

SKRIPSI

HUBUNGAN ASUPAN IKAN TERHADAP TUMBUH KEMBANG ANAK
UMUR 1-3 TAHUN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUNGAI AUR
PASAMAN BARAT

Penelitian Keperawatan Anak



IRAYANI
BP. 06921024

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG 2009

MILIK
UPT PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS ANDALAS

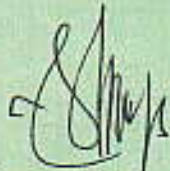
TERDAFTAR

TANGGAL: 24-11-09.
NOMOR BI: 309020165

PERSETUJUAN SKRIPSI

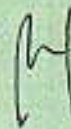
Skripsi ini telah disetujui
Tanggal, 9 Juli 2009

Pembimbing I



Ns. Merineherta, S. Kep. M. Biomed

Pembimbing II



dr. Susmiati, M. Biomed

Mengetahui:

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan



(Dr. Zulkarnain Edward, MS, Ph.D)

NIP. 130 701 288

ABSTRAK

Pertumbuhan adalah proses yang berhubungan dengan bertambah besarnya ukuran dan banyaknya sel. Perkembangan merupakan proses yang berhubungan dengan fungsi organ atau alat tubuh karena terjadinya pematangan. Maka agar tumbuh kembang anak dapat optimal diperlukan pemenuhan kebutuhan asupan ikan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan asupan ikan dengan tumbuh kembang balita (1 – 3 tahun). Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja puskesmas Sungai Aur Pasaman Barat pada tanggal 19 Mei sampai dengan 4 Juni 2009. Jenis penelitian adalah korelasi dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Besar sampel sebanyak 96 orang ibu dan anak balita umur 1-3 tahun dengan teknik pengambilan sampel secara *simple random sampling*. Analisa data secara univariat dengan distribusi frekuensi dan bivariat dengan uji *chi-square*. Hasil penelitian didapatkan (81,2%) asupan ikan tinggi, (58,3%) pertumbuhan gizi baik dan (62,5%) perkembangan normal. Ada hubungan bermakna antara asupan ikan dengan pertumbuhan ($p=0,000$) dan perkembangan ($p=0,010$). Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disarankan kepada ibu balita agar selalu dapat memberikan ikan pada anak sejak dini agar pertumbuhan dan perkembangan anak normal dan sesuai dengan umurnya.

Kata kunci : Asupan ikan, pertumbuhan dan perkembangan

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tumbuh kembang adalah gabungan kata pertumbuhan (*growth*) dan perkembangan (*development*). Tumbuh yang peristiwanya disebut pertumbuhan adalah proses yang berhubungan dengan bertambah besarnya ukuran fisik karena terjadi pembelahan dan bertambah banyaknya sel, disertai bertambahnya substansi intersisial pada jaringan tubuh. Proses tersebut dapat diamati dengan adanya perubahan-perubahan pada besar dan bentuk yang dinyatakan dengan nilai-nilai ukuran tubuh, misalnya berat badan, tinggi badan, lingkar kepala, lingkar lengan atas dan sebagainya. Kembang yang peristiwanya disebut dengan perkembangan adalah proses yang berhubungan dengan fungsi organ atau alat tubuh karena terjadinya pematangan. Proses tersebut dapat diamati dengan bertambahnya kepandaian keterampilan dan perilaku efektif (Suyitno & Narendra, 2002).

Pertumbuhan dan perkembangan merupakan proses yang terjadi bersamaan secara utuh, karena seorang anak tidak mungkin tumbuh kembang sempurna bila hanya bertambah besarnya saja tanpa disertai bertambahnya kepandaian dan keterampilan dan sebaliknya kepandaian dan keterampilan seorang anak tidak mungkin tercapai tanpa disertai oleh bertambah besarnya organ atau alat sampai optimal (Suyitno & Narendra 2002).

Kualitas anak masa kini merupakan penentu kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) dimasa yang akan datang. Tujuan utama pembangunan nasional adalah peningkatan kualitas sumber daya manusia (SDM) yang dilakukan secara

berkelanjutan. Upaya peningkatan kualitas SDM dimulai dengan perhatian utama pada proses tumbuh kembang anak sejak pembuahan sampai mencapai dewasa muda. Pada masa tumbuh kembang ini pemenuhan kebutuhan dasar anak seperti makanan bergizi, pendidikan dan perawatan yang diberikan dengan penuh kasih sayang (Tanuwidjaya, 2002).

