

Status gizi balita ditinjau dari pendapatan keluarga dan pola makan

Elvi Sahara Lubis^{1*}, Andry Simanullang¹, Buenita S¹, Mangatas Silaen¹, Horas Rajagukguk¹, Djamin Katarino¹

¹Fakultas Kedokteran, Kedokteran Gigi, dan Ilmu Kesehatan Universitas Prima Indonesia

ABSTRAK

Masa balita adalah periode perkembangan fisik dan mental yang pesat. Kesehatan seorang balita sangat dipengaruhi oleh gizi yang terserap di dalam tubuh. Kurangnya energi yang diserap oleh tubuh mengakibatkan tubuh mudah terserang penyakit karena gizi memberi pengaruh yang besar terhadap kekebalan tubuh dan mempengaruhi kecerdasan, apabila gizi yang diperlukan oleh otak tidak terpenuhi, otak akan mengalami pengaruh sehingga tidak dapat berkembang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara pendapatan keluarga dan pola makan terhadap status gizi balita. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang mempunyai anak balita yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Glugur Darat di Lingkungan II Kelurahan P.B. Darat II Kecamatan Medan Timur yaitu sebanyak 37 balita. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan tidak ada hubungan pendapatan keluarga dengan status gizi balita (0,63) namun terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi balita (0,021). Oleh sebab itu disarankan kepada ibu yang memiliki anak balita agar memperhatikan pola makan dengan gizi seimbang dengan cara menentukan jumlah makanan dan jenis makanannya sesuai kebutuhan anak balita sehingga pola makan anak tepat.

Kata kunci: pendapatan keluarga, pola makan, status gizi, balita

ABSTRACT

Infancy is a period of rapid physical and mental development. The health of a toddler is greatly influenced by the nutrients that are absorbed in the body. Lack of energy absorbed by the body causes the body to be susceptible to disease because nutrition has a great influence on immunity and affects intelligence. This study aims to determine whether there is a relationship between family income and diet on the nutritional status of children under five. The sample in this study were all mothers who have children under five in the Working Area of the Glugur Darat Health Center in Environment II Kelurahan P.B. Darat II, Medan Timur District, as many as 37 children under five. From the results of the study, it can be concluded that there is no relationship between family income and the nutritional status of children under five (0.63) but there is a significant relationship between diet and nutritional status of children under five (0.021). Therefore, it is recommended to mothers who have children under five to pay attention to a balanced diet by determining the amount of food and the type of food according to the needs of children under five so that the child's diet is right.

Keywords: family income, diet, nutritional status, toddler

*Korespondensi: elvisaharalubi@gmail.com

DOI: -

PENDAHULUAN

Balita merupakan kelompok umur yang rawan gizi dan rawan penyakit, dan yang paling banyak menderita gangguan akibat gizi (Kurang Energi Protein) dikarenakan anak balita berada dalam masa transisi, pada masa ini terjadi perubahan pola makan dari makanan bayi ke makanan dewasa.¹ Pola makan yang baik perlu dibentuk sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi.² Pola makan yang tidak sesuai akan menyebabkan gizi berlebih atau sebaliknya kekurangan. Asupan berlebih dapat menyebabkan kelebihan berat badan dan penyakit lain yang disebabkan oleh kelebihan zat gizi.³

Status gizi balita dapat diukur dengan indeks berat badan per umur (BB/U), tinggi badan per umur (TB/U) dan berat badan per tinggi badan (BB/TB).⁴ Hasil Pengukuran Status Gizi (PSG) pada balita 0-59 bulan pada tahun 2016 di Indonesia dengan indeks BB/U diperoleh persentase gizi buruk sebesar 3,4%, gizi kurang sebesar 14,4% dan gizi lebih sebesar 1,5%. Angka tersebut tidak jauh berbeda dengan hasil PSG tahun 2015, yaitu gizi buruk sebesar 3,9%, gizi kurang sebesar 14,9% dan gizi lebih sebesar 1,6%. Provinsi dengan gizi buruk dan kurang tertinggi tahun 2016 adalah Nusa Tenggara Timur (28,2%) dan terendah Sulawesi Utara (7,2%).⁵

