

HUBUNGAN POLA ASUH MAKAN BALITA, ALOKASI WAKTU IBU, DENGAN POLA KONSUMSI MAKAN PADA KELUARGA DI DESA BALONGDOWO KABUPATEN SIDOARJO
RELATIONSHIP OF FIRST PATTERNS EATING FEEDBACK, MOTHER TIME ALLOCATION, WITH EATING CONSUMPTION PATTERNS IN FAMILIES IN BALONGDOWO VILLAGE, SIDOARJO

Riska Aprilia Kusumawati

Mahasiswa S1 Pendidikan Tata Boga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya

riskakusumawati@mhs.unesa.ac.id

Dr. Meda Wahini, M.Si

Dosen Tata Boga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya

medawahini@unesa.ac.id

Abstrak

Pola konsumsi makan keluarga merupakan kebiasaan makan keluarga yang dilihat dari jumlah dan jenis makanan yang dimakan setiap hari. Pola konsumsi makan dapat dikatakan baik dengan melihat bagaimana pola asuh makan yang diterapkan oleh ibu pada anak dan keluarga serta pengalokasian waktu ibu dalam sehari untuk pemenuhan kebutuhan makan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui; 1) bagaimana pola asuh makan balita; 2) bagaimana alokasi waktu ibu; 3) bagaimana pola konsumsi makan; 4) hubungan pola asuh makan keluarga dengan pola konsumsi makan; dan 5) hubungan alokasi waktu ibu dengan pola konsumsi makan keluarga.

Penelitian ini merupakan penelitian *cross sectional*, yang dilakukan pada keluarga di Desa Balongdowo Kecamatan Candi Kabupaten Sidoarjo. Populasi penelitian ialah keluarga dengan memiliki anak usia balita 2-4 tahun, dengan sampel berjumlah 63 kepala keluarga. Data diperoleh dengan bantuan kuisioner. Analisis data menggunakan *univariate* untuk mendeskripsikan karakteristik balita, karakteristik ibu, karakteristik keluarga; dan untuk melihat hubungan pola asuh makan balita, alokasi waktu ibu, dengan pola konsumsi menggunakan analisis korelasi *rank Spearman*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa; 1) pola asuh makan balita sebagian besar baik pada ibu yang bekerja; 2) alokasi waktu ibu dalam sehari sebagian besar untuk kegiatan domestik, kegiatan domestik yang dilakukan oleh ibu untuk pemenuhan kebutuhan konsumsi makan adalah penyediaan makan, penyediaan makan selama 1,06-2,18 jam untuk ibu bekerja dan lebih dari 2,18 jam untuk ibu tidak bekerja; 3) Pola konsumsi makan pada keluarga sebagian besar adalah baik; 4) Ada hubungan yang signifikan antara pola asuh makan dengan pola konsumsi makan keluarga; 5) Tidak ada hubungan yang signifikan antara alokasi waktu ibu dengan pola konsumsi makan keluarga.

Kata Kunci: pola asuh makan balita, aloaksi waktu ibu, pola konsumsi makan

Abstract

The pattern of family meal consumption is a family eating habit that is seen from the amount and type of food eaten every day. The pattern of food consumption can be said to be good by looking at how food parenting is applied by mothers to children and families and the allocation of mother's time in a day to fulfill food needs. This study aims to determine; 1) how to care for toddlers' eating; 2) how is the allocation of mother's time; 3) how are food consumption patterns; 4) the relationship between parenting and family eating patterns; and 5) the relationship of the allocation of mother's time to the consumption pattern of family meals.

This research was a cross sectional study, which was conducted on families in Balongdowo Village, Candi District, Sidoarjo Regency. The study population was families with children aged under five 2-4 years, with a sample of 63 families. Data obtained with the help of questionnaires. Data analysis using univariate to describe the characteristics of infants, maternal characteristics, family characteristics; and to see the relationship between toddler feeding patterns, maternal time allocation, and consumption patterns using Spearman rank correlation analysis.

