih	22	35,5
7	Total		45	100

Ket: n = jumlah, % = persen

Dari hasil penelitian ini setelah dilakukan analisis statistik uji Fisher terhadap masing-masing dua variabel yaitu

1. Pengetahuan dengan status gizi.  
Didapatkan adanya hubungan antara pengetahuan orang tua tentang manfaat daun kelor dengan status gizi keluarga, yang ditunjukkan dengan nilai  $p=0,002$  lebih kecil daripada alpha. Artinya hipotesis nol ditolak.
2. Sikap dengan status gizi.  
Didapatkan adanya hubungan antara sikap orang tua tentang manfaat daun kelor dengan status gizi keluarga, yang ditunjukkan dengan nilai  $p=0,019$  dimana  $p$  lebih kecil daripada alpha. Artinya hipotesis nol di tolak dan hipotesis satu diterima.

Jika dilihat dari hasil penelitian pengetahuan dan sikap orang tua tentang manfaat daun kelor yang mendapat skor di atas rata-rata. Hal ini dapat dikatakan bahwa pengetahuan dan sikap orang tua baik. Dengan demikian dapat diartikan bahwa hampir semua orang tua mengetahui dan menyikapi dengan baik bahwa daun kelor merupakan tanaman bergizi yang dapat dimanfaatkan sebagai salah satu bahan pangan sumber gizi keluarga. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori bahwa pengetahuan dan sikap terkadang menentukan perilaku seseorang. Artinya bahwa pengetahuan dan sikap orang tua yang baik menjadikannya perilaku yang baik terhadap penggunaan daun kelor sebagai salah satu sumber pangan bergizi bagi keluarga. Hal ini terlihat dari hasil penelitian ini bahwa sebagian orang tua memiliki status gizi yang baik. Artinya bahwa pengetahuan dan sikap yang baik menentukan perilaku seseorang yang baik.

Hal ini juga sejalan dengan teori dan hasil penelitian Shirle bahwa tingkat pengetahuan seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan dan selanjutnya akan

berpengaruh pada keadaan gizi individu yang bersangkutan

Menurut Rogers, pengetahuan individu atau kelompok terhadap suatu inovasi dipengaruhi oleh faktor karakteristik pribadi dan social ekonomi. Dalam penelitian ini ke dua variabel karakteristik pribadi yaitu umur dan jenis kelamin diduga ikut mempengaruhi perilaku seseorang. Hal ini sejalan dengan teori Green yang menyatakan bahwa faktor usia akan mempengaruhi perilaku seseorang dan juga teori Weiss dalam bukunya mengatakan bahwa partisipasi dalam upaya perilaku kesehatan berhubungan dengan umur.

Kalau dilihat dari jumlah jenis kelamin yang setara menunjukkan bahwa antara laki-laki dan perempuan memiliki pengetahuan dan sikap yang sama. Hal ini berarti bahwa dalam menentukan perilaku yang berkaitan dengan gizi antara perempuan dan laki-laki sama efektifnya.

Mengingat usia responden adalah dewasa tengah sampai dengan dewasa akhir sehingga status gizi yang perlu di perhatikan adalah masih terdapat masalah gizi lebih.

Secara statistik menunjukkan adanya hubungan tetapi perlu diperhatikan bahwa masih ada responden yang memiliki status gizi bermasalah yaitu gizi lebih. walaupun demikian kadang perilaku tidak sejalan dengan pengetahuan ataupun sikap.

Ada beberapa keterbatasan dalam penelitian ini antara lain peneliti tidak mengamati faktor – faktor lain yang ikut berpengaruh terhadap status gizi sebagai outcome dari penelitian ini.

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan pengetahuan dan sikap orang tua tentang manfaat daun kelor dengan status gizi keluarga pada wilayah lahan kering kepulauan semiringkai khususnya di wilayah kerja Desa Penfui Timur Kupang Nusa Tenggara Timur.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Riset Kesehatan Dasar. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta; 2013.
2. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta; 2010.
3. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2007. Jakarta; 2008.
4. Ompusunggu, Sahat D. Riset Kesehatan Dasar Dalam Angka Provinsi Nusa Tenggara Timur. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Jakarta; 2013.
5. Green at all., (1980). *Measurement And Evaluation in health education and health promotion*. California
6. Nusa P, Timur T. Riset Kesehatan Dasar Provinsi Nusa Tenggara Timur. Jakarta; 2008.