

KORELASI VARIASI JENIS MAKANAN DAN LINGKUNGAN DENGAN POLA MAKAN ANAK USIA SEKOLAH

Ambia Nurdin¹, Raudatul Aina²,

Ambia Nurdin¹, dosen pengajar pada program studi kesehatan masyarakat, fakultas ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama jl. Blang Bintang Lama km 8,5 Lampoh keude Aceh Besar,
*Email: ambianurdin_fkm@abulyatama.ac.id*¹

Raudatul Aina², mahasiswa pada program studi Kesehatan masyarakat, fakultas ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama jl. Blang Bintang Lama km 8,5 Lampoh keude Aceh Besar,

*Email: raudatulaina2003@gmail.com*¹

**Email korespondensi: raudatulaina2003@gmail.com*¹

ARTICLE INFO

Article history:

Received
Revised
Accepted
Available online

Kata Kunci:

Variasi jenis makanan lingkungan pola makan anak

Keywords:

variation of food types, environment, children's diet

ABSTRAK

Abstrak Berdasarkan data Badan Pelaporan dan Statistik (BPS) Propinsi Jawa Tengah tahun 2016 sebanyak lebih dari 20 % anak usia sekolah ditemukan mengalami masalah kesulitan makan. Gangguan kesulitan makan berpengaruh pada pemenuhan gizi, pertumbuhan fisik biomedik otak dan imunitas anak. Ketiga hal ini penting untuk menunjang kualitas hidup bagi anak sebagai generasi penerus bangsa. Gangguan sulit makan dapat diakibatkan karena semakin bertambahnya aktivitas seperti bermain, sekolah dan kurangnya peranan lingkungan sekitar anak sehingga terkadang mereka menjadi malas makan dan jajan sembarangan. Tujuan: Mengetahui korelasi antara variasi jenis makanan dan dukungan lingkungan dengan pola

makan pada anak usia sekolah. Metode: Jenis penelitian analitik korelasional dengan pendekatan waktu cross sectional. Besar sampel 70 responden dengan teknik pengambilan sampel purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner tentang jenis makanan, dukungan lingkungan dan pola makan. Analisis data uji statistik Spearman Rho. Hasil Penelitian : Mayoritas jenis makanan responden adalah kurang sehat sebanyak 54,3%, lingkungan yang mendukung sebanyak 54,3% dan mayoritas mengalami kesulitan makan tingkat sedang sebanyak 48,6%. Simpulan : Terdapat korelasi variasi jenis makanan ($p=0,002$; $r = -0,698$) dan lingkungan ($p=0,001$; $r = -0,687$) dengan pola makan anak usia sekolah.

ABSTRACT

Abstract Based on data from the Central Java Province Reporting and Statistics Agency in 2016, more than 20% of school-age children were found to have difficulty eating. Eating disorders affect nutritional fulfillment, brain biomedical physical growth and children's immunity. These three things are important to support the quality of life for children as the nation's next generation. Difficulty eating can be caused due to increased activities such as playing, school and the lack of the role of the environment around children so that sometimes they become lazy to eat and snack carelessly. Objective: To determine the correlation between variations in types of food and environmental support with diet in school age children. Method: This is a correlational analytic study with a cross sectional approach. The sample size is 70 respondents by using purposive sampling technique. The instrument used was a questionnaire about the type of food, environmental support and diet. Spearman Rho statistical test data analysis. Results: The majority of respondents' food was unhealthy as much as 54.3%, a supportive environment as much as 54.3% and the majority having moderate difficulty eating as much as 48.6%. Conclusion: There is a correlation of variations in the type of food ($p = 0.002$; $r = -0.698$) and the environment ($p = 0.001$; $r = -0,687$) with the diet of school age children.

This is an open access article under the [CC BY-NC](#) license.

Copyright © 2021 by Author. Published by Universitas Bina Bangsa Getsempena



PENDAHULUAN

Berdasarkan data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) tahun 2015 jumlah anak usia 6-12 tahun di Indonesia pada tahun 2015 tercatat sebanyak 13.898.951 jiwa dari 234.292.695 jiwa (5,93%) penduduk Indonesia. Jumlah anak sekolah di Propinsi Jawa Tengah tercatat 1.921.998 jiwa dari 34.564.511 jiwa (5,56%). Lebih dari 20 % anak usia sekolah di Indonesia ditemukan mengalami masalah kesulitan makan. Anak usia sekolah dengan kesulitan makan atau pola makan yang kurang baik cenderung memilih makanan yang disukainya dan hanya makan makanan tertentu saja (Fitriani, 2014). Masalah sulit makan pada anak sifatnya kompleks dan perlu dicermati factor penyebabnya. Kesulitan makan pada anak dibedakan menjadi tiga factor yaitu hilang nafsu makan, gangguan proses makan di mulut dan pengaruh psikologis. Penanganan sulit makan pada anak secara optimal diharapkan akan mencegah timbulnya masalah gizi, terutama masalah kurang gizi, sehingga dapat meningkatkan kualitas anak Indonesia (Nurjannah, 2013).

