

GAMBARAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI SULIT MAKAN PADA BALITA DI POSYANDU SALAKOSA KECAMATAN TAMANSARI KOTA TASIKMALAYA

Lina Marlina¹, Meti Sulastr², Iis Sopia³

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhakti Kencana Tasikmalaya^{1,2,3}

linamarlina1203@gmail.com¹

ABSTRAK

Gangguan pola makan pada balita jika tidak segera diatasi dapat menjadi masalah kesulitan makan, sehingga berakibat buruk bagi tumbuh kembang anak. Faktor yang mempengaruhi sulit makan pada anak diantaranya pengetahuan, sikap, dan perilaku. Hasil survei pendahuluan pada bulan Maret tahun 2020 di Posyandu Salakaso Kecamatan Tamansari diperoleh jumlah balita yang mengalami gizi buruk sebanyak 22 orang, yang mengalami gizi kurang sebanyak 32 orang pada bulan Pebruari 2020. Selain diperoleh data, masih banyak orang tua/ibu yang mengeluh anaknya sulit makan. Dari 10 orang yang diwawancarai sebanyak 8 orang ibu mengeluh anaknya sulit makan, sedangkan sebanyak 2 orang mengatakan anaknya makan sesuai dengan keinginannya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi sulit makan pada balita. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang mempunyai balita sulit makan di Posyandu Salakaso sebanyak 87 orang. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *Total sampling* sebanyak 87 orang. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dengan rumus persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang cara dan variasi makanan pada anak ada pada kategori kurang yaitu sebanyak 43 orang (49,4%), sikap ibu dalam memberikan makan pada anak terbesar ada pada kategori positif yaitu sebanyak 49 orang (56,3%), dan perilaku ibu ada pada kategori kurang yaitu sebanyak 45 orang (51,8%). Hendaknya ibu dan keluarga yang memiliki anak usia balita mampu memperbaiki pola makan, kebiasaan makan anak, meningkatkan pengetahuannya mengenai gizi pada anak balita, dan ibu bisa memperbaiki pola asuh pada anak usia balita.

Kata Kunci : Sulit makan, balita, pengetahuan, sikap, perilaku

PENDAHULUAN

Gangguan pola makan yang terjadi jika tidak segera diatasi dapat berkembang menjadi masalah kesulitan makan, selain itu masalah kesulitan makan pada anak dapat berakibat buruk bagi tumbuh kembang anak. Anak dapat mempunyai peluang besar untuk menderita kurang gizi

(*Underweight*) karena makanan yang dikonsumsi dalam jumlah sedikit sehingga tidak memenuhi kebutuhan nutrisinya (Komsan, 2010).

Kesulitan makan pada anak, meliputi anak malas makan, intensitas dalam memilih-milih jenis makanan yang disukai, dan penolakan pada makanan. Binnendyk, *et al* (2009)

menjelaskan bahwa perilaku menolak makanan secara kronik merupakan sebuah problem yang cukup berat. Hal serupa juga diungkapkan oleh Soedibyo dan Mulyani (2009) bahwa kelompok usia satu sampai lima tahun mengalami kesulitan makan terbanyak, yaitu sebesar 58%. Presentasi keluhan kesulitan makan pada anak, 27,5% menghabiskan makanan kurang dari sepertiga, 24,8% menolak makanan, 22,9% anak rewel dan merasa tidak senang atau marah, 7,3% hanya menyukai satu jenis makanan, 18,3% hanya mau minum susu, 19,3% memerlukan waktu lebih dari satu jam untuk makan, dan 15,6% mengemut.

Sebuah penelitian oleh *The Gateshead Millenium Baby Study* (Waugh, dkk. 2006, yang dikutip oleh Nafartilawati, dkk, 2014) di Inggris menyebutkan bahwa 20% orangtua melaporkan anaknya mengalami masalah makan, dengan prevalensi tertinggi anak hanya mau makan makanan tertentu. Studi di Italia mengungkapkan 6% bayi mengalami kesulitan makan, kemudian meningkat 25-40% pada saat fase akhir pertumbuhan. Survei lain di Amerika Serikat menyebutkan 19-50% orangtua mengeluhkan anaknya sangat pemilih dalam makan sehingga terjadi defisiensi zat gizi tertentu. Kesulitan makan dialami oleh 25-40% anak-anak. Masalah yang sering dijumpai adalah kolik, muntah, serta menolak untuk makan. Kesulitan makan pada anak terjadi pada 25% anak sehat dan meningkat pada anak dengan keterlambatan perkembangan yaitu mencapai 80%. Di Indonesia, berdasarkan data Riskesdas (2013) prevalensi gizi buruk pada balita yaitu

