

Faktor-Faktor yang mempengaruhi Pemenuhan Gizi pada Anak Usia Pra Sekolah

by Suci Anggraeni

Submission date: 25-Oct-2023 01:53PM (UTC+0700)

Submission ID: 2206677048

File name: or-FaktoryangmempengaruhiPemenuhanGizipadaAnakUsiaPraSekolah.pdf (248.3K)

Word count: 2695

Character count: 16537

Faktor-Faktor yang mempengaruhi Pemenuhan Gizi pada Anak Usia Pra Sekolah

Suci Anggraeni^{1*}, Sesi Fitriwati Smanaob²

^{1,2} Department of Nursing, Institut Ilmu Kesehatan STRADA Indonesia, Kediri, Indonesia

Corresponding author: Suci Anggraeni (suci.anggraeni@gmail.com)

ABSTRAK

Status gizi merupakan salah satu faktor yang berpengaruh pada kualitas sumber daya manusia (SDM), terutama yang terkait dengan kecerdasan, produktifitas dan kreatifitas. Ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi status gizi diantaranya status social orang tua, pekerjaan orang tua, pendidikan orang tua, dan juga pemilihan makanan pada anak. Hal tersebut dapat mempengaruhi perkembangan gizi pada anak. Tujuan dari penulisan ini adalah untuk factor-faktor yang mempengaruhi pemenuhan gizi pada anak. Desain penelitian menggunakan Literatur Review dari beberapa artikel jurnal penelitian yang dipublikasi pada basis Kesehatan, adapun basis data kesehatan yang digunakan antara lain: Google Scholar, dan Pubmed dengan rentang waktu tahun 2012 sampai dengan tahun 2020 dengan hasil pencarian sebanyak 7 jurnal. Hasil penulisan ini menunjukkan bahwa ada beberapa factor yang mempengaruhi pemenuhan gizi pada anak. Diantaranya peran orang tua dan juga perilaku orang tua dengan masing-masing p-value 0,000, bahwa ada hubungan yang bermakna antara perilaku orang tua dan peran orang tua terhadap pemenuhan gizi pada anak. Dimana ketika gizi pada anak tidak terpenuhi maka pasti perilaku orang tua dan juga peran orang tua yang paling menjadi sorotan. Sehingga orang tua selaku pemebri peran seharusnya memiliki peran dan perilaku yang baik dalam memenuhi gizi pada anak.

Kata kunci: anak, gizi, pra sekolah

Received September 3, 2022; Revised October 5, 2022; Accepted November 2, 2022



Journal Of Health Science Community is licensed under the Creative Commons Attribution-ShareAlike license. Visit <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/> for more details.

PENDAHULUAN

Status gizi merupakan salah satu faktor yang berpengaruh pada kualitas sumber daya manusia (SDM), terutama yang terkait dengan kecerdasan, produktifitas dan kreatifitas. Salah satu periode penting dalam tumbuh kembang anak adalah masa anak usia pra sekolah yaitu usia 4 sampai 6 tahun. Pada masa tersebut anak perlu memperoleh asupan gizi dari makanan sehari-hari dalam jumlah yang tepat dan kualitas yang baik. Ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi status gizi diantaranya status social orang tua, pekerjaan orang tua, pendidikan orang tua, dan juga pemilihan makanan pada anak (Adriani, Wirjatmadi, 2012) dalam (2).

