

STUDI TENTANG STATUS GIZI ANAK DI TK ISHLAHYAH DESA KURO KECAMATAN KARANGBINANGUN KABUPATEN LAMONGAN

Sayyidatul Usriyyah

Program Studi S-1 Pendidikan Tata Boga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya
sayyidatulusyriyyah@gmail.com

Dra. Dewi Lutfiati, M.Kes

dewilutfiati@yahoo.co.id

Abstrak

Status gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh. Status gizi dipengaruhi oleh pola konsumsi makanan. Pengkonsumsian makanan bagi anak bertujuan untuk memenuhi kebutuhan gizi yang optimum. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui status gizi anak di TK Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif, dilakukan terhadap 22 anak kelas A di TK Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan dengan menggunakan metode *restricted sample*, dilaksanakan dengan cara memberikan kuesioner dan wawancara (*food recall*) tentang pola konsumsi makanan, dan data status gizi diperoleh secara antropometri dengan melakukan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan dengan indeks BB/TB. Variabel yang diteliti yaitu status gizi anak usia dini, sedangkan teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif persentase.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa 86,4% atau 19 anak berada dalam kondisi berat badan kurang, 9,1% atau 2 anak berada dalam kondisi berat badan normal, dan 4,5% atau 1 anak berada dalam kondisi obesitas. Konsumsi zat gizi meliputi kalori, karbohidrat, protein dan lemak. Nilai rata-rata kalori responden 1350,30 kkal, artinya konsumsi kalori responden lebih kecil dari standar AKG, Nilai rata-rata karbohidrat responden 171,34 g, artinya karbohidrat responden lebih kecil dari standar AKG, Nilai rata-rata protein responden 60,68 g, artinya konsumsi protein responden lebih besar dari standar AKG, Nilai rata-rata lemak responden 33,94 g, artinya konsumsi lemak responden lebih kecil dari standar AKG. Kesimpulannya status gizi anak di TK Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan, sebanyak 86,4% berada dalam kondisi status gizi kurang, yaitu kebutuhan gizi kalori, karbohidrat, dan lemak responden lebih kecil dari standar AKG, sedangkan kebutuhan protein responden lebih besar dari standar AKG. Agar didapat suatu hasil yang lebih baik dan akurat maka perlu dilakukan penelitian lanjut berhubungan dengan status gizi anak usia dini.

Kata kunci: Status gizi anak.

Abstract

Nutritional status is a measure of the condition of a person's body that can be seen from the food consumed and the use of nutrients in the body. Nutritional status is influenced by the pattern of food consumption. Nutritional status is influenced by the pattern of food consumption. Consumption of food for children aims to meet the nutritional needs of the optimum. The purpose of this study was to determine the nutritional status of children in TK Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan.

This research is descriptive quantitative, conducted on 22 children of class A in TK Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan by using the restricted sample method, carried out by means of questionnaires and interviews (*food recall*) gives about food consumption patterns, and the data obtained anthropometric nutritional status by weighing in weight and height measurements with the index weight/height. Variables examined the nutritional status of children. While the technique of data analysis using descriptive statistics percentage.

The result of the analysis of samples showed that 86,4% or 19 children in a state of less weight, 9,1% or 2 children being in state of normal weight, and 4,5% or 1 children being in state of obesity. The consumption of nutrients including calories, carbohydrates, proteins and fats. Average scores calories respondents 1350,30 kkal, this means that calories is smaller than the standart AKG, average scores carbohydrate respondents 171,34 g, this means that carbohydrate is smaller than the standart AKG, average scores proteins respondents 60,68 g, this means that proteins is large than standard AKG, average scores fatty respondent 33,94 g, this means that carbohydrate is smaller than the standart AKG. In conclusion the nutritional status of children in TK Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan, as much as 86,4% being in a state of malnutrition status, that needs calories,

STUDI TENTANG STATUS GIZI ANAK DI TK ISHLAHYAH DESA KURO KECAMATAN KARANGBINANGUN KABUPATEN LAMONGAN

carbohydrates and fat is smaller than the standard AKG, whereas respondents greater protein needs than standart AKG. In order to obtain a better result and accurately it is necessary to further research related to the nutritional status of children .

Keywords: The Nutritional Status of Children.

