

Seminar Nasional Keperawatan "Optimalisasi Praktik Keperawatan Dewasa Pendekatan Paliatif dalam Mengelola Diabetes Melitus untuk Meningkatkan Kualitas Hidup" Tahun 2024

DUKUNGAN ORANG TUA DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK USIA SEKOLAH

^{1*}Firnaliza Rizona, ²Fuji Rahmawati, ³Sigit Purwanto, ⁴Rijal Akbar Difa Padiana
^{1,2,3,4}Bagian Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya, Palembang

*Email: firnaliza.rizona@fk.unsri.ac.id

Abstrak

Tujuan: Mengetahui gambaran dukungan orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi seimbang pada anak usia sekolah dalam upaya pencegahan permasalahan gizi pada anak.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif analitik. Jumlah responden pada penelitian ini sebanyak 30 orang tua yang anaknya bersekolah di salah satu sekolah dasar di Kota Palembang. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang berisi pernyataan tentang dukungan orang tua dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak mereka. Data yang diperoleh diolah dengan menggunakan program komputer yaitu berupa data univariat tentang dukungan orang tua yang terbagi menjadi dua kategori yaitu baik dan kurang baik.

Hasil: Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa gambaran hasil dukungan orang tua dalam pemenuhan gizi seimbang pada anak mereka yaitu mayoritas dukungan orang tua dalam kategori kurang baik yaitu sebesar 57%. Sebagian besar orang tua belum mempersiapkan secara khusus jenis makanan yang akan diberikan kepada anak. Orang tua lebih mengikuti keinginan anak untuk makan makanan yang mereka suka saja walaupun orang tua sudah memasak makanan sebelumnya.

Simpulan: Dukungan orang tua dalam pemenuhan kebutuhan gizi seimbang bagi anak masih kurang. Perlu untuk meningkatkan dukungan keluarga dalam memenuhi asupan gizi seimbang bagi anak supaya anak mendapatkan asupan gizi yang cukup dalam masa pertumbuhannya sehingga permasalahan gizi dapat dihindari.

Kata kunci: Dukungan, Gizi, Orang tua, Siswa sekolah.

PARENTAL SUPPORT IN PROVIDING NUTRITIONAL BALANCE FOR SCHOOL-AGE CHILDREN

Abstract

Aim: Knowing the description of parental support in providing nutritionally well-balanced food for school-age children in an effort to prevent nutritional problems in children.

Method: This study is a quantitative study with an analytic descriptive approach. The number of respondents in this study were 30 parents whose children attended in elementary school in Palembang City. Data were collected using a questionnaire containing statements about parental support in meeting their children's nutritional needs. The data obtained were processed using a computer program in the form of univariate data on parental support which was divided into two categories, namely good and less good.

Result: Based on the results of the study, it was found that the description of the results of parental support in fulfilling balanced nutrition for their children was the majority of parental support in the poor category, namely 56%. Most parents have not specifically prepared the type of food that will be given to children. Parents are more following the child's desire to eat the food they like even though the parents have cooked the food beforehand.

Conclusion: Parental support in fulfilling balanced nutritional needs for children is still lacking. It is necessary to increase family support in fulfilling balanced nutritional intake for children so that children get adequate nutritional intake during their growth period so that nutritional problems can be avoided.

Keywords: Support, Nutrition, Parents, School students.

Seminar Nasional Keperawatan "Optimalisasi Praktik Keperawatan Dewasa Pendekatan Paliatif dalam Mengelola Diabetes Melitus untuk Meningkatkan Kualitas Hidup" Tahun 2024

PENDAHULUAN

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan Badan Pangan dan Pertanian PBB (FAO) mencatat bahwa malnutrisi mempengaruhi lebih dari sepertiga populasi dunia, dengan anak-anak menjadi kelompok yang paling rentan. Masalah gizi mencakup berbagai kondisi, mulai dari kekurangan gizi, seperti *wasting*, *stunting*, dan kekurangan mikronutrien, dan kelebihan gizi, seperti obesitas, yang mana semua ini memiliki dampak terhadap pertumbuhan dan perkembangan serta kesehatan anak-anak.

