

# PENGARUH POLA ASUH NUTRISI DAN STIMULASI TERHADAP PERKEMBANGAN ANAK USIA 1–2 TAHUN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BABADAN KABUPATEN INDRAMAYU

Nanda Yansih Putri

Dosen STIKes Indramayu- Jalan Wirapati Sindang Indramayu  
nandayansiputri@yahoo.co.id – HP: 08179075557

## ABSTRAK

Kekurangan gizi pada awal kehidupan anak berdampak pada kualitas sumber daya manusia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola asuh nutrisi dan stimulasi pada perkembangan anak usia 1–2 tahun di wilayah kerja Puskesmas Babadan Kabupaten Indramayu. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan model *mixed methods concurrent triangulasi*. Penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan observasional analitik dengan potong lintang (*cross sectional*). Sampel yang dipilih untuk penelitian kuantitatif adalah ibu dan anak yang berusia 1–2 tahun yaitu sebanyak 96 responden. Penelitian kualitatif menggunakan strategi studi kasus. Hasil penelitian didapatkan Pola asuh nutrisi baik 81,3%, serta stimulasi baik 71,9%. Terdapat hubungan yang bermakna pola asuh nutrisi dan stimulasi terhadap perkembangan anak usia 1–2 tahun (nilai  $p=0,014$  dan  $0,007$ ). Hasil wawancara dengan responden didapatkan pola asuh nutrisi yang dilakukan dalam penyajian makan belum dilakukan dengan baik, serta stimulasi diberikan dengan bantuan keluarga dan dilakukan secara rutin.

**Kata kunci:** Anak usia 1–2 tahun, perkembangan, pola asuh nutrisi, stimulasi

## *EFFECT OF NUTRITION AND STIMULATION PARENTING ON THE DEVELOPMENT IN CHILDREN AGE 1–2 YEARS IN THE WORKING AREA OF THE DISTRICT HEALTH CENTER BABADAN INDRAMAYU*

### ABSTRACT

*Malnutrition early in life effects the quality of human resources. This study aimed to determine the effect of nutrition and stimulation parenting on the development of children aged 1-2 years in Puskesmas Babadan Indramayu district. This study was performed using a mixed model of concurrent triangulation methods. Quantitative research uses analytical approach with a cross-sectional observational (cross-sectional). Samples were selected for quantitative research is mothers and children aged 1-2 years as many as 96 respondents. Qualitative research using case study strategy. The results showed good nutrition parenting 81.3%, 71.9% and well stimulation. There is a significant relationship of nutrition and stimulation parenting on the development of children aged 1-2 years ( $p = 0.014$  and  $0.007$ ). Results of interviews with respondents obtained nutrition parenting done in preparing the meal has not been done well, and stimulation is given with the help of family and done routinely.*

**Keywords:** Children aged 1-2 years, development, parenting nutrition, stimulation

## PENDAHULUAN

Masalah gizi pada balita masih merupakan tantangan yang harus diatasi, di antaranya masalah gizi kurang dan buruk serta balita pendek. Prevalensi gizi kurang pada tahun 2007 sebesar 18,4% dan menurun pada tahun 2010 menjadi 17,9%. Demikian gizi buruk prevalensinya menurun 5,5% pada tahun 2007 menjadi 4,9% pada tahun 2010, sedangkan target yang harus dicapai pada

tahun 2014 yaitu sebesar 3,5%.<sup>1</sup> Kekurangan gizi pada awal kehidupan anak akan berdampak pada kualitas sumber daya manusia. Anak yang kurang gizi akan tumbuh lebih pendek dan berpengaruh pada perkembangan kognitif, serta dapat menurunkan produktivitas pada usia dewasa.<sup>2</sup>

Seribu hari pertama kehidupan adalah periode seribu hari mulai sejak terjadinya konsepsi hingga anak berusia 2 tahun, yang

terdiri atas 270 hari selama kehamilan dan 730 hari kehidupan pertama sejak bayi dilahirkan. Periode ini disebut dengan periode emas (*golden periode*) yang apabila tidak dimanfaatkan dengan baik akan terjadi kerusakan yang permanen (*window of opportunity*). Dampak tersebut tidak hanya pada pertumbuhan fisik, tetapi juga pada perkembangan mental dan kecerdasannya.<sup>2</sup>

Pertumbuhan fisik masa balita berhubungan erat dengan perkembangan mental anak terutama pada usia di bawah dua tahun. Seorang anak yang berstatus gizi baik dan sehat akan merespons perubahan lingkungan lebih aktif dan selanjutnya mempercepat perkembangan mental anak. Gizi kurang pada usia 0–24 bulan dapat menyebabkan gangguan tumbuh kembang otak permanen. Sebanyak 30,8% anak berusia 6–18 bulan mengalami keterlambatan perkembangan motorik kasarnya.<sup>5</sup>

Usia 0–24 bulan merupakan proses tumbuh kembang yang pesat, sehingga kerap diistilahkan sebagai periode emas yang penting bagi tumbuh kembang fisik, perkembangan kecerdasan, keterampilan motorik dan sosial, serta emosi yang menentukan masa depan anak. Periode emas dapat terwujudkan apabila pada masa ini memperoleh asupan gizi yang sesuai untuk tumbuh kembang optimal. Kegagalan pertumbuhan (*growth faltering*) dan perkembangan kognitif serta kecerdasan lainnya akan terjadi apabila tidak disadari secara sungguh-sungguh dalam pemenuhan gizi.<sup>6-8</sup>