PENDAHULUAN

Status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu, atau perwujudan dari nutriture dalam bentuk variabel tertentu (Supriasa, 2005:18). Permasalahan yang sering terjadi akhir-akhir ini dilingkungan sekitar adalah Over Nutrition (kelebihan konsumsi pangan) dan Under Nutrition (kekurangan konsumsi pangan), beberapa penyebabnya adalah pemberian asupan makanan pada anak yang tidak sesuai dan sulitnya makan pada anak. Kesulitan makan pada anak dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor fisik dan faktor psikologis, faktor fisik antara lain adanya gangguan pada saluran cerna, alergi dan infeksi kronis, sedangkan faktor psikologis antara lain, lebih senang bermain dengan benda mainannya atau karena bosan dengan makanan yang diberikan oleh orang tuanya (Wirakusumah, 2012:24). Faktor-faktor yang disebutkan diatas mempengaruhi pola konsumsi makanan anak.

Pola makan atau pola konsumsi makanan merupakan susunan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang pada waktu tertentu (Masitah, 2007:1). Pangan merupakan kebutuhan dasar yang sangat penting bagi kehidupan setiap insan baik secara fisiologis, psikologis, sosial, maupun antropologis. Pangan selalu terkait dengan upaya manusia untuk mempertahankan hidup serta menjalankan kehidupan, seperti makan diperlukan untuk memperoleh kebutuhan zat gizi yang cukup untuk kelangsungan hidup, pemulihan kesehatan sesudah sakit, aktivitas, pertumbuhan dan perkembangan. Secara fisiologik, makan merupakan suatu bentuk pemenuhan atau pemuasan rasa lapar. Disisi lain pangan juga dapat menjadi sumber pengganggu kesehatan bila pangan yang dikonsumsi tidak sehat. Oleh karena itu syarat utama pangan yang dikonsumsi oleh manusia harus mengandung zat gizi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan yang diperlukan oleh tubuh sehingga tidak mengganggu atau merugikan kesehatan manusia (Wiranatakusuma, 2001:107).

Makanan adalah salah satu faktor terpenting bagi pertumbuhan anak. Menurut Waluyo dalam Wirakusuma (2012:23), makan atau zat makanan adalah satuan-satuan yang menyusun bahan makanan terdiri atas bagian-bagian yang berbentuk ikatan-ikatan kimia atau unsur organik. Makanan yang baik adalah makanan yang memenuhi semua kandungan gizi secara seimbang dan

juga nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh anak pada masing-masing anak tercukupi dengan baik, artinya tidak terlalu banyak dan juga kurang. Menurut Mustika dalam Wirakusumah (2012:24), makanan menjadi sumber energi untuk melakukan kegiatan atau aktifitas. Selain itu juga makanan berperan dalam pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh. Zat-zat tersebut dibutuhkan untuk membentuk sel-sel baru, memelihara dan mengganti sel yang rusak. Pemenuhan makanan bagi anak dilihat sekilas memang tampak mudah tetapi kebanyakan dari para orang tua kurang memperhatikannya dan itu akan berdampak buruk pada tumbuh kembang anak. Pola konsumsi makanan anak yang tidak baik mengakibatkan anak tidak dapat tumbuh dan berkembang sebagaimana mestinya sehingga anak mengalami over nutrition ataupun under nutrition.

Pola konsumsi makanan anak di TK Ishlahiyah tidak terkontrol dengan baik. Berdasarkan observasi awal dengan melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan ditemukan fakta bahwa dari jumlah 22 anak dalam kelas A, 1 orang anak Over Nutrition, 2 orang anak BB dan TB Balance, sedangkan 19 orang anak lainnya mengalami Under Nutrition. Hasil wawancara yang dilakukan terhadap orang tua anak menyatakan bahwa pola konsumsi makanan anak tidak sesuai dengan kebutuhan gizi anak. Pada umumnya anak mengkonsumsi makanan yang disukai, bukan makanan yang dapat mencukupi kebutuhan gizinya.

Dari hasil observasi yang sudah dilakukan anak mengalami Malnutrition (gizi salah), dari jumlah 22 anak dalam kelas A, 1 orang anak Over Nutrition, 2 orang anak BB dan TB Balance, sedangkan 19 orang anak lainnya mengalami Under Nutrition. Beberapa permasalahan yang telah dijelaskan sebelumnya menjadi salah satu alasan penulis mengulas lebih dalam tentang pola konsumsi makanan anak-anak di TK Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan.

