

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PENGETAHUAN
IBU TENTANG BAHAYA MENGONSUMSI MAKANAN YANG
MENGANDUNG GULA BERLEBIHAN PADA ANAK
USIA 3 SAMPAI 5 TAHUN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS JEULINGKE KECAMATAN
SYIAH KUALA BANDA ACEH**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan untuk melengkapi tugas dan memenuhi syarat-syarat
guna memperoleh gelar Ahli Madya Kebidanan
Universitas U'budiyah Indonesia**



Oleh:

KARAMIATI
NIM : 11010030

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN FAKULTAS ILMU
KESEHATAN UNIVERSITAS U'BUDIYAH INDONESIA
BANDA ACEH
2014**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sebuah studi baru memperkirakan gula berkontribusi terhadap 35 juta kematian pertahun diseluruh dunia. Menurut para ahli, kerusakan akibat gula bisa tercermin seperti dampak bagi kesehatan. Konsumsi gula diseluruh dunia meningkatkan 3 kali lipat selama 50 tahun terakhir. Sulit untuk menghindari gula karena zat ini mengandung pada banyak makanan, seperti; permen, coklat, biskuit, kue, puding dan lainnya. Bahkan pada beberapa makanan diet dikemas dengan gula. Karena gula tidak dapat dipisahkan oleh makanan-makanan manis (Farmacia, 2012).

Obesitas menyebabkan 10,3% dari seluruh kematian di dunia. Menurut WHO, angka tersebut menempati peringkat kelima penyebab utama kematian di dunia. Secara global 1,6 miliar kaum dewasa kegemukan dan 400 juta di antaranya mengalami obesitas. Sementara kepasifan fisik berada di urutan keempat penyebab kematian dunia. Padahal, 31% masyarakat dunia dari semua umur 60% - 85% kaum dewasa di dunia tidak aktif secara fisik (Lakshita, 2012).

Angka kejadian obesitas di berbagai negara terus meningkat. Prevalensi obesitas di Inggris pada tahun 1980 hanya 7%, lalu meningkat menjadi 23% pada tahun 2005. Pada tahun 1999, 61% penduduk Amerika menderita *overweight* (27% diantaranya obesitas). Kemudian pada tahun 2007 meningkat menjadi 66%

(32% diantaranya obesitas), hasil survey nasional Indonesia tahun 1989 – 1992 menunjukkan bahwa dalam waktu 3 tahun terjadi kenaikan angka obesitas pada balita sebanyak 2%, kenaikan ini harus diwaspadai karna kemungkinan balita yang gemuk akan menjadi dewasa yang gemuk pula. Tahun 1983, Depkes RI menyakan bahwa obesitas merupakan salah satu masalah gizi nasional (Soegih, 2009).

Menurut Direktorat Bina Gizi Masyarakat (BGM) Depkes (1999) dalam Almatsier (2002) hasil data antropometri anak balita (BB/U) yang dikumpulkan melalui SUSENAS dan dianalisis oleh Direktorat BGM Depkes menunjukan bahwa dalam 10 tahun yaitu dari tahun 1989-1999 prevalensi gizi lebih pada balita meningkat dari 0,77% hingga 4,48%. Depkes juga menunjukan adanya peningkatan gizi lebih pada balita sebesar 3,3% pada tahun 2000 menjadi 2,5% pada tahun 2003 (Badriah, 2011).

Prevalensi kegemukan pada balita di Indonesia meningkat melampaui angka malnutrisi pada balita. Proses balita gemuk mencapai 14% lebih tinggi dari jumlah balita yang sangat kurus, dan kurus yakni 6% dan 7,2% atau 13,3% pada tahun 2010. Sementara pada tahun 2007 menunjukan angka presentasi balita gemuk mencapai 12,2%. (Warastri, 2011).

Indonesia penderita obesitas pada anak masih relatif rendah. Tetapi pada tahun tahun terakhir, kejadian ini semakin meningkat dan mulai mendapat perhatian sebagai masalah baru, khususnya anak-anak yang tinggal dikota dan bersal dari keluarga dengan keadaan sosial ekonomi yang baik. Kejadian obesitas

pada anak sering terjadi pada usia menjelang satu tahun, usia 5-6 tahun dan selama masa remaja (Sitorus, 2008).

Menurut Departemen Kesehatan Tahun 2008, prevalensi nasional gizi lebih pada balita adalah 4,3% sedangkan sebanyak 15 provinsi mempunyai prevalensi gizi lebih pada balita diatas prevalensi nasional. Prevalensi nasional balita gemuk adalah 12,2% sebanyak 18 provinsi mempunyai balita gemuk diatas prevalensi nasional, yaitu Aceh, Sumatra Utara, dan provinsi lainnya.

Menurut Asosiasi Dental Amerika(ADA) makanan dan minuman yang tinggi gula dapat menyebabkan karang dan lubang pada gigi. Gula merupakan bahan makanan bagi bakteri yang memproduksi asam yang dapat membuat lubang pada gigi.

Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) indonesia tahun 2004 untuk anak usia 3-5 tahun tidak disarankan untuk mengkonsumsi lebih dari 25 gr gula tambahan/hari (setara 8 sendok teh) (Ramadian,2012).

Membentuk pola makanan pada anak sejak dini merupakan upaya menciptakan kebiasaan baik demi menjauhkan kegemukan dan diabetes dari buah hati(Harvianti, 2007).

Peran orang tua terutama ibu tidak hanya sekedar memberikan asupan makanan yang cukup pada anak, tetapi ibu dituntut untuk memiliki pengetahuan untuk nutrisi makanan sehingga mampu memilah dan memilih asupan makan yang sesuai dengan kebutuhan dan perkembangan anak (Febrya , 2008).

Kurangnya pengetahuan gizi dan kesehatan orang tua, khususnya ibu sangat berpengaruh terhadap status gizi pada balita. Dipedesaan makanan banyak dipengaruhi oleh keadaan sosial ekonomi dan kebudayaan. Terdapat pantangan makan pada balita misalnya anak kecil tidak diberikan ikan karena dapat menyebabkan cacingan, kacang kacangan juga tidak diberikan karena dapat menyebabkan sakit perut dan kembung (Balawati. 2004).

Saat ini masih banyak anggapan dimasyarakat bahwa anak yang gemuk dan anak yang sehat. Seringkali ibu bangga kalau anaknya gemuk namun masih banyak orangtua yang tidak mengetahui kegemukan pada anak bisa memicu penyakit, hal ini dikarenakan masih kurangnya informasi yang didapat(Novita, 2007).

Konsumsi gula tambahan yang berlebihan tidak hanya berkontribusi pada asupan kalori yang lebih tinggi namun juga menyebabkan asupan vitamin, serat, dan mineral tidak terpenuhi. Hal ini disebabkan anak-anak lebih menyukai rasa manis pada makanan dan minuman, sehingga mengurangi selera untuk mengkonsumsi makanan yang lain yang beragam dan kaya akan berbagai zat gizi. Konsumsi gula tambahan yang berlebihan akan menyebabkan adanya ekstra kalori di dalam tubuh dan meningkatkan potensi terjadinya obesitas, karies gigi dan penyakit lainnya pada individu tertentu (Hartono, 2006).

Berdasarkan data yang didapat dari Dinas Kesehatan Kota Banda Aceh jumlah balita 528.972 orang. balita yang berat badannya naik dari seluruh

kabupaten/kota 127.024 orang (44,1%) sedangkan balita yang berat badanya dibawah garis merah 8.810 Orang (3,06%) (Dinkes,2010).

Berdasarkan data yang didapat dari Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh pada bulan Maret 2014 jumlah ibu-ibu yang mempunyai bayi usia 3 sampai 5 tahun yang berada di wilayah kerja pukesmas jeulingke berjumlah 231 orang.

Dari hasil wawancara singkat terhadap 10 ibu yang berkunjung di puskesmas jeulingke, 4 orang ibu mengetahui bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3-5 tahun dan ibu juga pernah mendapatkan informasinya ketika membawa anaknya ke posyandu dan 2 ibu mengatakan tidak mengetahui bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3-5 tahun dan ibu juga belum pernah mendapatkan informasinya. Sedangkan 4 ibu yang lain mengatakan mengetahui bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3-5 tahun tetapi kurang memperhatikan jajanan/ makanan yang dikonsumsi anaknya karena alasan bekerja.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang: Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Pengetahuan ibu Tentang Bahaya Mengkonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun di Wilayah Kerja Pukesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan Ibu Tentang Bahaya Mengkonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun di Wilayah Kerja Pukesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh.

