

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN GIZI DENGAN SIKAP KONSUMSI PANGAN MASYARAKAT DI KELURAHAN KAMPUNG MELAYU JAKARTA TIMUR

Alam Siiran¹, Nurmasari Sartono², Yulilina Retno³

Penulis, Universitas Negeri Jakarta¹

alamsiiran@yahoo.com

Pembimbing, Universitas Negeri Jakarta²

Pembimbing, Universitas Negeri Jakarta³

Abstrak

Pengetahuan gizi di masyarakat adalah pengetahuan seseorang tentang pola makan seimbang, perilaku hidup bersih dan sehat, olahraga teratur dan menjaga berat badan. Salah satu hal yang dikaitkan tentang pengetahuan gizi adalah sikap konsumsi pangan karena terkait dengan pola konsumsi di masyarakat sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dengan sikap konsumsi pangan masyarakat di kelurahan Kampung Melayu Jakarta Timur. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan studi korelasional. Penelitian ini dilaksanakan di RW 02 kelurahan Kampung Melayu Jakarta Timur pada bulan Desember 2017 sampai dengan Maret 2018. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *proportional random sampling* didapatkan sampel 98 responden dari 3301 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan instrumen berupa kuisioner pengetahuan gizi untuk mengukur pengetahuan gizi di masyarakat dan kuisioner sikap konsumsi pangan untuk mengukur sikap konsumsi pangan di masyarakat. Hipotesis penelitian dihitung dengan *Pearson Product Moment* dengan α : 0.05. Hasil perhitungan didapatkan nilai p : 0.000 yang menunjukkan $p < \alpha$ yang berarti tolak H_0 yaitu terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi pangan masyarakat di kelurahan Kampung Melayu Jakarta Timur. Kekuatan hubungan bernilai 0.814 yang masuk dalam kategori sangat tinggi dengan nilai koefisien kontribusi pengetahuan gizi terhadap sikap konsumsi pangan sebesar 66.2% dan sisanya oleh faktor lain.

Kata kunci : Gizi dan Sikap Konsumsi, Kuantitatif, Studi Korelasional

1. Pendahuluan

Pengetahuan gizi adalah kemampuan seseorang untuk mengingat kembali kandungan gizi makanan serta kegunaan zat gizi tersebut di dalam tubuh. Pengetahuan tentang gizi di masyarakat sangat penting sekali karena terkait dengan zat-zat yang memang sangat dibutuhkan oleh tubuh setiap individu. Pengetahuan masyarakat terkait kandungan gizi yang tidak memadai mengakibatkan masyarakat cenderung untuk memilih makanan yang sesuai selera tanpa memperhatikan kandungan gizi dari makanan tersebut. Hal ini tentu akan berdampak fatal bagi tubuh seseorang yang mengonsumsi makanan yang tidak bergizi. Oleh karena itu, perlu adanya pengetahuan tentang gizi yang memadai di masyarakat agar masyarakat tahu bagaimana peran masing-masing zat gizi dari setiap bahan makanan yang dikonsumsi untuk tubuh mereka dan dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Seseorang dengan pengetahuan gizi yang baik nantinya memberi respon dalam bentuk sikap memilih makanan yang

memang mengandung zat gizi yang baik bagi tubuhnya. Sikap dalam pemilihan makanan ini nantinya akan melahirkan sikap konsumsi pangan di masyarakat.

Sikap konsumsi pangan adalah reaksi atau respon seseorang terhadap makanan yang akan dikonsumsi. Sikap pemenuhan kebutuhan ini sangat bergantung pada pengetahuan seseorang terhadap bahan yang akan dibeli untuk nantinya dikonsumsi. Pengetahuan yang baik tentang bahan-bahan yang akan dibeli membuat munculnya sifat kritis di masyarakat. Pengetahuan yang perlu dimiliki adalah pengetahuan tentang kandungan gizi bahan makanan yang akan dibeli agar timbul sifat kritis di masyarakat dan nantinya akan menimbulkan kecenderungan untuk memilih bahan makanan yang mengandung zat gizi tinggi dan baik bagi perkembangan dan pertumbuhan tubuh mereka. Seperti yang dijelaskan di awal, untuk memperoleh pengetahuan salah satunya pengetahuan gizi yang baik, perlu adanya tingkat

pendidikan yang memadai. Tingkat pendidikan yang memadai, perlu didukung oleh keadaan ekonomi yang baik agar proses mendapatkan pengetahuan dapat terlaksana dengan lancar.