TK Ishlahiyah Lamongan adalah TK yang terletak di Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan, mempunyai 2 kelas yaitu kelas A dan kelas B, anak kelas A berjumlah 22 orang anak sedangkan anak kelas B berjumlah 19 anak. Anak didik di TK Ishlahiyah mayoritas usianya sama yaitu antara 5 tahun, akan tetapi tinggi badan dan berat badannya cenderung berbeda, sehingga dengan kondisi yang demikian peneliti tertarik untuk mengetahui sejauh mana pola konsumsi makanan anak di TK tersebut, sehingga

judul dari penelitian ini adalah “Studi Tentang Status Gizi Anak di TK Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan”.

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui status gizi anak di TK Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Menurut (Arikunto, 2006:130), penelitian deskriptif adalah penelitian yang digunakan dengan menggambarkan atau menjelaskan variable masa lalu dan sekarang (sedang terjadi). Sedangkan menurut (Notoatmodjo, 2005:138), penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau deskriptif tentang suatu keadaan secara objektif. Metode penelitian deskriptif digunakan untuk memecahkan atau menjawab permasalahan yang sedang dihadapi pada situasi sekarang.

Penelitian deskriptif ada dua, yaitu deskriptif kualitatif dan deskriptif kuantitatif. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yaitu untuk mengetahui jumlah pangan atau makanan yang dikonsumsi, yaitu menggunakan metode recall, metode penimbangan, dan metode perkiraan makanan. Maka penelitian deskriptif kuantitatif ini ingin mengetahui status gizi anak di TK Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan

Waktu Penelitian dilaksanakan pada bulan Februari 2014 – Juli 2014 di Tk Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan.

Subjek penelitian ini adalah anak usia 4-6 tahun di kelas A TK Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan tahun ajaran 2013/2014 dengan jumlah 22 anak yang terdiri dari 7 anak laki – laki dan 15 anak perempuan dipilih dengan metode *Restricted Sample* (Nazir, 2005:276).

Variabel adalah objek penelitian yang bervariasi (Arikunto, 2006:116). Selanjutnya variabel dalam suatu penelitian ditentukan oleh landasan teori dan ditegaskan oleh hipotesis penelitian.

Variabel dalam penelitian ini adalah status gizi anak usia dini, pengukurannya dilakukan melalui standart pengukuran BB/TB, sedangkan penentuan status gizi dengan standart BMI dengan ketentuan sebagai berikut:
 BMI < 18,5 = BB Kurang (Under Weight)
 BMI 18,5 – 24 = Normal
 BMI 25 – 29 = Kelebihan BB (Over Weight)
 BMI > 30 = Obesitas

Pola konsumsi makanan anak usia dini diketahui dengan menghitung jumlah Kalori, Protein, Lemak, dan

Karbohidrat. Konsumsi makanan anak usia dini diperoleh dari hasil wawancara dengan food recall 1 x 24 jam.

Instrumen penilaian menggunakan lembar pertanyaan yang digunakan untuk memperoleh informasi mengenai beberapa hal yaitu: identitas responden, yang meliputi nama, umur, jenis kelamin, tinggi badan dan berat badan. Serta data yang terkait dengan pola konsumsi makanan anak usia dini.

Tabel 1. Kisi – Kisi Kuesioner

No	Pertanyaan
1.	Identitas responden meliputi nama, alamat, kelas.
2.	Karakteristik responden, meliputi tempat tanggal lahir, umur, berat badan, tinggi badan.
3.	Pola konsumsi makanan anak usia dini

Lembar interview untuk mencatat informasi yang didapat dari hasil interview.

Tabel 2. Kisi-kisi Lembar Interview

No	Keterangan
1.	Identitas responden meliputi nama, alamat, kelas.
2.	Karakteristik responden, meliputi tempat tanggal lahir, umur, berat badan, tinggi badan.
3.	Pertanyaan mengenai pola konsumsi makanan anak usia dini

Lembar observasi yaitu dengan mengamati secara langsung responden atau subjek penelitian. Dengan menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan anak data status gizi diperoleh secara antropometri dengan indeks BB/TB karena dianggap lebih mudah dilakukan, lebih akurat dan lebih sensitif terhadap perubahannya, yaitu dilakukan dengan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan. Penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan dilakukan di sekolah pada waktu istirahat sekolah.

