

# PERBEDAAN PENGETAHUAN POLA ASUH MAKAN IBU, ASUPAN GIZI DAN STATUS GIZI ANAK USIA 4 – 6 TAHUN PADA IBU BEKERJA DAN TIDAK BEKERJA DI TK PUTRA BANGSA AN – NUUR, KOTA KEDIRI

Hamimah Dewi Antika Putri Purbasusila, Eny Sayuningsih, Taufiqurrahman  
Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Surabaya  
[enysayu@yahoo.co.id](mailto:enysayu@yahoo.co.id)

## ABSTRACT

*This study aims to determine differences in knowledge of parenting mother ate, nutrition intake and nutritional status children aged 4-6 years in working and not working mother at Putra Bangsa An – Nuur Kindergarten , Tosaren Village , Pesantren District. Methods: The study was conducted by analytical observational method with cross sectional approach. Study sample was working and not working mother and their toddler in the Putra Bangsa An – Nuur Kindergarten , Tosaren Village , Pesantren District. The number of samples as many as 46 Toddlers was determined by quota sampling technique. Results: Based on Independent T- test against the results of knowledge of parenting mothers ate is  $p 0,369 > 0,025$ , intake of energy is  $p 0,0125 < 0,025$ , intake of carbohidrate is  $p 0,0035 < 0,025$ , intake of protein is  $p 0,074 > 0,025$ , intake of fat is  $p 0,238 < 0,025$ , nutritional status based on weigh of age is  $p 0,026 > 0,025$ , nutritional status based on heigh of age is  $p 0,0125 < 0,025$ . Conclusion : This study concludes that there are not differences in knowledge parenting of mother ate, intake of protein, fat and nutritional status of children based on weigh of age. There are differences in intake of energy , carbohidrate of children and status of children based on heigh of age.*

**Keywords:** *knowledge of parenting eat, nutritional status of preschool children, preschool child nutrition, mother works and does not work.*

## PENDAHULUAN

Pertumbuhan seorang manusia dimulai sejak dalam kandungan, kemudian setelah periode kelahiran maka manusia akan masuk kedalam periode bayi. Pertumbuhan setelah masa bayi masih terus terjadi dan menjadi fase yang sangat penting untuk perkembangan hingga masa balita dan anak prasekolah. Masa prasekolah merupakan masa kelanjutan dari balita dimana seorang anak sudah melepaskan diri dari konsumsi ASI. Sehingga nutrisi yang lengkap dan tepat didapatkan dari luar. Nutrisi yang diberikan akan berpengaruh kepada status gizi dan perkembangan kemampuan anak tersebut. Status gizi adalah keadaan kesehatan individu-individu atau kelompok- kelompok yang ditentukan oleh derajat kebutuhan fisik akan energi dan zat-zat energi lain yang belum

diperoleh. Dari pangan dan makanan yang dampak fisiknya dapat diukur secara antropometri (Suhardjo, 2003 dalam Bumi, 2005).

Data Riskesdas (2013) merangkum bahwa secara nasional status gizi anak usia 5 – 12 tahun 30,7 % tergolong pendek, 12,3% diantaranya tergolong sangat pendek dan 18,4 % tergolong pendek. Prevalensi kurus pada anak usia 5 – 12 tahun adalah 11,2 %,terdiri dari 4 % sangat kurus dan 7,2 % termasuk kurus. Jawa timur angka status gizi kurus untuk golongan umur 5 – 12 tahun masih tinggi , yaitu mencapai lebih dari 10 %. Sedangkan untuk kasus obesitas, Jawa Timur termasuk ke dalam kategori 15 provinsi dengan kasus status gizi sangat gemuk diatas nasional, yaitu mencapai lebih dari 15 %. Dengan prevalensi lebih dari 15 %, hal tersebut tergolong menjadi masalah disebabkan

target nasional hanya sejumlah 15 %. Sedangkan di Kota Kediri menurut survei PSG (2012), dari 82.840 balita yang ditimbang masih ada 0,91 % menderita gizi lebih, 4,08 % menderita gizi kurang, dan 1,28 % mengalami gizi buruk.

Anak usia prasekolah (Kurniawati, 2010) bisa meliputi anak – anak usia berapapun hingga mencapai usia 6 tahun. sementara, menurut Hughes (1995) dalam Hidayati (2010), anak – anak yang dikategorikan masuk pada usia prasekolah yakni anak – anak usia 2 hingga 5 tahun. Anak prasekolah yang masih belum mampu menyiapkan makanan sendiri sangat bergantung kepada ibu. Sehingga ibu harus memiliki keterampilan dalam hal memilih dan menyiapkan makanan yang sesuai bagi anaknya. Pada ibu yang bekerja beban yang ditanggung lebih berat, diantaranya harus mencari nafkah, menyiapkan makanan dan mengurus rumah. Kegiatan yang bertambah menyebabkan waktu yang disediakan untuk mengurus anak atau sekedar menyiapkan makanan akan berkurang. Fenomena yang demikian sangat berpengaruh terhadap pemberian pola makan kepada anak yang akhirnya akan menyebabkan perubahan status gizi (Bumi, 2005). Berdasarkan latar belakang diatas maka diperlukan penelitian untuk mengetahui perbedaan pengetahuan pola asuh makan ibu, asupan gizi dan status gizi anak usia 4-6 tahun pada ibu bekerja dan tidak bekerja.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian survei analitik. Sedangkan desain dari penelitian ini adalah *cross sectional* dimana setiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran terhadap status karakter atau variabel subjek pada saat pemeriksaan. Hal ini tidak berarti bahwa semua subjek penelitian diobservasi pada waktu yang sama. Tempat pelaksanaan penelitian ini berada di TK Putra Bangsa An- Nuur Desa Tosaren Kecamatan

Pesantren Kota Kediri yang dikelola oleh Yayasan An – Nuur.

