

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di TK Fauzanul A'la desa Karang tengah kecamatan Batur Kabupaten Banjarnegara yang beralamat di Jl. Masjid Uswatun Khasanah Desa Karang Tengah Kecamatan Batur Kabupaten Banjarnegara.

TK Fauzanul A'la Karang Tengah sebagai lokasi penelitian memiliki murid yang berjumlah 75 siswa yang terbagi dalam 2 kelas, kelas A dan kelas B. siswa-siswa di TK fauzanul A'la terdiri atas 38 siswi perempuan dan 37 siswa laki-laki yang rata-rata berumur 4-6 tahun. Proses belajar mengajar di TK Fauzanul A'la berlangsung dari hari senin sampai hari jum'at, sedangkan untuk hari sabtu dilaksanakan kegiatan seperti senam, olah raga dan kegiatan-kegiatan di luar pelajaran. Subyek penelitian hanya pada anak yang diantar langsung oleh ibunya dan ditunggu sampai anak tersebut pulang sekolah.

3. Gambaran Responden Penelitian

a. Data pendidikan terakhir ibu

Hasil penelitian menunjukkan pendidikan terakhir ibu wali murid di TK Fauzanul A'la Karang Tengah kecamatan Batur Kabupaten Banjarnegara adalah sebagai berikut :

Tabel 4.1
Distribusi Frekuensi pendidikan terakhir ibu wali murid di TK Fauzanul A'la
Karang Tengah Banjarnegara.

Pendidikan terakhir ibu	Frekuensi	Prosentase (%)
SD	19	59,4%
SLTP	7	21,9 %
SLTA	4	12,5 %
PT	2	6,2 %
Total	32	100 %

Sumber : Data terolah

Tabel di atas menunjukkan mayoritas pendidikan ibu wali murid adalah SD yaitu sebanyak 19 ibu (59,4%)

b. Data pola makan responden

Hasil penelitian menunjukkan pola makan responden sebagai berikut :

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Pola Makan Anak Usia 4-6 Tahun di TK Fauzanul A'la
Karang Tengah Banjarnegara.

Pola makan anak usia 4-6 tahun	Frekuensi	Prosentase (%)
Teratur	19	59,4 %
Tidak teratur	13	40,6 %
Total	32	100 %

Sumber : Data terolah

Tabel di atas menunjukkan bahwa pola makan anak tergolong dalam kriteria teratur yaitu sebanyak 19 responden (59,4%).

c. Data pertumbuhan fisik responden

Hasil penelitian menunjukkan pertumbuhan fisik (*antropometri*) responden adalah sebagai berikut:

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Pertumbuhan Fisik (*antropometri*) anak Usia 4-6 Tahun di TK Fauzanul A'la Karang Tengah Banjarnegara.

Pertumbuhan fisik	Frekuensi	Prosentase (%)
Normal	11	34,4%
Tidak normal	21	65,6%
Total	32	100%

Sumber :Data terolah

Tabel di atas menunjukkan bahwa pertumbuhan fisik anak usia 4-6 tahun dengan kriteria tidak normal sebanyak 21 responden (65,6%).

d. Hubungan pola makan terhadap pertumbuhan fisik (*antropometri*).

Hubungan pola makan terhadap pertumbuhan fisik (*antropometri*) di TK Fauzanul A'la desa Karangtengah Kecamatan Batur Kabupaten Banjarnegara ditunjukkan dalam tabel berikut:

Tabel 4.4
Tabel Silang Antara Pola Makan Dan Pertumbuhan Fisik (*antropometri*) anak Usia 4-6 Tahun di TK Fauzanul A'la Karang Tengah Banjarnegara.

