Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal) Vol. 11 No. 2, November 2020 (79-83) ISSN 1978-7766 (Print) and ISSN 2597-9566 (Online)

Journal homepage: https://www.jurnalpoltekkesmaluku.com/index.php/JKT

# Hubungan Perilaku Sosial dengan Kebiasaan Makan pada Anak Status Gizi Kurang

Relationship between Social Behavior and Eating Habits of Children with Less Nutritional Status

## Ni Putu Rika Listia Wati<sup>1</sup>, I Ketut Andika Priastana<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Triatma Mulya, Jalan Kubu Gunung, Badung, Bali E-mail Korespondensi: iketutandikapriastana@gmail.com

### **ABSTRACT**

Social behavior is an activity in dealing with other people including friends, teachers, parents as well as other relations. Social behavior is an important aspect in forming eating habits. It is because the selection of children's meals can be influenced by friends as well as parents. Meanwhile, eating habits is a consumption pattern obtained because it occurs repeatedly. This study aimed at investigating the correlation between social behaviors and eating habits of children with malnutrition status in working area of Negara II Public Health Centre. The research design used in this study was correlation analysis. The populations in this research were 56 children under age of 3-5 years old with malnutrition status in the working area of Negara II Public Health Centre, Jembrana Regency. 52 children chosen by using probability sampling technique especially simple random sampling technique were used as the samples in this study. The statistic test used in this research was Spearman's Rho. Based on the statistic test, it was found that p=0.000 (p<0.05), then Ho was rejected. It could be concluded that there was a correlation between social behaviors and eating habits of children with malnutrition status.

#### **Keywords: Children, eating habits, malnutrition, social behaviors**

#### **ABSTRAK**

Perilaku sosial merupakan aktivitas dalam berhubungan dengan orang lain, baik dengan teman sebaya, guru dan orang tua maupun saudara-saudaranya. Perilaku sosial merupakan aspek penting dalam membentuk kebiasaan makan, hal ini dikarenakan pemilihan makan anak dapat dipengaruhi oleh teman sebaya maupun orang tua. Kebiasaan makan merupakan suatu pola konsumsi yang diperoleh karena terjadi berulang-ulang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan perilaku sosial dengan kebiasaan makan pada anak status gizi kurang di wilayah kerja Puskesmas 2 Negara. Desain penelitian yang digunakan yaitu analitik korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah anak status gizi kurang umur 3-5 tahun di wilayah kerja Puskesmas 2 Negara, Kabupaten Jembrana yang berjumlah 56 orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 52 orang dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *probability sampling* jenis *simple random sampling*. Uji statistik yang digunakan adalah *Spearman Rho*. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh hasil p=0,000 (p<0,05), maka Ho ditolak, jadi dapat disimpulkan ada hubungan antara perilaku sosial dengan kebiasaan makan pada anak status gizi kurang.

Kata kunci: Anak, kebiasaan makan, perilaku sosial, status gizi kurang

### **PENDAHULUAN**

Masalah kesehatan anak merupakan salah satu masalah utama di bidang kesehatan. Setiap anak tentunya akan mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan. Salah satu faktor yang mempengaruhi pertumbuhan adalah status gizi¹. Masalah yang dapat mempengaruhi status gizi pada anak-anak yaitu biasanya variasi makanan yang terbatas, lebih memilih minum daripada makan, dan anak lebih menyukai memilih-milih makanan². Penelitian di Amerika terdapat 4 pola makan pada anak yaitu menolak makan, meminta jenis makanan tertentu, memilih-milih makanan (*picky eaters*) dan makan hanya sedikit³. Masalah gizi banyak menyerang balita terutama masalah Kurang Energi Protein (KEP), masalah anemia gizi, masalah Gangguan Akibat Kekurangan Iodium (GAKI), dan masalah Kurang Vitamin A (KVA)⁴. Hampir setengah dari semua kematian pada anak di bawah 5 tahun disebabkan oleh kekurangan gizi, yang berarti hilangnya sekitar 3 juta jiwa dalam setahun. Kekurangan gizi menempatkan anak-anak pada risiko kematian yang lebih besar dari infeksi umum, meningkatkan frekuensi dan tingkat keparahan infeksi tersebut, dan menunda pemulihan⁵.

