



HUBUNGAN PEMBERIAN MAKAN DENGAN MENU SEIMBANG DENGAN PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN ANAK USIA 4-6 TAHUN

Rina Afrilia Idayanti*, Yessy Nur Endah Sari, Suhartin

Program profesi S1 Kebidanan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan, Gerojokan, Karangbong, Pajajaran,
Probolinggo, Jawa Timur 67281, Indonesia

*aprilarina33@gmail.com

ABSTRAK

Pertumbuhan dan perkembangan anak menjadi suatu kasus yang terjadi di negara maju dan berkembang. Indonesia adalah negara yang mempunyai masalah pada tumbuh kembang anak. angka kejadian gangguan perkembangan tahun 2016 pada anak usia di bawah 5 tahun di Indonesia adalah 7.512 anak. gangguan status gizi anak di Indonesia terdiri 3,9% balita gizi buruk, 13,8% balita gizi kurang, 79,2% balita gizi baik, dan 3,1% balita gizi lebih. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya hubungan pemberian makanan dengan menu seimbang dengan pertumbuhan dan perkembangan anak usia 4 – 6 tahun di TK Al Imtizaz Nangkaan Kabupaten Bondowoso. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dengan menggunakan metode pendekatan cross sectional dengan total sampel. pengumpulan data dilakukan dengan mengisi instrumen penelitian berupa kuesioner. Analisis data yang digunakan ada univariat, bivariat dan multivariat. Hasil penelitian yaitu ada hubungan pemberian makan dengan menu seimbang terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak usia 4-6 tahun.

Kata kunci: anak usia 4-6 tahun; pemberian makan menu seimbang; perkembangan pertumbuhan

THE CORRELATION BETWEEN PROVIDING FOOD WITH A BALANCED MENU AND THE GROWTH AND DEVELOPMENT OF CHILDREN AGED 4-6 YEARS

ABSTRACT

Children's growth and development become a case in both developed and developing countries. Indonesia is a country that has problems with child development. the incidence of developmental disorders in 2016 in children under 5 years old in Indonesia was 7,512.6. Disturbances in the nutritional status of children in Indonesia consisted of 3.9% of toddlers with malnutrition, 13.8% of toddlers with malnutrition, 79.2% of them % of toddlers with good nutrition, and 3.1% of toddlers with excess nutrition (WHO, 2019). This study aimed to determine the relationship between providing food with a balanced menu and the growth and development of children aged 4-6 years at Al Imtizaz Nangkaan Kindergarten, Bondowoso. This type of research is a quantitative study, using a cross-sectional approach with a total sample. Data collection was carried out by filling out a research instrument in the form of a questionnaire. The data analysis used was univariable, bivariate and multivariate. The results of the study are that there is a correlation between feeding with a balanced menu on the growth and development of children aged 4-6 years.

Keywords: balanced menu feeding; children aged 4-6 years; development: growth.

PENDAHULUAN

Proses tumbuh kembangnya anak perlu mendapat perhatian lebih, karena proses tersebut menjadi peran penting dan akan berdampak dalam perkembangan anak kedepannya. Tumbuh adalah perubahan yang dapat dilihat dari bertambahnya ukuran tubuh seperti berat badan dan tinggi badan sedangkan berkembang merupakan perubahan yang dapat dilihat berdasarkan meningkatnya kemampuan motorik kasar dan halus, kognitif, emosional, bahasa dan sosial. Masalah pada pertumbuhan dan perkembangan anak ditentukan oleh beberapa aspek yaitu

internal dan eksternal. Faktor internal mampu berpengaruh pada tumbuh kembang anak adalah genetik, sedangkan faktor eksternal berupa lingkungan dan keluarga termasuk didalamnya yaitu pola asuh orang tua. (Yuniarti, 2017).

