

HUBUNGAN JENIS JAJANAN DENGAN TUMBUH KEMBANG ANAK USIA 3-5 TAHUN DI TAMAN KANAK-KANAK ZAINUL HASAN GENGGONG PROBOLINGGO

THE RELATIONSHIP BETWEEN TYPES OF SNACKS AND THE GROWTH OF CHILDREN AGED 3-5 YEARS IN ZAINUL HASAN GENGGONG KINDERGARTEN, PROBOLINGGO

¹Yessy Nur Endah Sary*, ²Iit Ermawati

^{1,2} STIKes Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan Probolinggo

Info Artikel

Sejarah Artikel :

Submitted: 2023-01-14

Accepted: 2023-05-29

Publish Online: 2023-06-15

Kata Kunci:

Jenis Jajanan,
Tumbuh Kembang,
Anak Usia Dini (3-5
Tahun)

Keywords:

Types of snacks,
Growth and
Development, Early
Childhood

Abstrak

Latar belakang: Pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini bergantung kepada kualitas dan kuantitas dari makanan yang diberikan orang tua. Permasalahan gizi yang sering dialami anak usia dini antara lain kegemukan atau obesitas, gagal tumbuh, anemia, karies gigi dan kecacangan. **Tujuan :** menganalisis hubungan jenis jajanan dengan tumbuh kembang anak usia dini (3-5 Tahun) di taman kanak-kanak Zainul Hasan Probolinggo. **Metode :** Desain penelitian *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua anak usia dini (3-5 tahun) di TK Zainul Hasan, Desa Pajarakan, Kabupaten Probolinggo berjumlah 67 orang. Teknik *simple random sampling*. Sampel penelitian 71 anak usia dini. Alat ukur yaitu lembar observasi dan kuesioner Deteksi Dini Tumbuh Kembang (DDTK). Analisis data univariat yang digunakan adalah distribusi frekuensi. Analisis data bivariat yang digunakan adalah *chi square*. **Hasil :** Terdapat keterkaitan antara jenis jajanan dan tumbuh kembang anak usia dini memiliki hubungan yang sangat signifikan, hal tersebut dibuktikan dengan hasil analisis statistik yang memiliki nilai P Value sebesar $0,017 < \alpha 0,050$ **Kesimpulan :** Ada hubungan antara jenis jajanan dengan tumbuh kembang anak usia 3-5 tahun di Taman Kanak-kanak Zainul Hasan Probolinggo.

Abstract

Background: The growth and development of early childhood depends on the quality and quantity of food that is given to parents. Nutritional problems that are often experienced by early childhood include overweight or obesity, failure to thrive, anemia, dental caries and worms. **Objectives:** to analyze the relationship between the types of snacks and the growth and development of early childhood (3-5 years) at Zainul Hasan Kindergarten, Probolinggo. **Methods:** Cross sectional study design. The population in this study were all early childhood children (3-5 years) at Zainul Hasan Kindergarten, Pajarakan Village, Probolinggo Regency, totaling 67 people. Simple random sampling technique. The research sample was 71 early childhood children. The measuring tool is an observation sheet and an Early Detection of Growth and Development questionnaire (DDTK). The univariate data analysis used is the frequency distribution. Bivariate data analysis used is *chi square*. **Results:** There is a relationship between types of snacks and early childhood growth and development which has a very significant relationship, this is evidenced by the results of statistical analysis which has a P Value of $0.017 < \alpha 0.050$. **Conclusion:** There is a relationship between types of snacks and the growth and development of children aged 3- 5 years in Kindergarten Zainul Hasan Probolinggo.

PENDAHULUAN

Kesehatan anak usia dini merupakan hal penting karena berkaitan dengan fungsi akademik, pertumbuhan dan perkembangan anak. Pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini bergantung kepada kualitas dan kuantitas dari makanan yang diberikan orang tua (Akbar *et al.*, 2021). Permasalahan gizi yang sering dialami anak usia dini antara lain kegemukan atau obesitas, gagal tumbuh, anemia, karies gigi dan kecacangan. Anak usia dini menghabiskan sebagian waktunya di lingkungan sekolah sehingga mempunyai potensi lebih besar mendapatkan makanan atau jajanan dari luar rumah. Jajanan yang biasanya disukai anak usia dini antara lain jajanan yang mengandung penyedap, pemanis dan pewarna karena menarik bagi anak usia dini. Makanan jajanan memberikan kontribusi masing-masing sebesar 22,9% dan 15,9% terhadap keseluruhan asupan energi dan protein anak sekolah dasar. Jajanan menyumbang energi 36%, protein 29%, dan zat besi 52%. Kebiasaan mengkonsumsi makanan jajanan merupakan hal yang penting dan perlu diperhatikan terutama pada masa anak-anak (Ragilan and Ukoharjo, 2018).

