

**PENERAPAN PROGRAM PENDIDIKAN GIZI UNTUK MENINGKATKAN  
PENGETAHUAN GIZI GURU DAN APLIKASI PENDIDIKAN GIZI UNTUK  
ANAK USIA DINI**

**(Studi Kuasi Eksperimen pada Guru-Guru PAUD di Kota Cimahi dan Bandung Barat)**

<sup>1</sup>Komala, <sup>2</sup>Siti Khodijah

<sup>1,2</sup> STKIP Siliwangi Bandung

<sup>1</sup>komala.pendas@yahoo.com

**ABSTRAK**

Anak sebagai generasi penerus merupakan aset bangsa yang harus diperhatikan. Mengingat betapa pentingnya masalah gizi, maka dilakukan pencegahan melalui media pendidikan. Melalui penelitian ini yaitu penerapan program pendidikan gizi untuk meningkatkan pengetahuan gizi guru dan aplikasi pendidikan gizi untuk anak usia dini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan gizi guru, sehingga guru dapat mengaplikasikan pendidikan gizi untuk anak usia dini dengan menerapkan program pendidikan gizi berupa diklat dan pelatihan gizi bagi guru-guru Pendidikan Anak Usia Dini. Model penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Quasi Eksperimen, dengan berbentuk *Non Equivalent Control Group Design*. Gambaran secara umum pendidikan anak usia dini baru terbatas pada pembiasaan makan selingan pada bekal makanan anak, mewarnai gambar buah-buahan. Pendidikan gizi yang diberikan anak belum meluas pada area pembelajaran lainnya. Hasil *pretest* yang dilakukan terhadap pengetahuan gizi guru, untuk kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang hampir sama yaitu berturut-turut rata-rata sebesar 20,49 dan rata-rata 20,41. Setelah dilakukan program pada kedua kelompok, yakni kelompok eksperimen menggunakan program pendidikan gizi, dan kelompok kontrol menggunakan program konvensional, dilakukan *posttest* dan untuk kelompok eksperimen diperoleh nilai rata-rata sebesar 29,13 dengan standar deviasi 1,22. Sedangkan untuk hasil *posttest* kelompok kontrol diperoleh nilai rata-rata Pengetahuan Gizi Guru sebesar 25,10 dengan standar deviasi 2,29. Artinya program pendidikan gizi dapat meningkatkan pengetahuan gizi guru. Ini berarti terdapat perbedaan peningkatan Aplikasi Pendidikan Gizi guru yang signifikan antara guru memperoleh kegiatan dengan *program pendidikan gizi* dengan guru yang memperoleh program konvensional. Rata-rata peningkatan Aplikasi Pendidikan Gizi guru pada eksperimen yaitu 30,97 lebih besar dibandingkan kelompok kontrol sebesar 20,28, selisih perbedaan tersebut sebesar 10,69. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan Aplikasi Pendidikan Gizi guru yang memperoleh *program pendidikan gizi* lebih baik dibandingkan dengan guru yang memperoleh program konvensional.

**Kata Kunci :** Pengetahuan gizi, aplikasi gizi dan pendidikan anak usia

## PENDAHULUAN

Anak sebagai generasi penerus merupakan aset bangsa yang harus diperhatikan. Anak usia dini sedang berada dalam masa pertumbuhan yang membutuhkan stimulasi pertumbuhan dan perkembangan. Stimulasi pertumbuhan dan perkembangan hendaknya disesuaikan dengan tahap perkembangan anak. Guru anak usia dini sebagai ujung tombak peletakkan dasar perkembangan anak ke arah pembentukan sikap, perilaku, pengetahuan, keterampilan dan kreativitas anak. Peningkatan pengetahuan dan kompetensi guru perlu terus diperhatikan.

Anak usia dini pada usia empat tahun sedang berada dalam tahap peletakkan sikap sebelum terbentuk sikap anak. Masa usia dini merupakan masa seseorang mulai berhadapan dengan tingkah laku, sikap dan nilai sosial yang ada di lingkungannya (Vygotsky dalam Natsiopoulou et.al., 2007). Pada masa ini, merupakan masa potensial untuk menanamkan nilai-nilai sehingga menjadi bibit kebiasaan yang jika terus-menerus mengalami pembiasaan akan menetap seiring dengan usia anak.

