

BAB 6

PEMBAHASAN

6.1. Asupan Makan Anak Prasekolah di TK Dharma Wanita Desa Sembayat

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa data asupan makan anak prasekolah sebagian besar memiliki asupan makan baik sebanyak 46 (57,5%) anak, dan setengahnya memiliki asupan makan kurang sebanyak 34 (42,5%) anak. Dapat dilihat dari tabel 5.5 asupan makan anak sebagian besar adalah asupan makan baik sehingga dapat tercukupi kebutuhan pemenuhan gizi pada anak.

Hasil penelitian ini setara dengan penelitian (Hasibuan, 2020) yang menunjukkan bahwa mayoritas pola makan baik sebesar 28 (65,1%) orang dan minoritas pola makan tidak baik sebesar 15 (64,9%) orang. Menurut Adriani (2017) asupan makanan adalah suatu bentuk perilaku makan yang secara kuantitatif meningkatkan status gizi tubuh. Makan makanan bergizi yang memberikan nutrisi yang baik disebut konsumsi yang adekuat (Hasibuan, 2020).

Asupan makanan merupakan informasi tentang jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi oleh seseorang pada waktu tertentu. Asupan makanan dapat diperoleh zat gizi esensial yang dibutuhkan tubuh untuk memelihara pertumbuhan dan perkembangan yang baik. Asupan makanan akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Pertumbuhan anak dapat dilihat dari status gizinya. Pemberian makanan yang bergizi bagi anak akan bermanfaat untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bagi anak (Uce, 2018).

Makanan yang dibutuhkan oleh tubuh mengandung banyak manfaat dan nutrisi. Kebutuhan gizi yang diperlukan tubuh yaitu karbohidrat, lemak, protein,

vitamin, mineral dan air. Menurut peneliti terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi asupan makan pada anak yaitu jenis kelamin, kebiasaan makan keluarga, pendapatan keluarga, dan jumlah anggota keluarga.

Asupan makanan juga dapat dipengaruhi oleh kebiasaan makan keluarga, yaitu dengan keluarga membiasakan makan sayur-sayuran setiap hari dan juga orang tua membuat aneka kreasi makanan yang menarik agar meningkatkan nafsu makan anak sehingga gizi pada anak tercukupi, karena tahap tumbuh kembang pada anak usia prasekolah merupakan waktu terbaik untuk masanya. Dan ada juga para orang tua yang kurang memperhatikan makanan yang dikonsumsi anak yang dikarenakan oleh kesibukan orang tua sehingga makanan yang dikonsumsi lebih banyak junk food dan sulit atau tidaknya anak untuk makan juga dapat mempengaruhi zat gizi pada anak. Sesuai dengan teori Ningtyias *et al.*, (2020) bahwa pada anak usia prasekolah bersifat konsumen aktif, yang artinya anak memilih untuk makanan yang disukai.

Asupan makanan juga dipengaruhi dari pendapatan keluarga, apabila pendapatan orang tua kurang sehingga makanan yang dikonsumsi juga kurang akan kandungan gizi pada makanan. Pendapatan keluarga dapat mempengaruhi kualitas dan kuantitas makanan yang tersedia. Pendapatan keluarga juga mempengaruhi daya beli kebutuhan pangan sehari-hari keluarga. Dan juga dari jumlah anggota keluarga, jika anggota keluarga banyak dan pendapatan keluarga yang kurang akan dapat mempengaruhi kurangnya status gizi pada anak. Jumlah keluarga yang banyak dapat mempengaruhi ketersediaan bahan, jenis dan jumlah makanan bagi keluarga. Hal ini juga didukung oleh penelitian Kasumayanti & Z.R, (2020) yang menunjukkan adanya hubungan pendapatan dengan status gizi balita di Desa

Tambang Wilayah Kerja Puskesmas Tambang Kabupaten Kampar Tahun 2019 dengan P value 0,002.

6.2. Status Gizi Anak Pra Sekolah di TK Dharma Wanita Desa Sembayat

Pengukuran status gizi pada penelitian ini menggunakan indikator BB menurut umur dengan kriteria hasil gizi baik dan gizi kurang. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa tabel 5.6 dapat diinterpretasikan, dari data status gizi anak prasekolah sebagian besar memiliki gizi baik sebanyak 57 (71,3%) anak dan setengahnya memiliki gizi kurang sebanyak 23 (28,8%) anak. Dan dilihat dari tabel 5.6 status gizi anak terbanyak adalah gizi baik, sehingga dapat dikatakan pemenuhan asupan makan anak tercukupi dengan baik sehingga mempengaruhi status gizi pada anak.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui pendidikan orang tua sebagian besar adalah SMA/SMK dengan jumlah 48 orang tua, sehingga pendidikan orang tua dapat dikatakan baik. Dan hampir setengahnya berpendidikan SD dan SMP sehingga pengetahuan orang tua terhadap pentingnya gizi anak kurang diperhatikan oleh orang tua.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui penghasilan orang tua sebagian besar sebanyak Rp. 1.000.000 sampai 3.000.000, dan dapat dikatakan baik sehingga pemenuhan kebutuhan zat gizi anak dapat terpenuhi dengan baik, sehingga penyediaan bahan makan anak terpenuhi dan gizi anak tercukupi. Dan penghasilan orang tua hampir setengahnya berpenghasilan sebesar Rp 500.000-1.000.000, dapat dikatakan penghasilan orang tua kurang, sehingga penyediaan bahan makanan keluarga terbatas.

Berdasarkan hasil penelitian ini setara dengan penelitian Anik Kurniawati 2019, didapatkan bahwa hasil penelitian yang menunjukkan status gizi anak usia prasekolah usia 4-5 tahun di TK Al-Islam 1 Jamsaren mayoritas baik, sebagian besar memiliki pertumbuhan yang normal sebanyak 38 (80,8%) responden (Kurniawati & Suwanti, 2019).

Status gizi merupakan keadaan tubuh yang disebabkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dan jumlah yang dibutuhkan untuk berbagai fungsi biologis seperti pertumbuhan, perkembangan dan pemeliharaan kesehatan. Gizi pada anak prasekolah sangat penting, apabila anak mengalami kekurangan gizi, maka dapat menyebabkan gangguan perkembangan pada anak (Khair, 2021).

Status gizi dapat dilihat dari sosial budaya, kondisi sosial dapat mempengaruhi status gizi dan asupan makanan seseorang. Pada penduduk desa, pendistribusian bahan makanan dalam keluarga sering tidak merata antar penduduk. Banyak penduduk desa yang berkecukupan mendapatkan distribusi makanan, dan banyak juga penduduk desa yang kurang berkecukupan tidak mendapatkan distribusi makanan.

6.3. Hubungan Asupan Makanan Dengan Status Gizi Anak Prasekolah di TK Dharma Wanita Desa Sembayat

Berdasarkan hasil penelitian dari tabel 5.7 dapat diinterpretasikan bahwa dari 46 (100,0%) anak hampir seluruhnya anak memiliki asupan makan baik dengan status gizi baik sebanyak 36 (78,3%), dibandingkan dengan hampir setengahnya anak memiliki asupan makan baik dengan status gizi kurang sebanyak 10 (21,7%) anak. Dan tabel 5.7 juga diinterpretasikan bahwa dari 34 (100,0%) anak, sebagian

besar anak memiliki asupan makan kurang dengan status gizi baik sebanyak 21 (61,8%) anak, dibandingkan setengahnya anak memiliki asupan makan kurang dengan status gizi kurang 13 (38,2%) anak.

Berdasarkan dari uji data menggunakan uji *chi square* dengan hasil output SPSS tabel 2x2 dan tidak terdapat cells sehingga menunjukkan bahwa nilai signifikansi p value sebesar $0,173 >$ dari nilai 0,05. Dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan dari asupan makanan dengan status gizi anak prasekolah di TK Dharma Wanita Desa Sembayat.

