




FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK PRA-SEKOLAH

FACTORS RELATED TO NUTRITIONAL STATUS IN PRE-SCHOOL CHILDREN

 Dwi Rahayu Candra Pertiwi¹, Ivon Diah Wittiarika¹, Atika², Wahyul Anis¹

1. Program Studi Pendidikan Bidan, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga, Surabaya
2. Universitas Airlangga
Alamat korespondensi:

Jalan Mayjen Prof. Dr Moestopo No 47 Surabaya, Indonesia
Email : skripsi.jurnalpspb@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Masalah gizi pada anak di Indonesia masih merupakan masalah yang belum terselesaikan. Unicef menyebutkan satu dari sepuluh anak mengalami gizi kurus dan seperlima anak mengalami kegemukan atau obesitas. Jumlah tersebut tidak akan berkurang dan bisa naik apabila tidak dilakukan penanganan yang serius. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menganalisis faktor yang berhubungan dengan status gizi pada anak pra sekolah, sehingga bisa dilakukan pencegahan dan penanganan yang lebih efektif. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian *cross sectional* dengan jumlah sampel sebanyak 150 orang meliputi orang tua yang memiliki anak usia 3 hingga 6 tahun menggunakan kuesioner *online*. Pengambilan sampel dilakukan dengan *cluster random sampling*. Penelitian dilakukan di PAUD Kelurahan Tanah Kali Kedinding, Kenjeran, Surabaya. Data analisis menggunakan uji statistik *spearman rho*, *chi-square* dan *fisher exact*. **Hasil:** Pengetahuan nilai $p = 0,025$ $r = 0,182$. Pendapatan nilai $p < 0,001$ $r = 0,368$. Frekuensi makan nilai $p < 0,001$ $r = 0,721$. Jumlah makanan nilai $p < 0,001$ $r = 0,738$. Jenis makanan nilai $p < 0,001$ $C = 0,443$. Aktivitas fisik anak didapatkan nilai $p = 0,438$. **Kesimpulan:** Ada hubungan pengetahuan dan pendapatan orang tua, serta pola makan anak dengan status gizi anak sedangkan aktivitas fisik anak tidak berhubungan dengan status gizi anak.

Kata Kunci: Status gizi, pendapatan, pengetahuan, aktivitas fisik, pola makan

Abstract

Background: The problem of nutrition in children at Indonesia was still an unresolved problem. Unicef said that one in ten children were underweighted and a fifth of children were overweighted or obese. This number will not decrease and it will increase if we not handled this problem seriously. This study was conducted with the aimed of analyzed the factors that influenced nutritional status in pre-school children, so that more effective prevention and treatment can be carried out. **Method:** This research was a cross sectional study with a total sample of 150 preschool child in the age of 3 to 6 years old and the parents with online questionnaire. Sampling was done by cluster random sampling. The study was conducted in PAUD at Tanah Kali Kedinding, Kenjeran, Surabaya. The data was analyzed with Spearman test, Chi-square, and Fisher exact. **Result:** Knowledge p value = 0,025 $r = 0,182$. Income p value < 0,001 $r = 0,368$. Eating frequency p value < 0,001 $r = 0,721$. The amount of food p value < 0,001 $r = 0,738$. The kind of food p value < 0,001 $C = 0,443$. Physical activity p value = 0,438. **Conclusion:** Parental knowledge and income, and children's eating patterns were related to the nutritional status of pre-school children, while the physical activity of children does not affected the nutritional status of children.

Keywords : Nutritional status, income, knowledge, physical activity, dietary habit

e-ISSN 2656-7806 © 2020



Published by Universitas Airlangga. This is an Open Access (OA) article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Share-Alike 4.0 International License (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

DOI: 10.20473/imhsj.v4i4.2020.332-343



PENDAHULUAN

Anak usia pra sekolah merupakan periode penting, karena masa ini adalah dasar yang menentukan perkembangan anak di masa depan (Wong, 2009). Oleh karena itu penting untuk memperhatikan status gizi anak pra sekolah. Menurut Unicef status gizi di Indonesia pada tahun 2018, hampir 3 dari 10 anak berusia bawah lima tahun menderita *stunting* atau terlalu pendek untuk usia mereka, sedangkan 1 dari 10 kekurangan berat badan atau terlalu kurus untuk usia mereka. Seperlima anak usia sekolah dasar mengalami kelebihan berat badan atau obesitas.