Menurut Judarwanto (2016), kesulitan makan adalah jika anak tidak mau atau menolak untuk makan, atau mengalami kesulitan mengkonsumsi makanan atau minuman dengan jenis dan jumlah sesuai usia secara fisiologis (alamiah dan wajar), yaitu mulai dari membuka mulut tanpa paksaan, mengunyah, menelan hingga sampai terserap dipencernaan secara baik tanpa paksaan dan tanpa pemberian vitamin dan obat tertentu. Kesulitan makan pada anak yang tidak mau atau menolak untuk makan, mengalami kesulitan mengkonsumsi makanan atau minuman dengan jenis dan jumlah sesuai usia.. Kesulitan makan yang berat dan berlangsung lama berdampak negatif pada keadaan kesehatan anak, keadaan tumbuh

kembang dan aktifitas sehari-harinya. Dampak kesulitan makan pada umumnya merupakan akibat gangguan zat gizi yang terjadi (Nafratilawati, 2014).

Gangguan sulit makan sering dialami anak-anak usia prasekolah dan sekolah, biasanya anak menjadi sulit makan karena beberapa hal antara lain semakin bertambahnya aktivitas seperti bermain dan kegiatan belajar di sekolah dan kurangnya peranan lingkungan sekitar anak sehingga terkadang mereka menjadi malas makan dan jajan sembarangan. Selain itu, pola pemberian makan yang tidak sesuai dengan kebutuhan anak dapat menyebabkan gangguan pada proses pertumbuhan dan perkembangan yang membutuhkan kecukupan nutrisi (Nurjannah, 2013).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesulitan makan anak menurut Hariani, Mangsur & Nurhidayah (2015) adalah peran orang tua, lingkungan, jenis makanan, dan gangguan psikologis. Jenis makanan yang sehat yang berasal dari bahan makanan sendiri dengan komposisi dan jumlah yang mengandung semua zat makanan dalam proporsi yang tepat. Pemberian makanan sehat dipengaruhi oleh pengetahuan orang tua tentang variasi makanan, pembiasaan jenis makanan yang bervariasi dan memenuhi kebutuhan gizi memerlukan dukungan sejak dini dari keluarga,

pihak sekolah dan lingkungan dimana anak terbiasa berinteraksi. Penelitian yang dilakukan oleh Elva Kadarhadi (2012) di Posyandu Kelurahan Tandang dan Sendangguwo Semarang, pada anak usia 6-24 bulan, 92,7% anak memiliki masalah makan jenis inappropriate feeding practice, terdapat perbedaan status gizi anak dengan kesulitan makan pada sebelum dan sesudah konseling dengan feeding rules dilihat dari skor HAZ. Penelitian lainnya oleh Fadillah Fitriani, (2014), di Perumahan Top Amin Mulya Jakabaring Palembang terhadap anak prasekolah usia 3-5 tahun, didapatkan dari 59,3 % anak yang mengalami kesulitan makan didapatkan persentase cara pemberian makan dengan cara dipaksa yaitu disuapi (100%), suasana makan sambil bermain (87,0%), variasi makanan baik (78,0%), waktu makan tidak teratur (63,6%), frekuensi makan buruk (78,1%) dan jenis makan sesuai dengan usia (100%). Penelitian yang telah dilakukan Judarwanto (2016) menyebutkan bahwa anak usia sekolah 6- 12 tahun, mendapatkan prevalensi kesulitan makan terbesar 33,6% sebagian besar (79.2%) telah berlangsung lebih dari 3 bulan, data ini dipengaruhi oleh gaya pola asuh dari orang tua. Penelitian yang dilakukan di Picky Eater Clinic Jakarta menunjukkan, setelah dilakukan penghindaran makanan tertentu pada 218 siswa kelas I-III dengan kesulitan makan dengan gangguan intoleransi makanan, alergi makanan, penyakit coeliac. Setelah dilakukan penghindaran makanan selama 3 minggu, tampak perbaikan kesulitan makan sejumlah 78% pada minggu pertama, 92% pada minggu ke dua dan 96% pada minggu ketiga. Lingkungan juga dapat mempengaruhi kesulitan makan pada anak.