The results showed that 1) toddler feeding patterns were mostly good for working mothers; 2) the allocation of mother's time in a day mostly to domestic activities, domestic activities carried out by mothers to fulfill food consumption needs are provision of food, provision of food for 1.06-2.18 hours for working mothers and more than 2.18 hours for mother doesn't work; 3) The pattern of consumption of food for the family is mostly good; 4) there is a significant relationship between parenting style and family eating consumption patterns; 5) there is no significant relationship between the allocation of mother's time and the consumption pattern of family meals.

Keywords: toddler feeding patterns, maternal aloaxis, eating consumption patterns

PENDAHULUAN

Menciptakan generasi masa depan yang berkualitas tumbuh kembang anak balita harus diperhatikan mulai dari dini. Tumbuh kembang anak balita baik dibutuhkan pola asuh makan yang baik dalam keluarga. Pola asuh makan adalah cara yang ditempuh seseorang atau kelompok orang untuk memilih makanan dan mengkonsumsinya sebagai reaksi terhadap pengaruh fisiologi, psikologi, budaya dan sosial (Harper, 1986). Ibu adalah orang yang bertanggung jawab untuk menjaga kualitas dan gizi yang dikonsumsi oleh keluarga terutama anak balita. Ibu yang berpendidikan tinggi memiliki pengetahuan untuk mencukupi kebutuhan gizi yang dibutuhkan oleh keluarga. Hal ini di dukung oleh Khomsan (2002), bahwa pengetahuan gizi ibu yang tinggi akan mempermudah ibu untuk melaksanakan tanggung jawabnya dalam pemilihan bahan makanan dan pemenuhan kebutuhan gizi anak.

Pemenuhan kebutuhan gizi untuk keluarga dilakukan oleh ibu dengan meluangkan waktunya dalam sehari untuk mengolah dan mencukupi kebutuhan makan untuk keluarga. Ibu yang bekerja akan mempunyai sedikit waktu untuk mengasuh dan mengurus rumah tangga terutama anak. Bagi ibu bekerja waktu yang dimiliki untuk bersama dengan anaknya akan berkurang yang dan tidak dapat mengawasi serta ikut berpartisipasi dalam setiap kegiatan anak terutama dalam menyiapkan makanan untuk anak dibandingkan dengan ibu yang tidak bekerja (Glick, 2002). Menurut Karsin (1989), alokasi waktu ibu rumah tangga dapat dibagi menurut kriteria berikut: Waktu untuk mencari nafkah (publik), waktu untuk pekerjaan rumah tangga (domestik), waktu untuk pemeliharaan pribadi (personal), waktu untuk kegiatan sosial, pemanfaatan waktu luang dan istirahat dalam satu hari. Pengalokasian waktu kegiatan ibu dalam sehari sangatlah penting untuk menunjang pemenuhan konsumsi makan keluarga.

Suhardjo (1989) berpendapat bahwa pola konsumsi makanan adalah kebiasaan makan suatu individu yang meliputi jenis dan jumlah makanan, frekuensi makanan yang dikonsumsi setiap hari oleh seseorang dan merupakan ciri khas suatu kelompok masyarakat tertentu. Anggota keluarga disediakan makanan oleh ibu dengan lauk seadanya dikarenakan kegiatan di luar rumah untuk membantu perekonomian keluarga dan ketersediaan makanan di rumah terbatas. Keadaan ini mengakibatkan pola asuh makan keluarga menjadi tidak teratur sehingga berdampak pada kecukupan nutrisi yang kurang baik.

Pada penelitian Welis (1994) ibu bekerja

mempengaruhi status gizi balita karena alokasi waktu untuk mengasuh dan pemberian makan anak balita akan berkurang. Hal ini yang mendorong peneliti untuk menggali informasi bagaimana pola asuh makan balita, alokasi waktu ibu, pola konsumsi makan keluarga, serta hubungan pola asuh makan balita dengan pola konsumsi makan, dan alokasi waktu ibu dengan pola konsumsi makan.