Tabel 3. Kisi-kisi Lembar Observasi

No	Keterangan
1.	Nama
2.	Tempat tanggal lahir
3.	Berat badan (BB) dan tinggi badan (TB)

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuesioner (angket), wawancara (interview), dan observasi. Yang pertama metode kuesioner adalah sejumlah pertanyaan yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden (Suharsimi, 2006:123). Metode kuesioner digunakan untuk mengetahui apa saja makanan yang biasa dikonsumsi oleh anak usia dini (balita), berat badan dan tinggi badan anak, bagaimana cara orang tua memberikan makanan kepada anak. Yang kedua pedoman interview adalah sebuah dialog yang dilakukan pewawancara untuk memperoleh informasi dari terwawancara (Suharsimi,

STUDI TENTANG STATUS GIZI ANAK DI TK ISHLAHYIAH DESA KURO KECAMATAN KARANGBINANGUN KABUPATEN LAMONGAN

2006:126). Metode interview yang digunakan adalah wawancara terstruktur, yaitu pewawancara memberikan pertanyaan yang sudah disusun dan karakter jawaban sesuai dengan pertanyaan. Metode interview digunakan untuk mengetahui data awal yang diperlukan yaitu data konsumsi pangan keluarga, dan data alasan mengkonsumsi makanan tersebut. Dan yang ketiga observasi atau pengamatan menurut Notoatmodjo (2005:93) adalah suatu prosedur yang berencana, antara lain melihat dan mencatat jumlah dan aktivitas tertentu yang ada hubungannya dengan masalah yang diteliti. Dalam penelitian ini jenis observasi yang digunakan adalah observasi partisipatif. Observasi partisipatif adalah observasi dimana pengamat benar-benar mengambil bagian dari kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh sasaran pengamatan. Metode observasi digunakan untuk mengetahui tinggi badan dan berat badan anak di TK Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif kuantitatif. Analisis kuantitatif bertujuan untuk memberikan deskripsi mengenai subyek penelitian berdasarkan data dari variabel yang diperoleh dari kelompok subyek yang diteliti dengan menggunakan teknik *Restricted Sample*. Teknik analisis data tersebut digunakan untuk mengetahui status gizi anak di TK Ishlahiyah desa Kuro kecamatan Karangbinangun kabupaten Lamongan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Hasil Penelitian

Status gizi diketahui dari perhitungan indeks BB/TB pada responden. Klasifikasi status gizi dapat digolongkan pada status gizi BB Kurang (*Under Weight*) BMI < 18,5, Normal BMI 18,5-24, Kelebihan BB (*Over Weight*) BMI 25-29, Obesitas BMI > 30. Dari sebaran status gizi responden maka dapat dilihat pada Tabel 4.1.

Tabel 4. Status Gizi Responden

Klasifikasi	Jumlah	
	N	%
BB Kurang (<i>Under Weight</i>)	19	86,4
Normal	2	9,1
Kelebihan BB (<i>Over Weight</i>)	0	0
Obesitas	1	4,5
Total	22	100

Status gizi responden mayoritas termasuk pada kategori status gizi kurang yaitu sebanyak 19 anak (86,4%). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat ketidakseimbangan antara pola konsumsi makanan dengan status gizi responden.

Pola makanan berfungsi untuk mengetahui pengkonsumsian responden terhadap makanan, dalam pengkonsumsian pada makanan didapatkan hasil yaitu pada konsumsi kalori, karbohidrat, protein, dan lemak makanan.

Konsumsi kalori yang dibutuhkan oleh anak usia 4-6 tahun adalah 796,85 kkal. Konsumsi kalori responden

didapat hasil yaitu antara 1117 sampai 1979,2 kkal. Kontribusi kalori makanan responden dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5. Kontribusi Kalori Makanan

No.	Kontribusi Kalori dari Makanan (kkal)	Jumlah	
		N	%
1.	1600	0	0
2.	< 1600	18	82
3.	> 1600	4	18
	Total	22	100

Kontribusi kalori Makanan pada Tabel 5. 82% atau delapan belas responden pada kategori < 1600 kkal AKK yaitu berkisar antara 796,85 sampai 1558,4 Kkal, 18% atau empat responden pada kategori > 1600 kkal AKK yaitu berkisar antara 1622,25 sampai 1979,2 Kkal, 0% pada kategori 1600 kkal AKK. Temuan data ini sesuai dengan hasil identifikasi jumlah makanan yang dikonsumsi oleh responden dalam 1 hari.