Briggs (2015) mengungkapkan, pengetahuan termasuk di dalamnya pengetahuan gizi dapat diperoleh melalui pendidikan formal dan pendidikan non-formal. Pendidikan yang dimaksud adalah proses yang dilakukan secara sadar, terus menerus, sistematis, dan terarah yang mendorong terjadinya perubahan-perubahan pada setiap individu di dalamnya.

Kementerian Kesehatan menyusun pedoman gizi seimbang, pada tanggal 27 Januari 2014 melalui *workshop* untuk mendapat masukan dari para pakar pemerintah serta non-pemerintah, lintas sektor, lintas program dan organisasi profesi yang menghasilkan Pedoman Gizi Seimbang (PGS) yang baru.

Pedoman Gizi Seimbang baru ini sebagai penyempurnaan pedoman-pedoman yang lama. Pedoman gizi ini diibaratkan rumah yang terdiri dari 4 (empat) pilar prinsip yang harus dipenuhi agar rumah tersebut dapat berdiri, yaitu: 1) Mengonsumsi makanan beragam, tidak ada satupun jenis makanan yang mengandung semua jenis zat gizi yang dibutuhkan tubuh untuk menjamin pertumbuhan dan mempertahankan kesehatan tubuh, kecuali Air Susu Ibu (ASI) untuk bayi baru lahir sampai berusia 6 bulan; 2). Membiasakan perilaku hidup bersih, perilaku hidup bersih sangat terkait dengan prinsip Gizi Seimbang; 3) Melakukan aktivitas fisik, untuk menyeimbangkan antara pengeluaran energi dan pemasukan zat gizi kedalam tubuh dan 4) Mempertahankan dan memantau Berat Badan (BB) dalam batas normal. Proses mengonsumsi makanan yang beragam akan menimbulkan kebiasaan makan dan pola makan.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dipilihlah suatu daerah yaitu kelurahan Kampung Melayu Jakarta Timur

yang memiliki faktor-faktor tersebut sehingga dapat diketahui apakah terdapat hubungan yang terbentuk antara pengetahuan dengan sikap konsumsi pangan di suatu daerah.

2. Metode

2.1 Metode Pengumpulan data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei ke lokasi penelitian di daerah kelurahan Kampung Melayu untuk melihat kondisi di lapangan setelah itu mengajukan pertanyaan tertulis berupa kuisisioner pengetahuan gizi untuk mengukur pengetahuan gizi di masyarakat dan sikap konsumsi pangan untuk mengukur sikap konsumsi pangan di masyarakat.

2.2 Metode Analisis Data

Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan studi korelasional. Dalam pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* untuk penentuan RW dan menentukan usia sampel. Mengingat jumlah populasi terjangkau sebanyak 3301 orang maka sampel diambil menggunakan rumus Taro Yamane dan mendapatkan hasil 98 orang (lihat lampiran 1). Selanjutnya untuk menentukan jumlah sampel disetiap RT maka digunakan *proportional random sampling* dengan hasil sebanyak 12 orang di 6 RT dan 13 orang di 2 RT seluruhnya memiliki rentang usia 17 sampai 50 tahun dan tidak satu keluarga (Riduwan, 2010). Uji prasyarat terdiri dari uji normalitas dan homogenitas lalu uji model regresi, menghitung koefisien korelasi dan menghitung koefisien kontribusi.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil

Uji normalitas pengetahuan gizi dan sikap konsumsi pangan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Hasil uji normalitas pengetahuan gizi diperoleh nilai

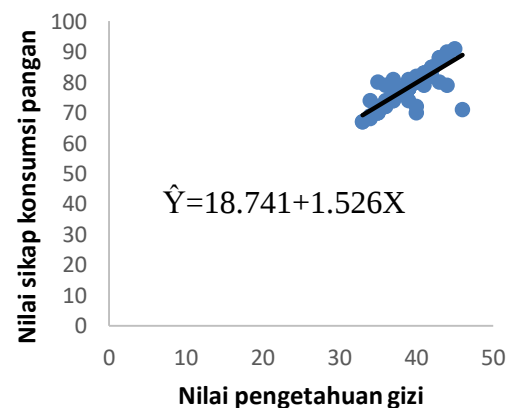
signifikansi (p)> α yaitu $0,291>0,05$ dan hasil uji normalitas sikap konsumsi pangan diperoleh nilai signifikansi (p)> α yaitu $0,433>0,05$. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa kedua data berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Uji homogenitas data nilai pengetahuan gizi dan angket sikap konsumsi pangan menggunakan uji *Bartlett*, diperoleh nilai signifikansi (p)> α yaitu $0,12>0,05$. Berdasarkan hasil tersebut maka variansi data dikatakan homogen.