Sampel dari penelitian ini adalah sebagian ibu wali murid anak yang berusia 4 – 6 tahun yang terdaftar sebagai murid TK Putra Bangsa An- Nuur pada tahun ajaran 2015 – 2016. Besar sampel dapat diketahui menggunakan rumus Sastroasmoro (2008). Rumus ini digunakan jika akan dilakukan uji perbedaan pada taraf signifikansi  $\alpha$ . Setelah jumlah sampel dari populasi sudah diketahui, kemudian pengambilan sampel selanjutnya berdasarkan kategori yaitu bekerja dan tidak bekerja. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan pengambilan sampel secara tidak acak atau *non random sampling* dengan metode pengambilan sampel *quota sampling*.

Data Primer yang diambil diantaranya pengetahuan pola asuh makan ibu, status gizi dan asupan gizi anak usia 4-6 tahun di TK Putra Bangsa An – Nuur. Pengetahuan pola asuh makan ibu diambil dengan cara wawancara langsung menggunakan alat ukur kuesioner yang berisi pertanyaan mengenai pola asuh makan anak prasekolah. Status gizi diambil dengan cara pengukuran antropometri, yaitu berat badan dan tinggi badan. Kemudian dihitung z –score berdasarkan indeks berat badan menurut umur dan tinggi badan menurut umur, sedangkan asupan makan diambil dengan metode recall 2 x 24 jam menggunakan alat ukur form recall. Data sekunder yang diambil adalah data mengenai pekerjaan orang tua yang berasal dari administrasi sekolah. Variabel pengetahuan pola asuh makan ibu, kuesioner berisi 15 pertanyaan. Jawaban benar dari responden akan dijadikan prosentase, kemudian akan dikategorikan menjadi tiga kategori yaitu baik : > 76 %- 100 %, sedang : 56% - 76 % , kurang ; < 56 % (Nursalam,2003 dalam Mimonah, 2009). Variabel status gizi diambil dengan metode antropometri yaitu dengan mengukur berat badan dan tinggi badan

kemudian dilakukan penghitungan  $z$  – score.

Setelah data variabel penelitian sudah ditabulasi dan dikategorikan, selanjutnya dilakukan analisis data secara *univariate* untuk mengetahui distribusi data. Sedangkan pengujian hipotesis dalam penelitian ini adalah menguji atau membandingkan dua kelompok sampel independen berskala ordinal. Uji statistik untuk menilai kemaknaan perbedaan ditentukan setelah mengetahui normalitas data. Bila data parametrik maka uji statistik yang digunakan adalah uji T, sedangkan bila data non parametrik, uji statistik yang digunakan adalah *2 Independent Sample Test*.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Karakteristik ibu berdasarkan usia didominasi oleh ibu dengan usia antara 30-39 tahun yaitu sebanyak 30 orang (65,28%). Pendidikan ibu didominasi oleh ibu dengan pendidikan terakhir SMA, yaitu terdapat 25 orang (54,3%). Sedangkan pada urutan kedua terbanyak adalah ibu dengan pendidikan terakhir perguruan tinggi / PT yaitu 16 orang (34,8%). Sedangkan pada karakteristik menurut pekerjaan pada kelompok ibu bekerja, pekerjaan paling banyak yang dimiliki oleh ibu wali murid adalah sebagai pedagang yaitu sebanyak 9 orang (19,58 %) kemudian dibawahnya terdapat mata pencaharian karyawan sebagai pekerjaan terbanyak kedua setelah pedagang dengan jumlah 8 orang (17,39 %).

Pada responden ibu dapat dilihat bahwa sebagian besar ibu memiliki usia antara 30-39 tahun. Pada usia 30-50 tahun merupakan usia produktif untuk bekerja. Usia wanita yang sedang aktif atau produktif akan meningkatkan keinginan mereka untuk bekerja dan

mengenal banyak hal. Dalam hal ini tidak terkecuali para ibu rumah tangga (Demartoto, 2009 dalam Zuliawati, 2010). Selain itu dari karakteristik ibu diketahui bahwa sebagian besar ibu telah menempuh pendidikan SMA dan perguruan tinggi. Pendidikan tinggi pada awalnya ditempuh bertujuan untuk mencari pekerjaan yang mapan. Faktanya, kebanyakan wanita di kota telah menempuh jenjang pendidikan yang tinggi dan merasa sayang bila tidak menggunakan ijazahnya untuk bekerja (Fredlina, 2009 dalam Zuliawati, 2010). Hal ini juga bisa disebabkan karena perbedaan pendapatan, secara logika ibu bekerja akan lebih tinggi peluangnya untuk memenuhi kebutuhan sehari – hari karena pendapatan yang cukup untuk membeli bahan makanan dibandingkan dengan ibu yang bekerja. Seperti yang dikatakan oleh Geissler (2005) dalam Khairina (2008) ada dua aspek kunci yang berhubungan antara pendapatan dengan pola konsumsi makan, yaitu pengeluaran makanan dan tipe makanan yang dikonsumsi. Apabila seseorang memiliki pendapatan yang tinggi maka dia dapat memenuhi kebutuhan akan makanannya.

Karakteristik anak berdasarkan usia didominasi oleh anak prasekolah dengan usia 5 tahun yaitu 22 orang (47,83%). Sedangkan pada urutan kedua didominasi oleh anak dengan usia 6 tahun yaitu 19 anak (41,30 %). Sedangkan jika berdasarkan jenis kelamin dari total sampel 46 murid TK Putra Bangsa An –Nuur 21 orang (45,7 %) diantaranya berjenis kelamin laki – laki dan jumlah terbanyak terdapat pada jenis kelamin perempuan yaitu 25 orang (54,3%).

