



**PENERBITAN ARTIKEL ILMIAH MAHASISWA**  
**Universitas Muhammadiyah Ponorogo**

---

**HUBUNGAN STATUS PEKERJAAN DENGAN PERILAKU IBU DALAM PEMENUHAN GIZI BERDASARKAN KEBIASAAN SARAPAN**

di SDN Mrican 1, Kecamatan Jenangan, Kabupaten Ponorogo

**Lulut Subekti, Sugeng Mashudi, Metti Verawati**

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Email : [lulutsubekti@gmail.com](mailto:lulutsubekti@gmail.com)

---

**Abstact**

*Improving the quality of human resources (HR) in health and nutrition factors depends on the mother's work, this results in the habits of children requesting extra money for unhealthy breakfasts outside and nutritional disorders in children who experience the process of growth and achievement of children. This study aims to analyze the relationship of employment status to the mother's behavior in the fulfillment of nutrition based on breakfast habits.*

*The design of this research is Correlation with cross sectional approach. Population in this research is all children of class of 2-6 in SDN Mrican 1, District of Jenangan, Regency of Ponorogo with big sample 44 respondents. Sampling of the study using total sampling, data collection using questionnaire and calculation using Chi-Square Test test using SPSS 16.0 error  $\alpha$  0.05.*

*The result of the research on the variables of maternal employment status was interpreted by 28 respondents (63.6%) and 16 respondents (36.4%) did not work. Maternal Behavior variable in nutrient fulfillment interpreted 24 respondents (54.5%) behaved positively and 20 respondents (45.5%) behaved negatively. Chi-Square statistical test obtained  $p$  value = 0.001 which means smaller than  $\alpha$  = 0.05 Thus it can be said that there is a relationship On the relationship with the relationship niali Contingency Coefficient = 0.447 enough category. Research analysis there is close enough relationship between job status with mother's behavior in nutrition fulfillment based on breakfast habit at SDN Mrican 1, Sub Jenangan, Regency of Ponorogo.*

*Maternal negative behavior in the fulfillment of nutrition that will affect the growth and development of children, the researchers advise on the place of research, especially the school environment put a picture or leaflet about the importance of breakfast for children and breakfast foods.*

---

**Keywords: work status, behavior, mother, breakfast**

### Abstrak

Peningkatkan Kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) dalam faktor kesehatan dan gizi tergantung pada pekerjaan ibu, hal ini berakibat pada kebiasaan anak meminta tambahan uang untuk sarapan yang tidak sehat diluar dan gangguan nutrisi pada anak yang mengalami proses tumbuh kembang dan prestasi anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan status pekerjaan dengan perilaku ibu dalam pemenuhan gizi berdasarkan kebiasaan sarapan.

Desain penelitian ini adalah Korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh anak kelas 2-6 di SDN Mrican 1, Kecamatan Jenangan, Kabupaten Ponorogo dengan besar sampel 44 responden. Sampling penelitian menggunakan *Total sampling*, pengumpulan data menggunakan kuesioner dan perhitungan menggunakan uji *Uji Chi-Square* menggunakan SPSS 16.0 kesalahan  $\alpha$  0,05.

Hasil penelitian menunjukkan Status pekerjaan ibu diinterpretasikan 28 responden (63,6%) bekerja dan 16 responden (36,4%) tidak bekerja. Variabel Perilaku ibu dalam pemenuhan gizi diinterpretasikan 24 responden (54,5%) berperilaku positif dan 20 responden (45,5%) berperilaku negatif. uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai *Contingency Coefficient* =0,447, dan *p value* = 0,001 yang berarti lebih kecil dari  $\alpha$ = 0,05 berarti ada hubungan cukup antara status pekerjaan dengan perilaku ibu dalam pemenuhan gizi berdasarkan kebiasaan sarapan.

Perilaku negatif ibu dalam pemenuhan gizi sehingga akan mempengaruhi tumbuh kembang anak, maka peneliti menyarankan pada tempat penelitian terutama lingkungan sekolah memasang gambar atau leaflet tentang pentingnya sarapan pagi bagi anak dan jenis makanan sarapan pagi.