Pada penelitian ini sejalan dengan penelitian Sitompul *et al.*, (2020) bahwa penelitian ini disimpulkan mayoritas dari siswa TK BOPKRI Gondokusuman Yogyakarta memiliki status gizi kurang baik dengan jenis makanan yang tergolong baik dan frekuensi makan yang termasuk tidak baik, sehingga penelitian ini dinyatakan tidak ada hubungan yang signifikan antara pola makan anak dengan status gizi siswa di TK BOPKRI Gondokusuman Yogyakarta.

Pada penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Sambo *et al.*, (2020) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi anak. Menurut Sulistiyoningsih dalam (Sambo *et al.*, 2020) yang mengatakan bahwa asupan makanan merupakan gambaran dari berbagai macam, jumlah, komposisi bahan makan yang dikonsumsi setiap hari oleh satu orang yang merupakan ciri khas dari kelompok tertentu.

Asupan makan yang kurang juga memungkinkan memiliki status gizi baik karena sebagian besar anak memiliki gizi baik dan setengahnya memiliki gizi kurang. Asupan makanan yang diberikan terdapat beberapa pilihan jenis makanan yang dibutuhkan oleh tubuh seperti makanan pokok (nasi, jagung, singkong,

kentang, dll), sumber nabati (tahu, tempe, kacang hijau, kacang kedelai), sumber hewani (ikan, udang, daging ayam, daging sapi, telur), sayur-sayuran (bayam, kangkung, sawi, dll), buah-buahan (jeruk, pisang, apel, dll). Terdapat juga beberapa faktor yang mempengaruhi gizi pada anak, faktor langsung (asupan makanan dan infeksi) dan faktor tidak langsung (tingkat ekonomi keluarga, social budaya, pengetahuan tentang gizi, dan aktivitas fisik).

Status gizi pada anak merupakan faktor penting dalam tumbuh kembang anak, maka orang tua harus memperhatikan kebutuhan dan porsi pemberian makanannya. Pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh faktor genetik, perilaku, dan lingkungan. Status gizi pada anak dipengaruhi secara langsung salah satunya yaitu asupan makanan yang dimakan anak dari segi kualitas maupun kuantitasnya (Afifah, 2018). Pertumbuhan pada anak perlu untuk dilakukan pemantauan pertumbuhan secara berkala. Pemantauan pertumbuhan fisik pada anak digunakan untuk memantau pertumbuhan pada anak yang normal atau tidak dengan menggunakan pengukuran antropometri (Kusuma & Hasanah, 2018).

Status gizi juga dapat mempengaruhi pengetahuan orang tua tentang gizi, jika orang tua memberikan anak pola asuh yang tepat dan pengetahuan gizi yang tepat untuk anak juga dapat mempengaruhi status gizi pada anak. Hal ini juga didukung oleh penelitian Vestine *et al.*, (2021) yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan orang tua memiliki hubungan yang kuat dengan status gizi anak.

Berdasarkan hasil analisa selama penelitian, didapatkan bahwa faktor yang mempengaruhi asupan makanan yaitu dari kebiasaan makan keluarga terdapat salah satu responden yang memiliki kebiasaan sering makan makanan cepat saji dikarenakan kesibukan orang tua, sehingga anak kurang perhatian dari orang tua

dan anak juga kurang bersosialisasi dengan temannya. Dari segi status gizi dapat mempengaruhi dari tingkat ekonomi keluarga yaitu kurangnya pendapatan setiap bulan sehingga dapat mempengaruhi ketersediaan makanan yang dikonsumsi keluarga.

6.4.Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini tidak terlepas dari keterbatasan penelitian. Pada penelitian mengenai asupan makanan anak peneliti menggunakan metode kuesioner *food frequency* yang berisi informasi tentang jumlah beberapa makanan pada anak selama periode waktu tertentu, sehingga kuesioner ini hanya diisi menurut ingatan dan kejujuran dari orang tua siswa.