METODE

Jenis penelitian ini adalah *cross sectional* karena penelitian ini dilakukan hanya satu titik waktu tertentu dan objek penelitian diobservasi hanya satu kali saja. Tempat penelitian dilakukan di Desa Balongdowo Kecamatan Candi Kabupaten Sidoarjo dilakukan pada Juli-September 2018. Populasi penelitian adalah keluarga dengan kriteria memiliki anak balita berusia 2-4 tahun dengan jumlah 63 KK.

Data yang digunakan adalah data primer dan data sekunder. Data primer meliputi pola asuh makan, alokasi waktu ibu, pola konsumsi, karakteristik balita, karakteristik ibu, dan karakteristik keluarga; sedangkan data sekunder adalah keadaan umum lingkungan. Data diperoleh melalui wawancara dengan bantuan kuisioner.

Untuk analisis data pola asuh makan dan alokasi waktu ibu menggunakan analisis data tabulasi silang. Untuk analisis data hubungan pola asuh makan, alokasi waktu ibu dengan pola konsumsi menggunakan analisis data *rank Spearman*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Pola Asuh Makan Balita

Tabel 4.1 Sebaran responden berdasarkan pola asuh makan balita

No	Pola Asuh Makan Balita	Pekerjaan Ibu				Total	
		Bekerja		Tidak Bekerja		n	%
		N	%	n	%		
1	Kurang	2	3.2	0	0.0	2	3.2
2	Cukup	0	0.0	0	0.0	0	0.0
3	Baik	46	73.0	15	23.8	61	96.8
Total		48	76.2	15	23.8	63	100.0

Pola asuh makan dapat dilihat dari bagaimana seseorang menerapkan pemberian makan dalam jumlah dan macam bahan makanan yang dimakan setiap hari. Pola asuh makan balita sebagian besar baik (96.8%). Sebanyak (73.0%) pola asuh baik dilakukan oleh ibu yang bekerja. Ibu yang tidak bekerja memiliki kesempatan yang banyak untuk berinteraksi dengan anak utamanya pada ketersediaan waktu untuk menyediakan makan. Temuan ini tidak sejalan dengan McIntosh dan Bauer (2006), bahwa ibu yang tidak bekerja lebih mampu mengatur pola makan anak mereka, sehingga anak-anak

mendapat makanan yang sehat dan bergizi. Hal ini berarti, ibu memerlukan waktu yang lebih banyak untuk dapat berinteraksi dengan anak, terutama untuk mengatur dan menyiapkan makanan.

2) Alokasi Waktu Ibu

Tabel 4.2 Sebaran responden berdasarkan alokasi waktu ibu dalam sehari

No.	Kegiatan	Waktu (Menit)	
		Bekerja	Tidak Bekerja
1.	Publik	454	0
2.	Domestik	281	580
3.	Personal	147	180
4.	Sosial	41	90
5.	Santai/luang	129	170
6.	Istirahat	388	420
	Total	1440	1440

Berdasarkan hasil penelitian yang ditemukan untuk ibu bekerja waktu yang lebih banyak digunakan yaitu untuk bekerja sebanyak 454 menit sedangkan untuk ibu yang tidak bekerja waktu yang paling banyak digunakan yaitu untuk kegiatan domestik seperti memasak (penyediaan makan), mengasuh anak, membersihkan rumah, mencuci pakaian selama 580 menit. Seorang ibu dalam kegiatan kesehariannya melakukan kegiatan diantaranya kegiatan domestik, begitupula ibu di Desa Balongdowo mereka mengalokasikan waktunya untuk kegiatan tersebut sebagaimana tersaji pada gambar 4.1



Gambar 4.1 Alokasi Waktu Kegiatan Domestik.