Masalah gizi masih merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama di Indonesia. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 sebanyak 13,9 persen anak di Indonesia mengalami gizi kurang sedangkan yang mengalami gizi buruk sebanyak 5,7 persen. Jumlah anak dengan gizi buruk meningkat dibandingkan tahun 2010 yaitu 4,9 persen. Sedangkan jumlah anak dengan gizi kurang menurun yaitu 13,0 persen ([www.health.detik.com](http://www.health.detik.com)). Indonesia termasuk diantara 36 negara di dunia yang memberi 90% kontribusi masalah gizi dunia dan menduduki peringkat kelima dalam status gizi buruk (Natalia, dkk, 2013).

Masalah ini perlu mendapat perhatian dari berbagai pihak. Media pendidikan dipercaya sebagai sarana efektif untuk membantu mengatasi permasalahan ini.

Ujung pangkal permasalahan gizi bermula dari kebiasaan yang tidak sehat yang tertanam sejak kecil. Dengan upaya perbaikan kebiasaan tidak sehat menjadi kebiasaan sehat yang dimulai sejak usia dini diharapkan menjadi bibit-bibit perilaku sehat yang akan menetap hingga dewasa.

Pendidikan gizi merupakan upaya preventif dalam menghadapi berbagai masalah terkait gizi. Menurut Adriyana (2013), Peru berhasil menurunkan angka kejadian stunting-nya selama tiga tahun (2000-2004) dari 54% menjadi 37% melalui media pendidikan gizi, sedangkan Amerika Serikat berhasil menekan angka kejadian obesitas selama 10 tahun terakhir dan mampu menekan biaya kesehatan yang diakibatkan obesitas hingga 12 triliun rupiah melalui pendidikan gizi salah satunya program makan di sekolah (*School Meal Programe*).

Kekurangan zat gizi tertentu atau malnutrisi dapat berpengaruh terhadap keterlambatan perkembangan intelektual. Hal ini merupakan hasil penelitian Brown dan Pollit 1996 (dalam Nurlinda, 2013 : 2). Dalam teori sebelumnya, Brown dan Pollit menemukan bahwa malnutrisi akan berakibat pada kerusakan otak yang akhirnya mengakibatkan keterlambatan perkembangan intelektual.

Rumusan penelitian ini dilakukan untuk mendapatkan jawaban dan bukti empirik yang akan diajukan sebagai rumusan masalah penelitian yang dijabarkan dalam beberapa pertanyaan penelitian berikut: Bagaimana gambaran secara umum pengetahuan dan pendidikan gizi pada pendidikan anak usia dini di Bandung Barat dan Kota Cimahi dan program peningkatan pengetahuan gizi guru dan aplikasi pendidikan gizi pada anak usia dini di Bandung Barat?

Bagaimana peningkatan pengetahuan gizi guru dan aplikasi pendidikan gizi pada anak usia dini setelah penerapan program?

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan gizi guru dan aplikasi pendidikan gizi untuk anak usia dini sehingga guru dapat mengaplikasikan pendidikan gizi untuk anak usia dini dengan menerapkan program pendidikan gizi berupa diklat dan pelatihan gizi bagi guru-guru Pendidikan Anak Usia Dini.

Manfaat dari penelitian membantu memperkaya dan mengembangkan khasanah teori mengenai pengetahuan gizi dan praktek pendidikan gizi yang mendukung kepada kompetensi guru PAUD secara tepat dan benar dalam mengembangkan kecerdasan anak usia dini dan dapat dijadikan model untuk mengembangkan program pembelajaran Pendidikan Anak Usia Dini dengan mempraktekan berbagai pengetahuan gizi dan aplikasi pendidikan gizi guru anak usia dini melalui diklat guru-guru anak Usia Dini serta membantu memperbaiki sistem pembelajaran pada Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) khususnya metode pembelajaran dan penyusunan instrumen penilaian yang tepat dengan melibatkan guru PAUD secara aktif.

## METODE PENELITIAN

Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode quasi eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Menggunakan metode quasi eksperimen karena penelitian ini merupakan kegiatan sehari-hari dalam proses belajar mengajar yang tidak mungkin untuk mengontrol semua variable yang mempengaruhi variable bebas dan terikat secara ketat.

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif yakni digunakan uji statistika yang disebut Uji beda rata-rata Menghitung skor pretes sebelum diberi perlakuan dan dengan maksud untuk mengetahui keadaan awal apakah ada perbedaan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Hasil pretes yang baik bila nilai kelompok eksperimen tidak

berbeda secara signifikan dengan kelompok kontrol.