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan Ibu Tentang Bahaya Mengkonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun di Wilayah Kerja Pukesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh Tahun 2014.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui Hubungan Pendidikan dengan Pengetahuan Ibu Tentang Bahaya Mengkonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun di Wilayah Kerja Pukesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh.
- b. Untuk Mengetahui Hubungan Informasi dengan Pengetahuan Ibu Tentang Bahaya Mengkonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun di Wilayah Kerja Pukesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh.

- c. Untuk Mengetahui Hubungan Pekerjaan dengan Pengetahuan Tentang Bahaya Mengonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penelitian

Dapat menambah pengetahuan dan pengalaman peneliti untuk mengembangkan pengetahuan dalam ilmu kebidanan khususnya tentang Faktor-Faktor yang mempengaruhi Pengetahuan ibu Tentang Bahaya Mengonsumsi Makan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh.

2. Bagi Tempat Penelitian

Menjadi suatu bahan masukan dalam pengambilan dan penentuan kebijakan bagi kesejahteraan anak.

3. Bagi Institusi

Menjadi bahan bacaan pada perpustakaan yang dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa, khususnya untuk Prodi D III Kebidanan U'budiyah Banda Aceh dan referensi bagi peneliti yang ingin meneliti tentang masalah ini.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini sudah pernah dilakukan oleh Nurfaizah (2012) Mahasiswi Kebidanan Yayasan Harapan Bangsa dengan judul Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Bahaya Mengonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 1 Sampai 3 Tahun Di Pukesmas Batoh Kecamatan Lungbata Banda Aceh. Hasil dari penelitiannya menunjukkan dari 94 responden banyak yang memiliki pengetahuan tinggi dengan kategori memiliki pekerjaan yaitu 25 orang (76%).

Adapun hal yang membedakan dengan penelitian sekarang adalah variabel, tempat penelitian, waktu, serta jenis penelitian.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap obyek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya) (Notoatmodjo, 2005)

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2003) pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui berkenaan dengan hal. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (over behaviour). Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini yang akan menentukan sikap seseorang, semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap makin positif terhadap objek tertentu.

Menurut teori WHO (World Health Organization) yang dikutip oleh Notoatmodjo (2007), salah satu bentuk objek kesehatan dapat dijabarkan oleh pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman sendiri.

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yakni,indra penglihatan,penciuman, pendengaran, rasa dan raba, sebagian besar pengetahuan manusia di peroleh dari mata dan telinga (Notoatmodjo, 2011).

Dalam wikipedia dijelaskan; Pengetahuan adalah informasi atau maklumat yang diketahui atau disadari oleh seseorang. Pengetahuan termasuk, tetapi tidak dibatasi pada deskripsi, hipotesis, konsep, teori, prinsip dan prosedur yang secara Probabilitas Bayesian adalah benar atau berguna(Notoatmodjo, 2007).

Manusia sebagai ciptaan Tuhan yang sempurna, dalam memahami alam sekitarnya terjadi proses yang bertingkat dari pengetahuan (sebagai hasil tahu manusia), ilmiah, dan filsafat pengetahuan adalah hasil tahu dari hasil manusia sekedar menjawab pertanyaan “what” misalnya apa air, apa manusia, apa alam, dan apa sebagainya. Pengetahuan hanya dapat menjawab apa sesuatu itu tetapi ilmu dapat menjawab mengapa dan bagaimana sesuatu tersebut terjadi. Apabila pengetahuan itu mempunyai sasaran yang tertentu mempunyai metode atau pendekatan untuk mengkaji objek tersebut sehingga memperoleh hasil yang dapat disusun secara sistematis dan dapat di akui secara universal maka terbentuklah disiplin ilmu(Notoadmodjo, 2005).

Berdasarkan beberapa pengertian di atas penulis menyimpulkan bahwa pengetahuan adalah sesuatu yang diketahui oleh seseorang melalui pengenalan sumber informasi, ide yang diperoleh sebelumnya baik secara formal maupun informal.

Tingkat pengetahuan menurut Notoatmodjo (2011) pengetahuan yang tercakup dalam domain. Kognitif mempunyai 6 tingkatan, yaitu:

a. Tahu (know)

Tahu dapat diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk juga mengingat kembali suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang di pelajari atau rangsangan yang telah diterima dengan cara menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, dan sebagainya.

b. Memahami (Comprehention)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.

c. Aplikasi(Application)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi sebenarnya. Aplikasi dapat diartikan sebagai penggunaan hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya.

d. Analisis(Analysis)

Analisis merupakan suatu kemampuan untuk menjabarkan suatu materi ke dalam komponen-komponen, tetapi masih didalam struktur organisasi tersebut yang masih ada kaitannya antara satu dengan yang lain dapat ditunjukan dengan menggambarkan, membedakan, mengelompokkan, dan sebagainya.

e. Sintesis(Synthesis)

Sintesis merupakan suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian didalam suatu bentuk keseluruhan yang baru dengan dapat menyusun formulasi yang baru.

f. Evaluasi (Evaluation)

Berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatmateri penelitian didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiriatau kriteria yang sudah ada. Pengetahuan diukur dengan wawancaraatau angket tentang materi yang akan di ukur dari objek penelitian.

B. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Ibu Tentang Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan

Menurut Mubarak dan Chayatin (2009) pengetahuan seseorang di pengaruhi oleh usia, pendidikan, informasi, pengalaman, pekerjaan, minat dan kebudayaan.

1. Pendidikan ibu

Semakin tinggi dan formal tingkat pendidikan yang dimiliki seseorang makasemakin besar pula tingkat pengetahuan yang bersifat intelektual yang dimiliki seseorang tersebut (Hurlock, 2004).

Ada pengaruh tingkat pendidikan terhadap penggunaan fasilitas pelayanan kesehatan. Bahwa penggunaan posyandu dipengaruhi oleh tingkat pendidikan dapat membuat orang menjadi berpandangan lebih luas berfikir dan bertindak secara rasional sehingga latar belakang pendidikan seseorang dapat

mempengaruhi penggunaan pelayanan kesehatan (Notoadmodjo, 2010). Pendidikan terjadi melalui kegiatan atau proses belajar yang dapat terjadi dimana saja, kapan saja, dan oleh siapa saja. Kegiatan belajar mempunyai ciri-ciri: belajar adalah kegiatan yang menghasilkan perubahan pada diri individu, kelompok, atau masyarakat yang sedang belajar, baik aktual maupun potensial. Ciri kedua dari hasil belajar bahwa perubahan tersebut di dapatkan karena kemampuan baru yang berlaku untuk waktu yang relatif lama. Ciri yang ketiga adalah bahwa perubahan itu terjadi karena usaha, dan didasari bukan karena kebetulan (Notoadmodjo, 2010).

Ruang lingkup pendidikan terdiri dari pendidikan informal, non formal dan formal. Pendidikan informal adalah pendidikan yang diperoleh seseorang di rumah dalam lingkungan keluarga. Pendidikan informal berlangsung tanpa organisasi, yakni tanpa orang tertentu yang diangkat atau ditunjuk sebagai pendidik, tanpa suatu program yang harus diselesaikan dalam jangka waktu tertentu, dan tanpa evaluasi yang formal berbentuk ujian. Sementara itu pendidikan non formal meliputi berbagai usaha khusus yang diselenggarakan secara terorganisasi terutama generasi muda dan orang dewasa, yang tidak dapat sepenuhnya atau sama sekali tidak berkesempatan mengikuti pendidikan sekolah dapat memiliki pengetahuan praktis dan ketrampilan dasar yang mereka perlukan sebagai warga masyarakat yang produktif. Sedangkan pendidikan formal adalah pendidikan yang mempunyai bentuk atau organisasi tertentu seperti terdapat di sekolah atau universitas (Notoadmodjo, 2010).

Menurut Undang-undang Republik Indonesia tentang pendidikan No 20 Tahun 2003, jenjang pendidikan formal terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, pendidikan tinggi. Pendidikan dasar yaitu jenjang pendidikan yang melandasi jenjang pendidikan menengah seperti SD, MI, SMP, dan MTS atau bentuk lain yang sederajat. Sementara itu pendidikan menengah yaitu lanjutan pendidikan dasar yang terdiri dari pendidikan menengah kejuruan seperti SMA, MA, SMK, dan MAK atau bentuk lain yang sederajat. Sedangkan pendidikan tinggi merupakan jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup program pendidikan Diploma, Sarjana, Magister dan Doktor yang diselenggarakan oleh pendidikan tinggi.

Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pendidikan terbagi menjadi 3 meliputi faktor umur, faktor tingkat sosial ekonomi dan faktor lingkungan. Faktor umur merupakan indikator kedewasaan seseorang, semakin bertambah umur pendidikan yang didapat akan lebih banyak. Baik itu pendidikan formal maupun pendidikan non formal yang diinginkan adalah terjadinya perubahan kemampuan, penampilan atau perilakunya. Selanjutnya perubahan perilaku didasari adanya perubahan atau penambahan pengetahuan, sikap atau ketrampilannya (Notoatmodjo, 2010).

Faktor tingkat sosial ekonomi ini sangat mempengaruhi perbaikan pendidikan dan perbaikan pelayanan kesehatan yang diinginkan oleh masyarakat. Rata-rata keluarga dengan sosial ekonomi yang cukup baik akan memilih tingkat pendidikan dan sarana kesehatan yang bagus dan bermutu.

Sedangkan faktor lingkungan mempunyai pengaruh yang besar dalam pendidikan seseorang. Seperti contoh orang yang berada dalam lingkungan keluarga yang mendukung serta mengutamakan pendidikan mereka akan lebih termotivasi untuk belajar. Sehingga pengetahuan yang mereka peroleh akan lebih baik dibandingkan dengan seseorang yang keluarganya tidak mendukung untuk merasakan bangku sekolah (Notoatmodjo, 2010).

2. Informasi

Menurut Davis (2009), informasi secara umum di artikan sebagai data yang telah diolah menjadi suatu bentuk yang penting bagi sipenerima dan mempunyai nilai yang nyata yang dapat dirasakan dalam keputusan-keputusan yang akan datang.

Informasi akan memberi pengaruh pada pengetahuan seseorang. Meskipun seseorang memiliki pendidikan yang rendah tatapi jika ia mendapat informasi yang baik dari berbagai media, misalnya televisi, radio maupun surat kabar maka hal itu akan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang (Ary, 2008).

Media pendidikan kesehatan yaitu pada hakikatnya adalah alat bantu pendidikan berupa saluran channel untuk menyampaikan informasi kesehatan yang mempermudah penerimaan pesan-pesan kesehatan bagi masyarakat atau klien. Media massa cocok untuk mengkomunikasikan pesan-pesan kesehatan yang ditujukan bersifat umum. Dalam arti tidak membedakan golongan umur,

jenis kelamin, pekerjaan, status sosial-ekonomi dan tingkat pendidikan. Maka pesan-pesan kesehatan yang akan disampaikan harus dirancang sedemikian rupa sehingga dapat dipahami oleh massa. Pendekatan ini biasanya digunakan untuk mengunggah kesadaran seseorang. Biasanya dengan menggunakan media massa (Notoadmodjo, 2003)

Media massa dibagi menjadi 3 macam yaitu :

a. Media cetak

Media cetak sebagai alat bantu menyampaikan pesan-pesan kesehatan yang sangat bervariasi, antara lain sebagai berikut: buku, selebaran, lembar balik, poster dan foto-foto yang mengungkapkan informasi-informasi kesehatan.

b. Media elektronik

Antara lain : Televisi, radio, video, slide, dan film strip

c. Media papan

Papan yang dipasang pada tempat-tempat umum dapat diisi dengan pesan-pesan atau informasi kesehatan.

3. Pekerjaan

Pekerjaan menurut kamus besar bahasa Indonesia (1999) di artikan dengan segala sesuatu yang dilakoni atau dilakukan seseorang pada suatu tempat dalam waktu, arti lainnya adalah segala sesuatu yang dikerjakan seseorang dalam melakukan kegiatan mempunyai tujuan dan hasil yang ingin

di capai. Pembagian kerja, bahwa kerja domestik (rumah tangga) adalah tanggung jawab perempuan. Sementara kerja di ruang public(kerja di luar rumah) adalah tugas laki-laki masih menjadi norma umum. Meskipun perempuan juga menambah penghasilan keluarga, tetapi perempuan juga menanggung semua kerja domestik(Fadillah,2006).

Adapun pekerjaan yang ditinjau adalah :

a. PNS

Pegawai negeri adalah warga Negara RI yang telah memenuhi syarat yang di tentukan, di angkat oleh pejabat yang berwenang dan disertai tugas dalam suatu jabatan negeri, atau disertai tugas Negara lainnya, dan digaji berdasarkan peraturan perundang-undangan yang berlaku (pasal 1 Ayat 1 UU 43/1999)

b. Wiraswasta

Didalam banyak literatur, antara istilah wiraswasta dengan wirausaha sering berganti tempat dan artinya sering dianggap sama. Memang ada sebagian ahli membedakan kedua istilah tersebut tetapi perbedaan itu menurut hemat penulis tidak terlalu signifikan. Karena itu, demi memudahkan pembahasan dalam tulisan ini kedua istilah itu dianggap sama artinya. Kamus Besar Indonesia juga tidak membedakan arti kedua istilah tersebut.

Jika dilihat secara etimologis, wiraswasta berasal dari dua kata, yakni “wira” dan “swasta”. Wira memiliki arti berani, utama atau perkasa. Sedangkan swasta ternyata juga berasal dari dua kata, yakni “swa” dan “sta”. Swa artinya sendiri dan sta berarti terdiri atas kekuatan sendiri. Dengan melihat arti etimologis diatas bisa diambil pengertian wiraswasta ialah keberanian, keutamaan, atau keperkasaan dalam berusaha dengan berstandar pada kekuatan sendiri.

c. Ibu Rumah Tangga

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, ibu rumah tangga dapat diartikan sebagai seorang wanita yang mengatur penyelenggaraan berbagai macam pekerjaan rumah tangga, atau dengan pengetahuan lain ibu rumah tangga merupakan seorang istri (ibu) yang hanya mengurus berbagai pekerjaan dalam rumah tangga (tidak bekerja di kantor).

C. Bahaya Mengonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Yang Berlebihan

Hampir semua kalangan usia dan jenis kelamin menyukai jenis olahan makanan yang mengandung gula. Namun ternyata dibalik nikmat rasa manis itu, terdapat bahaya yang mengintai kesehatan (Novita, 2007).

Konsumsi gula tambahan yang berlebihan tidak hanya berkontribusi pada asupan kalori yang lebih tinggi namun juga menyebabkan asupan vitamin, serat, dan mineral tidak terpenuhi. Hal ini disebabkan anak-anak lebih menyukai rasa manis

pada makanan dan minuman, sehingga mengurangi selera untuk mengonsumsi makanan yang lain yang beragam dan kaya akan berbagai zat gizi. Konsumsi gula tambahan yang berlebihan akan menyebabkan adanya ekstra kalori di dalam tubuh dan meningkatkan potensi terjadinya obesitas, karies gigi dan penyakit lainnya pada individu tertentu (Hartono, 2006).

Anak-anak lebih banyak makan makanan instan, makanan cepat saji, minuman yang mengandung tinggi gula serta makanan cemilan yang sudah diproses yang tinggi kalori dan lemak namun rendah vitamin lainnya dibandingkan dengan makanan sehat dan segar seperti sayur dan buah-buahan. Pola makan yang menyebabkan obesitas adalah makan tidak pada saat lapar dan makan sambil menonton TV atau mengerjakan sesuatu seperti pekerjaan rumah atau membaca. Pola makan keluarga juga dapat mempengaruhi pola makan anak. Secara tidak langsung makanan yang dikonsumsi oleh keluarga maka anak akan ikut mengonsumsi makanan tersebut. Apabila keluarga senang mengonsumsi makanan manis dengan tinggi kalori dan lemak maka anak juga akan ikut mengonsumsi makanan tersebut. Bila keluarga memiliki kebiasaan mengajak anak mereka makan di restoran siap saji yang disediakan makanan tinggi lemak, kalori dan garam maka semakin meningkat resiko terjadinya obesitas pada anak (Misnadiarly, 2007)

Budaya makan telah mengalami perubahan. Makanan siap saji menjadi sangat populer bagi orang-orang dari semua usia terutama anak-anak. Anak yang

menonton TV mudah terpengaruh oleh acara-acara komersial yang menawarkan berbagai macam merk coklat, permen dan manisan (Srigupta, 2004).