Perkembangan anak pada masa kritis membutuhkan rangsangan yang berguna agar potensi yang ada dapat berkembang. Perkembangan psikososial sangat dipengaruhi lingkungan dan interaksi antara anak dan orangtuanya. Peran ibu dan keluarga merupakan salah satu faktor yang memengaruhi tumbuh kembang anak. Tujuan utama pengasuhan orangtua adalah untuk

meningkatkan kesehatannya, memfasilitasi anak untuk mengembangkan kemampuan sejalan dengan tahapan perkembangannya, dan mendorong peningkatan kemampuan berperilaku sesuai dengan nilai agama serta budaya yang diyakininya.<sup>9,10</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Fitria dan Merryana<sup>6</sup> menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna pola asih, asuh dan asah terhadap tumbuh kembang anak. Anak yang terasah secara terarah dan penuh kasih sayang akan dapat mengendalikan dan mengkoordinasi otot-ototnya yang melibatkan perasaan emosi dan pikiran sehingga perkembangan anak berjalan dengan optimal.<sup>10,11</sup>

Air susu ibu yang diberikan 30 menit setelah bayi lahir, pemberian ASI eksklusif, dan memberikan MP-ASI sejak bayi berusia enam bulan sampai 24 bulan atau lebih merupakan hal penting dalam mencapai tumbuh kembang optimal yang direkomendasikan oleh *Global Strategi for Infant Young Child Feeding*, *World Health Organization* (WHO), dan *United Internasional Childrens Emergency Fund* (UNICEF). Air susu ibu yang diberikan pada usia sesudah enam bulan hanya akan memenuhi sekitar 60–70% kebutuhan bayi, 30–40% harus dipenuhi dari makanan pendamping. Makanan pendamping ASI yang tidak tepat dalam kualitas dan kuantitasnya dapat menyebabkan bayi menderita gizi kurang.<sup>6,12</sup>

Stimulasi yang diberikan orangtua kepada anaknya sangat penting untuk perkembangan balita. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Desmika dkk,<sup>14</sup> status gizi merupakan salah satu faktor yang memengaruhi perkembangan. Stimulasi atau rangsangan terhadap anak dibutuhkan untuk memperkenalkan suatu pengetahuan dan keterampilan baru. Apabila pada usia tertentu

anak belum dapat melakukan motorik kasar, maka anak telah mengalami keterlambatan.<sup>14,15</sup>

Anak usia di bawah lima tahun (balita) di Indonesia sekitar 16% mengalami gangguan perkembangan saraf dan otak mulai ringan sampai berat, setiap 2 (dua) dari 1.000 bayi mengalami gangguan perkembangan motorik serta 1 (satu) dari 100 anak mempunyai kecerdasan kurang dan keterlambatan bicara. Ibu harus memberikan nutrisi yang cukup bagi anak karena tumbuh kembang yang optimal adalah hasil dari makanan bergizi dan cara pemberian makanannya, sehingga dapat mencegah gangguan saraf dan otak serta memberikan stimulus pada anak agar perkembangan dan kecerdasan psikomotor normal.<sup>15,16</sup>

Hasil penimbangan bayi dan balita tahun 2013 di Dinas Kesehatan Kabupaten Indramayu, jumlah bayi dan balita seluruhnya 138.393 orang. Jumlah bayi dan balita yang ditimbang hanya 136.058, jumlah balita yang mengalami berat badan sangat kurang 28,21 atau 0,60%, jumlah balita yang memiliki berat badan normal 125.836 atau 92,49%, dan jumlah balita yang memiliki berat badan lebih yaitu 754 atau 0,55%. Data dari Puskesmas Babadan tahun 2013, jumlah balita yang mengalami gizi sangat kurang ada 81 orang atau 5,53% dari jumlah balita yang ditimbang 1.466 orang.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pola asuh nutrisi dan stimulasi pada perkembangan anak pada usia 1–2 tahun, serta menggali pola asuh nutrisi dan stimulasi yang diberikan pada anak usia 1–2 tahun.

## METODE

Penelitian yang digunakan adalah *mixed method* dengan strategi *concurrent triangulasi* yaitu dengan cara menggabungkan dua pendekatan penelitian yaitu kuantitatif dan kualitatif secara bersamaan dalam satu

waktu.<sup>17</sup> Metode penelitian dengan pendekatan kuantitatif menggunakan strategi penelitian *analitic cross sectional* dengan paradigma postpositivisme untuk melihat pengaruh pola asuh nutrisi dan stimulasi pada perkembangan anak usia 1–2 tahun. Metode penelitian kualitatif menggunakan strategi studi kasus dengan paradigma konstruktivisme.<sup>18</sup>

Populasi dalam penelitian ini yaitu semua ibu yang memiliki anak usia 1–2 tahun dan anak usia 1–2 tahun di wilayah kerja Puskesmas Babadan Kabupaten Indramayu yang terdiri dari 5 desa. Pengambilan sampel penelitian kuantitatif dilakukan secara *propotional random sampling*. Pengambilan sampel pada penelitian kualitatif menggunakan teknik *non probability sampling*, pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atas kesempatan yang sama bagi setiap anggota populasi, dengan cara *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu.