**Kata kunci: status pekerjaan, perilaku, ibu, sarapan.**

---

ISSN 2598-1188 (Print)

ISSN 2598-1196 (Online)

### LATAR BELAKANG

Peningkatkan Kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) dalam faktor kesehatan dan gizi tergantung pada pekerjaan ibu karena berpengaruh terhadap pemberian peran Asih, Asuh, dan Asah dengan memberikan sarapan pagi yang dimakan setiap pagi hari atau suatu kegiatan yang

penting dilakukan sebelum mengisi aktivitas yang lain setiap hari. Sarapan dibutuhkan untuk mengisi lambung yang telah kosong selama 8-10 jam dan bermanfaat dalam meningkatkan kemampuan konsentrasi belajar dan kemampuan fisik (Martianto, 2006).

Berdasarkan penelitian Maulina Helmi (2012) didapatkan dari 60 responden hanya sekitar 31,8% yang melakukan sarapan setiap hari, dan sekitar 75,5% responden mendapatkan nilai diatas rata-rata. Rata-rata skor tingkat perilaku sarapan pagi siswa adalah sebesar (29,05±3,207) dan rata-rata skor prestasi belajar siswa SMK (Sekolah Menengah Kejuruan) Akuntansi Gapura Kasih tinggi (71,80±5,745). Berdasarkan hasil survei konsumsi pangan pada Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2010) dalam Juwita (2015), masih banyak anak yang tidak terbiasa sarapan sehat.

Selain kandungan gizinya cukup, bentuk makan pagi sebaiknya juga disukai anak-anak dan praktis pembuatannya (Muhilal & Damayanti, 2006). Kebiasaan sarapan pagi termasuk ke dalam salah satu 13 pesan dasar gizi seimbang. Bagi anak sekolah, makan pagi dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan menyerap pelajaran sehingga meningkatkan prestasi belajar (DepKes, 2002).

Berdasarkan data statistik yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo bulan November 2015 dari 60.841 balita di Ponorogo (12,20%) atau sekitar 170 balita mengalami gizi kurang sedangkan balita yang mengalami gizi buruk berjumlah 74 balita atau sekitar 5,34 % dari total balita yang ada di Ponorogo.

Sarapan atau makan pagi adalah menu makanan pertama yang dikonsumsi oleh seseorang. Biasanya jika seseorang makan malam sekitar pukul 19:00 dan baru makan lagi paginya sekitar pukul 06:00, berarti selama sekitar 10-12 jam mereka puasa (Wiharyanti, 2006).

Sebagian kelompok terutama kelompok usia remaja dan dewasa harus meninggalkan rumah sejak pagi-pagi benar untuk memulai aktifitasnya, sementara sarapan pagi belum tersedia. Oleh sebab itu banyak dari mereka yang meninggalkan sarapan pagi tanpa adanya alasan untuk melakukan sarapan pagi tersebut sebagai kebutuhan yang rutin dilakukan (Wiharyanti, 2006).

Akibat tidak sarapan pagi memiliki resiko menderita gangguan

kesehatan berupa menurunnya kadar gula darah dengan tanda-tanda seperti lemah, keluar keringat dingin, kesadaran menurun bahkan pingsan, dan menurunnya prestasi belajar (Ratnawati, 2001).

Sarapan yang berkualitas sebagai pasokan utama untuk memicu konsentrasi otak anak-anak saat menerima pelajaran. Kebutuhan gizi harus disesuaikan dengan banyaknya aktivitas yang dilakukan oleh anak usia sekolah. Oleh karena itu, ada beberapa fungsi dan sumber zat gizi yang perlu yaitu Karbohidrat, Protein,

Lemak, Vitamin, dan Mineral (Adriani & Wirjatmadi, 2012).

### **METODE ILMIAH**

Desain penelitian dalam penelitian ini adalah

*Cross Sectional*. Penelitian ini dilakukan kelas 2-6 di SDN Mrican 1, Kecamatan Jenangan, Kabupaten Ponorogo Besar sampel 44 responden dengan teknik pengambilan sampel dengan *total sampling* pada tanggal 4-7 Desember 2017. Instrumen pengumpulan data dengan kuisioner.