Penelitian oleh *The Gateshead Millennium Baby Study* (Waugh dkk, 2016) di Inggris 20% orang tua melaporkan anaknya mengalami masalah makan dengan prevalensi tertinggi anaknya hanya mau makan makanan tertentu. Studi di lain mengungkapkkan 6% anak mengalami kesulitan makan, kemudian meningkat 25- 40% pada saat fase akhir pertumbuhan. Survei lain di Amerika Serikat menyebutkan 19-50% orang tua mengeluhkan anaknya sangat pemilih dalam makan sehingga terjadi defisiensi zat gizi tertentu. Kesulitan makan pada anak dengan terjadi pada 25-40% anak-anak. Menurut Judarwanto (2018), di

Indonesia, sulit makan pada anak yang terjadi berdasarkan penelitian yang dilakukan di Jakarta terhadap anak prasekolah, didapatkan hasil prevalensi kesulitan makan sebesar 33,6%, dan 44,5% diantaranya menderita malnutrisi ringan sampai dengan 79,2 %, dari subjek penelitian telah mengalami kesulitan makan lebih dari 3 bulan. Di Propinsi Jawa Timur tahun 2018 diketahui terdapat 2,4 juta balita dan 15 % diantaranya mengalami masalah sulit makan.

Sedangkan menurut Novi (2015), faktor lain penyebab anak malas makan atau sulit makan adalah faktor fisik, faktor kebiasaan, tipologi (karakter) anak, dan menu yang tidak variatif. Pola asuh merupakan cara orang tua mendidik, membimbing, mendisiplinkan serta melindungi anak untuk mencapai kedewasaan sesuai norma-norma dalam masyarakat, mencukupi kebutuhan makan, mendorong keberhasilan maupun mensosialisasi. Pola asuh sangat penting dalam tumbuh kembang anak dalam psikologis anak, kemampuan bersosialisasi anak, kemandirian anak, serta perilaku sulit makan pada anak. Selain itu sikap ibu dapat membentuk karakter anak menjadi sulit makan, diantaranya adalah cara menyiapkan makanan, cara memberikan anak makan, menenangkan anak dengan memberikan makanan ringan, memaksa anak untuk makan, terlambat memberikan makanan padat, dan ibu tidak membiasakan anak makan tepat waktu (Nafarlatilawati, 2014) dalam (3). Peran orang tua sangat dibutuhkan dalam menjaga kualitas dan kuantitas nutrisi anaknya. Kualitas nutrisi dapat dinilai dari cara pemilihan pengolahan dan pendistribusian, teknik pengolahan makanan, jenis makanan, jumlah makanan, memberikan makanan dan pemenuhan gizi pada anaknya. Pada anak-anak, proses ini sering terlupakan sehingga mengakibatkan pertumbuhan dan perkembangan anak tidak maksimal yang berakibat pada penurunan cakupan status gizi pada anak balita, tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dan kurangnya kemampuan untuk menerapkan dalam kehidupan sehari-hari (Harinda, 2012) (4).

Perilaku orang tua yang kurang baik akan menyebabkan anak mengalami gangguan perilaku makan. Masalah perilaku makan yang timbul dapat bervariasi dari kesulitan makan, memilih makanan tertentu, membatasi jumlah asupan makanan, makan berlebihan, sampai terjadinya gangguan makanan yang berdampak pada gangguan pertumbuhan dan perkembangan. Beberapa masalah makan yang sering muncul antara lain: rewel, muntah, tertalu memilih, fobia makan, makan lambat, dan penolakan makanan (Marmi, 2013). Beberapa hal diatas dapat menimbulkan gangguan pemenuhan gizi pada anak.

Sehingga solusi yang baik sangat dibutuhkan dalam pemenuhan gizi pada anak dalam hal ini status gizi pada anak usia pra sekolah, yaitu dengan memenuhi status gizi dengan makanan yang sehat, bersih dan berguna bagi pertumbuhan anak usia pra sekolah, selain itu bantuan dari tenaga kesehatan ataupun pemerintah sangat dibutuhkan ketika yang memiliki perilaku yang baik dalam pemeliharaan makanan pada anak.

METODE

Desain penelitian menggunakan Literatur Review dari beberapa artikel jurnal penelitian yang dipublikasi pada basis Kesehatan, adapun basis data kesehatan yang digunakan antara lain: Google Scholar, dan Pubmed dengan rentang waktu tahun 2012 sampai dengan tahun 2020 dengan hasil pencarian sebanyak 7 jurnal.