Uji model regresi linier pengetahuan gizi dan sikap konsumsi pangan dilakukan menggunakan uji F pada $\alpha = 0,05$. Pada uji F diperoleh nilai signifikansi (p)< α yakni $0,00<0,05$ berdasarkan data tersebut diketahui model regresi mampu menjelaskan hubungan antara pengetahuan gizi dengan sikap konsumsi pangan. Kekuatan hubungan diperoleh melalui hasil perhitungan koefisien korelasi dari variabel X (pengetahuan gizi) dan variabel Y (sikap konsumsi pangan) yang menghasilkan koefisien korelasi sebesar $r_{xy}=0,814$. Berdasarkan Riduwan (2010), kriteria nilai kekuatan hubungan nilai statistik tersebut termasuk sangat tinggi. Nilai signifikansi hubungan yang diperoleh yaitu $0,00$ yang lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ sehingga dapat diartikan terdapat hubungan yang signifikan.

Tabel 7. Korelasi

		Penget ahuan Gizi	Sikap Konsumi msi
Pengetahuan Gizi	Korelasi	1	.814**
	Pearson		
	Signifikan si (2 ujung)		.000
	N	98	98
Sikap Konsumsi Pangan	Korelasi	.814**	1
	Pearson		
	Signifikan si (2 ujung)	.000	
	N	98	98

Perhitungan yang telah dilakukan menggunakan Uji T diperoleh nilai signifikansi (p)< α yakni $0,00<0,05$ yang berarti variabel pengetahuan gizi memberikan kontribusi yang signifikan untuk memprediksi sikap konsumsi pangan. Data pengetahuan gizi (X) dan sikap konsumsi pangan (Y) menghasilkan model persamaan regresi yang dirumuskan sebagai berikut: $\hat{Y}=18,741+1,526X$. Model ini menunjukkan bahwa nilai X (variabel data pengetahuan gizi) mempengaruhi nilai Y (variabel sikap konsumsi pangan). Hasil hitung koefisien kontribusi 66,2% yang berarti pengetahuan gizi memberikan kontribusi sebanyak 66,2% kepada sikap konsumsi pangan melalui model regresi $\hat{Y}=18,741+1,526X$ sedangkan 33,8% disebabkan oleh faktor-faktor diluar pengetahuan gizi.



Gambar 1. Model Regresi linier antara Pengetahuan Gizi dengan Sikap Konsumsi Pangan (sumber, SPSS 24.0)

3.2 Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan sikap konsumsi pangan masyarakat di kelurahan Kampung Melayu. Hubungan yang terbentuk adalah hubungan positif antara kedua variabel yang berarti apabila pengetahuan gizi masyarakat semakin baik, maka sikap konsumsi pangan akan semakin baik. Berdasarkan hal tersebut, dapat dibuktikan pengetahuan seseorang sangat erat kaitannya dalam pembentukan sikap di dalam diri orang tersebut. Pembentukan sikap ini, akan membentuk suatu pendapat yang akan melahirkan

keputusan-keputusan dalam hal-hal yang bersifat pribadi seperti pemilihan pangan. Pengetahuan gizi yang dimiliki seseorang nantinya akan digunakan sebagai suatu bahan pertimbangan bagi orang tersebut dalam pemilihan bahan makanan.