Pola makan	Teratur		Tidak teratur		Total	
	F	%	F	%	F	%
Pertumbuhan fisik						
Normal	10	31,3%	1	3,1%	11	34,4%
Tidak normal	9	28,1%	12	37,5%	21	65,6%
Total	19	59,4%	13	40,6%	32	100%

Sumber: Data terolah

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa responden yang pola makanya teratur dan pertumbuhan fisiknya juga normal sebanyak 10 responden (31,3%), dan yang pola makanya tidak teratur tapi pertumbuhan fisiknya normal sebanyak 1 responden (3,1%), sedangkan responden yang mempunyai pola makan yang teratur tetapi pertumbuhan fisiknya tidak normal adalah sebanyak 12 responden (37,5%) dan responden yang pola makanya tidak teratur serta pertumbuhan fisiknya tidak normal sebanyak 9 responden (28,1%).

Untuk mengetahui korelasi antara kedua variabel dilakukan uji statistik menggunakan *chi square*. Berdasarkan uji statistik didapatkan nilai χ^2 hitung sebesar 6,910 dengan tingkat signifikansi *P value* sebesar 0,009. Untuk menentukan hipotesis diterima atau ditolak maka besarnya χ^2 hitung dibandingkan dengan χ^2 tabel. Besarnya χ^2 tabel pada df 1 adalah 3,841 untuk tingkat kepercayaan 5%, jika χ^2 hitung lebih kecil dari χ^2 tabel maka Hipotesis ditolak. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa χ^2 hitung lebih besar dari χ^2 tabel untuk tingkat kepercayaan 5% atau *p value* $0,009 \leq 0,05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima yang artinya ada hubungan antara pola makan terhadap pertumbuhan fisik (*antropometrik*) di TK fauzanul A'la Karang Tengah Kabupaten Batur Kecamatan Banjarnegara.

Untuk mengetahui keeratan hubungan kedua variabel, maka dilakukan dengan membandingkan besarnya nilai koefisien kontingensi dan didapatkan hasil 0,421 dimana nilai tersebut terletak diantara 0,40 – 0,599 dan dalam kategori sedang.

B. Pembahasan

1. Pola makan

Hasil penelitian yang telah dilakukan di TK Fauzanul A'la Karang Tengah Kecamatan Batur Kabupaten Banjarnegara menunjukkan bahwa sebagian besar siswa TK Fauzanul A'la Karang Tengah Kecamatan Batur Kabupaten Banjarnegara mempunyai pola makan yang teratur yaitu sebanyak 19 responden (59,4%). pola makan responden yang terkategori tidak teratur sebesar 13 responden (40,6%). hal ini menunjukkan bahwa anak-anak yang pola makanya teratur lebih banyak dari anak-anak yang pola makanya tidak teratur.

Pola makan adalah makan tiga kali sehari, yaitu makan pagi, siang dan sore secara teratur. Terutama makan pagi sangat penting, karena kegiatan di siang hari sangat membutuhkan banyak energi. Konsumsi makanan yang baik adalah mengkonsumsi makanan yang beraneka ragam serta minum paling sedikit empat gelas air putih sehari.

Makanan anak usia 4-6 tahun banyak tergantung pada orang tua atau pengasuhnya, karena pada usia ini biasanya anak belum bisa menentukan makananya sendiri. Orang tua atau pengasuh yang biasanya memilihkan untuk anak. Jadi dapat dikatakan bahwa pertumbuhan anak usia 4-6 tahun sangat bergantung pada bagaimana orang tuanya mengatur makanan anaknya. (Irianto dan Waluyo, 2007). Pola makan seseorang sangat berkaitan erat dengan budaya. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi bagaimana seseorang memilih makananya. Faktor-faktor tersebut adalah: kesenangan dan

ketidaksenangan makanan (*food like and dislike*), kebiasaan (*food habit*), daya beli serta ketersediaan makanan (*purchasing power and food availability*), kepercayaan serta ketahayulan (*food belief and food fadism*), aktualisasi diri (*self-actualization*), faktor agama serta psikologis dan yang paling ahir serta sering dianggap tidak penting, pertimbangan gizi serta kesehatan. Namun jikaa kita mau mengakui kebenaran pendapat bahwa “kesehatan memang bukan segalanya, tetapi segalanya tanpa kesehatan tidak ada artinya”(Hartono, 2006).