HASIL

Peran Orang Tua

Penelitian yang dilakukan oleh Dra. Samsiar Rival, S.Pd, M.Pd (2017), tentang Peran Orang Tua Dalam Upaya Pemenuhan Gizi Seimbang Anak Usia 0-5 Tahun di SPS Posyandu Idhata Desa Titidu Kecamatan Kwandang Kabupaten Gorontalo Utara, didapatkan bahwa Berdasarkan hasil wawancara, menunjukkan bahwa secara umum peran orang tua terhadap gizi seimbang anak di SPS Posyandu Idhata Desa Titidu Kecamatan Kwandang Kabupaten

Gorontalo Utara kurang optimal.

Penelitian yang dilakukan oleh Yuyu U. Hasan (2019), tentang Peran Orang Tua Dalam Upaya Pemenuhan Gizi Seimbang Anak Usia 0-5 Tahun di SPS Posyandu Idhata Desa Titidu Kecamatan Kwandang Kabupaten Gorontalo Utara didapatkan bahwa Berdasarkan hasil wawancara, menunjukkan bahwa secara umum peran orang tua terhadap gizi seimbang anak di SPS Posyandu Idhata Desa Titidu Kecamatan Kwandang Kabupaten Gorontalo Utara kurang optimal.

Dari beberapa hasil penelitian diatas dapat dilihat bahwa orang tua sangat berperan terhadap pemenuhan gizi pada anak. Dimana orang tua memiliki kepedulian terhadap anaknya terutama dalam memenuhi kebutuhan anak yang penting dalam menunjang gizi dan perkembangan serta menjadikan anak dapat hidup secara sehat. Dari aspek peran orang tua dalam mengarahkan anak menunjukkan bahwa orang tua perlu memahami apa yang dimaksud dengan pendidikan anak dan tujuannya, banyak menggali informasi tentang pendidikan anak, dan memahami kiat mendidik anak secara praktis. Dengan demikian setiap gejala dalam tahap-tahap pertumbuhan anak dapat ditanggapi dengan cepat.

Perilaku Orang Tua

Penelitian yang dilakukan oleh *nyai Rachmawati Setyamingstih, Nur Agustini (2014, tentang Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu dalam Pemenuhan Gizi Balita: Sebuah Survei*, didapatkan bahwa sebanyak 75,9% ibu berpengetahuan cukup, 57,1% ibu memiliki sikap yang cukup baik, serta 71,4% ibu berperilaku baik dalam pemenuhan gizi balita. Hasil penelitian ini menunjukkan kondisi yang positif tetapi perlu diteliti lebih mendalam lagi sehingga permasalahan utama berkaitan dengan gizi balita dapat diidentifikasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Al Syafarino, Lilla Maria, Rahmawati Maulidia (2019), tentang Hubungan Perilaku Orang Tua Dalam Pemilihan Makanan Bergizi Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Pra Sekolah, didapatkan bahwa Hasil uji *spearmen rank* didapatkan nilai $p = (0,000) < (0,05)$. Disimpulkan bahwa ada hubungan perilaku orang tua dalam pemilihan makanan bergizi dengan status gizi pada anak usia pra sekolah di TK ABA 06 Mergosono, Kendungkandang, Kota Malang.

Penelitian yang dilakukan oleh maria fransiska atriama nyanyi (2019), Tentang pola asuh ibu yang mempengaruhi perilaku sulit makan pada anak prasekolah (4-6 tahun), didapatkan bahwa Hasil uji *chi square* didapatkan $p\ value = (0,000) < (0,050)$ sehingga H1 diterima, artinya ada pengaruh pola asuh ibu dengan perilaku sulit makan pada anak prasekolah (4-6 tahun) di RA Pesantren Almadaniyah Landungsari Kecamatan Dau Kabupaten Malang.