sebesar 5,7 %, gizi kurang sebesar 13,9%, gizi baik sebesar 75,9% dan gizi lebih sebesar 4,5%. Sedangkan di Jawa Barat, prevalensi gizi buruk pada balita yaitu sebesar 4,9 %, gizi kurang sebesar 114,2%, gizi baik 76,7% dan gizi lebih sebesar 4,1% (Soedibyo dan Mulyani 2009 Indonesia, 2014). Permasalahan gizi khususnya di Kota Tasikmalaya masih cukup tinggi hal ini terlihat dari profil Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya bahwa terdapat 21,29% balita bawah garis merah dan 17,33% balita gizi kurang serta 21,2 % BBLR.

Prevalensi kesulitan makan pada masa anak-anak sebesar 25%. Usia prasekolah dari umur 4 sampai 6 tahun meningkat menjadi 33,6% (Prasetyo, 2009). Berdasarkan laporan dari Riskesdas (2013) dari menjelaskan bahwa prevalensi kekurangan gizi pada anak di Indonesia mencapai angka 19,6%. Hal tersebut mengalami peningkatan yang cukup signifikan jika dibandingkan pada tahun 2010 dengan prevalensi sebesar 17,9%. Kementerian Kesehatan RI juga melaporkan bahwa asupan gizi buruk masih banyak terjadi di beberapa wilayah di Indonesia, meliputi, Bali sebesar 11,4%, Yogyakarta 10,0%, dan NTT sebesar 33,6%.

Hasil survei pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan Maret tahun 2020 di Kelurahan Tamansari Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya diperoleh jumlah balita yang mengalami gizi buruk sebanyak 22 orang, sedangkan yang mengalami gizi kurang sebanyak 32 orang pada bulan Pebruari 2020. Cakupan D/S yang diperoleh sebesar

80%, terjadi kenaikan pada tahun 2016, hal ini menunjukkan bahwa masyarakat sudah menyadari manfaat dari posyandu. Selain diperoleh data tentang jumlah balita, juga didapatkan bahwa masih banyak orang tua/ibu yang mengeluh anaknya sulit makan. Dari 10 orang yang diwawancarai sebanyak 8 orang ibu mengeluh anaknya sulit makan, sedangkan sebanyak 2 orang mengatakan anaknya makan sesuai dengan keinginannya. Ini disebabkan karena dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti : pengetahuan, sikap dan perilaku ibu dalam memberikan makan pada balita.

Berdasarkan uraian tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Gambaran Faktor-faktor yang Mempengaruhi Sulit Makan pada Balita di Posyandu Salakaso Kota Tasikmalaya".

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah kuantitatif, dan rancangan atau desain penelitian ini adalah *deskriptif* dengan populasi adalah seluruh ibu yang mempunyai balita sulit makan di Posyandu Salakaso Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya tahun 2020 yang berjumlah 87 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah Teknik *Total Sampling*.

Instrument penelitian data yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner bentuk pertanyaan tertutup yang di buat oleh peneliti dan sudah melalui uji validitas dan reabilitas yang terdiri dari pertanyaan tentang :

1. Pengetahuan : Kuesioner ini sebanyak 14 soal terdiri dari pertanyaan positif sebanyak 11 soal dan pertanyaan negatif sebanyak 3 soal.
2. Sikap : Variabel sikap ini mengungkapkan sikap ibu dalam memberikan makan pada anak. Jumlah pernyataan variabel sikap sebanyak 10 butir pernyataan yang terdiri dari 6 pernyataan positif yaitu nomer 2, 3, 4, 7, 8, 10 dan 4 pernyataan negatif yaitu nomor 1, 5, 6, dan 9. Variabel ini diukur dengan menggunakan jawaban skala likert yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju.
3. Variabel Perilaku : Variabel perilaku ini mengungkapkan kebiasaan yang dilakukan ibu dalam memberikan makan pada anak. Jumlah instrumen penelitian variabel sikap sebanyak 10 butir pernyataan. Dengan pertanyaan (+) sebanyak 6 soal yaitu nomor 1, 2, 3, 5, 6, dan 8 dan pertanyaan (-) sebanyak 4 soal yaitu nomor 4, 7, 9 dan 10, dengan jawaban ya dan tidak.