Kegiatan domestik yang dilakukan oleh ibu sebagian besar dilakukan untuk pengasuhan anak sebanyak 38%, untuk penyediaan makan 29%, mencuci pakaian 19% dan membersihkan rumah 14%. Meskipun ibu bekerja rata-rata ibu melakukan pekerjaan domestik setelah melakukan sebelum dan pulang bekerja. ibu menganggap bahwa pekerjaan domestik merupakan tanggung jawabnya sebagai seorang ibu/istri. Hal ini sesuai dengan penelitian Taridala dkk (2010), bahwa sebagian besar ibu

menganggap meskipun mereka telah ikut mencari nafkah, namun tanggung jawab utama dalam penyelesaian berbagai pekerjaan rumah tangga tetap menjadi tugasnya sebagai istri. Sedangkan menurut Taridala dan Darwis (2012), menyimpulkan bahwa 29% istri sepenuhnya hanya mengurus rumahtangga, selebihnya bekerja disektor publik.

Kegiatan domestik dalam penelitian ini terfokus pada penyediaan makan dikarenakan alokasi waktu yang disediakan oleh ibu untuk kegiatan penyediaan makan dapat berpengaruh terhadap pola konsumsi yang dilakukan oleh ibu untuk pemenuhan kebutuhan makan keluarga, sebagaimana tersaji pada tabel 4.3.

Tabel 4.3 Sebaran responden berdasarkan alokasi waktu ibu untuk penyediaan makan

No.	Lamanya Kegiatan (Jam)	Pekerjaan Ibu				Total	
		Bekerja		Tidak Bekerja		n	%
		n	%	n	%		
1.	<1,06	17	27.0	0	0.0	17	27.0
2.	1,06-2,18	31	49.2	2	3.2	33	52.4
3.	>2,18	0	0.0	13	20.6	13	20.6
	Total	48	76.2	15	23.8	63	100.0

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan untuk kegiatan penyediaan makan sebanyak (27%) responden melakukan kegiatan penyediaan makan selama kurang dari 1,06 jam, (52.4%) responden melakukan selama 1,06-2,18 jam, dan (20,6%) responden melakukan selama lebih dari 2,18 jam. ibu yang bekerja memiliki waktu yang singkat untuk melakukan kegiatan penyediaan makan untuk keluarga. sedangkan ibu yang tidak bekerja lebih banyak memiliki untuk kegiatan penyediaan makan sehingga dapat mengatur pola konsumsi keluarga.

3) Pola Konsumsi Makan

Data pola konsumsi makan diperoleh dari hasil *food frequency* dengan hitungan interpresentasi hasil konsumsi makan. Diketahui presentase keluarga dengan konsumsi makan defisit, kurang, cukup, dan baik sebagaimana tersaji pada table 4.4 berikut ini.

Tabel 4.4 Sebaran responden berdasarkan pola konsumsi makan keluarga

No	Konsumsi Makanan	Pekerjaan Ibu				Total	
		Bekerja		Tidak Bekerja		n	%
		n	%	n	%		
1	Defisit	9	14.3	3	4.8	12	19.0
2	Kurang	3	4.8	1	1.6	4	6.3
3	Cukup	12	19.0	4	11.1	16	25.4
4	Baik	24	38.1	7	23.8	31	49.2
	Total	48	76.2	15	23.8	63	100

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan sebanyak (49.2%) pola konsumsi makan keluarga baik. Pola konsumsi keluarga pada ibu yang bekerja menunjukkan sebagian besar baik. Hal ini karena kecukupan energy keluarga sesuai dengan anjuran dalam angka kecukupan gizi (AKG). Asupan energi dapat diperoleh dari sumber bahan makanan yang mengandung karbohidrat, oleh karena itu keluarga sering mengkonsumsi nasi dengan frekuensi >1 kali sehari dan mie, kentang, ketela, singkong, tepung terigu, tapioka kadang-kadang dengan frekuensi 1-3 kali seminggu. Jumlah konsumsi makanan pokok lebih banyak dibandingkan dengan lauk-pauk, kacang-kacangan, buah-buahan dan sayuran.

4) Hubungan pola asuh makan balita dengan pola konsumsi makan keluarga

Hubungan pola asuh makan dengan pola konsumsi makan keluarga di analisis menggunakan korelasi *rank spearman* diketahui bahwa korelasi signifikan sebagaimana tersaji dalam table 4.4 berikut ini.