Proses perbandingan tergantung kepada kelompok pembanding tak setara yang berbeda banyak hal dan bukan karena adanya perlakuan. Tugas peneliti dalam menafsirkan hasil rancangan eksperimen kuasi adalah memisahkan efek perlakuan dari efek yang disebabkan ketidaksetaraan awal diantara unit-unit di dalam masing-masing kelompok perlakuan. Perhatian utama penelitian hanya pada efek perlakuan. Untuk memperoleh pemisahan efek ini, peneliti harus menyatakan ancaman khusus terhadap validitas kesimpulan yang ditiadakan oleh penugasan acak dan peneliti harus berusaha memecahkan permasalahan ini. Eksperimen kuasi perlu secara eksplisit menyatakan faktor-faktor kausal tak relevan yang "tersembunyi" didalam *ceteris paribus* penugasan acak.

Pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengkaji pengetahuan gizi guru dan pendidikan gizi yang diterapkan pada anak usia dini. Kemudian dilakukan penerapan program pendidikan gizi berupa pelatihan terhadap guru yang selanjutnya dilakukan postes untuk mengukur perilaku gizi dan aplikasi pendidikan gizi untuk anak usia dini. Pada tataran teknis dilakukan langkah sebagai berikut: metode analisis deskriptif, dan metode quasi eksperimen.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan temuan gambaran umum Berdasarkan hasil studi pendahuluan terhadap beberapa TK yang ada di Bandung Barat sebagai kelas eksperimen dan beberapa TK yang ada di Cimahi sebagai kelas kontrol, diperoleh hasil bahwa pendidikan gizi pada anak usia dini baru terbatas pada pembiasaan makan selingan pada bekal makanan anak, mewarnai gambar buah-buahan. Pendidikan gizi yang diberikan anak belum meluas pada area pembeajaran lainnya untuk mengenalkan

anak anekaragam sumber makanan yang mengandung zat gizi tertentu, mengenalkan anak beragam sumber makanan, serta membangun kebiasaan anak untuk mau mengkonsumsi makanan sehat dan bergizi

Berdasarkan hasil pretes pengetahuan gizi guru kelompok kontrol dan kelompok eksperimen tidak terdapat perbedaan. Hal ini dapat diasumsikan bahwa pengetahuan awal guru tentang gizi pada kedua kelompok tersebut sama. Kemudian diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen berupa program pendidikan gizi. Setelah mendapatkan program pendidikan gizi pada kelompok eksperimen, dan pada kelompok kontrol tidak mendapat perlakuan, diperoleh hasil terjadi peningkatan pengetahuan gizi guru pada kelompok eksperimen. Dengan demikian program pendidikan gizi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan gizi guru.

Berbagai pengetahuan gizi ini dirangkum dalam sebuah program pendidikan gizi yang kemudian dijadikan perlakuan pada kelompok eksperimen penelitian ini. Program pendidikan gizi dirancang untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan mengubah perilaku menjadi sadar gizi. dengan beberapa tahapan yang mengacu pada pendapat Contento (2011, hlm 143), tahapan merancang program pendidikan gizi adalah 1) menganalisis isu dan sasaran, 2) mengidentifikasi mediator yang potensial untuk perubahan perilaku, 3) memilih teori untuk mencapai tujuan, 4) menetapkan tujuan pembelajaran, 5) mendesain strategi dan aktivitas berbasis teori, dan 6) mendesain outcome, memilih alat untuk mengukur dampak dan evaluasi proses.

Analisis isu dan sasaran program dilakukan ketika penelitian pendahuluan berupa observasi ke beberapa TK di Bandung Barat dan Kota Cimahi. Isu dan sasaran program yaitu bahwa pendidikan gizi yang diterapkan guru pada anak usia dini belum

meluas dan hanya terbatas pada bekal makanan selingan anak dan pembelajaran yang hanya terbatas pada mewarnai gambar buah-buahan. Hal ini kemungkinan besar disebabkan karena pengetahuan gizi guru yang terbatas. Oleh karena itu sasaran program adalah meningkatkan pengetahuan gizi guru.

