

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI POLA MAKAN PADA ANAK  
BALITA DI POSYANDU “DAHLIA” DUSUN LODOYONG LUMBUNGREJO  
TEMPEL SLEMAN YOGYAKARTA**

**TAHUN 2012**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun Oleh :**

**Arum Dahlia**

**NIM : 090105144**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN D III  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA**

**2011**

**FACTORS AFFECTING CHILDREN UNDER FIVE EATING IN CHILDREN  
IN POSYANDU "Dahlia" LODOYONG LUMBUNGREJO TEMPEL  
SLEMAN YOGYAKARTA THE YEAR 2012<sup>1</sup>**

**Arum Dahlia<sup>2</sup>, Tri Wahyuning<sup>3</sup>**

**ABSTRACT**

From results of research can be concluded that the internal factors that is the age factor the most of the children aged 1-3 years which totaled 23 children (74.20%), and the rest are 4-5 years old is 8 children (25, 80%). Activities of children, all under five, amounting to 31 children (100%) active children, many activities such as playing, running and exercising. Health of children, of most or 23 children (74.20%) in the last 2 months seldom or never sick and there are 8 children (25.80%) often suffer from diseases that affect appetite. External factors is the level of income mothers, mostly under the minimum wage, most mothers do not work, the level of maternal education high school graduates, number of children in families 1-2 and level of knowledge of mothers who never received counseling on nutrition. Recommendations for mothers who have children under five in order to improve the care of children especially in child nutrition diet for her age.

**Keyword** : diet, childrens under five

**PENDAHULUAN**

Masalah gizi merupakan refleksi dari banyak faktor yang saling terkait, baik secara langsung maupun tidak langsung. Beberapa penelitian menjelaskan bahwa masalah gizi adalah refleksi dari faktor pola asuh, pola makan, dan asupan zat gizi yang tidak benar karena berbagai macam faktor di masyarakat. Peranan keluarga terutama ibu dalam mengasuh anak sangat menentukan status gizi dan tumbuh kembang anak. Ibu yang dapat membimbing anak tentang cara makan yang sehat dan makanan bergizi akan meningkatkan status gizi anak (Asrar dkk, 2009).

Nutrisi sangat berguna untuk menjaga kesehatan dan mencegah

penyakit. Selain karena faktor kekurangan nutrisi, akhir-akhir ini juga muncul penyakit akibat salah pola makan seperti kelebihan makan atau makan makanan yang kurang seimbang. Bahkan, kematian akibat penyakit yang timbul karena pola makan yang salah / tidak sehat belakangan ini cenderung meningkat. Untuk menghindari penyakit-penyakit akibat pola makan yang kurang sehat, diperlukan suatu pedoman bagi individu, keluarga, atau masyarakat tentang pola makan yang sehat.

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pola makan anak balita, yaitu faktor internal dan eksternal (Syafiq, 2007). Faktor

<sup>1</sup>title Masterpiece Writes Is Scientific

<sup>2</sup>Student DIII Prodi Midwifery STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup>Lectures STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

internal antara lain : umur anak, aktivitas anak, dan kesehatan anak tersebut. Faktor eksternalnya yaitu pendapatan keluarga, pekerjaan ibu, pendidikan ibu, jumlah anak dalam keluarga, dan pengetahuan. Dalam hal ini pola makan balita dapat mempengaruhi status gizi balita yang terdapat empat kemungkinan yaitu status gizi buruk, gizi kurang, gizi baik dan gizi lebih (Almatsier, 2002).

Keanekaragaman dari pendidikan maupun pekerjaan sebagian besar relative sama dan tidak ada perbedaan yang cukup signifikan. Materi penelitian ini adalah faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan anak balita, karena pola makan sangat mempengaruhi status gizi balita yang dapat berdampak negative apabila status gizinya kurang ataupun lebih.

#### **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan non eksperimen yaitu menggunakan metode observasional dengan pendekatan waktu cross sectional, yaitu suatu metode pengambilan data yang dilakukan pada waktu yang sama dengan subyek yang berbeda. Metode ini bertujuan agar diperoleh data yang lengkap dalam waktu yang relative cepat. Rancangan penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif yaitu penelitian yang memberikan gambaran terhadap obyek yang diteliti melalui data sample atau populasi sebagaimana adanya tanpa melakukan analisa dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum yaitu tentang factor-faktor yang mempengaruhi pola makan pada anak balita di posyandu Dahlia Dusun Lodoyong, Lumbungrejo,

Tempel, Sleman, Yogyakarta (Sugiyono, 2002).

