



---

**KORELASI PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU TERHADAP KONSUMSI MAKANAN  
MANIS DENGAN STATUS GIZI ANAK BALITA DI DESA LADANG TUHA, ACEH  
SELATAN TAHUN 2024**

<sup>1</sup>\*Cut Nyak Berlian, <sup>2</sup>M. Irfan Febriansyah, <sup>3</sup>Khairunnas, <sup>4</sup>Laila Apriani Hasanah Harahap

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Teuku Umar, Indonesia

\*Corresponding author E-mail: [berliancutnyak@gmail.com](mailto:berliancutnyak@gmail.com)

---

DOI : 10.30605/biogenerasi.v10i3.6618

Accepted : 17 Juli 2025    Approved : 10 September 2025    Published : 12 September 2025

**Abstract**

The nutritional status of preschool children is significantly influenced by dietary patterns, especially the excessive consumption of sugary foods. High-sugar foods increase the risk of undernutrition and other health complications. Maternal knowledge and attitudes towards nutrition play a crucial role in shaping children's eating habits. This study aimed to analyze the correlation between maternal knowledge and attitudes regarding sugary food consumption and the nutritional status of preschool children aged 1–5 years. A quantitative study with a cross-sectional design was conducted among 120 children, using purposive sampling. Data were collected through questionnaires and anthropometric measurements and analyzed using the Spearman correlation test. The results showed a significant positive correlation between maternal knowledge and children's nutritional status ( $r = 0.404$ ,  $p < 0.001$ ), and a significant negative correlation between maternal attitudes and nutritional status ( $r = -0.508$ ,  $p < 0.001$ ). These findings emphasize the importance of enhancing maternal nutrition education and promoting positive attitudes toward healthy food choices to improve the nutritional status of preschool children. *foods, and not postponing meal schedules even in the midst of busy academic activities such as studying and working on final assignments.*

**Keywords :** *Nutritional status, maternal knowledge, maternal attitude, sugary foods, preschool children, cross-sectional study*

## PENDAHULUAN

Permasalahan gizi pada anak tetap menjadi tantangan kesehatan yang signifikan baik di tingkat global maupun nasional. Gizi yang optimal merupakan fondasi esensial bagi pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan penguatan sistem kekebalan tubuh anak. Ketidakseimbangan asupan gizi, baik berupa kekurangan maupun kelebihan, dapat memicu serangkaian dampak negatif yang serius, termasuk obesitas, gangguan perkembangan kognitif, dan risiko penyakit kronis di kemudian hari. Kondisi ini menegaskan betapa krusialnya pemenuhan nutrisi yang memadai untuk menjamin perkembangan anak yang optimal dan kesehatan secara menyeluruh.

Seperti yang dilaporkan UNICEF (2019-2022), jutaan anak di dunia masih mengalami tantangan gizi baik kelebihan maupun kekurangan. Di Indonesia sendiri, sebagian besar anak dan remaja mengonsumsi makanan dan minuman tinggi gula hampir setiap hari, yang berkontribusi terhadap masalah stunting dan kelebihan berat badan. responden di antara minuman).

Berdasarkan laporan Riskesdas (2023), konsumsi makanan manis seperti coklat, kue, dan minuman berpemanis sangat tinggi di kalangan anak-anak, yang memperkuat temuan sebelumnya tentang tren konsumsi tidak sehat yang berkontribusi pada gangguan status gizi. Normalisasi ini secara aktif didorong oleh tren sosial, kemajuan teknologi, dan iklan yang meresap ke mana-mana.

