GAMBARAN PENYEBAB KESULITAN MAKAN PADA ANAK PRASEKOLAH USIA 3-5 TAHUN DI PERUMAHAN TOP AMIN MULYA JAKABARING PALEMBANG TAHUN 2009

Fadillah Fitriani, Fatmalina Febry, Rini Mutahar

Abstract

Background: Children in 3-5th is called by preschool, which children are in the process of growth and classified as active consumer. Preschool was found the food disorder problem more than 20 %. It was caused by they can choose their favorite food or just want to eat the certain food. The goal in this research is to get the description cause of food disorder in preschool 3-5th in perumahan Top Amin Mulya Jakabaring Palembang 2009.

Reseach Study: The research is a descriptive study with *Cross Sectional* approach.. Data were collected by interview method which used questioner and *check list*.

Result: 59,3 % shown most of children in food disorder. The research was found the way to eat (divorce) for children in food disorder (100%), situation while eating with playing (87,0%), and had a good enough variety of food (69,2%), had unregular mealtime (63,6%), the frequency of food were bad (78,1%) dan and kind of food had ready matched with age (100%). But for children weren't in food disorder was found the way to eat (what children want) were 75,0%, situation while eating with family (57,9%), and had a good variety of food (43,5%), regular mealtime (53,3%), good frequency of food (64,7%) and kind of food had ready matched with age (100%).

Conclution: This research is concluded that the percentage of children in food disorder were 59,3% which was found the percentage the way to eat (divorce) for children in food disorder (100%), situation while eating with playing (87,0%), and had a good enough variety of food (69,2%), had unregular mealtime (63,6%), the frequency of food were bad (78,1%) and kind of food had ready matched with age (100%). This research is expected for the mother to give education to her child about the function of food for their bodies and healthy, and to do the further research to find the variable of knowledge, education and occupation of the mother

Keyword : Food disorder, Preschool

Literature : 31, 1995-2009

Abstrak

Latar Belakang: Anak usia 3 – 5 tahun adalah anak usia prasekolah, dimana sedang mengalami proses tumbuh kembang dan digolongkan dalam konsumen aktif. Pada anak prasekolah ditemukan masalah kesulitan makan sebesar lebih dari 20 %. Hal ini disebabkan karena anak sudah dapat memilih-milih makanan yang disukainya dan hanya mau makan makanan tertentu saja. Tujuan Penelitian adalah mengetahui gambaran penyebab kesulitan makan pada anak prasekolah usia 3-5 tahun di perumahan Top Amin Mulya Jakabaring Palembang tahun 2009.

Metode Penelitian: Penelitian ini bersifat deskriptif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara menggunakan kuesioner dan *check list*.

Hasil penelitian: 59,3 % mengalami kesulitan makan. Dalam penelitian diperoleh cara pemberian makan pada anak yang mengalami kesulitan makan didapatkan makan dengan cara dipaksa yaitu disuapi (100%), suasana makan sambil bermain (87,0%), variasi makanan baik (78,0%), waktu makan tidak teratur (63,6%), frekuensi makan buruk (78,1%) dan jenis makan sesuai dengan usia (100%). Sedangkan pada anak yang tidak mengalami kesulitan makan didapatkan cara pemberian makan sesuai dengan keinginan anak (75,0%), suasana makan bersama keluarga (57,9%), variasi makanan sedang (63,2%), waktu makan teratur (53,3%), frekuensi makan baik (64,7%) dan jenis makan sesuai dengan usia (100%).

Kesimpulan: Kesimpulan dari penelitian ini adalah dari 59,3 % anak yang mengalami kesulitan makan didapatkan persentase cara pemberian makan dengan cara dipaksa yaitu disuapi (100%), suasana makan sambil bermain (87,0%), variasi makanan baik (78,0%), waktu makan tidak teratur (63,6%), frekuensi makan buruk (78,1%) dan jenis makan sesuai dengan usia (100%). Disarankan kepada ibu untuk dapat memberikan pendidikan kepada anak tentang arti makanan bagi kesehatan tubuh, dan diharapkan dilakukan penelitian lanjutan tentang penyebab kesulitan makan untuk meneliti variabel pengetahuan, pendidikan dan status pekerjaan ibu.

Kata Kunci : Kesulitan makan, Anak Prasekolah

Kepustakaan : 31, 1995-2009

Pendahuluan

Anak usia tiga sampai dengan lima tahun dikenal sebagai anak usia prasekolah²⁷, dimana merupakan usia dimana anak sedang mengalami proses pertumbuhan yang relatif pesat dan membutuhkan asupan gizi yang relatif besar¹⁷. Untuk itu, pada usia ini nutrisi memiliki peranan penting bagi tumbuh kembangnya, dimana nutrisi didapatkan dari makanan yang mereka makan.

Kesulitan makan pada anak sering terjadi pada anak prasekolah sebesar > 20% 10. Ada tiga faktor yang dapat menyebabkan masalah kesulitan makan pada anak yaitu faktor organis, faktor psikologis dan faktor pengaturan makanan 24. Faktor yang termasuk dalam faktor organis adalah adanya penyakit yang berupa gangguan pencernaan. Faktor yang termasuk dalam faktor psikologis yaitu meliputi cara pemberian makan anak, suasana makan dan variasi makanan dan faktor pengaturan makanan meliputi jenis makanan yang diberikan pada anak, waktu makan serta frekuensi makan anak.

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 nutrisinya¹⁰.

Dalam survei awal yang telah dilakukan di perumahan Top Amin Mulya Jakabaring, didapatkan keluhan masalah kesulitan makan pada anak yang berupa makan berlama-lama, menepis suapan, dan hanya ingin makanan tertentu saja. Atas pertimbangan itulah peneliti memilih tempat penelitian di Perumahan ini untuk meneliti tentang gambaran penyebab kesulitan makan pada anak prasekolah usia 3-5 tahun.

Metodologi Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk Mengetahui gambaran penyebab kesulitan makan pada anak prasekolah usia 3-5 tahun di Perumahan Top Amin Mulya Jakabaring Palembang tahun 2009.

Jenis penelitian ini bersifat deskriptif dengan menggunakan desain *cross sectional*. Variabel yang diteliti yaitu variabel kesulitan makan, cara pemberian makan, suasana makan, vasiasi makanan, frekuensi makan, waktu makan dan jenis makanan.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh anak prasekolah usia 3-5 tahun yang bertempat tingal di Perumahan Top Amin Mulya Jakabaring Palembang yang berjumlah 113 orang yang terdapat di lima RT dengan sampel yang berjumlah 59 orang anak. Sampel diambil dengan cara acak sederhana berproporsi (proposional stratified random sampling). Data dikumpulkan melalui kuesioner dan Check List

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian yang disajikan dalam bentuk tabel berikut ini :

Distribusi Kesulitan Makan Pada Anak

Kesulitan Makan	Jumlah	%
Ya	3	59,3 40,7
Tidak	2	40,7
Total	59	100

Sumber: Data Primer

Dari Tabel 5.8 menunjukkan distribusi anak usia 3-5 tahun yang mengalami kesulitan makan sebanyak 35 orang (59,3 %) dan 24 orang lainnya (40,7 %) tidak mengalami kesulitan makan.

Tabel 5.8 Distribusi Keluhan atau Gejala Klinis

Kesulitan Makan	Jumlah	%
Makan lama-lama	7	11,9
Memainkan	5	8,5
makanan	0	0
Sama sekali tidak	0	0
mau makan	5	8.5
Menumpahkan	0	0
makanan	3	5,1
Menepis suapis	15	55,4
Masalah sulit untuk		
mengunyah		
Sakit jika		
mengunyah atau		
menelan		
laian		
Total	59	100

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 5.8 dapat diketahui bahwa dari 35 orang anak yang mengalami kesulitan makan didapatkan lebih banyak mengalami keluhan yaitu lain-lain sebanyak 15 orang (55,4 %), sedangkan keluhan berupa sakit jika mengunyah atau menelan hanya sebanyak 3 orang (5,1 %).

Tabel 5.9 Distribusi Waktu Anak Kesulitan Makan

Waktu anak mengalami Kesulitan Makan	Jumlah	%
< 2 minggu	0	0
≥ 2 minggu	35	100
Total	59	100

Sumber: Data Primer

Dari tabel 5.9 dapat disimpulkan bahwa keseluruhan dari 35 orang anak mengalami kesulitan makan sudah berlangsung dalam waktu 2 minggu atau lebih.

Tabel 5.10 Distribusi Berdasarkan Cara Pemberian Makan

Tabel 5.7

Cara Pemberian Makan	Jumlah	%
Sesuai Keinginan	32	54,2
Anak	27	54,2 45,8
Memaksa		
Total	59	100

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 5.10 menunjukkan bahwa cara pemberian makan sebagian besar diberikan sesuai dengan keinginan anak yaitu sebanyak 32 orang (54,2 %), sedangkan 27 orang lainnya (45,8 %) diberikan dengan cara memaksa

Tabel 5.11 Distribusi Anak Berdasarkan Suasana Makan

Suasana Makan	Jumlah	%
Makan Bersama	19	32,2
Keluarga	23	39,0
Makan Sambil	17	28,8
Bermain		
Makan Sendiri		
Total	59	100

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 5.11 menunjukkan bahwa suasana makan yang diberikan ibu kebanyakan adalah makan sambil bermain yaitu 23 orang (39,0%), dan makan bersama keluarga sebanyak 19 orang (32,2%) sedangkan 17 orang lainnya (28,8%) makan sendiri.

Tabel 5.12 Distribusi Anak Berdasarkan Variasi Makanan

Variasi Makanan	Jumlah	%
Baik	46	78,0
Sedang	13	22,0
Total	59	100

Sumber: Data Primer

Dari tabel 5.12 dapat diketahui bahwa dari 59 orang anak, didapatkan 46 orang (62,7 %) termasuk dalam variasi makanan baik, sedangkan 13 orang lainnya dengan variasi makanan yang buruk (22,0 %).

Tabel 5.13 Distribusi Anak Berdasarkan Waktu Makan

Waktu Makan	Jumlah	%
Teratur	15	25,4
Tidak Teratur	44	74,6
Total	59	100

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 5.13 menunjukkan bahwa dari 59 orang anak didapatkan waktu makannya sebagian besar tidak teratur yaitu sebanyak 44 orang (74,6 %) sedangkan waktu makan yang teratur hanya sebanyak 15 orang (25,4 %).

Tabel 5. 14 Distribusi Anak Berdasarkan Frekuensi Makan

Frekuensi Makan	Jumlah	%
Baik	17	28,8
Sedang	10	16,9
Buruk	32	54,2
Total	59	100

Sumber: Data Primer

Dari tabel 5.14 menunjukkan bahwa sebagian besar anak didapatkan frekuensi makan buruk sebanyak 32 orang (54,2 %), sedangkan frekuensi makan baik sebanyak 17 orang (28,8 %).

Tabel 5.15 Distribusi Anak Berdasarkan Jenis Makanan

Jenis Makanan	Jumlah	%
Sesuai Usia	59	100
Tidak Sesuai Usia	0	0
Total	59	100

Sumber: Data Primer

Dari tabel 5.15 dapat disimpulkan bahwa keseluruhan jenis makanan yang diberikan ibu sesuai dengan usia anak yaitu berupa makanan padat.

3. Tabulasi Silang

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa dari 32 orang anak yang makan sesuai dengan keinginannya didapatkan sebagian besar terdapat pada anak yang tidak mengalami kesulitan makan yaitu sebanyak 24 orang (75,0 %). Sedangkan dari 27 anak yang makan dengan cara dipaksa didapatkan keseluruhan terdapat pada anak yang mengalami kesulitan makan yaitu sebesar 100 %.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 19 orang anak dengan suasana makan bersama keluarga didapatkan sebagian besar terdapat pada anak tidak mengalami kesulitan makan yaitu sebanyak 11 orang (57,9 %), sedangkan dari 23 orang anak dengan suasana makan sambil bermain didapatkan lebih banyak terdapat pada anak yang mengalami kesulitan makan yaitu sebanyak 20 orang (87,0 %).

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 13 orang anak dengan variasi makan sedang sebagian besar terdapat pada anak yang mengalami kesulitan makan yaitu sebanyak 9 orang (69,2 %). Sedangkan dari 46 orang anak dengan variasi makan yang baik kebanyakan juga terdapat pada anak yang mengalami kesulitan makan (56,5 %).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 15 orang anak dengan waktu makan teratur didapatkan sebanyak 8 orang (53,3 %) pada anak yang tidak mengalami kesulitan makan. Sedangkan dari 44 orang anak dengan waktu makan tidak teratur sebagian besar didapatkan pada anak yang mengalami kesulitan makan yaitu sebanyak 28 orang (66,6 %).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 32 orang anak termasuk dalam frekuensi makan buruk sebagian besar terdapat pada anak dengan kesulitan makan yaitu sebanyak 25 orang (78,1 %), sedangkan dari 17 orang anak dengan frekuensi makan baik lebih banyak pada anak yang tidak mengalami kesulitan makan yaitu 11 orang (64,7 %)

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa keseluruhan anak baik yang mengalami kesulitan makan maupun tidak mengalami kesulitan makan didapatkan jenis makanan yang diberikan adalah sesuai usia. yang mengalami kesulitan makan yaitu sebanyak 20 orang (87,0 %).

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 13 orang anak dengan variasi makan sedang sebagian besar terdapat pada anak yang mengalami kesulitan makan yaitu sebanyak 9 orang (69,2 %). Sedangkan dari 46 orang anak dengan variasi makan yang baik kebanyakan juga terdapat pada anak yang mengalami kesulitan makan (56,5 %).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 15 orang anak dengan waktu makan teratur didapatkan sebanyak 8 orang (53,3 %) pada anak yang tidak mengalami kesulitan makan. Sedangkan dari 44 orang anak dengan waktu makan tidak teratur sebagian besar didapatkan pada anak yang mengalami kesulitan makan yaitu sebanyak 28 orang (66,6 %).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 32 orang anak termasuk dalam frekuensi makan buruk sebagian besar terdapat pada anak dengan kesulitan makan yaitu sebanyak 25 orang (78,1 %), sedangkan dari 17 orang anak dengan frekuensi makan baik lebih banyak pada anak yang tidak mengalami kesulitan makan yaitu 11 orang (64,7 %)

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa keseluruhan anak baik yang mengalami kesulitan makan maupun tidak mengalami kesulitan makan didapatkan jenis makanan yang diberikan adalah sesuai usia.

Kesimpulan

- 1. Gambaran kesulitan makan dilihat dari faktor psikologis, didapatkan persentase yaitu cara pemberian makan sesuai keinginan anak sebesar 54,2 %, suasana makan sambil bermain sebesar 39,0 %, dan variasi makanan baik sebesar 78,0 %. Sedangkan dari faktor pengaturan makanan, didapatkan persentase waktu makan tidak teratur sebesar 74,6 %, frekuensi makanan buruk 54,2 %dan jenis makanan sesuai dengan usia (100 %).
- 2. Distribusi kesulitan makan pada anak prasekolah usia 3-5 tahun di Perumahan Top Amin Mulya Jakabaring sebesar 59,3 %, dengan menunjukkan keluhan atau gejala klinis sebagian besar adalah keluhan lain sebesar 55,4 % berupa pilih-pilih-makanan atau hanya makan makanan saja, kebiasaan anak banyak minum susu dan ngemil jajanan.
- 3. Distribusi kesulitan makan dari faktor psikologis, ditinjau dari cara pemberian makan yang diberikan ibu pada anak usia 3-5 tahun sebagian besar diberikan sesuai dengan keinginan anak dengan persentase sebesar 54,2 %.
- 4. Distribusi kesulitan makan dari faktor psikologis, ditinjau dari suasana makan lebih banyak makan bersama bermain dengan persentase yaitu sebesar 39 %.
- 5. Distribusi kesulitan makan dari faktor psikologis, ditinjau dari variasi makanan didapatkan sebagian besar dengan variasi makan baik dengan persentase yaitu sebesar 78.0 %.
- Distribusi kesulitan makan dari faktor pengaturan makanan, dilihat dari waktu makan didapatkan lebih banyak dengan waktu makan tidak teratur dengan persentase sebesar 74.6 %.
- 7. Distribusi kesulitan makan dari faktor pengaturan makanan, dilihat dari frekuensi

- makan sebagian besar adalah buruk dengan persentase yaitu 54,2 %.
- 8. Distribusi kesulitan makan dari faktor pengaturan makanan, dilihat dari jenis makanan didapatkan keseluruhan (100 %) sudah sesuai dengan usia anak.
- 9. Persentase distribusi pada anak yang mengalami kesulitan makan didapatkan cara pemberian makan lebih banyak dengan cara memaksa sebesar 100 %, suasana makan sambil bermain sebesar 87,0 %, variasi makanan sedang sebesar 69,2 %, waktu makan tidak teratur sebesar 63,6 %, frekuensi makan buruk sebesar 78,1 % dan jenis makan sesuai dengan usia sebesar 100 %.
- 10. Persentase distribusi pada anak yang tidak mengalami kesulitan makan didapatkan cara pemberian makan lebih banyak diberikan sesuai dengan keinginan anak sebesar 75 %, suasana makan bersama keluarga sebesar 57,9 %, variasi makanan baik sebesar 43,5 %, waktu makan tidak teratur sebesar 63,4 %, frekuensi makan baik sebesar 64,7 % dan jenis makan sesuai dengan usia sebesar 100 %.

Disarankan untuk dilakukan penelitian lanjutan tentang penyebab kesulitan makan untuk meneliti variabel pengetahuan, pendidikan dan status pekerjaan ibu, sehingga dapat lebih mengupayakan pencegahan serta pengendalian lebih dini terhadap kesulitan makan pada anak prasekolah

Daftar Pustaka

- 1. Uripi, Vera. 2004, *Menu Sehat Untuk Balita*. Puspa Swara, Jakarta.
- Patmonodewo, Soeminarti. 2000, Pendidikan Anak Prasekolah. Pustaka Rineka Cipta, Jakarta.
- 3. Khomsan, Ali. 2003, *Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan*. PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Sulistijani, Dina Agoes dan Maria Poppy. 2002, *Menjaga Kesehatan Bayi dan Balita*. Puspa Swara, Jakarta.