Status gizi mengacu pada kondisi tubuh yang dipengaruhi oleh keseimbangan antara asupan nutrisi dan kebutuhan tubuh, keseimbangan ini dapat diamati melalui berbagai indikator pertumbuhan, seperti berat badan, tinggi atau panjang badan, lingkaran kepala, lingkaran lengan, dan panjang tungkai, jika keseimbangan ini terganggu, misalnya ketika berat badan seseorang lebih rendah dari standar yang sesuai dengan usianya, kondisi tersebut dikenal sebagai gizi kurang.¹ Masalah gizi, baik itu kekurangan maupun kelebihan menjadi salah satu tantangan kesehatan masyarakat secara global yang paling mendesak.

Masalah gizi pada anak usia sekolah, baik itu masalah gizi kurang maupun gizi lebih disebabkan oleh ketidakseimbangan antara pola makan dan kecukupan gizi.² Pemenuhan gizi seimbang bagi anak usia sekolah adalah terpenuhinya asupan zat-zat gizi seperti vitamin, karbohidrat, lemak, protein dan mineral pada setiap jenis makanan yang dikonsumsi oleh anak. Anak usia sekolah dasar memerlukan zat gizi lebih banyak. Hal tersebut disebabkan anak usia sekolah dasar sedang memasuki tahap perkembangan dan pertumbuhan fisik.

Permasalahan gizi pada anak saat ini tidak hanya mencakup gizi buruk, namun juga asupan kalori yang berlebihan seperti obesitas. Selain itu seiring perkembangannya

masalah nutrisi juga mencakup defisiensi mikronutrien atau dikenal juga dengan istilah *triple burden of malnutrition*. Jumlah anak sekolah yang menderita gizi buruk, termasuk obesitas, *stunting*, dan *wasting* semakin meningkat. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya pemahaman dan dukungan orang tua tentang cara memenuhi kebutuhan gizi anak dengan baik. Dukungan yang diberikan oleh keluarga yaitu orang tua menjadi pondasi yang sangat penting dalam pengambilan keputusan tindakan dalam pemberian asuhan pada anak.³ Dukungan orang tua merupakan hal yang dapat berpengaruh dalam pola pemberian makanan pada anak.

Sebuah studi menunjukkan perlunya dukungan orang tua dan keluarga dalam pemenuhan gizi anak. Pada penelitian tersebut disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan status gizi balita yang dirawat inap di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo.⁴

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Palembang beberapa tahun terakhir data menunjukkan bahwa anak usia sekolah terus mengalami peningkatan pada kasus masalah gizi terutama obesitas dan *stunting*. Hasil studi pendahuluan awal diketahui bahwa hanya beberapa siswa yang membawa bekal ke sekolah. Orang tua siswa yang diwawancarai saat menunggu anaknya pun mengatakan tidak pernah mengukur berat badan atau tinggi badan anaknya untuk mengetahui perkembangan pertumbuhan tubuh anak mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran dukungan orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi seimbang pada anak usia sekolah dalam upaya pencegahan permasalahan gizi pada anak.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif analitik.

Seminar Nasional Keperawatan "Optimalisasi Praktik Keperawatan Dewasa Pendekatan Paliatif dalam Mengelola Diabetes Melitus untuk Meningkatkan Kualitas Hidup" Tahun 2024

Sampel pada penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak di salah satu SD di Kelurahan Bukut Kecamatan Ilir Barat 1 Baru Kota Palembang sebanyak 30 orang tua.

Pemilihan sampling menggunakan kriteria inklusi yaitu orang tua yang menjadi *care giver* utama dalam pemberian makan anak. Sebelum dilakukan penelitian, tim peneliti melakukan *inform consent* dengan menjelaskan terlebih dahulu tentang tujuan, prosedur, dan manfaat penelitian.

Variabel penelitian ini adalah dukungan orang tua dalam pemenuhan gizi seimbang pada anak. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang terdiri dari sepuluh pernyataan. Kuesioner sebelumnya sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas di SD yang berada di wilayah Kecamatan Jakabaring Palembang. Data diperoleh berupa data univariat yang diolah menggunakan program computer tentang dukungan orang tua.

Penelitian dilakukan setelah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kedokteran dan Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dengan nomor protocol 411-2024.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar dukungan keluarga dalam pemenuhan kebutuhan gizi seimbang pada kategori kurang baik (56%). Hal tersebut terlihat pada tabel 1.