Penelitian ini menggunakan variable tunggal yaitu : Faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan pada anak balita, yang terbagi menjadi dua faktor yaitu internal antara lain umur anak, aktivitas anak, kesehatan, serta faktor eksternal antara lain yaitu pendapatan keluarga, pekerjaan ibu, pendidikan ibu, jumlah anak dalam keluarga dan pengetahuan. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu yang mempunyai anak balita di dusun Lodoyong ,Lumbungrejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta yang berjumlah 40 orang. Metode pengambilan sampling dengan *purposive sampling* yaitu tehnik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2007: 68). Dalam penelitian ini besarnya sampel dengan menggunakan tarif kesalahan 10 % yaitu berjumlah 31 orang secara acak.

Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner dengan jenis kuisisioner tertutup, dimana responden tinggal memilih alternative jawaban yang telah diberikan dan disediakan sesuai dengan petunjuk (Notoadmodjo, 2002: 79). Pengumpulan data yang berhubungan dengan faktor-faktor yang pola makan pada anak balita yaitu pada saat ada posyandu dan nantinya akan dibantu oleh kader posyandu, langkah-langkahnya menggunakan Tahap Perencanaan, Tahap Pelaksanaan, Tahap Pelaporan.

Proses pengolahan data yang didapat dari pengisian kuesioner menggunakan , Editing yaitu Kegiatan memeriksa data, kelengkapan,

kebenaran pengisian data, keseragaman ukuran, keterbacaan tulisan dan konsistensi data berdasarkan tujuan penelitian. Coding atau pemberian kode pada data yang berskala nominal dan ordinal. Kodanya berbentuk angka atau nomor, bukan simbol karena hanya angka yang dapat diolah secara statistik dengan bantuan program komputer. Entry atau memasukan data yang telah dikoding ke dalam program komputer. Ketelitian dan kecermatan sangat penting dalam hal ini, apabila salah melakukan entry data maka akan berpengaruh pada kebenaran data dan selanjutnya akan berpengaruh pada analisis serta pengambilan kesimpulan hasil penelitian. Cara melakukan pembersihan data adalah data diperiksa di monitor (apabila sampel kecil) atau cetak di kertas (untuk sampel besar). Hasil pengkodean dimasukan dalam tabel yang telah disediakan. Proses tabulasi meliputi (1) mempersiapkan tabel dengan kolom dan barisnya yang disusun dengan cermat sesuai dengan kebutuhan; (2) menghitung banyaknya frekuensi untuk setiap kategori jawaban, dan (3) menyusun tabel frekuensi dengan tujuan agar data yang dapat tersusun dengan rapi, mudah untuk dibaca, dan dianalisis.

Etika penelitian yaitu semacam persetujuan dari komite etik penelitian disuatu institusi bahwa penelitian yang akan dilakukan ini tidak membahayakan reponden penelitian. Pada umumnya diajukan oleh peneliti

apabila penelitian yang akan dilakukan akan mencakup tindakan infasif pada tubuh manusia. Selain itu, untuk penelitian eksperimen, penelitian perlu menjelaskan langkah-langkah eksperimen, menyampaikan jaminan kerahasiaan dan keamanan responden. Setelah mendapatkan informasi tersebut, responden berhak menolak keikutsertaan menjadi responden. Apabila responden menyetujuinya, maka responden diminta menandatangani persetujuan menjadi responden.

#### **HASIL PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif untuk memperoleh gambaran tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan yang tidak sesuai pada anak balita di Posyandu 'Dahlia', Dusun Lodoyong, Lumbungrejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta. Data yang diperoleh dalam penelitian ini merupakan data primer, yaitu menggunakan kuisisioner yang diisi secara lengkap oleh responden, sehingga semua bisa diolah. Setelah kuisisioner mencukupi target kemudian melakukan pengolahan yaitu editing, coding, entry, cleaning, tabulating dan melakukan analisis data. Setelah kuisisioner mencukupi target kemudian melakukan pengolahan yaitu editing, coding, entry, cleaning, tabulating dan melakukan analisis data. Hasil penelitian penulis terdapat beberapa faktor – faktor diantaranya :

Dari hasil penelitian yang diteliti mendapatkan Faktor Internal yang Mempengaruhi Pola Makan Pada Anak Balita.