Pendekatan kuantitatif untuk melihat pola asuh nutrisi dan stimulasi terhadap perkembangan anak usia 1–2 tahun. Pendekatan kualitatif, untuk menggali pola asuh nutrisi dan stimulasi yang diberikan ibu kepada anak usia 1–2 tahun. Pengambilan data primer dalam penelitian kuantitatif diperoleh melalui kuesioner. Pengambilan data primer kualitatif diperoleh melalui wawancara secara mendalam kepada ibu.

Analisis data kuantitatif secara univariat untuk menggambarkan secara deskriptif tentang pengaruh pola asuh nutrisi, stimulasi, dan perkembangan anak usia 1–2 tahun. Analisis bivariat untuk menilai pengaruh pola asuh nutrisi dan stimulasi pada perkembangan anak usia 1–2 tahun. Pada tahap ini uji antar variabel dilakukan dengan program SPSS. Hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen dilakukan dengan uji statistik *Chi Square*  $\alpha$  0,05 dengan *confidence interval* yang dipakai adalah 95%. Analisis

kualitatif dilakukan wawancara mendalam dengan ibu.

## HASIL

### A. Hasil Penelitian Kuantitatif

#### 1. Hasil Univariat

**Tabel 1. Pola Asuh Nutrisi, Stimulasi dan Perkembangan**

Variabel	N	%
<b>Pola asuh nutrisi</b>		
Baik	78	81
Kurang	18	19
<b>Stimulasi</b>		
Baik	69	72
Kurang	27	28
<b>Perkembangan</b>		
Sesuai	83	89
Meragukan	13	11
Terdapat penyimpangan	0	0
<b>Jumlah</b>	96	100

Pola asuh nutrisi dan stimulasi yang dilakukan oleh pengasuh atau orangtua sebagian besar terdapat pada kategori baik yaitu 81% dan stimulasi 72%. Perkembangan anak usia 1–2 tahun yang didapatkan dari hasil kuesioner praskrining perkembangan didapatkan hasil bahwa sebagian besar 88% anak sesuai dengan perkembangannya dan tidak ada yang mengalami penyimpangan.

#### 2. Hasil Bivariat

**Tabel 2. Pengaruh Pola Asuh Nutrisi dan Stimulasi pada Perkembangan Anak Usia 1–2 Tahun**

Variabel	kembangan		Merg ukan N	Nilai p	
	Sesuai n	%		%	
<b>Pola asuh nutrisi</b>					
Baik	71	67	7	11	0,0
Kurang	12	16	6	2	14
<b>Stimulasi</b>					
Baik	64	60	5	9	
Kurang	19	23	8		0,0 07

Tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif secara uji statistik pola asuh nutrisi dan stimulasi pada perkembangan anak usia 1–2 tahun didapatkan nilai  $p=0,014$  dan  $0,007$ .

Pada Tabel 2 didapatkan bahwa dari 96 responden, terdapat 71 (67%) responden melakukan pola asuh nutrisi yang baik dengan hasil perkembangan anak yang baik dan terdapat 6 (2%) responden yang melakukan pola asuh nutrisi yang kurang dengan perkembangan anak yang meragukan. Terdapat 64 (60%) responden yang melakukan stimulasi perkembangan anak dengan hasil KPSP dalam kategori baik dan terdapat 8 (4%) responden yang kurang dengan didapatkan hasil KPSP dalam kategori meragukan.

### B. Hasil Penelitian Kualitatif

#### 1. Pola Asuh Nutrisi yang Dilakukan oleh Ibu pada Anak Usia 1–2 Tahun

Pola asuh nutrisi yang dilakukan ibu di wilayah kerja Puskesmas Babadan Kabupaten Indramayu meliputi pengolahan dan penyajian makan, pola pemberian makan, komposisi makan, serta frekuensi makan yang telah diberikan kepada anak dengan berbagai macam cara. Pola asuh yang cermat dalam pemenuhan nutrisi yang dilakukan oleh orangtua kepada anaknya sangat berperan dalam tumbuh kembang anak, sehingga seorang ibu diharapkan dapat memberikan pola asuh nutrisi yang baik, kreativitas ibu dalam memberikan makan kepada anak baik dari segi pemenuhan nutrisi yang disajikan, cara menghidangkan makanan, dan cara ibu memberikan makan pada anak dengan suasana hati yang senang dapat memengaruhi nafsu makan anak, sehingga anak mendapatkan nutrisi yang baik bila itu semua dipenuhi.

##### a. Pengolahan dan penyajian makanan pada anak

Berdasarkan hasil wawancara dengan responden didapatkan bahwa pengolahan

penyajian yang dilakukan ibu-ibu adalah dengan menentukan pemilihan bahan makanan, kualitas bahan makanan, melakukan pembersihan pada bahan makanan yang akan dimasak, teknik memasak yang baik, serta bagaimana proses memasaknya.

