

## STATUS GIZI DAN PENGETAHUAN ORANG TUA TENTANG ASUPAN NUTRISI BALITA DI TAMAN PENITIPAN ANAK (TPA) PELANGI NUSA

Ratih Kumoro Jati<sup>1</sup>

<sup>1</sup>STIKES Jenderal A. YANI Yogyakarta

### ABSTRACT

**Background:** Malnutrition is a health problem that often arises in childhood. According to WHO, malnutrition in this regard undernutrition and poor nutrition is more influenced by several factors, namely infectious diseases, food intake, parenting and maternal knowledge. Undernutrition and malnutrition will lead to a condition that the Indonesian people will experience a loss of generation when the matter is not taken seriously. Family involvement by giving enough attention and proper parenting will give a great influence in improving nutritional status.

**Objective:** To determine the profile of the under-five nutritional status and maternal knowledge on nutritional intake at Pelangi Nusa Day Care Center of UPTD SKB Kulon Progo.

**Methods:** This study used a quantitative and qualitative design. Qualitative method was used to explore the knowledge of parents about nutrition. The subjects were pairs of mother-child who sent the child at Pelangi Nusa Day Care Center of UPTD SKB Kulon Progo, totaling 50 people, and interviews were conducted at 7 mothers. Data analysis used univariable and qualitative analysis.

**Results:** From the results of anthropometric measurements, children with good nutritional status, moderate nutritional status and malnutrition were 70%, 28%, and 2%, respectively. Of the number of infants with good nutritional status, the level of most parental knowledge on nutrition was good.

**Conclusion:** The level of parental knowledge on nutrition had a big influence in the selection of food affecting the nutritional state of children. The mothers should seek information about nutrition for their under-five children and apply the knowledge to the realization of a good nutritional status.

**Keywords:** *nutritional status, nutritional intake, under-five children*

### PENDAHULUAN

Kekurangan Gizi adalah masalah kesehatan yang sering muncul pada masa anak-anak. Menurut WHO terjadinya kekurangan gizi dalam hal ini gizi kurang dan gizi buruk lebih dipengaruhi oleh beberapa faktor yakni, penyakit infeksi, asupan makanan, pola asuh dan pengetahuan ibu. Masalah gizi kurang dan gizi buruk bila tak ditangani secara serius akan mengakibatkan bangsa Indonesia akan mengalami kehilangan generasi.<sup>(1)</sup> Keterlibatan keluarga dengan memberikan perhatian yang cukup dan pola asuh anak yang tepat akan memberi pengaruh yang besar dalam memperbaiki status gizinya.<sup>(2)</sup>

Data Balita di Kulon Progo berjumlah 26.852 yang mengalami kekurangan gizi sebanyak 704. Jumlah balita di Kecamatan

Wates terjadi peningkatan gizi buruk yaitu sejak 2 dua tahun terakhir. Berdasarkan hasil wawancara pada 10 orang tua balita, sebagian besar belum mengetahui tentang asupan gizi dengan baik. Hal ini menjadikan peneliti tertarik ingin mengetahui Status gizi dan pengetahuan orang tua tentang asupan nutrisi balita di TPA Pelangi Nusa Kulon Progo, Yogyakarta tahun 2010.

### BAHAN DAN CARA PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Subyek penelitian ini adalah pasangan ibu-balita yang dititipkan di TPA Pelangi Nusa berjumlah 60 pasang. Data kuantitatif didapatkan dari hasil pengukuran status nutrisi balita dan pengetahuan ibu ten-

tang gizi balita. Data kualitatif didapatkan dengan wawancara pada ibu balita (6 responden). Wawancara digunakan untuk menggali tingkat pengetahuan ibu tentang asupan nutrisi untuk balita. Analisa data menggunakan univariabel dan analisa data kualitatif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisa Kuantitatif

TPA Pelangi Nusa terletak di Kota Wates, bertujuan untuk mengembangkan potensi anak usia dini agar dapat tumbuh kembang secara maksimal dengan pengawasan tenaga yang lebih profesional. Tenaga pendidik yang berjumlah 7 orang. Adapun pendekatan pendidikan di TPA Pelangi Nusa menggunakan metode BCCT (*Beyond Sender and Circle Time*) dengan menggunakan 7 sentra yaitu sentra persiapan, balok, cooking, alam, lmtaq, peran dan seni. Karakteristik balita dan ibu adalah sebagai berikut:

Pada tabel 1. Diketahui karakteristik balita diketahui sebagian besar balita mempunyai status gizi baik (70%), begitu juga dengan tahapan tumbuh kembangnya (90% tumbuh kembang normal). Pada penelitian masih ditemukan adanya anak dengan status gizi yang kurang dan buruk. Meskipun persentasenya kecil hal tersebut perlu mendapatkan perhatian yang serius. Anak-anak umur 0–5 tahun merupakan masa paling rawan terhadap gizi. Kelompok yang paling rawan di sini adalah periode pasca penyapihan khususnya kurun umur 1–3 tahun. Gizi kurang yang tidak segera di atasi akan menyebabkan gangguan pada tumbuh kembang. Penundaan pemberian perhatian, pemeliharaan gizi yang kurang tepat terhadap balita akan menurunkan nilai potensi mereka sebagai sumber daya pembangunan masyarakat dan ekonomi nasional. <sup>(3)</sup>

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Balita

Karakteristik	n=60	%
<b>Status gizi Balita</b>		
• Baik	42	70
• Kurang	17	28
• Buruk	1	2
<b>Tumbuh kembang</b>		
• Normal	54	90
• Meragukan	5	8
• Penyimpangan	1	2

Irianto<sup>(4)</sup> menyatakan bahwa makanan berfungsi sebagai penjamin kelangsungan hidup karena berfungsi sebagai sumber tenaga, pembangun, dan pelindung atau pengatur segala proses. Makanan yang dimakan sehari-hari haruslah makanan yang seimbang terdiri dari bahan-bahan makanan yang tersusun secara seimbang baik kualitas maupun kuantitas untuk memenuhi syarat hidup sehat. Selain itu ada teori yang mengatakan bahwa anak sehat berat badanya selalu bertambah setiap bulan dan sesuai dengan perkembangnya. <sup>(5)</sup>

Menurut Depkes RI <sup>(6)</sup> ciri anak sehat ada 9. Berikut ini ciri anak sehat yaitu: tumbuh dengan baik, yang dapat dilihat dari naiknya berat dan tinggi badan secara teratur dan proporsional, tingkat perkembangannya sesuai dengan tingkat umurnya, tampak aktif atau gesit dan gembira, mata bersinar dan bersih, nafsu makan baik, bibir dan lidah tampak segar, pernafasan tidak berbau, kulit dan rambut tampak bersih dan tidak kering, mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Balita

Karakteristik	n=60	%
<b>Umur</b>		
• 20-30 tahun	37	61,7
• 31-40 tahun	2	3,30
• 41-50 tahun	21	35,0
<b>Pendidikan</b>		
• SMA	12	20
• S1	48	80
<b>Pekerjaan</b>		

• PNS	16	26
• Wiraswasta	15	25
• Ibu Rumah Tangga	29	49
<b>Pengetahuan gizi</b>		
• Baik	45	75
• Cukup	14	23
• Kurang	1	2

Karakteristi ibu pada Tabel 2. Menunjukkan sebagian besar responden ibu pada kelompok umur 20–30 tahun (61,7%), dengan mayoritas mempunyai tingkat pendidikan tinggi (80 %). Sebagian besar adalah sebagai ibu rumah tangga (49%), namun mempunyai pengetahuan yang baik tentang gizi balita (75%).

Salah satu faktor yang mempengaruhi asupan zat gizi yaitu karakteristik ibu. Ibu adalah orang yang terdekat, paling peduli dengan perkembangan balita dengan lingkungan sekitar dalam memberikan asuhan melalaui asupan zat gizi bagi balita.

Tingkat pendidikan dapat mempengaruhi seseorang mengambil keputusan dalam kesehatan terutama pada pola asuh anak, alokasi sumber zat gizi serta pemanfaatan informasi lainnya. Rendahnya tingkat pendidikan ibu menyebabkan berbagai keterbatasan dalam menangani masalah gizi dan keluarga serta anak balitanya.<sup>(7)</sup>

Tingkat pendidikan yang dimiliki wanita bukan hanya bermanfaat bagi penambahan pengetahuan dan peningkatan kesempatan kerja yang dimilikinya, tetapi merupakan bekal atau sumbangan dalam upaya memenuhi kebutuhan dirinya serta mereka yang tergantung padanya. Wanita dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung lebih baik taraf kesehatannya. Beban kerja yang berat pada ibu yang melakukan peran ganda dan beragam akan dapat mempengaruhi status kesehatan ibu dan status gizi anak balitanya.<sup>(8)</sup>

Tingkat pengetahuan gizi seseorang besar pengaruhnya terhadap perubahan si-

kap dan perilaku di dalam pemilihan bahan makanan, yang selanjutnya akan berpengaruh pula pada keadaan gizi individu yang bersangkutan. Keadaan gizi yang rendah di suatu daerah akan menentukan tingginya angka kurang gizi secara nasional.<sup>(9)</sup>