Tabel 10.1 Tingkat Umur Anak Di Posyandu 'Dahlia', Dusun Lodoyong, Lumbungrejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta Tahun 2012

Umur anak	Frekuensi	Presentase (%)
1-3 tahun	23	74,20 %
4-5 tahun	8	25,80 %
<b>Jumlah</b>	31	

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar anak berusia 1-3 tahun yaitu berjumlah 23 anak (74,20 %), dan sisanya adalah berumur 4-5 tahun yaitu 8 anak (25,80 %).

Tabel 10.2. Tingkat Aktivitas Anak Yang Mempengaruhi Pola Makan Pada Anak Balita Di Posyandu 'Dahlia' Dusun Lodoyong, Lumbungrejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta Tahun 2012.

Aktivitas Anak	Frekuensi	Presentase (%)
Anak banyak beraktivitas : bermain, berlari	31	100 %
Anak tidak banyak beraktivitas	0	0
<b>Jumlah</b>	31	100 %

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa seluruh balita yang berjumlah 31 anak (100 %) anak aktif, banyak melakukan aktivitas seperti bermain, berlari dan berolahraga.

Tabel 10.3. Tingkat Kesehatan Anak Di Posyandu 'Dahlia' Dusun Lodoyong, Lumbungrejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta Tahun 2012

Kesehatan anak	Frekuensi	Presentase (%)
Anak sering menderita penyakit	8	25,80 %
Anak jarang/tidak pernah sakit	23	74,20 %
<b>Jumlah</b>	31	100

Berdasarkan tabel 10.3. dapat diketahui bahwa keadaan kesehatan anak, sebagian besar atau 23 anak (74,20%) dalam 2 bulan terakhir jarang atau tidak pernah sakit dan ada 8 anak (25,80% ) sering menderita penyakit yang mempengaruhi nafsu makannya seperti sariawan, penyakit saluran pencernaan, demam, diare dan penyakit lainnya.

Faktor Eksternal Tingkat pendapatan keluarga yang mempunyai anak balita dapat dilihat pada tabel berikut : Tabel 10.4. tingkat pendapatan keluarga Di Posyandu 'Dahlia' Dusun Lodoyong, Lumbungrejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta Tahun 2012

Tingkat pendapatan keluarga	Frekuensi	Presentase
< 892.660	17	54,84%
>892.660	14	45,16%
<b>Jumlah</b>	31	100 %

Berdasarkan tabel 10.4. dapat diketahui bahwa sebagian besar responden atau 17 keluarga (54,84 %) mempunyai pendapatan dalam sebulan < 892.660 dan yang mempunyai pendapatan > 892.660 sejumlah 14 responden (45,16 %).

Tabel 10.6. Tingkat Pendidikan Ibu Di Posyandu 'Dahlia' Dusun Lodoyong, Lumbungrejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta Tahun 2012

<b>Tingkat pendidikan ibu</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Prosentase</b>
<b>SD</b>	0	0
<b>SMP</b>	8	25,81 %
<b>SMA</b>	14	45,16 %
<b>PT</b>	8	25,81 %
<b>Tidak tamat SD</b>	1	3,23 %
<b>Tidak bersekolah</b>	0	0
<b>Jumlah</b>	31	100 %

Berdasarkan tabel 10.6. tersebut, dapat diketahui bahwa dari 31 responden terdapat 8 responden (25,81 %) yang mempunyai tingkat pendidikan SMP, 14 orang responden (45,16 %) mempunyai tingkat pendidikan SMA, 8 orang responden (25,81 %) mempunyai tingkat pendidikan PT dan sisanya 1 responden (3,23 %) tidak tamat SD.

Tabel 10.7. Jumlah anak dalam keluarga di Posyandu 'Dahlia', Dusun Lodoyong, Lumbungrejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta Tahun 2012

<b>Jumlah anak dalam keluarga</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Prosentase</b>
<b>1 atau 2 anak</b>	26	83,97 %
<b>Lebih dari 2 anak</b>	5	16,13 %
<b>Jumlah</b>	31	100 %

Berdasarkan tabel 10.7 tersebut dapat diketahui bahwa dari 31 responden terdapat 26 responden (83,97 %) mempunyai 1 atau 2 anak saja dan sisanya 5 responden (16,13 %) mempunyai anak lebih dari dua.

