

## PENGETAHUAN DAN PERILAKU IBU DALAM PRAKTIK PEMBERIAN MAKAN PADA ANAK USIA PRASEKOLAH

*Mother's Knowledge and Behavior In Feeding Practice Of Preschool Age Children*

Wardatul Fitria<sup>1</sup>; Sufriani<sup>2</sup>; Nevi Hasrati Nizami<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

<sup>2</sup>Bagian Keilmuan Keperawatan Anak Fakultas Keperawatan, Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

Email: wardatulft@mhs.unsyiah.ac.id; sufriani@gmail.com; nevi.nizami@unsyiah.ac.id

### ABSTRAK

Usia prasekolah adalah usia yang sangat rentan terjadi gangguan kesehatan dan masalah gizi. Ibu memiliki peran penting dalam pemenuhan gizi anak yaitu dalam pemberian makan pada anak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan dan perilaku ibu dalam praktik pemberian makan pada anak usia prasekolah. Penelitian ini menggunakan metode *descriptive analytic* dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu yang memiliki anak usia prasekolah di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Ulee Kareng. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proportional stratified random sampling* dengan jumlah 90 ibu. Alat ukur yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan dan kuesioner perilaku praktik pemberian makan yang telah diuji *content validity* dan *construct validity* dengan nilai validitas  $r > 0,444$ . Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu dalam praktik pemberian makan pada kategori baik (73,3%) kategori cukup (26,7%), dan perilaku ibu dalam praktik pemberian makan pada kategori baik (82,2%) kategori kurang baik (17,8%). Praktik pemberian makan yang baik sangat dipengaruhi oleh pengetahuan dan perilaku ibu, sehingga perlu diberikan promosi kesehatan pada ibu tentang praktik pemberian makan yang benar pada anak usia prasekolah.

**Kata Kunci :** Anak Prasekolah, Praktik Pemberian Makan, Pengetahuan, Perilaku

### ABSTRACT

*Presechool age is a vulnerable group dealing with health and nutrition problem. Mothers play important role in fulfilling children's nutrition especially in feeding. The aim of this research was to find out the mothers' knowledge and their behavior in feeding practice to preschool children. This research used descriptive qualitative method with cross sectional approach. The population in this research was all of the mothers who have preschool children in Ulee Kareng Community Health Center Working Area. The technique of choosing sample used was proportional stratified random sampling with 90 mothers as the total sample. The measurement tool used were questionnaires related to knowledge and feeding practice in which the content validity and construct validity have been tested with validity value  $r > 0.444$ . The results showed that the mother's knowledge in feeding practices was in the good category (73.3%) in the sufficient category (26.7%), and the mother's behavior in the feeding practice was in the good category (82.2%) and in the poor category (17, 8%). In conclusion, good feeding practice was influenced by mothers' knowledge and behavior. Therefore, health counselling for mother about proper feeding practice to the preschool children was needed.*

**Keywords:** *Preschool Children, Feeding Practices, Knowledge, Behavior*

## PENDAHULUAN

Usia prasekolah dimulai saat anak berusia 3-6 tahun, pada masa ini perkembangan fisik melambat dan perkembangan psikososial dan kognitif meningkat. Usia prasekolah juga merupakan masa yang optimal bagi anak untuk mulai memperhatikan kesehatannya, mengalami perkembangan bahasa, berinteraksi dengan lingkungan sosial, dan mengeksplorasi perasaan (Mansur, 2019). Anak usia ini berada dalam *golden age periode*, yang merupakan tahun-tahun awal perkembangan yang akan menentukan kualitas anak di kemudian hari. yang mana pada usia ini sangat rentan terjadi gangguan kesehatan dan gizi (Mulyanti, Kusmana, & Fitriani, 2021).

Berdasarkan *Global Nutrition Report* (2018), Indonesia termasuk ke dalam 17 negara yang memiliki 3 permasalahan gizi sekaligus pada anak, yaitu *stunting* (pendek), *wasting* (kurus), dan *overweight* (obesitas). Balita di Indonesia yang mengalami *stunting* sebanyak 30,8%, *wasting* 10,2%, *overweight* 8%, dan *underweight* 17,7% (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Indonesia menempati peringkat ke-2 angka *stunting* tertinggi pada anak di Asia Tenggara dan menempati peringkat ke-5 di dunia (Risksdas, 2021). Aceh menjadi salah satu provinsi yang angka *stunting*nya tinggi yaitu 33,2% dengan menduduki peringkat ke-3, di bawah Nusa Tenggara Timur dan Sulawesi Barat (SSGI, 2021). *Stunting* di Aceh bukan hanya karena kekurangan makanan bergizi, namun karena perilaku orang tua dan pola makan yang salah (Dinas Kesehatan Provinsi Aceh, 2019).