Gizi yang diperoleh seorang anak melalui konsumsi makanan setiap hari berperan besar untuk kehidupan anak tersebut. Untuk dapat memenuhi dengan baik dan cukup, ternyata ada beberapa masalah yang berkaitan dengan konsumsi zat gizi untuk anak TK. Contoh masalah gizi masyarakat mencakup berbagai defisiensi zat gizi atau zat makanan. Seorang anak juga dapat mengalami defisiensi zat gizi tersebut yang berakibat pada berbagai aspek fisik maupun mental. Masalah ini dapat ditanggulangi secara cepat, jangka pendek, dan jangka panjang serta dapat dicegah oleh masyarakat sendiri sesuai dengan klasifikasi dampak defisiensi zat gizi antara lain melalui pengaturan makan yang benar. Makanan merupakan kebutuhan mendasar bagi hidup manusia. Makanan yang dikonsumsi beragam jenis dengan berbagai cara pengolahannya. Di masyarakat dikenal dengan pola makan atau kebiasaan makan yang ada pada masyarakat di mana seseorang anak hidup. Pola makan juga akan mempengaruhi penyusunan menu. Seorang anak dapat memiliki kebiasaan makan dan selera makan yang terbentuk dari kebiasaan dalam masyarakatnya. Jika menyusun hidangan untuk anak, hal ini perlu diperhatikan di samping

kebutuhan zat gizi untuk hidup sehat dan bertumbuh kembang. Kecukupan zat gizi ini berpengaruh pada kesehatan dan kecerdasan anak, maka pengetahuan dan kemampuan mengelola makanan sehat untuk anak adalah suatu hal yang amat penting. (Santoso, 2002).

Taman kanak-kanak merupakan awal dari pengenalan anak dengan suatu lingkungan sosial yang ada di masyarakat umum, di luar keluarga. TK merupakan institusi yang disamping memberikan kesempatan bermain sambil belajar kepada anak, juga mendidik anak untuk mandiri, bersosialisasi dan memperoleh berbagai keterampilan anak. Salah satu aspek yang dibina pada TK adalah penjagaan kesehatan melalui makan makanan yang sehat. Di TK anak juga diajarkan tata cara makan yang benar di samping perilaku memilih makanan yang berguna bagi dirinya. Ditinjau dari sudut masalah kesehatan dan gizi, maka anak usia taman kanak-kanak yaitu empat sampai dengan enam tahun, termasuk dalam golongan masyarakat yang disebut kelompok rentan gizi, yaitu kelompok yang paling mudah menderita kelainan gizi, sedangkan pada saat ini mereka sedang mengalami proses pertumbuhan yang relative pesat, dan memerlukan zat-zat gizi dalam jumlah yang relatif besar. Untuk seorang anak, makan dapat dijadikan media untuk mendidik anak supaya dapat menerima, menyukai, memilih makanan yang baik, juga untuk menentukan jumlah makanan yang cukup dan bermutu. Dengan demikian dapat dibina kebiasaan yang baik tentang waktu makan dan melalui cara pemberian makan yang teratur anak biasa makan pada waktu yang lazim dan sudah ditentukan. Perlu diketahui adanya perbedaan antara zat makanan atau nutrient dan bahan

makanan. Zat makanan adalah satuan-satuan yang menyusun bahan makanan tersebut. Bahan makanan disebut juga komoditas pangan dalam perdagangan, yaitu apa yang dibeli, dimasak, dan disusun menjadi hidangan. Contoh bahan makanan adalah ikan, telur, beras dan sebagainya. Pada umumnya di dalam bahan makanan telah mengandung zat gizi yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral.