Menurut Mansur Herawati (2014), lingkungan merupakan faktor yang sangat menentukan tercapai atau tidaknya potensi bawaan. Lingkungan yang cukup baik akan memungkinkan tercapainya potensi bawaan dan sebaliknya lingkungan yang kurang baik akan menghambat potensinya. Lingkungan keluarga sangat berpengaruh terhadap pembentukan pola makan anak, sehingga mereka akan mencontoh saudara tua atau anggota lainnya. Kebiasaan makan, jenis makanan yang disukai atau tidak disukai orangtua akan menurun kepada anaknya. Anak yang obesitas atau yang suka diet biasanya mengikuti pola makan orangtua mereka. Dengan kesibukan orangtua, makan bersama merupakan hal yang jarang dilakukan, termasuk menentukan dan mempersiapkan menu makan keluarga.

Penelitian yang dilakukan Fitriani (2014), bahwa lingkungan anak dapat berpengaruh pada tingkat pola makan anak yang dilakukan sehingga setiap orang tua harus mengusahakan agar faktor-faktor yang termasuk dalam lingkungan dapat dimodifikasi sedemikian rupa sehingga nantinya mempunyai pengaruh positif terhadap pola makan. Penelitian oleh Nurjannah (2013), pada anak balita di TK Negeri Pembina Kecamatan Simpang tiga Kabupaten Pidie, diperoleh dari 50 responden bahwa ada hubungan yang signifikan antara sulit makan pada anak dengan nafsu makan berkurang karena dukungan lingkungan keluarga yang kurang. Gangguan kesulitan makan pada anak sering dijumpai pada masyarakat awam yang belum memahami pentingnya prosedur pemenuhan kebutuhan nutrisi pada anak. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji secara mendalam tentang korelasi antara variasi jenis makanan dan lingkungan dengan pola makan anak usia sekolah

METODE PENELITIAN

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah variasi jenis makanan dan lingkungan sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah kesulitan makan. Hipotesis alternatif (H_a) dalam penelitian ini adalah “Terdapat korelasi antara jenis makanan dan lingkungan dengan pola makan pada anak usia sekolah”

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis korelasi. Dengan pendekatan cross sectional. Pengumpulan data primer dalam penelitian ini diperoleh dari wawancara menggunakan kuesioner terhadap subjek penelitian yang berupa karakteristik sosiodemografi responden meliputi nama responden, umur dan jenis kelamin serta pengukuran peran lingkungan, jenis makanan dan pola makan dengan menggunakan kuesioner.

Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas I - III di Desa Panggang Kabupaten Jepara sebanyak 271 siswa. Menggunakan tehnik purposive sampling, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 70 siswa

Adapun kriteria sampling dalam penelitian ini adalah : anak dan orangtua/wali murid anak kelas I – III, sehat jasmani dan rohani, bersedia menjadi responden dengan menandatangani lembar persetujuan penelitian (informed consent). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah anak dengan masalah penyerapan gizi atau memiliki penyakit infeksi tertentu Analisis univariat dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui proporsi dari variabel bebas (jenis makanan dan lingkungan) dan variabel terikat (pola makan) dan prosentase setiap variabel. Analisa bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji Spearman Rho dengan tingkat kemaknaan $\alpha \leq 0,05$ yang dibantu dengan komputer program komputer (Riwickdo, 2012).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4.1
Distribusi frekuensi sampe berdasarkan umur (n=70)

Mean	SD	Min-Maks	(95%CI)	
			Lower	Upper
7,99	0,825	7-9	7,80	8,19

Berdasarkan tabel 4.1. menunjukkan bahwa rata-rata umur responden adalah 7,99 tahun dengan standart deviasi 0,825 dengan umur termuda 7 tahun dan umur tertua 9 tahun dengan 95% CI diyakini bahwa rata-rata umur responden adalah 7,80 s/d. 8,19.

Tabel 4.2
Distribusi frekuensi sampe berdasarkan umur (n=70)

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	33	47,1
Perempuan	37	52,9
Jumlah	70	100 ,0

Berdasarkan tabel 4.2. menunjukkan bahwa mayoritas jenis kelamin responden adalah perempuan sebanyak 37 orang (52,9%), sedangkan laki-laki sebanyak 33 orang (47,1%).

