

HUBUNGAN POLA PEMBERIAN MAKAN DENGAN STATUS GIZI BALITA USIA 3 – 4 TAHUN DI PLAY GROUP IRSYADUS SALAM SUMBERSARI MEGALUH KABUPATEN JOMBANG

Muzayyaroh

Prodi. D-III Kebidanan FIK UNIPDU Jombang

e-mail : yarohmuzay83@gmail.com

Abstract

Objective: The incidence rate of nutritional deficiencies is a case rife in Indonesia, ranging from nutritional deficiencies and malnutrition below the red lines under 5 years of age (infants) are groups who are vulnerable to nutritional health problems. Among problems BGM (Down Red Lines) where weight is below the red line limit or less. **Methods:** The design is an analytic with cross sectional approach, the population in this study is a mother who has children aged 3-4 years in Play Group Irsyadus Salam Sumbersari Megaluh Jombang, as many as 40 respondents sampling is done by purposive sampling as many as 30 respondents. To determine the feeding patterns with questionnaires and nutritional status of children with a view KMS, to determine the relationship of two variables using the Spearman Correlation with SPSS 13 with a level of significance $\alpha = 0,05$.

Results: The better the feeding patterns of a toddler the better the nutritional status of children are, this is due to the consumption of food affect the nutritional status of a person, everyday foods that will either provide all the nutrients needed for the body, so if consumption of food a person good the nutritional status will be good too and vice versa. There is a relationship between feeding patterns and nutritional status of children aged 3-4 years in Play Group Irsyadus Salam Megaluh Jombang.

Keywords: Feeding Patterns, Nutritional Status.

1. PENDAHULUAN

Kecukupan gizi dan pangan merupakan salah satu faktor terpenting dalam mengembangkan kualitas sumber daya manusia, hal mana merupakan faktor kunci dalam keberhasilan pembangunan suatu bangsa. Dalam hal ini gizi ternyata sangat berpengaruh terhadap kecerdasan dan produktifitas kerja manusia. Agar perencanaan upaya peningkatan status gizi penduduk dapat dilakukan dengan baik, semua aspek yang berpengaruh perlu dipelajari, termasuk aspek pola pangan, sosio-budaya, dan pengaruh konsumsi makanan terhadap status gizi (Almatsier, 2009). Pola makan atau *food*

pattern adalah cara seseorang atau sekelompok orang memanfaatkan pangan yang tersedia sebagai reaksi terhadap tekanan ekonomi dan sosio-budaya yang dialaminya (Almatsier, 2009).

Zat gizi dari makanan merupakan sumber utama untuk memenuhi kebutuhan anak tumbuh kembang optimal sehingga dapat mencapai kesehatan yang paripurna, yaitu sehat fisik, sehat mental, dan sehat sosial (Auiana, 2011). Setiap harinya anak membutuhkan asupan gizi seimbang yang terdiri dari karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Asupan kandungan gizi tersebut dapat diperoleh dari makanan yang

dikonsumsi yang berguna untuk pertumbuhan otak (intelegensia) dan pertumbuhan fisik (Marimbi, 2010). Untuk mengetahui status gizi dan kesehatan anak secara menyeluruh dapat dilihat mulai dari penampilan umum (berat badan dan tinggi badan), tanda-tanda fisik, motorik, fungsional, emosi dan kognisi anak. Berdasarkan pengukuran antropometri maka anak yang sehat bertambah umur, bertambah berat, dan tinggi (Marimbi, 2010). Salah satu cara penilaian status gizi balita adalah dengan pengukuran antropometri yang menggunakan indeks berat badan menurut umur (BB/U) dan di kategorikan dalam “gizi lebih, gizi baik, gizi kurang, gizi buruk”.

Di Jawa Timur berdasarkan laporan kabupaten/kota, pada tahun 2010 diketahui dari hasil penimbangan pada 2.085.540 balita terdapat 1.476.097 balita (70,8%) yang naik berat badannya, dan 44.449 balita yang BGM (dinkes jatim, 2012). Dari data dinas kesehatan kabupaten jombang pada tahun 2011 diperoleh data balita timbang sebanyak 79.940 balita, yaitu 39.171 laki-laki dan 40.769 perempuan. Sementara itu, berdasarkan penimbangan balita yang dilakukan selama tahun 2011, diperoleh data balita dengan Gizi Lebih sebanyak 2.105 balita atau 2,63%, gizi baik 72.507 balita atau 90.70%, gizi kurang 5.293 balita atau 6,62%, dan gizi buruk sebanyak 35 balita atau 0,04% (Dinkes Jombang).

Konsumsi makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang, makanan

sehari-hari yang 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 gizi esensial adalah gizi yang harus didapatkan dari makanan. Bila konsumsi makanan seseorang baik maka status gizi akan baik, status gizi baik atau buruk dapat terjadi bila tubuh memperoleh cakupan gizi yang akan digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak. Status gizi kurang terjadi bila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat-zat gizi esensial. Status gizi lebih terjadi bila tubuh memperoleh zat-zat gizi dalam jumlah berlebihan (Almatsier, 2009).