Pertumbuhan dan perkembangan anak menjadi suatu kasus yang terjadi di negara maju dan berkembang. Indonesia adalah negara yang mempunyai masalah pada tumbuh kembang anak. angka kejadian gangguan perkembangan tahun 2016 pada anak usia di bawah 5 tahun di indonesia adalah 7.512,6 per 100.000 populasi (7,51%) (WHO, 2018). pada tahun 2018 WHO mengatakan bahwasannya permasalahan yang dihaadapi antara lain tidak hanya kekurangan gizi, melainkan terdapat tinggi badan pendek dan kegemukan.gangguan status gizi anak di indonesia terdiri 3,9% balita gizi buruk, 13,8% balita gizi kurang, 79,2% balita gizi baik, dan 3,1% balita gizi lebih (WHO,2019). Pada tahun 2020 ini pelaksanaan survei status gizi ini tidak ada survey dikarenakan ada wabah pandemi covid-19, namun data yang masih bisa digunakan untuk melakukan pemantauan pertumbuhan pada balita, yaitu data bulan timbang agustus tahun 2020. berdasarkan data bulan timbang agustus tahun persentase balita underweight (BB/U) sebesar 9,8%, persentase balita stunting (TB/U) sebesar 12,4% dan persentase balita wasting sebesar 8,0%.tingkat partisipasi masyarakat dalam program perbaikan gizi pada balita dapat ditunjukkan dari indikator jumlah balita yang ditimbang dibagi jumlah sasaran balita (D/S). Tahun 2020 di jawa timur angka D/S tercatat hanya sebesar 48,4% (Lampiran Data Profil Kesehatan tabel 43). Persentase pencapaian ini mengalami penurunan dibanding dengan tahun 2019, yaitu sebesar 79.4% juga. Capaian yang rendah dikarenakan adanya pandemi covid-19, sehingga posyandu banyak yang tidak buka serta petugas kesehatanyang terkonfirmasi positif covid-19.

Berdasarkan data bulan timbang dari kabupaten/ kota tahun 2021 persentase balita underweight (BB/U) sebesar 9,8% sedangkan target RPJMN sebesar 15%, untuk persentase balita stunting (TB/U) sebesar 12,4% dan target rpjmn sebesar 18,4%, sedangkan persentase balita wasting sebesar 8,0% dan target rpjmn sebesar 7,8%. Salah satu indikator yang digunakan untuk melihat keberhasilan program gizi adalah berat badan menurut tinggi badan (BB / TB) yang menunjukkan adanya masalah gizi akut di suatu wilayah kerja. Indikator yang kedua adalah tinggi badan menurut umur (TB/U) yang menunjukkan masalah gizi yang terjadi dalam kurun waktu yang cukup lama (kronis/ stunting). Tumbuh kembang anak di mulai dari konsep sampai dewasa dipengaruhi dengan beberapa faktor tersebut adalah faktor genetik dan faktor lingkungan yang dapat menghambat tumbuh kembang anak. Oleh karena itu, di butuhkan lingkungan yang menunjang, agar bayi tumbuh kembang sesuai dengan potensi genetiknya. Secara umum terdapat dua faktor utama yang berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak yaitu faktor genetik dan faktor lingkungan (Soetjiningsih, 2016). Dan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pemberian makanan dengan menu seimbang dengan pertumbuhan dan perkembangan anak usia 4 – 6 tahun di TK Al Imtizaz Nangkaan Kabupaten Bondowoso.

METODE

Rancangan penelitian adalah keseluruhan dari perencanaan untuk menjawab pertanyaan penelitian dan mengantisipasi kesulitan yang dapat terjadi selama proses penelitian (Burn & Grove, 1991 dalam Notoatmodjo, 2010). Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dengan menggunakan metode pendekatan cross sectional. Setiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap status karakter atau variabel subjek pada saat pemeriksaan (Notoatmodjo, 2010). Dalam penelitian ini, peneliti bertujuan untuk mengetahui hubungan pemberian makan dengan menu

seimbang dengan pertumbuhan dan perkembangan anak usia 4 – 6 tahun. Penelitian tersebut akan dilakukan sekali waktu tanpa melakukan follow-up

HASIL

Tabel 1.
Distribusi Karakteristik Responden (n=31)

Karakteristik Responden	f	%
Pendidikan Orang Tua		
a. Tidak sekolah	0	0
b. SD	2	6
c. SMP	3	10
d. SMA	18	58
e. PT	8	26
Jenis Kelamin Anak		
a. Laki-laki	20	65%
b. Perempuan	11	35%

Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik orang tua dan anak berdasarkan pendidikan orang tua dan jenis kelamin anak. Tabel tersebut menunjukkan bahwa pendidikan orang tua persentase tertinggi pada jenjang pendidikan SMA sejumlah 18 orang (58%) dan jenis kelamin sebagian besar anak prasekolah adalah laki-laki sebanyak 20 anak (65%).

Tabel 2.
Distribusi Responden Menurut Pemberian Makan dengan Menu Seimbang

Menu Makanan	f	%
Seimbang	27	87,1
Tidak Seimbang	4	12,8

Tabel 2 Menunjukkan Distribusi data Responden Menurut Pemberian Makan Dengan Menu Seimbang Di TK Al Imtizaz Nangkaan Kabupaten Bondowoso dengan anak usia 4-5 tahun Makan Dengan Menu Seimbang sebesar 4 anak (66,7%), sedangkan yang berada pada kategori Makan Dengan Menu tidak Seimbang dengan anak usia 4-5 tahun yang terpenuhi 100%. Pada kategori Makan Dengan Menu Seimbang dengan anak usia 5-6 tahun sebesar 21 anak (84%), sedangkan yang berada pada kategori Makan Dengan Menu tidak Seimbang dengan anak usia 5-6 tahun yang tidak terpenuhi sebesar 4 anak (16%). Hasil penelitian pada 31 orang tua anak usia prasekolah menggambarkan sebagian besar anaknya yang bersekolah di TK Al Imtizaz Nangkaan Kabupaten Bondowoso Makan Dengan Menu Seimbang. Pertumbuhan berdasarkan TB/BB anak usia 4-6 tahun Di TK Al Imtizaz Nangkaan Kabupaten Bondowoso.

Tabel 3.
Distribusi Pertumbuhan berdasarkan TB/BB pada anak usia 4-6 tahun

Pertumbuhan		
	f	%
Gizi Kurang	4	12.9
Gizi Baik	23	74.2
Gizi Lebih	4	12.9

Tabel 3 untuk menentukan Kategori Pertumbuhan berdasarkan TB/BB, maka dilihat dari Nilai indeks Z-score. Untuk Gizi buruk (< -3 SD), Gizi kurang (-2 SD s.d -1 SD), Gizi baik (-1 SD s.d $+1$ SD), Gizi lebih ($> +1$ SD s.d $+2$ SD) dan Obesitas ($> +2$ SD). Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa Sebagian besar responden dengan kategori Gizi baik pada usia 4-5 tahun berjumlah 4 anak (66,7 %), dan Gizi lebih berjumlah 2 anak (33,3 %). Sedangkan pada usia 5-6 tahun bahwa Sebagian besar responden dengan kategori Gizi baik

berjumlah 19 anak (76 %), Gizi lebih berjumlah 2 anak (8%), dan pada Gizi kurang berjumlah 4 anak (16%).

Tabel 4.
Distribusi Perkembangan pada anak usia 4-6 tahun Di TK Al Imtizaz Nangkaan Kabupaten Bondowoso Mei 2023.

Kategori	f	%
Sesuai	25	80,6
Meragukan	5	16,1
Penyimpangan	1	3,2

Tabel 4 berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa Sebagian besar responden dengan kategori Perkembangan Sesuai yang berjumlah 27 anak (87 %) dan penyimpangan berjumlah 1 anak (3,2 %).

Tabel 5.
Tabulasi distribusi Hubungan Pemberian Makan Dengan Menu Seimbang dengan pertumbuhan

Pemberian Makan	Pertumbuhan										Total	
	Gizi buruk		Gizi kurang		Gizi baik		Gizi lebih		obesitas			
Seimbang	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
	0	0	0	0	23	85,1	4	2	0	0	27	87,1
Tidak seimbang	0	0	4	12,9	0	0	0	0	0	0	4	12,9

Tabel 5 berdasarkan hasil tabulasi diperoleh hasil Pemberian Makan Dengan Menu Seimbang memiliki pertumbuhan dengan kategori Gizi baik sebanyak 23 anak (85,1 %). Variabel Pemberian Makan Dengan Menu Seimbang memiliki nilai (p value) sebesar 0,02 atau < 0,05 berkesimpulan bahwa Pemberian Makan Dengan Menu Seimbang berpengaruh terhadap pertumbuhan.

Tabel 6.
Tabulasi distribusi Hubungan Pemberian Makan Dengan Menu Seimbang dengan perkembangan.

Pemberian Makan	Kategori						Total	
	Sesuai		Meragukan		penyimpangan			
	f	%	f	%	f	%	f	%
Seimbang	24	77,4	3	11,1	0	0	27	87,1
Tidak Seimbang	1	3,2	2	5	1	3,2	4	12,9

Berdasarkan hasil tabulasi diperoleh hasil Pemberian Makan Dengan Menu Seimbang memiliki perkembangan. dengan kategori sesuai sebanyak 25 anak (80,6 %) Variabel Pemberian Makan Dengan Menu Seimbang memiliki nilai (p value) sebesar < 0,01 atau < 0,05 berkesimpulan bahwa Pemberian Makan Dengan Menu Seimbang berpengaruh terhadap perkembangan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Roshinta Sony Anggarin (2020) dengan judul pola asuh pemberian makan terhadap status gizi pada anak usia pra sekolah (3-5 tahun) di desa tegalharjo dengan sampel keseluruhan mendapatkan hasil analisa x2 pola asuh makan dengan berat berdasarkan usia dan status gizi menurut berat dan tinggi badan menunjukkan nilai $\rho = 0,000$ atau lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan berat badan berdasarkan usia dan tinggi badan berdasarkan usia. Ibu atau pengasuh anak disarankan untuk memperbaiki pola makan pada anak usia pra sekolah, terutama dalam memilih jenis makanan dan komposisi gizi seimbang dalam makanan anak.

PEMBAHASAN

Pemberian makan anak merupakan hal penting yang memerlukan pemikiran dan usaha. Pemberian makan anak yang harus diperhatikan mulai dari bahan makanan (termasuk gizi seimbang untuk anak), menu makanan, dan peralatan yang di gunakan. Asupan makanan yang masuk dan keluar dari tubuh akan mempengaruhi kondisi dan derajat kesehatan seseorang. Peran orang tua sangat penting dalam menentukan gizi pada anak karena anak usia prasekolah harus dikenalkan beragam jenis makanan agar bisa memenuhi gizi yang seimbang. Makanan yang terlalu asam, manis, asin, dan pedas atau berbumbu tajam sebaiknya tidak diberikan, hal ini dapat mengganggu pencernaan anak sehingga dapat mengakibatkan sakit perut dan diare. Porsi makan anak usia prasekolah sudah mulai besar dan disesuaikan dengan kebutuhan gizi anak, sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang dengan sehat dan optimal. Kebiasaan menyukai makanan tertentu yang berlebihan pada anak usia 99 prasekolah dapat menyebabkan kurang gizi. Orang tua harus kreatif dalam membuat variasi menu hidangan sesuai dengan pedoman gizi seimbang yang di dalamnya terkandung karbohidrat, protein nabati, protein hewani, lemak, vitamin, mineral, serat, dan air yang cukup ((Sutomo & Anggraini, 2018)