Hasil perhitungan koefisien korelasi yang diperoleh adalah 0.814 yang menunjukkan hubungan kedua variabel dalam penelitian ini termasuk dalam kategori sangat tinggi. Selain itu, hasil perhitungan juga menunjukkan hubungan yang terjadi signifikan yang artinya terdapat hubungan yang nyata antara pengetahuan gizi dengan sikap konsumsi pangan masyarakat. Hal ini disebabkan oleh hubungan antara pengetahuan gizi sangat erat kaitannya dengan sikap seseorang dalam pengambilan keputusan makanan yang akan dikonsumsi. Oleh karena itu, setiap pengambilan keputusan yang terkait dengan kecukupan nutrisi pada tubuh sendiri cenderung berhubungan sekali dengan pengetahuan seseorang akan hal tersebut salah satunya tentang gizi. Pengambilan keputusan ini nantinya akan membentuk sikap terhadap pangan yang akan dikonsumsi. Hal tersebut diperkuat dengan pendapat Azwar (2013) yang mengatakan pembentukan sikap dapat dipengaruhi oleh faktor pengetahuan. Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan hal ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Individu mempunyai dorongan untuk mengerti dengan pengalamannya untuk memperoleh pengetahuan. Sikap seseorang terhadap suatu obyek menunjukkan seberapa memadai pengetahuan orang tersebut terhadap obyek yang bersangkutan.

Berdasarkan hasil perhitungan koefisien kontribusi menunjukkan bahwa variasi perubahan sikap konsumsi pangan yang disebabkan pengetahuan gizi sebesar 66.2% sedangkan sisanya disebabkan faktor lain. Oleh karena itu, pengalaman pribadi diasumsikan menjadi faktor lain yang memengaruhi sikap konsumsi pangan masyarakat karena pengalaman pribadi

dapat membentuk suatu kesan tersendiri yang membuat masyarakat memiliki kecenderungan dalam menentukan sikapnya terkait konsumsi pangan. Hal ini sesuai dengan pendapat Azwar (2013) yang mengatakan pengalaman pribadi dapat menjadi dasar pembentukan sikap dengan syarat harus memiliki kesan yang kuat. Oleh karena itu, sikap akan lebih mudah terbentuk apabila pengalaman pribadi tersebut terjadi dalam situasi yang melibatkan faktor emosional pada diri individu di masyarakat.

Berdasarkan hasil perhitungan koefisien kontribusi juga didapatkan 33.8% sikap konsumsi di masyarakat Kampung Melayu disebabkan oleh faktor lain. Oleh karena itu, media massa diperkirakan mempengaruhi sikap konsumsi pangan di masyarakat. Hal ini disebabkan semakin mudahnya akses masyarakat terhadap suatu informasi yang ada di luar tanpa diketahui apakah informasi tersebut benar atau tidak. Informasi-informasi yang masuk ke masyarakat nantinya akan membentuk opini di masyarakat yang akan mempengaruhi sikap masyarakat terhadap suatu obyek salah satunya konsumsi pangan. Hal ini didukung oleh fakta di lapangan saat penelitian, sebagian besar responden merupakan pengguna media sosial aktif sehingga timbul dugaan para responden juga kerap kali mendapat informasi mengenai berbagai macam pemberitaan salah satunya tentang pangan. Pendapat ini dipertegas oleh Azwar (2013) yang mengatakan dalam pemberitaan surat kabar, radio atau media komunikasi lainnya banyak terdapat obyektifitas yang dipengaruhi oleh sikap penulisnya sehingga berita yang tadinya faktual berubah menjadi obyektif.

Faktor yang mempengaruhi sikap masyarakat terhadap pangan adalah kebudayaan dan kebiasaan masyarakat ditempat penelitian. Masyarakat cenderung untuk mengikuti budaya dan kebiasaan yang terdapat pada wilayah tempat dia bermukim. Hal ini yang membentuk sikap masyarakat berdasarkan budaya dan

kebiasaan yang memang sudah lama dianut oleh mereka. Argumen ini diperkuat oleh fakta di lapangan saat penelitian, masyarakat Kampung Melayu khususnya laki-laki gemar mengonsumsi kopi dan minuman berenergi dalam jumlah yang banyak dikarenakan tuntutan pekerjaan mereka. Pendapat ini didukung oleh Gathavorn (2017) yang mengatakan kebudayaan konsumsi makanan dapat berbeda-beda dikarenakan perbedaan etnik yang dianut serta tata cara masing-masing daerah dalam mengonsumsi makanan dan pola diet dari makanan yang mereka pilih serta nantinya akan membentuk sikap yang berbeda.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan sikap konsumsi pangan masyarakat di kelurahan Kampung Melayu. Hubungan yang terbentuk adalah hubungan positif yaitu semakin tinggi pengetahuan gizi seseorang, maka sikap konsumsi pangannya juga akan semakin baik. Penelitian lebih lanjut dapat mencari variabel-variabel lain yang diduga memiliki hubungan dan kontribusi terhadap pengetahuan gizi dan sikap konsumsi pangan agar pengetahuan gizi dan sikap konsumsi pangan di masyarakat dapat ditingkatkan. Penelitian lebih lanjut dapat menggunakan responden di masing-masing rukun warga di kelurahan Kampung Melayu agar data yang didapatkan lebih mendekati keadaan yang sebenarnya.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada Dra. Nurmasari Sartono, M.Biomed dan Dra. Yulilina R. D., M.Biomed selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, nasehat, motivasi dan saran sehingga penyusunan skripsi menjadi lebih baik.