Setelah data terkumpul peneliti mengolah data melalui tahapan *editing* data, *scoring* data, *entry* dan *tabulating* data. Untuk *scoring* melalui pemberian skor pada jawaban yang diberikan oleh responden. Untuk variabel pengetahuan kode yang diberikan adalah 1 untuk jawaban benar dan 0 untuk jawaban salah. Variabel sikap kode yang diberikan untuk pernyataan positif adalah 4 = sangat setuju, 3 = setuju, 2 = tidak setuju, dan 1 = sangat tidak setuju, sedangkan untuk pernyataan negatif

adalah 1 = sangat setuju, 2 = setuju, 3 = tidak setuju, dan 4 = sangat tidak setuju. Variabel perilaku kode yang diberikan adalah 1 untuk ya, dan 0 = tidak.

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat yaitu analisa data yang digunakan untuk mendeskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhi kesulitan makan pada balita yang meliputi: pengetahuan, sikap, perilaku, dan pola asuh dalam bentuk distribusi frekuensi. Rumus yang digunakan untuk mendeskripsikan variabel pengetahuan, dan perilaku menggunakan rumus persentase dengan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{n}{N} \times 100\%$$

Keterangan: P = Persentase
 N = Jumlah Responden
 N = Jumlah seluruh responden

Sedangkan untuk variabel sikap menggunakan rumus sebagai berikut :

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{n}$$

Keterangan :
 \bar{x} = Rata-rata
 X = Jumlah skor yang diperoleh responden
 N = Jumlah seluruh responden

1. Variabel pengetahuan
 Pengkategorian variabel pengetahuan adalah sebagai berikut :
 - a. Baik, jika nilai yang diperoleh 76-100%.
 - b. Cukup, jika nilai yang diperoleh 56-76%.

- c. Kurang, jika nilai yang diperoleh < 56%
2. Variabel sikap
 Pengkategorian variabel sikap adalah sebagai berikut :
 - a. Positif, jika nilai yang diperoleh > 34
 - b. Negatif, jika nilai yang diperoleh < 34
3. Variabel perilaku
 - a. Baik, jika nilai yang diperoleh 76-100%
 - b. Cukup, jika nilai yang diperoleh 56-76%
 - c. Kurang, jika nilai yang diperoleh < 56%

HASIL PENELITIAN

1. Pengetahuan Ibu Tentang Cara dan Variasi Makanan pada Anak
 Gambaran pengetahuan ibu tentang cara dan variasi makanan pada anak dapat dilihat pada Tabel 1 di bawah ini :

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Tentang Cara dan Variasi Makanan pada Anak di Posyandu Salakaso Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya

Kategori	Frekuensi	Persentase
Baik	8	9,2
Cukup	36	41,4
Kurang	43	49,4
Jumlah	87	100

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang cara dan variasi makanan pada anak sebagian besar ada pada kategori kurang yaitu sebanyak 43 orang (49,4%).

2. Sikap Ibu dalam Memberikan Makan pada Anak

Gambaran sikap ibu dalam memberikan makan pada anak dapat dilihat pada Tabel 2 di bawah ini :

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Sikap Ibu dalam Memberikan Makan pada Anak di Posyandu Salakaso Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya

Kategori	Frekuensi	Persentase
Positif	49	56,3
Negatif	38	43,7
Jumlah	87	100

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa sikap ibu dalam memberikan makan pada anak sebagian besar ada pada kategori positif yaitu sebanyak 49 orang (56,3%).

3. Perilaku Ibu

Gambaran perilaku ibu dalam memberikan makan pada anak dapat dilihat pada Tabel 3 di bawah ini :

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Perilaku Ibu di Posyandu Salakaso Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya

Kategori	Frekuensi	Persentase
Baik	19	21,8
Cukup	23	26,4
Kurang	45	51,8
Jumlah	87	100

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa perilaku ibu sebagian besar ada pada kategori kurang yaitu sebanyak 45 orang (51,8%).