Produsen secara langsung atau tidak berpengaruh mendorong perilaku konsumtif dikalangan anak-anak agar produknya digemari dan banyak terjual. Pengaruh-pengaruh tersebut disadari atau tidak sudah ada disekitar anak-anak. Pengaruh tersebut berasal dari berbagai hal yaitu keluarga, pergaulan teman bermain dan lingkungan tetangga ataupun promosi dan iklan (sugiantoro, 2009).

Adapun bahaya akibat mengkonsumsi gula berlebihan sebagai berikut :

1. Kegemukan (Obesitas) Pada Anak

Obesitas didefinisikan sebagai kelebihan lemak yang biasanya terjadi pada anak yang berat badannya 20% diatas berat standar untuk tinggi badannya. Selain itu terdapat hubungan antara obesitas pada masa anak-anak dan dewasa. Survey menunjukkan 20% dari anak-anak yang kegemukan akan menjadi orang dewasa kegemukan pula (Richart, 2008).

Seseorang yang memiliki berat badan 20% lebih tinggi dari nilai tengah kisaran berat badanya yang normal dianggap mengalami obesitas (Wikipedia.obesitas).

Pada umumnya orang tua dalam masyarakat kita beranggapan bahwa anak yang gemuk itu berarti sehat. Tetapi dengan berkembangnya ilmu pengetahuan dalam bidang kedokteran, pendapat tersebut mendapat sanggahan, karena belakangan ini para ahli berpendapat yang sebaliknya bahwa “gemuk

adalah fatal dan lebih gemuk berarti lebih fatal”. Kegemukan atau obesitas yang terjadi pada anak-anak dapat berlanjut sampai masa dewasa nanti dan dapat menimbulkan komplikasi yang menyebabkan peningkatan angka kesakitan bahkan kematian hampir 80% penderita obesitas pada anak yang berlanjut menjadi obesitas pada usia dewasa, dan hampir 30% penderita obesitas pada orang dewasa merupakan kelanjutan obesitas pada masa anak-anak (Sitorus, 2008).

Kelebihan makanan berakibat timbulnya berbagai penyakit seperti penyakit pembuluh darah yang mengakibatkan kegemukan, penyakit jantung dan sebagainya. Umumnya menu yang berkaitan dengan kelebihan gizi adalah menu yang tinggi lemak, gula, protein serta kurang serat (Santoso, 2004).

Anak akan mengalami berat badan berlebih (*overweight*) dan kelebihan lemak dalam tubuh (obesitas) apabila makan dalam porsi besar dan tidak diimbangi dengan aktifitas yang seimbang. Dampak obesitas pada anak dapat menyebabkan tingginya kadar kolesterol dan lemak dalam darah (hiperlipidemia), gangguan pernafasan dan sebagainya. Upaya agar anak terhindar dari obesitas yakni orang tua perlu melakukan pencegahan seperti mengendalikan pola makan anak agar tetap seimbang. Selain itu memberikan cemilan yang sehat seperti buah dan melibatkan anak pada aktivitas yang bisa mengeluarkan energinya juga harus dilakukan (Gupte, 2004).

Obesitas atau kelebihan berat badan dapat menyebabkan berbagai efek negatif untuk kesehatan. Anak-anak yang masih lugu tentu tidak memahami

bahaya ini. Maka, merupakan tanggung jawab orang tua menjaga agar anak mereka tetap sehat. Orang tua harus mengetahui apa penyebab obesitas dan bagaimana cara mencegah atau mengatasi masalah obesitas anak (Sitorus, 2008).

a. Penyebab Obesitas

Beberapa penyebab obesitas pada anak adalah :

1. Faktor genetik

Merupakan faktor keturunan dari orang tua yang sulit dihindari. Bila ayah atau ibu memiliki kelebihan berat badan, hal ini dapat diturunkan pada anak.

2. Makanan cepat saji dan makanan ringan dalam kemasan

Maraknya restoran cepat saji merupakan salah satu faktor penyebab. Anak-anak sebagian besar menyukai makanan cepat saji atau *fast food* bahkan banyak anak yang akan makan dengan lahap dan menambah porsi bila makan makanan cepat saji. Padahal makanan seperti ini umumnya mengandung lemak dan gula yang tinggi yang menyebabkan obesitas. Orang tua yang sibuk sering menggunakan makanan cepat saji yang praktis dihidangkan untuk diberikan pada anak mereka, walaupun kandungan gizinya buruk untuk anak. Makanan cepat saji meski rasanya nikmat namun tidak memiliki kandungan gizi untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Itu sebabnya makanan cepat saji sering disebut dengan istilah *junk food* atau makanan sampah.

Selain itu, kesukaan anak-anak pada makanan ringan dalam kemasan atau makann manis menjadi hal yang patut diperhatikan.

3. Minuman ringan

Sama seperti minuman cepat saji, minuman ringan (*soft drink*) terbukti memiliki kandungan gula yang tinggi sehingga berat badan akan cepat bertambah bila mengkonsumsi minuman ini. Rasa yang nikmat dan menyegarkan menjadikan anak-anak sangat menggemari minuman ini.

4. Kurangnya aktifitas fisik

Masa anak-anak identik dengan masa bermain. Dulu, permainan anak umumnya adalah permainan fisik yang mengharuskan anak berlari, melompat atau gerakan lainnya. Tetapi, hal itu telah tergantikan dengan game elektronik, computer, atau televisi yang cukup dilakukan dengan hanya duduk di depannya tanpa harus bergerak. Hal inilah yang menyebabkan anak kurang melakukan gerak badan sehingga menyebabkan kelebihan berat badan.

b. Masalah Akibat Obesitas

Kegemukan (obesitas) pada anak menimbulkan berbagai kesulitan pada anak tersebut antara lain perasaan rendah diri tertekan, malas, mudah mendapat infeksi saluran nafas bagian atas serta iritasi kulit pada tempat yang sering bergeseran. Bila keadaan ini terus berlanjut menjadi obesitas dewasa, maka resiko akan semakin besar (Sitorus, 2008).

Kelainan-kelainan yang lebih serius yaitu penyakit jantung, tingginya kadar kolesterol dan lemak dalam darah (hiperlipidemia), gangguan pernafasan, penyakit kencing manis dan sebagainya. Upaya agar anak terhindar dari obesitas yakni orang tua perlu melakukan pencegahan seperti mengendalikan pola makan anak agar tetap seimbang. Selain itu memberikan cemilan yang sehat seperti buah dan melibatkan anak pada aktivitas yang bisa mengeluarkan energinya juga harus dilakukan (Novita, 2007).

c. Menghindari Obesitas

Menurut para ahli, kegemukan tidak mungkin dihilangkan secara drastis, melainkan dengan cara mengurangi kegemukan itu. Seperti telah diterangkan diatas, benih-benih atau hormon kegemukan itu sudah tersedia sejak awal kelahiran bayi. Jadi, satu-satunya cara untuk mengatasi kegemukan yang disebabkan oleh sel-sel kegemukan adalah melakukan diet secara teratur yang berdasarkan pada anjuran ahli kedokteran (sitorus, 2008).

Sebagai langkah awal dalam usaha diet, mengurangi makanan yang banyak mengandung lemak atau kolesterol, seperti keju, daging, kacang tanah, atau minyak ikan. Selanjutnya, ubah menu makanan yang sedikit kolesterolnya, berkalori rendah, dan banyak makan- makanan yang mengandung kadar vitamin A. Selain itu melakukan senam secara teratur,

sebab dapat berpengaruh pada peningkatan metabolisme tubuh (Jurianto, 2008)

2. Karies Gigi Pada Anak

Karies merupakan suatu penyakit pada jaringan keras gigi, yaitu email, dentin dan sementum yang disebabkan aktivitas jasad renik yang ada dalam suatu karbohidrat yang dirugikan. Proses karies gigi ditandai dengan terjadinya demineralisasi pada jaringan keras gigi, terjadinya invasi bakteri dan kerusakan pada jaringan pulpa serta penyebaran infeksi ke jaringan periapikal dan menimbulkan rasa nyeri. Sampai sekarang karies gigi masih merupakan masalah kesehatan baik di Negara maju maupun di Negara-negara berkembang (Suwelo, 2005).

Mulut selalu menjadi tempat tumpangan bakteri, yang pada umumnya tidak membayangkan. Tetapi bila bakteri itu bersenyawa dengan makanan yang mengandung karbohidrat tinggi, seperti gula, maka akan terbentuk asam yang menggerogoti email gigi dan mengakibatkan gigi keropos. Bila gigi itu tidak dicabut maka lubang-lubangnya harus ditambal (Sitorus, 2008).