## HASIL PENELITIAN

### a. Data Umum

Usia (Tahun)	Frekuensi	P (%)
27-28	10	22,7
29-30	10	22,7
31-32	7	15,9
33-34	7	15,9
35-46	8	18,2
37-58	2	4,5
<b>Pendidikan</b>		
SLTA	24	54,5
SLTP	16	36,4
PT	4	9,1
<b>Penghasilan Perbulan</b>		
> Rp 1.338.800	25	56,8
< Rp 1.338.800	19	43,2
<b>Pekerjaan</b>		
IRT	16	36,4
Buruh	14	31,8
Wiraswasta	11	25,0
PN	3	6,8
<b>Usia anak (Tahun)</b>		
12	11	25,0
11	10	22,7
9	9	20,5
8	7	15,9
10	6	13,6
13	1	2,3
12	11	25,0
<b>Jenis Kelamin</b>		
Perempuan	26	59,1
Laki-laki	18	40,9

Tabel di atas dapat diinterpretasikan bahwa sebagian kecil 2 responden (4,5%) berusia 37-38 tahun sebagian besar 34 responden (54,5%) berpendidikan SLTA, hampir setengahnya 16 responden (36,4%) bekerja sebagai IRT, sebagian besar 25 responden (56,8%) penghasilan perbulan >Rp1.338.800, sebagian kecil 1 anak responden (2,3%) berusia 13 tahun, sebagian besar 26 anak responden (59,1%) berjenis kelamin perempuan

#### **b. Data Khusus**

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan Status pekerjaan ibu

Status pekerjaan ibu	Frekuensi	Prosentase (%)
Bekerja	28	63,6
Tidak Bekerja	16	36,4

Berdasarkan Tabel diatas disebutkan bahwa sebagian besar 28 responden (63,6%) status pekerjaan ibu adalah bekerja dan hampir setengahnya 16 responden (36,4%) pekerjaan ibu adalah tidak bekerja

Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan Perilaku ibu dalam pemenuhan gizi berdasarkan kebiasaan sarapan

Perilaku ibu	Frekuensi	Prosentase (%)
Positif	24	54,5
Negatif	20	45,5

Berdasarkan Tabel diatas isebutkan bahwa sebagian besar 24 responden (54,5%) perilaku ibu positif dalam pemenuhan gizi berdasarkan kebiasaan sarapan, dan hampir setengahnya 20 responden (45,5%) perilaku ibu negatif dalam pemenuhan gizi berdasarkan kebiasaan sarapan.

Status Pekerjaan	Perilaku		Jumlah
	Positif	Negatif	
Tidak Bekerja	14	2	16
Bekerja	10	18	28
Jumlah	24	20	20
$\alpha=0,05$ $p=0,001$	$cc=0,447$		

sebanyak 18 responden status pekerjaan adalah bekerja dan berperilaku negatif dalam pemenuhan gizi berdasarkan kebiasaan sarapan. Berdasarkan hasil analisa data dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square* diperoleh  $p\ value = 0,001$  yang berarti lebih kecil dari  $\alpha= 0,05$  dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada Hubungan Pada keeratan hubungan dengan nilai *Contingency Coefficient* =0,447 kategori cukup maka disimpulkan ada keeratan hubungan cukup antara status pekerjaan dengan perilaku ibu dalam pemenuhan gizi berdasarkan kebiasaan sarapan di SDN Mrican 1, Kecamatan Jenangan, Kabupaten Ponorogo.

## PEMBAHASAN

### 1. Status pekerjaan perilaku ibu

Menurut Karakteristik pekerjaan merupakan dasar bagi produktivitas organisasi dan kepuasan kerja karyawan yang memainkan peranan penting dalam kesuksesan dan kelangsungan hidup organisasi. Dalam kondisi persaingan yang semakin meningkat, pekerjaan yang dirancang dengan baik akan mampu menarik dan mempertahankan tenaga kerja dan memberikan motivasi untuk menghasilkan produk dan jasa yang berkualitas. Simamora, H (2004) mengatakan bahwa karakteristik pekerjaan merupakan suatu pendekatan terhadap pemerdayaan pekerjaan.