Praktik pemberian makan yang dipraktikkan oleh orangtua dapat berpengaruh terhadap status gizi anak yang sejalan dengan penelitian Perdani, dkk (2016) menerangkan bahwa terdapat korelasi antara praktik pemberian makan dengan status gizi anak yang diperlihatkan dengan hasil bahwa anak dengan pemberian makan yang tidak optimal memiliki peluang 8 kali lebih besar untuk mengalami status gizi kurus dibandingkan dengan anak yang mendapatkan pemberian makan yang sesuai dan tepat.

Anak yang kekurangan gizi akan mempengaruhi daya tahan tubuhnya, sehingga lebih mudah terkena penyakit infeksi. Selain itu, status gizi yang buruk menyebabkan terhambatnya perkembangan otak yang akan mengakibatkan gangguan pada perkembangan

kognitif, perkembangan IQ dan kemampuan belajar, dan pada akhirnya akan mempengaruhi prestasi belajar anak (Yadika, Berawi, & Nasution, 2019).

Pengetahuan dan perilaku ibu dalam penelitian ini diukur dengan 9 indikator praktik pemberian makan yang benar pada anak usia prasekolah menurut WHO, 2018 yaitu: memberikan variasi makanan, membatasi jumlah makanan, kebebasan anak makan sendiri, tidak memberikan makanan sebagai hadiah, menjaga kebersihan makanan, tangan, dan peralatan makanan, menghindari makanan yang digoreng dan lemak jahat, memberikan air yang aman, memberikan suplemen vitamin-mineral, dan memberikan lebih banyak makanan dan minuman saat anak sakit.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melihat pengetahuan dan perilaku ibu dalam praktik pemberian makan pada anak usia prasekolah

## METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik. Teknik pengumpulan data menggunakan angket. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 11 Juli-5 Agustus 2022. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Ulee Kareng. Alat pengumpulan data berupa kuesioner pengetahuan dan kuesioner perilaku ibu tentang praktik pemberian makan yang dikembangkan oleh peneliti sesuai dengan standar WHO (2018). Populasi dalam penelitian ini yaitu ibu yang memiliki anak usia prasekolah dengan total 469 anak di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Ulee Kareng. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *proportional stratified random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 90 responden. Analisa data menggunakan analisa univariat.

## HASIL

Berdasarkan pengumpulan data yang dilakukan terhadap 90 responden, didapatkan hasil sebagai berikut:

**Tabel 1. Data Demografi Ibu (n=90)**

No	Demografi	f	%
1	Usia ibu :		
	Dewasa Muda (20-30)	34	37,8
	Dewasa (31-60)	56	62,2
2	Pekerjaan :		
	Ibu Tidak Bekerja	63	70
	Ibu Bekerja	27	30

No	Demografi	f	%
3	Pendidikan Terakhir :		
	Pendidikan Dasar	4	5,5
	Pendidikan Menengah	53	58,9
	Pendidikan Tinggi	32	35,6
4	Penghasilan Keluarga :		
	< UMK Banda Aceh (<Rp.3.280.327)	62	68,9
	≥ UMK Banda Aceh (≥Rp.3.280.327)	28	31,1

Sumber: Data Primer (Diolah, 2022)

Berdasarkan tabel 1 diatas, mayoritas usia ibu terdapat pada kategori dewasa (31-60 tahun) yaitu sebanyak 56 (62,2%) responden, mayoritas responden tidak bekerja yaitu sebanyak 63 (70%) responden. Kemudian mayoritas dari segi pendidikan terakhir adalah pendidikan menengah dengan jumlah 53 (58,9%) responden, selanjutnya mayoritas penghasilan keluarga (perbulan) yaitu pada kategori <UMK Banda Aceh (<Rp. 3.280.327) sebanyak 62 (68,9%) responden.

