
PERILAKU MAKAN DAN STATUS GIZI ANAK USIA PRA SEKOLAH DI DESA MANGKUNG KECAMATAN PRAYA BARAT LOMBOK TENGAH

Baiq Miftah Pathiyah¹, Abdul Salam², Susilo Wirawan³ dan I Ketut Swiryajaya⁴

¹Alumni Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Mataram, Indonesia

²⁻⁴Dosen Jurusan Gizi, PoltekkesKemenkes Mataram, Indonesia

Jalan Praburangkasari Dasan Cermen, Sandubaya Kota Mataram

Telp./Fax. (0370) 633837

Email: jurnalgiziprimal@gmail.com

Article Info

Article history:

Received January 3th, 2018

Revised February 4th, 2018

Accepted March 27th, 2018

Keyword:

Behavior of eating; nutritional status of pre-school age children

ABSTRACT

Background. *At the age of pre-school children entered the phase of negativistik i.e. children to refuse food offered, as a result of the child will behave deviate. This study to find out the description of the behaviour of pre-school age children eat in the village of Mangkung sub-district of Praya Barat.*

Research Methods. *Examination is a descriptive observational. This research was conducted in the village of Mangkung sub-district of Praya Barat by way of free variables and bound variables obtained through observation, measurement, recording and analysis of data.*

Research Result. *Results from the research conducted that could result with the behavior of feeding, nutritional status and consumption pre school aged children. Eating behavior level samples that belonged to good 27 people with persentage 40.9 good nutrient that is 61 status with persentage 92,4 people and levels of consumption of the protein that has the above protein samples adequacy of as many as 60 people (90.9) and the level of energy consumption samples that have energy above the adequacy of as many as 36 people (54.5).*

Conclusion. *Ari results research conducted that may be known to the behavior of eating and nutritional status of pre school age children in the village of Mangkung sub-district of Praya Barat central of Lombok.*

*Copyright © Jurnal Gizi Prima
All rights reserved.*

PENDAHULUAN

Pembangunan Nasional bertujuan untuk mewujudkan masyarakat Indonesia sehat dalam rangka mewujudkan kualitas sumber daya manusia yang sehat, cerdas, produktif dan mandiri, dimana upaya pencapaian kualitas sumber daya manusia tersebut dan status gizi masyarakat yang merupakan faktor penting dalam mewujudkan pembangunan nasional. Oleh karena itu, upaya pencapaian kualitas sumber daya harus dimulai sejak awal dan sedini mungkin, terutama pada usia pra sekolah (Moehji, 2005).

Salah satu upaya kesehatan adalah perbaikan gizi terutama di usia sekolah khususnya pada usia 7-12 tahun. Konsumsi makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin (Almatsier, 2001).

Anak pra sekolah adalah anak yang berusia tiga sampai lima tahun. Masa ini, terjadi pertumbuhan dan perkembangan biologis, psikososial, kognitif dan spiritual yang begitu signifikan. Pertumbuhan dan perkembangan anak usia prasekolah dipengaruhi oleh gizi, masalah tidur, kesehatan gigi, pencegahan cedera serta orang tua dalam merawat anak yang sakit (Whaley dan Wong, 2005). Anak usia pra sekolah merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah gizi terutama masalah kekurangan energi dan pada usia ini anak mulai mengalami gangguan perilaku makan, dimana anak cenderung menolak makanan yang ditawarkan (Khomsan, 2005).

Perilaku makan merupakan kebiasaan yang dilakukan anak usia pra sekolah yang berkaitan dengan konsumsi makanan dan mencakup seperti jenis makanan, jumlah, frekuensi mengkonsumsi makanan, distribusi makanan dalam keluarga dan cara memilih makanan. Kebiasaan makan juga berasal dari keluarga yang mengajarkan tentang cara perilaku makan yang baik. Selain itu, frekuensi makanan juga dipengaruhi oleh ketersediaan pangan, keadaan ekonomi, dan kepercayaan pribadi seorang terhadap makanan.