Untuk membentuk sumber daya manusia (SDM) yang sehat, cerdas dan produktif diperlukan nutrisi yang adekuat dan seimbang yang merupakan kebutuhan terpenting bagi balita. Pada prinsipnya kelengkapan nutrisi yang dibutuhkan balita terdiri atas semua komponen gizi meliputi protein, karbohidrat, lemak, vitamin dan mineral. Nutrisi adalah termasuk pembangun tubuh yang mempunyai pengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan, terutama pada tahun-tahun pertama kehidupan dimana anak sedang mengalami pertumbuhan yang sangat pesat terutama pertumbuhan otak. Periode penting pada tumbuh kembang anak adalah pada masa balita, karena pada masa ini pertumbuhan dasar yang akan mempengaruhi perkembangan anak selanjutnya. Khusus pada masa toddler (umur 1-3 tahun) pertumbuhan otaknya sedang memasuki masa puncak yang harus memenuhi kecukupan protein, kalori dan asam lemak terutama asam lemak omega 3 (Tanuwidjaya, 2002).

Survei kesehatan Nasional pada tahun 2008 di Indonesia menunjukkan 37 persen anak-anak Indonesia usia 0-5 tahun (balita) memiliki tinggi badan di bawah standar, atau dengan kata lain pendek (*stunting*). Angka anak yang mengalami stunting itu meningkat bila dibandingkan dengan pemantauan pada 2006 yang mencapai 30 persen. Kelainan fisik ini ditengarai terjadi akibat pasokan gizi yang masuk ke anak-anak tersebut sangat kurang, sehingga

mempengaruhi pertumbuhannya. Survei ini baru mengambil data 28 dari 33 provinsi yang ada di Tanah Air. Hasil sementara dari 28 provinsi yang sudah disurvei persentase suatu daerah mempunyai balita bertubuh pendek berkisar 18 persen hingga 60 persen. Selain berpostur tubuh pendek yang diakibatkan kurangnya pasokan gizi saat pertumbuhan, berat badan anak tersebut saat lahir juga mayoritas di bawah standar 2,5 kilogram (Nuryati, 2008)

Asam lemak omega 3 yang berguna untuk kecerdasan otak anak banyak ditemukan pada ikan terutama pada ikan laut dalam. Asam lemak omega-3 sangat penting karena bila tidak terdapat dalam diet dapat menimbulkan gejala defisiensi perkembangan dan pertumbuhan, karena tidak dapat disintesis dari asam lemak lain. Khasiat ikan yang kaya akan asam lemak omega 3 telah dibuktikan dalam berbagai penelitian kesehatan di dalam dan luar negeri yang memperlihatkan kebaikan ikan bagi anak-anak, ibu hamil, orang dewasa, dan seluruh konsumen menu ikan (Rubrik Kesehatan Umum, 2008)

Penelitian di Inggris pada tahun 2004 menyatakan, perempuan yang mengonsumsi ikan secara rutin selama kehamilan akan mempunyai anak dengan kemampuan bahasa dan komunikasi yang lebih baik sebelum usia 18 bulan. Penelitian itu memang berusaha menunjukkan, hubungan menu ikan dengan perkembangan neurologis dan aspek kognitif dengan melibatkan lebih dari 7.000 anak. Dari penelitian itu juga, terlihat bahwa kemampuan sosial serta perkembangan kemampuan bahasa anak-anak yang telah diberi menu ikan paling sedikit satu minggu sekali sebelum usia dua tahun adalah lebih dari rata-rata (Rubrik Kesehatan Umum, 2008).

Dilihat dari letak geografis kenagarian Sungai Aua Pasaman Barat adalah daerah yang dekat dengan pantai atau daerah berproduksi ikan, baik ikan yang berasal dari sungai ataupun ikan dari laut. Tapi pada umumnya masyarakat lebih banyak mengonsumsi ikan yang berasal dari laut sebagai lauk pauk. Banyak anak-anak yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan tingkat usianya tetapi masih ada anak-anak yang mengalami keterlambatan dalam pertumbuhan dan perkembangannya. Dilihat dari data-data yang ada di puskesmas Sungai aur tahun 2007 jumlah penduduk di kenagarian Sungai Aua Pasaman Barat tercatat 30.323 jiwa orang, anak balita 4.372 orang dari sekian banyak jumlah balita, 1.320 orang anak mengalami keterlambatan tumbuh kembang. Upaya tenaga kesehatan di puskesmas Sungai Aur untuk lebih meminimalkan angka keterlambatan tumbuh kembang anak di kenagarian Sungai Aua adalah dengan melakukan penyuluhan secara langsung oleh tenaga kesehatan dan tidak langsung seperti melalui media cetak, media elektronik, spanduk, brosur dan lain-lain.