Tabel 4.4 Hasil Uji Korelasi Pola Asuh Makan Balita dengan Konsumsi Makan Keluarga

		Pola Konsumsi	Pola Asuh Makan
Pola Konsumsi	Correlation Coefficient	1.000	.274*
	Sig. (2-tailed)	.	.030
	N	63	63
Pola Asuh Makan	Correlation Coefficient	.274*	1.000
	Sig. (2-tailed)	.030	.
	N	63	63

Berdasarkan hasil penelitian bahwa pola asuh makan balita pada penelitian ini memiliki hubungan yang signifikan diketahui dengan melakukan uji statistik korelasi *spearman rho*. Hasil didapatkan nilai r (interval koefisien) 0,274 dengan taraf signifikan 0,030 < batas kritis α 0,05. Kesimpulan bahwa ada hubungan yang

signifikan antara pola asuh makan dengan pola konsumsi makan keluarga. Untuk menghasilkan pola konsumsi makan yang baik dibutuhkan pola asuh makan yang baik pula. Ibu sebagai jantung keluarga yang bertanggung jawab untuk memenuhi kebutuhan konsumsi makan keluarga.

Apabila penerapan pola asuh makan yang dilakukan oleh ibu tidak baik maka kebutuhan konsumsi makan keluarga terutama anak balita akan tidak bagus.

5) Hubungan alokasi waktu ibu dengan pola konsumsi makan keluarga

Alokasi waktu ibu yang utama dalam penelitian ini adalah alokasi waktu ibu dalam kegiatan domestik untuk memenuhi kebutuhan konsumsi makan keluarga. Hubungan alokasi waktu ibu dengan pola konsumsi makan tersaji pada tabel 4.5 berikut ini.

Tabel 4.5 Hasil Uji Korelasi Alokasi Waktu Ibu dengan Pola Konsumsi Makan Keluarga

		Pola Konsumsi	Alokasi Waktu Ibu
Pola Konsumsi	Correlation Coefficient	1.000	-.166
	Sig. (2-tailed)	.	.194
	N	63	63
Alokasi Waktu Ibu	Correlation Coefficient	-.166	1.000
	Sig. (2-tailed)	.194	.
	N	63	63

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa alokasi waktu ibu dengan pola konsumsi makan keluarga tidak memiliki hubungan yang signifikan diketahui dengan melakukan uji statistik korelasi *rank spearman*. Hasil penelitian didapatkan nilai r (interval koefisien) 0,166 dengan taraf signifikan 0,194 > batas kritis α 0,05. Kesimpulan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara alokasi waktu ibu dengan pola konsumsi makan keluarga.

Hal ini terjadi karena ibu yang bekerja masih bisa mengatur waktunya untuk penyediaan makan yang akan dikonsumsi oleh keluarga. Sebagian besar ibu di Desa Balongdowo sebelum berangkat bekerja akan menyiapkan makanan untuk dikonsumsi oleh keluarganya.

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Pola asuh makan balita yang dilakukan oleh ibu rata-rata adalah baik. Sebagian besar ibu memperhatikan pola asuh makan keluarga, mampu berinteraksi baik sehingga mampu menerapkan pola asuh makan yang baik pada keluarga terutama anak balita.

2. Alokasi waktu ibu sebagian besar digunakan untuk kegiatan domestik diantaranya penyediaan makan, mencuci, membersihkan rumah, mengasuh anak. Alokasi waktu ibu untuk penyediaan makan selama 1,06-2,18 jam untuk ibu bekerja dan lebih dari 2,18 jam untuk ibu tidak bekerja
3. Pola konsumsi makan pada keluarga rata-rata adalah baik. Hal ini tercermin dari jumlah dan jenis makanan serta frekuensi makan keluarga yang lebih memperhatikan asupan energi yang seimbang seperti mengkonsumsi makanan pokok. Lauk-pauk, buah-buahan dan sayuran dikonsumsi dengan frekuensi 1-3 kali seminggu.
4. Hasil penelitian didapatkan nilai r (interval koefisien) 0,274 dengan taraf signifikan $0,030 < \text{batas kritis } \alpha 0,05$. Kesimpulan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola asuh makan dengan pola konsumsi makan keluarga.
5. Hasil penelitian didapatkan nilai r (interval koefisien) 0,166 dengan taraf signifikan $0,194 > \text{batas kritis } \alpha 0,05$. Kesimpulan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara alokasi waktu ibu dengan pola konsumsi makan keluarga.

