



Analisis Pengetahuan Ibu Tentang Keamanan Pangan Dan Nilai Gizi Bekal Anak SDIT (Sekolah Dasar Islam Terpadu) Zahira Medan

Juli Suryani BatuBara¹, Nila Handayani²

¹Alumni Prodi Pendidikan Tata Boga Jurusan PKK, Fakultas Teknik, Univeritas Negeri Medan, Indonesia

²Prodi Prodi Pendidikan Tata Boga Jurusan PKK, Fakultas Teknik, Univeritas Negeri Medan, Indonesia

Email: Julisuryanibatubara@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan (1) Untuk mengidentifikasi karakteristik keluarga (usia orang tua, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, penghasilan orang tua), (2) Untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang keamanan pangan di SDIT Zahira Medan, (3) Untuk menganalisis nilai gizi bekal (energi, protein, lemak, vitamin A, vitamin C, kalsium, zat besi) usia 7-9 tahun. Desain penelitian *Cross Section*, Lokasi penelitian SDIT (Sekolah Dasar Islam Terpadu) Zahira di Jl.Ibrahim Umar no.19 Medan. Waktu penelitian November 2015. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan metode *totalsampling*, dengan mengambil seluruh populasi menjadi sampel yaitu siswa kelas II dan kelas III sebanyak 32 orang. Data yang dikumpulkan karakteristik keluarga. Data karakteristik keluarga dilakukan secara deskriptif menggunakan program statistik SPSS versi 20. Data nilai gizi makanan bekal diperoleh dengan menggunakan aplikasi *nutrisurvey* melalui recall 3 hari. Teknik analisis data secara deskriptif. Berdasarkan data penelitian untuk pengetahuan Ibu tentang keamanan pangan diperoleh rata-rata (M) = 29,6 dan (Sd) = 6,62 skor tertinggi 40 dan skor terendah 19, tingkat kecenderungan pengetahuan sebesar 34 persen sebanyak 11 orang pada kategori tinggi. Rataan nilai gizi responden selama 3 hari untuk nilai energi dengan rata-rata 551,37kcal, protein 25,31gram, lemak dengan rata-rata 20,78gram, vitamin A 278,31RE, vitamin C 5,970 mg. kalsium 94,11 mg, dan zat besi 2,263 mg. Bila nilai gizi bekal di analisis berdasarkan tingkat kecenderungan pengetahuan ibu tentang keamanan pangan, maka semakin tinggi tingkat kecenderungan pengetahuan ibu tentang keamanan pangan maka rata-rata nilai gizi bekal makanan pada nilai gizi energi, protein, vitamin A semakin tinggi juga. Untuk nilai gizi lemak, vitamin C, kalsium dan zat besi, tidak terlihat bahwa semakin tinggi pengetahuan ibu tentang keamanan pangan, maka nilai gizi lemak, vitamin C, kalsium, dan zat besi semakin tinggi.

Kata kunci : Pengetahuan, Keamanan Pangan, Bekal Anak

ABSTRACT

This study aims (1) To identify family characteristics (parental age, parental education, parental occupation, parent's income), (2) To find out the knowledge of mothers about food safety at SDIT Zahira Medan, (3) To analyze nutritional value. provisions (energy, protein, fat, vitamin A, vitamin C, calcium, iron) aged 7-9 years. Cross section research design, Zahira SDIT (Integrated Islamic Elementary School) research location on Jl.Ibrahim Umar no.19 Medan. Research time was November 2015. The sampling technique used the total sampling method, by taking the entire population as a sample, namely 32 students in class II and class III. The data collected on family characteristics. Data on family characteristics were carried out descriptively using the SPSS version 20 statistical program. Data on the nutritional value of food supplies were obtained using the nutritional survey application through a 3-day recall. Descriptive data analysis technique. Based on the research data for mothers' knowledge about food safety, it was obtained an average (M) = 29.6 and (Sd) = 6.62, the highest score was 40 and the lowest score was 19, the level of knowledge tendency was 34 percent, as many as 11 people were in the high category. The average nutritional value of respondents for 3 days for energy values was 551.37 kcal, protein 25.31 grams, fat with an average of 20.78 grams, vitamin A 278.31 RE, vitamin C 5.970 mg. calcium 94.11 mg, and iron 2.263 mg. If the nutritional value of food is analyzed based on the level of the tendency of the mother's knowledge about food safety, the higher the level of tendencies in the knowledge