Tabel 10.8. Pengetahuan Ibu Di Posyandu 'Dahlia', Dusun Lodoyong, Lumbungrejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta Tahun 2012

<b>Pengetahuan ibu</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
<b>Ibu pernah mendapatkan penyuluhan</b>	22	70,97 %
<b>Ibu belum pernah mendapatkan penyuluhan</b>	9	29,03 %
<b>Jumlah</b>	31	100

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa dari 31 responden, terdapat 22 responden (70,97%) ibu pernah mendapatkan penyuluhan tentang gizi, sedangkan sebagian lainnya yaitu sejumlah 9 responden (29,03%) ibu belum pernah mendapatkan penyuluhan tentang gizi.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, selanjutnya dilakukan pembahasan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan yang tidak sesuai pada anak balita di Posyandu 'Dahlia', Dusun Lodoyong, Lumbungrejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta. Faktor yang akan dibahas yaitu seluruh faktor yang mempengaruhi pola makan yang tidak sesuai balita pada balita, dibagi menjadi dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal.

Faktor Internal berdasarkan hasil penelitian yang telah disajikan, dapat diketahui bahwa sebagian besar yaitu 23 balita (74,20 %) adalah berumur 1-3 tahun, sisanya yaitu 8 anak (25,80 %) berusia 4-5 tahun. Usia anak merupakan salah satu faktor yang berperan dalam pola makan anak. Pada anak balita terjadi pertumbuhan dan perkembangan sangat cepat, kebutuhan akan nutrisi dan kalori jauh lebih tinggi dibandingkan dengan orang dewasa, hal ini terkait dengan perkembangan tubuhnya yang masih dalam masa pertumbuhan. Tingkat umur anak yang sebagian besar adalah berumur 1-3 tahun merupakan faktor yang mempengaruhi pola makan. Pada usia ini makanan yang mereka makan tergantung pada apa yang disediakan ibu, oleh sebab itu peran ibu dalam pemberian makanan sangat penting dan harus diperhatikan.

Peningkatan aktivitas fisik pada anak tanpa disertai penambahan asupan kalori yang sesuai, memiliki dampak yang lebih bersifat jangka panjang dibandingkan orang dewasa.

Terdapat 8 balita atau 25,80% yang balitanya dalam 2 bulan terakhir pernah atau jarang sakit. Anak yang menderita penyakit biasanya mempengaruhi nafsu makan anak. Penyakit yang mempengaruhi nafsu makan umumnya kelainan pada mulut seperti sariawan, tonsillitis, demam, diare serta beberapa penyakit yang dapat menyebabkan penurunan nafsu makan.

Pengetahuan ibu adalah suatu faktor yang penting dalam pemberian makanan tambahan pada bayi karena dengan pengetahuan yang baik, ibu tahu kapan waktu pemberian makanan yang tepat. Pengetahuan tersebut dapat diperoleh dari informasi yang disampaikan oranglain maupun dari penyuluhan-penyuluhan. Berdasarkan hasil penelitian dari 31 responden, terdapat 22 ibu (70,97 %) yang sudah pernah mendapatkan penyuluhan gizi dan 9 ibu (29,03%) belum pernah mendapatkan penyuluhan tentang gizi. Ibu yang pernah mendapatkan penyuluhan gizi akan berdampak pada pemberian makanan ke anaknya, ibu akan lebih berhati-hati dan memberikan makanan tidak asal-asalan, namun dengan memperhatikan gizi dan kebutuhan yang diperlukan anaknya. Pengetahuan ibu yang baik diharapkan dapat meningkatkan pemantauan terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga kelainan dini dapat segera dideteksi dan dicegah dari awal. Semakin baik tingkat pengetahuan ibu maka akan semakin baik pula tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak.

Penulis menyadari bahwa penelitian yang penulis lakukan masih banyak memiliki keterbatasan, khususnya tidak disertakan metode pengumpulan data dengan wawancara guna mendukung kuisisioner dan dokumentasi yang digunakan sehingga belum diketahui secara mendalam factor-faktor yang mempengaruhi pola makan pada anak balita. Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu dalam pengumpulan data dengan mengisi kuisisioner, ada beberapa orang responden yang tidak mau berpartisipasi dalam pengisian kuisisioner.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Umur anak di Posyandu “Dahlia” dusun Lodoyong, Lumbungrejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta tahun 2012 sebagian besar atau 23 anak (74,19%) berumur 1-3 tahun yang merupakan konsumen pasif makanan yang mereka makan tergantung pada apa yang disediakan ibunya, oleh sebab itu peran orang tua dalam pemberian makanan sangat penting dan harus diperhatikan. Aktivitas anak di Posyandu “Dahlia” dusun Lodoyong, Lumbungrejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta tahun 2012 seluruhnya atau 31 anak (100 %) aktif beraktivitas. Anak yang aktif membutuhkan lebih banyak penambahan asupan kalori. Sehingga disini dibutuhkan peran orang tua untuk memberikan makanan sesuai dengan kebutuhan anaknya. Kesehatan anak dari hasil penelitian di Posyandu “Dahlia” dusun Lodoyong, Lumbungrejo, Tempel, Sleman,

Yogyakarta tahun 2012 didapatkan bahwa sebagian besar atau 23 anak (74,19%) jarang atau tidak pernah sakit.