Menurut *Joint Expert Committee on Food Additives* (JECFA) dari World Health Organization terdapat 40% jenis jajanan anak sekolah tidak memenuhi syarat kesehatan dikarenakan oleh beberapa faktor diantaranya kondisi makanan yang tidak higienes, alat-alat yang digunakan untuk mengelola makanan yang tidak bersih, penjual yang tidak sehat, makanan yang terkontaminasi bakteri, hingga penggunaan bahan-bahan berbahaya seperti boraks, formalin, rhodamin B dan methanil yellow (Akbar *et al.*, 2021).

Penelitian Amelia *et al* (2013) menginformasikan bahwa mayoritas anak usia dini mengkonsumsi jajanan selain makanan pokok dikarenakan orang tua tidak pernah memberikan arahan kepada anak tentang mana jajanan yang baik dan tidak baik untuk dikonsumsi anak (Amelia, 2013). Sejalan dengan hasil penelitian Amelia *et al* (2013), penelitian Sumarni *et al* (2020) juga menginformasikan bahwa anak usia dini sering menjadi korban dari jajanan yang tidak sehat dikarenakan orang tua tidak mengetahui cara untuk mengenali mana jajanan yang sehat dan mana jajanan yang tidak sehat (Sumarni, Rosidin and Sumarna, 2020). Informasi lain juga didapatkan dari hasil penelitian Asmira *et al* (2021) bahwa anak usia dini mengkonsumsi jajanan yang tidak sehat dikarenakan tidak mengetahui bahwa jajanan yang mereka konsumsi membahayakan bagi kesehatan mereka (Asmira, Yanti and Adfar, 2021).

Penelitian saat ini mempunyai perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya dengan tema serupa. Jika penelitian-penelitian sebelumnya berupaya untuk meningkatkan pengetahuan orang tua ataupun anak usia dini tentang jajanan yang sehat atau tidak sehat, maka penelitian saat ini berupaya untuk mengidentifikasi jenis jajanan apa saja yang dikonsumsi anak usia dini dan bagaimana efek samping jajanan tersebut terhadap tumbuh kembang anak usia dini. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Jenis Jajanan Dengan Tumbuh Kembang Anak Usia Dini (3-5 Tahun) Di Taman Kanak-Kanak Zainul Hasan Probolinggo”.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua anak usia dini (3-5 tahun) di TK Zainul Hasan, Desa Pajarakan, Kabupaten

Probolinggo berjumlah 87 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah anak usia dini (3-5 tahun) di TK Zainul Hasan, Desa Pajarakan, Kabupaten Probolinggo Kulon, Desa Pajarakan, Kabupaten Probolinggo berjumlah 71 anak. Peneliti menjelaskan tujuan dan prosedur penelitian, kemudian menyebarkan *informed consent* untuk ditanda tangani oleh wali murid anak usia dini. Bagi orang tua yang setuju anaknya diikutkan dalam penelitian maka anak tersebut diwawancarai untuk mengisi kuesioner oleh peneliti dan enumerator. Anak yang sudah selesai wawancara dengan peneliti dan enumerator maka diukur berat dan tinggi badannya untuk mengetahui pertumbuhan serta dilakukan observasi dengan kuesioner Deteksi Dini Tumbuh Kembang (DDTK) untuk mengetahui apakah anak mengalami perkembangan secara optimal dan sesuai dengan usianya. Hasil pengumpulan data kelengkapannya diperiksa ulang kemudian dilakukan pengolahan, analisis data dan penarikan kesimpulan. Analisis data univariat yang digunakan adalah distribusi frekuensi. Analisis data bivariat yang digunakan adalah *chi square*.

HASIL PENELITIAN

Setelah dilakukan pengambilan data hasil penelitian selama satu bulan, maka didapatkan hasil penelitian yang akan disajikan dalam bentuk data tentang jenis jajanan anak usia dini dan jenis tumbuh kembang yang dialami oleh anak usia dini.

