

Penanganan Orang Tua terhadap anak Bergizi Buruk Usia 3-5 Tahun di Kota Pangkalpinang

Jihan Rista Devi*, Nan Rahminawati, Arif Hakim

Prodi Pendidikan Guru PAUD, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*Jihanristadevi19@gmail.com, nan@unisba.ac.id, arifhakim.spsupi@gmail.com

Abstract. Researcher conducted a study of one family that had poorly nourished children. To find out the handling of parents, especially a mother, towards poorly nutritious children through food modification, parenting, diet and routine checks to the puskesmas. This study used the case study method, with data collection techniques using observation sheets and interviews. The result of handling poorly nutritious children in children is through food modification where parents manage food as attractively as possible, then through democratic parenting which provides rules in provides portions of food that are as needed and scheduled one day three meals with different menus, and routinely check to the puskesmas at least once a week.

Keywords: *Diet, Food Modification, Malnutrition.*

Abstrak. Peneliti melakukan penelitian terhadap satu keluarga yang memiliki anak bergizi buruk. Untuk mengetahui penanganan orang tua khususnya seorang ibu terhadap anak bergizi buruk melalui modifikasi makanan, pola asuh, pola makan dan rutin pengecekan ke puskesmas. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus, dengan teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan wawancara. Hasil penanganan anak bergizi buruk pada anak adalah dengan melalui modifikasi makanan yang dimana orang tua melakukan pengelolaan makanan semenarik mungkin selanjutnya melalui pola asuh demokratis yang dimana memberikan aturan dalam memberikan makanan dan rasa kasih sayang yang lebih, kemudian pola makan orang tua memberikan porsi makan yang sesuai kebutuhan dan terjadwal satu hari tiga kali makan dengan menu yang berbeda, dan rutin pengecekan ke puskesmas minimal satu minggu sekali.

Kata Kunci: *Pola Makan, Modifikasi Makanan, Gizi Buruk.*

A. Pendahuluan

Permasalahan gizi terjadi di setiap siklus kehidupan, dimulai sejak dalam kandungan (janin), bayi, anak, dewasa, dan lanjut usia (Istiono, W. Dkk 2009). Gizi buruk banyak ditemui pada masyarakat golongan rentan, yaitu golongan yang mudah sekali menderita akibat kurang gizi dan juga kekurangan zat makanan, biasanya terdapat pada baita dan anak-anak. tingginya tingkat gizi buruk anak di Indonesia bisa disebabkan beberapa faktor. Faktor terjadinya gizi buruk dikarenakan ketidak mampuan keluarga dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari dengan standar kesehatan yang berlaku. Namun penyebab utama gizi buruk pada anak secara umum meliputi faktor ekonomi, faktor ekonomi inilah yang membuat masyarakat atau orang tua tidak dapat memenuhi asupan makanan yang bergizi, dimana masyarakat kecil tidak mampu membeli makanan yang bergizi karena faktor ekonomi.

Menurut Herman (2009) di dalam artikel yang ditulis oleh Nurmaliza dan Sara Herlina pendidikan yang rendah, mengakibatkan keterbatasan pengetahuan dan tindakan seperti kurangnya kesadaran orang tua untuk memberikan makanan yang bergizi dan jaranganya memeriksakan anak secara rutin mengunjungi posyandu yang dapat berpengaruh terhadap status gizi anak, dan kurangnya pengetahuan ibu berakibat tidak pahamnya akan perkembangan serta pola hidup sehat (Nurmaliza Dan Sara Herlina 2019).

Pendidikan sebagian orang tua memiliki tingkat pendidikan yang rendah yang menyebabkan mereka tidak mengetahui pentingnya asupan makanan bergizi bagi pertumbuhan dan perkembangan anak, serta berpengaruhnya asupan gizi pada anak di masa depannya (Intan, D.N, dan Permatasari, A.N 2019). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wati dan Subagyo (2018) bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan ibu dengan status gizi anak balita. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa sebagian besar anak balita yang memiliki status gizi tidak normal ibunya berpendidikan rendah 50%.

Berdasarkan data pemantauan status gizi pada 2016, cakupan balita gizi buruk di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. Balita dengan gizi buruk (sangat kurus) berdasarkan berat badan dan tinggi badan ditemukan 1,7% dan balita kurus sebanyak 5.1% (Niska,dkk 2016).