Suganda (2006) mengemukakan gizi adalah dimana masa pembangunan tubuh yang mempunyai pengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan, terutama pada tahun-tahun pertama kehidupan dimana anak sedang mengalami pertumbuhan yang sangat terutama pertumbuhan otak.

Status gizi (nutrition status) adalah tingkat keadaan gizi seseorang yang dinyatakan menurut jenis dan beratnya keadaan gizi dengan menggunakan variable. Status gizi merupakan salah satu bagian penting dari status kesehatan masyarakat oleh karena itu penilaian status gizi sangat penting. Penilaian tersebut dapat dipakai sehingga program masyarakat dan nasional dalam membantu masalah gizi dan mendukung kesehatan penduduk (Supriasa, 2005)..

METODE PENELITIAN

Pemeriksaan adalah observasional deskriptif. Penelitian ini dilakukan di desa Kecamatan Mangkung Praya Barat dengan cara variabel bebas dan variabel terikat diperoleh melalui observasi, pengukuran, pencatatan dan analisis data

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Sampel Berdasarkan Umur

Umur sampel dikelompokkan berdasarkan rata – rata umur sampel di Desa Mangkung Kecamatan Praya Barat sebagai berikut :

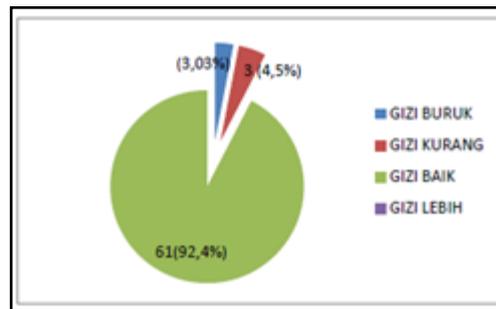
Tabel 1. Distribusi Sampel Berdasarkan Menurut Jenis Kelamin di Desa Mangkung Tahun 2015

No	Umur (Tahun)	n	%
1	Laki-Laki	25	37.8
2	Perempuan	41	62.1
Jumlah		66	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui sampel yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 25 sampel (37,8%) dan sampel berjenis kelamin perempuan sebanyak 41 sampel (62,1%).

Karakteristik Sampel Berdasarkan Status Gizi

Status Gizi sampel dikelompokkan berdasarkan BB/U sampel di Desa Mangkung Kecamatan Praya Barat dapat dilihat pada gambar 4 sebagai berikut:

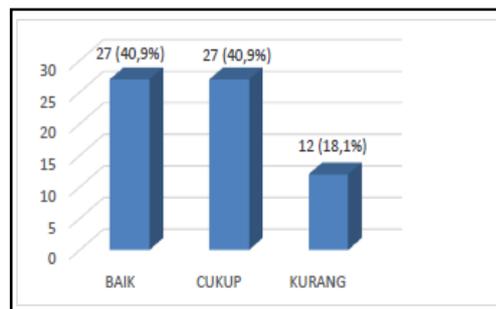


Gambar 1. Distribusi Sampel Berdasarkan Status Gizi Indeks Indeks Berat Badan Menurut Umur (BB/U) di Desa Mangkung Kecamatan Praya Barat Tahun 2015

Dari gambar 1 diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar sampel memiliki status gizi baik yaitu 61 orang (92,4%), status gizi kurang yaitu 3 orang (4,5%) dan status gizi buruk yaitu 2 orang (3,03%).

Karakteristik Sampel Berdasarkan Perilaku Makan Sampel

Adapun gambaran perilaku makan sampel berdasarkan tingkat perilaku responden 1 di Desa Mangkung Kecamatan Praya Barat dapat dilihat pada gambar 2 sebagai berikut :



Gambar 3. Gambaran Perilaku Makan Sampel Berdasarkan Tingkat Perilaku Responden

Berdasarkan gambar 3 dapat diketahui bahwa dari 66 responden yang memiliki tingkat perilaku sedang sebagian besar sampel yang berperilaku baik dan cukup yaitu sebanyak 27 anak (40,9%) sedangkan sampel yang berperilaku sedang yaitu sebanyak 12 anak (18,1%).