**Tabel 2. Data Demografi anak (n=90)**

No	Demografi	f	%
1	Usia Anak :		
	36-54 bulan	36	40
	55-72 bulan	54	60
2	Jenis Kelamin :		
	Laki-laki	43	47,8
	Perempuan	47	52,2
3	Tinggi Badan (TB/U)		
	Tinggi	3	3,33
	Normal	78	86,7
	Pendek	9	10
	Sangat pendek	0	0
4	Berat Badan (BB/TB)		
	Gizi buruk	3	3,3
	Gizi kurang	1	1,1
	Gizi baik	80	88,9
	Gizi lebih	6	6,7

Sumber: Data Primer (Diolah, 2022)

Berdasarkan tabel 2 diatas, menunjukkan bahwa mayoritas usia anak yaitu 55-72 bulan sebanyak 54 (60%) responden dan mayoritas jenis kelamin adalah pada kategori perempuan sebanyak 47 (52,2%) responden. Tinggi badan anak mayoritas berada pada kategori normal yaitu 78 anak (86,7%) dan tidak ada yang berada pada kategori sangat pendek. Kemudian status gizi anak berdasarkan BB/TB sebagian besar berada pada kategori gizi baik yaitu 80 anak (88,9%).

**Tabel 3. Pengetahuan Ibu Dalam Praktik Pemberian Makan**

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Baik	66	73,3
Cukup	24	26,7
Kurang	0	0
<b>Total</b>	<b>90</b>	<b>100,0</b>

Sumber: Data Primer (Diolah, 2022)

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan dalam praktik pemberian makan yang baik yaitu sebanyak 66 (73,3%) responden.

**Tabel 4. Perilaku Ibu Dalam Praktik Pemberian Makan**

Perilaku	Frekuensi	Persentase
Baik	74	82,2
Kurang Baik	16	17,8
<b>Total</b>	<b>90</b>	<b>100,0</b>

Sumber: Data Primer (Diolah, 2022)

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku dalam praktik pemberian makan dengan kategori baik yaitu sebanyak 74 (82,2%) responden.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan kuesioner pengetahuan ibu dalam praktik pemberian makan dalam penelitian ini, didapatkan hasil analisa bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan yang baik, dan tidak ada responden yang memiliki pengetahuan kurang mengenai praktik pemberian makan pada anak. Hal ini dibuktikan dengan seluruh responden (100%) mengetahui bahwa anak membutuhkan banyak jenis makanan sehat untuk memenuhi kebutuhan nutrisi mereka.

Penelitian yang dilakukan oleh Saputri (2017) menjelaskan bahwa banyak orang tua yang menyadari anaknya mengalami sulit makan, namun tidak mengetahui penyebab dan cara mengatasi hal tersebut, salah satu caranya adalah dengan memberi variasi jenis makanan kepada anak. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan intervensi berupa variasi makanan selama 3 hari pada anak yang mengalami masalah nafsu makan, dan didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian variasi makanan terhadap peningkatan nafsu makan pada anak usia prasekolah setelah dilakukan intervensi.

Dari aspek kemandirian makan anak, sebagian besar responden (93,3%) mengetahui bahwa anak makan sendiri memiliki manfaat dalam perkembangan motorik halus. Ketika orang tua membiarkan anak untuk memilih makanan yang diinginkan, maka anak memiliki kebebasan untuk memilih makanan favorit mereka, sehingga asupan makanan yang didapatkan sangat baik apabila didukung dengan berbagai pilihan makanan dengan kandungan gizi yang seimbang dan disesuaikan dengan kebutuhan anak (Purnama, Lusmilasari, & Julia, 2015).

Melihat dari aspek memberi makanan sebagai hadiah, sebanyak 93,3% responden mengetahui bahwa memberi pelukan, ciuman, dan pujian pada anak merupakan hadiah yang tepat atas perilaku baik daripada memberi makanan sebagai hadiah. Juga Sebagian besar responden (90%) mengetahui bahwa bahan makanan harus dicuci terlebih dahulu sebelum dimasak. Kemudian mayoritas responden (95,6%) mengetahui bahwa air untuk minum harus air yang bersih dan terbebas dari kotoran. Air merupakan komponen penting dalam tubuh manusia, sehingga menjaga anak agar tetap terhidrasi adalah salah satu praktik yang harus dilakukan oleh orang tua. Karena jika anak yang kekurangan air didalam tubuh maka bisa berdampak pada kesehatan, salah satunya adalah menurunkan konsentrasi (Kusumawardani & Larasati, 2020).