Penanganan dalam upaya mencapai status gizi yang baik atau optimal dimulai dari penyediaan makanan yang cukup, karena zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh terkandung dari makanan yang kita konsumsi setiap hari, bila dibandingkan dengan studi pendahuluan yang telah dilakukan terdapat balita dengan status gizi BGM (Bawah Garis Merah) sebanyak 3 anak yang disebabkan kebanyakan dari faktor ibu yang kurang memperhatikan tentang asupan nutrisi yang harus diperoleh balita setiap harinya, mereka hanya memberikan makan setiap harinya bila balita mau makan dan membiarkannya bila balita malas asalkan anaknya sehat dan tidak sakit. Berdasarkan fenomena diatas, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian

apakah ada hubungan antara pola pemberian makan dengan perkembangan status gizi balita di Play Group Irsyadus Salam Sumpalsari Megaluh Jombang.

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan pendekatan “*Cross Sectional*”. Penelitian ini mengukur status gizi dan pola pemberian makan pada balita usia 3-4 tahun sebanyak 30 orang responden. Status gizi balita dilihat pada buku KMS sedangkan pola pemberian makan diukur dengan menyebarkan kuesioner. Penelitian ini dilakukan di di Play Group Irsyadus Salam Sumpalsari Megaluh Jombang.

3. HASIL

Penyajian data dibagi menjadi dua yaitu data umum dan data khusus. Data Umum menampilkan karakteristik responden tentang bagaimana pola pemberian makan terhadap balita yang berusia 3 – 4 tahun. Data khusus menampilkan status gizi balita usia 3 – 4 tahun yang dilihat dari buku hasil penimbangan di play group Irsyadus Salam. Setelah data yang disajikan dalam bentuk tabel selanjutnya dilakukan tabulasi dengan dilakukan scoring. Kemudian dilakukan uji statistik spearman korelation dengan menggunakan bantuan program SPSS 13 dengan taraf signifikan $\alpha < 0,05$.

4. DATA UMUM

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pola Pemberian Makan di Play Group Irsyadus Salam Megaluh Jombang

No	Pola Pemberian	Frekuensi	Distribusi
1.	Baik	12	40 %
2.	Cukup	12	40 %
3.	Kurang	6	20 %
Jumlah		30	100%

Berdasarkan tabel 1 diperoleh data bahwa dari 30 responden, 12 responden mempunyai pola pemberian makan yang baik (40%), 12 responden mempunyai pola pemberian makan yang cukup baik (40%), dan 6 responden yang mempunyai pola pemberian makan kurang baik (20%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Status Gizi Balita di Play Group Irsyadus Salam Megaluh Jombang.

No	Status Gizi Balita	Frekuensi	Distribusi
1.	Baik	18	60 %
2.	Kurang	11	37 %
3.	Buruk	1	3 %
Jumlah		30	100%

Berdasarkan tabel 2 diperoleh data bahwa dari 30 responden terdapat 1 balita yang mengalami gizi buruk (3%), 11 balita mempunyai gizi kurang (37%), 18 balita mempunyai status gizi baik (60%), dan tidak ada yang mengalami gizi lebih.

5. DATA KHUSUS

Data berdasarkan hubungan pola pemberian makan dengan status gizi balita usia 3 – 4 tahun di Play Group Irsyadus Salam Megaluh Jombang.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Pemberian Makan Dengan Status Gizi Balita Usia 3 – 4 Tahun di Play Group Irsyadus Salam Megaluh Jombang.

Pola Pemberian Makan	Status Gizi Balita							
	Buruk		Kurang		Baik		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Kurang	1	3	4	14	1	3	6	20
Cukup	0	0	6	20	6	20	12	40
Baik	0	0	1	3	11	37	12	40
Jumlah	1	3	11	37	18	60	30	100

Berdasarkan tabel 3 didapatkan data dari 30 responden sebanyak 11 responden (37%) mempunyai pola pemberian makan baik dan status gizinya baik, kemudian 1 responden (3%) dengan pola pemberian makan kurang dan status gizinya buruk. Dari hasil perhitungan statistik dengan uji Spearman Correlation SPSS 13 seperti pada lampiran diatas dengan nilai $\alpha = 0,003$ yaitu kurang dari $\alpha < 0,05$.

6. PEMBAHASAN

Dari data penelitian yang telah dilakukan banyak ibu balita yang sudah mempunyai pola makan baik terhadap balita mereka namun banyak juga yang masih kurang, dan kebanyakan hal tersebut bukan dikarenakan karena kondisi kemampuan mereka yang tidak mampu untuk memenuhi kebutuhan pangan dalam keluarga, namun hal ini

dikarenakan banyak ibu yang kurang telaten untuk memberikan makan pada balita mereka. Kebanyakan mereka hanya memberikan makan pada balita hanya pada waktunya dan seadanya tanpa memperhatikan kebutuhan nutrisi yang harus diperoleh dan diperlukan oleh tubuh seorang balita.

