

## BAB 6

### PEMBAHASAN

#### 6.1 Hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang pola makan anak dengan terjadinya obesitas pada anak usia 2-5 tahun

Berdasarkan profil responden menunjukkan bahwa jumlah balita obesitas hampir menyamai jumlah balita normal yaitu terdapat 30 balita obesitas dan 33 balita dengan berat badan normal. Kondisi ini perlu diwaspadai karena jumlah balita obesitas 42,9% dari balita normal. Ditinjau dari menu makan sehari-hari pada balita memiliki perbedaan yang bermakna, balita obesitas mayoritas mengosumsi nasi dan lauk saja sedangkan balita normal mayoritas mengosumsi nasi, lauk, sayur dan buah. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi ketidakseimbangan pada jenis asupan nutrisi balita obesitas. Secara kuantitas yaitu jadwal dan frekuensi makan balita sehari-hari tidak memiliki hubungan yang bermakna terhadap kejadian obesitas karena frekuensi makan balita obesitas dan balita normal rata-rata 2-3x/hari tidak ada yang >3x/hari. Kejadian obesitas di Kendalasar juga didukung dari faktor riwayat pemberian ASI eksklusif, dimana balita obesitas yang pernah mendapat ASI eksklusif hanya 8 balita dan 22 balita obesitas tidak mendapat ASI eksklusif. Sebaliknya, balita yang tidak mengalami obesitas mendapat ASI eksklusif sebanyak 30 balita. Hal ini menunjukkan bahwa faktor riwayat pemberian ASI eksklusif dapat menurunkan angka kejadian obesitas.

Dilihat dari profil pendapatan keluarga responden yang memiliki balita obesitas mayoritas berkisar antara > Rp 2.000.000,00 – Rp. 5.000.000,00 sehingga daya beli responden juga akan tinggi. Sedangkan dari segi pendidikan mayoritas responden merupakan lulusan SMA. Pendidikan formal ibu akan

mempengaruhi tingkat pengetahuan, makin tinggi tingkat pengetahuan ibu maka akan makin tinggi pula kemampuan ibu untuk menyerap pengetahuan serta informasi berbagai hal termasuk dalam bidang kesehatan maupun gizi. Sehingga bisa lebih mudah menerapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Dari segi usia, mayoritas responden berusia 20-35 tahun dimana pada usia ini masih tergolong muda sehingga responden masih mampu mengingat dan menyerap ilmu atau informasi dengan mudah serta bisa menerima perubahan informasi dan pengetahuan. Dari segi pekerjaan, mayoritas responden sebagai ibu rumah tangga. Seharusnya dengan kondisi sebagai ibu rumah tangga bisa memiliki waktu yang lebih banyak untuk memperhatikan pola makan balita dan memantau asupan nutrisi balita dengan baik. Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa pengetahuan ibu tentang pola makan memiliki hubungan secara signifikan terhadap kejadian obesitas pada balita usia 2-5 tahun yang artinya bahwa pengetahuan ibu yang baik dapat menurunkan kejadian obesitas sedangkan pengetahuan ibu yang kurang dan cukup bisa meningkatkan kejadian obesitas.

Penelitian ini didukung oleh Munarni (2012) bahwa dari 34 responden yang berpengetahuan cukup 53% menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan ibu dengan obesitas pada balita. Pengetahuan ibu mempengaruhi pola asuh terhadap anak yang menunjukkan kemampuan ibu dalam menyediakan makanan yang akan diberikan kepada anak sehingga akan mempengaruhi status gizi balita. Penelitian yang berbeda oleh Suciaty Anggraini (2007) juga menunjukkan bahwa ibu dengan pengetahuan gizi kurang memiliki anak obesitas, cenderung tidak mampu memahami makanan yang baik bagi anaknya termasuk dalam pemilihan jenis karbohidrat, sayuran dan lauk yang dikonsumsi serta frekuensi jadwal makanan yang diberikan sehari-hari. Suatu kondisi dimana

pemberian makan atau pola makan yang berlebih dengan pemberian asupan gizi yang tidak seimbang sering menyebabkan kejadian obesitas.

Berdasarkan penelitian Pipit Festy (2011) pengetahuan responden merupakan faktor utama yang dapat mempengaruhi sikap dan gaya hidup individu. Dimana pengetahuan ibu merupakan kunci utama dalam menentukan sikap dalam mengasuh anak termasuk dalam pemberian nutrisi pada anak. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik akan memberikan nutrisi yang baik untuk anak sehingga status gizi anak baik. Sedangkan ibu yang memiliki pengetahuan yang kurang bahkan buruk akan cenderung tidak bisa menerapkan pemenuhan nutrisi pada anak sehingga status gizi anak bisa menjadi kelebihan nutrisi (obesitas) maupun kekurangan nutrisi (malnutrisi).

Dalam penelitian ini, responden yang memiliki balita obesitas mayoritas memiliki tingkat pengetahuan cukup tentang pola makan. Tingkat pengetahuan yang cukup pada responden masih rancu antara rentang cukup menuju pengetahuan yang baik atau mendekati rentang pengetahuan yang kurang. Pengetahuan yang cukup juga perlu diketahui mengenai sumber informasi yang didapat responden dalam meningkatkan pengetahuan yang dapat mempengaruhi kejadian obesitas, misalnya pengetahuan responden didapat dari media elektronik atau internet, pengetahuan yang didapat dari pendidikan formal atau pengetahuan responden yang didapat dari budaya dan lingkungan sekitar seperti anggapan masyarakat bahwa makin banyak balita makan maka akan makin gemuk dan sehat balita tersebut. Persepsi yang salah seperti itu yang masih melekat di masyarakat. Sehingga perlu ditingkatkan pengetahuan yang cukup pada responden supaya tidak meningkatkan kejadian obesitas pada balita. Peningkatan pengetahuan untuk menurunkan angka kejadian obesitas bisa

dimulai dari pemberdayaan responden (ibu) dan peran serta kader posyandu atau tenaga kesehatan di sekitarnya.

## 6.2 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini masih memiliki beberapa keterbatasan yang dapat dijadikan acuan atau saran guna perbaikan penelitian berikutnya. Beberapa keterbatasan diantaranya :

- a. Penelitian ini dilakukan dalam waktu satu bulan sedangkan dalam sehari kegiatan posyandu bisa terjadi di 2-3 posyandu sehingga peneliti sedikit kerepotan melakukan penelitian dalam satu waktu dengan tempat yang berbeda-beda
- b. Tidak dieksplorasi jenis pengetahuan responden didapat dari media apa saja misalnya dari televisi, radio, internet, budaya sekitar atau pengalaman pribadi maupun orang lain.
- c. Ada sebagian ibu yang memiliki balita obesitas namun yang mengantarkan balita memeriksakan diri ke Posyandu bukan ibu kandung balita (nenek, pembantu atau ditiptikan tetangga) karena alasan pekerjaan sehingga harus dilakukan kunjungan rumah untuk memberikan kuesioner kepada ibu balita
- d. Peneliti hanya meneliti tingkat pengetahuan dengan menggunakan kuesioner pada satu waktu saja, sedangkan ada kemungkinan dalam beberapa waktu kemudian tingkat pengetahuan individu bisa berubah