## Analisa Kualitatif

### a. Makanan sehat

Berdasarkan hasil wawancara diketahui ibu mempunyai pengetahuan yang kurang tentang jenis makanan sehat. Ibu tidak memperhatikan jenis makan yang diberikan. Hal tersebut tampak pada pernyataan dibawah ini :

*“kalau di sekolah tidak pernah makan jajanan,... jenis makannya ya apa yang ada di TV” (R6)*

*“....saya belikan makanan yang ada di TV....bahkan teman-temannya saya berikan karena menurut saya itu makanan sehat lha wong dikemas” (R5)*

Keadaan ini menunjukkan orang tua kurang memperhatikan jenis makanan, makanan yang diberikan pada anaknya mungkin mengandung zat pengawet, zat pewarna buatan, pemanis buatan dan sebagainya. Pernyataan ini berkaitan dengan pernyataan Moehji<sup>(9)</sup> menunjukkan bahwa ketidaktahuan akan faedah makanan bagi kesehatan tubuh merupakan sebab buruknya mutu gizi makanan keluarga khususnya makanan balita. Pengetahuan seorang ibu atau pengasuh dalam memberikan asupan gizi sangat penting terbukti dalam hal memilih jenis makanan yang sehat dan mengatur jadwal makan yang teratur.

Kebudayaan akan mempengaruhi orang dalam memilih makanan dan kebudayaan suatu daerah akan menimbulkan adanya kebiasaan dalam memilih makanan. Sehubungan dengan pangan yang

biasanya dipandang pantas untuk dimakan, dijumpai banyak pantangan, tahyul dan larangan pada beragam kebudayaan dan daerah yang berlainan. Bila pola pantangan berlaku bagi seluruh penduduk sepanjang hidupnya, kekurangan zat gizi cenderung tidak akan berkembang seperti jika pantangan itu berlaku bagi sekelompok masyarakat tertentu selama satu tahap dalam siklus hidupnya.

- b. Kesukaan terhadap jenis makanan tertentu.

Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa orang tua belum menentukan pola makan yang baik pada anak. Orang tua cenderung menuruti keinginan anak untuk makan jenis makan tertentu. Hal tersebut tampak pada pernyataan dibawah ini:

*"kalau lagi suka makan iya itu-itu saja bu, tapi kalau sudah bosan ya tidak"* (R4)

*"ya kalau di sekolahan anak saya makannya banyak bu karena pengaruh lingkungan banyak temannya"* (R4)

Makanan anak-anak tergantung pada orang lain. Anak balita akan menyukai makanan dari makanan yang dikonsumsi orang tuanya. Dimana makanan yang disukai orang tuanya akan diberikan kepada anak balitanya. <sup>(10)</sup>

Selain orang tua yang mempengaruhi pola makan anak adalah lingkungan. Lingkungan yang menuntun manusia memilih bahan-bahan makanan. Pengaruh lingkungan ini mengakibatkan banyak orang atau masyarakat dengan tidak rasional memilih atau menolak bahan makanan yang mereka konsumsi.

## KESIMPULAN

Status gizi Balita di TPA Pelangi Nusa sebagian besar pada kondisi baik, namun

dari pengetahuan ibu tentang asupan gizi masih sebagian besar kurang. Perlu ditingkatkan pengetahuan orang tua tentang jenis makan dan pola makan yang sehat.

## KEPUSTAKAAN

1. Soetjiningsih, S. (2007) *Tumbuh Kembang Anak*, Jakarta EGC
2. Arisman. (2004) *Gizi Dalam Daur Kehidupan*, Jakarta, EGC
3. Irianto, K. (2004) *Gizi dan Pola Hidup Sehat*, Jakarta
4. Supriasa, IPN. (2002) *Penilaian Status Gizi*, EGC, Jakarta
5. Phoebe, D.W. (2004) *Penuntun Uji Skrening perkembangan Anak*, Tangerang, Taman Ubud Loka.
6. Depkes RI. (2006) *Pedoman pelaksanaan Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak*, Jakarta
7. Notoatmojo, S, 2003, *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*, Jakarta, Rineka Cipta
8. Ratnaningrum. (2000) *Kewajiban Wanita Sebagai Pendidik dan Pencetak Generasi yang Berkualitas*, Jakarta
9. Sarminto, H, 1998, *Deteksi dan Intervensi Dini Penyimpangan Tumbuh Kembang Balita*, Jakarta
10. Sun Hupe Nutrisi. (2008) *Majalah Bulanan Gizi Yang Baik dengan Tumbuh Kembang Balita*, Jakarta