Karakteristik Sampel Berdasarkan Pendidikan Orang Tua dan Umur Responden

Tingkat pendidikan orang tua sampel dikelompokkan kedalam lima kategori yaitu perguruan tinggi, SMA, SMP, SD dan tidak sekolah. Adapun rata-rata tingkat pendidikan orang tua dan umur responden sampel di Desa Mangkung dapat dilihat pada tabel 2 sebagai berikut :

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pendidikan dan Umur Responden di Desa Mangkung Tahun 2015

No	Pekerjaan	n	%
1	Tidak Sekolah	3	4.6
2	SD	45	68.1
3	SMP	9	13.6
4	SMA	9	13.6
Jumlah		66	100
Umur Responden			
1	20-35 tahun	53	80.3
2	>35 tahun	13	19.6
Jumlah		66	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa sebagian besar tingkat pendidikan responden adalah SD sebanyak 45responden (68,1%), sedangkan tingkat SMP sebanyak (13,6%), SMA sebanyak (13,6%) dan responden

yang tidak sekolah sebanyak (4,6%). Dari tabel 2 juga dapat diketahui bahwa responden yang berusia 20-35 sebanyak (80,3%) sedangkan responden yang berusia > 35 tahun sebanyak (19,6 %).

Tingkat konsumsi (Energi dan Protein)

Dari hasil recall 2 x 24 jam dapat diketahui bahwa sebagian besar sampel memiliki energi diatas kecukupan sebanyak 36 orang dengan persentase (54,5%). Sampel dengan tingkat konsumsi diatas kecukupan ini disebabkan karena jenis dan jumlah makanan yang sudah terpenuhi sehingga dapat memenuhi kecukupan selama sehari, hal ini sesuai dengan pernyataan Muchtar (2011).



Gambar 4. Distribusi Tingkat Konsumsi Energi anak usia pra Sekolah di Desa Mangkung Kecamatan Praya Barat

Dari gambar 4 di atas dapat diketahui bahwa sampel yang memiliki energi diatas kecukupan sebanyak 36 orang (54,5%), normal 16 orang (24,2%), defisit tingkat ringan 6 orang (9,09%), defisit tingkat sedang 4 orang (6,06%) dan defisit tingkat berat 4 orang (6,06%).

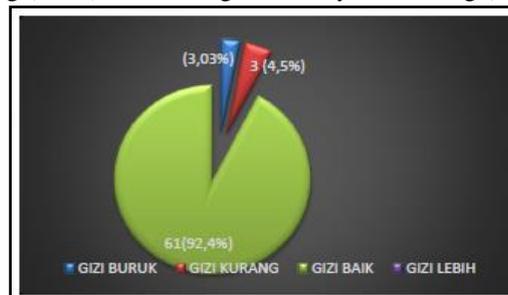


Gambar 5. Distribusi Tingkat Konsumsi Protein anak usia Pra sekolah di Desa Mangkung Kecamatan Praya Barat

Dari gambar 5 di atas dapat diketahui bahwa sampel yang memiliki protein diatas kecukupan sebanyak 60 orang (90,9%), normal 5 orang (7,57%), defisit tingkat ringan 1 orang (1,5%), defisit tingkat sedang dan tidak ada defisit tingkat berat pada anak usia pra sekolah.

Status Gizi

Pengukuran status gizi sampel dengan menggunakan indikator BB/U di Desa Mangkung Kecamatan Praya Barat Kecamatan diperoleh hasil sebagian besar sampel memiliki status gizi baik yaitu 61 orang (92,4%), status gizi kurang yaitu 3 orang (4,5%) dan status gizi buruk yaitu 2 orang (3,03%).