Tabel 4.3
Distribusi frekuensi sampe berdasarkan jenis makanan (n=70)

Jenis Makanan	n	%
Kurang Sehat	38	54,3
Sehat	32	45,7
Jumlah	70	100 ,0

Berdasarkan tabel 4.3. menunjukkan bahwa mayoritas jenis makanan responden adalah kurang sehat yaitu sebanyak 38 orang (54,3%), sedangkan jenis makanan yang sehat sebanyak 32 orang (45,7%).

Tabel 4.4
Distribusi frekuensi sampe berdasarkan lingkungan (n=70)

Lingkungan	n	%
Kurang Mendukung	32	45,7
Mendukung	38	54,3
Jumlah	70	100 ,0

Berdasarkan tabel 4.4. menunjukkan bahwa mayoritas lingkungan responden adalah mendukung yaitu sebanyak 38 orang (54,3%), sedangkan lingkungan yang tidak mendukung sebanyak 32 orang (45,7%).

Tabel 4.5
Distribusi frekuensi sampel berdasarkan kesulitan makan (n=70)

Kesulitan Makan	n	%
Tidak Mengalami Kesulitan Makan	6	8,6
Ringan	25	35,7
Sedang	34	48,6
Berat	5	7,1
Jumlah	70	100,0

Berdasarkan tabel 4.5. menunjukkan bahwa mayoritas kesulitan makan responden adalah tingkat sedang yaitu sebanyak 34 orang (48,6%), sedangkan yang paling sedikit adalah kesulitan makan tingkat berat sebanyak 5 orang (7,1%)

SIMPULAN DAN SARAN

Terdapat korelasi jenis makanan (p value = 0,02 dan nilai $r = -0,698$ memiliki korelasi keeratan kuat dan memiliki arah hubungan negatif) dan lingkungan (p value = 0,01 dan nilai $r = -0,687$ memiliki korelasi keeratan kuat dan memiliki arah hubungan negatif) dengan pola makan pada anak usia sekolah. Terdapat keterbatasan dalam penelitian ini antara lain keterbatasan peneliti dalam mengontrol faktor perancu misalnya sosial ekonomi orang tua, status tumbuh kembang anak dan keterbatasan dalam proses pengambilan data karena pada penelitian ini tidak dilakukan observasi secara langsung bagaimana pola asuh orangtua terhadap perilaku makan pada anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Adi Mahasatya.
- Arisman, MB. (2014). *Buku Ajar Ilmu Gizi: Obesitas, Diabetes Melitus, & Dislipidemia: Konsep, teori dan penanganan aplikatif*. Jakarta: EGC
- BPS. (2016). *Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah 2016*. Jawa Tengah : BPS Provinsi Jawa Tengah.

-
- Campbell, K. J. & Crawford, D. A., (2011). Mediators of improved child diet quality following a health promotion intervention: the Melbourne InFANT Program. Centre for Physical Activity and Nutrition Research, School of Exercise and Nutrition Sciences, Deakin University, 221 Burwood Hwy, Burwood, Victoria 3125, Australia
- Enny, (2015). Mengatasi Anak yang Susah Makan. Diakses tanggal 25 Desember 2018. HYPERLINK "http://medicastore.com/artikel/257/index.html" http://medicastore.com/artikel/257/index.html Fitriani
- Fadillah. (2014). Gambaran Penyebab Kesulitan Makan Pada Anak Usia Prasekolah Usia 3-5 Tahun Di Perumahan Top Amin Mulya Jakabaring Palembang Tahun.2014. Skripsi Tidak Di Terbitkan. Banda Aceh. STIKES U'Budiyah Banda Aceh
- Ghozali, Imam. (2013). Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 21 Update PLS Regresi. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro
- Hariani, Mangsur & Nurhidayah (2015). FaktorFaktor Yang Berhubungan Dengan Kesulitan Makan Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di Tk Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa. Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis Volume 5 Nomor 6 Tahun 2015 • ISSN : 2302-1721.
- Hidayat, A. A. (2010). Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah (1st ed.). Jakarta: Salemba Medika
- Indriasari. R., (2014). Gambaran Skor Kualitas Makanan, Aktifitas Dengan Kadar Gula Darah Penyakit DM Tipe 2. Available in HYPERLINK "http://www.repository.unhas.ac.id/" www.repository.unhas.ac.id (24 Januari 2019)
- John, W. (2014). Perkembangan Anak. Jakarta: Erlangga
- Judarwanto, W. (2016). Mengatasi Kesulitan Makan pada Anak. Jakarta: Puspa Swara
- Judiono, (2013). Gizi Anak Sekolah. Bina Dinnakes, Edisi Nomor 44 April: Jakarta
- Kadarhadi, Elva. (2012). Pengaruh Konseling dengan Feeding Rules terhadap Status Gizi Anak dengan Kesulitan Makan. Strata I Kedokteran. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro
- Kardjati, S. (2015). Aspek Kesehatan dan Gizi Anak Balita. Yayasan Obor Indonesia. Jakarta: 53-69
- Lilik Saripah, (2010). Laboratorium Pendidikan Kesejahteraan keluarga : Laboratorium Makanan-Lab Pakaian-LabTatalaksana

