

NASKAH PUBLIKASI

**PERILAKU KONSUMSI MAKAN PAGI
BERDASARKAN POLA ASUH
PADA ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI 04 KRANDON
KECAMATAN MARGADANA KOTA TEGAL**



Diajukan Oleh :

**CARTO
G2B216014**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SEMARANG
TAHUN 2018**

NASKAH PUBLIKASI

PERILAKU KONSUMSI MAKAN PAGI BERDASARKAN POLA ASUH PADA ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI 04 KRANDON KECAMATAN MARGADANA KOTA TEGAL

Yang diajukan oleh :

CARTO
G2B216014

Telah disetujui oleh :

Pembimbing

Ir. Agustin Syamsianah, M.Kes.
NIK . 28.6.1026.015

Tanggal,April 2018



Mengetahui,
Ketua Program Studi S1 Gizi
Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Semarang

Ir. Agustin Syamsianah, M.Kes
NIK 28.6.1026.015

Breakfast Consumption behavior based on Parenting on elementary children the Sekolah Dasar Negeri 04 Krandon Kecamatan Margadana Kota Tegal

Carto¹, Agustin Syamsianah²

^{1,2} Undergraduate Studies Program of the Faculty of Nursing and Nutrition Health

University Of Muhammadiyah Semarang

^{1,2} carto@gmail.com, agsyams@gmail.com

ABSTRACT

Parenting affects nutritional status due to the growth and development of children not only from the intake of nutrients but affection, attention and comfort. In order to keep school children prima stamina then the morning meal is recommended to contain nutritional balance, meet the 20%-25% of the energy needs in a day which is done in the morning before learning in school.

This type of analytical research with *cross sectional* approach (side of latitude). Sampel as many as 56 the pupil, consists of 35 pupils are taken care of mother and the 21 pupils who not taken care of the mother. Metode simple random sampling. Data captured includes parenting, the frequency and type of breakfast, consumption of energy and protein-packed breakfast. The data collected were analyzed using *Independent Sample Test* or *Mann-Whitney Test*.

Research results showed that school children are taken care of the mother of 62.5%, the frequency of morning meal category enough 83.93%, energy consumption of the morning meal category less 75.0%, consumption of protein meal morning 73.21% less category, type of morning meal category very less 73.21%. Analysis of the Results obtained there is no difference energy consumption of breakfast (*p value* = 0.395) and consumption of protein meal morning (*p value* = 0.229) based on parenting. The results of the analysis also there is no the difference in the frequency of eating in the morning (*p value* = 0.377) and the type of breakfast (*p value* = 0.089) based on parenting.

Keywords: Parenting, school children, energy, protein, breakfast

Perilaku Konsumsi Makan Pagi Berdasarkan Pola Asuh pada Anak Sekolah Dasar Negeri 04 Krandon Kecamatan Margadana Kota Tegal

Carto¹, Agustin Syamsianah²

^{1,2}Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Semarang

^{1,2}carto@gmail.com, agsyams@gmail.com

ABSTRAK

Pola asuh mempengaruhi status gizi karena pertumbuhan dan perkembangan anak tidak hanya dari asupan nutrisi akan tetapi kasih sayang, perhatian serta kenyamanan. Agar stamina anak sekolah tetap prima maka makan pagi dianjurkan mengandung gizi seimbang, memenuhi 20% - 25% dari kebutuhan energi dalam sehari yang dilakukan pagi hari sebelum belajar di sekolah.

Jenis penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional* (belah lintang). Sampel sebanyak 56 murid, terdiri dari 35 murid yang diasuh ibu dan 21 murid yang bukan diasuh ibu. Metode pengambilan sampel acak sederhana. Data yang diambil meliputi pola asuh, frekuensi dan jenis makan pagi, konsumsi energi dan protein makan pagi. Data yang terkumpul dianalisa menggunakan *Independent Sampel Test* atau *Mann-Whitney Test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak sekolah yang diasuh ibu 62,5 %, frekuensi makan pagi kategori cukup 83,93%, konsumsi energi makan pagi kategori kurang 75,0%, konsumsi protein makan pagi kategori kurang 73,21%, jenis makan pagi kategori sangat kurang 73,21%. Hasil analisis didapat tidak ada perbedaan konsumsi energi makan pagi ($p\ value = 0,395$) dan konsumsi protein makan pagi ($p\ value = 0,229$) berdasarkan pola asuh. Hasil analisis juga tidak ada perbedaan frekuensi makan pagi ($p\ value = 0,377$) dan jenis makan pagi ($p\ value = 0,089$) berdasarkan pola asuh.