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi frekuensi Jenis Jajanan Anak Usia Dini (3-5 Tahun)
 Di Taman Kanak-Kanak Zainul Hasan Probolinggo

Jenis jajanan	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Kurang (makanan porsi saja, snack saja, minuman saja atau buah segar saja)	47	66,2
Baik (makanan prosi, snack, minuman, buah)	24	33,8
Total	71	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas anak usia dini yaitu sebanyak 28 orang mengkonsumsi makanan porsi saja, snack saja, minuman saja atau buah segar saja (73,68%).

Tabel 2 Distribusi frekuensi Tumbuh Kembang Anak Usia Dini (3-5 Tahun)
 Di Taman Kanak-Kanak Zainul Hasan Probolinggo

Tumbuh Kembang	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Tidak sesuai (aspek fisik saja, intelektual saja, atau emosional saja)	42	59,2
Sesuai (aspek fisik, intelektual dan emosional)	29	40,8
Total	71	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas anak usia dini hanya mengalami tumbuh kembang aspek fisik saja, intelektual saja, atau emosional saja sebanyak 30 orang atau 78,94 %.

Analisis Bivariat

Tabel 3 Analisis distribusi hubungan jajanan dengan tumbuh kembang anak usia dini (3-5 tahun) di Taman Kanak-Kanak Zainul Hasan Probolinggo

Jenis jajanan	Tumbuh kembang anak				Total		P Value
	Sesuai		Tidak Sesuai				
	n	%	n	%	N	%	
Baik	39	34,9	8	11,3	47	66,2	0,017
Kurang	3	4,2	21	29,6	21	33,8	
Total	42	59,2	29	40,8	71	100	

Berdasarkan pada Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 38 orang anak usia dini, 34.9% memilih jajanan yang baik yang terdiri dari makanan porsi, snack, minuman, buah sehingga tumbuh kembang sesuai dengan usia, dan 29,6% memilih jajanan yang kurang yang terdiri dari makanan porsi saja, snack saja, minuman saja atau buah segar saja sehingga tumbuh kembangnya tidak sesuai. Keterkaitan antara jenis jajanan dan tumbuh kembang anak usia dini memiliki hubungan yang sangat signifikan, hal tersebut dibuktikan dengan hasil analisis statistik yang memiliki nilai P Value sebesar $0,017 < \alpha 0,050$.

PEMBAHASAN

Anak usia dini merupakan seorang anak yang sedang berada pada tahapan usia 3 sampai dengan 5 tahun yang biasa disebut dengan masa emas perkembangan. Seorang anak yang sedang berada pada tahapan ini mengalami tumbuh kembang yang optimal. Tumbuh kembang optimal dipengaruhi oleh banyak faktor yang terdiri dari genetik dan pola makan seimbang. Makanan seimbang diperlukan oleh tubuh untuk perkembangan sel syaraf (Permono, 2013). Pada umumnya, anak usia dini sudah mulai memasuki tahap pengenalan terhadap sekolah. Anak usia dini yang mulai bersekolah biasanya juga dibarengi dengan pengenalan terhadap jajanan yang dijual di lingkungan sekolah (Permono, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas anak usia dini yaitu sebanyak 47 orang (66,2%) menyukai satu jenis jajanan saja yang masuk dalam kriteria kurang dikarenakan hanya menyukai makanan porsi saja, snack saja, minuman saja atau buah segar saja. Makanan jajanan sekolah berkontribusi signifikan mencapai 20% – 31,1% kebutuhan energi harian anak (Kristianto, Riyadi and Mustafa, 2013). Jenis jajanan merupakan makanan yang banyak ditemukan di sekolah yang dijajakan oleh pedagang baik kaki lima atau warung dalam berbagai bentuk, warna, rasa serta ukuran. Jenis jajanan yang dikonsumsi anak usia dini yang merupakan generasi muda juga banyak bahaya yang mengancam dari konsumsi makanan jajanan.