-
- Rumah Tangga, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Dirjen DIKTI P2LPTK Jakarta
Lubis, R. (2014). Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Status Gizi Anak Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Pantai Cermin Kecamatan Tanjung Pura Kabupaten Langkat. HYPERLINK "<http://rusmanefendi.files.wordpress.com/2010/03/s-pola-asuh-ibu-status-gizianak.pdf&ved>" . Diakses (27 Desember 2018)
- Herawati, M. (2014). Psikologi Ibu dan Anak Jakarta: Salemba Medika
- Maulana, HDJ. (2012). Promosi Kesehatan. Jakarta. EGC
- Nafratilawati, M. (2014). Hubungan Antara Pola Asuh Dengan Kesulitan Makan Pada Anak Prasekolah (3-5 Tahun) Di TK Leyangan Kabupaten Semarang. <http://perpusnwu.web.id>
- Notoatmodjo, S. (2016). Metodologi Penelitian Kesehatan Ed.4. Jakarta: Rineka Cipta
- Nurjannah. (2013) Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Terjadinya Picky Eater Pada Anak Balita di TK negeri Pembina Kecamatan Simpang Tiga Kabupaten Pidie. Diakses 10 Desember 2018, dari <http://simtakup.uui.ac.id/docjurnal/NURJANNAH-jurnal.pdf>
- Nursalam. (2013). Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi Tesis Dan Instrument Penelitian Keperawatan . Jakarta : Salemba Medika
- Pujiastuti, N. (2013). Ilmu Gizi untuk Praktisi Kesehatan. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Rachmat. (2012). Teknik Praktis Riset Komunikasi Cetakan ke-6. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Riyanto, A. (2011). Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika
- Santoso, Soegeng. (2013). Kesehatan Dan Gizi. Jakarta : Rineka Cipta
- Saraswati, Dian Putri Mumpuni. (2012). Gambaran Perilaku Picky Eater Dan Faktor Yang Melatar Belakangnya Pada Siswa Paud Kasih Ananda Bekasi Tahun 2012. Skripsi. Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Depok
- Soedibyo & Mulyani. (2014). Kesulitan Makan Pada Pasien= Survey di unit Pediatric Rawat Jalan. Jurnal Sari Pediatri. Diperoleh tanggal 10 Januari 2019 dari <http://saripediatri.or.id/abstrak.asp?q=598>
- Soekirman, (2015). Hidup Sehat, Gizi Seimbang Dalam Siklus Kehidupan Manusia. Jakarta: Primamedia Pustaka.
- Sunarjo. (2015). Kesulitan Makan Pada Anak. Jurnal Kesehatan Anak. FKUI. Jakarta.

-
- Supartini, Y. (2014). Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan Anak. Jakarta: EGC
- Sutarto, Asmira. (2010). Ilmu gizi untuk STO. Jakarta: New Ngua Press.
- Swarjana, I Ketut. (2015). Metodologi Penelitian Kesehatan, Edisi Revisi. Yogyakarta: Andi Offset
- Thomas. (2014). Akuntansi Dasar dan Aplikasi dalam Bisnis Versi IFRS. Jakarta: Indeks
- Wardle, J., Saskia. S., Carol A.G., Lorna R., Robert P. (2011). Parental feeding style and the intergeneration transmission of obesity risk. London: NASSO
- Waryana. (2013). Faktor Resiko Sosial Ekonomi, Asupan Protein, Asupan Zat Seng terhadap Kejadian Stunting pada Anak Sekolah Dasar. Jurnal Gizi Indonesia, 1(35)
- Winarno, F. G. (2010). Kimia Pangan dan Gizi. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Wright CM, Parkinson KN, Shipton D, Drewett RF. (2017). How do toddler eating problems relate to their eating behavior, food preference, and growth?. Pediatrics. 120(4): 1069-1075
- Zaviera, Ferdinand. (2016). Mengenali dan Memahami Tumbuh Kembang Anak. KATAHATI. Jogjakarta.