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Waladow, dkk tentang hubungan pola makan dengan status gizi pada anak usia 3-5 tahun di wilayah kerja Puskesmas Tomposo Kecamatan Tomposo ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi pada balita dengan p-value (0,000) artinya semakin baik pola makan balita maka gizi balita tersebut juga akan baik.⁶

Data laporan bayi dan balita yang diperoleh dari Puskesmas Glugur Darat menunjukkan masih terdapat balita yang mengalami gizi kurang dan gizi buruk. Bulan Januari sampai Desember 2017, jumlah balita yang ada di wilayah kerja Puskesmas Glugur Darat sebanyak 3986 dan 19 orang di antaranya mengalami gizi kurang dan gizi buruk.

Pada usia balita, kebutuhan terhadap berbagai zat gizi yang sangat dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya pola makan semakin meningkat dan tidak lagi dapat dipenuhi hanya dari ASI saja. Pada usia ini anak berada pada periode pertumbuhan dan perkembangan yang cepat dan mulai terpapar terhadap infeksi dan secara fisik mulai aktif, sehingga kebutuhan terhadap zat gizi harus terpenuhi dengan memperhitungkan aktivitas bayi/anak dan keadaan infeksi.⁵ Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melihat hubungan pola makan dan pendapatan keluarga dengan status gizi balita.

METODE

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu *cross sectional* di mana variabel independen dan variabel dependen diteliti secara langsung dalam waktu bersamaan. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 10-24 September 2019 di Puskesmas Glugur Darat Kecamatan Medan Timur. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki anak balita yang ada di wilayah kerja Puskesmas Glugur Darat di Lingkungan II kelurahan P.B. Darat II Kecamatan Medan Timur yaitu sebanyak 37 balita. Sampel dalam penelitian ini adalah total populasi yaitu sebanyak 37 ibu yang memiliki balita. Data yang terkumpul kemudian diolah dengan menggunakan program SPSS. Pengolahan data dilakukan dengan cara: *editing*, *coding*, dan *tabulating*. Analisis data dilakukan dengan bertahap: analisis univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan uji *Chi-Square* untuk menggambarkan dan menguji hubungan pendapatan dan pola makan terhadap status gizi anak balita¹.

HASIL

Penelitian dilaksanakan di Kelurahan P.B. Darat II Kecamatan Medan Timur yang memiliki 14 lingkungan. Penelitian dilaksanakan di Lingkungan II Kelurahan P.B. Darat II yang terletak di Kecamatan Medan Timur tepatnya di Jalan Jemadi dengan luas wilayah 12.5 Ha dengan jumlah penduduk 309 jiwa. Dengan hasil penelitian sebagai berikut:

Tabel 1 Karakteristik responden (n=37)

Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
Umur ibu		
20-29 tahun	16	43,24
30-40 tahun	13	35,13
41-55 tahun	8	21,62
Pendidikan ibu		
SD	2	5,40
SMP	13	35,13
SMA	18	48,64
Akademi/Perguruan Tinggi	4	10,81
Pekerjaan ibu		
Ibu rumah tangga	27	72,97
Wiraswasta	10	27,02
Jumlah anggota keluarga		
< 4	12	32,43
≥ 4	25	67,56
Umur balita		
13-19 bulan	7	18,9
20-26 bulan	10	27,02
27-33 bulan	3	8,10
34-40 bulan	5	13,52
41-47 bulan	6	16,23
48-54 bulan	6	16,23
Jenis kelamin		
Laki-laki	23	62,15
Perempuan	14	37,85