Tabel 1

Dukungan orang tua tentang pemenuhan kebutuhan gizi seimbang pada anak

Variabel	n	%
(Dukungan Orang tua)		
Baik	13	43%
Kurang Baik	17	57%
Total	30	100%

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat terlihat bahwa gambaran dukungan orang tua dalam pemenuhan kebutuhan gizi seimbang bagi anak sekolah masih dalam kategori kurang baik. Hal ini menurut asumsi peneliti salah satunya dikarenakan masih kurangnya pengetahuan orang tua tentang bagaimana cara pemenuhan gizi seimbang pada anak. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa adanya hubungan pengetahuan orang tua dengan dukungan orang tua dalam meningkatkan kejadian stunting.⁵

Hal ini dikuatkan dengan mayoritas orang tua menjawab tidak menyiapkan khusus jenis dan komposisi makanan yang akan dimakan oleh anak setiap harinya. Orang tua juga selalu mengikuti keinginan anak untuk mengkonsumsi makanan yang mereka suka saja. Padahal anak seharusnya mendapatkan komposisi makanan dengan zat gizi yang seimbang.

Variasi dalam mengonsumsi makanan perlu dilakukan. Hal ini merupakan suatu hal yang sangat baik, karena tidak ada satu jenis makanan pun yang mengandung seluruh nutrisi yang memungkinkan seseorang tumbuh sehat dan hidup produktif. Oleh karena itu, setiap orang harus mengonsumsi makanan yang bervariasi. Kekurangan zat gizi tertentu pada satu jenis makanan diimbangi dengan zat gizi serupa pada jenis makanan lain. Mengonsumsi makanan yang beragam memastikan pasokan energi, bahan penyusun, dan zat pengatur yang cukup.⁶

Dukungan orang tua juga berkaitan erat dengan dukungan keluarga. Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan, dan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan. Dalam hal ini penerima dukungan keluarga akan mendapatkan

Seminar Nasional Keperawatan "Optimalisasi Praktik Keperawatan Dewasa Pendekatan Paliatif dalam Mengelola Diabetes Melitus untuk Meningkatkan Kualitas Hidup" Tahun 2024

bantuan dalam menjaga anak, merawat anak dan membantu dalam pengasuhan anak.⁷

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Dukungan orang tua tentang pemenuhan gizi seimbang pada anak di Sekolah Dasar pada penelitian ini yaitu sebagian besar dengan kategori kurang baik yaitu sebesar 62,5%.

Saran

Orang tua diharapkan lebih meningkatkan dukungannya pada anak dalam memenuhi gizi seimbang pada anak melalui aktivitas seperti merencanakan jenis komposisi makanan, menyediakan makanan dengan gizi seimbang, dan memberikan motivasi pada anak untuk mengkonsumsi makanan yang bergizi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya melalui PLP-PM FK UNSRI.

REFERENSI

1. Supriyadi et al. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Unaaha Kabupaten Konawe Tahun 2021. *Endemis Journal*. 2023: 4(2), 61–68.
2. Hasrul, H., Hamzah, H., & Hafid, A. Pengaruh Pola Asuh Terhadap Status Gizi Anak. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*. 2020: 9(2), 792-797.
3. Hidayattullah, R., Program, R., Keperawatan, S., Sarjana, P., Kesehatan, I., Pembangunan, U., Veteran, N., & Abstrak, J. (n.d.). Pengetahuan Ibu dan Dukungan Keluargat Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Mother Knowledge and Family Support as Effort to Prevent Stunting in Toddlers. In *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat* (Vol. 14).
4. Rahmayanti, E. I., & Lestari, K. F. Hubungan Pengetahuan Orang Tua Dan Dukungan Keluarga Dengan Status Gizi Balita Di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*. 2023: 1(3), 131-137.
5. Supardi, F. Hubungan Antara Pengetahuan Dan Dukungan Orang Tua Dan Keluarga Dengan Anak Stunting Di Puskesmas Tinangkung Utara Kabupaten Banggai Kepulauan. *Jurnal Dunia Ilmu Kesehatan (JURDIKES)*, 2024: 2(2), 40-47.
6. Ruaida, N., Sammeng, W., & Haluruk, M. K. Pola Makan dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di SD Inpres 36 Rumah Tiga. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*. 2023: 7(2), 305-315.
7. Arifin, Y., Syofiah, P. N., & Hesti, N. Hubungan karakteristik ibu dan dukungan keluarga dengan pemberian MP-ASI pada balita. *Human Care Journal*. 2020: 5(3), 836-844.