Kata Kunci : Pola asuh, anak sekolah, energi, protein, makan pagi

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah adalah anak yang berusia 6 sampai 12 tahun. Anak usia sekolah pada umumnya mempunyai kondisi gizi yang lebih baik daripada kelompok balita. Meskipun demikian, masih terdapat berbagai kondisi gizi anak sekolah yang tidak baik (Sediaoetama, 2010). Hal ini dapat disebabkan oleh kondisi yang berasal dari dalam diri individu, antara lain usia, jenis kelamin, dan penyakit infeksi. Anak usia sekolah membutuhkan asupan gizi lebih banyak, yang sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang menuju remaja (Sulistyoningsih, 2010).

Kebiasaan makan pagi pada anak sekolah adalah penting karena jarak antara makan malam dengan makan pagi sangat panjang (± 10 jam), sehingga kadar gula yang merupakan sumber energi dalam tubuh menurun. Padahal pada waktu pagi setelah bangun tidur adalah waktu untuk melakukan aktivitas, sehingga membutuhkan energi yang cukup, yang dapat diperoleh dari sarapan pagi (Moehji, 2007)

Hasil penelitian (Munawaroh, 2015) pola asuh mempengaruhi status gizi karena pertumbuhan dan perkembangan anak tidak hanya dari asupan nutrisi akan tetapi kasih sayang, perhatian, kenyamanan dan pola asuh yang baik juga membuat anak akan bisa tumbuh dengan baik.

Berdasarkan latar belakang dapat dirumuskan masalah yaitu apakah ada hubungan perilaku konsumsi makan pagi berdasarkan pola asuh pada anak Sekolah Dasar Negeri 04 Krandon, Kecamatan Margadana, Kota Tegal?

Tujuan umum penelitian adalah mengetahui perilaku konsumsi makan pagi berdasarkan pola asuh pada anak sekolah. Tujuan khusus penelitian meliputi, 1). Mendeskripsikan pola asuh pada anak sekolah, 2). Mendeskripsikan frekuensi makan pagi pada anak sekolah yang diasuh ibu dan bukan ibu. 3). Mendeskripsikan konsumsi energi makan pagi pada anak yang diasuh ibu dan tidak diasuh ibu. 4). Mendeskripsikan konsumsi protein makan pagi pada anak yang diasuh ibu dan tidak diasuh ibu. 5). Mendeskripsikan jenis makan pagi pada anak sekolah yang diasuh ibu dan tidak diasuh ibu. 6). Menganalisis perbedaan frekuensi makan pagi berdasarkan pola asuh pada anak sekolah. 7). Menganalisis

perbedaan konsumsi energi makan pagi berdasarkan pola asuh pada anak sekolah. 8). Menganalisis perbedaan konsumsi protein makan pagi berdasarkan pola asuh pada anak sekolah. 9). Menganalisis perbedaan jenis makan pagi berdasarkan pola asuh pada anak sekolah.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian *analitik* dengan pendekatan *cross sectional* (belah lintang), dimana antara variabel sebab dan akibat diambil dalam waktu yang bersamaan. Penelitian dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 04 Kelurahan Krandon, Kecamatan Margadana, Kota Tegal. Waktu mulai penyusunan proposal sampai penulisan laporan dimulai pada bulan September 2017 sampai bulan Januari 2017. Pengambilan data dilakukan pada bulan November dan Desember 2017.