of the mother about food safety, the average nutritional value of food supplies in the nutritional value of energy, protein, vitamin A will also be higher. For the nutritional value of fat, vitamin C, calcium and iron, it does not appear that the higher the mother's knowledge of food safety, the higher the nutritional value of fat, vitamin C, calcium and iron.

Keywords: Knowledge, Food Safety, Childrens Supplies

PENDAHULUAN

Anak sekolah dasar adalah anak yang berusia 6-12 tahun, membutuhkan makanan yang bernilai gizi cukup dan terjamin keamanannya, dibutuhkan anak sekolah dasar untuk menggantikan nutrisi yang keluar selama beraktivitas disekolah, membawakan anak bekal makanan di sekolah merupakan salah satu bentuk pola makan sehat untuk anak.

Membawa bekal dapat menghindarkan anak dari rasa lapar, dan jajanan yang kemungkinan tidak higienis dan tidak aman. Selain bersifat mengenyangkan, makanan bekal terdiri dari beragam jenis untuk memenuhi kebutuhan zat gizi (Adriani & Wirjatmadi, 2014). Masih banyak orang tua. Memberikan makanan yang kurang sempurna untuk anak sekolah sering sekali terjadi karena kurangnya pemahaman orang tua terhadap sifat dan manfaat dan cara menentukan makanan bagi anaknya (Rara, 2012).

SDIT (Sekolah Dasar Islam Terpadu) Zahira Medan adalah sekolah dasar yg berada di Jl.Ibrahim Umar no 19 Medan. Pada pukul 11.40 s/d 12.00, merupakan jam istirahat bagi anak untuk makan siang. Makan siang anak merupakan makanan bekal yang dipersiapkan oleh orang tua dari rumah. Sebagian besar isi bekal hanya berupa lauk dan nasi tidak dilengkapi sayur. dilengkapi dengan sayur. Jenis makanan yang biasa dibawa sebagai bekal seperti seperti nasi goreng, nasi putih dengan lauk nugget ayam, soup bakso, sosis ayam, ayam goreng tepung dengan saus kemasan, mie instan goreng, nila goreng, ikan gembung, udang sambal, tempe goreng, telur, bayam dan sayur brokoli.

Berdasarkan hasil wawancara pada beberapa orang tua murid, makanan bekal juga sering menggunakan bumbu jadi/instan, dan dibeli diluar seperti ayam KFC. Hal ini bertentangan dengan pernyataan Muharis (2006), bahwa bekal sekolah anak harus beragam jenisnya, memiliki kelengkapan gizi seimbang, menggunakan bahan makanan yang segar dan sehat, serta dimasak sendiri sehingga tidak mengandung bahan kimia.

Melihat permasalahan diatas, penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai **Analisis Pengetahuan Ibu tentang Keamanan Pangan dan Nilai Gizi Bekal Anak SDIT (Sekolah Dasar Islam Terpadu) Zahira Medan.**

Identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimanakah karakteristik keluarga anak di SDIT (Sekolah Dasar Islam Terpadu) Zahira Medan ?
2. Bagaimanakah pengetahuan keamanan pangan ibu di SDIT (Sekolah Dasar Islam Terpadu) Zahira Medan?
3. Bagaimanakah jenis makanan bekal di SDIT (Sekolah Dasar Islam Terpadu) Zahira Medan?
4. Bagaimanakah cara penyediaan makanan bekal anak SDIT (Sekolah Dasar Islam Terpadu) Zahira Medan?
5. Bagaimanakah nilai gizi bekal anak di SD Zahira School Medan?