Konsumsi karbohidrat yang dibutuhkan oleh anak usia 4-6 tahun adalah 220 g. Konsumsi karbohidrat responden didapat hasil yaitu antara 85,67 sampai 325,62 g. Kontribusi karbohidrat makanan responden dapat dilihat pada Tabel 6.

Tabel 6. Kontribusi Karbohidrat Makanan

No.	Kontribusi Karbohidrat dari Makanan (g)	Jumlah	
		N	%
1.	220	0	0
2.	< 220	17	77,5
3.	> 220	5	22,5
	Total	22	100

Kontribusi karbohidrat Makanan pada Tabel 6. 77,5% atau tujuh belas responden pada kategori < 220 g AKK yaitu berkisar antara 85,67 sampai 193,22 g, 22,5% atau lima responden pada kategori > 220 g AKK yaitu berkisar antara 225,21 sampai 325,62 g, 0% pada kategori 220 g AKK. Temuan data ini sesuai dengan hasil identifikasi jumlah makanan yang dikonsumsi oleh responden dalam 1 hari.

Konsumsi protein yang dibutuhkan oleh anak usia 4-6 tahun adalah 35 g. Konsumsi protein responden pada makanan didapat hasil yaitu antara 21,65 sampai 195,7 g. Kontribusi protein makanan responden dapat dilihat pada Tabel 7.

Tabel 7. Kontribusi Protein Makanan

No.	Kontribusi Protein dari Makanan (g)	Jumlah	
		N	%
1.	35	0	0
2.	< 35	8	36
3.	> 35	14	64
	Total	22	100

Kontribusi protein Makanan pada Tabel 7. 36% atau delapan responden pada kategori < 35 g AKP yaitu berkisar antara 21,65 sampai 33,11 g, 64% atau empat belas responden pada kategori > 35 g AKP yaitu berkisar antara 36,32 sampai 195,67 g, 0% pada kategori 35 g AKP. Temuan data ini sesuai dengan hasil identifikasi jumlah makanan yang dikonsumsi oleh responden dalam 1 hari.

Konsumsi lemak yang dibutuhkan oleh anak usia 4-6 tahun adalah 62 g. Konsumsi lemak responden pada makanan didapat hasil yaitu antara 3,89 sampai 129,87 g. Kontribusi lemak makanan responden dapat dilihat pada Tabel 8.

Tabel 8. Kontribusi Lemak Makanan

No.	Kontribusi Lemak dari Makanan (g)	Jumlah	
		N	%
1.	62	0	0
2.	< 62	20	90,5
3.	> 62	2	9,5
Total		22	100

Kontribusi lemak Makanan pada Tabel 8 90,5% atau dua puluh responden pada kategori < 35 g AKL yaitu berkisar antara 3,89 sampai 57,55 g, 9,5% atau dua responden pada kategori > 35 g AKL yaitu berkisar antara 71,53 sampai 129,87 g, 0% pada kategori 35 g AKL. Temuan data ini sesuai dengan hasil identifikasi jumlah makanan yang dikonsumsi oleh responden dalam 1 hari.

Pembahasan

Status gizi responden dapat diketahui dengan cara melakukan penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, dan membuat food recall 1 x 24 jam pada konsumsi makanan. Food recall dilakukan untuk mengetahui konsumsi makanan anak. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik Restricted Sample. Restricted Sample pada kontribusi kalori, karbohidrat, protein, dan lemak, dilakukan untuk mengetahui berapa konsumsi zat gizi responden serta bagaimana status gizi responden.

Penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan dilakukan untuk mengetahui bagaimana status gizi responden. Hasil yang didapatkan adalah 19 atau 86,4% berada dalam kondisi berat badan kurang (Under Weight), 2 atau 9,1% berada dalam kondisi berat badan normal, dan 1 atau 4,5% responden berada dalam kondisi obesitas. Perbedaan status gizi yang dialami oleh responden terjadi akibat konsumsi zat gizi yang tidak disesuaikan dengan standar angka kecukupan gizi, sehingga kecukupan gizi responden tidak terpenuhi dengan baik. Data status gizi responden berdasarkan BMI dapat dilihat pada lampiran 2.