Populasi dari penelitian ini adalah anak kelas IV, V, VI Sekolah Dasar Negeri 04 Kelurahan Krandon Kecamatan Margadana Kota Tegal. Sampel penelitian sebesar 56 anak sekolah., dimana 35 sampel dari siswa yang diasuh ibu, dan 21 sampel dari siswa yang bukan diasuh ibu, metode pengambilan sampel secara acak sederhana pada masing-masing kelompok.

Jenis data yang diambil adalah data primer dan data sekunder. Data primer adalah data yang diambil dengan wawancara secara langsung dari responden menggunakan kuesioner yang mencakup: umur, berat badan, jenis kelamin anak sekolah serta pola asuh. Sedangkan untuk mengetahui data yang dikonsumsi, frekuensi konsumsi dan jumlah yang dikonsumsi menggunakan gabungan metode *food frequency semi kuantitatif* dihitung selama 1 minggu. Data sekunder keadaan umum Sekolah Dasar Negeri 04 Krandon, diambil dari data administrasi sekolah.

Data pola asuh berupa peran ibu atau peran pengganti ibu dalam penyiapan makan pagi dan pengasuhan psicososial / motivasi. Didapat melalui kuesioner dengan mengidentifikasi anak sekolah yang diasuh ibu atau diasuh bukan ibu.

Data frekuensi makan pagi didapat melalui kuesioner dengan mengidentifikasi, mencatat anak yang hari itu sarapan dan tidak sarapan. Menggunakan metode *food frequency semiquantitatif* dihitung selama seminggu. Frekuensi makan pagi dikategorikan: Cukup (3 – 6 kali), Kurang (0 – 2 kali)

Data konsumsi energi makan pagi didapat dari jumlah rata-rata energi makan pagi yang dikonsumsi anak sekolah dibagi dengan Angka Kecukupan Energi (AKE) dikalikan 100 persen. Data konsumsi protein makan pagi didapat dari jumlah rata-rata protein makan pagi yang dikonsumsi anak sekolah, kemudian dibagi dengan Angka Kecukupan Protein (AKP) dikalikan 100 persen.

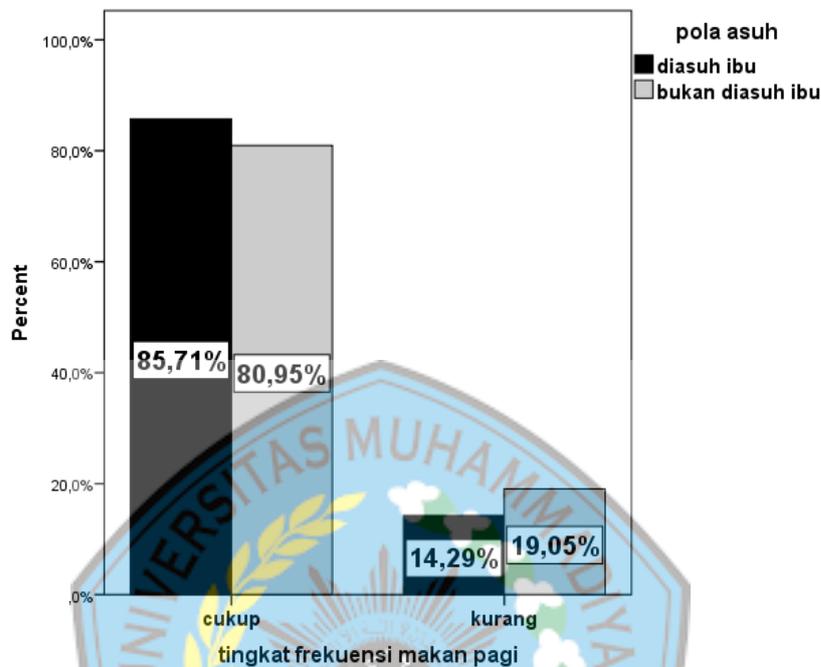
Jenis makan pagi didapat melalui kuesioner dengan mengidentifikasi, mencatat menu makanan yang dimakan anak sebelum berangkat sekolah dan dilakukan skoring. Skor 4 jika makan pagi terdiri dari (makanan pokok, lauk hewani, nabati, sayur), skor 3 (makanan pokok, lauk hewani/nabati, sayur), skor 2 (makanan pokok, lauk hewani/nabati), skor 1 (makanan pokok/dan sayur). Jenis keragaman makan pagi dikategorikan: Cukup (jumlah skor 3-4), Kurang (jumlah skor 2-2,99), Sangat Kurang (jumlah skor < 2).