Hasil Penelitian Menunjukkan Distribusi data Responden Menurut Pemberian Makan Dengan Menu Seimbang Di TK Al Imtizaz Nangkaan Kabupaten Bondowoso dengan anak usia 4-5 tahun Makan Dengan Menu Seimbang sebesar 6 anak (100%), sedangkan Pada kategori Makan Dengan Menu Seimbang dengan anak usia 5-6 tahun sebesar 21 anak (84%), sedangkan yang berada pada kategori Makan Dengan Menu tidak Seimbang dengan anak usia 5-6 tahun yang tidak terpenuhi sebesar 4 anak (16%). Hasil penelitian pada 31 orang tua anak usia prasekolah menggambarkan sebagian besar anaknya yang bersekolah di TK Al Imtizaz Nangkaan Kabupaten Bondowoso Makan Dengan Menu Seimbang. Pemberian makan yang tidak tepat dapat mengakibatkan anak mengalami malnutrisi, gizi buruk, kecerdasan otak tidak maksimal, menurunkan daya tahan tubuh dan pertumbuhan serta perkembangan terhambat. Pemberian makan yang tepat pada bayi dan anak dapat mempengaruhi kenaikan berat badan secara optimal sehingga anak dapat mengalami pertumbuhan dan berkembang dengan sehat dan baik.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa Sebagian besar responden dengan kategori Gizi baik pada usia 4-5 tahun berjumlah 4 anak (66,7 %), dan Gizi lebih berjumlah 2 anak (33,3 %). Sedangkan pada usia 5-6 tahun bahwa Sebagian besar responden dengan kategori Gizi baik berjumlah 19 anak (76 %), Gizi lebih berjumlah 4 anak (16%), dan pada Gizi kurang berjumlah 2 anak (8%) Penelitian ini sejalan dengan penelitian Emalia dkk(2015) bahwa asupan energi dan karbohidrat dengan status gizi indikator BB/TB ditemukan terdapat hubungan antara keduanya dengan p-value masing-masing yaitu 0.047 dan 0.007 (p-value<0.05). Pada penelitian Purwaningrum (2012) hubungan asupan energi dan protein dengan status gizi indikator BB/TB ditemukan hasil yang signifikan dengan p-value masing-masing yaitu 0.000 (p-value<0.05) yang artinya terdapat hubungan yang bermakna antara energi dan protein dengan status gizi anak. Selain itu, pada penelitian Muchlisa et al.,(2013) ditemukan bahwa ada hubungan antara asupan zat gizi baik energi, protein, karbohidrat, seng dan lemak dengan status gizi dengan masing-masing didapatkan p-value yaitu 0.000 (energi, KH, protein, seng); 0.002 (lemak) (p-value< 0.05).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa Sebagian besar responden dengan kategori Perkembangan Sesuai yang berjumlah 25 anak (80,6 %), meragukan 5 (16,1%) dan penyimpanan berjumlah 1 anak (3,2 %). Kurang optimalnya perkembangan akan mengakibatkan terganggunya kecerdasan emosional anak serta hilangnya rasa ingin tahu anak terhadap lingkungan akan menghambat proses perkembangan anak (Nurillah A (2016), Solihin (2013). Serta dapat berpengaruh pada anak balita pada jangka panjang yaitu mengganggu kesehatan, pendidikan serta produktifitasnya di kemudian hari. Anak balita stunting cenderung akan sulit mencapai potensi pertumbuhan dan perkembangan yang optimal baik secara fisik maupun psikomotorik (Aridiyah et al, 2015). Maka dari itu diharapkan untuk ibu agar selalu memenuhi kebutuhan gizi yang dibutuhkan anak agar kelak perkembangan anak sesuai dengan usianya dan optimal.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian maka didapatkan Pemberian Makan Dengan Menu Seimbang pada anak usia 4-6 tahun Di TK Al Imtizaz Nangkaan Kabupaten Bondowoso sebagian besar Menu Seimbang sebanyak 27 orang (87%).Pertumbuhan dan perkembangan pada anak usia 4-6 tahun Di TK Al Imtizaz Nangkaan Kabupaten Bondowoso sebagian besar anak di kategori gizi baik sebanyak 22 orang (71,1%) dan untuk perkembangan sebagian besar anak sesuai yaitu berjumlah 27 anak (71,1%). Maka ada hubungan Pemberian Makan Dengan Menu Seimbang dengan pertumbuhan dan perkembangan pada anak usia 4-6 tahun Di TK Al Imtizaz Nangkaan Kabupaten Bondowoso.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. (2010). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Christiari Ayu Yuniko. (2018). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Stimulasi Dini Dengan Perkembangan Motorik Pada Anak Usia 6 – 24 Bulan Di Kecamatan Mayang Kabupaten Jember.
- DepKes RI. (2013). Buku Panduan Kesehatan Ibu Dan Anak Program Departemen Kesehatan RI. Jakarta: DepKes RI.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Bondowoso. (2018). Profil Kesehatan Bondowoso. Bondowoso: Dinas Kesehatan Kabupaten Bondowoso.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Jatim. Surabaya: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.
- Dinkes Provinsi Jatim. (2019). Data Pemantauan Status Gizi. Surabaya.
- Husnuziadatul Khairi. (2018). Karakteristik perkembangan anak usia dini dari 0-6 tahun.
- Kemenkes. (2018). Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia 2017. Jakarta: Kementerian Republik Indonesia.
- Meiuta Hening Prastiwi. (2019). Pertumbuhan dan perkembangan anak usia 3-6 tahun.
- Mery Sambo. (2020). Hubungan pola makan dengan status gizi pada anak usia prasekolah.
- Muhammad Habib Aziz Syahroni. (2021). faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan anak usia prasekolah (4-6 tahun) ditinjau dari capaian gizi seimbang.
- Mulyani Sumantri. (2018). Pertumbuhan dan Perkembangan Anak.