Sedangkan pada responden anak, jenis kelamin didominasi oleh perempuan yaitu sebanyak 25 orang. Menurut Apriadji (1986) dalam Kurniawaty (2011), jenis kelamin merupakan faktor internal yang menentukan besar kecilnya kebutuhan gizi bagi seseorang. Laki –

laki lebih banyak membutuhkan zat tenaga dan protein daripada perempuan. Pada karakteristik penelitian dapat dilihat bahwa responden anak didominasi oleh anak dengan usia 5 dan 6 tahun yaitu masing – masing 22 dan 19 anak. Umur merupakan salah satu indikator yang sering digunakan untuk menentukan status gizi. Kesalahan penentuan umur akan menyebabkan interpretasi status gizi menjadi salah. Batasan umur dibedakan menjadi dua, yaitu tahun umur penuh dan bulan usia penuh. Untuk usia 0 – 2 tahun digunakan bulan usia penuh (Supariasa, 2002 dalam Bumi, 2005). Semakin bertambahnya umur, maka akan semakin meningkat kebutuhan gizi seseorang (Apriadi, 1986 dalam Kurniawaty,2011).

**Distribusi Responden berdasar Pendidikan dan Status Pekerjaan**

Tabel1 Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan dan Pekerjaan Ibu

Pendidikan Ibu	Status Pekerjaan				Total	
	Bekerja		Tidak bekerja			
	n	%	n	%	N	%
SD	1	4,3	0	0	1	2,2
SMP	0	0	4	17,4	4	8,7
SMA	12	52,2	13	56,5	24	54,3
PT	10	43,5	6	26,1	16	34,8
Total	23	100	23	100	46	100

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa pada sampel ibu bekerja pendidikan terbanyak adalah SMA yaitu sebanyak 12 orang (52,2 %). Pendidikan terbanyak kedua adalah perguruan tinggi yaitu sebanyak 10 orang (43,5 %). Sedangkan pendidikan yang paling sedikit pada ibu bekerja adalah SMP. Pada ibu tidak bekerja sebanyak 13 orang atau 56,5 % mengenyam pendidikan hingga SMA, dan tidak ada ibu yang pendidikannya SD. Tingkat pendidikan seseorang sangat mempengaruhi tingkat pengetahuannya akan gizi. Orang yang memiliki tingkat pendidikan hanya sebatas tamat SD, tentu memiliki pengetahuan yang lebih

rendah dibandingkan orang dengan tingkat pendidikan tamat SMA atau Sarjana (Khairina, 2008).

**Distribusi Responden Berdasar Pengetahuan Pola Asuh Makan dan Pekerjaan Ibu**

Tabel 2 Distribusi Responden Berdasar Pengetahuan Pola Asuh Makan dan Pekerjaan Ibu

Kategori Pengetahuan	Status Pekerjaan Ibu				Total	
	Ibu Bekerja		Ibu Tidak Bekerja			
	n	%	n	%	N	%
Baik	22	95,7	20	87	42	91,3
Sedang	1	4,3	3	13	4	8,7
Total	23	100	23	100	46	100

Pada tabel diatas dapat dilihat bahwa pada kelompok ibu bekerja dengan tingkat pengetahuan pola asuh makan baik terdapat 22 orang (95,7 %). Jumlah tersebut lebih banyak jika dibandingkan dengan ibu berpendidikan baik pada kelompok tidak bekerja yaitu 20 orang (87 %). Ternyata masih ada 4 orang dengan pengetahuan pola asuh makan dalam kategori sedang, sehingga masih perlu adanya pengarahan untuk menjadikan ibu berpendidikan pola asuh makan yang baik. Pengetahuan gizi sangat penting, dengan adanya pengetahuan tentang zat gizi maka seseorang dengan mudah mengetahui status gizi mereka. Zat gizi yang cukup dapat dipenuhi oleh seseorang sesuai dengan makanan yang dikonsumsi yang diperlukan untuk meningkatkan pertumbuhan. Pengetahuan gizi dapat memberikan perbaikan gizi pada individu maupun masyarakat (Suhardjo, 1986 dalam Khairina, 2008).

**Responden Berdasar Asupan Energi Anak dan Status Pekerjaan Ibu**

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasar Asupan Energi Anak dan Status Pekerjaan Ibu

Kategori Asupan Energi	Status Pekerjaan				Total	
	Bekerja		Tidak Bekerja			
	n	%	n	%	N	%
Defisit berat	5	21,7	9	39,1	14	30,4
Defisit sedang	4	17,4	4	17,4	8	17,4
Defisit Ringan	1	4,3	7	30,4	8	17,4
Normal	9	39,1	3	13	12	26,1
Diatas Kebutuhan	4	17,4	0	0	4	8,7
Total	23	100	23	100	46	100

Dari hasil tabulasi dapat dilihat bahwa jumlah asupan energi anak yang defisit berat dan defisit ringan didominasi pada kelompok ibu tidak bekerja yaitu 39,1 % dan 30,4%. Sedangkan untuk kategori normal dan diatas kebutuhan didominasi oleh kelompok ibu bekerja.

Berdasarkan hasil uji *Independent T-test* didapatkan nilai *p value* 0,027. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan pada tingkat konsumsi energi anak usia 4-6 tahun pada ibu bekerja dan tidak bekerja. Prosentase anak dengan asupan energi normal didominasi oleh kelompok ibu bekerja. sedangkan tingkat konsumsi energi defisit berat dan defisit ringan lebih banyak terdapat pada anak dari kelompok ibu tidak bekerja. Pada hasil perhitungan, didapatkan rata – rata asupan energi anak usia 4-6 tahun pada kelompok ibu tidak bekerja lebih sedikit dibandingkan dengan kelompok ibu bekerja. selain itu total keseluruhan yang mengalami asupan defisit berat sebanyak 60% responden.

Faktor – faktor yang menyebabkan adanya perbedaan asupan dari anak antara lain adalah pendidikan, pengetahuan, ketahanan pangan dan pendapatan. Namun untuk dua faktor terakhir tidak ada dalam penelitian. Pada hasil sebelumnya diketahui bahwa tidak ada perbedaan pengetahuan dan pendidikan dari kelompok ibu bekerja dan tidak bekerja. Pengetahuan pada ibu bekerja dengan kategori baik lebih banyak bila dibandingkan dengan ibu tidak bekerja. Namun pengetahuan baik dan pendidikan tinggi saja tidak cukup

untuk dapat membentuk perilaku pemberian makan. Pendapat ini selaras dengan yang disampaikan oleh Suhardjo (2003) dalam Mustika dan Wahini (2015), pengetahuan saja belum mampu membuat seseorang merubah perilakunya. Untuk itu masih diperlukan motivasi dan perhatian agar individu mau mengubah pola hidupnya . Orang yang mempunyai pengetahuan mengenai zat gizi dan bahan makanan bergizi, namun tidak diterapkan dalam pola asuh makan terhadap anak.