Pengaruh pengolahan makan yaitu dapat memecahkan dinding sel pada bahan makanan yang berasal dari nabati sehingga mudah dicerna, melemahkan dan mematikan mikrob, serta mengubah berbagai zat gizi secara positif dan negatif. Pemanasan yang terlalu tinggi dapat menyebabkan karsinogenik serta panas dapat memindahkan zat-zat toksik. Pada saat menyiapkan makanan harus memperhatikan aspek kebersihan baik pada bahan makanan maupun peralatan makan, karena makanan yang kurang bersih dapat menyebabkan diare dan cacangan pada anak. Hal ini senada dengan pernyataan informan sebagai berikut:

*“Saya suka cuci dulu sayur-sayuran yang mau dimasak, dipilih sayur-sayuran yang keras dulu saya masukin buat direbus, kalau ada ikan ya dicuci ikannya diolah”*  
(Responden 1)

Penyajian dalam hidangan makanan harus dibuat secara menarik, sehingga dapat menimbulkan nafsu makan, dan suasana makan yang menyenangkan. Hidangan harus merangsang secara menarik sebanyak-banyaknya pada pancaindra, namun, untuk penyajian makanan responden hanya sekedar disiapkan, tidak dibuat makanan secara menarik. Berikut kutipan hasil wawancara yang dianggap mewakili pernyataan di atas:

*“Ya saya simpen aja di meja masakan yang udah matengnya”* (Responden 1)

Selama ini ibu rumah tangga, khususnya yang mempunyai anak hanya

sekedar menghidangkan makanan yang sudah dimasak, tidak menyajikannya dalam bentuk menarik yang dapat menimbulkan nafsu makan berkurang.

#### **b. Pola pemberian makan pada anak**

Dalam pola pemberian makan, responden sebagian besar melakukan berbagai cara agar anak mau makan. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, didapatkan bahwa cara responden dalam memberikan makan tidak memaksa anak untuk makan dan melakukannya dengan suasana hati yang senang, serta mengajak anak untuk berkeliling di sekitar rumah pada saat anak makan.

Pemberian makan pada anak adalah menyiapkan makanan dalam jumlah dan mutu yang baik, serta memberi makanan pada anak dengan sabar dalam suasana yang ceria terutama saat anak kehilangan nafsu makan. Pola pemberian makan yang diterapkan orangtua sangat memegang peranan penting dan selalu dihadapkan pada pilihan yang sulit antara kebiasaan dan perilaku baru. Kondisi ini memengaruhi perilaku ibu dalam tahapan pemberian makan pada anak. Memberikan makan pada anak harus dengan kesabaran dan ketekunan, sebaiknya menggunakan cara-cara tertentu seperti dengan membujuk anak. Jangan memaksa anak karena bila dipaksa menimbulkan emosi pada anak sehingga anak kehilangan nafsu makan. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara yang telah dilakukan, yaitu sebagai berikut:

*“Saya suka ngerayu anak makan, de hayo makan, pinter anak mamah, kalau anak ga mau makan saya biarin, nanti juga kalau laper minta makan sendiri,”*  
(Responden 2)

### **c. Komposisi dan porsi makan pada anak**

Komposisi makan serta porsi yang diberikan pada anak sebagian besar responden telah memberikan nutrisi yang sesuai dengan kebutuhan zat gizi anak serta memberikan porsi makan anak sesuai dengan usianya. Berbagai macam makanan pun diberikan di sela-sela makan utama baik dengan memberikan makanan tradisional yang dibuat oleh responden sendiri untuk anaknya.

Pemberian makan pada anak sekurang-kurangnya tiga kali dalam sehari dengan porsi setengah orang dewasa dan tetap memberikan makanan selingan 2 kali sehari. Dalam menyiapkan makanan harus mengandung makanan seimbang, artinya di dalam makanan terdapat kandungan zat gizi berupa karbohidrat, protein, vitamin, mineral, dan lemak yang dapat bermanfaat untuk kesehatan tubuh. Variasi makan diperhatikan dengan menggunakan padanan bahan makanan. Misalnya nasi diganti mie, bihun, roti, kentang, dan lain-lain. Hati ayam diganti tahu, tempe, telur, ikan, kacang hijau. Bayam diganti dengan daun kangkung, tomat, atau wortel. Makanan tidak harus mahal, tetapi harus seimbang zat gizinya. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, sebagian responden sudah melakukan dengan baik dalam memberikan makanan kepada anak sesuai dengan yang dianjurkan yaitu makanan seimbang, hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara kepada responden yang dapat mewakili, yaitu sebagai berikut:

*“Ya tiap hari harus ada sayuran, kayak sayur asem, kadang sayur sop, kadang bayem, capcay. Nah untuk lauk mah ya ikan, ayam goreng, kadang tahu tempe,*

*ya tiap hari ganti-ganti, cemilan saya sukanya buat sendiri, bikin bala-bala, bolu, kentang goreng, wortel direbus”* (Responden 2)

### **d. Frekuensi pemberian makan pada anak**

Berdasarkan hasil wawancara, responden sebagian besar telah memberikan makan anak sesuai dengan waktu tiga kali sehari. Frekuensi makan dikatakan baik bila frekuensi makannya tiga kali makanan utama atau dua kali makanan utama dan satu kali makanan selingan. Jenis, jumlah, dan frekuensi makan pada bayi dan anak balita, hendaknya diatur sesuai dengan perkembangan usianya dan kemampuan organ pencernaannya. Memberikan makan pada anak tidak perlu membuat jadwal yang terlalu kaku karena bila memaksakan anak makan pada jam yang telah ditentukan, anak belum merasa lapar, sehingga anak tidak mempunyai nafsu untuk makan. Hal ini senada dengan pernyataan informan sebagai berikut:

*“Kalau makan tiga kali, pagi, siang, sore, kalau porsiya sih sedeng paling setengahnya kita”*(Responden 4)

## **2. Stimulasi yang Dilakukan Orangtua pada Anak Usia 1–2 Tahun**

### **a. Peran orangtua dan anggota keluarga dalam menstimulasi anak**

Sebagian besar responden yang telah dilakukan wawancara, telah meluangkan waktunya untuk memberikan perhatian, memberikan rangsangan untuk perkembangan anaknya, walaupun hal ini banyak dibantu oleh anggota keluarga, akan tetapi ibu memberikan perhatian yang lebih untuk anak-anaknya.