- Mulyani Sumantri, M.Sc. (2018). Perkembangan peserta didik. Jawa Barat: Universitas Terbuka.
- Notoatmodjo. (2018). Metodologi penelitian Kesehatan. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Roshinta Sony Anggarin. (2020). pola asuh pemberian makan terhadap status gizi pada anak usia pra sekolah (3-5 tahun) di desa tegalharjo.
- Rustanti, N. (2015). Buku Ajar Ekonomi dan Gizi. Yogyakarta: Deepublish.
- Sarwono, W. (2018). Pengkajian Status Gizi Studi Epidemiologi. Jakarta.
- Saryono. (2018). Metode Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: Mitra Cendikia.
- Sediaoetama, A. (2008). Ilmu Gizi Untuk Mahasiswi dan Profesi Jilid I. Jakarta: Dian Rakyat.
- Setyaningrum, S.R., Triyanti & Indrawani, Y.M. (2014). Pembelajaran di Pendidikan Anak Usia Dini dengan Perkembangan Kognitif pada Anak, Association Participation in Early Childhood Education with Cognitive Development of Early Childhood. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional, 8(6, Januari), 243–249.
- Soetjiningsih. (2016). Tumbuh Kembang Anak. Jakarta: EGC .
- Sri Yuniarti, S.Psi., S.Kep., S.ST., MKM. (2017). Asuhan tumbuh kembang neonatus bayi-balita dan anak pra-sekolah. Bandung: Refika Aditama.
- Sugiyono. (2019). Statistik Non Parametrik. Jakarta: CV. Alfabeta.
- Supariasa. (2017). Penilaian Status Gizi. Jakarta: EGC.
- Suranto, S. & Tinah. (2015). Hubungan Pola Asuh Dengan Perkembangan Personal Sosial Anak Toddler Di Paud Tetukodesa Klaten. Jurnal Kebidanan, VII(53), 67–81.
- Wahyudi Istiano. (2019). Analisis Faktor-Faktor yang mempengaruhi Status Gizi Balita.