Berdasarkan hasil penelitian juga diketahui bahwa tumbuh kembang anak usia dini mayoritas tidak sesuai dengan usia (59,2%). Anak usia dini hanya mengalami tumbuh kembang pada aspek fisik saja, intelektual saja, atau emosional saja. Jajanan sering kali lebih banyak mengandung unsur karbohidrat dan hanya sedikit mengandung protein, vitamin, atau mineral. Ketidaklengkapan gizi dalam makanan jajanan, maka pada dasarnya makanan jajanan tidak

dapat mengganti sarapan pagi atau makan siang. Anak usia dini yang banyak mengonsumsi makanan jajanan perutnya akan merasa kenyang karena padatnya kalori yang masuk dalam tubuh. Sementara gizi seperti protein, vitamin, dan mineral masih sangat kurang. Dampak positif dari makanan jajanan itu sendiri dapat menggantikan energi yang hilang saat beraktifitas di sekolah, adapun dampak negatif dari makanan jajanan yaitu timbulnya diare dan keracunan akibat kebersihan kurang terjamin (Rahmi, 2018).

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat keterkaitan antara jenis jajanan dan tumbuh kembang anak usia dini memiliki hubungan yang sangat signifikan, hal tersebut dibuktikan dengan hasil analisis statistik yang memiliki nilai P Value sebesar $0,017 < \alpha 0,050$. Temuan yang ada pada penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Mustikaningrum dan Sulastri (2022) yang menginformasikan bahwa tumbuh kembang anak dipengaruhi oleh faktor konsumsi jajanan yang dikonsumsi. Jajanan tidak memiliki zat gizi yang diperlukan oleh tubuh dan kurang mampu untuk membantu proses tumbuh dan berkembangnya seorang anak (Permono, 2013).

SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan yang signifikan antara jenis jajanan dengan tumbuh kembang anak usia dini (3-5 tahun) di Taman Kanak-kanak Zainul Hasan Probolinggo.

SARAN

Orang tua perlu untuk terus memantau jenis makanan apa saja yang dikonsumsi oleh anak usia dini dikarenakan makanan yang dimakan akan mampu untuk mempengaruhi tumbuh kembang anak yang meliputi fisik, intelektual dan emosional.

REFERENSI

- Akbar, H. *et al.* (2021) 'Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Orang Tua dalam Memilih Jajanan Sehat pada Siswa di SDN 1 Upai Kecamatan Kotamobagu Utara', *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1), pp. 24–29. doi: 10.56338/pjkm.v11i1.1514.
- Amelia, K. (2013) *Penyuluhan Kesehatan Tentang Jajanan Sehat Di Sekolah Dasar Negeri Jati III Trogong Kaler Garut*. Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23956527/>.
- Asmira, S., Yanti, R. and Adfar, T. D. (2021) 'Upaya Peningkatan Pengetahuan Makanan Jajanan Sehat Pada Siswa TPQ Di Mesjid Kampung Jambak Koto Tengah Padang', *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, 2(2), pp. 36–39. Available at: <https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/JAKP/article/view/563%0Ahttps://jurnal.upertis.ac.id/index.php/JAKP/article/download/563/323>.
- Kristianto, Y., Riyadi, B. D. and Mustafa, A. (2013) 'Faktor Determinan Pemilihan Makanan Jajanan pada Siswa Sekolah Dasar Determinant Factors in Snack Choice of Elementary School Students', *Kemas, Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 7(11), pp. 489–494.

- Permono, H. (2013) 'Peran Orang Tua Dalam Optimalisasi Tumbuh Kembang Anak Untuk Membangun Karakter Anak Usia Dini', *Parenting*, pp. 34–47.
- Ragilan, N. E. K. and Ukoharjo, M. O. S. (2018) 'Deskripsi Kebiasaan Jajan Pada Anak Sekolah Dasar', *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 9(2), pp. 162–167. Available at: <https://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index.php/jikk/article/view/467/328>.
- Rahmi, S. (2018) 'Cara Memilih Makanan Jajanan Sehat Dan Efek Negatif Yang Ditimbulkan Apabila Mengkonsumsi Makanan Jajanan Yang Tidak Sehat Bagi Anak-Anak Sekolah Dasar', *Prosiding Seminar Nasional Hasil Pengabdian 2018 CARA*, pp. 260–265.
- Sumarni, N., Rosidin, U. and Sumarna, U. (2020) 'Penyuluhan Kesehatan Tentang Jajanan Sehat Di Sekolah Dasar Jati II Tarogong Kaler Garut', *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), p. 289. doi: 10.24198/kumawula.v3i2.28026.