Analisis data dilakukan melalui dua jenis analisis statistik yaitu : Analisis *deskriptif*, memberikan gambaran masing-masing variabel yang diteliti. Analisis *analitik*, menguji perbedaan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Dari uji kenormalan kemungkinan didapat ada variabel berdistribusi normal sehingga uji perbedaannya menggunakan *Independent Sampel Test*, sedangkan variabel yang berdistribusi tidak normal uji perbedaannya menggunakan *Mann-Whitney Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Frekuensi makan pagi berdasarkan pola asuh



Gambar 4.6. Frekuensi makan pagi berdasarkan pola asuh

Dari Gambar 4.6. dapat dilihat bahwa frekuensi makan pagi dengan kategori kurang pada anak yang diasuh ibu 14,29 % dan pada anak yang bukan diasuh ibu 19,05 %. Rata-rata frekuensi makan pagi pada anak yang diasuh ibu 6 kali seminggu, sedangkan pada anak yang tidak diasuh ibu 5 kali dalam seminggu.

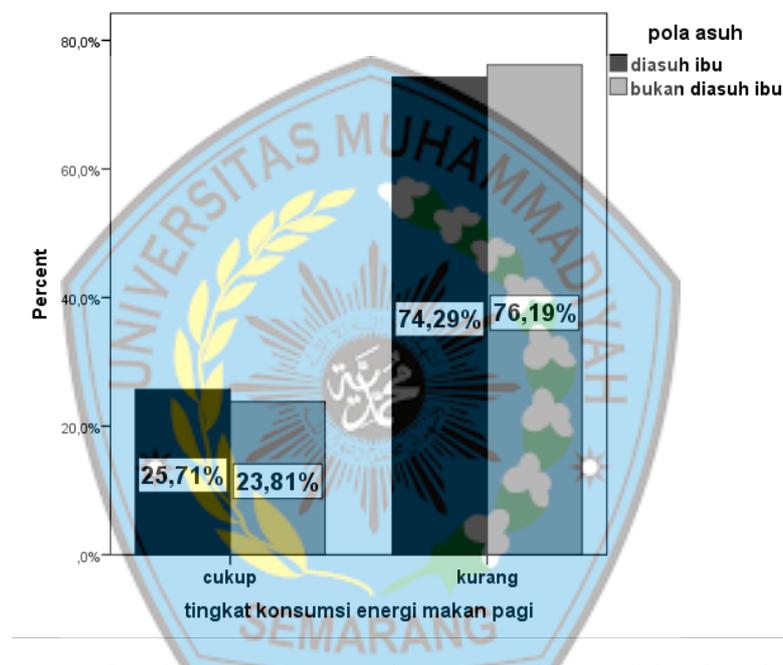
Sebelum dilakukan uji perbedaan, terlebih dahulu dilakukan uji kenormalan pada data frekuensi dari makan pagi. Hasilnya diperoleh nilai $p = 0,000$ yang berarti nilai $p < 0,05$, dengan demikian data frekuensi makan pagi berdistribusi tidak normal, sehingga uji yang digunakan adalah *Mann-Whitney Test*.

Hasil uji Mann-Whitney Test, didapat dari kedua variabel menunjukkan nilai $p = 0,377$ berarti probabilitas $> 0,05$ maka H_0 diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa pada $\alpha = 0,05$ didapat tidak ada perbedaan yang signifikan rata-rata frekuensi makan pagi berdasarkan pola asuh.

Tidak adanya perbedaan frekuensi sarapan pada kedua kelompok karena frekuensi makan pagi tidak hanya dipengaruhi oleh pola asuh saja, akan tetapi

ada faktor lain, yaitu perilaku. dan ketersediaan pangan tingkat rumah tangga. Pengaruh dari dua faktor tersebut yang nampak pada penelitian ini dan berpengaruh pada frekuensi makan pagi adalah terburu-buru berangkat ke sekolah. Anak sekolah melaksanakan makan pagi dipengaruhi oleh faktor ketersediaan makanan, motivasi pengasuh, pengetahuan anak, waktu yang tersedia juga dorongan rasa keinginan makan pagi dari anak.