Selain itu, seluruh responden (100%) mengetahui bahwa setelah sembuh dari sakit, anak akan membutuhkan lebih banyak makanan dari biasanya, dan sebagian besar responden (82,2%) mengetahui bahwa makanan yang banyak mengandung minyak harus dihindari karena dapat menyebabkan kegemukan dan penyakit lainnya. Mengonsumsi lemak dapat menghasilkan kalori, menambah rasa sedap pada makanan, dapat mengikat vitamin, dan lainnya. Namun jika mengonsumsi makanan yang mengandung lemak yang tinggi seperti gorengan, memiliki dampak negatif bagi kesehatan tubuh, salah satunya adalah penyakit jantung. Hal ini disebabkan oleh lemak jenuh (lemak jahat) yang terkandung didalam gorengan berisiko menyumbat pembuluh darah (Hanum, 2016).

Berdasarkan kuesioner perilaku ibu dalam praktik pemberian makan dalam penelitian ini dengan hasil analisa didapatkan bahwa mayoritas responden 67 memiliki

perilaku yang baik dalam praktik pemberian makan. Hal ini dibuktikan dengan sebagian besar ibu sering (47,8%) menyiapkan nasi, lauk pauk, dan sayur dalam satu porsi makan anak, kemudian mayoritas ibu sering (53,3%) membatasi anak makan makanan manis, seperti permen, eskrim, coklat, dan lainnya.

Makanan yang mengandung gula, garam, dan lemak mengandung sumber energi yang baik bagi tubuh jika dikonsumsi dengan benar. Salah satu dampak yang terjadi jika mengonsumsi makanan yang tinggi gula, garam, dan lemak yaitu *overweight* atau obesitas pada anak (Wansink, Shimizu, & Brumberg, 2013). Membeli jajanan sembarangan merupakan salah satu faktor tingginya konsumsi gula, garam dan lemak. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Habsiyah (2015) didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku jajan dengan berat badan anak, dengan perilaku anak yang tidak jajan cenderung memiliki berat badan normal.

Sebagian besar responden selalu (42,2%) membiarkan anaknya makan sendiri namun tetap dalam pengawasan, kemudian mayoritas responden jarang (38,9%) menawarkan makanan manis kepada anak sebagai hadiah atas perilaku baik. Berdasarkan hasil penelitian oleh Purnama (2015), menjadikan makanan sebagai hadiah secara signifikan berkorelasi negatif dengan status gizi pada anak yaitu pada anak sangat kurus hingga gemuk. Artinya, semakin sering orang tua menjadikan makanan sebagai hadiah maka semakin buruk status gizi anak. Sejalan dengan penelitian Syahroni, dkk (2021) bahwa pemberian makanan sebagai hadiah justru meningkatkan konsumsi makan anak terhadap makanan tidak sehat, karena reward yang diberikan oleh orang tua adalah makanan yang tidak sehat seperti permen, coklat, fast food, dan lainnya

Selain itu, sebagian besar responden selalu (61,1%) mencuci bahan makanan sebelum memasaknya, kemudian mayoritas responden selalu (72,2%) memberikan anak air minum yang bersih dan aman. Menjaga kebersihan makanan, tangan, dan peralatan makan menjadi salah satu cara pencegahan penyakit. Proses penyajian makanan dan kondisi alat makan yang digunakan dapat mempengaruhi kualitas makanan yang disajikan, dan makanan yang disajikan tidak hanya harus bergizi dan menarik secara visual,

tetapi juga harus memenuhi persyaratan kebersihan dan kebersihan makanan (Fadhila, Wahyuningsih, & Darundiati, 2015).

Sebagian besar responden sering (40%) memberikan makanan yang sehat dan bergizi pada anak agar tidak perlu memberikan suplemen tambahan, kemudian mayoritas responden selalu (54,4%) menyuapi atau membujuk anak makan selama sakit. Suplemen mengandung lebih banyak nutrisi dibandingkan makanan, apabila mengkonsumsi suplemen dalam jangka waktu lama dan atau dalam jumlah yang tinggi, maka bahan kimia tertentu dapat berbahaya karena menumpuk di dalam tubuh. Di Indonesia, suplemen makanan diperjualbelikan secara bebas di apotek maupun tempat lainnya. Jika anak-anak mengalami gangguan nafsu makan, maka penjualan suplemen pun meningkat (Damayanti, 2021).