Berdasarkan observasi awal yang peneliti lakukan di posyandu kelurahan Sinar Bulan Air Itam Kota Pangkalpinang Kepulauan Bangka Belitung diketahui bahwa terdapat anak yang berinisial HAM. Ham ini berusia 3 tahun 11 bulan yang diaman HAM mempunyai status gizi buruk. Namun adanya penanganan yang baik dari orang tua HAM terutama ibunya dapat membantu HAM memiliki gizi yang optimal dimana sebelumnya HAM berstatus gizi buruk.

Oleh karena itu, berdasarkan latar belakang diatas penulis ingin mengetahui bagaimana cara penanganan orang tua dalam memenuhi gizi anak. sehingga anak menjadi sehat yang awalnya berstatus gizi buruk. Maka peneliti mengambil judul "*Penanganan Orang Tua Terhadap Anak Beergizi Buruk Usia 3-5 Tahun di Kota Pangkalpinang (studi kasus salah satu keluarga di Kota Pangkalpinang)*".

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk :

1. Untuk menganalisis tentang bagaimana penanganan orang tua terhadap gizi buruk anak usia 3-5 tahun melalui modifikasi makanan.
2. Untuk menganalisis tentang bagaimana penanganan orang tua terhadap gizi buruk anak usia 3-5 tahun melalui pola makan.
3. Untuk menganalisis tentang bagaimana penanganan orang tua terhadap gizi buruk anak usia 3-5 tahun melalui pola asuh.
4. Untuk menganalisis tentang bagaimana penanganan orang tua terhadap gizi buruk anak usia 3-5 tahun melalui rutin pengecekan di puskesmas.

B. Metodologi Penelitian

Pada penelitian ini, penulis menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus dimana dari judul dan tujuan merupakan bagian pendekatan kualitatif. Studi kasus adalah salah satu jenis penelitian dimana penelitian melakukan eksplorasi secara mendalam terhadap kejadian, proses, aktivitas terhadap satu atau lebih.

Dalam penelitian ini metode studi kasus dapat membantu penelitian untuk mengadakan studi mendalam digunakan untuk mendeskripsikan bagaimana penanganan orang tua (terutama

seorang ibu) terhadap status gizi buruk pada anaknya sehingga anak tersebut berstatus gizi baik atau memiliki gizi yang optimal. Penelitian menggunakan metode studi kasus dengan menerapkan langkah-langkah melalui observasi, wawancara dengan pihak terkait, dan teknik dokumentasi.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian bahwa peneliti menemukan hasil bagaimana cara orang tua (seorang ibu) dalam menangani gizi buruk anak. penanganan yang dilakukan seorang ibu melalui 4 cara yaitu: modifikasi makanan, pola asuh, pola makan dan rutin pengecekan ke puskesmas. Dalam memodifikasi makanan yang dimana ibu memiliki kreatif dalam pengelolaan makanan sehingga anak tidak merasa bosan dan memiliki daya tarik untuk memakan-makanan yang disajikan. Ketika ibu memasak sayuran, maka ibu akan membentuk berbagai bentuk seperti bunga, lingkaran, segitiga dan masih banyak lagi. Tidak hanya sayuran ibu juga membentuk nasi, telur, puding menggunakan alat cetak seadanya yang ada dirumah. Tidak hanya membentuk makanan, seorang ibu mengelola makanannya dengan bermacam cara pengelolaan seperti, digoreng, direbus, dikukus, disetup, dibakar dan masih banyak lainnya. Dalam memodifikasi makanan sebagai seorang ibu, ibu harus padai menggantikan menu makan, hal ini bertujuan agar anak tidak bosan dalam menu itu-itu saja.