2. Konsumsi energi makan pagi berdasarkan pola asuh



Gambar 4.7. Konsumsi energi makan pagi berdasarkan pola asuh

Seperti ditunjukkan pada Gambar 4.7. dapat dilihat bahwa perilaku konsumsi energi makan pagi dengan kategori kurang pada murid yang diasuh ibu sebesar 74,29 %, dan pada anak sekolah yang bukan diasuh ibu 76,19 %.

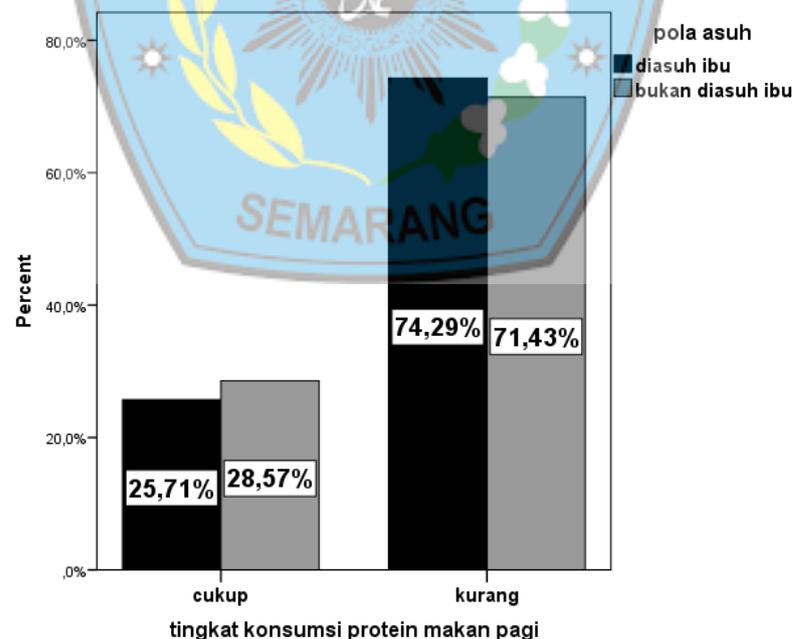
Rata-rata konsumsi energi makan pagi pada anak yang diasuh ibu 310,37 kkal dan pada murid yang bukan diasuh ibu 290,95 kkal.

Sebelum dilakukan uji perbedaan, terlebih dahulu dilakukan uji kenormalan pada data Perilaku Energi dari Makan Pagi. Ternyata diperoleh nilai $p = 0,782$, yang berarti nilai $p > 0,05$. Dengan demikian data Konsumsi Energi dari Makan Pagi berdistribusi normal, sehingga uji yang digunakan adalah *Independent Sampel*

Test. Hasil uji *Independent Sampel Test*, dengan varian yang sama (equal) didapat dari kedua variabel menunjukkan nilai $p = 0,395$ berarti nilai probabilitas $> 0,05$ maka H_0 diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa pada $\alpha 0,05$ didapat tidak ada perbedaan yang signifikan rata-rata konsumsi energi makan pagi berdasarkan pola asuh pada anak sekolah.

Tidak adanya perbedaan konsumsi energi pada kedua kelompok karena konsumsi energi bukan hanya dipengaruhi oleh pola asuh saja, akan tetapi ada faktor lain, yaitu ketersediaan pangan tingkat rumah tangga dan perilaku. Pengaruh dari dua faktor tersebut tampak dari hasil penelitian dengan menggunakan *food frequency quantitaf*, terdapat 16,07 % anak sekolah kurang memiliki kebiasaan makan dengan alasan malas untuk makan pagi, bangun kesiangan, anak terburu-buru berangkat sekolah, tidak selera dengan menu makan pagi dan pengasuh tidak menyiapkan makan pagi karena repot dengan anak yang lebih kecil.