Asupan makan anak pada ibu tidak bekerja idealnya akan dapat lebih diperhatikan bila dibandingkan dengan ibu bekerja. sejalan dengan pendapat Nasedul (1996) dalam Mahila (2008), bahwa wanita bekerja dengan sendirinya mengurangi waktunya untuk mengurus rumah, anak, bahkan suaminya, sehingga seringkali mempercayakan orang lain untuk mengawasi anggota keluarganya. Namun pada hasil menunjukkan bahwa asupan energi dengan kategori defisit berat lebih banyak terdapat pada kelompok ibu tidak bekerja. hal ini bisa dipengaruhi oleh pengetahuan pengasuh mengenai pemberian makan atau cara pengaturan makan oleh ibu yang diajarkan kepada pengasuh. Jika dari pengetahuan pengasuh mengenai pola asuh makan kepada anak masih kurang akan berpengaruh pada asupan yang diterima anak. Namun pada penelitian ini faktor tersebut tidak digali, sehingga perlu adanya penelitian lebih lanjut.

**Distribusi Responden Berdasar Asupan Karbohidrat Anak dan Status Pekerjaan Ibu**

Tabel 4 Distribusi Responden Berdasar Asupan Karbohidrat Anak dan Status Pekerjaan Ibu

Kategori Asupan Energi	Status Pekerjaan				Total	
	Bekerja		Tidak Bekerja		N	%
	n	%	n	%		
Defisit berat	5	21,7	9	39,1	14	30,4
Defisit sedang	4	17,4	4	17,4	8	17,4
Defisit Ringan	1	4,3	7	30,4	8	17,4
Normal	9	39,1	3	13	12	26,1
Diatas Kebutuhan	4	17,4	0	0	4	8,7
Total	23	100	23	100	46	100

Dari hasil tabulasi dapat dilihat bahwa jumlah asupan energi anak yang defisit berat dan defisit ringan didominasi pada kelompok ibu tidak bekerja yaitu 39,1 % dan 30,4%. Sedangkan untuk kategori normal dan diatas kebutuhan didominasi oleh kelompok ibu bekerja.

Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Independent T-test* didapatkan nilai *p value* 0,008. Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan rata – rata asupan karbohidrat anak pada kelompok ibu bekerja dan tidak bekerja. Karbohidrat merupakan zat gizi penghasil energi utama. Hasil penelitian didapatkan bahwa konsumsi karbohidrat kategori defisit berat dan defisit ringan lebih banyak terdapat pada kelompok ibu tidak bekerja. sedangkan untuk kategori normal dan diatas kebutuhan didominasi oleh kelompok ibu bekerja. Hasil ini sesuai dengan prosentase asupan energi pada pembahasan sebelumnya. Bahwa asupan energi pada ibu bekerja lebih banyak dibandingkan ibu tidak bekerja.

Faktor penyebab adanya perbedaan rata – rata asupan karbohidrat adalah hampir sama dengan energi yaitu pengetahuan, pendidikan, ketahanan pangan dan pendapatan. Pengetahuan dan pendidikan pada ibu bekerja dan tidak bekerja menunjukkan tidak ada perbedaan. Namun pada ibu bekerja, subjek yang memberikan makan adalah pengasuh atau kerabat. Sehingga belum diketahui pendidikan serta

pengetahuannya, karena dalam penelitian ini tidak dilakukan. Sejalan dengan pendapat Mulyani (2009) dalam Kayangananto (2012) , bila anak itu dititipkan pada seorang pembantu maka orang tua atau khususnya ibu harus tahu betul bahwa pembantu tersebut mampu membimbing dan membantu anak-anak dalam melakukan pekerjaannya. Kalau pembantu ternyata tidak dapat melakukannya maka anak-anak yang akan menderita kerugian .

Faktor pendapatan juga dapat menjadi pengaruh terhadap daya beli dari keluarga responden. Dapat dilihat pada hasil distribusi frekuensi pekerjaan ibu bahwa karyawan dan pedagang mendominasi persebaran pekerjaan. Sejalan dengan pendapat berikut yaitu apabila seseorang memiliki pendapatan yang tinggi maka dia dapat memenuhi kebutuhan akan makanannya (Gesissler, 2005 dalam Khairina, 2008). Pada penelitian ini hanya sebagian ibu yang bersedia menyebutkan pendapatan keluarganya, sehingga tidak dapat dilakukan analisa terhadap pendapatan.

**Distribusi Responden Berdasar Asupan Protein Anak dan Status Pekerjaan Ibu**

Tabel 5 Distribusi Responden Berdasar Asupan Protein Anak dan Status Pekerjaan Ibu

Kategori Asupan Protein	Status Pekerjaan Ibu				Total	
	Bekerja		Tidak Bekerja		N	%
	n	%	n	%		
Defisit berat	0	0	1	4,3	1	2,2
Defisit sedang	1	4,3	0	0	1	2,2
Defisit Ringan	0	0	0	0	0	0
Normal	2	8,7	7	30,4	9	19,6
Diatas Kebutuhan	20	87	15	65,2	35	76,1
Total	23	100	23	100	46	100

Dari tabulasi diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar asupan protein anak usia 4-6 tahun pada ibu bekerja adalah diatas kebutuhan yaitu 87%. Sedangkan asupan protein anak usai 4 -6 tahun

pada ibu tidak bekerja adalah 65,2 % diatas kebutuhan dan 30,4 % normal.