Kecukupan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh tergantung banyaknya makanan yang dikonsumsi, oleh karenanya sangatlah penting untuk mengetahui, mengukur dan menilai sejauh mana konsumsi makanan dan zat gizi seseorang telah memenuhi kebutuhannya akan zat gizi. Informasi mengenai konsumsi makanan dapat diperoleh dari kuesioner atau catatan dari semua

makanan yang masuk dalam tubuh seseorang. Aspek gizi bahan makanan pada tingkat konsumsi pada dasarnya menyangkut tiga hal yaitu banyaknya kandungan zat gizi yang terdapat pada bahan pangan yang dikonsumsi, mutu gizinya dan keseimbangan antara beragam zat gizi, dan status gizi dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain adanya pola konsumsi makanan yang masuk pada tubuh (Supariasa, 2001:113).

Pola konsumsi makanan anak merupakan faktor yang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan, yang menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami manfaat kandungan zat gizi dari makanan yang dikonsumsi. Pola konsumsi makanan yang baik dapat membentuk sikap yang positif terhadap masalah gizi. Status gizi dipengaruhi oleh konsumsi pangan dan kondisi penyakit infeksi anak sehingga dalam konsumsi makanan anak dan penyakit infeksi sangat mempengaruhi terhadap status gizi (Soekirman, 2000:153).

Kalori merupakan salah satu hasil metabolisme karbohidrat, protein dan lemak. Kalori berfungsi sebagai zat tenaga untuk metabolisme, pertumbuhan, pengaturan suhu dan kegiatan fisik. Kelebihan energi disimpan dalam bentuk lemak sebagai cadangan jangka panjang (IOM dalam Hardinsyah, 2010:5).

Kalori merupakan kandungan gizi yang dibutuhkan tubuh sebagai sumber tenaga untuk melakukan beragam aktivitas, sedangkan status gizi merupakan perwujudan keadaan gizi seseorang yang dilihat dari BB/TB. Tingkat konsumsi kalori terhadap anak usia 4-6 tahun di TK Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan menunjukkan bahwa konsumsi kalori responden berada dalam status gizi kurang. Berdasarkan hasil recall terhadap 22 anak menunjukkan bahwa sebanyak 18 responden memiliki tingkat konsumsi kalori yang kurang dan status gizi menunjukkan gizi kurang pula.

Sejalan dengan pendapat Uripi (2004:13), menyatakan bahwa kalori merupakan sumber tenaga yang dibutuhkan, antara asupan zat gizi dan pengeluarannya harus ada keseimbangan sehingga diperoleh status gizi yang baik. Kekurangan kalori terjadi akibat konsumsi makanan yang mengandung kalori seperti nasi, mie, aneka snack dan lain sebagainya tidak disesuaikan dengan angka kecukupan gizi yakni berjumlah 1600 kkal, akibatnya tubuh akan mengalami ketidak seimbangan kalori sehingga berat badan akan kurang dari yang seharusnya.

Karbohidrat merupakan salah satu zat mikro. Karbohidrat ada yang dapat dicerna oleh tubuh sehingga menghasilkan glukosa dan energi, dan ada pula karbohidrat yang tidak dapat dicerna yang berguna sebagai serat makanan. Fungsi utama karbohidrat yang dapat dicerna bagi manusia adalah untuk menyediakan energi bagi sel, termasuk sel-sel otak yang kerjanya tergantung pada suplai karbohidrat berupa glukosa. Kekurangan glukosa darah bisa menyebabkan pingsan, sementara bila kelebihan glukosa darah menimbulkan hiperglikemia yang bila berlangsung terus meningkatkan resiko penyakit diabetes atau kencing manis (Mahan dalam Hardinsyah, 2010:20).

STUDI TENTANG STATUS GIZI ANAK DI TK ISHLAHYAH DESA KURO KECAMATAN KARANGBINANGUN KABUPATEN LAMONGAN

Karbohidrat sebagai zat penghasil energi bukan hanya menghasilkan tenaga untuk melakukan berbagai macam aktivitas, tetapi juga dapat memberikan cadangan tenaga bagi tubuh. Kelebihan utama dari karbohidrat adalah jika anak mengkonsumsi makanan berlebihan yang mengandung karbohidrat makan tidak langsung dibuang oleh tubuh manusia melainkan disimpan dalam tubuh sebagai cadangan, sedangkan status gizi merupakan perwujudan keadaan gizi seseorang yang dilihat dari BB/TB. Tingkat konsumsi karbohidrat terhadap anak usia 4-6 tahun di TK Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan menunjukkan bahwa konsumsi karbohidrat responden berada dalam status gizi kurang. Berdasarkan hasil recall terhadap 22 anak menunjukkan bahwa sebanyak 17 responden memiliki tingkat konsumsi karbohidrat yang kurang dan status gizi menunjukkan gizi kurang pula. Kekurangan karbohidrat terjadi akibat konsumsi makanan yang mengandung karbohidrat seperti bubur beras, nasi putih, mie, dan lain sebagainya tidak sesuai dengan angka kecukupan gizi yakni berjumlah 220 g, akibatnya tubuh akan mengalami ketidak seimbangan karbohidrat sehingga berat badan akan kurang dari yang seharusnya.

Protein terdiri dari asam-asam amino disamping menyediakan asam amino esensial, protein juga mensuplai energi dalam keadaan energi terbatas dari karbohidrat dan lemak. Protein atau asam amino esensial berfungsi terutama sebagai katalisator, pembawa, penggerak, pengatur, ekspresi genetik, penguat struktur, penguat imunitas, dan untuk pertumbuhan (WHO dalam Hardinsyah, 2010:9).

Protein sebagai zat pembangun bukan hanya untuk pertumbuhan fisik dan perkembangan organ-organ tubuh anak, tetapi juga menggantikan jaringan yang rusak, sedangkan status gizi merupakan perwujudan keadaan gizi seseorang yang dilihat dari BB/TB. Tingkat konsumsi protein terhadap anak usia 4-6 tahun di TK Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan menunjukkan bahwa konsumsi kalori responden berada dalam status gizi baik. Berdasarkan hasil recall terhadap 22 anak menunjukkan bahwa sebanyak 14 responden memiliki tingkat konsumsi protein yang baik dan status gizi menunjukkan gizi baik pula.

Lemak merupakan komponen struktural dari semua sel-sel tubuh, yang dibutuhkan oleh ratusan bahkan ribuan fungsi fisiologis tubuh (McGulre and Beerman, 2011). Disamping mensuplai energi, lemak berfungsi menyediakan cadangan energi tubuh, isolator, pelindung organ dan menyediakan asam-asam lemak esensial (Mahan, LK dan Escott-Stump, S, 2008). Selain itu juga berfungsi penting dalam metabolisme zat gizi, terutama penyerapan karotenoid, vitamin A, D, E dan K (Brown dalam Hardinsyah, 2010:15).

Lemak berfungsi sebagai sumber energi, pengatur suhu tubuh, dan pembantu membran sel didalam tubuh, sedangkan status gizi merupakan perwujudan keadaan gizi seseorang yang dilihat dari BB/TB. Tingkat konsumsi karbohidrat terhadap anak usia 4-6 tahun di TK Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan menunjukkan bahwa konsumsi

lemak responden berada dalam status gizi kurang. Berdasarkan hasil recall terhadap 22 anak menunjukkan bahwa sebanyak 20 responden memiliki tingkat konsumsi lemak yang kurang dan status gizi menunjukkan gizi kurang pula. Kekurangan lemak terjadi akibat konsumsi makanan yang mengandung lemak seperti ikan kujaer goreng, telur dadar, gado-gado dan lain sebagainya tidak sesuai dengan angka kecukupan gizi yakni berjumlah 62 g, akibatnya tubuh akan mengalami ketidak seimbangan lemak sehingga berat badan akan kurang dari yang seharusnya.