Dari 37 responden dapat diketahui mayoritas umur responden antara 20-29 tahun sebanyak 16 orang (43,24%) dan minoritas umur responden antara 41-55 tahun sebanyak 8 orang (21,62%). Karakteristik responden berdasarkan pendidikan, mayoritas pendidikan responden tamat SMA sebanyak 18 orang (48,64%) dan minoritas pendidikan responden tamat SD sebanyak 2 orang (5,40%). Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan, mayoritas pekerjaan responden ibu rumah tangga sebanyak 27 orang (72,97%) dan minoritas pekerjaan responden yang berprofesi sebagai wiraswasta sebanyak 10 orang (27,02%). Karakteristik responden berdasarkan jumlah anggota keluarga, mayoritas anggota keluarga berjumlah ≥ 4 orang sebanyak 25 orang (67,56%) dan minoritas jumlah anggota keluarga < 4 orang sebanyak 12 orang (32,43%). Karakteristik sampel berdasarkan umur diketahui mayoritas umur sampel antara 20-26 bulan sebanyak 10 anak balita (27,02%) dan minoritas umur sampel antara 34-40 bulan sebanyak 3 anak balita (8,10%). Karakteristik sampel berdasarkan jenis kelamin, mayoritas sampel laki-laki sebanyak 23 anak balita (62,15%) dan minoritas sampel perempuan sebanyak 14 anak balita (37,85%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendapatan keluarga, pola makan dan status gizi

Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
Pendapatan keluarga		
Tidak cukup	25	67,56
Cukup	12	32,43
Pola makan		
Kurang	4	10,81
Sedang	14	37,83
Baik	19	51,35
Status gizi		
Buruk	4	10,81
Sedang	5	13,51
Baik	28	76,67

Mayoritas pendapatan keluarga tidak cukup sebanyak 25 keluarga (67,56%) dan minoritas responden pendapatan keluarga cukup sebanyak 12 keluarga (32,43%). Berdasarkan distribusi frekuensi sampel berdasarkan pola makan anak balita dari 37 sampel mayoritas sampel dengan pola makan baik sebanyak 19 anak balita (51,35%), dan minoritas dengan pola makan kurang sebanyak 4 anak balita (10,81%). Berdasarkan distribusi frekuensi sampel berdasarkan status gizi dari 37 sampel mayoritas sampel dengan status gizi baik sebanyak 28 anak balita (76,67%) dan minoritas dengan status gizi buruk sebanyak 4 anak balita (10,81%).

Tabel 3. Hasil uji bivariat

Variabel	Pemberian ASI eksklusif						p
	Gizi Buruk		Gizi Kurang		Gizi Baik		
	n	%	n	%	n	%	
Pendapatan keluarga							
Tidak cukup	3	12	4	16	18	72	0,634
Cukup	1	8,3	1	8,3	10	83,3	
Pola makan							
Kurang	0	0	1	25	3	75	0,021
Sedang	2	14,28	2	14,28	10	71,42	
Baik	2	10,52	2	10,52	15	78,94	

Pada tabel 3 menunjukkan bahwa dari 25 responden, yang memiliki pendapatan tidak cukup mayoritas memiliki anak dengan gizi baik yaitu 18 orang (72 %) dan minoritas anak dengan gizi buruk yaitu 3 orang (12 %). Pendapatan cukup dari 12 responden, mayoritas memiliki anak gizi baik 10 orang (83,3%) dan minoritas gizi kurang dan gizi buruk 1 orang (8,3 %). Hasil analisa bivariat dengan menggunakan uji Chi-Square pada $\alpha = 0,05$ didapat nilai p value = 0,634 maka disimpulkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara pendapatan keluarga dengan status gizi anak balita. Dari 4 anak balita dengan pola makan kurang, mayoritas 3 orang anak balita (75%) status gizinya baik, dan minoritas status gizi kurang ada 1 orang (25%). Dari 14 anak balita dengan pola makan sedang, mayoritas 10 orang (71,42%) berstatus gizi baik dan minoritas mengalami gizi kurang dan gizi buruk yaitu 2 orang anak (14,28%). Dari 19 anak balita dengan pola makan baik, mayoritas mengalami status gizi baik yaitu 15 orang (78,94%) dan minoritas mengalami gizi kurang dan gizi buruk yaitu sebanyak 2 orang (10 %). Hasil analisis bivariat dengan menggunakan Uji Chi-Square pada $\alpha = 0,05$ didapat nilai p value = 0,021 (p value $> 0,005$), maka ada hubungan signifikan antara pola makan anak balita dengan status gizi anak balita.