Tahun 2010-2012, Food and Agriculture Organization (FAO) memperkirakan sekitar 870 juta orang dari 7,1 miliar penduduk dunia atau satu dari delapan orang penduduk dunia mengalami gizi buruk. Sebagian besar yaitu sebanyak 872 juta yang menderita gizi buruk berada di negara-negara berkembang. Penderita gizi buruk terbesar di seluruh dunia adalah anak-anak. Benua Asia, terdapat lebih dari (70 %) kasus gizi buruk pada anak, sedangkan di Afrika terdapat (26 %) dan (4 %) di Amerika Latin serta Karibia. Asia Selatan termasuk Indonesia masih menderita kasus gizi buruk yang tinggi. Kejadian kasus anak dengan gizi buruk di Indonesia semakin meningkat<sup>6</sup>. Menurut Riset Kesehatan Dasar (2013), prevalensi berat-kurang pada tahun 2013 adalah (19,6%), terdiri dari (5,7%) gizi buruk dan (13,9%) gizi kurang. Jika dibandingkan dengan angka prevalensi nasional tahun 2007 (18,4%) dan tahun 2010 (17,9%). Perubahan terutama pada prevelensi gizi buruk yaitu (5,4%) tahun 2007, pada tahun 2010 (4,9%) dan tahun 2013 (5,7%). Sedangkan di Bali terdapat sebagian besar balita dalam kategori gizi kurang (14,4 %) dan gizi buruk (3,4 %)<sup>8</sup>.

Penyebab langsung dari timbulnya gizi kurang tidak hanya dikarenakan asupan makanan yang kurang, tetapi juga penyakit. Sedangkan penyebab secara tidak langsung yaitu penyediaan makan yang kurang memadai. Kebiasaan makan juga merupakan salah satu penyebab dari gizi kurang<sup>9</sup>. Anak yang mengalami kebiasaan makan yang buruk, dapat menyebabkan malnutrisi. Kekurangan nutrisi atau malnutrisi dapat mengakibatkan perubahan kadar zat gizi dalam darah dan jaringan, perubahan kadar enzim, kelainan fungsi pada organ dan jaringan tubuh, timbulnya gejala-gejala penyakit serta kematian<sup>4</sup>.

Anak yang mengalami kesulitan makan paling sering ditemukan pada usia prasekolah pada rentang umur 2–5 tahun. Pada usia prasekolah, anak sudah dapat mengekspresikan emosinya seperti dalam hal makan, anak terkadang bersikap memilih-milih makanan. Sifat perkembangan yang khas dapat mempengaruhi kebiasaan makan "0. Untuk meningkatkan kebiasaan makan yang baik diperlukan pemilihan makanan dan sikap makan anak yang tepat, biasanya kebiasaan makan anak dapat dipengaruhi oleh teman sebayanya. Makan bersama teman- teman atau secara berkelompok, membuat anak makan dengan menu yang bergizi dan porsi yang lebih banyak dibandingkan dengan makan sendiri 11.

Aktivitas dalam hubungan dengan orang lain, baik dengan teman sebaya, guru dan orang tua maupun saudara-saudaranya disebut perilaku sosial. Kemampuan berperilaku sosial perlu dimiliki anak dari kecil sebagai suatu pondasi bagi perkembangan kemampuan anak berinteraksi sosial dengan lingkungannya<sup>12</sup>. Perilaku sosial juga dapat dipengaruhi oleh keluarga, orang tua dengan pola asuh autoritatif dapat membantu perilaku anak menjadi lebih baik<sup>13</sup>.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan perilaku sosial dengan kebiasaan makan pada anak status gizi kurang di wilayah kerja Puskesmas 2 Negara.

### METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik korelasional dengan pendekatan waktu *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini anak status gizi kurang umur 3-5 tahun di wilayah kerja Puskesmas 2 Negara, Kabupaten Jembrana yang berjumlah 56 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan *simple random sampling*. Besar sampel dalam penelitian ini 52 responden. Pelaksanaan penelitian dilakukan ini pada tanggal 10 sampai 30 Mei 2019.

Pengumpulan data anak gizi kurang didapatkan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Jembrana dan Puskesmas 2 Negara, serta kebiasaan makan dan perilaku sosial didapatkan menggunakan 2 kuesioner yaitu FFQ (*Food Frequency Questionaire*) dan instrumen perilaku sosial. Sebelum dilakukan penelitian, peneliti melakukan Persetujuan Sebelum Penelitian (PSP) dan orang tua responden menandatangani lembar *imformed consent* yang menyatakan bahwa responden bersedia mengikuti penelitian. Analisis yang digunakan adalah analisa statistik dengan uji *Spearman's Rho* dengan α=0,05 menggunakan SPSS versi 22.