Pertumbuhan balita tentunya sangat ditunjang dengan asupan nutrisi yang sehat dan bergizi dari berbagai makanan. Bagi usia balita dibutuhkan 1000-1400 kalori per hari, namun tergantung dari usia, besar tubuh, serta tingkat aktivitas si kecil. Jumlah kebutuhan nutrisi balita pada setiap anak tentu saja berbeda-beda dan tidak perlu menyesuaikan dengan jumlah yang dibutuhkan, namun yang terpenting harus tetap memberikan nutrisi yang bervariasi setiap harinya demi menunjang pertumbuhannya (Melindacare, 2011).

Kebanyakan balita memang mempunyai status gizi baik, namun tidak sedikit juga yang mempunyai status gizi kurang, hal ini dikarenakan kebanyakan ibu balita menganggap balita sehat hanya dari keadaan fisik yang terlihat dari luar, asalkan tidak sakit berarti mereka menganggap bahwa balita mereka dalam keadaan sehat tanpa memperhatikan kondisi status gizinya. Padahal pada kenyataannya status gizi merupakan hal yang penting yang harus diperhatikan oleh para ibu balita karena juga akan mempengaruhi tumbuh kembang balita.

Keadaan gizi merupakan bagian dari pertumbuhan anak. Pada pemeriksaan di lapangan dipakai cara penelitian yang disepakati bersama untuk keseragaman, baik dalam caranya maupun baku patokan yang menjadi bahan pembandingnya. Sedangkan dalam klinik atau dalam menangani suatu kasus, tidak cukup hanya berdasarkan pemeriksaan antropometrik saja, tetapi diperlukan anamnesis yang baik, pemeriksaan fisik dan pemeriksaan penunjang lainnya. Sehingga kita dapat mendeteksi secara dini adanya kelainan/gangguan pertumbuhan, selanjutnya mencari penyebabnya dan mengusahakan pemulihannya (Soetjiningsih, 2002).

Berdasarkan hasil perhitungan statistik dengan uji Spearman Correlation test SPSS 13 yang terlihat pada tabel 3 diperoleh nilai $\alpha = 0,003$ bahwa ada hubungan antara pola pemberian makan dengan status gizi balita usia 3 – 4 tahun di Play Group Irsyadus Salam Megaluh Jombang.

Semakin baik pola pemberian makan seorang balita semakin baik pula status gizi balita tersebut, hal ini dikarenakan konsumsi makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang, makanan sehari-hari yang baik akan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk tubuh, jadi bila konsumsi makanan seseorang baik maka status gizi akan baik pula begitu juga sebaliknya.

Konsumsi makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang, makanan

sehari-hari yang baik akan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh, begitu juga sebaliknya. Gangguan gizi tidak lain disebabkan bila susunan makanan seseorang salah dalam kuantitas dan atau kualitas yang disebabkan oleh kurangnya penyediaan pangan ataupun kurangnya distribusi pangan. Oleh karena itu pola pemberian makanan sehari-hari sangat berpengaruh terhadap status gizi seseorang (Almatsier, 2009).

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S.2009. *Prinsip Dasar ILMU GIZI*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama
- Anneahira.2012. *pola makan*. <http://tipsku.info/pengertian-pola-makan/>. diakses tanggal 07 april 2012
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian*, Rineka Cipta : Jakarta
- Auliana, R. 2011.*Gizi Seimbang*. [http.blogger.com](http://blogger.com).di akses tanggal 07 april 2012
- Aziz, A. 2008. *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak 1*. Jakarta : Salemba Medika
- Aziz, A. 2007. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta : salemba Medika
- Chandra, B. 2008. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : EGC
- Danim, S.2003. *Metode Penelitian Kebidanan*.Jakarta : EGC
- Fauzi. 2010. *Kebutuhan Nutrisi Balita*.www.infokom.com.diakses tanggal 11 april 2012
- Hasyim, Masruroh. 2009. *Kamus Kebidanan*. Yogyakarta : Citra Medika
- Hidayat, Alimul A.2008.*Pengantar Ilmu Keperawatan Anak*. Jakarta : Salemba Medika
- Lailiyana dkk.2010. *Gizi Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : EGC

- Marimbi, H.2010.*Status Gizi dan Imunisasi Dasar Pada Balita*.Yogyakarta : Nuha Medika
- Notoatmodjo, Soekidjo.2005. *Metodologi Penelitian dan Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo, Soekidjo.2011. *Metodologi Penelitian dan Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam.2011.*Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Paath, Erna Francin.2005.*Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : EGC
- Pudjiadi. 2005. *Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : Nuha Medika
- Sandjaja dkk.2009. *Kamus Gizi*. Jakarta : Kompas
- Sarwono, Jonathan. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Supariasa, I dewa N. 2002. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : EGC