PEMBAHASAN

Pendapatan yang cukup belum tentu akan diikuti tingginya status gizi balita. Hal ini disebabkan karena cara mengatur belanja keluarga yang kurang baik, disebabkan kecilnya pengeluaran keluarga untuk makanan balita.⁷ Pendapatan keluarga tidak semuanya digunakan untuk memenuhi kebutuhan makanan, melainkan kebutuhan keluarga lainnya seperti biaya sekolah, biaya membeli peralatan rumah tangga, biaya membeli pakaian atau diperuntukkan untuk pembelian barang lainnya. sehingga secara langsung pendapatan tidak ada hubungannya dengan status gizi balita. Sedangkan pendapatan yang tidak cukup tetapi status gizi balitanya baik, hal ini dikarenakan jumlah anggota di dalam rumah tidak terlalu banyak, pengolahan makanan yang baik, sehingga kebutuhan untuk membeli bahan pangan terpenuhi.⁸

Pola makan kurang namun status gizi baik, hal ini dikarenakan jadwal makan dan jumlah makan yang lebih dan kualitas gizi dari makanannya memenuhi kebutuhan gizi balita sehingga status gizinya baik. Balita dengan pola makan baik namun status gizi kurang/buruk dikarenakan nafsu makan anak yang rendah, susah makan dan ditambah kandungan makanan yang tidak bergizi. Adanya faktor penyebab yang lain kondisi kesehatan anak. Kondisi kesehatan anak menyebabkan nafsu makannya jadi berkurang.⁹

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka diperoleh kesimpulan tidak ada hubungan pendapatan keluarga dengan status gizi anak balita, namun terdapat hubungan pola makan anak balita dengan status gizi anak balita. Oleh karena itu diharapkan kepada ibu dari anak balita agar memperhatikan pemenuhan nutrisi anak balita dengan memperhatikan gizi seimbang dan beragam. Ibu dapat memberikan gizi seimbang dengan cara menentukan jumlah makanan dan jenis makanannya sesuai kebutuhan anak balita, sehingga pola makan anak tepat. Untuk petugas kesehatan di posyandu dan puskesmas perlu meningkatkan penyuluhan kepada ibu-ibu yang mempunyai anak balita untuk menambah pengetahuan mengenai pola makan pada anak balita dan kandungan zat gizi pada makanan anak yang baik untuk anak balita.

REFERENSI

1. Notoatmodjo. Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni. Rineka Cipta Jakarta. Jakarta: PT Rineka Cipta; 2007.
2. Almatsier S. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama; 2013.
3. Sulistyoningih H. Gizi Untuk Kesehatan Ibu & Anak. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2012.
4. Supariasa IDN. Penilaian Status Gizi. Jakarta: EGC; 2001.
5. Kementerian Kesehatan. Peraturan Menteri Kesehatan Tentang Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Kementerian Kesehatan; 2014.
6. Sambo M, Ciuantasari F, Maria G. Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolah. J Ilm Kesehat Sandi Husada. 2020;11(1):423-9.
7. Mulazimah. Hubungan Pendapatan Keluarga Dengan Status Gizi Balita Desa Ngadiluwih Kecamatan Ngadiluwih Kabupaten Kediri. J PGRI Kediri [Internet]. 2017; Available from: <http://ojs.unpkediri.ac.id>
8. Persulesy V, Mursyid A, Wijanarka A. Tingkat pendapatan dan pola makan berhubungan dengan status gizi balita di Daerah Nelayan Distrik Jayapura Utara Kota Jayapura. J Gizi dan Diet Indones (Indonesian J Nutr Diet. 2016;1(3):143.
9. Wardani GAP. Hubungan Karakteristik Ibu dan Pendapatan Keluarga dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Minggir Kabupaten Sleman Yogyakarta. Naskah Publ [Internet]. 2014;(Status Gizi):1-13. Available from: <http://digilib.unisayogya.ac.id/id/eprint/1995>