Batasan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Karakteristik keluarga dibatasi pada besar keluarga, usia orang tua, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, penghasilan orang tua.

2. Pengetahuan ibu tentang keamanan pangan dibatasi pada pengetahuan ibu tentang bahaya kimia pada makanan.
3. Nilai gizi bekal anak sekolah dilihat dari nilai gizi energi, protein, lemak, vitamin A, vitamin C, zat besi, kalsium.

Objek penelitian adalah anak SDIT (Sekolah Dasar Islam Terpadu) Zahira Medan kelas II dan III yang berusia 7-9 tahun.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah

1. Bagaimana karakteristik keluarga (besar keluarga, usia orang tua, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, penghasilan orang tua) anak SD Zahira Medan?
2. Bagaimana pengetahuan ibu tentang keamanan pangan di SD Zahira Medan?
3. Bagaimana nilai gizi (energi, protein, lemak, vitamin A, vitamin C, kalsium, zat besi) bekal anak SD Zahira Medan?

Tujuan penelitian ini untuk :

1. Menganalisis karakteristik keluarga (besar keluarga, usia orang tua, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, penghasilan orang tua) anak SD Zahira Medan.
2. Menganalisis pengetahuan ibu tentang keamanan pangan di SD Zahira Medan
3. Menganalisis nilai gizi bekal anak SD Zahira Medan (energi, protein, lemak, vitamin A, vitamin C, kalsium, zat besi).

Deskripsi Teori

1. Pengetahuan Ibu Tentang Keamanan Pangan

Pengetahuan ibu tentang keamanan pangan adalah segala upaya yang dapat ditempuh untuk mencegah adanya indikasi yang merugikan, mengganggu, dan membahayakan kesehatan yang ada pada makanan, baik bahaya karena cemaran fisik makanan, maupun bahaya kimia

yang ada pada makanan, yang menyebabkan makanan tidak aman dikonsumsi, dan dapat mengganggu kesehatan (Indrati & Gardjito, 2014).

a. Memilih Makanan Yang Aman Dikonsumsi

Menurut Almatsier (2003), Pedoman praktis untuk mengatur makan sehari hari yang seimbang dan aman dikonsumsi adalah : Bahan makanan yang digunakan baik itu ikan, daging, susu, telur, maupun sayur harus digunakan dalam keadaan baik dan segar. Air yang digunakan terutama yang dikonsumsi, harus memenuhi persyaratan air bersih, yaitu tidak berwarna, tidak berasa, dan tidak berbau.

b. Persyaratan Makanan Anak Sekolah

Menurut Uripi (2005), beberapa persyaratan makanan untuk anak sekolah adalah: 1) Memiliki kelengkapan gizi dan seimbang biasanya terdiri atas karbohidrat, protein, vitamin, lemak, mineral. 2) Porsi makanan tidak terlalu besar 3) Makanan cukup basah (tidak terlalu kering), agar mudah ditelan. 4) Potongan atau ukuran makanan cukup kecil. 5) Tidak berduri dan bertulang kecil. 6) Tidak terlalu pedas, rasanya tidak asam, dan tidak berbumbu tajam. 7) Bersih, rapi, menarik dari segi warna maupun dari segi bentuk. 8) Cukup bervariasi bahan jenis hidangannya. 9) Menggunakan bahan makanan yang segar dan sehat. 10) Hindari menggunakan bahan makanan tambahan yang dapat membahayakan kesehatan anak kelak. 11) Makanan dimasak sendiri.

c. Jenis Bahaya Kimia Dalam Makanan

Bahaya Kimia secara alamiah menurut Yulirti (2007), makanan dapat tercemar oleh bakteri, jamur, virus, maupun parasit yang menyebabkan racun, sedangkan bahaya kimia bahan tambahan makanan adalah bahaya kimia pada makanan yang disebabkan oleh adanya penambahan zat

kimia pada makanan tersebut, seperti pengawet, pemanis buatan, penyedap rasa dan pewarna yang membahayakan tubuh.

2. Nilai Gizi Bekal Anak Sekolah Dasar

Menurut Waryana (2014), Nilai gizi adalah zat gizi yang terkandung didalam makanan, dibutuhkan oleh organisme (makhluk hidup) untuk proses pertumbuhan dan perkembangan.

Energi

Menurut Arisman (2008), Energi merupakan hasil pembakaran bahan makanan di dalam tubuh, terutama dari makanan sumber karbohidrat, protein dan lemak.\

Protein

Menurut Almatsier (2011), protein merupakan bahan pembentuk dasar struktur sel tubuh. Protein juga merupakan bagian penting dari bahan-bahan pengatur seperti enzim, hormon, dan plasma darah.

Lemak

Menurut Hartono (2006), lemak dalam makanan biasanya juga disebut lipid. Lipid seperti halnya karbohidrat juga mengandung unsur karbon, hidrogen, dan oksigen. Lemak merupakan zat gizi kedua yang digunakan sebagai bahan bakar dalam menghasilkan energi.

Vitamin A

Menurut Adriani & Wirjatmadi (2012), vitamin A merupakan salah satu zat gizi penting yang larut dalam lemak yang berfungsi untuk penglihatan, pertumbuhan, dan meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit. vitamin A, merupakan vitamin larut lemak yang pertama kali ditemukan yang berguna untuk pemeliharaan kesehatan dan kelangsungan hidup.

Vitamin C

Menurut Almatsier (2003), vitamin C merupakan vitamin larut air yang berfungsi untuk meningkatkan daya tahan tubuh terhadap infeksi, peredaran darah

pada kulit, memelihara jaringan, menambah kemampuan otak terhadap tegangan-tegangan, dan pencegahan terjadinya infeksi.

Kalsium

Menurut Tejasari (2005), kalsium merupakan jenis mineral yang paling banyak terdapat di dalam tubuh manusia, kalsium sangat berguna untuk pembangunan tulang dan gigi, untuk pertumbuhan, penghubung antar saraf, kerja jantung, dan pengatur bagi tubuh.

Zat Besi

Menurut Adriani & Wirjatmadi (2012), zat besi sangat penting untuk membentuk hemoglobin (Hb) pada tubuh manusia. Taraf gizi besi bagi seseorang sangat dipengaruhi oleh jumlah konsumsi melalui makanan, bagian yang diserap melalui saluran pencernaan, cadangan zat besi dalam jaringan, ekskresi, dan kebutuhan tubuh.

Berdasarkan kerangka teoritis dan kerangka berfikir maka pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Bagaimana pengetahuan ibu tentang keamanan pangan?
2. Bagaimana nilai gizi bekal anak SD ?
3. Bagaimana nilai gizi bekal berdasarkan pengetahuan ibu tentang keamanan pangan?

METODE

Desain Penelitian

Desain Penelitian pada penelitian ini adalah desain cross sectional. Lokasi penelitian ini di Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) Zahira, Jl.Ibrahim Umar No.19 Medan. pada bulan Oktober - Desember T.A 2014/2015.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah anak Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) Zahira Medan, kelas II dengan jumlah 26 orang dan kelas III berjumlah 16 orang yaitu 32 orang, Populasi pada

penelitian ini diambil berdasarkan kriteria tertentu yang ditentukan penulis.

Sampel

Sampel yang diambil menggunakan *total sampling* yaitu dengan mengambil seluruh populasi sebagai sampel. Sehingga jumlah populasi merupakan jumlah sampel adalah 32 orang.

Teknik Pengumpulan Data

Alat yang digunakan untuk menjangkau data penelitian adalah test pilihan berganda untuk pengetahuan ibu tentang keamanan pangan, untuk nilai gizi bekal anak sekolah diukur dengan menggunakan *food recall 3 x 3 hari*, kemudian dikonversikan kedalam zat gizi dengan menggunakan aplikasi Nutri survey.