# **HASIL**

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Perilaku Sosial pada Anak Status Gizi Kurang (n=52)

Perilaku Sosial	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	27	51.9
Cukup	22	42.3
Kurang	3	5.8
Jumlah	52	100

Perilaku sosial pada anak status gizi kurang sebagian besar mengalami perilaku sosial baik sebanyak 27 responden (51.9%), perilaku sosial cukup sebanyak 22 responden (42.3%), perilaku sosial kurang sebanyak 3 responden (5.8%) (Tabel 1).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kebiasaan Makan pada Anak Status Gizi Kurang (n=52)

Kebiasaaan Makan	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	39	75.0
Sedang	11	21.2
Kurang	2	3.8
Jumlah	52	100

Kebiasaan makan pada anak status gizi kurang sebagian besar pada kebiasaan makan baik sebanyak 39 responden (75.0%), kebiasaan makan sedang sebanyak 11 responden (21.2%) dan kebiasaan makan kurang sebanyak 2 responden (3.8%) (Tabel 2).

Tabel 3. Hasil Analisis Bivariat Menggunakan Spearman Rho (n=52)

Uji <i>Spearman's Rho</i>	Hasil
N	52
r (coefficient correlation)	0.560
p value	0.000

Penjelasan dari tabel 3 bahwa hasil uji statistik menunjukkan r hitung pada penelitian ini yaitu (r=0,560), sedangkan r tabel=0.2732, berdasarkan hal tersebut r hitung > r tabel yaitu 0,560>0.2732 serta hasil p=0,000 (p<0,05), maka Ho ditolak yang artinya terdapat hubungan antara perilaku sosial dengan kebiasaan makan pada anak status gizi kurang di wilayah kerja Puskesmas 2 Negara.

#### **BAHASAN**

Hasil uji hipotesis dengan menggunakan uji *Spearman's Rho* didapatkan bahwa ada hubungan antara perilaku sosial dengan kebiasaan makan pada anak status gizi kurang. Pada penelitian ini yang paling dominan menunjukkan bahwa perilaku sosial baik dengan kebiasaan makan baik, hal ini dapat dilihat dari anak yang merasa senang makan bersama temannya serta makan bersama ibunya.

Menurut Sujadmoko (2011) menyebutkan makan bersama teman-teman atau secara berkelompok, membuat anak makan dengan menu yang bergizi dan porsi yang lebih banyak dibandingkan dengan makan sendiri, sehingga pemilihan makan dan sikap makan dapat dipengaruhi oleh teman sebaya<sup>3</sup>. Selain itu, kebiasaan makan anak dipengaruhi oleh lingkungan setempat dan gaya hidup keluarga. Sedangkan pemilihan jenis makanan untuk anak ditentukan oleh ibu. Hal ini perlu diperhatikan terutama anak untuk pertumbuhan yang optimal<sup>14</sup>.

Sebagian besar anak memiliki kebiasaan memilih-milih makanan, anak hanya makan makanan kesukaannya dan juga kurangnya pengenalan makanan pada anak serta makanan yang dihidangkan kurang menarik. Untuk meningkatkan asupan makan dapat dilakukan dengan membentuk kebiasaan makan anak yang baik seperti menyiapkan makanan dengan penampilan yang menarik agar anak ingin mencoba makanan baru, kemudian pemberian makan sebaiknya diberikan saat anak merasa lapar dan dalam kuantitas dan kualitas yang baik, selain itu makan bersama dengan keluarga menjadi sarana untuk membentuk kebiasaan makan pada anak, sehingga memudahkan anak untuk belajar makan sendiri, kemudian menjadikan makan hal yang menyenangkan sehingga dapat membuat anak nafsu makan anak meningkat. Selain itu, pengaruh lingkungan dapat membentuk kebiasaan makan anak. Orang tua berperan dalam membentuk kebiasaan makan anak. Anak usia prasekolah akan memperhatikan dan mengikuti kebiasaan yang akan dilihatnya termasuk kebiasaan makan orang terdekatnya seperti orang tua, saudaranya dan teman sebaya<sup>15</sup>.

Aktivitas dalam hubungan dengan orang lain, baik dengan teman sebaya, guru dan orang tua maupun saudara-saudaranya disebut perilaku sosial. Hubungan anak dan orang tua merupakan pondasi dicapainya kompetensi sosial dan hubungan dengan teman sebaya. Orang tua harus berinteraksi dengan menunjukkan kasih sayang, memahami perasaan anak, memahami keinginan dan kebutuhannya, mengekspresikan minat anak dalam aktivitas seharihari, memberi dukungan dan semangat saat anak mengalami masalah. Salah satu perilaku sosial yang dimiliki anak adalah sifat meniru dengan meniru orang lain anak memperoleh kesempatan untuk mengembangkan sikap dan meningkatkan penerimaan kelompok terhadap dirinya, biasanya anak akan meniru apa yang dimakan dari orang tuanya<sup>14</sup>.