Berdasarkan hasil uji *Independent T-test* didapatkan nilai *p value* 0,148. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan asupan protein anak usia 4-6 tahun pada ibu bekerja dan tidak bekerja di TK Putra Bangsa An – Nuur. Protein merupakan zat gizi yang sangat penting, karena yang paling erat hubungannya dengan proses – proses kehidupan (Sediaoetama, 2006 dalam Rosmalia, 2013). Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata – rata konsumsi protein pada anak lebih tinggi terdapat pada kelompok ibu bekerja. Namun dari kedua populasi memiliki rata – rata konsumsi melebihi nilai normal 35 gram yaitu untuk kelompok ibu bekerja 55 gram dan kelompok ibu tidak bekerja 48,9 gram.

Faktor yang menyebabkan tingkat konsumsi protein rata – rata responden melebihi batas adalah dari pola pemberian makan terhadap anak itu sendiri. Pada wawancara penelitian untuk mendapatkan data berupa recall, sebagian besar anak mengkonsumsi susu. Susu yang dikonsumsi seringkali susu bubuk yang biasanya memiliki protein lebih tinggi dibandingkan susu kental manis. Seperti yang tertulis di dalam TKPI (2012) bahwa tepung susu memiliki protein lebih banyak dibandingkan protein pada susu kental manis yaitu masing – masing 24,6 gram dan 8,2 gram. Selain itu seringkali makanan yang sering disajikan ibu dan pengasuh untuk sarapan adalah telur ceplok. Kedua makanan tersebut merupakan makanan tinggi protein. Pada responden yang mengalami gizi lebih di kelompok ibu yang bekerja, pola pemberian makan untuk lauk hewani bisa 3x lebih besar dibandingkan porsi normal anak seusianya. Pada responden HB, status gizi anak tersebut adalah gizi lebih dengan nilai *z score* 3,7. Memiliki pola makan yang salah, yaitu dalam sekali makan HB bisa menghabiskan 2 butir telur.

Faktor yang menyebabkan tingkat konsumsi protein tidak ada perbedaan adalah pendidikan dan pengetahuan. Pada pendidikan dan pengetahuan ibu bekerja dan tidak bekerja mengenai pola pemberian makan tidak ada perbedaan. Sebagian besar ibu telah memiliki pengetahuan dengan kategori baik dan tidak ada ibu dengan pengetahuan mengenai pola asuh makan dengan kategori kurang. Hal ini juga bisa dilihat pada hasil recall bahwa sebagian besar ibu dan pengasuh selalu menyertakan lauk hewani pada setiap kali makan. Menurut Punarsih (2012), ibu yang berpendidikan tinggi akan lebih mudah menerima informasi mengenai gizi dan dapat memberikan makanan bergizi yang dapat mencukupi kebutuhan balitanya seperti protein. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Riyadi ,dkk (2011) dalam Punarsih (2012) menunjukkan bahwa pendidikan ibu yang relatif tinggi dapat meningkatkan pengetahuan gizi serta praktek gizi dan kesehatan. Kedua pendapat diatas selaras dengan karakteristik ibu, pendidikan ibu bekerja maupun tidak bekerja didominasi oleh SMA dan perguruan tinggi.

**Distribusi Responden Berdasar Asupan Lemak Anak dan Status Pekerjaan Ibu**

Tabel 6 Distribusi Responden Berdasar Asupan Lemak Anak dan Status Pekerjaan Ibu

Kategori Asupan Lemak	Status Pekerjaan Ibu				Total	
	Bekerja		Tidak Bekerja			
	n	%	n	%	N	%
Defisit berat	6	26,1	1	4,3	7	15,2
Defisit sedang	1	4,3	7	30,4	8	17,4
Defisit Ringan	3	13	4	17,4	7	15,2
Normal	9	39,1	9	39,1	18	39,1
Diatas Kebutuhan	4	17,4	2	8,7	6	13
Total	23	100	23	100	46	100

Dari hasil tabulasi dapat dilihat bahwa asupan lemak defisit berat pada anak usia 4-6 tahun didominasi oleh kelompok

ibu bekerja yaitu 26,1 % dan 39,1 % asupan lemak dalam kategori normal serta 17,4 % diatas kebutuhan. Sedangkan pada kelompok ibu tidak bekerja , asupan lemak anak usia 4-6 tahun didominasi oleh kategori defisit sedang dan normal dengan presentase masing – masing 30,4 % dan 39,1 %.

Menurut uji *Independent T-test* didapatkan nilai *p value* 0,477. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan rata – rata konsumsi lemak antara anak dari kelompok ibu bekerja dan tidak bekerja. Lemak merupakan zat gizi yang bertugas sebagai cadangan energi setelah karbohidrat. Lemak pada makanan hewani lebih tinggi dibandingkan dengan makanan nabati. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat konsumsi lemak rata – rata anak pada kelompok ibu bekerja lebih tinggi dibandingkan ibu yang tidak bekerja. Sedangkan jika dibandingkan dengan angka kecukupan konsumsi lemak menurut AKG 2013 didapatkan bahwa pada ibu bekerja memiliki kategori konsumsi diatas kebutuhan lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok ibu tidak bekerja yaitu 87 % dibandingkan dengan 65,2 %.

Faktor yang mempengaruhi tingginya asupan lemak salah satunya kebiasaan jajan makan – makanan yang digoreng seperti sosis goreng juga sering ditemui peneliti ketika melakukan recall. Hal ini bisa dihubungkan dengan pengawasan yang dilakukan ibu. Pendapat tersebut didukung oleh pendapat Khomsan ,dkk (2013) dalam Wardan dan Habibah (2014 ), bahwa pola asuh makan meliputi siapa orang yang menyiapkan makan, praktik pemberian makan (menyuapi atau tidak), pengawasan ibu ketika tidak disuapi, penentu jadwal makan dan ketetapan jadwal makan. Pada ibu bekerja memiliki rata – rata konsumsi diatas kebutuhan yang lebih besar dapat disebabkan karena ibu tidak dapat mengawasi anak, sehingga pengawasan dibebankan

kepada pengasuh. Jika pengasuh tidak memiliki pengetahuan yang baik maka anak akan dibiarkan mengkonsumsi makanan yang tidak bergizi. Hal ini didukung oleh pendapat Mulyani (2009) dalam Kayangananto (2012) bahwa kalau pembantu ternyata tidak dapat melakukannya maka anak-anak yang akan menderita kerugian.