Dalam menentukan pola makan yang sesuai dengan kebutuhan, ibu harus pandai-pandai mencari informasi seperti menerima masukan orang lain bagaimana cara mengatur porsi makanan, melihat dari youtube atau mendengarkan dan menerapkan saran dari ahlinya dalam pemenuhan gizi yang seimbang. Pertama-tama atur porsi makanan anak karna setiap penambahan usia pada manusia maka akan berbeda porsi makannya. Ibu harus pandai dalam memilih makanan yang bergizi. Makanan ini harus memiliki gizi yang seimbang. Pada umumnya gizi yang seimbang itu empat sehat lima sempurna. Dengan menerapkan makanan empat sehat lima sempurna dan makanan pendamping lainnya. Maka, anak yang bergizi buruk dapat ditangani. Ibu harus membiasakan anaknya minum air putih dan biasakan untuk tidak meminum-minuman kemasan. Memberikan makanan yang sehat dan bersih juga tanggung jawab orang tua. Makanan sehat dan bersih akan berdampak pada kesehatan tubuh anak. Jika anak memakan-makanan yang tidak sehat bahkan tidak higienis maka akan membuat anak sakit seperti diare. Hal ini akan menjadi faktor penghambat dalam penanganan gizi buruk pada anak. maka tidak heran kualitas makanan harus diperhatikan oleh ibu.

Tidak hanya memperhatikan makanan saja pola asuh orang tua sangatlah penting dalam penanganan gizi buruk pada anak. Dari pola asuh ini anak dapat berinteraksi dengan orang tua secara baik seperti berkomunikasi. Pola asuh dalam penanganan gizi buruk pada anak seperti memberikan kasih sayang, perhatian, memberikan rasa aman pada anak dan orang tua harus memiliki kesabaran yang luar biasa. Menurut peneliti hal ini berpengaruh dalam penanganan gizi buruk.

Dan penanganan gizi buruk pada anak yang terakhir adalah dengan rutin pengecekan ke puskesmas. Menurut peneliti dengan rutinnya pengecekan kita akan mengetahui perkembangan gizi pada anak baik itu gizi yang meningkat menjadi lebih baik sehingga memiliki gizi yang optimal atau mengalami penurunan sehingga sebagai orang tua yang memiliki anak bergizi buruk harus melakukan penanganan secepat mungkin.

Faktor penghambat dalam penanganan orang tua terhadap gizi buruk anak terdapat 2 faktor yaitu : faktor ekonomi dan faktor lingkungan atau daya tahan tubuh anak. faktor ekonomi adalah faktor penghambat paling utama dalam penelitian ini yang dimana faktor ekonomi inilah dapat mempengaruhi dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari tidak kecuali dalam pemenuhan makanan bergizi. Dan faktor daya tahan tubuh ini dapat memperlambat peningkatan gizi pada anak yang berstatus gizi buruk. Dapat dilihat ketika anak sedang sakit seperti flu atau diare akan menjadi tidak nafsu makan dan pada akhirnya mengalami penurunan berat badan.

D. Kesimpulan

Dalam penanganan anak bergizi buruk, orang tua dapat melakukan cara memodifikasi makanan seperti menyajikan makanan dengan berbagai bentuk, warna, cara pengelolaan makanan dengan digoreng, direbus, dibakar, bahkan merubah menu di tiap minggu. Pola asuh yang dapat menangani gizi buruk pada anak dengan cara memberi perhatian lebih, kasih sayang, memberikan rasa aman dan harus memiliki kesabaran yang besar. Menjadi seorang ibu harus pintar dalam pengaturan pola makan yang harus sesuai dengan kebutuhan, makanan bergizi seimbang dan pola makan yang sehat dengan mengkonsumsi makanan yang higienis. Dan yang terakhir adalah pengecekan rutin ke puskesmas, dengan pengecekan rutin akan sangatlah penting yang dimana hal ini dapat mengetahui gizi anak. apakah gizi anak tersebut sudah optimal atau belum. Dan adapun Faktor penghambat dalam penanganan orang tua terhadap gizi buruk pada anak Faktor penghambat dalam penanganan orang tua terhadap anak bergizi buruk ada 2 faktor yaitu faktor ekonomi dan faktor lingkungan atau faktor daya tahan tubuh anak.