Jenis makanan yang mengandung glukosa atau manis sangat berbahaya bagi kesehatan gigi anak. Umumnya sisa makanan dan susu juga sering lama mengendap berada didalam mulut tanpa sempat terbersihkan. Selain itu anak-anak sering mengalami kesulitan dalam menyikat gigi. Karena itu dibutuhkan kesabaran dan perhatian orang tua dalam menyikapi hal ini, mengingat

pentingnya pertahanan gigi susu sampai masanya ia harus tanggal (Pratiwi, 2009).

Pada anak-anak balita sering diberikan susu atau sari buah-buahan melalui botol. Kebiasaan memberikan minuman lewat botol, dijadikan sebagai cara untuk menidurkan anak. Padahal pemberian minuman melalui botol yang terus-menerus tanpa memperhatikan usia anak dapat mengakibatkan kebiasaan jelek, karena dapat membuat anak menjadi tidak mau makan atau minum selain dari botol (Hidayat, 2008).

a. Penyebab Kerusakan Gigi Pada Anak

Pada prinsipnya kerusakan gigi akibat minuman botol adalah karena menumpuknya atau melekatnya karbohidrat dari minuman botol ke permukaan gigi anak, yang dalam waktu 5 menit berubah menjadi asam. Karbohidrat yang paling utama dalam menyebabkan kerusakan gigi adalah sukrosa. Karbohidrat kedua yang bersifat kariogenik setelah sukrosa adalah laktosa (Sitorus, 2008)

b. Pencegahan Kerusakan Gigi Pada Anak

Kebiasaan ini akan menghindarkan anak dari makanan cemilan yang tak sehat. Makanan yang buruk untuk pertumbuhan gigi adalah makanan yang mengandung kadar gula tinggi seperti permen, es krim, sirup, kue-kue. Menghindarinya sama sekali tentu akan sangat sulit. Anjurkan anak memakan makanan-makanan yang manis, tapi biasakan untuk minum air putih sesudahnya. Berkumur dengan air putih setidaknya

akan menghilangkan sisa-sisa makanan di sela gigi. Bisa juga dilakukan dengan cara memakan buah-buahan berserat, seperti apel. Secara tidak langsung, gigi si kecil dibersihkan (Wahab, 2002).

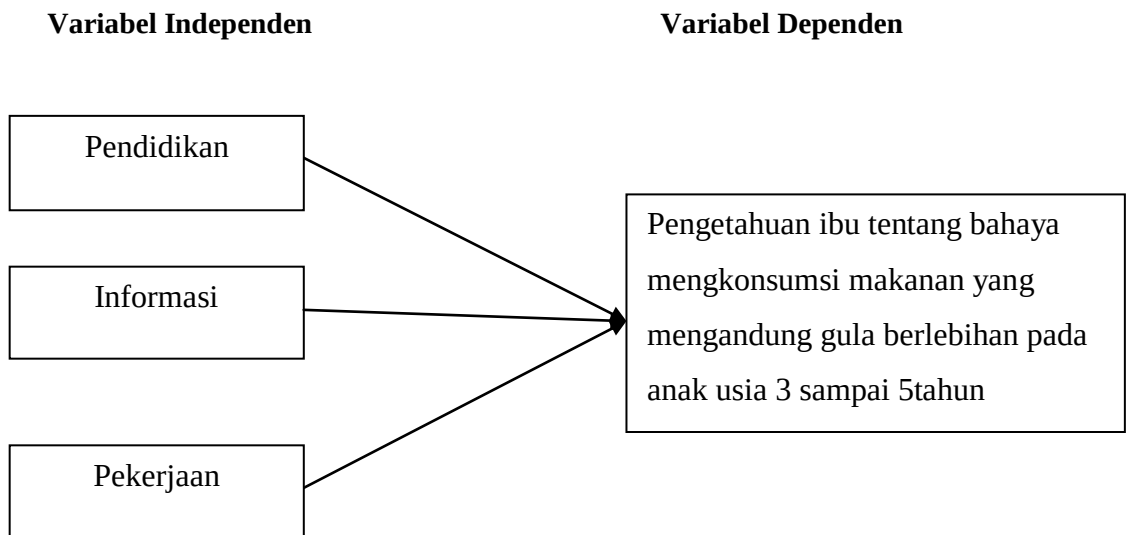
BAB III

KERANGKA KONSEP PENELITIAN

A. Kerangka Konsep

Menurut Mubarak dan Chayatin (2009) pengetahuan seseorang di pengaruhi oleh usia, pendidikan, informasi, pengalaman, pekerjaan, minat dan kebudayaan.

Oleh karena keterbatasan waktu dan tenaga, maka peneliti hanya meneliti tiga variable saja yaitu: variable pendidikan, informasi dan pekerjaan. Agar lebih jelas, kerangka konsep dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Gambar 3.1 Kerangka Konsep

B. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Variabel Dependen						
1	Pengetahuan ibu tentang bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3-5 tahun.	Segala sesuatu yang diketahui ibu tentang bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 tahun.	Penyebaran kuesioner sebanyak 14 pertanyaan dengan kriteria: a. Tinggi: bila menjawab 76% - 100%(>8 soal) b. Sedang: bila menjawab 56% - 75%(6-8 soal) c. Rendah: bila menjawab <56%(< 6 soal)	Kuesioner	a. Tinggi b. Sedang c. Rendah	Ordinal
Variabel Independen						
2	Pendidikan	Tingkat pendidikan terakhir yang telah ditempuh oleh ibu yang memiliki anak usia 3-5 tahun dan mendapatkan ijazah	Wawancara dan mengedarkan kuesioner a. Tinggi bila tamat Perguruan Tinggi. b. Menengah bila tamat SLTA / sederajat c. Dasar bila tamat SD / SMP sederajat	Kuesioner	1. Tinggi 2. Menengah 3. Dasar	Ordinal
3	Informasi	Segala sesuatu keterangan yang dapat memberikan pemahaman bagi seseorang yang didapat dari berbagai media yaitu tentang bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada	Penyebaran kuesioner sebanyak 1 pertanyaan dengan kriteria: a. Pernah: bila ≤ 1 media b. Tidak pernah: bila < 1 media	Kuesioner	a. Pernah b. Tidak pernah	Nominal

		anak usia 3 sampai 5 tahun.				
4	Pekerjaan	Segala sesuatu kegiatan ibu sehari-hari baik di rumah maupun diluar rumah yang menghasilkan pendapatan	Penyebaran kuesioner yang terdiri dari 1 pertanyaan dengan kriteria: a. Bekerja: bila ibu memiliki pekerjaan seperti: PNS, Petani, tukang jahit, Pedagang. b. Tidak bekerja: bila ibu tidak memiliki pekerjaan apapun kecuali mengurus rumah tangga	Kuesioner	a. Bekerja b. Tidak bekerja	Nominal

C. Hipotesa Penelitian

1. Ada hubungan pendidikan dengan pengetahuan ibu tentang bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 tahun
2. Ada hubungan informasi dengan pengetahuan ibu tentang bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 tahun
3. Ada hubungan pekerjaan dengan pengetahuan ibu tentang bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 tahun

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini bersifat analitik dengan pendekatan *cross sectional study* yaitu untuk mengetahui hubungan antara variabel dependen dan variabel independen. Pendekatan *cross sectional* yaitu suatu pendekatan dimana variabel dependen dan variabel independen dikumpulkan pada waktu bersamaan dalam suatu periode tertentu (Arikunto, 2006).

Alasan peneliti mengambil desain penelitian analitik dengan *cross sectional study* karena peneliti ingin melihat bagaimana pengaruh antara variabel dependen dan variabel independen yakni pengaruh antara pendidikan ibu, Informasi, Pekerjaan terhadap pengetahuan ibu tentang bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 tahun.

B. Tempat Dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh Tahun 2014.

2. Waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 18 Juli s/d 09 Agustus 2014

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang mempunyai anak usia 3 sampai 5 tahun yang berada di wilayah kerja Puskesmas Jeulingke dengan jumlah 231 Orang. Jumlah populasi tersebut berasal dari lima desa di antaranya : Desa Jeulingke 57 orang, Perada 48 orang, Pineung 44 orang, Tibang 37 orang, Alue Naga 45 orang.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian yang diambil dari populasi. Adapun teknik pemilihan sampel yang peneliti gunakan adalah *stratified sampling* yaitu metode pemilihan Sampel dengan cara membagikan populasi ke dalam subpopulasi yang homogen yang disebut strata, dan kemudian sampel diambil secara acak dari strata tersebut yang berjumlah 70 orang atau 30% dari jumlah populasi. Hal ini merujuk pada pendapat Arikunto (2003) bahwa "Apabila populasi berjumlah kurang dari 100 orang maka seluruh jumlah populasi tersebut dijadikan sebagai sampel dan apabila lebih dari 100 orang maka diambil 10-25% atau lebih"

Adapun jumlah populasi dalam penelitian ini yaitu:

Tabel 4.1 Jumlah Populasi dan Sampel Penelitian

No	Nama Desa	Jumlah Populasi	Jumlah Sampel
1	Jeulingke	57	17
2	Perada	48	15
3	Pineung	44	13
4	Tibang	37	11
5	Alue Naga	45	14
	Total	231	70

D. Cara Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini diperoleh langsung dari lapangan dengan cara menyebarkan kuesioner, yang berisi pertanyaan yang selanjutnya diisi oleh responden untuk mendapatkan data mengenai Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Pengetahuan ibu Tentang Bahaya Mengonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh.

E. Instrument Penelitian

1. Alat Pengumpulan Data

Alat pengukuran data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan kuisioner.

a. Pengetahuan

Pertanyaannya dalam bentuk multiple choice berjumlah 14 pertanyaan untuk menguji pengetahuan tentang bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 tahun, dimana jawaban yang “benar” maka nilai 1 dan jawaban yang “salah” diberi nilai 0 (Nooatmodjo, 2005)

b. Pendidikan

1 pertanyaan untuk mengetahui pendidikan terakhir ibu yang memiliki anak usia 3 sampai 5 tahun Tinggi bila tamat /Penguruan tinggi, Menengah bila tamat SLTA/ sederajat, Dasar bila tamat SD / SMP sederajat.

c. Informasi

1 pertanyaan untuk menguji tingkat informasi, pernah apabila responden mendapatkan informasi dari media manapun, tidak pernah apabila responden tidak pernah mendapatkan informasi dari media manapun.

d. Pekerjaan

1 pertanyaan untuk mengetahui tingkat mata pencaharian, bekerja apabila responden memiliki pekerjaan seperti : PNS, Petani, tukang jahit, Pedagang.

Tidak bekerja apabila responden tidak memiliki pekerjaan apapun kecuali mengurus rumah tangga.

F. Pengolahan dan Analisa Data

1. Pengolahan Data

Proses pengolahan data dapat dilakukan melalui beberapa tahap.

Menurut Arikunto (2006), tahap pengolahan data meliputi:

a. Pemeriksaan Data (*editing*)

Data yang telah dikumpulkan diperiksa kelengkapan dan apabila ada kesalahan atau kekurangan maka dicek dan dilakukan pengumpulan data kembali.

b. Pemberiaan Kode (*coding*)

Memberikan kode checklist jawaban yang benar dan pengambilan kesimpulan data yang telah dikumpulkan ditabulasi dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan tabel silang.

c. Pemindahan Data (*transferring*)

Memindahkan jawaban/kode jawaban ke dalam media tertentu, misalnya master table atau kartu kode table pengolahan data.

d. Penyusunan Data (*tabulating*)

Untuk memudahkan analisa data dan pengambilan kesimpulan data yang telah dikumpulkan ditabulasi dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan tabel silang.

2. Analisa Data

a. Analisa Univariat

Menurut Arikunto (2006) untuk mengetahui distribusi frekuensi, adapun rumus yang akan dipakai dalam analisis data univariat yaitu :

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

P = presentase

f = frekuensi

n = jumlah responden yang menjadi sampel (Budiarto, 2002).

b. Analisa Bivariat

Analisa bivariat merupakan analisa yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoadmodjo, 2010). Hubungan antar variabel dilihat dengan menggunakan program komputer *SPSS for windows* melalui perhitungan uji *Chi Square*. Penilaian dilakukan dengan cara sebagai berikut :

1. H_0 ditolak : jika P value hitung $> 0,05$, artinya menolak hipotesa yang menyatakan bahwa ada pengaruh signifikan antara variabel- variabel yang diteliti.
2. H_a diterima : jika P value hitung $\leq 0,05$, artinya menerima hipotesa yang menyatakan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara variabel-variabel yang diteliti.

Untuk menentukan p-value *Chi-Square Tes* (X^2) tabel, memiliki ketentuan sebagai berikut (Hastono, 2010):

1. Bila *Chi-Square Tes* (X^2) tabel terdiri dari tabel 2x2 dijumpai nilai ekspansi (E) < 5 , maka p-value yang digunakan adalah nilai yang terdapat pada nilai *Fisher Exact Test*.
2. Bila *Chi-Square Tes* (X^2) tabel terdiri dari tabel 2x2 tidak dijumpai nilai ekspansi (E) < 5 , maka p-value yang digunakan adalah nilai yang terdapat pada nilai *Continuity Correction*.
3. Bila *Chi-Square Tes* (X^2) tabel terdiri lebih dari tabel 2x2, contohnya tabel 3x2, 3x3, 3x4 dijumpai nilai ekspantasi (E) < 5 maka harus *marger* (digabungkan).
4. Bila *Chi-Square Tes* (X^2) tabel terdiri lebih dari tabel 2x2, contohnya tabel 3x2, 3x3, 3x4 tidak dijumpai nilai ekspantasi(E) < 5 mak p-value yang digunakan adalah nilai yang terdapat pada nilai *Pearson Chi-Square*.

BAB V

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Puskesmas Jeulingke terletak di Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh serta memiliki batasan wilayah yaitu:

1. Sebelah Barat berbatasan dengan wilayah kerja puskesmas Lampulo Kecamatan Kuta Alam
2. Sebelah Timur berbatasan dengan puskesmas Kopelma Kecamatan Syiah Kuala
3. Sebelah Selatan berbatasan dengan puskesmas Ulee Kareng Kota Banda Aceh
4. Sebelah Utara berbatasan dengan Selat Malaka

B. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke kepada 70 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan cara penyebaran kuesioner untuk pertanyaan mengenai pengetahuan, pendidikan, informasi dan pekerjaan.

Dari pengumpulan data tersebut, maka diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Analisa Univariat

a. Pengetahuan

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Tentang Bahaya Mengonsumsi
Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3-5
Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke
Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh

No	Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Tinggi	29	41,4
2	Rendah	41	58,6
Jumlah		70	100

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa dari 70 responden yang menjadi subjek penelitian memiliki pengetahuan rendah tentang bahaya mengonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3-5 tahun yaitu 41 orang (58,6%).

b. Pendidikan

Tabel 5.2
Distribusi Frekuensi Pendidikan Ibu Tentang Bahaya Mengonsumsi
Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak
Usia 3-5 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke
Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh

No	Pendidikan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Tinggi	17	24,3
2	Menengah	23	32,9
3	Dasar	30	42,9
Jumlah		70	100

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa dari 70 responden yang menjadi subjek penelitian banyak ibu-ibu yang berpendidikan dasar yaitu sebanyak 30 orang (42,9%)

c. Informasi

Tabel 5.3

Distribusi Frekuensi Informasi Ibu Tentang Bahaya Mengonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh

No	Informasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Pernah	34	48,6
2	Tidak pernah	36	51,4
Jumlah		70	100

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa dari 70 responden yang menjadi subjek penelitian, pada katagori tidak pernah mendapatkan informasi yaitu 36 orang (51,4%).

d. Pekerjaan

Tabel 5.4

Distribusi Frekuensi Pekerjaan Ibu Tentang Bahaya Mengonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh

No	Pekerjaan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Bekerja	31	44,3
2	Tidak Bekerja	39	55,7
Jumlah		70	100

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa dari 70 responden yang menjadi subjek penelitian, pada katagori tidak bekerja yaitu 39 orang (55,7%).

2. Analisa Bivariat

- a. Hubungan Pendidikan Dengan Pengetahuan Ibu Tentang Bahaya Mengonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun

Tabel 5.5
Hubungan Pendidikan Dengan Pengetahuan Ibu Tentang Bahaya Mengonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh

No	Pendidikan	Pengetahuan ibu				Total		p-value
		Tinggi		Rendah				
		f	%	f	%	f	%	
1	Tinggi	14	82,4	3	17,6	17	100	0,000
2	Menengah	8	34,8	15	65,2	23	100	
3	Dasar	7	23,3	23	76,7	30	100	
Total		29		41		70		

Berdasarkan tabel 5.5 diatas menunjukkan bahwa dari 30 responden, yang memiliki pendidikan dasar sebagian besar pengetahuan ibu rendah tentang bahaya mengonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 yaitu sebanyak 23 responden (76,7%).