Peran ibu dalam mengasuh anak sangat penting karena dalam berinteraksi dengan anak sehari-hari ibu dapat

memainkan berbagai peran yang secara langsung akan berpengaruh pada anak. Anak dapat berkembang secara normal apabila kualitas asuhan ibu baik. Secara normal dalam mengasuh anak harus dilakukan oleh kedua orangtua yaitu bapak dan ibu karena orang tua yang mengetahui kebutuhan anak, tetapi pada kenyataannya masih banyak orangtua yang belum menyadari pentingnya mereka secara langsung mengasuh anak sehingga pengasuhan anak dilakukan oleh orang lain (kakak, saudara, pembantu, tetangga). Sebagian besar responden telah melibatkan dirinya dalam mengasuh anak dan memberikan perhatian kepada anak. Hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara, yaitu sebagai berikut:

*“Saya yang tiap hari ama anak-anak meluangkan waktu untuk mereka, kalau sore ya kadang mainan sama kakanya, sama bapanya” (Responden 4)*

#### **b. Cara merangsang perkembangan anak**

Cara merangsang perkembangan anak yang dilakukan oleh sebagian besar responden yang telah dilakukan wawancara, responden memberikan berbagai rangsangan dalam melatih kemampuan motorik kasar, motorik halus, sosialisasi dan kemandirian anak, serta melatih cara berbicara kepada anak, responden melakukan semua rangsangan ini sesuai dengan kemampuan anak dan sesuai dengan usia anak yang dilakukan secara rutin dengan melibatkan anggota keluarga serta masyarakat.

Stimulasi merupakan kegiatan merangsang kemampuan dasar anak untuk usia 0–6 tahun agar anak tumbuh dan berkembang secara optimal. Stimulasi dilakukan sedini-dininya

secara rutin dan setiap ada kesempatan yang diberikan oleh ibu, ayah yang merupakan orang yang terdekat dengan anak, pengganti ibu/pengasuh anak, anggota keluarga lain, dan kelompok masyarakat di lingkungan rumah tangga masing-masing dalam kehidupan sehari-hari. Berbagai macam stimulasi dalam kemampuan dasar anak yang dirangsang secara terarah adalah kemampuan gerak kasar, kemampuan gerak halus, kemampuan bicara dan bahasa, serta kemampuan sosialisasi dan kemandirian. Sebagian besar responden telah meluangkan waktunya untuk anak, sehingga mereka dapat memberikan stimulasi untuk perkembangan anaknya. Berikut hasil kutipan wawancara yang dianggap mewakili pernyataan di atas:

*“Saya suka cerewet sama anak saya, jadi anak-anak juga secara tidak langsung belajar ngomong, saya ajarin ngomong: ini siapa? Nah anak jawab “ayah.....abang..., kalau pakai celana, atau baju saya sekalian ajarin anak. Biasanya kan kalau pakai sesuatu saya biasain pakai yg kanan dulu. Dan untuk sosialisasinya, saya biarin anak saya mainan sama temen-temennya ya seringnya main sama kakanya, mainan bola, kejar-kejaran, paling saya ngawasin aja” (Responden 1)*

## **PEMBAHASAN**

### **1. Hubungan Pola Asuh Nutrisi pada Perkembangan Anak Usia 1–2 Tahun**

Hasil penelitian kuantitatif dengan menggunakan chi-kuadrat menunjukkan pengaruh pola asuh nutrisi pada perkembangan anak, didapatkan nilai  $p < \alpha$  yaitu sebesar 0,014 ( $< 0,05$ ). Secara teori, pemenuhan nutrisi pada balita sangat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan balita. Pada masa balita kebutuhan nutrisi sangat meningkat baik energi maupun protein.<sup>6</sup> Balita memerlukan nutrisi

yang adekuat dari makanan yang dimakan untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangannya. Kualitas maupun kuantitas asupan makan, penurunan kesehatan, aktivitas fisik yang berlebihan, dan gangguan emosi dapat menyebabkan kekurangan nutrisi.<sup>7</sup>

Penanganan kesulitan makan pada anak dengan cara memperbaiki pemberian makan pada anak seperti perintah makan dengan nada yang lembut, mengingatkan anak saat menjelang makan, menyajikan makanan yang sederhana, dan makanan yang mudah digenggam. Mengenalkan jenis makanan baru setiap kali makan, perhatikan penampilan makanan, membuat suasana yang menyenangkan, berikan anak makan sendiri, jangan memburu-buru makan, tidak perlu memberikan porsi makan yang banyak, memberikan contoh yang baik dalam mengonsumsi makanan termasuk cara untuk memperbaiki kesulitan makan pada anak.<sup>11</sup>

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan secara kualitatif, yaitu dengan wawancara kepada ibu yang mempunyai anak usia 1–2 tahun, ibu telah memberikan pola asuh nutrisi yang baik kepada anaknya mulai dari pengolahan bahan makan, pola pemberian makan, komposisi makan, serta frekuensi makan. Pada pengolahan bahan makanan ibu memilih bahan makanan yang berkualitas baik, yaitu dilihat dari cara ibu memilih lauk pauk yang akan dimasak dan melakukan proses memasak yang sesuai dengan memperhatikan aspek kebersihan serta pemanasannya. Pola pemberian makan yang diberikan ibu kepada anaknya sudah membuat anak makan makanan yang telah disiapkan, dengan cara ibu memberikannya dengan suasana hati yang senang dan tidak memaksa anak jika anak tidak mau makan.

Pola asuh nutrisi dalam hal penyajian makan yang dilakukan ibu berdasarkan hasil wawancara didapatkan penyajian makanan hanya sekedar disiapkan saja, makanan tidak

dibuat secara menarik, namun hal ini tidak menjadi halangan ibu dalam memberikan makan kepada anak, karena ibu melakukan dengan cara yang lain yaitu dengan membujuk anak, mengajak anak makan dengan suasana di sekitar lingkungan rumah, sehingga anak makan sambil bermain, dan anak dibiarkan makan sendiri.

Komposisi makan diperhatikan oleh responden dengan menu seimbang yaitu makanan yang mengandung protein hewani maupun nabati, vitamin yang didapatkan dari sayuran dan buah, karbohidrat, mineral, dan lemak, serta ibu juga memberikan suplemen makanan yang dibuat secara tradisional oleh ibu sendiri seperti bubur kacaang hijau, bala-bala, kentang goreng, dan bolu. Hal ini sesuai dengan karakteristik responden yang sebagian besar (66%) sebagai ibu rumah tangga, yang banyak meluangkan waktunya untuk membuat makanan selain makan utama yang disajikan untuk anak dan keluarganya

Perilaku ibu dalam memberikan pola asuh nutrisi kepada anak berkaitan dengan karakteristik ibu yang sebagian besar berpendidikan SMA yaitu 43%, salah satu faktor yang memengaruhi perilaku ibu adalah pendidikan. Tingkat pendidikan sangat berpengaruh terhadap perubahan sikap dan perilaku hidup sehat, pendidikan yang lebih tinggi dapat memudahkan dalam menyerap informasi dan mengimplementasikan dalam perilaku dan gaya hidup sehari-hari, khususnya dalam pemenuhan kecukupan gizi dengan memberikan pola asuh nutrisi yang baik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *inappropriate feeding practice* merupakan praktik pemberian makan pada anak yang tidak sesuai dengan usia maupun tahapan perkembangannya.<sup>16</sup> *Feeding practice* yang tidak benar sering didapatkan dalam penelitian yaitu pemberian makan anak yang tidak sesuai dengan tahapan usia. Pada umumnya, *feeding practice* yang tidak benar dilakukan oleh



orangtua/pengasuh yaitu pemberian makan anak sambil bermain dan menonton televisi, sehingga anak tidak fokus terhadap makanannya dan tidak dapat menghabiskan makanannya.<sup>19</sup>

Kemampuan dasar yang dibutuhkan sebagai pengasuh yang baik berupa kemampuan dalam perencanaan, manajemen, dan pemeliharaan.<sup>8</sup> Perkembangan perilaku makan anak dibagi dalam beberapa tahap sesuai dengan perkembangan kematangan saluran cerna, kemampuan motorik dan psikologis anak, di antaranya periode minum ASI, penyapihan, makan dengan alat, dan hilangnya presepsi.<sup>9</sup>

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sally dkk.<sup>20</sup> bahwa salah satu faktor yang dapat memengaruhi pemenuhan nutrisi adalah kualitas, keamanan, dan kuantitas sumber makanan. Semua keluarga belum dapat melakukan persiapan dan penyimpanan makanan dengan baik untuk mempertahankan kandungan gizi di dalam makanan. Kebiasaan yang baik perlu ditanamkan tentang cara dan manfaat dalam melakukan persiapan dan penyimpanan makanan untuk mempertahankan kandungan gizi di dalam makanan.<sup>21</sup>

## **2. Hubungan Stimulasi dengan Perkembangan Anak Usia 1–2 Tahun**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa stimulasi yang dilakukan oleh orangtua berperan penting dalam perkembangan anak.<sup>12,14</sup> Stimulasi atau rangsangan terhadap anak dibutuhkan untuk memperkenalkan suatu pengetahuan dan keterampilan baru. Apabila pada usia tertentu anak belum dapat melakukan motorik kasar, maka anak telah mengalami keterlambatan.<sup>13,14</sup> Perkembangan memerlukan rangsangan atau stimulasi khususnya dalam keluarga, misalnya penyediaan alat bermain, sosialisasi anak, serta keterlibatan ibu dan anggota keluarga lain dalam kegiatan anak.<sup>18,19,24</sup>

Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa sebagian besar ibu telah meluangkan waktunya untuk memberikan stimulasi kepada anaknya selama >15 jam/hari dengan melatih motorik kasar, motorik halus, sosialisasi dan kemandirian anak, serta bicara anak, sehingga dengan ibu memberikan stimulasi yang baik didapatkan hasil sebagian besar perkembangan anak di wilayah kerja Puskesmas Babadan sesuai dengan tahap perkembangannya, dan terdapat 13 anak yang termasuk kategori meragukan yang sudah dilakukan tindak lanjut dengan memberikan informasi kepada orangtua untuk memberikan stimulasi secara rutin kepada anak, dan tidak didapatkan anak yang perkembangan menyimpang. Hal ini dibuktikan pada hasil penelitian kuantitatif yaitu didapatkan nilai  $p < \alpha$ , yaitu 0,007 ( $< 0,05$ ), sehingga terdapat pengaruh stimulasi pada perkembangan anak.

