

## **FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN POLA MAKAN *TODDLER***

**Fitri Wahyuni Setyaningrum, Dwi Retnaningsih\*, Windyastuti**

Program Studi Ners STIKES Widya Husada Semarang, Jl. Subali Raya No.12 Krapyak – Semarang, Indonesia,  
50146

\*[dwiretnaningsih81@yahoo.co.id](mailto:dwiretnaningsih81@yahoo.co.id)

### **ABSTRAK**

Pola makan *toddler* di posyandu Kuncup Mekar 8 ini, terdapat beberapa anak yang makannya teratur dan tidak teratur karena sebagian ibu ada yang bekerja dan ibu rumah tangga tetapi sibuk dengan aktivitasnya sehari - hari dengan kurang memperhatikan sehingga pola makan anak tidak baik, tujuan penelitian untuk mengetahui faktor - faktor yang berhubungan dengan pola makan *toddler*. Penelitian ini menggunakan desain *deskriptif korelasi* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah ibu yang mempunyai *toddler* di Posyandu Kuncup Mekar Kelurahan Krapyak Semarang Barat. Hasil Penelitian nilai rho 0,546, dan *p value* 0,002 ( $p < 0,05$ ), kondisi kesehatan dengan pola makan *toddler*. Hasil bahwa nilai rho 0,461 dan *p value* 0,010 ( $p < 0,05$ ), makanan dengan pola makan *toddler*. Data yang diperoleh dari penelitian, hasil bahwa nilai rho 0,546 dan *p value* 0,002 ( $p < 0,05$ ). Kesimpulannya ada hubungan pengetahuan ibu, kondisi kesehatan, makanan dengan pola makan *toddler*.

Kata kunci: faktor - faktor pola makan, posyandu balita, usia *toddler*

### **FACTORS - FACTORS RELATED TO DIET OF TODDLER**

#### **ABSTRACT**

*A diet toddler in posyandu Kuncup Mekar 8, there are some children who eat regular and irregular because some mothers worked and housewives but busy with daily activities - day with less attention to child's diet is not good, purpose research to identify factors - factors related to diet toddler. This study used a descriptive correlation design with cross sectional approach. The population is all mothers with toddler in Posyandu Kuncup Mekar Krapyak Semarang Barat. Results: Data obtained from the study, the results that rho value of 0.546, and p value 0.002 ( $p < 0.05$ ), the health condition of the toddler diet. Data obtained from the study, the results that rho value of 0.461 and p value 0,010 ( $p < 0.05$ ), with diet food toddler. Data obtained from the study, the results that rho value of 0.546 and p value 0.002 ( $p < 0.05$ ), so that these three factors Ho denied that there is a relationship of mother's knowledge, health, diet food with toddler. Conclusions: There was a relationship mother's knowledge, health, diet food with toddler.*

*Keywords: factor - factor diet, posyandu balita, toddler*

### **PENDAHULUAN**

Anak usia *toddler* adalah anak usia 12-36 bulan (1-3 tahun) pada periode ini anak berusaha mencari tahu bagaimana sesuatu bekerja dan bagaimana mengontrol orang lain melalui kemarahan, penolakan dan tindakan keras kepala. Hal ini merupakan periode yang sangat penting untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan intelektual secara optimal (Perry, 2008). Anak usia *toddler* (1-3 tahun) merujuk konsep periode kritis dan plastisitas yang tinggi dalam proses tumbuh kembang, maka usia satu sampai tiga tahun sering disebut sebagai *golden period* (kesempatan emas) untuk meningkatkan kemampuan setinggi-tingginya dan *plastisitas* yang tinggi adalah pertumbuhan sel otak cepat dalam waktu yang singkat peka terhadap stimulasi dan pengalaman fleksibel mengambil alih fungsi sel sekitarnya dengan membentuk sinap serta sangat mempengaruhi periode tumbuh kembang selanjutnya (Hidayat, 2008). Battisini (2006) mengatakan bahwa pola makan adalah segala sesuatu mengenai frekuensi konsumsi makanan, kebiasaan makan, konsumsi minuman, ukuran porsi, dan kualitas makanan sehari-hari.