Setelah dilakukan uji statistik dengan menggunakan *uji chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh *p-value* 0,000 yang berarti lebih kecil dari *α-value* (0,05). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pendidikan dengan pengetahuan ibu tentang bahaya mengonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh.

- b. Hubungan Informasi dengan Pengetahuan Ibu Tentang Bahaya Mengonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh

Tabel 5.6
Hubungan Informasi Dengan Pengetahuan Ibu Tentang Bahaya Mengonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh

No	Informasi	Pengetahuan Ibu				Total		p-value
		Tinggi		Rendah		f	%	
		f	%	f	%			
1	Pernah	19	55,9	15	44,1	34	100	0,017
2	Tidak Pernah	10	27,8	26	72,2	36	100	
Total		17		28		70		

Berdasarkan tabel 5.6 diatas menunjukkan bahwa dari 36 responden, yang tidak pernah mendapat informasi sebagian besar pengetahuan ibu sedang tentang bahaya mengonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 yaitu sebanyak 26 responden (72,2%).

Setelah dilakukan uji statistik dengan menggunakan *uji chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh *p-value* 0,004 yang berarti lebih kecil dari α -value (0,017). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara informasi dengan pengetahuan ibu tentang bahaya mengonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh.

- c. Hubungan Pekerjaan Ibu dengan Pengetahuan Tentang Bahaya Mengonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh

Tabel 5.7

Hubungan Pekerjaan Dengan Pengetahuan Ibu Tentang Bahaya Mengonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh

No	Pekerjaan	Pengetahuan Ibu				Total		p-value
		Tinggi		Rendah		f	%	
		f	%	f	%			
1	Bekerja	18	58,1	13	41,9	31	100	0,012
2	Tidak Bekerja	11	28,2	28	71,8	39	100	
Total		29		41		70		

Berdasarkan tabel 5.7 diatas menunjukkan bahwa dari 39 responden, yang tidak bekerja sebagian besar pengetahuan ibu sedang tentang bahaya mengonsumsi makan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 yaitu sebanyak 28 responden (71,8%).

Setelah dilakukan uji statistik dengan menggunakan *uji chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh *p-value* 0,006 yang berarti lebih kecil dari *α-value* (0,012). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara informasi dengan pengetahuan ibu tentang bahaya mengonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Hubungan Pendidikan dengan Pengetahuan Ibu Tentang Bahaya Mengkonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.5 menunjukkan bahwa dari 30 responden, yang memiliki pendidikan dasar sebagian besar pengetahuan ibu rendah tentang bahaya mengkonsumsi makan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 yaitu sebanyak 23 responden (76,7%).

Setelah dilakukan uji statistic dengan menggunakan *uji chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh *p-value* 0,000 yang berarti lebih kecil dari *α-value* (0,05). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pendidikan dengan pengetahuan ibu tentang bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh.

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yakni, indra penglihatan, penciuman, pendengaran, rasa dan raba, sebagian besar pengetahuan manusia di peroleh dari mata dan telinga (Notoatmodjo, 2011).

Faktor tingkat social ekonomi ini sangat mempengaruhi perbaikan pendidikan dan perbaikan pelayanan kesehatan yang diinginkan oleh masyarakat. Rata-rata keluarga dengan sosial ekonomi yang cukup baik akan memilih tingkat pendidikan dan sarana kesehatan yang bagus dan bermutu. Sedangkan factor lingkungan mempunyai pengaruh yang besar dalam pendidikan seseorang. Seperti contoh orang yang berada dalam lingkungan keluarga yang mendukung serta mengutamakan pendidikan mereka akan lebih termotivasi untuk belajar. Sehingga pengetahuan yang mereka peroleh akan lebih baik dibandingkan dengan seseorang yang keluarganya tidak mendukung untuk merasakan bangku sekolah (Notoatmodjo, 2010).

Semakin tinggi dan formal tingkat pendidikan yang dimiliki seseorang maka semakin besar pula tingkat pengetahuan yang bersifat intelektual yang dimiliki seseorang tersebut (Hurlock, 2004).

Berdasarkan penjelasan tersebut di atas asumsi peneliti menerima pendapat tersebut di atas karena jika seseorang tingkat pendidikannya tinggi maka akan lebih banyak pengetahuan yang dia peroleh, sehingga seseorang tersebut lebih memahami tentang kesehatan dan sebagainya. Sedangkan jika seseorang tingkat pendidikannya rendah maka semakin sedikit pengetahuan yang dia peroleh sehingga seseorang tersebut tidak mengetahui bahaya dari mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak 3-5 tahun dan tidak membatasi anak-anaknya mengkonsumsi makanan dan minuman yang mengandung gula berlebihan.

2. Hubungan Informasi dengan Pengetahuan Ibu Tentang Bahaya Mengonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun

Berdasarkan tabel 5.6 diatas menunjukkan bahwa dari 36 responden, yang tidak pernah mendapat informasi sebagian besar pengetahuan ibu rendah tentang bahaya mengonsumsi makan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 yaitu sebanyak 26 responden (72,2%).

Setelah dilakukan uji statistic dengan menggunakan *uji chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh *p-value* 0,017 yang berarti lebih kecil dari *α-value* (0,05). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara informasi dengan pengetahuan ibu tentang bahaya mengonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh.

Informasi akan memberi pengaruh pada pengetahuan seseorang. Meskipun seseorang memiliki pendidikan yang rendah tatapi jika ia mendapat informasi yang baik dari berbagai media, misalnya televisi, radio maupun surat kabar maka hal itu akan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang (Ary, 2008).

Berdasarkan penjelasan tersebut di atas asumsi peneliti menerima pendapat tersebut di atas karena tidak semua orang yang memiliki pendidikan

tinggi memiliki pengetahuan yang luas jika orang tersebut tidak mendapatkan informasi dari berbagai media manapun begitu pula jika seseorang tidak berpendidikan dan informasi yang didapatkan tidak ada maka pengetahuan yang dimiliki juga sedikit.

3. Hubungan Pekerjaan Ibu dengan Pengetahuan Tentang Bahaya Mengonsumsi Makanan Yang Mengandung Gula Berlebihan Pada Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun

Berdasarkan tabel 5.7 diatas menunjukkan bahwa dari 39 responden, yang tidak bekerja sebagian besar pengetahuan ibu rendah tentang bahaya mengonsumsi makan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 yaitu sebanyak 28 responden (71,8%).

Setelah dilakukan uji statistik dengan menggunakan *uji chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh *p-value* 0,012 yang berarti lebih kecil dari *α-value* (0,05). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara informasi dengan pengetahuan ibu tentang bahaya mengonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh.

Pekerjaan menurut kamus besar bahasa Indonesia (1999) di artikan dengan segala sesuatu yang dilakoni atau dilakukan seseorang pada suatu tempat dalam waktu, arti lainnya adalah segala sesuatu yang dikerjakan seseorang

dalam melakukan kegiatan mempunyai tujuan dan hasil yang ingin di capai. Pembagian kerja, bahwa kerja domestik (rumah tangga) adalah tanggung jawab perempuan. Sementara kerja di ruang public (kerja di luar rumah) adalah tugas laki-laki masih menjadi norma umum. Meskipun perempuan juga menambah penghasilan keluarga, tetapi perempuan juga menanggung semua kerja domestik (Fadillah, 2006).

Berdasarkan penjelasan tersebut di atas asumsi peneliti menerima pendapat tersebut karena tugas utama seorang ibu adalah mengurus rumah tangga tetapi sekarang banyak ibu-ibu yang melakukan pekerjaan yang menghasilkan pendapatan baik itu di luar rumah maupun di rumah. Maka dengan demikian jika ibu hanya mengurus rumah tangga saja ibu akan kurang mendapatkan pengetahuan karna kurang berinteraksi dengan dunia luar sehingga kurang mendapatkan informasi yang dapat menambah pengetahuannya.

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap ibu-ibu yang mempunyai anak usia 3 sampai 5 tahun di wilayah kerja pukesmas jeulingke kecamatan syiah kuala banda aceh tahun 2014 dengan jumlah responden 70 orang, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa :

1. Ada hubungan yang bermakna antara pendidikan dengan pengetahuan ibu tentang bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 tahun($\alpha = 0,05$) (p value = 0,000).
2. Ada hubungan yang bermakna antara informasi dengan pengetahuan ibu tentang bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 tahun($\alpha = 0,05$) (p value = 0,017).
3. Ada hubungan yang bermakna antara pendidikan dengan pengetahuan ibu tentang bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 tahun($\alpha = 0,05$) (p value = 0,012).