Teknik Analisis Data

Data yang dikumpulkan diolah dan dianalisis secara statistic deskriptif dengan menggunakan perangkat computer yaitu *Microsoft excel*, program SPSS untuk karakteristik keluarga.

Pengetahuan ibu tentang keamanan pangan dianalisis dengan menjumlahkan skor. Jawaban yang benar diberi skor 1 (satu), dan jawaban yang salah diberi skor 0 (nol). Lalu total skor individu dibagi dengan skor maksimum dikalikan 100%.

Data nilai gizi bekal dianalisis dengan menggunakan aplikasi Nutrisurvey, atau secara manual dengan menggunakan Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM), Daftar Kandungan Zat Gizi Makanan Jajanan (DKGJ).

HASIL

Deskripsi Data Penelitian

Karakteristik keluarga

Karakteristik keluarga dalam penelitian ini dilihat dari jumlah anggota keluarga, pendidikan orang tua, pendapatan orang tua, usia orang tua.

1. Besar Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian ini, sebagian besar berada pada keluarga sedang (5-6 orang) sebanyak 16 orang yaitu sebesar 50 % dan sebagian lagi berada pada kategori kecil (≤ 4 orang) yaitu 16 orang sebesar 50%. Dengan jumlah minimal 3 dan jumlah maksimal 6.

2. Usia Orang Tua

Berdasarkan hasil penelitian ini usia orang tua pada umur dewasa awal sebanyak 17 orang (53,0%), untuk kategori setengah baya sebanyak 14 orang (44,0%), dan untuk kategori Umur lansia sebanyak 1 orang (3,0%). Sedangkan untuk kategori umur dewasa awal pada ibu sebanyak 27 orang (84,4), untuk umur setengah baya sebanyak 5 orang (15,6%), dan tidak ada kategori untuk tingkat umur lansia.

3. Pendidikan Orang Tua

Berdasarkan Tabel 12, dapat dilihat bahwa tingkat pendidikan ayah tidak ada pada kategori tamatan Sekolah Dasar, untuk tamatan SLTP/SLTA sebanyak 15 orang (47,0%). dan untuk kategori tingkat pendidikan Akademi/Perguruan Tinggi sebanyak 17 orang (53,0%). Sedangkan tingkat pendidikan ibu pada kategori Tamatan Sekolah Dasar (SD) tidak ada, untuk kategori SLTP/SLTA sebanyak 17 orang (53,0%), dan kategori tingkat pendidikan Akademi/Perguruan Tinggi sebesar 15 orang (47,0%).

4. Pekerjaan Orang Tua

Berdasarkan hasil penelitian ini Berdasarkan penelitian ini untuk pekerjaan ayah sangat bervariasi yaitu : TNI/POLRI, pegawai negeri sipil (PNS), pegawai swasta, dosen, kepala sekolah, pegawai BUMN, Dokter, dan wiraswasta.

Sedangkan jenis pekerjaan ibu yaitu : pegawai negeri sipil (PNS), pegawai BUMN, dosen/guru, perawat, pegawai swasta, karyawati, wiraswasta, ibu rumah tangga.

5. Pendapatan Orang Tua

Berdasarkan penelitian ini, pendapatan orang tua sebagian besar pada kategori tinggi, sebanyak 22 orang (68,8%), untuk pendapatan orang tua kategori sedang sebesar 5 orang (15,6%), dan untuk pendapatan orang tua kategori rendah sebanyak 5 orang (15,6%). Dengan rata-rata Rp. 5.450.000 dan standart deviasi 2795963,03. Pendapatan orang tua termasuk pada kategori pendapatan yang tinggi.