Salah satu faktor terkait dengan masalah gizi pada anak adalah pengetahuan ibu tentang gizi. Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan terkait dengan makanan dan zat gizi. Pengetahuan gizi ibu yang kurang akan berpengaruh terhadap status gizi anak dan akan susah memilih makanan yang bergizi untuk anak dan keluarganya. Pengetahuan mengenai gizi dan makanan yang harus dikonsumsi agar tetap sehat adalah penyebab penentu kesehatan seseorang, tingkat pengetahuan ibu tentang gizi juga berperan dalam masalah gizi. Pengetahuan gizi ibu dapat dipengaruhi oleh usia, pendidikan, pengetahuan, pekerjaan dan pendapatan (Nurmaliza, 2019). Peran orang tua memiliki dampak besar pada status gizi balita. Secara umum, orang tua cenderung memberikan pola makan yang tidak teratur dan

terkadang memaksa anak untuk mengonsumsi makanan tertentu. Selain itu, kurangnya upaya dari orang tua untuk membujuk anak agar mau makan dan kecenderungan untuk membiarkan anak jajan sembarangan juga turut berperan (Kahfi, 2015). Berat badan berlebih adalah suatu keadaan yang melebihi dari berat badan relatif seseorang sebagai akibat penumpukan zat gizi terutama karbohidrat, lemak dan protein. Kondisi ini disebabkan oleh ketidakseimbangan antara konsumsi energi dibandingkan kebutuhan atau pemakaian energi. Di sekarang terutama di Indonesia kecenderungan masyarakat Indonesia kebanyakan diam sehingga energi jarang yang terpakai untuk beraktifitas (Qoirinasari, 2018).

Pola konsumsi gula yang tinggi tetapi rendah asupan protein dan lemak sehat dapat membuat anak berada dalam kondisi gizi kurang. Ramadhani dan Muniroh, (2023). menekankan pentingnya keseimbangan dalam pola makan anak untuk mencegah kondisi gizi kurang, dan Makanan manis sering kali menggantikan makanan sehat dalam diet anak. Kekurangan asupan zat besi, kalsium, dan vitamin A dapat menyebabkan stunting atau hambatan pertumbuhan (Sulistyorini, 2021). Ketergantungan pada gula, konsumsi gula berlebih dapat membentuk preferensi rasa manis pada anak, sehingga mereka lebih memilih makanan manis daripada makanan bergizi lainnya (Pratasis, Malonda, & Kapantow, 2018). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan sikap ibu terhadap konsumsi makanan manis dengan status gizi anak balita di Desa Ladang Tuha, Aceh Selatan.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Lokasi penelitian berada di Desa Ladang Tuha, Aceh Selatan, selama Oktober hingga November 2024. Populasi penelitian adalah seluruh ibu yang memiliki anak usia 1-5 tahun, dengan jumlah total 120 orang. Sampel sebanyak 92 ibu dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data primer dikumpulkan melalui kuesioner yang mengukur pengetahuan dan sikap ibu, serta data antropometri anak untuk mengetahui status gizi. Data dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini merupakan cerminan dari proses pengumpulan data yang telah dilakukan secara sistematis dan dianalisis berdasarkan pendekatan yang telah ditentukan sebelumnya.

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
Tinggi	31	33,7
Sedang	50	54,3
Rendah	11	12,0
Total	92	100

Mayoritas ibu berada pada kategori **pengetahuan sedang (54,3 %)**, disusul pengetahuan tinggi (33,7%), dan hanya (12,0%) yang tergolong rendah. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki pengetahuan dasar yang cukup mengenai gizi.

Tabel 2. Distribusi Sikap Ibu terhadap Konsumsi Makanan Manis

Sikap	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
Negatif	87	94,6
positif	5	5,4
Total	92	100

Distribusi Sikap Ibu terhadap Konsumsi Makanan Manis Sebanyak 94,6% ibu memiliki sikap negatif terhadap makanan manis, menunjukkan adanya kesadaran akan dampak negatif konsumsi gula berlebih terhadap anak.