Dalam penelitian didapatkan pola makan anak usia 4-6 tahun di TK Fauzanul A'la Karang Tengah Banjarnegara dalam kriteria teratur yaitu sebanyak 59,4%. Dan yang 40,6% tergolong dalam kriteria tidak teratur. Masalah makan pada anak pada umumnya adalah masalah kesulitan makan. Hal ini penting diperhatikan karena dapat menghambat tumbuh kembang yang optimal pada anak. Kesulitan makan adalah ketidakmampuan untuk makan dan menolak makanan tertentu. Tujuan memberi makan pada anak adalah untuk memenuhi kebutuhan zat gizi yang cukup dalam kelangsungan hidupnya, pemulihan kesehatan sesudah sakit, untuk aktifitas, pertumbuhan dan perkembangan. Sehingga dengan upaya tersebut akan terbina kebiasaan yang baik antara lain mengenai makna makan dan cara makan. Namun dalam pelaksanaan ternyata seringkali timbul kesulitan makan anak yaitu kurangnya nafsu makan. Kesulitan makan juga timbul bila alat pencernaan mengalami kelainan maupun bila reflek-refleks yang berhubungan dengan makan terganggu. Permasalahan pada anak usia TK adalah bahwa pada usia ini seorang anak masih merupakan golongan konsumen pasif yaitu belum dapat mengambil dan memilih makanan sendiri. Mereka juga masih sukar diberikan

pengertian tentang makanan di samping kemampuan menerima berbagai jenis makanan juga masih terbatas. Dikaitkan dengan kesehatan, maka pada usia ini anak amat rentan terhadap berbagai penyakit infeksi terutama apabila kondisinya kurang gizi.

2. Pertumbuhan fisik (*antropometri*)

Hasil penelitian yang telah dilakukan di TK Fauzanul A'la Karang Tengah Kecamatan Batur Kabupaten Banjarnegara menunjukkan bahwa responden yang pertumbuhan fisiknya normal sebanyak 11 responden (34,4%) dan yang pertumbuhan fisiknya tidak normal sebanyak 21 responden (65,6%) . hal ini dapat disimpulkan bahwa anak-anak yang pertumbuhan fisiknya tidak normal lebih banyak daripada anak-anak yang pertumbuhannya normal.

Antropometri berasal dari kata *anthropos* dan *metros*. *Anthropos* artinya tubuh dan *metros* artinya ukuran. Jadi antropometri adalah ukuran dari tubuh yang dapat diukur seperti pertumbuhan fisik yang meliputi berat badan, tinggi badan, lingkar lengan atas. Antropometri sangat umum digunakan untuk mengukur status gizi dari berbagai ketidak seimbangan antar asupan antara asupan protein dan energi. Gangguan ini biasanya terlihat dari pola pertumbuhan fisik dan proporsi jaringan tubuh seperti lemak, otot dan jumlah air dalam tubuh (Supariasa Dkk, 2002)

Pengukuran antropometri ini dimaksudkan untuk mengetahui ukuran-ukuran fisik seorang anak dengan menggunakan alat ukur tertentu, seperti timbangan dan pita pengukur (meteran). Dari beberapa ukuran antropometri,

yang paling sering digunakan untuk menentukan keadaan pertumbuhan adalah berat badan karena berat badan merupakan satu ukuran antropometri yang terpenting karena dipakai untuk memeriksa kesehatan anak pada semua kelompok umur. Berat badan merupakan indikator sederhana yang digunakan di lapangan atau puskesmas untuk menentukan status gizi anak, yaitu dengan menggunakan Kartu Menuju Sehat (KMS). Pada KMS dapat diketahui apakah keadaan status gizi anak tergolong normal, kurang, atau buruk. Parameter selanjutnya adalah tinggi badan, tinggi badan merupakan ukuran antropometri terpenting kedua. Keuntungan dari pengukuran tinggi badan ini adalah alatnya yang sederhana, selain itu tinggi badan merupakan indikator yang baik untuk pertumbuhan fisik yang sudah lewat (*stunting*) dan untuk perbandingan terhadap perubahan relatif, seperti nilai berat badan dan lingkar lengan atas. Dengan menggunakan tabel tinggi dan berat badan dan mengetahui tinggi dan berat badan anak, maka keadaan status gizi anak tersebut dapat diketahui. Sementara kerugiannya adalah perubahan dan penambahan tinggi badan yang relatif pelan serta sukar diukur, karena terdapat selisih nilai antara posisi pengukuran saat berdiri dan saat tidur. Parameter yang ketiga adalah lingkar kepala, secara normal penambahan ukuran lingkar kepala pada setiap tahap relatif konstan dan tidak dipengaruhi oleh faktor ras, bangsa, dan letak geografis. Pertambahan yang relatif konstan juga dapat diketahui dari proporsi besar kepala dengan panjang badan. Pengukuran lingkar kepala dimaksudkan untuk menaksir pertumbuhan otak karena pertumbuhan lingkar kepala umumnya mengikuti pertumbuhan otak, sehingga bila ada hambatan /gangguan