Pola makan *toddler* yang sehat berpengaruh positif pada diri anak seperti menjaga kesehatan, mencegah atau membantu menyembuhkan penyakit. Pedoman pola makan sehat untuk masyarakat secara umum yang sering digunakan adalah pedoman Empat Sehat Lima Sempurna, makanan Triguna, dan pedoman yang paling akhir diperkenalkan adalah 13 pesan dasar gizi seimbang. Pengertian makanan triguna adalah bahwa makanan atau diet sehari-hari harus mengandung karbohidrat dan lemak sebagai zat tenaga, protein sebagai zat pembangun, vitamin dan mineral sebagai zat pengatur (Kartasapoetra dan Marsetyo, 2008).

## METODE

Jenis penelitian studi *deskriptif korelasi* yang bertujuan untuk menguji hipotesis mengenai kemungkinan hubungan antar variabel (Notoadmodjo, 2010). Metode pengumpulan data dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah ibu yang mempunyai anak usia *toddler* di Posyandu Kuncup Mekar Krapyak Semarang Barat sebanyak 30 anak dengan kriteria ibu yang bersedia menjadi responden. Alat pengumpulan data yang digunakan berupa lembar kuesioner yang berisi data demografi (nama, umur, pendidikan, dan status pekerjaan). Bagian kedua berisi 10 pertanyaan tentang faktor pengetahuan ibu, 10 pertanyaan tentang faktor kondisi kesehatan secara umum, 10 pertanyaan tentang faktor makanan yang berhubungan dengan pola makan *toddler*. Analisa Data menggunakan analisa *Univariat* dan Analisa *Bivariat* dan analisisnya menggunakan *Rank Spearman* dengan  $\alpha = 0,05\%$ .

## HASIL

Hasil penelitian dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 1  
Usia *Toddler* (n=30)

Usia	f	%
1	10	33,33
2	14	46,67
3	6	20

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 30 responden sebagian besar berumur 2 tahun.

Tabel 2  
Pekerjaan Ibu (n=30)

Pekerjaan Ibu	f	%
Ibu rumah tangga	5	16,67
PNS	20	66,66
Buruh	0	0
Pedagang/Wiraswasta	5	16,67
Petani	0	0

Tabel 2 Menunjukkan bahwa dari 30 responden sebagian besar pekerjaannya PNS.

Tabel 3  
Pengetahuan Ibu *toddler*

Pengetahuan ibu	f	%
Kurang	7	23,3
Cukup	11	36,7
Baik	12	40,0

Tabel 3 Menunjukkan bahwa dari 30 responden sebagian besar pengetahuan ibu baik.

Tabel 4  
 Kondisi Kesehatan *Toddler* (n=30)

Kesehatan	f	%
Kurang	8	26,3
Cukup	10	33,3
Baik	12	40,4

Tabel 4 Menunjukkan bahwa dari 30 responden, kondisi kesehatan secara umum baik.

Tabel 5  
 Makanan *Toddler* (n=30)

Makanan	f	%
Kurang	7	23,3
Cukup	8	26,7
Baik	15	50,0

Tabel 5. Menunjukkan bahwa dari 30 responden makanan anak baik.

Tabel 6  
 Pola makan *Toddler* (n=30)

Pola Makan	f	%
Kurang	7	23,3
Cukup	10	33,3
Baik	13	43,4

Tabel 6. Menunjukkan bahwa dari 30 responden pola makan anak baik.

Tabel 7  
 Tabulasi silang antara tingkat pengetahuan ibu dengan pola makan *toddler* (n=30)

Pengetahuan Ibu	Pola Makan						Total		Rho	P Value
	Baik		Cukup		Kurang		f	%		
	f	%	f	%	f	%				
Baik	9	30	2	6,7	1	3,3	12	40,0	0,546	0,002
Cukup	3	10	6	20	2	6,7	11	36,7		
Kurang	1	3,3	2	6,7	4	13,3	7	23,3		

Tabel 7 menunjukkan uji silang antara pengetahuan ibu dengan pola makan *toddler*. Data yang diperoleh dari penelitian ini menggunakan analisis *Rank Spearman*. Dari uji ini diperoleh hasil bahwa nilai rho 0,546 dan *p value* 0,002 ( $p < 0,05$ ) yang di simpulkan  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak yang berarti ada hubungan antara pengetahuan dengan pola makan.