PEMBAHASAN

1. Pengetahuan Ibu Tentang Cara dan Variasi Makanan pada Anak

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang cara dan variasi makanan pada anak di Posyandu Salakaso

Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya terbesar ada pada kategori kurang (49,4%). Hal ini disebabkan karena ibu belum mengetahui atau kurang menerima informasi tentang gizi pada anak, baik dari petugas kesehatan maupun dari media lain. Selain itu juga latar belakang pendidikan yang mayoritas pendidikan rendah (SD dan SMP) menjadi penyebab rendahnya pengetahuan ibu.

Pengetahuan merupakan suatu hasil dari tahu yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu, melalui indra penglihatan, pendengaran, penciuman, perasaan dan perabaan. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui penglihatan dan pendengaran, hanya sedikit yang diperoleh dari penciuman, perasaan dan perabaan. Pengetahuan adalah pemberian bukti seseorang melalui proses pengingatan/pengenalan informasi ide yang sudah diperoleh sebelumnya (Notoatmodjo, 2010).

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek (*immediate impact*) sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Majunya teknologi akan tersedia bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang inovasi baru.

Sebagai sarana komunikasi, berbagai media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah dan lain-lain mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang. Dalam penyampaian informasi sebagai tugas

pokoknya, media massa membawa pula pesan-pesan yang berisi sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang. Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya pengetahuan terhadap hal tersebut.

Pengetahuan yang baik mengenai makan anak namun masih belum dapat berperilaku secara tepat seperti adanya variasi makanan pada anak untuk pengenalan makan pada anak sejak dini. Faktor malas dan status ekonomi pada keluarga kemungkinan merupakan alasan utama ibu dalam menghidangkan makanan di keluarga sehingga anak akan mendapatkan makanan yang sama atau mendapatkan dalam porsi kecil.

2. Sikap Ibu dalam Memberikan Makan pada Anak

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap ibu dalam memberikan makan pada anak di Posyandu Salakaso Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya terbesar ada pada kategori positif (56,3%). Hal ini disebabkan ibu selalu ingin memberikan makan pada anak walaupun anak sulit untuk makan, kesadaran akan gizi pada anak membuat ibu berusaha untuk memberikan makan kepada anak dengan berbagai cara.

Sikap merupakan suatu ukuran tingkat kesukaran seseorang terhadap perilaku tertentu. Bagaimana kita suka atau tidak suka terhadap sesuatu dan pada akhirnya menentukan perilaku kita (Rahayuningsih, 2008). Menurut Staats yang dikutip oleh Wawan

dan Dewi (2010) sikap merupakan tendensi psikologis yang diekspresikan oleh evaluasi terhadap entitas tertentu dengan derajat suka atau tidak suka. Sikap terhadap kesehatan adalah pendapat atau penilaian seseorang terhadap hal-hal yang berkaitan dengan pemeliharaan kesehatan, seperti sikap terhadap penyakit menular dan tidak menular, sikap terhadap faktor-faktor yang terkait dan atau mempengaruhi kesehatan, dan sikap untuk menghindari kecelakaan.

Sikap yang ditunjukkan ibu dalam memberikan makan pada anak akan memberikan dampak yang positif terhadap perilaku anak dalam makan, Sikap ibu mengenai pemberian makanan pada anak merupakan faktor yang menentukan seseorang untuk berperilaku memberikan makanan yang tepat untuk anak. Makanan yang tepat buat anak diberikan agar anak dapat memenuhi kebutuhan gizinya. Sikap ibu yang yang di dapat dari interaksi sosial seperti lingkungan, dapat dengan mudah mempengaruhi perilaku ibu dalam memberikan makanan di rumah. Kebiasaan makan yang diajarkan ibu kepada anak akan mempengaruhi pola makan anak sehingga anak dapat memutuskan makanan yang dikonsumsinya.