PEMBAHASAN

Hasil Penelitian yang dilakukan oleh Dra. Samsiar Rival, S.Pd, M.Pd (2017), tentang Peran Orang Tua Dalam Upaya Pemenuhan Gizi Seimbang Anak Usia 0-5 Tahun di SPS Posyandu Idhata Desa Titidu Kecamatan Kwandang Kabupaten Gorontalo Utara, didapatkan bahwa Berdasarkan hasil wawancara, menunjukkan bahwa secara umum peran orang tua terhadap gizi seimbang anak di SPS Posyandu Idhata Desa Titidu Kecamatan Kwandang Kabupaten Gorontalo Utara kurang optimal.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Yuyu U. Hasan (2019), tentang Peran Orang Tua Dalam Upaya Pemenuhan Gizi Seimbang Anak Usia 0-5 Tahun di SPS Posyandu Idhata Desa Titidu Kecamatan Kwandang Kabupaten Gorontalo Utara didapatkan bahwa Berdasarkan hasil wawancara, menunjukkan bahwa secara umum peran orang tua terhadap gizi seimbang anak di SPS Posyandu Idhata Desa Titidu Kecamatan Kwandang Kabupaten Gorontalo Utara kurang optimal. Dari aspek peran orang tua dalam mengarahkan anak menunjukkan bahwa orang tua yang perlu memahami apa yang dimaksud dengan pendidikan anak dan tujuannya, banyak menggali informasi tentang pendidikan anak, dan memahami

kuat mendidik anak secara praktis. Dengan demikian setiap gejala dalam tahap-tahap pertumbuhan anak dapat ditanggapi dengan cepat.

Lestari (2015) menerangkan bahwa Orang tua yaitu terdiri dari ayah dan ibu. Orang tua memiliki peran penting dalam membimbing dan mendampingi anak-anaknya baik dalam pendidikan formal maupun non-formal. Peran orang tua itu sendiri dapat mempengaruhi perkembangan anak dalam aspek kognitif, efektif, dan psikomotor. Menurut Lestari (2012) "peran orang tua merupakan cara yang digunakan oleh orang tua berkaitan dengan pandangan mengenai tugas yang harus dijalankan dalam mengasuh anak". Hadi (2016) menyatakan bahwa "orang tua memiliki kewajiban dan tanggung jawab untuk mengasuh, memelihara, mendidik, dan melindungi anak".

Sedangkan menurut Novi (2015), berpendapat bahwa Pola asuh merupakan cara orang tua mendidik, membimbing, mendisiplinkan serta melindungi anak untuk mencapai kedewasaan sesuai norma-norma dalam masyarakat, mencukupi kebutuhan makan, mendorong keberhasilan maupun mensosialisasi. Pola asuh sangat penting dalam tumbuh kembang anak dalam psikologis anak, kemampuan bersosialisasi anak, kemandirian anak, serta perilaku sulit makan pada anak. Selain itu sikap ibu dapat membentuk karakter anak menjadi sulit makan, diantaranya adalah cara menyiapkan makanan, cara memberikan anak makan, menenangkan anak dengan memberikan makanan ringan, memaksa anak untuk makan, terlambat memberikan makanan padat, dan ibu tidak membiasakan anak makan tepat waktu.

Dari pendapat diatas dapat dilihat bahwa pola asuh/peran orang tua sangat berpengaruh terhadap status gizi pada anak. Penelitian diatas menunjukkan bahwa peran orang tua sangat berdampak dikarenakan orang tua dapat melakukan kewajiban untuk memberikan gizi yang sehat pada anak sehingga ketika dengan asupan gizi yang cukup maka kebutuhan gizi anak dapat terpenuhi dimana orang tua mendapatkan informasi, pendidikan, dan juga pengetahuan yang baik tentang pemenuhan gizi pada anak. Untuk itu sebagai orang tua sangat penting peran dalam pemenuhan gizi pada anak.