PENUTUP

Simpulan

Status gizi anak di TK Ishlahiyah Desa Kuro Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan berada dalam kondisi status gizi kurang, berdasarkan tabel perhitungan status gizi responden didapatkan hasil bahwa 19 atau 86,4% responden berada dalam kondisi status gizi kurang, 2 atau 9,1% responden berada dalam status gizi normal, dan 1 atau 4,5% responden berada dalam status gizi lebih. Didukung pula dengan hasil yang didapat dari kontribusi gizi responden bahwa kalori, karbohidrat, dan lemak responden lebih kecil dari standart AKG, sedangkan kebutuhan protein responden lebih besar dari standart AKG.

Saran

Berdasarkan hasil pembahasan yang dilakukan, maka peneliti memberikan saran – saran yang sekiranya dapat bermanfaat bagi pihak – pihak yang terkait, antara lain perlu adanya kepedulian antara pihak terkait dengan anak untuk memberikan pengetahuan tentang makanan supaya pola konsumsi makanan dapat memberikan sumbangan kecukupan gizi, sehingga status gizi anak bisa membaik. Agar didapat suatu hasil yang lebih baik dan akurat maka perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi anak sehingga pihak terkait dapat menambah pengetahuan lain yang berpengaruh terhadap status gizi anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. 2005. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Anita. 2003. Perilaku Anak Usia Dini, (Online), (<http://launcher-search&v=140212031&qsubts=1402533860495&action=devloc&q=pengertian+anak>, diakses 5 juni 2014).
- Arikunto, 2006. *Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta. .
- Astuti, Niap. 2006. *Perbedaan Pola Konsumsi dan Status Gizi Balita Usia 2-5 Tahun*, (Online), (<http://eprints.undip.ac.id/9460/1/3000.pdf>, diakses 10 Mei 2014).

- Beck. 2000. *Status Gizi*, (Online), (<https://sites.google.com/site/caturrahmandfabre/gas/artikel-kesehatan>), diakses 17 Juni 2014).
- Dewantara, Prayoga. 2002. *Tumbuh Kembang Anak*, (Online), (<http://andibooks.wordpress.com/definisi-anak/>), diakses 12 juni 2014).
- Hardinsyah. 2010. Kecukupan Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat, (online), (<http://launcher-search&v=140212031&qsubts=1403789850007&action=devloc&q=angka+kecukupan+gizi+energi+protein+lemak+karbohidrat>), diakses 18 Agustus 2014).
- Kartasapoetra, G, 1995. *Ilmu Gizi (Korelasi Gizi, Kesehatan dan Produktivitas Kerja)*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Kristiastuti, Dwi, DKK. 2011. *Dasar Tata Laksana Boga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Masitah, M. 2007. *Pola Konsumsi Makanan Anak Taman Kanak-kanak*, (Online), (<http://loncher.search&v=140212031&qsubts=1401344727905&q>), diakses 28 Mei 2014).
- Moedji, Sjahmien. 2003. *Ilmu Gizi, Penanggulangan Gizi Buruk*. Jakarta. Papis Sinar Sinanti Bhratara.
- Nazir, Moh. 2005. *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia
- Notoatmodjo, S. 2002. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT rineka Cipta.
- Sagung Seto (Wiranatakusuma, M.A.) 2001. *Rekayasa Proses Menghadapi Tantangan Masa Depan Industri Pangan Indonesia dalam Pangan dan Gizi : Ilmu, Teknologi, Industri, dan Perdagangan Internasional*. Bogor : dan Fakultas Teknologi Pertanian IPB.
- Sediaoetama, Djaelani, Achmad. 2000. *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi*. Jakarta Timur : Dian Rakyat.
- Sudiaetomo. 1995. *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi Gizi di Indonesia*. Jakarta : PT. Dian Rakyat.
- Sugiyono, 2009. *Statistika Untuk Penelitian*. Jakarta : Universitas Indonesia Press.
- Sugiyono, 2010. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono, 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhardjo. 1996. *Perencanaan Pangan dan Gizi*. Bogor : Bumi Aksara.
- Suhardjo. 2003. *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sujiono, Yuliani. 2009. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: PT Indeks.
- Soekirman. 2000. *Ilmu Gizi dan Aplikasinya untuk Keluarga dan Masyarakat*. Departemen pendidikan nasional.
- Supriasa, Bachyar Bakri, dan Ibnu Fajar. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC
- Wirakusumah, Emma Pandi. 2012. *Panduan Lengkap Makanan Balita*. Jakarta : Penebar Swadaya Grup.