pada pertumbuhan lingkaran kepala, pertumbuhan otak juga biasanya terhambat. (Nursalam DKK, 2005)

Penilaian tumbuh kembang perlu dilakukan untuk menentukan apakah tumbuh kembang seseorang berjalan normal atau tidak, baik dilihat dari segi medis maupun statistik. Anak yang sehat menunjukkan pertumbuhan yang optimal apabila diberikan lingkungan bio-fisiko-psikososial yang adekuat. Proses pertumbuhan merupakan proses yang berkesinambungan mulai dari awal konsepsi sampai dewasa, yang mengikuti pola tertentu yang khas untuk setiap anak. Proses tersebut merupakan proses interaksi yang terus menerus serta rumit antara faktor genetik dan faktor lingkungan bio-fisiko-psikososial tersebut. Untuk mengetahui pertumbuhan anak, terutama pertumbuhan fisiknya digunakan parameter-parameter tertentu. (Soetjiningsih, 2002).

Pertumbuhan adalah suatu peningkatan ukuran fisik, keseluruhan atau sebagian yang dapat diukur (contoh: dalam grafik pertumbuhan tinggi, berat badan dan diameter pada lingkaran kulit. (Suriadi dkk, 2006).

Pertumbuhan adalah bertambahnya ukuran fisik (anatomi) dan struktur tubuh dalam arti sebagian atau seluruhnya karena adanya multiplikasi (bertambah banyak) sel-sel tubuh dan juga karena bertambah besarnya sel. Adanya multiplikasi dan bertambahnya sel berarti ada penambahan secara kuantitatif dan hal tersebut terjadi sejak terjadinya konsepsi, yaitu bertemunya sel telur dan sperma hingga dewasa. Jadi pertumbuhan lebih ditekankan pada penambahan ukuran fisik seseorang, yaitu menjadi lebih besar atau lebih matang bentuknya, seperti penambahan ukuran berat badan, tinggi badan, dan

lingkar kepala. Pertumbuhan pada masa anak-anak mengalami perbedaan yang bervariasi sesuai dengan bertambahnya usia anak. Secara umum, pertumbuhan dimulai dari arah kepala ke kaki (*cephalokaudal*). Kematangan pertumbuhan tubuh pada bagian kepala berlangsung lebih dahulu, kemudian secara berangsur-angsur diikuti oleh tubuh bagian bawah. Pada masa setelah lahir, yaitu merupakan 50% dari total panjang badan. Selanjutnya, pertumbuhan bagian bawah akan bertambah secara teratur. Pada usia 2 tahun, besar kepala kurang dari seperempat panjang badan keseluruhan, sedangkan ukuran ekstremitas lebih dari seperempatnya. (Nursalam, DKK, 2005).