Masalah gizi pada anak dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Diantara faktor-faktor yang mempengaruhi gizi anak adalah pengaruh pengetahuan orang tua. Ketidaktahuan orang tua akan menyebabkan pemilihan makanan yang kurang baik (Maulana, 2012). Keadaan ekonomi juga dapat berpengaruh, hal ini karena pemenuhan status gizi anak tidak terlepas dari dukungan makanan yang dikonsumsi. Hal ini berkaitan dengan daya beli keluarga (Farida, 2014).

Status gizi berhubungan erat dengan asupan makanan. Anak pra sekolah mempunyai risiko untuk mengalami masalah dalam pemenuhan gizi, karena pada masa ini sering terjadi masalah makan yang disebabkan anak sudah mulai menjadi konsumen aktif yang cenderung memilih-milih makanan yang akan dikonsumsi (Gustiva, 2016). Status gizi seseorang juga berkaitan dengan aktivitas fisik. Melakukan aktivitas fisik dapat mengurangi terjadinya penimbunan lemak yang berlebihan dalam tubuh. Sehingga antara asupan energi yang masuk dan yang dikeluarkan seimbang.

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada anak pra sekolah usia 3 hingga 6 tahun.

METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Populasi diambil dari PAUD (Pendidikan Anak Usia Dini) dengan anak usia 3 hingga 6 tahun beserta orang tua atau wali anak. Tempat penelitian dilakukan di PAUD Kelurahan Tanah Kali Kedinding Kota Surabaya. Teknik sampling yang digunakan adalah *cluster random sampling*. Terdapat 35 PAUD di Kelurahan Tanah Kali Kedinding Kota Surabaya yang terdiri dari 25 TK (Taman Kanak-Kanak) dan 10 KB (Kelompok Bermain), kemudian dipilih 3 Taman kanak-kanak dan Kelompok Bermain secara acak pada tahun 2019 untuk dilakukan penelitian. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan

data primer. Data primer diperoleh dari pengukuran berat badan dan tinggi badan anak pra sekolah serta pengisian kuesioner *online* oleh orang tua atau wali anak. Penelitian telah mendapat persetujuan dari layak etik (*ethical clearance* di bioetik dan *Humaniora* Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga. Analisa data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan uji *spearman*, *chi square*, dan *fisher exact*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Data Demografi Responden

Penelitian ini dilakukan dengan pengisian kuesioner yang diisi oleh orang tua atau wali anak pra sekolah. Anak pra sekolah yang menjadi responden memiliki rentang usia yaitu 3 sampai 6 tahun. Status gizi anak pra sekolah dihitung menggunakan IMT yang kemudian disesuaikan dengan pedoman status gizi kemenkes. Penelitian ini mengklasifikasikan status gizi anak pra sekolah menjadi status gizi kurus, status gizi normal, status gizi gemuk, dan obesitas.

Tabel 1 Distribusi usia anak dan status gizi anak pra sekolah di paud Tanah Kali Kedinding, Surabaya tahun 2019

Data anak pra sekolah	Frekuensi	Persentase (%)
Usia	3 tahun	4,0
	4 tahun	8,0
	5 tahun	40,7
	6 tahun	47,3
Status gizi	Kurus	14,7
	Normal	69,3
	Gemuk	5,3
	Obesitas	10,7
Total	150	100,0

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa usia anak pra sekolah sebagian besar berusia 6 dan 5 tahun. Sebagian kecil anak pra sekolah memiliki usia 3 dan 4 tahun. Hasil ini bisa dipengaruhi oleh keputusan orang tua. Orang tua lebih memilih langsung mendaftarkan anak sekolah ke jenjang TK dengan umur 5 sampai 6 tahun yang dianggap orang tua lebih sesuai dan siap untuk mulai belajar di sekolah. Berbeda dengan kelompok bermain, TK merupakan lembaga pendidikan formal yang akan mempersiapkan anak untuk memasuki sekolah dasar. Orang tua lebih menganggap kelompok bermain tidak terlalu di perlukan untuk anak mereka karena menganggap anak masih belum siap belajar



di sekolah. Keadaan ekonomi juga dapat mempengaruhi keputusan orang tua untuk mendaftarkan anak sekolah.

Status gizi anak pra sekolah sebagian besar anak pra sekolah memiliki status gizi yang normal yaitu sebanyak 104 anak. Anak dengan status gizi kurus, gemuk dan obesitas juga ditemukan dengan jumlah anak kurus 22, anak gemuk 8, dan anak obesitas sebanyak 16 anak. Penilaian status gizi anak pra sekolah dilakukan dengan menghitung IMT dengan data berat badan dan tinggi anak pra sekolah. IMT pada menggunakan indikator menurut umur yang disimbolkan dengan IMT/U. Penelitian ini menggunakan klasifikasi IMT menurut Kemenkes RI 2011 yang membedakan anak dengan kelompok usia 0-60 bulan dan kelompok usia 5-18 bulan. Klasifikasi kelompok anak dengan usia 0-60 bulan digunakan untuk menghitung IMT anak dengan usia 3 hingga 5 tahun sedangkan klasifikasi kelompok anak usia 5-18 bulan digunakan pada anak pra sekolah dengan usia 6 tahun.

2. Data Khusus Penelitian

Tingkat pengetahuan orang tua tentang gizi anak sangat penting untuk di ketahui orang tua anak. Konsumsi makanan anak adalah hal yang harus bisa dikontrol oleh orang tua anak. Pengetahuan yang baik tentang gizi pada orang tua akan membuat orang tua lebih mampu dalam memenuhi kebutuhan gizi yang diperlukan anak. Selain pengetahuan orang tua status gizi anak juga dapat berhubungan dengan pendapatan orang tua. Pendapatan orang tua akan mempengaruhi daya beli keluarga untuk konsumsi makanan anak.

Aktivitas fisik anak merupakan kegiatan yang dilakukan anak sehari-hari yang dapat mengeluarkan energi. Pada penelitian ini aktifitas fisik diukur menggunakan table PAR. Faktor yang juga dapat mempengaruhi status gizi anak yaitu faktor pola makan. Penelitian ini membagi pola makan menjadi 3 bagian yaitu frekuensi makan, jenis makanan dan jumlah makanan yang dikonsumsi anak pra sekolah.

Tabel 2 Distribusi tingkat pengetahuan orang tua, pendapatan orang tua, aktivitas fisik dan pola makan anak (jumlah, jenis, frekuensi makan)

Data yang diteliti		Frekuensi	Persentase (%)
Tingkat pengetahuan	Baik	132	88,0
	Cukup	15	10,0
	kurang	3	2,0
Tingkat pendapatan	Tinggi	80	53,3
	Sedang	46	30,7
	Rendah	24	16,0
Aktivitas Fisik	Berat	0	0
	Sedang	95	63,3
	Ringan	55	36,7
Frekuensi makan	Lebih dari 3x	36	24,0
	3x sehari	99	66,0
	Kurang dari 3x	15	10,0
Jenis Makanan	Gizi seimbang	140	93,3
	Gizi tidak seimbang	10	6,7
Jumlah makanan	Kurang	22	14,7
	sesuai	106	70,6
	lebih	22	14,7
Total		150	100%

Berdasarkan tabel 2 orang tua anak pra sekolah sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai status gizi dengan jumlah 132 orang. Orang tua dengan tingkat pengetahuan cukup 15 orang dan orang tua dengan pengetahuan kurang sebanyak 3 orang. Selain pengetahuan status gizi anak dapat dipengaruhi pula oleh pendapatan orang tua. Tabel 2 menunjukkan tingkat pendapatan orang tua anak, sebagian besar orang tua berpendapatan tinggi yaitu sebanyak 80 orang, orang tua dengan pendapatan sedang 46 orang dan pendapatan rendah sebanyak 24 orang.

Aktivitas fisik pada anak pra sekolah menunjukkan bahwa tidak ada anak pra sekolah dengan aktivitas fisik berat. Hasil hanya menunjukkan anak pra sekolah dengan aktivitas fisik sedang sebanyak 46 anak dan 24 anak pada aktivitas ringan. Frekuensi makan menunjukkan bahwa jumlah paling banyak adalah anak pra sekolah yang makan dengan frekuensi 3x dalam sehari yaitu sebanyak 99 anak. Anak pra sekolah yang makan lebih dari 3x sehari sebanyak 36 dan yang kurang dari 3x sehari sebanyak 15 anak.

Data jenis makanan menunjukkan bahwa sebagian besar anak pra sekolah makan makanan yang memenuhi gizi seimbang yaitu sebanyak 140 anak dan sebanyak 10 anak mengonsumsi gizi yang tidak seimbang. Data jumlah makanan berdasarkan tabel memperlihatkan bahwa sebagian besar anak pra sekolah makan sesuai dengan kebutuhan

tubuh yaitu sebanyak 106 anak. Jumlah anak pra sekolah yang makan kurang dari kebutuhan tubuh dan lebih dari kebutuhan tubuh memiliki jumlah yang sama yaitu masing-masing 22 anak.

3. Analisis Hasil Penelitian

Penelitian di analisis menggunakan uji *spearman*, *chi square* dan *fisher exact* dengan tingkat kemaknaan sebesar 5% atau $\alpha = 0,05$. Berikut adalah hasil uji silang pengetahuan dan pendapatan orang tua, serta aktivitas fisik dan pola makan anak anak (jumlah, jenis, frekuensi makan) dengan status gizi anak pra sekolah.

Tabel 3 Tabulasi silang pengaruh tingkat pengetahuan orang tua terhadap status gizi anak pra sekolah

Pengetahuan Orang Tua	Status Gizi				Total	Nilai p	Koefisien korelasi
	Kurus (%)	Normal (%)	Gemuk (%)	Obesitas (%)			
Baik	16 (12,1)	93 (70,5)	8 (6,0)	15 (11,4)	132	0,025	0,182
Cukup	7 (46,7)	8 (53,3)	0 (0,0)	0 (0,0)	15		
Kurang	0 (0,0)	2 (66,7)	0 (0,0)	1 (33,3)	3		
Total	22 (14,7)	104 (69,3)	8 (5,3)	16 (10,7)	150		

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa sebagian besar orang tua anak pra sekolah mempunyai tingkat pengetahuan tentang gizi anak yang baik. Hasil ini bisa dipengaruhi oleh tingkat kesadaran orang tua tentang seberapa penting pemenuhan status gizi pada anak sehingga orang tua akan lebih menggali informasi tentang gizi anak. Data juga menunjukkan bahwa sebagian kecil orang tua masih mempunyai tingkat pengetahuan yang cukup dan kurang mengenai gizi anak.

Diketahui dari table 3 anak dengan status gizi yang normal sebagian besar merupakan anak dengan orang tua yang memiliki tingkat pengetahuan baik tentang gizi anak. Orang tua dengan pengetahuan gizi yang baik akan memudahkan dalam pemberian asupan gizi yang baik untuk anak. Pengetahuan orang tua bukanlah satu-satunya faktor yang berhubungan dengan status gizi anak pra sekolah. Terdapat pula faktor lain yang berhubungan dengan status gizi anak pra sekolah. Faktor-faktor lain yang dapat berpengaruh antara lain faktor sosial, fisik dan budaya, karakteristik anak serta keadaan genetik anak pra sekolah.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai $p < \alpha$ ($0,025 < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan antara pengetahuan orang tua dengan status gizi anak pra sekolah dengan nilai korelasi 0,182.

Tabel 4 Tabulasi silang pengaruh tingkat pendapatan orang tua terhadap status gizi anak pra sekolah

Pendapatan Orang Tua	Status Gizi				Total	Nilai p	Koefisien korelasi
	Kurus (%)	Normal (%)	Gemuk (%)	Obesitas (%)			
Tinggi	5 (6,3)	57 (71,3)	5 (6,3)	13 (16,1)	80	< 0,001	0,368
Sedang	4 (8,7)	37 (80,5)	2 (4,3)	3 (6,5)	46		
Rendah	13 (54,2)	10 (41,7)	1 (4,1)	0 (0,0)	24		
Total	22 (14,7)	104 (69,3)	8 (5,3)	16 (10,7)	150		

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa sebagian besar orang tua mempunyai tingkat pendapatan tinggi. Penelitian ini tidak menanyakan jenis pekerjaan orang tua, tetapi hanya ditanyakan jumlah pendapatan oleh orang tua yang mencakup ayah dan ibu. Hasil ini mengindikasikan bahwa di tempat penelitian anak pra sekolah mempunyai tingkat ekonomi yang cukup baik.

Diketahui orang tua yang mempunyai pendapatan tinggi memiliki jumlah anak dengan status gizi normal yang mendominasi. Pendapatan keluarga akan berpengaruh pada daya beli keluarga. Keluarga berpendapatan tinggi, akan lebih mampu memenuhi kebutuhan makanan secara kualitas dan kuantitas.

Keadaan ekonomi yang rendah akan mempengaruhi daya beli orang tua untuk memenuhi kebutuhan makanan anak. Tingkat ekonomi rendah di tempat penelitian memiliki jumlah yang sedikit. Keluarga dengan tingkat ekonomi rendah mungkin akan kurang memiliki pengetahuan atau sumber daya yang diperlukan untuk memberikan lingkungan yang aman, menstimulasi dan kaya nutrisi untuk membantu perkembangan optimal anak. Pada anak yang sosial ekonominya rendah tidak mampu memenuhi nutrisi yang lengkap untuk anak sehingga dapat mempengaruhi proses perkembangan anak baik perkembangan psikososial dan perkembangan kognitif anak karena gizi yang masuk tidak memenuhi kebutuhan anak (*Whalley & Wong, 1995*).

Hasil menunjukkan bahwa nilai $p < \alpha$ ($< 0,001 < 0,05$), yang memiliki makna bahwa terdapat hubungan antara pendapatan orang tua dengan status gizi anak pra sekolah dengan nilai korelasi sebesar 0,368.

Tabel 5 Tabulasi silang pengaruh aktivitas fisik anak terhadap status gizi anak pra sekolah

Aktifitas fisik	Status Gizi				Total	Nilai p
	Kurus (%)	Normal (%)	Gemuk (%)	Obesitas (%)		
ringan	9 (16,4)	34 (61,8)	4 (7,3)	8 (14,5)	55	0,438
sedang	13 (13,7)	70 (73,7)	4 (4,2)	8 (8,4)	95	
berat	0 (0,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	0	
Total	22 (14,7)	104 (69,3)	8 (5,3)	16 (10,7)	150	

Berdasarkan tabel 5 anak pra sekolah yang memiliki aktivitas fisik berat tidak ditemui dalam penelitian ini. Hasil ini bisa terjadi karena pengaruh gaya hidup yang berubah dan menjurus pada penurunan aktivitas fisik anak. Anak pra sekolah lebih memilih bermain dalam rumah daripada di luar rumah. Menonton televisi atau video juga menjadi kegemaran anak. Tren bermain game komputer dan *videogame*, serta antar jemput sekolah dengan kendaraan, akan membuat aktivitas anak berkurang. Aktifitas fisik anak pra sekolah pada dasarnya meliputi kegiatan anak sehari-hari, kebiasaan, hobi, dan olah raga.

Penelitian ini menemukan hasil bahwa kebanyakan anak pra sekolah lebih menyukai aktivitas di dalam rumah. Ditemukan pula aktivitas olah raga yang dilakukan anak pra sekolah hanya dilakukan saat berada di sekolah. Aktivitas yang sering dilakukan anak pra sekolah pada penelitian ini yaitu menonton tivi, bermain hp, dan aktivitas lain yang tidak membutuhkan banyak energi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai $p > \alpha$ ($0,438 > 0,05$), yang bermakna bahwa tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik anak dengan status gizi anak pra sekolah.

Tabel 6 Tabulasi silang pengaruh jumlah makanan yang dikonsumsi anak terhadap status gizi anak pra sekolah

Jumlah makanan	Status Gizi				Total	Nilai p	Koefisien korelasi
	Kurus (%)	Normal (%)	Gemuk (%)	Obesitas (%)			
Kurang dari kebutuhan	22 (100,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	22	< 0,001	0,738
Sesuai kebutuhan	0 (0,0)	104 (98,0)	1 (1,0)	1 (1,0)	106		
Lebih dari kebutuhan	0 (0,0)	0 (0,0)	7 (31,8)	15 (68,2)	22		
Total	22 (14,7)	104 (69,3)	8 (5,3)	16 (10,7)	150		

Berdasarkan tabel 6 ditemukan bahwa jumlah anak makan sesuai kebutuhan tubuh memiliki jumlah paling besar. Pola makan anak dapat dipengaruhi oleh faktor kebiasaan,

budaya, taraf ekonomi dll., hal ini berhubungan dengan jumlah konsumsi makanan anak. Peran orang tua juga berpengaruh dalam kebiasaan konsumsi makan anak.

Diketahui anak yang makan dengan jumlah sesuai kebutuhan hampir seluruhnya memiliki status gizi yang normal. Disini dapat dilihat bahwa anak pra sekolah yang makan dengan jumlah sesuai kebutuhan tubuh lebih mungkin untuk mempunyai status gizi yang normal.

Data penelitian ini memperlihatkan bahwa makan berlebihan dapat menyebabkan status gizi lebih, sedangkan makan kurang dari kebutuhan tubuh dapat mengakibatkan status gizi kurang pada anak pra sekolah. Semakin besar konsumsi makanan berenergi tinggi (lemak dan gula) dan semakin banyak porsi makan maka akan semakin beresiko untuk memiliki status gizi lebih atau obesitas. Begitupun sebaliknya jika porsi makan lebih sedikit maka akan semakin beresiko untuk kurus (Ramayulis, 2016).

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa nilai $p < \alpha$ ($< 0,001 < 0,05$), yang memiliki makna bahwa terdapat hubungan antara jumlah makanan anak dengan status gizi anak pra sekolah dengan nilai korelasi sebesar 0,738.

Tabel 7 Tabulasi silang pengaruh jenis makanan yang dikonsumsi anak terhadap status gizi anak pra sekolah

Jenis makanan	Status Gizi				Total	Nilai p	Koefisien kontingensi (nilai p)
	Kurus (%)	Normal (%)	Gemuk (%)	Obesitas (%)			
Tidak memenuhi gizi seimbang	8 (80,0)	2 (20,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	10	< 0,001	0,443 (0,001)
Memenuhi gizi seimbang	14 (10,0)	102 (72,9)	8 (5,7)	16 (11,4)	140		
Total	22 (14,7)	104 (69,3)	8 (5,3)	16 (10,7)	150		

Berdasarkan tabel 7 dapat dilihat bahwa jumlah anak dengan konsumsi menu gizi seimbang lebih banyak daripada anak dengan konsumsi menu gizi tidak seimbang. Pemenuhan gizi seimbang diperoleh dari zat-zat yang dikonsumsi dalam sehari sesuai kebutuhan tubuh anak pra sekolah.

Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pola makan gizi yang seimbang, hal ini berbanding lurus dengan pengetahuan orang tua dan pendapatan. Semakin tinggi tingkat pendapatan dan pengetahuan orang tua maka semakin tinggi kemungkinan pemenuhan gizi seimbang pada anak pra sekolah.

Makanan anak yang memenuhi syarat yaitu makanan yang mengandung 4 unsur yaitu sumber zat tenaga, zat pembangun, zat pengatur, serta olahan susu. Perlu memasukkan setiap unsur zat dalam menyiapkan menu anak sehari-hari, karena tidak ada satu jenis makanan yang mengandung zat gizi secara lengkap. Hidangan makanan tradisional Indonesia, bila dikonsumsi dalam jumlah dan cara yang sehat, dapat menghasilkan keadaan gizi yang sehat pula. Keadaan gizi sehari-hari yang sehat dapat mencegah terjadinya keadaan gizi kurang atau gizi lebih. Hidangan gizi seimbang berupa menu makanan yang mengandung zat energy, zat pembangun, dan zat pengatur. Selain menu gizi seimbang banyak faktor lain yang berhubungan dengan status gizi anak sehingga ditemukan pula hasil anak dengan status gizi yang kurus, gemuk dan obesitas (Khomsan & Anwar, 2008)

Hasil penelitian dengan uji fisher exact menunjukkan bahwa nilai $p < \alpha$ ($< 0,001 < 0,05$), yang memiliki makna bahwa terdapat hubungan antara jenis makanan anak dengan status gizi anak pra sekolah. Nilai koefisien kontingensi sebesar 0,443 dengan nilai $p < 0,001$.

Tabel 8 Tabulasi silang pengaruh frekuensi makan anak terhadap status gizi anak pra sekolah

Frekuensi makan anak	Status Gizi				Total	Nilai p	Koefisien korelasi
	Kurus (%)	Normal (%)	Gemuk (%)	Obesitas (%)			
Lebih dr 3x	0 (0,0)	13 (36,1)	7 (19,4)	16 (44,5)	36	< 0,001	0,721
3x sehari	11 (11,1)	87 (87,9)	1 (1,0)	0 (0,0)	99		
Kurang dr 3x	11 (73,3)	4 (26,7)	0 (0,0)	0 (0,0)	15		
Total	22 (14,7)	104 (69,3)	8 (5,3)	16 (10,7)	150		

Berdasarkan tabel 8 dapat dilihat bahwa anak yang memiliki frekuensi makan 3x dalam sehari berjumlah paling banyak. Kebiasaan makan anak selain dari faktor pribadi dipengaruhi pula oleh kebiasaan makan keluarga yang diterapkan pada anak pra sekolah. Masyarakat di Indonesia terbiasa dengan makan 3 kali dalam sehari yaitu pagi siang dan

sore. Budaya ini akan diturunkan orang tua kepada anak. Frekuensi makan dalam sehari terdiri dari tiga makan utama yaitu pagi, siang dan sore (Oktaviani, 2011).

Diketahui anak pra sekolah dengan frekuensi makan 3x sehari dan memiliki status gizi yang normal berjumlah paling besar. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa anak dengan frekuensi makan yang normal cenderung memiliki status gizi normal. Frekuensi makan bukanlah satu-satunya faktor, sehingga ditemukan pula pada hasil anak dengan status gizi yang kurus, gemuk dan obesitas.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai $p < \alpha$ ($< 0,001 < 0,05$), yang memiliki makna bahwa terdapat hubungan antara frekuensi makan anak dengan status gizi anak dengan nilai korelasi sebesar 0,72

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan pada pengetahuan orang tua, pendapatan orang tua, dan pola makan anak yang meliputi jumlah makanan, jenis makanan dan frekuensi makan terhadap status gizi anak pra sekolah. Aktifitas fisik anak tidak berhubungan dengan status gizi anak pra sekolah pada penelitian ini.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dilakukan teknik pengambilan sampel yang berbeda, serta dapat dilakukan penelitian dalam bentuk lain misalnya secara kohort. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang penanganan masalah status gizi pada anak karena anak membutuhkan penanganan yang lebih kompleks dari pada penanganan masalah gizi pada orang dewasa

DAFTAR PUSTAKA

- Departemen Kesehatan RI, 2000. *Pedoman Upaya Kesehatan Gigi Masyarakat (UKGM) Cetakan Kedua*. Jakarta: Departemen Kesehatan
- Farida Wahyu Ningtyas.2014. *Eksplorasi Kearifan Lokal Masyarakat dalam Mengonsumsi Pangan Sumber Zat Goitrogenik terhadap Gangguan Akibat Kekurangan Yodium*. Kesmas: National Public Health Journal. Vol. 8 No.7
- Gustiva Sari. 2016. *Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Anak Usia 3-5 tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang 2014*. Jurnal Kesehatan Andalas. Vol. 5 Hal. 2
- Jahari A, 2004. *Penilaian Status Gizi Berdasarkan Antropometri*. Bogor: Puslitbang Gizi dan Makanan



- Khomsan, A, Anwar F. 2008. *Sehat Itu Mudah, Wujudkan Hidup Sehat dengan Makanan Tepat*. Jakarta Selatan: PT Mizan Publika
- Maulana, LAM. 2012. *Gambaran Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Terhadap Status Gizi Siswa SD Inpres 2 Pannamu*. Makasar: Program Studi Ilmu Gizi fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas hasanudin Makasar, Jurnal Kemas, vol , no 3.
- Oktaviani W. 2011. *Hubungan Pola Makan dengan Gastritis pada Mahasiswa S1 Keperawatan Program A FIKES UPN Veteran*. Jakarta.
- Ramayulis. 2016. *100 Menu untuk Optimalkan Pertumbuhan & Kecerdasan Bayi dan Anak*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Whaley Dan Wong's, 1995, *Nursing Care of Infant and Children, Fifth Edition*, Mosby Year Book, Missouri