Berdasarkan tabel 5.7 di atas dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar 28 responden (63,6%) status pekerjaan ibu adalah bekerja dan hampir setengahnya 16 responden (36,4%) pekerjaan ibu adalah tidak bekerja. Menurut Fitriyani 2014 Bekerja dalam arti luas dapat diartikan dengan melakukan suatu kegiatan sedangkan dalam arti sempit yaitu melakukan suatu kegiatan untuk menghasilkan sesuatu atau uang. Banyak sekali yang mendorong manusia untuk bekerja. Salah

satunya adalah untuk memenuhi kebutuhan hidup.

Orang giat bekerja karena ada hal yang ingin mereka peroleh salah satunya yang sangat penting adalah uang. Aspek yang harus dipenuhinya dalam adalah Aktifitas yang dilakukan karena ada dorongan tanggung jawab, terkandung didalamnya suatu gabungan antara rasa dan rasio serta mempunyai tujuan yang luhur, yang memberi makna bagi dirinya. Penelitian ini penggolongan status pekerjaan yaitu Bekerja: PNS, Swasta, Petani, Pedagang, Buruh, Wiraswasta, kategori Tidak Bekerja:IRT. Pemilihan kategori status pekerjaan berdasarkan waktu seseorang berada didalam atau luar rumah.

### 2. Perilaku ibu dalam pemenuhan gizi

Berdasarkan tabel 5.8 di atas dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar 24 responden (54.5%) perilaku ibu positif dalam pemenuhan gizi berdasarkan kebiasaan sarapan. Perilaku positif menurut Asaz (2011) adalah tindakan atau perbuatan seseorang yang sesuai dengan aturan dan tanggung jawab sesuai dengan status. Hal ini sesuai dengan tabel data umum usia dengan perilaku ibu didapatkan 6 responden (13,6%) berusia 35-36 tahun. Menurut Notoatmodjo (2014) faktor intern yang mempengaruhi



terbentuknya perilaku antara lain pengetahuan, kecerdasan, persepsi, emosi, dan motivasi. Responden yang berusia dewasa akan mudah menerima informasi dan daya ingat yang baik sehingga akan mengalami peningkatan pengetahuan sehingga bisa mengontrol emosi dan digunakan responden sebagai dasar intelegensi dalam berperilaku positif dalam pemenuhan gizi berdasarkan kebiasaan sarapan.

Berdasarkan tabel 5.8 di atas dapat diinterpretasikan bahwa hampir setengahnya 20 responden (45,5%) perilaku ibu negatif dalam pemenuhan gizi berdasarkan kebiasaan sarapan. Perilaku negatif menurut Raharjo (2013) terdiri dari dua kata yaitu perilaku dan negatif. Jadi perilaku negatif menurut bahasa adalah tanggapan atau reaksi individu terhadap rangsangan atau lingkungan yang kurang baik/menyimpang dari ukuran umum.

Perilaku negatif responden salah satunya dipengaruhi faktor penghasilan responden. Hasil penelitian dari 20 responden yang berperilaku negatif didapatkan 13 responden berpenghasilan keluarga perbulan kurang dari Rp 1.338.800. Menurut Sunaryo (2004) faktor eksogen atau faktor dari luar individu yang mempengaruhi perilaku

adalah intelegensi, diperkuat pernyataan Widiyanti (2007) salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah penghasilan. Responden yang berpenghasilan perbulan dibawah Rp 1.338.800 merupakan penghasilan di bawah UMR kabupaten Ponorogo sehingga akan mempengaruhi daya beli responden terutama mengakses informasi terutama informasi tentang makanan dalam pemenuhan gizi berdasarkan kebiasaan sarapan dan menerapkan dalam berperilaku memenuhi agar anak sehat dan mempunyai seimbang gizinya.

3. Hubungan status pekerjaan dengan perilaku ibu dalam pemenuhan gizi berdasarkan kebiasaan sarapan  
Berdasarkan tabel 5.9 diatas terlihat bahwa sebanyak 18 responden status pekerjaan adalah bekerja dan berperilaku negatif dalam pemenuhan gizi berdasarkan kebiasaan sarapan. Berdasarkan hasil analisa data dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square* diperoleh *p value* = 0,001 yang berarti lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada Hubungan Pada keeratan hubungan dengan nilai *Contingency Coefficient* = 0,447 kategori cukup maka disimpulkan ada keeratan hubungan cukup antara

status pekerjaan dengan perilaku ibu dalam pemenuhan gizi berdasarkan kebiasaan sarapan di SDN Mrican 1, Kecamatan Jenangan, Kabupaten Ponorogo.