3. Perilaku Ibu dan Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku ibu di Posyandu Salakaso Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya terbesar ada pada kategori kurang baik (51,7%). Hal ini disebabkan karena ibu dengan anak sulit makan selalu memaksa anak untuk makan, ini terjadi karena ibu tidak mau anaknya sakit atau

mengalami kekurangan gizi, anak yang dipaksa makan selalu berontak dan marah, sehingga anak menjadi tidak mau makan.

Peran orangtua merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku *picky eater* pada balita. Peran orangtua khususnya ibu merupakan seperangkat tingkah laku yang diharapkan oleh orang lain terhadap kedudukan dalam suatu sistem. Sistem membutuhkan sentuhan atau tindakan seseorang yang dapat mengelola, menjaga, merubah, dan memperbaiki suatu sistem. Suatu sistem membutuhkan peran dari seseorang. Peran dipengaruhi oleh keadaan sosial baik dari dalam maupun dari luar dan bersifat stabil.

Respon orangtua yang tidak sabar dan memaksa anak ketika anak susah makan dan rewel menjadi hal yang tidak menyenangkan, akibatnya anak pun jadi susah makan (Akbar dan Hawadi, 2010). Dalam hal pola asuh, orangtua tidak mengajari anak untuk mengkonsumsi makanan yang bervariasi dengan kata lain hanya menyediakan makanan yang itu saja. Ini membuat anak tidak belajar mengenal rasa dan jenis makanan yang beragam. Akibatnya, anak menjadi pilih-pilih makanan dan makan yang itu-itu saja. Pola asuh adalah bagaimana orang tua memperlakukan anak, mendidik, membimbing, dan mendisiplinkan anak dalam mencapai proses kedewasaan hingga pada upaya pembentukan norma-norma yang diharapkan masyarakat pada umumnya (Casmini, 2007 dalam Hadi, 2014).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan Pengetahuan keluarga tentang gizi di Posyandu Salakaso Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya ada pada kategori kurang (49,4%). Sikap keluarga dalam memberikan makan pada anak di Posyandu Salakaso Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya ada pada kategori positif (56,3%). Perilaku ibu di Posyandu Salakaso Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya ada pada kategori kurang baik (51,7%).

SARAN

Hendaknya ibu dan keluarga yang memiliki anak usia balita mampu memperbaiki pola makan, kebiasaan makan anak, meningkatkan pengetahuannya mengenai gizi pada anak usia balita dan ibu bisa memperbaiki pola asuh pada anak usia balita

DAFTAR PUSTAKA

- Nafratilawati, M. (2014). Hubungan Antara Pola Asuh Dengan Kesulitan Makan Pada Anak Prasekolah (3-5 Tahun) Di Tk Leyangan Kabupaten Semarang. *Stikes Ngudi Waluyo Ungaran. Perpustakaan web. id/karyailmiah/documents/3569.pdf.*

- Rahayuningsih, S. U. (2008). Sikap (Attitude). *Retrieved Desember, 25, 2018*
- Dinkes Kota Tasikmalaya. (2018). Profil dinas kesehatan kota tasikmalaya Tahun 2017. Tasikmalaya: Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya.
- Kementrian Kesehatan. (2018). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017. *Jakarta: Kementerian Kesehatan RI*, 170-173
- Binnendyk, *et al* .(2009). icky eating during childhood: a longitudinal study study to age 11 years, *Eating Behaviours*, Vol. 11, Issue 4.
- Casmini. (2007). *Emotional Parenting*. Yogyakarta: Nuansa Aksara.
- Komsan. (2010). *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Profil Kesehatan Indonesia. (2014). *Modul dan Materi Promosi Kesehatan Untuk Politeknik / D3 Kesehatan*. Jakarta.
- Riskesdas. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kementerian Indonesia.
- Soedibyo dan Mulyani. (2009). Kesulitan Makan pada Pasien: Survei di Unit Pediatri Rawat Jalan. *Sari Pediatri*; 11(2):79-84.
- Prasetyo. (2009). *Analisa Faktor Keluarga, Sosial, dan Psikologi Terhadap Gangguan Sulit Makan Pada Anak*. Jakarta.
- Notoatmodjo. (2010). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Wawan dan Dewi. (2009). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Hadi. (2014). *Ilmu Gizi dan Aplikasinya untuk Kelurga dan Masyarakat*. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional.