

HUBUNGAN POLA ASUH MAKAN, KONSUMSI ENERGI DAN PROTEIN DENGAN STATUS GIZI REMAJA SISWA SLB NEGERI KOTA BANJARBARU

Devianastasia Farliyanti, Nurul Indah Qariati, Siska Dhewi

1. Kesehatan Masyarakat, 13201, FKM, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari, 16070031
2. Kesehatan Masyarakat, 13201, FKM, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari, 1106018502
3. Kesehatan Masyarakat, 13201, FKM, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari, 1108018701

Email : devi.anastasia14@gmail.com

ABSTRAK

Masalah kesehatan di Indonesia saat ini mencakup setiap lapisan masyarakat, termasuk masalah kesehatan remaja. Salah satu yang berperan dalam peningkatan kualitas SDM dalam pembangunan kesehatan adalah gizi yang baik. Jumlah anak berkebutuhan khusus di Indonesia sekitar 7-10 % dari total jumlah anak. Dari jumlah tersebut 24,45% atau 361.860 diantaranya adalah anak-anak usia 0-18 tahun dan 21,42% atau 317.016 anak merupakan anak cacat usia sekolah (5-18 tahun).

Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara pola asuh makan, konsumsi energi dan protein dengan status gizi remaja di SLB Negeri Banjarbaru tahun 2020. Jenis penelitian analitik dengan rancangan *cross sectional*. Dengan teknik *total sampling* dalam pengambilan sampel, didapatkan 42 responden penelitian dan menggunakan analisis *chi-square* dalam pengolahan data dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pola asuh makan, konsumsi energi dan konsumsi protein dengan status gizi remaja di SLB Negeri Banjarbaru (nilai p pada tabel silang pola asuh=0,380; p konsumsi energi=1,000; p konsumsi protein=1,000)

Diharapkan sekolah dapat bekerja sama dengan Puskesmas untuk memberikan penyuluhan kepada orang tua tentang pentingnya asupan gizi untuk tumbuh kembang anak, khususnya para ibu agar berhadir saat diadakan penyuluhan dan bagi peneliti selanjutnya dapat menambah jumlah sampel, variabel dan menggunakan metode penelitian yang berbeda.

Kata kunci: pola asuh makan, konsumsi energi, konsumsi protein, status gizi

ABSTRACT

Health problems in Indonesia currently cover every level of society, including adolescent health problems. One that plays a role in improving the quality of human resources in health development is good nutrition. The number of children with special needs in Indonesia is around 7-10% of the total number of children. Of these, 24.45% or 361,860 of them were children aged 0-18 years and 21.42% or 317,016 were children with disabilities of school age (5-18 years).

The research objective was to determine the relationship between dietary care, energy and protein consumption with the nutritional status of adolescents in SLB Negeri Banjarbaru in 2020. This type of analytic study was a cross sectional design. With total sampling technique in sampling, obtained 42 research respondents and using chi-square analysis in data processing with a confidence level of 95% ($\alpha = 0.05$).

The results showed that there was no relationship between dietary care, energy consumption and protein consumption with the nutritional status of adolescents in SLB Negeri Banjarbaru (p value in the cross table of parenting styles = 0.380; p energy consumption = 1,000; p protein consumption = 1,000)

It is hoped that schools can work together with the Puskesmas to provide education to parents about the importance of nutritional intake for children's growth and development, especially for mothers to attend during counseling and for further researchers to increase the number of samples, variables and use different research methods.

Keywords: *parenting, energy consumption, protein consumption, nutritional status*

PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia (SDM). Salah satunya yang berperan dalam peningkatan kualitas SDM adalah gizi yang baik. Di Indonesia sudah lebih dari setengah abad telah dicanangkan upaya mengatasi masalah gizi. Namun sampai saat ini masalah gizi belum dapat terselesaikan (Mardiana, 2008).

Sekitar 66.610 anak usia sekolah penyandang cacat (14,4% dari seluruh anak penyandang cacat) ini terdaftar di Sekolah Luar Biasa (SLB). Ini berarti masih ada 295.250 anak penyandang cacat (85,6%) ada di masyarakat di bawah pembinaan dan pengawasan orang tua dan keluarga dan pada umumnya belum memperoleh akses pelayanan kesehatan sebagaimana mestinya (Kemenkes RI, 2010).

Keadaan bisa disebabkan karena kurangnya peran orangtua maupun pendamping anak untuk menjaga status gizi mereka. Menurut sebuah penelitian anak dengan *disability* memiliki prevalensi lebih besar untuk mengalami kekurangan maupun kelebihan berat badan dari pada anak *non disability*, hal ini dipengaruhi oleh aktivitas yang kurang, sosial ekonomi, dan kurangnya nutrisi yang didapat (Velez et al., 2008).

Di SLB Negeri Kota Banjarbaru belum pernah diadakan penelitian tentang status gizi. Berdasarkan pertimbangan diatas maka penulis tertarik untuk meneliti tentang Hubungan Antara Pola Asuh Makan, Tingkat Konsumsi Energi dan Protein

dengan Status Gizi Siswa Sekolah Luar Biasa Negeri Kota Banjarbaru tahun 2020. Dengan usia remaja 13-15 tahun.

ALAT DAN METODE

Rancangan penelitian adalah *analitik observasional* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*.

Populasi adalah seluruh siswa SLB Negeri Banjarbaru yang berumur 13-15 tahun sebanyak 42 orang.

Penelitian ini menggunakan metode *Total Sampling*. Variabel bebas (pola asuh makan, tingkat konsumsi energi dan protein) dan variabel terikat (status gizi remaja). Instrumen data berupa kuesioner, *form food recall* dan *nutry survey*. Pada analisis bivariat menggunakan uji *Chi Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Pola asuh makan remaja di SLB Negeri Banjarbaru yaitu dalam kategori baik yaitu sebanyak 6 orang (14,3%) dan 36 responden (85,7%) pada kategori kurang dan sedang, sehingga dapat disimpulkan jumlah remaja/siswa yang pola asuh makannya kurang lebih besar daripada yang pola asuh makannya baik. Ini menunjukkan bahwa responden mayoritas memiliki pola asuh makan yang kurang.

Upaya untuk memberikan makanan kepada anak dengan cara yang baik, tidak memaksa, walaupun anak dalam keadaan menangis, menolak atau sulit makan akan memberikan dampak positif terhadap keadaan gizi. Anak-

anak selalu diupayakan mendapatkan makanan walaupun menangis dan menolak makan, keadaan gizinya lebih baik dibandingkan dengan mereka yang tidak diperhatikan atau ditinggalkan saja (Hafrida, 2004).

Pemberian makan pada anak sebaiknya pada saat anak lapar sehingga ia dapat menikmatinya, tidak perlu membuat jadwal makan yang terlalu kaku karena mungkin saja anak belum merasa lapar sehingga tidak nafsu makan (Emiralda, 2008).

Pola makan yang baik perlu dibentuk sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi. Pola makan yang tidak sesuai akan menyebabkan asupan gizi berlebih atau sebaliknya kekurangan. Asupan berlebih menyebabkan kelebihan berat badan dan penyakit lain yang disebabkan oleh kelebihan zat gizi.

data tingkat konsumsi energi pada remaja di SLB Negeri Banjarbaru yaitu 40 (95,2%) responden pada kategori kurang+defisit, dan 2 responden (4,8%) pada kategori baik+sedang.

Sebagian besar responden dalam kategori kurang dan defisit, ini disebabkan kualitas hidangan yang dimakan responden. Kualitas hidangan menunjukkan adanya semua zat gizi yang diperlukan oleh tubuh dalam susunan hidangan dan perbandingan bahan yang satu dengan bahan yang lainnya. Apabila susunan memenuhi kebutuhan tubuh, baik dari segi kualitas maupun kuantitas, maka tubuh akan mempunyai kondisi atau kesehatan yang baik. (Setiawati, 2012).

tingkat konsumsi protein terbanyak pada remaja di SLB Negeri Kota Banjarbaru juga dalam kategori kurang dan defisit yaitu sebanyak 30 responden (71,4%) dari jumlah total 42 responden. Ini juga dipengaruhi oleh kualitas hidangan yang dimakan. Penelitian serupa oleh Ayu Santi (2012) dilaksanakan di Panti Asuhan dan Pondok Pesantren dengan hasil sebagian besar tingkat kecukupan energi dan protein remaja dalam kategori kurang.

Mencukupi konsumsi protein anak perlu adanya variasi bahan makanan terutama sumber protein hewani dianjurkan untuk mencapai 20-40% dari total kebutuhan protein, untuk itu protein merupakan zat gizi yang sangat penting karena erat sekali hubungannya dengan proses pertumbuhan, berpengaruh terhadap produktifitas anak di sekolah. (Nursiah, 2003).

Status gizi remaja pada siswa SLB Negeri Banjarbaru dominan pada kategori normal yaitu 26 siswa (61,9%).

Gizi pada masa remaja penting sekali untuk diperhatikan. Masa remaja merupakan perubahan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Masa ini terjadi perubahan secara fisik, mental maupun sosial. Perubahan ini perlu ditunjang oleh kebutuhan makanan (zat-zat gizi) yang tepat dan memadai, karena masa remaja merupakan masa “rawan gizi”, yaitu kebutuhan akan gizi sedang tinggi-tingginya. Sementara mereka tidak tahu bagaimana cara memenuhi kebutuhan gizi dan sering tidak mau

memenuhinya karena takut gemuk. Hal tersebut menyebabkan permasalahan umum yang sering terjadi di kalangan remaja putri adalah kurang gizi dan pola makan yang salah (Arisman, 2009).

Analisa Bivariat

Hubungan Pola Asuh Makan dengan Status Gizi Siswa di Sekolah Luar Biasa Negeri Banjarbaru

Pola Asuh Makan	Status Gizi				Total (%)	
	Kurus		Normal			
	N	%	N	%		
Kurang+Sedang (kurang)	15	41,7	21	58,3	36	100
Baik	1	16,7	5	83,3	6	100
Jumlah	16	38,1	26	61,9	42	100

$$p = 0,380 \quad \alpha = 0,05$$

Hasil uji statistic chi-square didapatkan nilai $p = 0,380$ ($p > 0,05$) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pola asuh makan dengan status gizi remaja siswa di SLB Negeri Banjarbaru.

pola asuh makan tidak selalu menjadi faktor utama penentu status gizi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Anggono (2015) tentang hubungan antara pola asuh makan dengan status gizi balita di Malang yang menjelaskan bahwa tidak terdapat hubungan antara pola asuh makan dan status gizi (dengan hasil uji analitik $p = 0,123$; $p > \alpha$).

Pola asuh makan siswa SLB Negeri Banjarbaru memang termasuk dalam kategori kurang namun masih ada diantaranya yang memiliki pola asuh makan kurang itu yang status gizinya normal. Hal ini dikarenakan ibu memberikan snack untuk anaknya dan juga ibu menuruti anaknya dengan

memberikan makanan kesukaan anaknya. Aktifitas fisik yang dilakukan anak juga kurang.

Hubungan Tingkat Konsumsi Energi dengan Status Gizi Siswa di Sekolah Luar Biasa Negeri Banjarbaru

Konsu msi Energi	Status Gizi				Total (%)	
	Kurus Gemuk (tidak normal)		Normal			
	N	%	N	%		
Kurang +Defisit	15	37,5	25	62,5	40	100
Baik+Se dang	1	50	1	50	2	100
Total	16	38,1	26	61,9	42	100

$$p = 1,000 \quad \alpha = 0,05$$

Hasil uji statistik chi-square didapatkan nilai $p = 0,254$ ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat konsumsi energi dengan status gizi remaja pada siswa SLB Negeri Kota Banjarbaru. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Manuhutu (2017) tentang pengaruh tingkat konsumsi energi, protein, lemak dan status kecacingan terhadap siswa SD di Banyumas yang memperoleh hasil p value = 0,999

Banyaknya responden yang memiliki tingkat konsumsi energi sangat kurang disebabkan asupan konsumsi energi kurang dari yang dibutuhkan oleh tubuh, kurangnya variasi makanan dan frekuensi makan responden dan sebagian besar responden mengkonsumsi makanan yang hampir sama dalam satu hari.

Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi bila tubuh memperoleh

cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien. Baik status gizi kurang maupun gizi lebih terjadi gangguan gizi. Gangguan gizi disebabkan oleh faktor primer atau sekunder. Faktor primer adalah bila susunan makanan seseorang salah dalam kuantitas atau kualitas yang disebabkan oleh kurangnya penyediaan pangan, kebiasaan makan yang salah dan sebagainya. Faktor sekunder meliputi semua faktor yang menyebabkan zat-zat gizi tidak sampai di sel-sel tubuh setelah makanan dikonsumsi. Misalnya gigi-geligi yang tidak baik, kelainan struktur saluran cerna dan kekurangan enzim (Almatsier, 2001).

Hubungan Tingkat Konsumsi Protein dengan Status Gizi Siswa di Sekolah Luar Biasa Negeri Banjarbaru

Konsumsi Protein	Status Gizi				Total (%)	
	Kurus+Gemuk (tidak normal)		Normal			
	N	%	N	%		
Kurang+Defisit (kurang)	11	36,7	19	63,3	30	100
Baik+Sedang	5	41,7	7	58,3	12	100
Jumlah	16	38,1	26	61,9	42	100

$p = 1,000$

$\alpha = 0,05$

Hasil uji statistik chi-square didapatkan nilai $p = 1,000$ ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat konsumsi protein dengan status gizi remaja pada siswa SLB Negeri Kota Banjarbaru. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Yulni (2013)

Hal ini diduga disebabkan kontribusi asupan protein dari responden termasuk dalam kategori kurang, karena sumber makanan yang

dikonsumsi responden kurang bervariasi karena responden kurang mengonsumsi lauk nabati seperti yang terdapat pada kacang-kacangan, biji-bijian yang merupakan sumber protein yang tinggi.

Konsumsi protein yang cukup akan mampu melakukan fungsinya untuk proses pertumbuhan. Ketidaksiharian hasil penelitian dengan teori tersebut disebabkan karena berdasarkan rata-rata konsumsi protein, sebagian besar anak lebih banyak mengonsumsi protein nabati dibandingkan protein hewani (Sulastri, 2012).

Kurang Energi Protein (KEP) terjadi karena tubuh kekurangan energi juga protein, terutama terjadi apabila konsumsi bahan pangan pokok tidak mencukupi kebutuhan. Penanggulangan KEP ringan dapat dilakukan dengan cara meningkatkan kualitas asupan makanan anak dengan mengubah pola makan dan menu yang dihidangkan sehari-hari (Sulistyoningsih, 2011).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan tujuan, analisa penelitian dan pembahasan dengan judul pembahasan “Hubungan Pola Asuh Makan, Konsumsi Energi dan Protein dengan Status Gizi Remaja Siswa SLB Negeri Kota Banjarbaru” maka penulis mengambil kesimpulan : tidak terdapat hubungan antara pola asuh makan, konsumsi energi dan konsumsi protein dengan status gizi remaja di SLB Negeri Banjarbaru (nilai p pada tabel silang pola asuh=0,380; p konsumsi

energi=1,000; p konsumsi protein=1,000)

Saran untuk sekolah dapat bekerja sama dengan Puskesmas untuk memberikan penyuluhan kepada orang tua tentang pentingnya asupan gizi untuk tumbuh kembang anak, khususnya para ibu agar berhadir saat diadakan penyuluhan dan bagi peneliti selanjutnya dapat menambah jumlah sampel, variabel dan menggunakan metode penelitian yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S (2011). *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Anggono, Lusiana Retno, Artika Nurrahima. (2015). *Hubungan Pola Asuh Makan Dengan Status Gizi Balita dari Ibu Pengrajin Bambu di Desa Kebun Sari Kec. Borobudur Kab. Malang*. FK Unair. Diponegoro
- Arisman (2009). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
- Emiralda. (2008). *Pengaruh pola asuh amak terhadap terjadinya balita malnutrisi di wilayah kerja Puskesmas Montasik, Ke. Montasik, Kab. Aceh Besar*. usu e. Repository.
- Hafrida (2004). *Studi Positive Deviance Pada Keluarga Miskin yang Mempunyai Balita Usia 12-24 bulan di Kelurahan Belawan Bahari Kecamatan Medan Belawan Tahun 2004*. FKM USU. Skripsi
- Kemenkes RI (2010). *Pedoman Pelayanan Kesehatan Anak di Sekolah Luar Biasa (SLB) Bagi Petugas Kesehatan*. Jakarta
- Manuhutu, Rendy, dkk. (2017). *Pengaruh Tingkat Konsumsi Energi, Protein, Lemak, dan Status Kecacangan terhadap Status Gizi pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Limpah Kuwis*. *Jurnal Kesmas Indonesia Vol. 9 No. 1. Januari 2017*. Fak. Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Jendral Soedirman.
- Mardiana (2008). *Hubungan Perilaku Gizi Ibu dengan Status Gizi Balita di Puskesmas Tanjung Beringin Kecamatan Hinai Kabupaten Langkat Tahun 2005*. Medan
- Santi, Dian Ayu (2012). *Perbedaan Asupan Energi, Protein, dan Status Gizi Pada Remaja Panti Asuhan di Pondok Pesantren*.
- Setiawati, D (2012). *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Ibu dan Tingkat Konsumsi Energi dan Protein dengan Status Gizi Siswa SMP Negeri 3 Jorong Kabupaten Tanah Laut*. Stikes Husada Borneo Banjarbaru. Skripsi.
- Vélez, Juan C., Fitzpatrick, Annette L., Barbosa, Clara, Díaz, Mauricioa, Urzua, Miyochia, Andrade, & Asterio H. (2008) *Nutritional Status And Obesity In Children And Young Adults With Disabilities In Punta Arenas, Patagonia, Chile*. *International Journal of Rehabilitation Research*, 31:305-313.
- Yulni, (2013). *Hub. Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi pada Anak SD di Wilayah Pesisir Kota Makassar*. *Jurnal MKMI Desember 2013*.