Perilaku sarapan pada anak sekolah tergantung pada pekerjaan ibu karena bekerja akan melakukan kegiatan yang dilakukan dengan maksud memperoleh atau membantu penghasilan. Seorang ibu memiliki pekerjaan yang lebih banyak dan waktu yang sedikit daripada seorang ayah. Ibu yang sibuk bekerja biasanya memberi uang saku lebih kepada anak dengan harapan anak membeli sarapan di sekolah. Perilaku tersebut akan menjadi Kebiasaan tidak sarapan pagi yang terus menerus akan mengakibatkan pemasukan gizi menjadi berkurang dan tidak seimbang sehingga pertumbuhan anak menjadi terganggu. Dengan demikian seorang anak yang biasa tidak sarapan pagi dalam jangka waktu lama akan berakibat buruk pada penampilan intelektualnya, prestasi di sekolah menurun dan penampilan sosial menjadi terganggu

## KESIMPULAN

1. Sebagian besar 28 responden (63,6%) status pekerjaan ibu adalah bekerja.
2. Sebagian besar 24 responden (54.5%) perilaku ibu positif dalam pemenuhan gizi berdasarkan kebiasaan sarapan
3. Uji statistik *Chi-Square* diperoleh  $p$  value = 0,001 yang berarti lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada Hubungan Pada keeratan hubungan dengan nilai *Contingency Coefficient* = 0,447 kategori cukup maka disimpulkan ada keeratan hubungan cukup antara status pekerjaan dengan perilaku ibu dalam pemenuhan gizi berdasarkan kebiasaan sarapan di SDN Mrican 1, Kecamatan Jenangan, Kabupaten Ponorogo.

## SARAN

1. Tempat penelitian memasang gambar atau leaflet tentang pentingnya sarapan pagi bagi anak dan jenis makanan sarapan pagi.
2. Bagi Responden mencari informasi serta belajar dari pengalaman teman atau saudara tentang makanan sarapan pagi bagi anak Responden perlu menyeleksi informasi yang didapatkan berdasarkan kebenaran informasi sehingga setelah

mengetahui makanan sarapan pagi kemudian berperilaku positif dalam pemberian makanan sarapan pagi bagi anak.

3. Peneliti selanjutnya untuk meneliti tentang pengaruh pendidikan kesehatan leaflet dengan motivasi ibu dalam pemenuhan gizi berdasarkan kebiasaan sarapan.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Adriani, M dan Bambang Wirjatmadi. 2012. *Peranan Gizi dalam Siklus. Kehidupan*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group.
- Depkes. 2002. *13 Pesan Dasar Gizi Seimbang*: Jakarta
- Helmi. 2012 *Hubungan Perilaku Sarapan Dengan Prestasi Belajar Siswa Smk Akuntansi Gapura Kasih Dadap-Tangerang*. Skripsi.
- Juwita Sari Ratna. 2015. *Pola konsumsi sarapan pagi murid sekolah dasar Di SDN 060921 Kecamatan Medan Sunggal Tahun 2015*. Skripsi.
- Martianto D. 2006. *Kalau Mau Sehat, Jangan Tinggalkan Kebiasaan Sarapan*.<http://www.republika.co.id> [19 November 2015].
- Muhilal dan Didit Damayanti. 2006. *Gizi Anak dan Remaja*. Jakarta: EGC.
- Ratnawati, Sintha, 2001. *Sehat Pangkal Cerdas (Kumpulan Artikel Kompas)*. Kompas, Jakarta. Riset Kesehatan Dasar. 2010. *Jakarta. Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappennas)*.
- Wiharyanti, Rooslain 2006. *Anak yang Sarapan Daya Ingatnya Lebih Baik*.  
<http://www.bernas.co.id/news/CyberNas/WACANA/3876.html>. Diakses 19 November 2015.