Tubuh manusia terdiri dari berbagai alat-alat tubuh yang membentuk system atau susunan, seperti sitem otot dan tulang belulang, system syaraf, system jantung dan peredaran darah, sistem pernafasan, pencernaan dan sebagainya. Tiap alat tubuh terdiri atas sel-sel, yang ukuranya sangat kecil sehingga hanya dapat dilihat dengan mikroskop. Jumlah sel dalam tubuh kita bermilyar-milyar. Yang dimaksudkan dengan istilah pertumbuhan ialah bertambahnya jumlah sel dan bertambahnya ukuran sel alat tubuh, yang menyebabkan bertambah besarnya tubuh secara keseluruhan. (Sastroasmoro, 2007)

Dari penelitian yang telah dilakukan di TK Fauzanul A'la pertumbuhan fisik yang tidak normal terdapat 65,6%. Dalam pertumbuhan terdapat beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan, faktor – faktor yang mempengaruhi pertumbuhan tersebut adalah:

Faktor Genetik

Faktor genetik merupakan dasar dalam mencapai hasil akhir proses pertumbuhan anak. Melalui instruksi yang genetik yang terkandung didalam sel telur yang telah dibuahi dapat ditentukan kualitas dan kuantitas pertumbuhan. Ditandai dengan intensitas dan kecepatan pembelahan, derajat sensitivitas jaringan terhadap rangsangan, umur pubertas dan berhentinya pertumbuhan tulang. Termasuk faktor genetik adalah berbagai faktor bawaan yang normal dan patologik, jenis kelamin, suku bangsa/bangsa. Potensi genetik yang bermutu jika berinteraksi dengan lingkungan secara positif akan dicapai hasil akhir yang optimal. Di Negara maju gangguan pertumbuhan sering disebabkan oleh faktor genetik. Di negara yang sedang berkembang, gangguan pertumbuhan selain faktor genetik juga faktor lingkungan yang kurang memadai untuk tumbuh kembang anak yang optimal, bahkan dapat menyebabkan kematian anak sebelum umur balita. Disamping itu, ada juga berbagai penyakit keturunan yang disebabkan oleh kelainan kromosom seperti sindrom down, sindrom turner, dan lainnya.

Faktor Lingkungan

Lingkungan merupakan faktor yang sangat menentukan tercapai atau tidaknya faktor bawaan. Lingkungan yang baik memungkinkan potensi bawaan tercapai, sedangkan yang kurang baik akan menghambatnya. Lingkungan ini merupakan lingkungan “bio-fisiko-psiko-sosial” yang mempengaruhi individu setiap hari mulai dari konsepsi sampai akhir hayat.

Faktor Lingkungan Biologis

Faktor lingkungan biologis juga sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan anak seperti Ras/suku bangsa, pertumbuhan somatik dipengaruhi oleh ras/suku bangsa. Bangsa di Eropa mempunyai pertumbuhan somatik lebih tinggi daripada bangsa Asia. Faktor jenis kelamin, faktor umur, umur paling rawan adalah masa balita, karena pada masa itu anak mudah sakit dan mudah kekurangan gizi. Masa ini merupakan dasar pembentukan kepribadian anak, maka memerlukan perhatian khusus. Faktor lingkungan yang terpenting adalah masalah gizi karena gizi memegang peranan terpenting dalam pertumbuhan anak. Kebutuhan anak berbeda dengan orang dewasa. Karena makanan diperlukan juga untuk pertumbuhan. Dalam hal ini, diperlukan kecukupan tersedianya makanan dan keamanan pangan (*food safety*) ialah terbebasnya makanan dari berbagai racun fisika, kimia, dan biologis yang mengganggu dan dapat mengancam kesehatan anak. Selain faktor gizi ada lagi faktor lainnya seperti faktor perawatan kesehatan, kepekaan terhadap penyakit, penyakit kronis, fungsi metabolisme dan faktor hormon.

Faktor Keluarga

Faktor keluarga yang mencakup pekerjaan/pendapatan keluarga, pendidikan, jumlah saudara, agama dan adat istiadat dan norma-norma kesemuanya akan berpengaruh dalam pertumbuhan anak. Misalnya, penghasilan orang tua yang cukup, pendidikan yang baik bagi orang tua akan memudahkan informasi dari luar baik mengenai kesehatan anak, pengasuhan anak yang baik, juga pendidikan anak. Jika jumlah anaknya banyak, tentu perhatian dan kasih sayang tidak memadai. Jika penghasilan tidak cukup untuk

memenuhi kebutuhan anak, misalnya dalam pemenuhan kebutuhan gizi, pendidikan dan lainya tentu mengakibatkan gangguan pertumbuhan anak. Faktor yang lain uga dapat mempengaruhi pertumbuhan anak, apakah menjadi lebih atau sebaliknya, tergantung dari sikap orang tua apakah mereka dapat memenuhi berbagai tuntutan faktor tersebut.

4. Hubungan pola makan terhadap pertumbuhan fisik (*antropometri*)

Hasil penelitian hubungan pola makan terhadap pertumbuhan fisik (*antropometrik*) di TK Fauzanul A'la Karang Tengah Kecamatan Batur Kabupaten Banjarnegara. menunjukan bahwa responden yang pola makanya teratur dan pertumbuhan fisiknya juga normal sebanyak 10 responden (31,3%), dan yang pola makanya tidak teratur tapi pertumbuhan fisiknya normal sebanyak 1 responden (3,1%), sedangkan responden yang mempunyai pola makan yang teratur tetapi pertumbuhan fisiknya tidak normal adalah sebanyak 12 responden (37,5%) dan responden yang pola makanya tidak teratur serta pertumbuhan fisiknya tidak normal sebanyak 9 responden (28,1%). maka dapat disimpulkan bahwa ada keeratan hubungan pola makan terhadap pertumbuhan fisik (*antropometri*) di TK Fauzanul A'la Karang Tengah Kecamatan Batur Kabupaten Banjarnegara.

Pengertian pola makan adalah berbagai informasi yang memberikan gambaran mengenai macam dan jumlah bahan makanan yang dimakan tiap hari oleh satu orang dan merupakan ciri khas untuk suatu kelompok masyarakat tertentu. (Santoso, 2002). Pertumbuhan adalah suatu peningkatan ukuran fisik,

keseluruhan atau sebagian yang dapat diukur (contoh: dalam grafik pertumbuhan tinggi, berat badan dan diameter pada lingkaran kulit. (Suriadi dkk, 2006).

Seorang anak yang sehat dan normal akan tumbuh sesuai dengan potensi genetik yang dimilikinya. Tetapi pertumbuhan ini juga akan dipengaruhi oleh nutrisi (*intake*) zat gizi yang dikonsumsi dalam bentuk makanan. Kekurangan atau kelebihan gizi akan dimanifestasikan dalam bentuk pertumbuhan yang menyimpang dari pola standar. Pertumbuhan fisik sering dijadikan indikator untuk mengukur status gizi baik individu maupun populasi. Oleh karena itu, orang tua perlu menaruh perhatian pada aspek pertumbuhan anak bila ingin mengetahui keadaan gizi mereka. Anak-anak yang menderita gizi kurang berpenampilan lebih pendek dengan bobot badan lebih rendah dibandingkan rekan-rekannya sebaya yang sehat dan bergizi baik. Oleh karena itu, penurunan bobot badan ini yang paling sering digunakan untuk menapis anak-anak yang mengalami gizi kurang. (Khomsan, 2004)

Pada penelitian anak yang pola makan tidak teratur dan pertumbuhan fisiknya tidak normal masuk dalam kategori paling banyak yaitu sebesar 37,5%. Hal tersebut menggambarkan bahwa pola makan sangat berperan dalam proses pertumbuhan anak, terutama anak diusia 4-6 tahun karena pada usia ini anak merupakan golongan usia rentan dimana sering terjadi penyimpangan pertumbuhan. Walaupun masih ada faktor lain yang mempengaruhi pertumbuhan. Pola makan anak yang tidak teratur dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya faktor yang paling berperan adalah kebiasaan makan, pada

anak usia 4-6 tahun biasanya pola makan masih tergantung dengan pengasuhnya atau ibunya, maka jika ibu mereka mengajarkan kebiasaan makan yang baik dan teratur sesuai dengan porsi dan macam-macam makanan maka hal itu akan menjadi kebiasaan bagi anak-anak untuk kedepannya mereka dapat membiasakan diri dengan makanan-makanan sehat dan baik untuk pertumbuhan. Makanan memegang peranan penting dalam tumbuh kembang anak, dimana kebutuhan anak berbeda dengan orang dewasa, karena makanan untuk anak dibutuhkan terutama untuk pertumbuhan fisik.