Pengetahuan Ibu Tentang Keamanan Pangan

1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan

Rentang nilai	n	%	Kategori
>35	11	34	Tinggi
30 - 35	5	16	Cukup
24 - 30	7	22	Kurang
<24	9	28	Rendah
Jumlah	32	100	

Ibu Tentang Keamanan Pangan

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian dengan jumlah responden 32 orang terdapat skor tertinggi 40 dan skor terendah 19, dengan rata rata (M) = 29,6 dan (Sd) = 6,62

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan hasil pengetahuan ibu sebesar 34 persen cenderung tinggi, dan 28 persen cenderung rendah. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu tentang keamanan pangan cenderung **Tinggi** sebesar 34 persen.

Tabel 1. Tingkat Kecenderungan Pengetahuan Ibu Tentang Keamanan Pangan

Nilai Gizi Bekal Anak Sekolah

Berdasarkan hasil penelitian ini dengan menggunakan nutrisurvey 3 x 3 hari, nilai gizi bekal makan siang responden dikonversi kedalam zat gizi energi, protein, lemak, vitamin A, vitamin C, Kalsium, Zat besi dengan menggunakan Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM). Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG, 2012), zat gizi yang dibutuhkan dapat disesuaikan

berdasarkan golongan usia. Angka kecukupan gizi yang dianjurkan untuk anak usia 7-9 tahun dapat dilihat pada tabel 20. Berdasarkan hasil penelitian ini rataan konsumsi nilai gizi bekal, makan siang dan kecukupan nilai gizi untuk makan siang yang dianjurkan oleh pemerintah untuk anak usia 7-9 tahun dari hari peratam sampai dengan hari ketiga dapat dilihat pada Tabel 2 sebagai berikut :

Tabel 2. Rataan nilai zat gizi bekal makanan anak selama 3 hari

Zat gizi	Hari /Rataan konsumsi ± Sd			AKGWN PG, 2012
	1	2	3	
Energi	561,31 ±118,4	555,8± 133,9	552 ±113	600 kkal
Protein	28.17 ±12.95	26.3± 10.7	21.4 ± 5.8	15 gram
Lemak	19.6 ± 13.10	18.2± 12.1	24.5± 16.2	24 gram
Vit.A	353.± 1052.1	288. ±441	193.5 ±176	166 RE
Vit. C	7.29 ± 8.13	6.15 ±3.98	4.46 ±6.70	45 mg
Kalsium	129.3 ± 327.42	56.7± 68.6	96.2± 159.3	200 mg
Zat Besi	2.47 ± 1.33	2.28 ±0.99	2.02± 0.8	

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian pada variabel pengetahuan ibu tentang keamanan pangan maka diperoleh rata-rata skor sebesar 29,6 dengan standar deviasi 6,62 dengan nilai tertinggi 40 dan nilai terendah 19. Sedangkan hasil tingkat kecenderungan pengetahuan ibu tentang keamanan pangan secara keseluruhan cenderung tinggi sebanyak 11 orang yaitu 34 persen dari 32 orang yang diteliti.

Berdasarkan perhitungan data recall selama 3 hari, untuk rata-rata keseluruhan nilai gizi bekal makanan anak di SDIT Zahira Medan, sebagian besar nilai gizi meliputi energi 551 kkal lemak 20,78 gram, vitamin C 5,97 mg, kalsium 94,11 mg, zat besi 2,263 belum mencukupi angka kecukupan zat gizi yang dianjurkan (pada

tabel 21), sedangkan untuk nilai gizi protein 25,31 gram dan vitamin A 278,31 RE sudah mencukupi nilai gizi yang dianjurkan.