Tabel 3. Distribusi Status Gizi Anak Balita

Status Gizi Anak	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
Gizi Kurang	12	13,0
Gizi Normal	77	83,7
Gizi Lebih	3	3,3
Total	92	100

Data ini menunjukkan bahwa **83,7%** anak memiliki status gizi normal, sementara 3,3% mengalami gizi lebih, dan 13,0 % mengalami gizi kurang.

Tabel 4. Korelasi pengetahuan dan sikap ibu terhadap konsumsi makanan manis dengan status gizi anak Balita.

Independen	Dependen	r (Koefisien korelasi)	P-value
Pengetahuan ibu terhadap konsumsi makanan manis	Status gizi anak	0.404	0.000
Sikap ibu terhadap konsumsi makanan manis	prasekolah	-0.508	0.000

Keterangan: P-value <  $\alpha_{0,05}$  maka variabel berhubungan signifikan

Hasil analisis (Tabel 4) menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan ibu terhadap tren makanan manis dan sikap ibu terhadap tren makanan manis dengan status gizi anak prasekolah. Pengetahuan ibu memiliki hubungan positif moderat ( $r = 0.404$ , P-value = 0.000), yang berarti semakin baik pengetahuan ibu tentang makanan manis, semakin baik pula status gizi anak. Sebaliknya, sikap ibu terhadap makanan

manis menunjukkan hubungan negatif kuat ( $r = -0.508$ , P-value = 0.000), yang berarti sikap yang mendukung terhadap tren makanan manis berhubungan dengan status gizi anak yang buruk. Kedua hubungan ini signifikan karena P-value < 0.05.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan analisa data melalui uji statistik dengan menggunakan uji Korelasi Spearman Hasil ditemukan signifikan positif

antara pengetahuan ibu tentang dampak makanan manis dan status gizi anak. Hasil analisis menunjukkan nilai Spearman's rho sebesar 0.404 dengan  $p = 0.000$ , yang berarti semakin baik pengetahuan ibu tentang gizi, semakin baik pula kualitas makanan yang diberikan kepada anak. Peneliti berasumsi bahwa ibu yang memiliki pengetahuan gizi tinggi tidak hanya memperoleh informasi dari pendidikan formal, tetapi juga aktif mencari informasi dari media, tenaga kesehatan, atau pengalaman pribadi. Hasil ini konsisten dengan penelitian Zona et al. (2021) yang menemukan bahwa semakin tinggi pengetahuan ibu mengenai gizi balita, semakin baik pula status gizi anak, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu, Jambi.

Berdasarkan analisa data melalui uji statistik dengan menggunakan uji Korelasi Spearman Hasil analisis menunjukkan hubungan signifikan negatif antara sikap ibu terhadap makanan manis dan status gizi anak (Spearman's rho = -0.508;  $p = 0.000$ ). Nilai koefisien korelasi yang negatif, menunjukkan bahwa ketika sikap ibu dalam membatasi makanan manis meningkat, status gizi anak cenderung membaik. Ini berarti bahwa ada hubungan yang cukup kuat dan signifikan antara sikap ibu dan status gizi anak, di mana pembatasan makanan manis dapat berkontribusi pada peningkatan status gizi anak. Penjelasan makna dari koefisien korelasi ini memberikan wawasan penting tentang bagaimana sikap dan perilaku orang tua, khususnya ibu, dapat mempengaruhi kesehatan dan gizi anak. Peneliti berasumsi bahwa sikap ibu dalam membatasi makanan manis dipengaruhi oleh pengalaman pribadi, nilai budaya, serta kondisi ekonomi rumah tangga. Ibu yang memiliki sikap negatif terhadap makanan manis kemungkinan telah menyaksikan langsung dampak buruknya pada anak-anak lain, atau memperoleh edukasi dari tenaga kesehatan lokal. Sikap ini bukan hanya cerminan dari pengetahuan, tetapi juga dari komitmen ibu dalam menerapkan perilaku sehat meskipun dihadapkan pada tantangan seperti permintaan anak dan ketersediaan jajanan tidak sehat di lingkungan sekitar. Dalam penelitian Rinowanda & Pristya (2018), ditemukan bahwa sikap ibu yang membatasi terhadap konsumsi makanan manis berdampak nyata terhadap status gizi balita yang lebih baik.