Hasil Penelitian yang dilakukan oleh Al Syafarudin, Lilla Maria, Rahmawati Maulidia (2019), tentang Hubungan Perilaku Orang Tua Dalam Pemilihan Makanan Bergizi Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Pra Sekolah, didapatkan bahwa Hasil uji *pearson rank* didapatkan nilai $p = (0,000) < (0,05)$. Disimpulkan bahwa ada hubungan perilaku orang tua dalam pemilihan makanan bergizi dengan status gizi pada anak usia pra sekolah di TK ABA 06 Mergosono, Kendungkandang Kota Malang.

Penelitian senada yang dilakukan oleh soleh *may Rachmawati Setyaningsih, Nur Agustini (2014, tentang* Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu dalam Pemenuhan Gizi Balita: Sebuah Survei, didapatkan bahwa sebanyak 75,9% ibu berpengetahuan cukup, 57,1% ibu memiliki sikap yang cukup baik, serta 71,4% ibu berperilaku baik dalam pemenuhan gizi balita. Hasil penelitian ini menunjukkan kondisi yang positif tetapi perlu diteliti lebih mendalam lagi sehingga permasalahan utama berkaitan dengan gizi balita dapat diidentifikasi.

Marni (2013) berpendapat bahwa Perilaku orang tua juga sangat berperan penting dalam pemenuhan gizi pada anak. Perilaku orang tua yang kurang baik akan menyebabkan anak mengalami gangguan perilaku makan. Masalah perilaku makan yang timbul dapat bervariasi dari kesulitan makan, memilih makanan tertentu, membatasi jumlah asupan makanan, makan berlebihan, sampai terjadinya gangguan makanan yang berdampak pada gangguan pertumbuhan dan perkembangan. Beberapa masalah makan yang sering muncul antara lain: rewel, muntah, terlalu memilih, tobia makan, makan lambat, dan penolakan makanan. Beberapa hal diatas dapat menimbulkan gangguan pemenuhan gizi pada anak.

Makanan sehari-hari yang dipilih dengan baik akan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Sebaliknya, bila makanan tidak dipilih dengan baik,

tubuh akan mengalami kekurangan zat-zat gizi esensial tertentu. Zat-zat gizi yang dapat memberikan energi adalah karbohidrat, lemak dan protein. Oksidasi zat-zat gizi ini menghasilkan energi yang diperlukan tubuh untuk melakukan aktivitas (Almatsier,2002). Sehingga dibutuhkan perilaku yang efektif dari orang tua dalam memberikan kebutuhan gizi pada anak.

Dari penulisan diatas dapat dilihat bahwa perilaku orang tua sangat berperan penting dalam pemenuhan gizi pada anak usia pra sekolah. Perilaku orang tua yang tidak baik dapat membuat anak mengalami gangguan pola makan ketika anak ingin mendapatkan makanan yang memiliki gizi seimbang maka orang tua seharusnya dapat menyiapkan dengan baik tetapi orang tua yang tidak peduli dengan gizi seimbang pada anak maka akan mempengaruhi pemenuhan gizi pada anak.

KESIMPULAN

Berdasarkan penulisan diatas dapat disimpulkan bahwa ada beberapa factor yang memiliki peran penting dalam pemenuhan gizi pada anak usia pra sekolah. Masing masing factor tersebut adalah peran orang tua dan juga perilaku orang tua. Dimana peran orang tua dan perilaku orang tua sangat memiliki dampak yang signifikan dalam pemenuhan gizi seimbang terhadap anak. Ketika gizi pada anak tidak terpenuhi maka pasti perilaku orang tua dan juga peran orang tua yang paling menjadi sorotan. Sehingga orang tua seharusnya memiliki peran dan perilaku yang baik dalam memenuhi gizi pada anak.