3. Konsumsi protein makan pagi berdasarkan pola asuh



Gambar 4.8. Konsumsi protein makan pagi berdasarkan pola asuh

Seperti ditunjukkan pada Gambar 4.8. dapat dilihat bahwa perilaku konsumsi protein makan pagi dengan kategori kurang pada murid yang diasuh ibu 74,29 % dan murid yang bukan diasuh ibu 71,43 %.

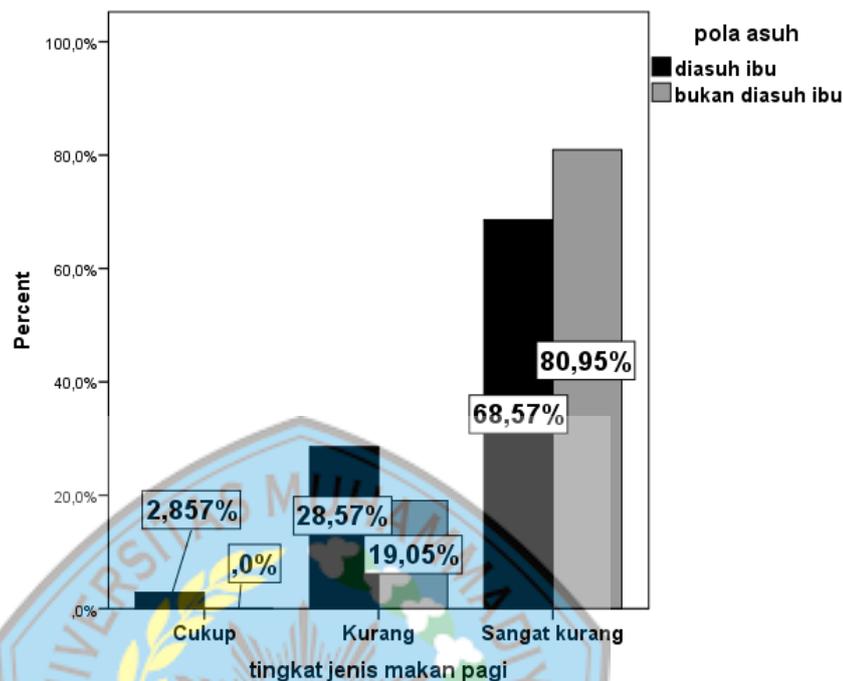
Rata-rata konsumsi protein makan pagi anak yang diasuh ibu 9,08 gram dan pada murid yang bukan diasuh ibu 7,81 gram.

Sebelum dilakukan uji perbedaan, terlebih dahulu dilakukan uji kenormalan pada data konsumsi energi dari makan pagi. Ternyata diperoleh nilai $p = 0,132$, yang berarti nilai $p > 0,05$. Dengan demikian data Konsumsi Protein dari Makan Pagi berdistribusi normal, sehingga uji yang digunakan adalah *Independent Sampel Test*.

Hasil uji Independent Sampel Test, dengan varian yang sama (equal) didapat dari kedua variabel menunjukkan nilai $p = 0,229$ berarti nilai probabilitas $> 0,05$ maka H_0 diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa pada $\alpha 0,05$ didapat tidak ada perbedaan yang signifikan rata-rata konsumsi protein makan pagi berdasarkan pola asuh pada anak sekolah.

Tidak adanya perbedaan konsumsi protein pada kedua kelompok karena konsumsi protein bukan hanya dipengaruhi oleh pola asuh saja, akan tetapi ada faktor lain, yaitu perilaku dan ketersediaan pangan tingkat rumah tangga. Pengaruh dari dua faktor tersebut yang nampak pada penelitian ini dan berpengaruh pada asupan protein adalah tidak beraneka ragamnya menu sarapan pagi. Kebanyakan dari anak sekolah konsumsi makan pagi diperoleh dari membeli, dengan alasan lebih praktis. Hal tersebut mempengaruhi mutu gizi yang didapat dari makan pagi, karena makan pagi yang diperoleh dengan cara membeli kebanyakan hanya berlauk nabati dan kurang sumber protein hewani. Otomatis asupan protein dari makan pagi sangat kurang.