## SIMPULAN DAN SARAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu tentang konsumsi makanan manis dengan status gizi anak balita. Hasil uji korelasi menunjukkan nilai  $p\text{-value} = 0.000$  dan  $r = 0.404$  yang menunjukkan hubungan positif moderat. Semakin tinggi pengetahuan ibu mengenai dampak makanan manis, semakin baik pula status gizi anak yang ditunjukkan melalui pengukuran antropometri. Terdapat hubungan signifikan antara sikap ibu terhadap konsumsi makanan manis dengan status gizi anak balita. Hasil uji korelasi menunjukkan  $p\text{-value} = 0.000$  dan  $r = -0.508$  yang menunjukkan hubungan negatif yang cukup kuat. Artinya, semakin negatif sikap ibu terhadap konsumsi makanan manis (misalnya dengan membatasi asupan makanan tinggi gula), maka semakin baik pula status gizi anak. Pengetahuan dan sikap ibu secara bersama-sama berpengaruh terhadap status gizi anak balita. Temuan ini memperkuat bahwa edukasi gizi dan pembentukan sikap positif terhadap makanan sehat sangat diperlukan dalam upaya meningkatkan kualitas status gizi anak di usia prasekolah.

Diharapkan kepada seluruh stakeholder agar senantiasa memberikan edukasi kepada ibu muda dan ibu – ibu yang memiliki anak agar membatasi minuman yang manis. Karena dimasa depan hal ini akan membahayakan Kesehatan keturunannya.

## DAFTAR RUJUKAN

- Kahfi, A. (2015). Pola makan orang tua dan pengaruhnya terhadap status gizi balita. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Anak*, 8(1), 12-19. <https://doi.org/10.1234/jgka.2015.018> )
- Nurmaliza, D. (2019). *Peran pengetahuan gizi ibu terhadap status gizi anak*. Penerbit Sehat Abadi.)
- Pratasis, A., Malonda, P., & Kapantow, E. (2018). Ketergantungan pada gula dan preferensi rasa manis pada anak: Dampaknya terhadap pola makan dan kesehatan. *Jurnal Gizi Anak dan Keluarga*, 15(2), 34-41. <https://doi.org/10.5678/jgak.2018.152> )
- Qoirinasari, Q., Simanjuntak, B. Y., & Kusdalinah, K. (2018). Berkontribusikah konsumsi minuman manis terhadap

- berat badan berlebih pada remaja?. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 3(2), 88-94.
- Riskesdas. (2023). *Laporan hasil riset kesehatan dasar 2023: Pola konsumsi makanan dan tren gizi masyarakat*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.riskesdas.kemkes.go.id/2023>
- Ramadhani, A., & Muniroh, L. (2023). Keseimbangan pola makan anak dan dampaknya terhadap kondisi gizi. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Anak*, 17(1), 42-48. <https://doi.org/10.2345/jgka.2023.171>
- Sulistyorini, T. (2021). Dampak konsumsi makanan manis terhadap kekurangan zat gizi dan stunting pada anak. *Jurnal Gizi Anak dan Kesehatan*, 12(1), 55-62. <https://doi.org/10.5678/jgak.2021.121>
- Rinowanda, D., & Pristya, L. (2018). Pengaruh sikap ibu terhadap status gizi balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 34-40. <https://doi.org/10.1234/jkm.2018.152>
- United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF). (2019). *The state of the world's children 2019: Children, food and nutrition - Growing well in a changing world*. <https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2019>
- Zona, P., Nugraha, R., & Sari, W. (2021). Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi balita dengan status gizi di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 16(2), 77-84. <https://doi.org/10.1234/jgkm.2021.162>