Kebutuhan asah pada anak merupakan kebutuhan stimulasi mental bagi bayi dan anak. Stimulasi mental sangat penting bagi perkembangan mental psikososial anak yang meliputi kecerdasan, kreativitas, agama, kepribadian, etika-moral, dan produktivitas.<sup>18,19,21</sup>

Stimulasi yang tidak dilakukan secara berkesinambungan atau terus menerus akan menyebabkan hubungan antarsel otak (sinapsis) yang terbentuk menjadi berkurang (*synaptic pruning*). Pada usia tiga tahun, jika jaringan otak kurang mendapatkan stimulasi, maka fungsinya menjadi tidak optimal, istilahnya '*use it or lose it*'. Penelitian lain menunjukkan bahwa anak yang orangtuanya banyak berbicara perbendaharaan kata-katanya jauh lebih banyak dibandingkan dengan anak yang orangtuanya pendiam, saat dilakukan evaluasi di usia dua tahun. Anak yang mendengarkan banyak kata sehari-harinya dan diberikan stimulasi positif yang sering-seringnya dari pengasuhnya rata-rata

menunjukkan perkembangan kognitif yang lebih baik.<sup>20,23</sup>

Berdasarkan hasil penelitian kualitatif responden melakukan rangsangan dengan mengajak main bola, bercerita dan mengajarkan anak nyanyi-nyayi, merangsang anak dengan melakukan pekerjaan rumah sehingga anak mengikuti, serta membiarkan anak bermain dengan teman sebayanya. Hal ini dilakukan oleh responden untuk menstimulasi perkembangan anak dengan berbagai macam cara dan melibatkan anggota keluarga serta tetangga. Faktor usia ibu yang sebagian besar berusia 20–35 tahun merupakan usia yang cukup matang dalam kesiapan dan pengalaman memberikan stimulasi kepada anak.

Ada beberapa faktor yang memengaruhi keberhasilan stimulasi antara lain kemampuan dasar individu, kesehatan, keluarga, lingkungan, serta keadaan sosial ekonomi. Selain itu juga dipengaruhi oleh kapan waktu awal diberikan stimulasi, berapa lama, dan bagaimana cara melakukannya.<sup>23</sup>

Kualitas pengasuh yang baik dapat memberikan dampak positif terhadap perkembangan anak, seperti kemampuan komunikasi yang lebih baik, kemampuan mengingat, dan memecahkan masalah dengan lebih baik.<sup>24</sup> Pengasuhan oleh pembantu dapat meningkatkan risiko dan keparahan gangguan bicara pada anak.<sup>22</sup> Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan yang menunjukkan bahwa dari 96 responden yang sebagian besar yaitu 85 orang ibu yang telah mengasuh anaknya sendiri dengan hasil perkembangan anak yang baik yang ditunjukkan dengan hasil KPSP dalam kategori baik.

Stimulasi dilakukan secara rutin dan diberikan setiap ada kesempatan oleh ibu, ayah yang merupakan orang yang terdekat dengan anak, pengganti ibu/pengasuh anak, anggota keluarga lain, dan kelompok masyarakat. Berbagai macam stimulasi dalam kemampuan dasar anak yang dirangsang secara terarah

adalah kemampuan gerak kasar, kemampuan gerak halus, kemampuan bicara dan bahasa, serta kemampuan sosialisasi dan kemandirian.<sup>14,15,26</sup>

## KESIMPULAN

1. Terdapat pengaruh pola asuh nutrisi pada perkembangan anak usia 1–2 tahun di wilayah kerja Puskesmas Babadan Kabupaten Indramayu
2. Terdapat pengaruh stimulasi pada perkembangan anak usia 1–2 tahun di wilayah kerja Puskesmas Babadan Kabupaten Indramayu.
3. Pola asuh nutrisi yang diberikan ibu kepada anak dilakukan dengan baik, akan tetapi dalam penyajian makanan sebagian besar ibu tidak menyajikan makanan dalam bentuk yang menarik. Stimulasi yang diberikan ibu kepada anak sudah baik, yaitu dengan melakukan stimulasi secara rutin dan melibatkan anggota keluarga serta tetangga.

## SARAN

### 1. Saran Teoritis

Perlunya penelitian yang lebih lanjut mengenai pola asuh nutrisi dan stimulasi dengan melakukan observasi secara langsung dilapangan untuk mengetahui secara nyata dalam pemberian pola asuh nutrisi dan stimulasi yang diberikan oleh ibu kepada anaknya.

### 2. Saran Praktis

#### a. Bagi Puskesmas

Kepada Puskesmas atau instansi kesehatan terkait diharapkan dapat meningkatkan pola asuh nutrisi ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi anak yang penting untuk tumbuh kembang anak serta melakukan intervensi kepada anak yang perkembangannya dalam kategori meragukan yaitu dengan dilakukannya stimulasi rutin oleh ibu dan keluarga serta tenaga kesehatan. Hal tersebut

dapat dilakukan dengan membuat program atau mengoptimalkan program yang ada, dengan program yang bersifat upaya promosi mengenai pola asuh nutrisi yang baik dalam memenuhi kebutuhan gizi serta stimulasi yang erat kaitannya dengan perkembangan anak.

Hal ini dilakukan dengan mengoptimalkan fungsi dari pelayanan penyuluhan di posyandu itu sendiri. Selain itu, sebaiknya dilakukan pelatihan-pelatihan kepada kader secara periodik dan berkesinambungan, terutama dalam hal pengetahuan pola asuh nutrisi dan ketrampilan memberikan stimulasi khususnya pada anak usia 1–2 tahun.