Pola makan anak yang teratur dan pertumbuhan fisiknya normal pada penelitian ini didapatkan sebanyak 31,3%. Hal ini menggambarkan faktor nutrisi sangat berpengaruh pada pertumbuhan walaupun masih ada beberapa faktor lain yang juga mempengaruhi pertumbuhan. Maka pada hasil penelitian dengan teori tidak ditemukan adanya kesenjangan dimana anak yang pola makanya teratur pertumbuhan fisiknya juga normal. Sedangkan pola makan anak yang teratur tetapi pertumbuhan fisiknya tidak normal yaitu sebanyak 28,1%. Anak-anak yang mempunyai pola makan teratur tetapi pertumbuhan fisik tidak normal dapat disebabkan karena faktor genetik, karena faktor genetik merupakan dasar dalam mencapai hasil akhir proses pertumbuhan anak. Seorang anak yang orang tuanya yang mempunyai postur tubuh pendek kemungkinan besar anaknya juga akan berperawakan pendek juga hal ini termasuk dalam faktor genetik yang juga mempengaruhi pertumbuhan pada anak, selain faktor genetik juga terdapat faktor-faktor seperti kelainan hormon, hormon yang berpengaruh dalam pertumbuhan seperti hormon somatotropin

yang menghambat pertumbuhan dan dapat menyebabkan kegagalan pertumbuhan karena hormon somatotropin merupakan hormone pengatur pertumbuhan somatic terutama pertumbuhan kerangka, pertambahan tinggi badan sangat dipengaruhi hormone ini karena merangsang terbentuknya somatomedin yang kemudian berefek pada tulang rawan. Selain hormone somatotropin, hormone tirod juga mutlak diperlukan pada tumbuh kembang anak, karena mempunyai fungsi pada metabolisme protein, karbohidrat dan lemak. Dan maturasi tulang juga dipengaruhi oleh hormone tiroid.

Faktor –faktor psikososial juga dapat mempengaruhi pertumbuhan anak seperti kelompok sebaya, untuk proses sosialisai dengan lingkungannya anak memerlukan teman sebaya. Tetapi perhatian orang tua juga tetap dibutuhkan untuk memantau dengan siapa anak tersebut bergaul, selain teman sebaya juga faktor stress pada anak juga berpengaruh pada pertumbuhan anak, misalnya anak menjadi akan lebih menarik diri, rendah diri, nafsu makan menurun sehingga akan berdampak pada pertumbuhan yang tidak sesuai dengan umurnya.

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pola makan/nutrisi juga sangat berpengaruh dalam pertumbuhan fisik, walaupun di TK Fauzanul A'la masih terdapat sebagian besar anak yang pertumbuhan fisiknya tidak normal. Karena disamping nutrisi masih banyak faktor lain yang berpengaruh dalam pertumbuhan seorang anak seperti faktor genetic, faktor lingkungan biologis dan faktor kelainan hormon.

C. Keterbatasan

Penelitian ini hanya dilakukan pada suatu komunitas tertentu yaitu pada siswa TK Fauzanul A'la Desa Karangtengah Kecamatan Batur Kabupaten Banjarnegara, sehingga hasil tiak dapat digeneralisasikan secara umum. Penelitian ini mempunyai keterbatasan, diantaranya adalah dalam penelitian ini hanya mengungkap satu variabel yang mempengaruhi pertumbuhan fisik (*antropometrik*) yaitu pola makan. Keterbatasan lain yaitu metode pengumpulan data yang menggunakan *Food recall* 24 jam yang mempunyai keterbatasan seperti orang tidak dapat mengingat dengan tepat, membutuhkan waktu karena harus mengisi berulang kali sehingga orang akan mudah jenuh.