Apabila nilai gizi bekal makanan anak di deskriptifkan berdasarkan tingkat kecenderungan pengetahuan ibu tentang pengetahuan keamanan pangan, maka nilai gizi bekal makanan anak terbagi menjadi 4 kategori, yaitu tinggi, cukup, rendah dan kurang. rata-rata nilai gizi makanan bekal pada pengetahuan ibu tingkat kategori tinggi sebanyak 11 orang sebesar 34 persen yaitu rata-rata nilai energi 578 kkal, protein 29,77 gram, lemak 25,07 gram, vitamin A 554 RE, vitamin C 5,9 mg, kalsium 99,62 mg, dan untuk zat besi sebesar 2,22 mg. Untuk pengetahuan ibu pada kategori cukup sebanyak 5 orang sebesar 16 persen yaitu rata-rata nilai energi 575 kkal, protein 25,23 gram, lemak 24,1 gram, vitamin A 268 RE, vitamin C 7,04 RE, kalsium 106,4 mg, zat besi 2,02 mg. Nilai gizi makanan bekal, pada tingkat pengetahuan ibu kategori kurang sebanyak 7 orang sebesar 22 persen orang yaitu, rata-rata nilai energi 531 kkal, protein 24 gram, lemak 18,97 gram, vitamin A 209 RE, vitamin C 5,69 mg, kalsium 100 mg, zat besi 2,08 mg. Nilai gizi makanan bekal anak untuk pengetahuan ibu pada tingkat kategori rendah sebanyak 9 orang sebesar 28 persen orang yaitu, rata-rata nilai energi 523 kkal, protein 23,67 gram, lemak 20,23 gram, vitamin A 199 RE, vitamin C 5,45 mg, kalsium 75,3 mg, dan untuk zat besi sebesar 2,18 gram.

Berdasarkan data yang didapat bahwa bahwa semakin tinggi kategori pengetahuan ibu tentang keamanan pangan maka rata-rata nilai gizi bekal makanan pada nilai gizi semakin tinggi juga. Berdasarkan hasil tes pengetahuan ibu tentang keamanan pangan, masih banyak ibu yang menggunakan bumbu instan dan makanan siap saji untuk bekal anak, ini sangat bertentangan bahwa makanan yang aman untuk bekal anak merupakan bekal makanan yang diolah sendiri dari bahan-bahan yang segar. Hal ini dikarenakan

waktu ibu yang terbatas didalam menyediakan makanan pada pagi hari, dan ibu lebih memilih memenuhi makanan yang disukai anak untuk dijadikan bekal.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian ini maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik keluarga yaitu jumlah keluarga, sebagian besar pada keluarga kecil sebanyak 16 orang sebesar 50 persen, dan pada keluarga sedang sebanyak 16 orang sebesar 50 persen. Kategori usia ayah sebagian besar pada kategori dewasa awal sebanyak 17 orang sebesar 53 persen, usia ibu sebagian besar pada kategori dewasa awal sebanyak 27 orang yaitu 84,4 persen. Pendidikan ayah sebagian besar pada kategori >12 tahun sebanyak 17 orang sebesar 53 persen, pendidikan ibu sebagian besar pada kategori 7-12 tahun sebanyak 17 orang yaitu 53 persen. Pekerjaan ayah bervariasi yaitu : TNI/POLRI, PNS, pegawai swasta, dosen, kepala sekolah, pegawai BUMN, Dokter, dan wiraswasta, dan pekerjaan ibu PNS, pegawai BUMN, dosen/guru, perawat, pegawai swasta, karyawan, wiraswasta, ibu rumah tangga. Dan untuk pendapatan orang tua dengan rata-rata Rp. 5.450.000 dan standart deviasi 2795963,03. Pendapatan orang tua termasuk pada kategori pendapatan yang tinggi.
2. Berdasarkan data penelitian untuk pengetahuan Ibu tentang keamanan pangan diperoleh rata-rata (M) = 29,6 dan (Sd) = 6,62 skor tertinggi 40 dan skor terendah 19, dengan tingkat kecenderungan pengetahuan sebesar 34 persen sebanyak 11 orang pada kategori tinggi.
3. Rataan nilai gizi responden selama 3 hari untuk nilai energi dengan rata-rata 551,37Kkal, protein 25,31gram, lemak dengan rata-rata 20,78gram, vitamin A 278,31RE, vitamin C 5,970 mg, kalsium 94,11 mg, dan zat besi 2,263 mg.