#### **b. Bagi Ibu**

Diharapkan orangtua dapat lebih memperhatikan pola asuh nutrisi untuk kebutuhan anak dan melakukan secara rutin stimulasi pada anak dan lebih memperluas pengetahuan tentang cara pemberian pola asuh nutrisi dan stimulasi dengan membaca buku kesehatan ibu dan anak yang dibagikan oleh puskesmas.

### **DAFTAR REFERENSI**

- Briawan Dodik, Tin Herawati. Peran stimulasi orangtua terhadap perkembangan balita keluarga miskin. Bogor: Universitas Pertanian Bogor; 2008;1(1):63-76
- Chatoor I. Diagnosis and treatment of feeding disorders, in infant, toddlers, and young children. Washington DC: American Psychiatric Association. 2009;401.
- Creswell JW. Pendekatan kuantitatif, kualitatif dan mixed. Yogyakarta: Pustaka Belajar; 2012.
- Depkes RI. Buku kesehatan ibu dan anak. Jakarta: Depkes RI; 2009. Darwati, Maria M, Soemedi Hadiyanto, Fitri Hartanti, S.A Nugraheni. Pengaruh intervensi konseling *feeding rules* dan stimulasi terhadap status gizi dan perkembangan anak di posyandu Kabupaten Jayapura. Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro; Sari Pediatri; 2014; 15(6): 377–384.
- Husaini MA, Karyadi L, Husaini YK, Sandjaja, Karyadi D, Politt E. Developmental effect of short term supplementary feeding in nutritionally at risk Indonesian infants. Am J Clin Nutr. 2006;54:799–804.
- Husaini Yayah K. Perilaku memberi makan untuk meningkatkan tumbuh kembang anak. Bogor: Balitbangkes; 2006;29(1):58–64
- Husaini YK. Feeding behavior for better growth and development. Gizi Indonesia. 2006;29(1):58–64.
- Kemenkes RI. 1.000 hari pertumbuhan yang menentukan. Jakarta: Bhakti Husada; 2012
- Lindawati. Faktor-faktor yang berhubungan dengan perkembangan motorik anak usia prasekolah. Jakarta: Poltekkes Kemenkes; 2013;4(1):1-76.
- Maria Fitria Nur, Merryana Adriani. Hubungan pola asuh, asih dan asah dengan tumbuh kembang balita usia 1–3 tahun. Surabaya: Universitas Airlangga. The Indonesian Journal of Public Health; 2009;6(1):24-9
- Metz D, Linqvist CH, Fisher JO, Goran MI. Relation between mother's practice and children's adiposity. Am J Clin Nutr. 2002;75:581–6 .
- Mira Irawati, I Gusti. Pemberian stimulasi selama satu jam pada perkembangan anak usia 12–24 bulan. Medika Media Indonesia. 2012;46(3):147–50.
- Purmono Hendarti. Peran orang tua dalam optimalisasi tumbuh kembang anak

- untuk membangun karakter anak usia dini. Prosiding Seminar Nasional Parenting. Jakarta: 2013. Halaman 34–47
- Purwandari H, Wastu Adi M, Suryatno. Perkembangan balita: deteksi dini dan stimulasi tumbuh kembang balita. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2014.
- Purwarni Erni, Mariyam. Pola pemberian makan dengan status gizi anak usia dini 1–5 tahun di Kabupaten Taman Pemalang. Semarang: Universitas Muhammadiyah Semarang; Jurnal Keperawatan Anak; 2013;1(1):30-6
- Sally MG. Effect of integrated child development and nutrition intervention on child development and nutritional status. Ann NY Acad Sci. 2014. ISSN 007–8923.
- Selina H, Fitri H, Farid AR. Stimulasi, deteksi, dan intervensi dini tumbuh kembang anak. Dalam: Dadiyanto DW, Muryawan MH, Anindita, penyunting. Buku ajar ilmu kesehatan anak. Edisi pertama, Semarang: Universitas Diponegoro; 2011. halaman 65-6.
- Sharp, WG, Jaquess, Morton JF, Herzinger CV. Pediatric feeding disorders: a quantitative synthesis of treatment outcomes. clin child fam psychol Rev. 2010;13(4):348–65.
- Sudigdo S. Dasar-dasar metodologi penelitian klinis. Jakarta: Sagung Seto; 2010.
- Suryawan A, Irwanto. Stimulasi dini dan stimulasi otak anak pada periode perkembangan spesifik. Dalam: Renuh IG, Narendra MB, Tanda dan gejala penyimpangan pertumbuhan dan perkembangan anak dan remaja. Surabaya: IDAI Jawa Timur; 2010. halaman 88–103.
- Thabitha A, Kili A. Peran ibu dalam pemenuhan kebutuhan dasar anak terhadap perkembangan anak usia prasekolah. Kediri: STIKes RS Baptis Kediri; 2012;5(1):82-98
- Thompson RA. Development in the first years of life. Caring for infants and toddlers; 2011:2 –7.
- US Development of health and human services. Understanding the effect of maltreatment on brain development. Washington DC: Child Welfare in Formation Gateway; 2009:1–17.
- Watson J. Child neglect literature review. New South Wales: Canter for Parenting and Research; 2005.
- Zhou H, Wang X. Relation between child feeding practice and malnutrition in 7 remote and poor counties, PR China. Asia Pac J Clin Nutr; 2012;21(2):234–40.