Gambar 6. Distribusi Sampel Berdasarkan Status Gizi Indeks Indeks Berat Badan Menurut Umur

Dari gambar 6 diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar sampel memiliki status gizi baik yaitu 61 orang (92,4%), status gizi kurang yaitu 3 orang (4,5%) dan status gizi buruk yaitu 2 orang (3,03%).

Status kesehatan seseorang merupakan faktor internal yang mempengaruhi prestasi belajar. Kurang gizi usia muda dapat berpengaruh terhadap perkembangan mental dengan kemampuan berpikir (Almatsier, 2010). Seseorang yang sehat dan mempunyai status gizi yang baik memiliki daya fikir dan aktivitas fisik yang baik sehingga hal ini akan mendukung prestasi dalam belajarnya (Kartasaputra, 2005 dalam Syatyawati, 2013).

PEMBAHASAN

Perilaku Makan Anak Usia Pra Sekolah

Pendidikan pra sekolah merupakan dasar bagi perkembangan sikap, pengetahuan, keterampilan, daya cipta dan penyesuaian dengan lingkungan sosialnya. Pendidikan pra sekolah adalah pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani anak didik di luar lingkungan keluarga sebelum memasuki pendidikan dasar yang diselenggarakan di jalur pendidikan sekolah atau jalur luar pendidikan sekolah. Berdasarkan hasil observasi dan recall, tingkat konsumsi energi sampel yang berada pada defisit tingkat berat dapat disebabkan oleh beberapa faktor antara lain :

Pembagian makanan yang tidak merata dimana porsi untuk anak lebih sedikit dibandingkan dengan porsi orang dewasa. Menurut Soetjningsih (2007) jumlah anak yang banyak dalam suatu keluarga akan mengakibatkan kurangnya kasih sayang dan perhatian ibu terutama dalam pemenuhan kebutuhan primer anak, yaitu kebutuhan makanan yang baik dan bergizi.

Pendidikan orang tua/pengasuh yang masih tergolong rendah dapat mempengaruhi tingkat konsumsi anak. Menurut Sediaoetama (2008), latar belakang pendidikan merupakan salah satu faktor penting yang menentukan kebutuhan zat gizi anak dimana responden yang berpendidikan cukup/baik akan lebih mempertimbangkan kebutuhan gizi anak.

Pendapatan keluarga dapat mempengaruhi status gizi anak dimana berdasarkan hasil dari wawancara sebagian besar pekerjaan ayah sebagai buruh dan kuli bangunan sehingga ketersediaan makanan yang bergizi sangat terbatas. Menurut Soetjningsih (2006), pendapatan keluarga yang memadai akan menunjang kebutuhan anak terutama dalam penyediaan makanan yang bergizi bagi anak.

Menurut Moehji (2006), apabila tingkat konsumsi makanan sumber energi terus-menerus berada dalam keadaan defisit tingkat berat dan berlangsung dalam waktu yang lama maka anak akan menderita kekurangan energi kronis sehingga dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak.

Status kesehatan seseorang merupakan faktor internal yang mempengaruhi prestasi belajar. Kurang gizi usia muda dapat berpengaruh terhadap perkembangan mental dengan kemampuan berpikir (Almatsier, 2010). Seseorang yang sehat dan mempunyai status gizi yang baik memiliki daya fikir dan aktivitas fisik yang baik sehingga hal ini akan mendukung prestasi dalam belajarnya (Kartasaputra, 2005 dalam Syatyawati, 2013).

Berdasarkan hasil observasi anak lebih menyukai lauk hewani hal ini terlihat pada perilaku makan anak yang lebih cenderung menghabiskan lauk sedangkan nasi dan sayur tidak dihabiskan dan berdasarkan hasil recall terlihat bahwa dalam susunan hidangan sehari lauk hewani sering muncul, tahu dan tempe juga terdapat pada susunan hidangan sampel dan susunan hidangan yang cukup mengandung protein baik dari segi kuantitas dan kualitas makanan. Tingkat konsumsi protein anak usia pra sekolah dapat diketahui bahwa sampel sebagian besar memiliki protein diatas kecukupan sebanyak 60 Orang dengan persentase (90,9%).