4. Jenis makan pagi



Gambar 4.9. Jenis makan pagi berdasarkan pola asuh

Dari Gambar 4.9. dapat dilihat bahwa jenis makan pagi dengan kategori “Cukup” ada 2,85% pada anak yg diasuh ibu dan 0% pada anak yang bukan diasuh ibu. Sedangkan jenis makan pagi dengan kategori “Kurang” ada sebesar 28,57% pada anak yang diasuh ibu dan 19,05 % pada anak yang bukan diasuh ibu. Kategori”Sangat Kurang” ada sebesar 68,57 % pada anak yang diasuh ibu dan sebesar 80,95 % pada anak yang bukan diasuh ibu.

Rata-rata jenis makan pagi pada anak yang diasuh ibu adalah berupa makanan pokok, lauk hewani / nabati, sedangkan rata-rata jenis makan pagi pada anak yang bukan diasuh ibu berupa .makanan pokok / sayur.

Sebelum dilakukan uji perbedaan, terlebih dahulu dilakukan uji kenormalan pada data jenis sarapan pagi. Ternyata diperoleh nilai $p = 0,600$ yang berarti nilai $p > 0,05$. Dengan demikian data jenis makan pagi berdistribusi normal, sehingga uji yang digunakan adalah *Independent Sampel Test*.

Hasil uji *Independent Sampel Test*, didapat dari kedua variabel menunjukkan nilai $p = 0,089$ berarti probabilitas $> 0,05$ maka H_0 diterima, sehingga dapat disimpulkan

bahwa pada $\alpha = 0,05$ didapat tidak ada perbedaan yang signifikan rata-rata jenis makan pagi berdasarkan pola asuh.

Tidak adanya perbedaan jenis makan pagi dari kedua kelompok karena jenis makan pagi bukan hanya dipengaruhi oleh pola asuh saja, akan tetapi ada faktor lain, yaitu perilaku. dan ketersediaan pangan tingkat rumah tangga. Pengaruh dari dua faktor tersebut yang nampak pada penelitian ini dan berpengaruh pada jenis makan pagi adalah, tidak beraneka ragamnya menu sarapan pagi. Kebanyakan dari anak sekolah konsumsi makan pagi diperoleh dari membeli, dengan alasan lebih praktis. Hal tersebut mempengaruhi mutu gizi yang didapat dari makan pagi, karena makan pagi yang diperoleh dengan cara membeli kebanyakan hanya berlauk nabati dan kurang sumber protein hewani. Otomatis asupan zat gizi dari makan pagi sangat kurang.

KESIMPULAN

Tidak ada perbedaan frekuensi makan pagi berdasarkan pola asuh, begitu juga konsumsi energi makan pagi berdasarkan pola asuh. Konsumsi protein makan pagi berdasarkan pola asuh dan jenis makan pagi berdasarkan pola asuh, tidak ada perbedaan bermakna.

SARAN

Perlu adanya transfer pengetahuan gizi pada anak sekolah maupun pengasuh tentang pentingnya sarapan pagi dalam jumlah yang mencukupi dan beraneka ragam, sehingga dapat dicegah kurangnya energi dan protein pada saat dibutuhkan untuk proses belajar dan menjaga kesehatan. Pembinaan terhadap murid bisa dilakukan oleh guru pendidikan kesehatan jasmani, sedangkan pada pengasuh melalui kader kesehatan dalam pertemuan masyarakat tingkat dasa wisma.

DAFTAR PUSTAKA

- Moehji. 2007. *Ilmu Gizi*. Bhratara Karya Aksara, Jakarta.
- Munawaroh, S. (2015). Pola Asuh Mempengaruhi Status Gizi Balita. <http://download.portalgaruda.org/article.php>. Diakses Oktober 2017)
- Soetjiningsih & Ranuh, I.N.G. 2015. *Tumbuh Kembang Anak, Edisi 2*. EGC, Jakarta
- Sediaoetama, A.D. 2010. *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi Jilid 1*. Dian Rakyat, Jakarta.