Terimakasih kepada Drs. Refirman Dj., M.Biomed dan Sri Rahayu, S.Kep, M.Biomed selaku dosen penguji, yang telah memberikan kritik dan saran demi kebaikan skripsi ini. Terima kasih kepada Dr. Mieke Miarsyah M.Si selaku pembimbing akademik, yang tiada hentinya memberikan motivasi dan dukungan. Terimakasih kepada Dr. Diana Vivanti Sigit, M.Si selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Biologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan semangat dan motivasinya agar segera menyelesaikan skripsi ini dan lulus tepat waktu. Terimakasih kepada Bapak dan ibu dosen Program Studi Pendidikan Biologi yang telah mendidik selama menempuh pendidikan di Universitas Negeri Jakarta.

Daftar Pustaka

- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2013). *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Liberty.
- Briggs, K. (2015). Analysis of Nutrition Education in Medical School. *Journal of Biomedical Education*, 3(2), 55-71.
- Bruner. (2012). *Study of Society*. Houston: Houston Griffins Company.
- Depkes. (2014). *Pedoman Umum Gizi Seimbang*. Jakarta: Balitbang Depkes.
- Engel, J. (2010). *Consumer Behavior*. New York: McGraw Hill Publisher.
- Farida, Y. (2004). *Pengantar Pangan dan Gizi*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Field, A. (2013). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistic*. Los Angeles: Sage Ltd.

- Gathavorn, C. (2017). Spotlight Education Prompts Intent to Change Dietary Behaviors. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 5(3), 56-69.
- Handarsari, E. (2016). Hubungan antara Pengetahuan Gizi dengan Tingkat Konsumsi Protein Anak TK Nurul Bahri Batang. *Jurnal Keperawatan*, 2(1), 24-37.
- Hassel, C. (2013). Nutrition Education Toward a Framework of Culture Awareness. *Journal of Nutrition*, 4(4), 113-131.
- Karpov, A. (2017). Separating Knowledge and Information in Knowledge Society and Its Education. *Journal of Social and Behavior Science Procedia Elsevier*, 5(2), 804-810.
- Khomsan, A. (2012). *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Komeela, C. (2014). Consumer Knowledge and Attitude Toward Nutritional Labels. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 46(2), 108-120.
- Kostanjevec, S. (2015). The Relationship Between Nutrition Education and Food Consumption of Schoolchildren in Sloveni. *Journal of Nutrition University Ljubljana*, 2(1), 122-138.
- Kusuma, A. (2016). Hubungan antara Pengetahuan Gizi dengan Gizi Seimbang terhadap Asupan Zat Makro di Gorontalo. *Jurnal Kedokteran UM Solo*, 1(2), 45-49.
- Nanda. (2005). *Panduan Diagnosa Keperawatan*. Jakarta: Prima Medika.
- Nawaz, M. (2016). Study to Assest Relation Between Nutrition Knowledge and Food Choices Among Children in Pakistan. *EC Nutrition Research Articles*, 2(2), 13-23.
- Notoadmojo. (2012). *Pengantar Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta: Andiofset.
- Purwanto. (2000). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Remaja Poesdakarya.
- Riduwan. (2010). *Skala Pengukuran Variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sarwono. (2001). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Sediaoetama, A. (2010). *Ilmu Gizi*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Siagian, C. (2010). *Kebiasaan Makan dan Konsumsi Serat Makanan Remaja*. Bogor: IPB Press.
- Sims, L. S. (2016). Demographic and Attitudinal Correlates of Nutrition Knowledge. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 48(2), 95-117.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Walgito, B. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media.