Hasil penelitian yang sesuai yaitu penelitian dari Juliani (2014) yang berjudul "Pengaruh *Peers Modelling* terhadap Peningkatan Konsumsi Sayur Pada Anak Usia 4-5 Tahun di Pendidikan Anak Usia Dini Kasih Ibu Pontianak Tenggara", hasil penelitiannya menunjukkan hasil *peers modelling* yang dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan terdapat pengaruh *peers modelling* terhadap peningkatan konsumsi sayur anak. Peningkatan dari anak yang sebelumnya tidak menyukai sayuran dan akhirnya menyukai sayuran itu disebabkan oleh pengaruh teman sebaya. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa teknik *peers modelling* memiliki pengaruh terhadap peningkatan konsumsi sayur<sup>3</sup>.

Makanan yang bergizi dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak, oleh karena itu anak yang mengonsumsi makanan secara beranekaragam dapat diartikan memiliki kebiasaan makan yang baik. Namun dalam kenyataan sehari-hari peneliti mengamati beberapa anak masih memiliki kebiasaan memilih-milih makanan dan hanya makan makanan yang anak suka. Berdasarkan hal tersebut diperlukan dukungan dari orang tua dan teman dalam membentuk kebiasaan makan yang baik. Hal ini didukung dengan anak yang memiliki perilaku sosial baik yang artinya anak sudah mampu berinteraksi dengann orang lain seperti orang tua, saudara dan teman sebaya. Orang tua selalu berupaya untuk

membentuk perilaku sosial anak dalam kegiatan sehari-hari seperti mengucapkan salam, menyayangi keluarga dan teman serta mau berbagi dengan orang lain terutama dalam berbagi makanan.

#### **SIMPULAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara perilaku sosial dengan kebiasaan makan pada anak status gizi kurang. Selain itu, peningkatan perilaku sosial dapat diaplikasikan pada pasien dengan anak status gizi kurang sehingga dapat meningkatkan kondisi mereka.

### **SARAN**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan bagi orangtua dengan anak status gizi kurang dalam upaya meningkatkan kesehatannya dengan mengarahkan perilaku sosial anak ke arah yang baik sehingga mampu meningkatkan kesbiasan yang baik yang dapat berdampak positif bagi status gizi anak.

# RUJUKAN

- 1. Adriani M, Wirjatmadi B. Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan. 2nd ed. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group; 2014.
- 2. Wright CM, Parkinson KN, Shipton D, Drewett RF. How Do Toddler Eating Problems Relate to Their Eating Behavior, Food Preferences, and Growth? Pediatrics. 2007 Oct 1;120(4):e1069–75. doi:10.1542/peds.2006-2961
- 3. Sudjatmoko. Masalah Makan pada Anak. Damianus J Med. 2011;10(1):36–41.
- 4. Indrati R, Gardjito M. Pendidikan Konsumsi Pangan. 1st ed. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group; 2014.
- 5. UNICEF. Malnutrition [Internet].
- 6. Kementerian Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia [Internet]. 2017.
- Kementerian Kesehatan RI. Kondisi Pencapaian Program Kesehatan Anak Indonesia [Internet].
- 8. Dinas Kesehatan Provinsi Bali. Profil Kesehatan Provinsi Bali Tahun 2017 [Internet]. 2017.
- 9. Cakrawati D, Mustika NH. Bahan Pangan, Gizi, dan Kesehatan. Bandung: Alfabeta; 2014.
- 10. Harinda L. Proporsi dan Status Gizi pada Anak Prasekolah dengan Kesulitan Makan di Semarang. Universitas Diponegoro; 2012.
- 11. Adiprasetyo A, Sudjatmiko S. Keep your best people! : jangan sampai karyawan Anda hengkang atau dibajak. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama; 2011.
- 12. Rohayati T. Pengembangan Perilaku Sosial Anak Usia Dini. Cakrawala Dini J Pendidik Anak Usia Dini. 2018 Mar 12;4(2). doi:10.17509/cd.v4i2.10392
- 13. Setyowati NP. Hubungan Peran Ayah di Keluarga dengan Keikutsertaan Balita Usia 1-24 bulan dalam Pelaksanaan Imunisasi DPT di Desa Pace Kecamatan Silo Kabupaten Jember. Universitas Jember; 2013.
- 14. Soetjiningsih CH. Seri Psikologi Perkembangan: Perkembangan Anak Sejak Pembuahan Sampai dengan Kanak-Kanak Akhir. 1st ed. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group; 2012.
- 15. Fikawati S, Sayfid A, Veratamala A. Gizi Anak dan Remaja. 1st ed. Depok: Rajawali Pers; 2017.
- 16. Juliani. Pengaruh Peers Modelling terhadap Peningkatan Konsumsi Sayur pada Anak Usia 4-5 Tahun di Pendidikan Anak Usia Dini Kasih Ibu Pontianak Tenggara. Universitas Muhammadiyah Pontianak; 2014.