Bila rata-rata nilai gizi bekal di analisis berdasarkan besar keluarga, pendapatan keluarga, pendidikan terakhir orang tua, maka didapatkan hasil bahwa semakin kecil jumlah suatu keluarga maka nilai gizi bekal semakin besar, semakin tinggi pendapatan keluarga maka nilai gizi bekal semakin tinggi, dan semakin tinggi tingkat pendidikan ibu maka nilai gizi bekal semakin tinggi juga. Bila nilai gizi bekal di analisis berdasarkan tingkat kecenderungan pengetahuan ibu tentang keamanan pangan, maka semakin tinggi tingkat kecenderungan pengetahuan ibu tentang keamanan pangan maka rata-rata nilai gizi bekal makanan pada nilai gizi energi, protein, vitamin A semakin tinggi juga. Untuk nilai gizi lemak, vitamin C, kalsium dan zat besi, tidak terlihat bahwa semakin tinggi pengetahuan ibu tentang keamanan pangan, maka nilai gizi lemak, vitamin C, kalsium, dan zat besi semakin tinggi

REFERENSI

- Agria, R. 2011. Gizi Reproduksi. Yogyakarta : Fitramaya
- Almatsier, Sunita. 2003. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama
- Adriani,dkk.2012. Peranan gizi dalam siklus kehidupan. Jakarta: Kencana Pernada Media Group
- Arikunto,Suharsimi,2010, Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik, Rineka Cipta, Jakarta.
- Devi,Nirmala.2012. Gizi Anak Sekolah. Jakarta: PT Kompas Media Nusantara
- Indrati & Gardjito (2014). Pendidikan Konsumsi Pangan. Jakarta: PT Fajar Interpratama Mandiri
- Irianto & Waluyo,2004. Gizi dan Pola Hidup Sehat. Bandung : CV.Yrama Widya.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) 2014.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) 2003.
- Khomsan,Ali,2003. Pangan & Gizi Untuk Kesehatan.Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Margono,S.2005. Metodologi penelitian Pendidikan. Jakarta: Rineka Cipta
- Muaris, Hindah. 2006. Bekal Sekolah Untuk Anak Balita. Jakarta:PT.Gramedia Pustaka Utama
- Moehji, Sjahmien. 2002. Ilmu Gizi I. Jakarta: Papas Sinar Sunanti
- Notoadmojo, Sokidjo. 2010. Ilmu Kesehatan Masyarakat (Prinsip-Prinsip Dasar). Jakarta: Rineka Cipta
- Nuraini,Henny.2007. Memilih Dan Membuat Jajan Anak Yang Sehat Dan Halal. Jakarta: Qultumedia
- Pasaribu, Saudur. 2007. *Hubungan Pengetahuan Food Aditif Terhadap Sikap Mengonsumsi Mi Instan Mahasiswa Jurusan PKK Indekost Angkatan 2002-2003 Fakultas Teknik UNIMED.*
- Saparinto,cahyo.2006. Bahan Tambahan Pangan. Yogyakarta: Kanisisus
- Siahaan, Vera Agnesia. 2013. *Hubungan Pengetahuan Keamanan Pangan Porsi Dan Besarnya Uang Saku Dengan Perilaku Memilih Makanan Prosi Yang Aman Pada Siswa SMK Nergi 8 Medan*
- Soenardi,tuti.2002. Variasi Makanan Balita. PT.Jakarta: Gramedia Pustaka utama
- Sulistyoningsih, Hariani.2011. Gizi Untuk Kesehatan Ibu Dan Anak. Yogyakarta: Graha Ilmu

- Supriasa, 2002, Penilaian Status Gizi.
Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran
- Tejasari,2005.Nilai-Gizi Pangan.
Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Uripi, Vera.2005.Menu Sehat Untuk
Balita. Jakarta: Puspa Swara
- Warnaya,2014.Gizi Reproduksi.
Yogyakarta: Pustaka Rihama
- Walker A, Humpries C. 2005. Makan yang
Sehat untuk Bayi dan Anak-
anak;penerjemah, Rahmalia A.
Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.