Faktor eksternalnya meliputi, Tingkat pendapatan keluarga didapatkan hasil bahwa sebagian besar atau 17 ibu (54,84 %) mempunyai pendapatan dibawah UMR. Pendapatan yang rendah mengakibatkan daya beli masyarakat juga rendah sehingga pola makan anak tidak teratur yang menyebabkan gizinya kurang. Status pekerjaan orang tua dari hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar atau 17 ibu (54,84 %) sebagai ibu rumah tangga sehingga ibu mempunyai waktu yang cukup banyak untuk mengatur pola makan anaknya. Tingkat pendidikan ibu sebagian besar adalah tamat SMA, sehingga berdampak pada pola makan anak yang tidak teratur, karena semakin tinggi pendidikan seorang ibu semakin tinggi pula pengetahuan ibu untuk memperhatikan menu makanan anaknya. Jumlah anak dalam keluarga dan pengetahuan ibu.

Hasil penelitian diketahui bahwa 25 ibu (83,87%) mempunyai anak kurang dari 3. Hal ini bisa menyebabkan pola makan anak menjadi lebih baik daripada keluarga yang mempunyai anak 3 atau lebih, karena orangtua bisa lebih mengontrol kegiatan yang dilakukan anaknya terutama masalah kebiasaan makan sehari-hari. Tingkat pengetahuan ibu Hasil penelitian terdapat 22 ibu (70,93) sudah pernah mendapatkan penyuluhan tentang gizi dan 9 ibu (29,03) belum pernah mendapatkan penyuluhan tentang gizi. Ibu yang

pernah mendapatkan penyuluhan akan berdampak pada pemberian makanan yang diberikan pada anaknya, ibu akan lebih hati-hati dalam memberikan makanan dengan memperhatikan gizi dan besarnya kebutuhan anak tersebut.

### **Saran**

Bagi ibu-ibu yang mempunyai anak balita untuk lebih memperhatikan kegiatan sehari-hari anaknya, terutama dalam hal pola asuh gizi/nutrisinya. Karena pola asuh orangtua sangat mempengaruhi pola makan yang berdampak pada status gizi anak.

Bagi kader-kader Posyandu agar dapat melaksanakan tugasnya di posyandu dengan memberikan penyuluhan tentang gizi kepada ibu-ibu balita agar pengetahuan ibu tentang gizi bertambah. Serta mengembangkan posnyandunya menjadi Posyandu Mandiri dengan mengaktifkan dan sehat masyarakat.

Bagi bidan yang mempunyai tanggung jawab mengurus posyandu di wilayahnya agar memberikan pelayanan yang baik terutama pada anak sakit yang memeriksakan diri ke bidan dengan memberikan pengobatan yang sesuai.

Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian tentang pola makan sebaiknya pengumpulan data untuk mengamati kejujuran dan respon dari responden yang bersangkutan, mungkin lebih baik jika pengukuran dilakukan dengan wawancara secara mendalam sehingga

peneliti dapat lebih mempelajari dan mengamati respon dari responden dalam menjawab sesuatu hal.

### **DAFTAR RUJUKAN**

- Almatsier, Sunita., 2006. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Gramedia Pustaka Utama: Jakarta
- Asrar, M., Hadi, Hamam. & Boediman, Dradjat. (2009) Pola asuh, pola makan, asupan zat gizi dan hubungannya dengan status gizi anak balita masyarakat Suku Nuanulu di Kecamatan Amahai Kabupaten Maluku Tengah Provinsi Maluku. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. Vol 6 (2) November, pp. 84-94
- Notoatmodjo. S., 2002, Metodologi Penelitian Kesehatan, Cetakan Kedua. Rineka Cipta: Jakarta
- Syafiq, Achmad., 2007. Gizi dan Kesehatan Masyarakat. Raja Grafindo Persada: Jakarta
- Sugiyono., 2002, Statistik Untuk Penelitian. Alfabeta: Jakarta
- Suhardjo., 2003, Berbagai Cara
- Syafrudin, Theresia, Jomima., 2009, Ilmu Kesehatan Masyarakat. Trans Info Media: Jakarta
- Yuniatuti, Ari. 2008, Gizi dan Kesehatan. Graha Ilmu: Yogyakarta