B. SARAN

1. Meskipun penelitian ini mendapatkan hasil bahwa pola konsumsi makan baik akan tetapi ibu juga harus tetap memperhatikan gizi yang dibutuhkan oleh keluarga disarankan agar ibu rumahtangga yang bekerja ataupun tidak bekerja memperhatikan berbagai jenis makanan yang dikonsumsi oleh keluarga serta ukuran makan yang dikonsumsi oleh keluarga.
2. Perlu dilakukan sosialisasi serta pendampingan kepada keluarga terutama ibu rumahtangga tentang jenis dan frekuensi konsumsi makan untuk keluarga.
3. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk melihat pengaruh alokasi waktu penyediaan makan pada pola konsumsi makan keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

Glick, Peter, 2002. *Women's Employment and Its Relation to Children's Health and Schooling in Developing*. Cornell University, (<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/32433/2/Reference.pdf>) (di akses 5 februari 2017)

Harper, L. J. et al., 1986. *Pangan, Gizi dan Pertanian*. Penerjemah Suhardjo, UIPress. Jakarta (<http://www.google.com/url/.usu.ac.id/Reference.pdf>) diakses 13 Agustus 2016).

Karsin, E. 1989. *Keragaman Status Gizi dan Prestasi Belajar Anak Sekolah dari Keluarga Guru Wanita SD (Studi Kasus pada Keluarga Guru Wanita di Kotamadya Bogor)*. Tesis yang tidak dipublikasikan, Fakultas Pasca Sarjana, IPB, Bogor.

Khomsan, A. 2002. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Fakultas Pertanian, IPB, Bogor.

McIntosh, Kelly L, and William Bauer, 2006. *Working Mothers vs Stay At Home Mothers: The Impact on Children*. Marietta College. (https://www.google.com/url?sa=Fusupress.usu.ac.id%2Ffiles%2FKemiskinan-Pedesaan_pustaka.pdf=bv.65058239.d.bmk) di akses 29 oktober 2017).

Suhardjo. 1989. *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Jakarta: Bumi Aksara bekerjasama dengan Pusat Antar Unibersitas-Pangan dan Gizi Institut Pertanian Bogor.

Taridala S.A.A., Harianto S.H & Hardiyansyah. (2010). *Analisis peran gender dalam pencapaian ketahanan pangan rumah tangga petani di Kabupaten Konawe Selatan, Provinsi Sulawesi Tenggara*. Jurnal Forum Pascasarjana (Vol. 33, No.4, pp. 263-274). Diakses 16 Juni 2019 (<http://repository.ipb.ac.id/handel/123456789/55079>.)

Taridala S.A.A. & Darwis (2012). *Alokasi waktu gender, sumber pendapatan dan ketahanan pangan Rumah Tangga Tani di daerah rawan pangan*. Prosiding Seminar Nasional: Kedaulatan Padangan dan Energi Fakultas Pertanian . Universitas Trunojoyo. Madura. Di akses tanggal 21 Juni 2019 (<http://pertanian.trunojoyo.ac.id/semnas/wp-content/uploads/alokasiwaktu-gender-sumber-pendapatan-danketahanan-pangan-rumahtangga-petani-di-daerah-rawan-pangan.pdf>)

Welis, W. 1994. *Hubungan Alokasi Waktu dan Tingkat Pendapatan Ibu Rumah Tangga yang Bekerja di Sektor Informal dengan Status Gizi Anak Balita*. Skripsi yang tidak di terbitkan. Bogor: Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga, Fakultas Pertanian, IPB, Bogor.