REFERENSI

- Adriani dan Wirjatmadi. 2012. Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan. Kencana. Jakarta.
- Asuti FD, Sulistyowati TP. Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu Dan Tingkat Pendapatan.
- Astarani K. Peran Ibu Dalam Pemenuhan Kebutuhan Dasar Anak Terhadap Perkembangan Anak Usia Prasekolah Ayu Thabita Agustus Werdiningsih, Kili Astarani. *J STIKES*. 2012;5(1):82-98.
- Welsh CL. Hand-transmitted vibration. *Vasc Med Rev*. 1994;5(2):121-8.
- Evans S, Daly A, Wildgoose J, Cochrane B, Ashmore C, Kearney S, et al. Mealtime anxiety and coping behaviour in parents and children during weaning in PKU: A unsecontrol study. *Nutrients*. 2019;11(12):1-13.
- Gunarsa, S.D. (2009). Dari Anak Sampai Usia Lanjut: Banga Rampa Psikologi Perkembangan. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Harinda, Lorraine (2012). Proporsi Dan Status Gizi Pada Anak Prasekolah Dengan Kesulitan Makan Di Semarang (Studi Kasus Di Kelurahan Tandang Dan Sendangguwo). Diakses dari <http://eprints.undip.ac.id/37573/1/> tanggal 20 Mei 2017.
- Hadi, Abdul. 2016. Nilai-nilai Pendidikan Keluarga dalam UU No.23 Tahun 2002 Tentang Perlindungan Anak. *An-Nisa*. (Online), IX (2) : 101-121, (<http://ejurnal.stainwatampone.ac.id/index.php/annisa/article/viewFile/189/183>) diakses 17 Agustus 2017.
- Judarwanto W. Perilaku Makan Anak Sekolah. Direktorat Bina Gizi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2011.
- Keluarga Dengan Status Gizi Anak Prasekolah Dan Sekolah Dasar Di Kecamatan Godenn. *J Keselut Masy (Journal Public Heal*. 2013;7.
- Kurniasari AD, Nurbayati F. Hubungan Antara Tingkat Pendidikan , Pekerjaan dan Pendapatan Orang Tua Dengan Status Gizi Pada Siswa SD Hangtuah 6 Surabaya. *J Pendidik Olahraga dan Kesehat*. 2017;05(02):163-70.
- Lestari, Sri. (2012). Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga. Jakarta: Kencana.

- I. Johnson. (2010). Buku Ajar Keperawatan Keluarga. Yogyakarta : Nuha medika Marmi.
2013. Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi. Yogyakarta : Pustaka Pelajar. Notoatmodjo, S. 2014. Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurufriani. (2013). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesulitan Makan Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di TK Perwanida Batu-Batu Kabupaten Soppeng. STIKES Nani Hasanuddin Makassar. <http://library.stikesnh.ac.id/>.
- Nyanyi MFA, Wahyuni TD, Swaidatul MA. Pola asuh ibu yang mempengaruhi perilaku sulit makan pada anak prasekolah (4-6 tahun). Nurs News (Meriden). 2019;4(1):1-10.
- Robson dan Waugh (ed) 2012. Patologi Pada Kehamilan Manajemen Dan Asuhan Kebidanan. Jakarta : EGC.
- Syafarinoo A, Maria L, Maulidia R. Hubungan Perilaku Orang Tua Dalam Pemilihan Makanan Bergizi Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Pra Sekolah. Prof Heal J. 2020;2(1):84-92.
- Tirtaraharja dan La Sulo. (2005). Pengantar Pendidikan, Jakarta: Rineka Cipta Werdiningsih ATA.

Faktor-Faktor yang mempengaruhi Pemenuhan Gizi pada Anak Usia Pra Sekolah

ORIGINALITY REPORT

16%

SIMILARITY INDEX

14%

INTERNET SOURCES

11%

PUBLICATIONS

4%

STUDENT PAPERS

MATCH ALL SOURCES (ONLY SELECTED SOURCE PRINTED)

2%

★ Yenny Safitri. "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perkembangan Bahasa Balita di UPTD Kesehatan Baserah Tahun 2016", Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 2017

Publication

Exclude quotes

Exclude bibliography

Exclude matches < 2%