B. SARAN

1. Bagi Responden

Diharapkan semoga dengan adanya penelitian yang saya lakukan ini dapat memberikan pengetahuan serta wawasan yang baru kepada responden tentang bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak usia 3 sampai 5 tahun dan dapat menerapkan hidup sehat bagi anak-anaknya agar dapat terhindar dari penyakit yang di akibatkan karna mengkonsumsi gula berlebihan.

2. Bagi tenaga kesehatan

Diharapkan kepada petugas kesehatan, maupun kader agar dapat memberikan penyuluhan tentang bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan kepada ibu-ibu yang memiliki anak usia 3 sampai 5 tahun agar meningkatkan pemahaman serta informasi bagi ibu-ibu tentang bahaya yang terjadi karena mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya yang berminat untuk mengangkat tema yang berbeda serta meneliti yang lebih mendalam dan mengembangkan dengan menggunakan variabel-variabel yang lain serta menggunakan sampel yang lebih besar agar dapat mengembangkan pengetahuan bagi mahasiswa selanjutnya.

4. Bagi Istitusi Pendidikan

Diharapkan data dari hasil penelitian ini dapat menjadi bahan kajian maupun referensi dalam menambah khazanah perpustakaan Prodi D-III Kebidanan Universitas U'budiyah Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, (2006).**Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik**, Edisi revisi VI, Jakarta :PT. Rineka Cipta
- Badriah, LD. 2011. **Gizi dalam Kesehatan Reproduksi**. Bandung : Refika Aditama.
- Donita. 2004. *Permasalahan pada Bayi dan Balita*. EGC. Jakarta.
- Febry, ayu bulan dan Zulfito Marendra. 2008. *Buku Pintar Menu Balita*. Wahyu Media. Jakarta.
- Hidayat, A. Aziz Alimul. 2008. *Pengantar Ilmu Kesehatan Anak Untuk Pendidikan Kebidanan*. Salemba Medika. Jakarta.
- Hurlock, E. 2004. **Psikologi Perkembangan**. Jakarta : Erlangga
- Lakshita, A. 2012.**Tips Sempel Mencegah Dan Menangani Obesitas**. Jakarja: Java litera.
- Misnadiarly. 2007. *Obesitas Sebagai Faktor Resiko Beberapa Penyakit*. Pustakaka Obor Populer. Jakarta.
- Notoatmodjo, S, 2011. **Kesehatan Masyarakat umum dan Seni**. Jakarta : Reneka Cipta
- Novita, Widya. 2007. *Serba-serbi Anak*. Gramedia. Jakarta.
- Notoadmodjo. 2007. *Ilmu Kesehatan Masyarakat (Prinsip-prinsip Dasar)*. Rineka Cipta: Jakarta

_____. 2005. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta: Jakarta.

Soegih, Wiramiharja. 2009. **Obesitas Permasalahan dan Terapi Praktis**. Jakarta :
Sagung seto.

Santoso. S. 2004. *Kesehatan dan Gizi*, Rineka Cipta. Jakarta.

Sitorus H, Ronald. 2008. *Pedoman Perawatan Kesehatan Anak*. Yrama Widya.
Bandung.

Suwelo IS. 2005. *Karies Gigi Pada Anak Dengan Berbagai Faktor Etiologinya*.
EGC. Jakarta.

KUESIONER PENELITIAN

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG BAHAYA MENGONSUMSI MAKANAN YANG MENGANDUNG GULA BERLEBIHAN PADA ANAK USIA 3 SAMPAI 5 TAHUN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JEULINGKE KECAMATAN SYIAH KUALA BANDA ACEH

Identitas Ibu

No Responden :

Hari/Tanggal :

Nama :

Umur :

Pekerjaan :

Identitas Anak

Nama :

Umur anak :

B.Badan Anak:

Alamat :

Berilah tanda ceklist ($\sqrt{}$) pada kotak dibawah ini yang sesuai dengan pilihan anda.

A. Pendidikan terakhir ibu

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------|
| 1. Tidak ada | ☐ |
| 2. SD/Sederajat | ☐ |
| 3. SLTP/Sederajat | ☐ |
| 4. SLTA/Sederajat | ☐ |
| 5. Diploma/Perguruan Tinggi sederajat | ☐ |

B. Jenis pekerjaan ibu saat ini

1. Tidak bekerja/IRT
2. Pegawai swasta
3. Penjahit
4. dll.....

C. Informasi

1. Tidak Ada
2. Media Cetak
3. Media Elektronik
4. Tenaga Kesehatan
5. Teman dan Keluarga

D. Pengetahuan

1. Bahaya yang timbul akibat mengonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan adalah.....
 - a. Obesitas dan karies gigi
 - b. Batuk dan pilek
 - c. Demam dan asma
2. Contoh makanan yang banyak mengandung gula berlebihan adalah.....
 - a. Bakso
 - b. Kerupuk
 - c. Permen dan coklat
3. Apa yang dimaksud dengan obesitas (kegemukan).....
 - a. Kelebihan Berat Badan
 - b. Kelebihan Minum
 - c. Kelebihan Makan

4. Kegemukan (obesitas) disebabkan oleh menu makanan yang kelebihan gizi, yaitu makanan yang mengandung.....
 - a. Tinggi lemak, gula, protein serta kurang serat
 - b. Tinggi vitamin, mineral, serta kurang gula dan karbohidrat
 - c. Tinggi vitamin, mineral, dan banyak sayur dan buah-buahan
5. Obesitas (Kegemukan) dapat menyebabkan balita menjadi.....
 - a. Sehat karena kelebihan berat badan
 - b. Tidak sehat karena kelebihan berat badan
 - c. Tidak terjadi apa-apa
6. Jenis aktifitas seperti apa yang bisa mengurangi Obesitas(Kegemukan) pada Balita.....
 - a. Beraktifitas fisik seperti Balita harus berlari-lari kecil, melompat atau gerakan lainnya
 - b. Lebih banyak tidur
 - c. Bermain game dan nonton TV
7. Apa pengertian karies gigi.....
 - a. Influenza
 - b. Demam malaria
 - c. Gigi berlubang
8. Bahaya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan pada anak adalah obesitas (overweight) sehingga dapat menyebabkan.....
 - a. Tingginya kadar kolesterol dan lemak dalam darah

- b. Demam
 - c. Nafsu makan meningkat
9. Minuman manis seperti susu lebih banyak mengandung.....
- a. Serat
 - b. Vitamin
 - c. Karbohidrat
10. Kerusakan gigi pada anak disebabkan terlalu banyak mengkonsumsi makanan yang manis seperti susu, permen dan es krim. Pencegahan kerusakan gigi pada anak yang dapat dilakukan ibu adalah.....
- a. Memberikan anak minuman kemasan
 - b. Anjurkan anak minum atau berkumur dengan air putih setelah memakan makanan apa saja
 - c. Tidak melarang anak dalam memilih makanan
11. Bakteri yang terdapat dalam mulut umumnya tidak berbahaya namun bila bersatu dengan makanan yang mengandung karbohidrat seperti gula dapat mengakibatkan
- a. Gigi putih dan sehat
 - b. Gigi keropos dan karies gigi pada anak
 - c. Bau mulut
12. Mengonsumsi makanan dan minuman yang mengandung gula berlebihan dapat berpengaruh buruk bagi kesehatan jika tidak disertai dengan
- a. Istirahat yang cukup

- b. Makan makanan cepat saji
 - c. Olahraga dan banyak makan sayur serta buah
13. Bakteri yang menyatu dengan makanan yang mengandung karbohidrat seperti gula mengakibatkan gigi keropos terdapat di.....
- a. Mulut
 - b. Hidung
 - c. Lidah
14. Banyak orang tua yang membiarkan anaknya mengkonsumsi makanan yang mengandung gula berlebihan dikarenakan, kecuali.....
- a. Terlalu sibuk dengan pekerjaan
 - b. Cepat, praktis dan banyak disukai
 - c. Baik untuk kesehatan

KUNCI JAWABAN**Pengetahuan**

1. A
2. C
3. A
4. A
5. B
6. A
7. C
8. A
9. C
10. B
11. B
12. C
13. A
14. B