Tabel 8  
 Tabulasi silang antara tingkat kondisi kesehatan dengan pola makan *toddler* (n=30)

Kondisi kesehatan	Pola Makan						Total		Rho	P Value
	Baik		Cukup		Kurang		f	%		
	f	%	f	%	f	%				
Baik	8	26,7	2	6,7	2	6,7	12	40,0	0,461	0,010
Cukup	4	13,3	5	16,7	1	3,3	10	33,3		
Kurang	1	3,3	3	10,3	4	13,3	8	26,7		

Tabel 8 menunjukkan uji silang antara kondisi kesehatan secara umum dengan pola makan *toddler*. Data yang diperoleh dari penelitian ini menggunakan analisis *Rank Spearman*. Dari

uji ini diperoleh hasil bahwa nilai rho 0,461 dan *p value* 0,010 ( $p < 0,05$ ) yang dapat disimpulkan  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak yang berarti ada hubungan antara kondisi kesehatan secara umum dengan pola makan.

## **PEMBAHASAN**

### **Usia anak**

Anak usia *toddler* adalah anak usia 12-36 bulan (1-3 tahun) pada periode ini anak berusaha mencari tahu bagaimana sesuatu bekerja dan bagaimana mengontrol orang lain melalui kemarahan, penolakan dan tindakan keras kepala. Hal ini merupakan periode yang sangat penting untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan intelektual secara optimal (Perry, 2008). Pada masa *toddler*, anak mulai mengembangkan kemandiriannya dengan lebih pada keterampilan yang telah dipelajarinya ketika bayi. Keseimbangan tubuh sudah mulai berkembang terutama dalam berjalan yang sangat diperlukan untuk menguatkan rasa otonomi untuk mengendalikan kemauannya sendiri (Wong, 2009). Dalam perkembangan *toddler* pada usia 0-1 tahun dimana umur 5 bulan berat badan naik dua kali berat badan lahir, dan tiga kali berat badan lahir pada umur 1 tahun dan menjadi empat kali pada umur 2 tahun. Pertumbuhan mulai lambat pada masa prasekolah dengan kenaikan berat badan kurang lebih 2 Kg pertahun, kemudian pertumbuhan konstan mulai berakhir (Septiari, 2012).

### **Pekerjaan Responden**

Bekerja umumnya menyita waktu, bekerja bagi ibu-ibu akan mempunyai pengaruh terhadap keluarga. Menurut Budioro (2008) pekerjaan merupakan kegiatan yang menghasilkan upah atau gaji yang mempunyai pengaruh terhadap keluarga. Status pekerjaan dapat berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap ibu, sehingga secara tidak langsung mempengaruhi perilaku ibu dalam merawat anak *toddler*. Hal ini didukung oleh teori yang menyatakan dimana pekerjaan merupakan faktor pendukung (*Reinforcing Factor*) dalam terbentuknya perilaku seseorang (Notoatmodjo, 2003).

### **Pengetahuan Responden**

Pengetahuan merupakan faktor yang penting untuk terbentuknya tindakan atau perilaku seseorang, demikian pula tentang pengetahuan dalam perawatan pemberian makan anak usia *toddler*. Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga, Pengetahuan seseorang adalah bagian dari perilaku seseorang, awal dari seseorang melakukan suatu tindakan biasanya disebabkan karena pengetahuan seseorang yang akan dilakukan tersebut. Semakin luas pengetahuan seseorang semakin mudah orang melakukan perubahan dalam tindakannya (Notoatmodjo, 2003).