Faktor yang menyebabkan tidak adanya perbedaan konsumsi lemak adalah cara memasak. cara memasak yang mempengaruhi asupan lemak antara lain menggoreng dan menumis. Penyeragaman persepsi untuk cara memasak adalah untuk menggoreng menggunakan penyerapan minyak sebanyak 3 gram, sedangkan untuk menumis menggunakan penyerapan minyak 2,5 gram. sudah dijelaskan pada pembahasan sebelumnya yaitu pada protein, ibu dan pengasuh sering menyiapkan menu telur ceplok sebagai menu sarapan maupun pada waktu makan yang lain. Hal ini disebabkan menu tersebut sangat praktis. Selain itu baik ibu bekerja maupun tidak bekerja juga sering memilih cara memasak lauk nabati maupun hewani dengan cara menggoreng.

**Distribusi Responden Berdasar Status Gizi BB/U Anak dan Status Pekerjaan Ibu**

Tabel 7 Distribusi Responden Berdasar Status Gizi BB/U Anak dan Status Pekerjaan Ibu

Kategori Status Gizi BB/U	Status Pekerjaan Ibu				Total	
	Bekerja		Tidak Bekerja		N	%
	n	%	n	%		
Gizi Buruk	0	0	0	0	0	0
Gizi Kurang	2	8,7	0	0	4	8,7
Gizi Baik	18	78,3	21	91,3	39	84,8
Gizi Lebih	3	13	2	8,7	3	6,5
Total	23	100	23	100	46	100

Pada tabel diatas dapat dilihat bahwa pada kelompok ibu bekerja didominasi oleh status gizi baik yaitu 78,3% dan status gizi lebih sebanyak 13



%. Sedangkan pada ibu tidak bekerja didominasi oleh status gizi baik yaitu 91,3 %. Diantara kedua kelompok masih terdapat angka gizi kurang masing – masing 8,7 % . status gizi kurang dan gizi lebih yang ada pada anak prasekolah akan berpengaruh pada pertumbuhan selanjutnya.

Status gizi kurang akan merugikan dari segi pertumbuhannya yang tidak optimal, sehingga mampu mempengaruhi tingkat kecerdasan seseorang. Akibat yang terjadi apabila kekurangan gizi antara lain menurunnya kekebalan tubuh (mudah terkena penyakit infeksi), terjadinya gangguan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan, kekurangan energi yang dapat menurunkan produktivitas tenaga kerja, dan sulitnya seseorang dalam menerima pendidikan dan pengetahuan mengenai gizi (Jalal dan Atmojo, 1998 dalam Khairina, 2008). Sedangkan untuk gizi lebih akan merugikan dari segi resiko, yaitu resiko penyakit degeneratif. Kegemukan dapat menimbulkan dampak yang sangat berbahaya yaitu dengan munculnya penyakit degeneratif, seperti diabetes mellitus, penyakit jantung koroner, hipertensi, gangguan ginjal dan masih banyak lagi (Soerjodibroto, 1993 dalam Khairina 2008).

**Distribusi Responden Berdasar Status Gizi TB/U Anak dan Status Pekerjaan Ibu**

Tabel 8 Distribusi Responden Berdasar Status Gizi TB/U Anak dan Status Pekerjaan Ibu

Kategori Status Gizi TB/U	Status Pekerjaan Ibu				Total
	Bekerja		Tidak Bekerja		
	n	%	n	%	
Sangat pendek	0	0	0	0	0
Pendek	0	0	0	0	3
Normal	23	100	20	87	43
Tinggi	0	0	3	13	0
Total	23	100	23	100	46

Pada tabel diatas dapat diketahui bahwa seluruh anak usia 4-6 tahun pada kelompok ibu bekerja memiliki status gizi normal dengan indek TB/U. Sedangkan pada ibu tidak bekerja masih ada 13 % anak memiliki status gizi pendek. tinggi badan merupakan antropometri yang menggambarkan status gizi masa lampau. Jadi status gizi yang sekarang merupakan cerminan pemberian makan sejak masa yang lalu, hal ini berarti juga dapat dipengaruhi kondisi sosial ekonomi seseorang. Jika keluarga memiliki pendapatan yang cukup maka, daya beli keluarga akan makanan juga akan baik. Seperti pendapat Beaton dan Bengoa (1973) dalam supriasa (2002) menyatakan bahwa indeks TB/U disamping memberikan status gizi masa lampau, juga lebih erat kaitannya dengan status sosial – ekonomi.

**Perbedaan Pengetahuan Pola Asuh Makan pada Ibu Bekerja dan Tidak Bekerja**

Berdasarkan hasil uji *Independent T-test* diperoleh *p value* sebesar 0,738 sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan pengetahuan pola asuh makan yang dimiliki oleh ibu bekerja dan ibu yang tidak bekerja. Pola makan (*dietary pattern*) adalah cara yang ditempuh seseorang atau sekelompok orang untuk memilih makanan dan mengkonsumsinya sebagai reaksi terhadap pengaruh fisiologis , psikologis , budaya dan sosial (Waryana,2010). Kategori pengetahuan yang dimiliki ibu adalah pengetahuan dengan kategori baik dan sedang serta tidak ada ibu yang memiliki pengetahuan dengan kategori kurang. Hasil ini selaras dengan uji perbedaan yang dilakukan terhadap pendidikan antara ibu bekerja dan tidak bekerja. dalam uji menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan latar belakang pendidikan pada ibu bekerja dan tidak bekerja. Jika pendidikan pada ibu bekerja dan tidak bekerja menunjukkan tidak ada perbedaan maka hasil ini akan berpengaruh kepada pengetahuan yang

dimili ibu, yaitu tidak ada perbedaan pada antara kedua populasi. Pendapat ini selaras dengan pendapat Siswanto (2010), Latar belakang pendidikan seseorang berhubungan dengan tangkap pengetahuan, jika tingkat pengetahuan ibu baik, maka diharapkan status gizi ibu dan anak juga baik.