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan bahwa dapat diketahui hasil dengan perilaku makan, status gizi dan konsumsi anak usia pra sekolah. Tingkat perilaku makan sampel yang tergolong baik 27 orang dengan persentase 40,9%, status gizi baik yaitu 61 orang dengan persentase 92,4% dan tingkat konsumsi protein sampel yang memiliki protein diatas kecukupan sebanyak 60 orang (90,9%) dan tingkat konsumsi energi sampel yang memiliki energi diatas kecukupan sebanyak 36 orang (54,5%).

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, AC. 2012. Asuhan Gizi Nutritional Care Proses. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Ahmadi. 2008. Pengertian Prestasi Belajar. Tersedia dalam
- Al-Bana, AI.2012. Hubungan Konsumsi Energi Protein Sarapan Dengan Indeks Prestasi Di SDN 1 Kediri Lombok Barat.
- Arianto, Erwin. 2012. Kebutuhan Gizi dan Kecerdasan Anak.<http://www.erwin-buahhati.blogspot.com>.di unduh pada tanggal 26 juni 2015
- Arisman, Dkk, 2004. Gizi Dalam Daur Kehidupan. EGC :Jakarta.
- Adriani, M., Wirjatmadi, B., 2012. Pengantar Gizi Masyarakat. Cetakan ke-1. Jakarta: kencana Prenada Media Grup.
- Arisman MB. Gizi Dalam Daur Kehidupan. Edisi 2. Jakarta: EGC.2009
- Almatsier, sunita. 2003. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Depkes Departemen Kesehatan RI. 2001. Petunjuk Pelaksanaan Penetapan Indikator menuju Indonesia Sehat 2010. Jakarta : Departemen kesehatan RI
- Isdaryanti, C. 2007. Asupan Energi Protein, Status Gizi dan Prestasi Belajar Anak Usia Pra Sekolah Arjowinangun I Pacitan. Yogyakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.
- Kementrian Kesehatan RI.2014. Pedoman Gizi Seimbang. URL: Tersedia dalam <http://gizi.depkes.go.id/download/pedoman%20Gizi/PGS%20Ok.pdf>. Di akses pada tanggal 12 Oktober 2014
- Minatun, S.2011. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas IV Dan V MI Negeri 2 Cempaka Putih Ciputat Timur. Jakarta .Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Khomsan, Ali. 2006. Pangan dan Gizi untuk Kesehatan. Jakarta : PT Rajagrafindo Persada.
- Lestariningsih, Sri, Dkk. 2000. Gizi Prima Bayi dan Balita. Jakarta : PT Gaya Favorit Press.
- Moehji, Sjahmien. 20002. Ilmu Gizi. Jakarta : PT Bharata.
- Notoatmodjo, S. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. PT Rineka Cipta : Jakarta.
- Pamularsih, A. 2009. Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar pada Anak Usia Pra Sekolah Negeri 2 Sello Kecamatan Selo Kabupaten Boyolali. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Santoso, Soegeng, dkk. 2004. Kesehatan dan Gizi. Jakarta :Rineka Cipta.
- Sari, PN. 2010. Hubungan Status Gizi Dengan Tingkat Kecerdasan Intelektual (IQ) Pada Anak Usia Pra Sekolah Ditinjau Dari Status Sosial Ekonomi Orang Tua Dan Tingkat Pendidikan Ibu. Surakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.
- Sediaoetama, Achmad Djaeni. 1989. Ilmu Gizi. Jakarta :PT Dian Rakyat.
- Supriasa IDN, dkk. 2005. Penilaian Status Gizi. Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta.
- Supriasa, Bachyar Bakri dan Ibnu Fajar .2014 .Penilaian Status Gizi .EGC. Jakarta.