Pemberian makanan pada anak dapat dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap ibu, serta dukungan dari keluarga dan masyarakat. Pengetahuan ibu dapat mempengaruhi asupan makanan keluarganya terutama pada anak-anaknya. Pemberian makanan yang tepat pada anak dapat memenuhi kebutuhannya. Sikap ibu yang diperoleh dari interaksi sosial seperti lingkungan, dapat dengan mudah mempengaruhi perilaku ibu dengan menyediakan makanan di rumah (Rakhmawati & Panunggal, 2014).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada ibu yang memiliki anak usia prasekolah didapatkan bahwa pengetahuan ibu dalam kategori baik yaitu sebanyak 66 responden (73,3%) dan perilaku ibu pada kategori baik yaitu sebanyak 74 responden (82,2%). Maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan dan perilaku ibu dalam praktik pemberian makan pada anak usia prasekolah berada pada kategori baik.

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi bagi tenaga kesehatan Puskesmas Kecamatan Ulee Kareng agar dapat bekerja sama dengan tokoh masyarakat untuk memberikan sosialisasi dan promosi kesehatan kepada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Ulee Kareng mengenai praktik pemberian makan dan pengolahan bahan makanan yang benar.

## REFERENSI

- Damayanti, A. (2021). Kajian pengetahuan dan persepsi ibu terhadap penggunaan suplemen gizi pada anak balita di kecamatan cibiru kota bandung.
- Dinas Kesehatan Provinsi Aceh . (2019). *Aceh Deklarasikan Pengentasan Stunting*.
- Fadhila, M. F., Wahyuningsih, N. E., & Darundiati, Y. H. (2015). Hubungan higiene sanitasi dengan kualitas bakteriologis pada alat makan pedagang di wilayah sekitar kampus UNDIP Tembalang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 769-776.
- Global Nutrition Report. (2018). *The global nutrition report classifies this country as experiencing two forms of malnutrition - anaemia and stunting*. Nutrition Country Profile.
- Habsiyah, Y. (2015). Perilaku konsumsi makanan jajanan dengan berat badan anak prasekolah di TK tarbiyatush syibyan desa gayaman mojoanyar mojokerto.
- Hanum, Y. (2016). Dampak bahaya makanan gorengan bagi jantung. *Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera*, 103-114.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *RISKESDAS*.
- Kusumawardani, S., & Larasati, A. (2020). Analisis konsumsi air putih terhadap konsentrasi siswa. *Jurnal Ilmiah PGSD*, 91-95.
- Mansur, A. R. (2019). *Tumbuh Kembang Anak Usia Prasekolah*. Padang: Andalas University Press.
- Mulyanti, S., Kusmana, T., & Fitriani, T. (2021). Pola pengasuhan orangtua terhadap perkembangan anak usia prasekolah : literature review. *Healthcare Nursing Journal*, 116-124.
- Perdani, Z. P., Hasan, R., & Nurhasanah. (2016). Hubungan praktik pemberian makan dengan status gizi anak usia 3-

5 tahun di pos gizi desa tegal kunir lor mauk. *Jurnal JKFT*, 1, 9-17.

Purnama, N. A., Lusmilasari, L., & Julia, M. (2015). Perilaku orang tua dalam pemberian makan dan status gizi anak usia 2-5 tahun. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 97-104.

Rakhmawati, N. Z., & Panunggal, B. (2014). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu dengan perilaku pemberian makanan anak usia 12-24 bulan. *Journal of Nutrition College*, 43-50.

Riskesdas. (2021). Data Riset Kesehatan Dasar.

Saputri, M. P., Nuraeni, A., & Supriyono, M. (2017). Efektivitas variasi makanan terhadap peningkatan nafsu makan anak usia prasekolah di kelurahan kuningan semarang utara. *Karya Ilmiah*.

SSGI. (2021). *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/Kota Tahun 2021*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Syahroni, M. H., Astuti, N., Indrawati, V., & Ismawati, R. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan anak usia prasekolah (4-6 Tahun) ditinjau dari capaian gizi seimbang. *Jurnal Tata Boga*, 12-22.

Wansink, B., Shimizu, M., & Brumberg, A. (2013). Association of nutrient-dense snack combinations with calories and vegetable intake. *Pediatrics*, 22-29.

World Health Organization. (2003). *Global Strategy For Infant And Young Child Feeding*.

Yadika, A. D., Berawi, K. N., & Nasution, S. H. (2019). Pengaruh Stunting terhadap Perkembangan Kognitif dan Prestasi Belajar. *Journal Majority*, 273-282.