Acknowledge

Dalam kesempatan ini peneliti sampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dorongan dan dukungan kepada peneliti. Peneliti menyadari bahwa penyusunan karya ilmiah ini masih banyak kekurangannya, baik dalam cara mengungkapkan maupun penyajian. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak yang bertujuan untuk menyempurnakan karya ilmiah ini. Untuk itu dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Aep Saepudin, Drs., M.Ag. yang tak henti memberikan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Ketua Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini Dr. Ayi Sobarna, S.Ag., M.Pd. beserta staff jajarannya yang telah memberikan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Dr. Nan Rahminawati, M.Pd. selaku dosen pembimbing utama. Yang telah banyak meluangkan waktunya untuk memberikan arahan, bimbingan, dorongan serta ilmunya kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini. Terimakasih saya ucapkan kepada ibu, semoga segala jasa yang telah ibu berikan kepada penulis akan Allah ganti dengan curahan rahmat dan berkah dalam hidup ibu.
4. Bapak Arif Hakim, M.Pd. selaku dosen pembimbing II yang telah berkenan mengoreksi skripsi ini kata perkata secara teliti dengan penuh kesabaran. Memberikan arahan, bimbingan, dorongan serta ilmunya kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih bapak, semoga Allah ganti dengan curahan rahmat dan berkah dalam hidup bapak.
5. Seluruh Dosen Prodi Pendidikan Anak Usia Dini yang telah membimbing peneliti dalam aktivitas kuliah.
6. Kedua orang tua penulis, Ayahanda tercinta Edi Johan dan Ibunda terkasih Uning yang telah selalu memberikan semangat kepada peneliti unruk mampu menyelesaikan studi dengan baik, mencurahkan kasih dan sayangnya dan selalu meberikan arahan agar peneliti mampu menjadi manusia bermanfaat.
7. Keluarga besar HAM, kepada ayahnya YV dan ibundanya ST yang telah memberikan motivasi kepada peneliti.
8. Abdillah Fisadri, Khofifah Arro'uf, Reni Mulyani dan Dita Suci Fatmawati yang telah memberikan dukungan dan membantu dalam penelitian dan dalam proses penyusunan skripsi hingga selesai.
9. *Support system* yang selalu memberikan arahan dan menjadi penyemangat tersendiri bagi peneliti serta membantu menyadarkan akan pentingnya selalu bimbingan skripsi Nadifah Rahmat A, Nastiti Lufiah R, Salma Salsabila, Kikit Mustika, Nindy Nur P, Devita Nurul F, Nidya Intan F dan Rinka Alifa.
10. Teman-teman PG-PAUD 2018 juga sahabat dan teman penulis yang tidak bisa disebutkan satu persatu namanya, terimakasih atas kerjasamanya selama ini.

Daftar Pustaka

- [1] Aeda Ermawati 2019. “Analisis Implementasi Program Penanggulangan Gizi Buruk pada Anak Balita di Puskesmas Jakenan Kabupaten Pati”. Jurnal Litbang vol. XV No. 1 Bulan Juni 2019.
- [2] Amirullah, A. dkk 2020. “Deskripsi Status Gizi Anak Usia 3 sampai 5 tahun pada Masa Covid 2019”. Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini.
- [3] Clara C Naibaho dan Dameria Gultom. 2018. “Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Penatalaksanaan Gizi Buruk di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Deli Tahun 2018”. Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Lingkungan Hidup.
- [4] Fredy, A. K. dkk 2021. “Modifikasi Makanan untuk Meningkatkan Gizi Balita di Kabupaten Polewali Mandar”. Jurnal Kesehatan Kusuma Husada.
- [5] Intan, D.N, dan Permatasari, A.N 2019, “Literasi Kesehatan pada Anak Usia Dini Melalui Kegiatan *Eating Clean*”. Jurnal Pendidikan Anak Usia
- [6] Ni'am, N. dan Muhammad, I. 2020. “Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Buruk Untuk Mengatasi Gizi Buruk pada Anak Balita dengan Aplikasi (Anak Sehat Makan Sehat [EMAS])”. Jurnal Pangan Kesehatan.
- [7] Septisya, T. M, dkk 2017. “Hubungan Pola Asuh Dengan Status Gizi pada Anak di Taman Kanak-Kanak Kecamatan Pulutan Kabupaten Talaud”. Journal keperawatan.
- [8] Zaskia Ulfa dan Afriva Khaidir. 2019. “Efektivitas Kinerja Pusat Pemulihan Gizi Cahaya Husadabdi Kabupaten Kuantan Singingi Provinsi Riau”. *Journal of Multidisciplinary Research and Development*.
- [9] Hutami, Safitri, Sobarna, Ayi. (2021). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua terhadap Kemandirian Anak Usia Dini di RA X*. Jurnal Riset Pendidikan Guru PAUD, 1(2), 124-129.