### **Kondisi Kesehatan**

Kondisi kesehatan seseorang berpengaruh besar terhadap kebiasaan makan. Sariawan atau gigi yang sakit seringkali membuat individu memilih makanan yang lembut. Tidak jarang orang yang kesulitan menelan, memilih menahan lapar dari pada makan. Rasa lapar umumnya merupakan sensasi yang kurang menyenangkan karena berhubungan dengan kekurangan makanan. Sebaliknya, nafsu makan merupakan sensasi yang menyenangkan berupa keinginan seseorang untuk makan. Sedangkan rasa kenyang merupakan perasaan puas karena telah memenuhi keinginannya untuk makan.

Anak yang sehat akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang normal dan wajar, yaitu sesuai standar pertumbuhan fisik anak pada umumnya dan memiliki kemampuan sesuai standar kemampuan anak seusianya. Selain itu, anak yang sehat tampak senang, mau bermain, berlari, berteriak, meloncat, memanjat, tidak berdiam diri saja. Anak yang sehat kelihatan berseri-seri, kreatif, dan selalu ingin mencoba sesuatu yang ada di sekelilingnya. Jika ada sesuatu yang tidak diketahuinya ia bertanya, sehingga pengetahuan yang dimilikinya selalu bertambah (Ranti, 2014).

### **Makanan**

Makanan adalah susunan komposisi hidangan dapat memenuhi kebutuhan tubuh, baik dari segi kuantitas maupun kualitasnya, maka tubuh akan mendapatkan kondisi kesehatan gizi adekuat. Konsep menu adekuat menekankan adanya unsur-unsur gizi yang diperlukan oleh tubuh dalam keadaan seimbang. Unsur gizi yang diperlukan tubuh ini digolongkan atas pemberi tenaga atau energi, penyokong pertumbuhan, pembangun, dan pemelihara, jaringan tubuh serta pengaturmetabolisme dan berbagai keseimbangan dalam sel tubuh. Pola makan masyarakat atau kelompok di mana anak berada, akan sangat mempengaruhi kebiasaan makan, selera, dan daya terima anak akan suatu makanan. Oleh karena itu, di lingkungan anak hidup terutama keluarga perlu pembiasaan makan anak yang memperhatikan kesehatan dan gizi (Ranti, 2014).

### **Pola Makan**

Pola makan adalah segala sesuatu mengenai frekuensi konsumsi makanan, kebiasaan makan, konsumsi minuman, ukuran porsi, dan kualitas makanan sehari-hari. Pola makan *toddler* yang sehat berpengaruh positif pada diri anak seperti menjaga kesehatan, mencegah atau membantu menyembuhkan penyakit. Pedoman pola makan sehat untuk masyarakat secara umum yang sering digunakan adalah pedoman Empat Sehat Lima Sempurna (Marsetyo, 2008).

### **SIMPULAN**

Hasil statistik menunjukkan ada tiga variabel yang memiliki hubungan signifikan dengan pola makan *toddler* yaitu pengetahuan ibu dengan nilai  $p_{value} \leq 0,05$  ( $p=0,002$ ), kondisi kesehatan secara umum nilai  $p_{value} \leq 0,05$  ( $p=0,010$ ), makanan nilai  $p_{value} \leq 0,05$  ( $p=0,002$ ). Maka Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu, kondisi kesehatan secara umum dan makanan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Batissini.2006.*Pola Makan Anak dan Remaja*.Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Kartasapoetra dan Marsetyo, 2008.*Ilmu Gizi Korelasi Gizi, Kesehatan dan Pruktivitas Kerja*. Penerbit Rineka Cipta, Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- . 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*.Jakarta: Rineka Cipta.
- Potter, Perry. (2008). *Fundamental Keperawatan*.Jakarta : Salemba Medika.
- Santoso S, Ranti A.L. 2014. *Kesehatan dan Gizi*.Jakarta : PT. Asdi Mahasatya
- Saryono.2013. *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dalam Bidang Kesehatan*. Nuha Medika, Yogyakarta.
- Wong, Donna L. (2009). *Pedoman Klinis Keperawatan Pediatrik*. Jakarta : EGC