Faktor penyebab tidak adanya perbedaan pengetahuan antara ibu bekerja dan tidak bekerja lainnya adalah akses informasi yang didapat ibu. Pengetahuan ibu bisa juga diperoleh melalui pendidikan informal seperti televisi, kelompok berkumpul, penyuluhan dan lain sebagainya. Selain itu akses informasi juga dapat menyebabkan seorang ibu memperoleh pengetahuan mengenai gizi. Semakin mudahnya seorang ibu mengakses informasi mengenai gizi maka pengetahuan ibu juga akan meningkat mengenai gizi diluar faktor pendidikan. Selaras dengan pendapat Apriadi (1989) dalam Kurniawaty (2011), bahwa seseorang yang hanya tamatan sekolah dasar belum tentu kurang mampu menyusun makanan yang memenuhi persyaratan gizi dibandingkan orang lain yang pendidikannya tinggi, karena sekalipun pendidikannya rendah jika orang tersebut rajin mendengarkan penyuluhan gizi bukan mustahil pengetahuan gizinya akan lebih baik. Hanya saja tetap harus dipertimbangkan bahwa faktor tingkat pendidikan turut pula menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan gizi yang mereka peroleh.

### **Perbedaan Status Gizi Anak pada Ibu Bekerja dan Tidak Bekerja**

#### **Indeks Berat Badan Menurut Umur**

Pada hasil uji T, *p value* untuk rata – rata *z score* status gizi dengan indeks BB/U adalah 0,053. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan antara kedua rata – rata *z score* status gizi antara ibu bekerja dan

ibu tidak bekerja. Kelebihan indikator BB/U yaitu dapat dengan mudah dan cepat dimengerti oleh masyarakat umum, sensitif untuk melihat perubahan status gizi dalam jangka waktu pendek, dan dapat mendeteksi kegemukan. Sedangkan dari hasil tabulasi didapatkan bahwa prosentase gizi kurang kedua populasi sama. Sedangkan status gizi baik lebih banyak terdapat pada kelompok ibu tidak bekerja dibandingkan dengan kelompok ibu bekerja masing masing 91,3% dan 78,3 %. Dan untuk status gizi lebih masih terdapat pada anak dari kelompok ibu yang bekerja.

Faktor yang menyebabkan status gizi lebih pada kelompok anak dari ibu bekerja adalah bisa disebabkan dari asupan tinggi kalori dan tinggi lemak. Pendapat ini sesuai dengan pendapat Almatsier (2009) dalam Mariyam dan Purwani (2013) bahwa status gizi lebih terjadi bila tubuh memperoleh zat gizi dalam jumlah berlebih, sehingga menimbulkan efek toksik atau membahayakan. Apabila asupan anak cukup maka status gizi akan baik, hal ini seperti yang disampaikan oleh Almatsier (2003) dalam Kurniawaty (2011) kekurangan energi terjadi apabila masukan energi lebih sedikit dari penggunaan energi, sehingga tubuh akan mengalami keseimbangan energi negatif. Akibatnya, berat badan kurang dari berat badan yang seharusnya. Hasil ini selaras dengan pembahasan sebelumnya mengenai asupan energi dan asupan lemak. Pada hasil dari kedua zat gizi tersebut, menunjukkan bahwa konsumsi diatas kebutuhan selalu didominasi oleh anak dari kelompok ibu bekerja.

Meskipun dari kelompok ibu bekerja cenderung memiliki konsumsi energi dan lemak diatas kebutuhan, namun status gizi bisa dipengaruhi faktor lain antara lain ada infeksi dan aktivitas fisik. Seperti yang dikemukakan oleh Andriani dan Wirjatmadi (2012) bahwa usia 1 – 5 tahun merupakan usia dimana pertumbuhannya tidak sepesat ketika

masa bayi, dan terjadi peningkatan aktivitas. Hal ini sependapat dengan Sulistyorini (2009) mengatakan bahwa pengecualian ini disebabkan faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi balita tidak hanya status pekerjaan ibu saja, namun masih banyak faktor-faktor lain misalnya pendapatan keluarga, pendidikan ibu, budaya, pelayanan kesehatan, usia orang tua, kondisi fisik anak, infeksi, dan asupan makan. Adanya pengecualian pada hasil penelitian ini disebabkan ada faktor lain yang lebih dominan mempengaruhi status gizi balita dibandingkan status pekerjaan ibu.

### **Indeks Tinggi Badan Menurut Umur**

Pada hasil Uji T, *p value* untuk rata – rata z score status gizi dengan indeks TB/U adalah 0,025. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan antara kedua rata – rata z score status gizi dengan indeks TB/U populasi ibu bekerja dan tidak bekerja. Tinggi badan merupakan salah satu indikator pengukuran yang kurang sensitif terhadap status gizi saat ini, namun bisa digunakan untuk mengetahui status gizi masa lalu. Pada Hasil tabulasi dapat dilihat bahwa pada ibu bekerja 100 % anak memiliki kategori status gizi menurut indeks tinggi badan menurut umur normal. Sedangkan pada ibu tidak bekerja 87 % memiliki kategori status gizi normal dan 13 % memiliki status gizi dengan kategori pendek.

Jadi pada indeks tinggi badan menurut umur, terbentuknya status gizi saat ini akibat pemberian asupan pada masa lalu secara terus menerus. Hal ini sama seperti pendapat Beaton dan Bengoa menyatakan bahwa indeks TB/U disamping memberikan gambaran status gizi masa lampau juga lebih erat kaitannya dengan status sosial ekonomi (Anggraeni, 2012 dalam Fadilla, 2014). Pada ibu bekerja pada asupan energi bisa dilihat bahwa pemberiaannya cenderung mencukupi dan kadang berlebihan. Hal ini tercermin pada hasil

tabulasi dari perhitungan asupan energi yaitu pada ibu bekerja terdapat konsumsi diatas kebutuhan dan status gizi lebih . Namun seperti pendapat sebelumnya indeks ini bisa dipengaruhi oleh faktor sosial dan ekonomi. Namun pada penelitian ini faktor ekonomi tidak digali, sehingga tidak dapat dipastikan jika keluarga dengan pendapatan rendah tidak mampu memenuhi kebutuhannya, begitu sebaliknya. Apabila seseorang memiliki pendapatan yang tinggi maka dia dapat memenuhi kebutuhan akan makanannya (Gesissler, 2005 dalam Khairina, 2008). Berarti pendapatan akan berhubungan dengan daya beli keluarga seperti pendapat Soekirman (2000) dalam Kusumaningrum (2003) Daya beli keluarga biasanya dipengaruhi oleh faktor harga dan pendapatan keluarga. Daya beli keluarga dipengaruhi oleh ketersediaan bahan pangan keluarga berkurang sehingga konsumsi makanan juga berkurang. Sehingga memberikan dampak gangguan gizi .

### **PENUTUP**

Pengetahuan pola asuh makan pada kelompok ibu bekerja memiliki kategori baik lebih banyak dibandingkan kelompok ibu tidak bekerja. sedangkan pada asupan energi dan karbohidrat, pada kelompok ibu bekerja memiliki angka normal dan diatas kebutuhan lebih banyak dibandingkan kelompok ibu tidak bekerja. sedangkan pada ibu tidak bekerja memiliki kategori defisit berat lebih banyak daripada ibu tidak bekerja. Pada asupan lemak dan protein pengaturan konsumsinya lebih baik pada ibu tidak bekerja, hal ini disebabkan pada ibu tidak bekerja memiliki waktu yang lebih banyak dalam hal mengawasi dan menyiapkan makanan untuk anak.

Pada status gizi dapat dibuktikan bahwa pada status gizi berat badan menurut umur, kategori normal lebih banyak terdapat pada kelompok ibu tidak bekerja. sedangkan pada indeks tinggi badan menurut umur pada kelompok bekerja seluruhnya normal,

dan pada ibu bekerja ada kategori normal dan tinggi, sehingga bisa disimpulkan gizi masa lalu anak juga lebih baik pada kelompok ibu tidak bekerja. Tidak ada perbedaan pada pengetahuan pola asuh makan ibu, asupan protein, lemak dan status gizi menurut indeks berat badan menurut umur. Sedangkan pada variabel asupan energi dan asupan karbohidrat serta status gizi dengan indeks tinggi badan menurut umur ditemukan perbedaan antara kelompok ibu bekerja dan tidak bekerja.

### RUJUKAN

- Adriani, M dan Bambang Wirjatmadi. Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan. Jakarta : Kencana Prenada Media Group. 2012.
- Bumi, Cindar, Pengaruh Ibu yang Bekerja Terhadap Status Gizi Anak Balita di Kelurahan Mangunwijan Kabupaten Demak. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. 2005.
- Dinas Kesehatan. Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2013.
- Fadilla, Nikmahtul. Hubungan Antara Kadar Kolesterol Total dan Tingkat Konsumsi Lemak dengan Rasio Lingkar Pinggang dan Pinggul pada Pasien PJK.[Skripsi]. Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Surabaya : Surabaya.2014.
- Kayangananto, Wijian. Perbedaan Status Gizi Balita pada Ibu yang Bekerja Shift dan Non Shift di Kecamatan Kartasura [Jurnal]. Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta : Surakarta 2012
- Khairina, Desy. Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Berdasarkan IMT pada Pembantu Rumah Tangga Wanita di Perumahan Duta Indah Bekasi. [Skripsi]. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia : Jakarta.2008.
- Kurniawaty, Suzan. Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Makan Anak Usia Prasekolah 4-6 Tahun di TK Al – Amanah Kecamatan Sindang Jaya Kabupaten Tangerang. [Skripsi]. Program Studi Kesehatan Masyarakat. Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Kusumaningrum, Restu N. Pengaruh Tingkat Pendidikan Ibu, Aaktivitas Ekonomi Ibu, dan Pendapatan Keluarga terhadap Status Gizi Balita di Kecamatan Simo, Kabupaten Boyolali. Fakultas Ekonomi. Universitas Sebelas Maret: Surakarta .2003
- Mahila, Yamnur. Pengaruh Karakteristik Ibu dan Pola Asuh Makan Terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi di Kecamatan Pangkalan Susu Kabupaten Langkat Tahun 2008 [Tesis]. Prrogram Studi Administrasi dan Kebijakan Kesehatan Universitas Sumatra Utara : Medan 2009
- Mustika, Dian Tri dan Wahini, Weda. Pola Asuh Makan Antara Ibu Bekerja dan Tidak Bekerja dan Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Anak Usia Sekolah Dasar [Jurnal]. Fakultas Teknik Universitas Negeri Surabaya : Surabaya 2015
- Purnarsih, Ayu. Determinan Asupan Energi dan Protein pada Balita di Wilayah Indonesia Timur dan Barat Tahun 2010 (Analisa data Sekunder RISKESDAS 2010) [Skripsi]. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri (UIN) Syarif Hidayatullah : Jakarta 2012
- Riskesdas.2013. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI

Rosmalia, Helmi. 2013. Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Margoroto Kecamatan Metro Kibang Kabupaten Lampung Timur :hal 233 – 245

Supriasa, I Dewa Nyoman, Bachtiar Bakri, Ibnu Fajar, 2002. Metode Penilaian Status Gizi. In:

Penilaian Status Gizi. Jakarta: EGC

Zulawati, Dwi P. Analisis Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Probabilitas Ibu Rumah Tangga untuk Bekerja di Kecamatan Purworejo Kabupaten Purworejo. [Skripsi]. Fakultas Ekonomi Universitas Sebelas Maret :Surakarta. 2010.

Reviewer : **Dian Shofiya, SKM, M.Kes**