Tahapan kedua dalam merancang program adalah mengidentifikasi mediator yang potensial untuk perubahan perilaku. Mediator potensial untuk perubahan perilaku pada program ini adalah pengetahuan gizi guru. Tahapan ketiga adalah memilih teori untuk mencapai tujuan. Teori yang dipilih dalam program ini adalah *Health Believe Model* merupakan model psikososial yang ditujukan pada sikap dan kepercayaan. Kecenderungan seseorang untuk mengambil tindakan didasarkan pada interaksi antara lain: Kerentanan yang dirasakan terhadap permasalahan, keseriusan konsekuensi permasalahan, manfaat tindakan yang dirasakan dan kendala yang dirasakan dalam melakukan tindakan (Gibney et al., 2005: 151-152).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan Terdapat perbedaan peningkatan Aplikasi Pendidikan Gizi guru yang signifikan antara guru memperoleh kegiatan dengan *program pendidikan gizi* dengan guru yang memperoleh program konvensional. Rata-rata peningkatan Aplikasi Pendidikan Gizi guru pada eksperimen yaitu 30,97 lebih besar dibandingkan kelompok kontrol sebesar 20,28, selisih perbedaan tersebut sebesar 10,69. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan Aplikasi Pendidikan Gizi guru yang memperoleh *program pendidikan gizi* lebih baik dibandingkan dengan guru yang memperoleh program konvensional.

Berdasarkan hasil pengolahan data Hasil *pretest* yang dilakukan terhadap pengetahuan gizi guru, untuk kelompok

kontrol dan kelompok eksperimen yang hampir sama yaitu berturut-turut rata-rata sebesar 20,49 dan rata-rata 20,41. Setelah dilakukan program pada kedua kelompok, yakni kelompok eksperimen menggunakan program pendidikan gizi, dan kelompok kontrol menggunakan program konvensional, dilakukan *posttest* dan untuk kelompok eksperimen diperoleh nilai rata-rata sebesar 29,13 dengan standar deviasi 1,22. Sedangkan untuk hasil *posttest* kelompok kontrol diperoleh nilai rata-rata Pengetahuan Gizi Guru sebesar 25,10 dengan standar deviasi 2,29. Artinya program pendidikan gizi dapat meningkatkan pengetahuan gizi guru

#### DAFTAR PUSTAKA

- Barasi, M. E. (2009). *At a Glance. Ilmu Gizi*. Terjemahan. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Byrd-Bredbenner, C, et al., 2013. *Wardlaw's Perspective in Nutrition. 9<sup>th</sup> Edition*. New York: Mc Graw Hill.
- Camber. J. 2012. *Nutrition Education for Early Childhood*. Madison: Wisconsin Department of Public Instruction. [Online]. Available at: <http://dpi.wi.gov/fns/index.html>. [Januari, 2014].
- Contento, I.R. 2011. *Nutrition Education. Linking Research, Theory and Practice. 2<sup>nd</sup> Edition*. London: Jones and Barlett Publishers, LLD.
- Danim, S., Khairil. (2010). *Pedagogi, Andragogi dan Heutagogi*. Bandung : Penerbit Alfabeta.
- Gibney, M.J., Margetts, B.M., Kearney, J.M., dan Arab, L. (2009). *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Terjemahan. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran.
- McQuillan, M. K. dan G. A. Coleman. (2010). *Action Guide for Child Care Nutrition and Physical Activity Policies. Best Practices for Creating a Healthy Child Care Environment*. Middletown : Connecticut State Department of Education. [http://www.sde.ct.gov/sde/lib/sde/PDF/DEPS/Student/NutritionEd/CCAG\\_Section6.pdf](http://www.sde.ct.gov/sde/lib/sde/PDF/DEPS/Student/NutritionEd/CCAG_Section6.pdf)
- Notoatmodjo. 2010. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Prastiti, W. D. (2008). *Psikologi Anak Usia Dini*. Jakarta : PT Indeks.
- Santoso, S. dan Ranti, A. L. (2009). *Kesehatan dan Gizi*. Jakarta : PT Rineka Cipta dan PT Bina Adiaksara.
- Santrock, J.W. (2008). *Psikologi Pendidikan*. Edisi kedua. Terjemahan. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sediaoetama. A. D. 1996. *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi*. Jilid I. Jakarta: Dian Rakyat.
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Soekirman. (2000). *Ilmu Gizi dan Aplikasinya untuk Keluarga dan Masyarakat*. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Departemen Pendidikan Nasional.
- Syafiq, A., et al. (2010). *Gizi dan Kesehatan masyarakat*. Departemen Gizi dan Kesehatan masyarakat. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Indonesia. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Suhardjo. 2003. *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Pusat Antar Universitas-Pangan dan Gizi, Institut Pertanian Bogor. Jakarta : Penerbit Bumi Aksara.