Berdasarkan survei awal melalui teknik wawancara dan menilai perkembangan anak dengan menggunakan DDST (*Denver Developmental Screening Test*) dan NCHS (*National Centre for Health Statistics*) dengan indeks antropometri yang digunakan adalah berat badan menurut umur (BB/U) terhadap 10 anak yang berumur 1-3 tahun yang tidak termasuk kedalam sampel penelitian di Kenagarian Sungai Aua, didapatkan hasil tumbuh kembang anak diatas rata-rata (normal). Dan setelah dilakukan wawancara kepada ibu-ibu ternyata tidak semua ibu yang memberikan menu ikan kepada anaknya karena ada tiga orang anak-anak yang tidak suka makan ikan.

BAB VI

PEMBAHASAN

A. Asupan ikan (omega 3) pada balita

Hasil penelitian pada tabel 7, dapat dilihat dari 96 responden, asupan ikan (omega 3) yang tinggi berjumlah 78 orang (81,2%) anak balita, sesuai dengan pendapat Soenardi (2008), orang telah menyadari makan ikan dari laut dan air tawar lebih baik nilai gizinya, karna sudah banyak hasil penelitian yang menunjukkan ikan mengandung protein yang berkualitas tinggi. Protein dalam ikan tersusun dari asam-asam amino yang dibutuhkan tubuh untuk pertumbuhan, asam-asam amino yang dikandungnya cukup banyak dan bervariasi sesuai yang dibutuhkan tubuh.

Supariasa (2001) menyatakan faktor sosial ekonomi ikut mempengaruhi pertumbuhan anak seperti pendidikan, pekerjaan, teknologi, budaya dan pendapatan keluarga. Faktor tersebut akan berinteraksi satu dengan yang lainnya sehingga dapat mempengaruhi masukan zat gizi pada anak. Dalam penelitian ini terlihat bahwa masih adanya asupan ikan yang kurang sebanyak 18 orang balita (18,8%) yang pada umumnya didapatkan pada keluarga yang orang tuanya hanya tamatan SD dan SMP.

Dari hasil analisa penelitian didapat bahwa didaerah kenagarian Sungai Aua ibu yang banyak memberikan ikan pada anaknya berasal dari tingkat pendidikan yang tinggi dan daerah Sungai Aur ini juga dekat dengan pantai. Sedangkan anak yang asupan ikan nya kurang itu berasal dari golongan

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan data hasil penelitian dan pembahasan yang menyangkut dengan hubungan asupan ikan (omega 3) dengan pertumbuhan dan perkembangan anak umur 1-3 tahun di wilayah kerja puskesmas Sungai Aur Pasan Barat dapat diambil kesimpulan :

1. Sebagian besar (81,2%) responden asupan ikan tinggi
2. Sebagian besar (89,6%) balita pertumbuhannya normal dan lebih seporo (62,5%) balita perkembangannya normal
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan ikan (omega 3) dengan pertumbuhan dan perkembangan anak balita umur 1-3 tahun

B. Saran

1. Bagi ibu balita agar selalu dapat memberi ikan yang berasal dari laut pada anak sejak dini agar pertumbuhan dan perkembangannya normal atau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai dengan umurnya. Karena ikan laut banyak mengandung asam lemak omega 3.
2. Bagi puskesmas supaya lebih memantau tumbuh kembang balita dan memberikan penyuluhan kepada keluarga tentang manfaat konsumsi ikan beromega 3 terhadap perkembangan dan pertumbuhan anak sesuai umur.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melihat faktor lain yang mempengaruhi perkembangan balita.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Ali, K. (2007). *Pentingnya gizi untuk pertumbuhan anak*. Diakses pada tanggal 14 Maret 2009 dari <http://www.gizi-balita.com>.
- Harli, M. (2008). *Omega 3 dan omega 6*. Diakses pada tanggal 06 Februari 2009 dari <http://www.Muslimpinang-wordpress.com>
- Hasan, R. (editor). (1985). *Gizi Anak, Ilmu kesehatan anak*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Husaini. (1997). *Status gizi*. Diakses pada tanggal 6 April 2009 dari <http://www.nutrisibalitacerdas.com/rss/rss2.xml>.
- Kawati, Z. (2008). *Asam lemak omega 3 dan kecerdasan anak Indonesia*, diakses pada tanggal 15 Maret 2009. dari <http://www.omega3.com>.
- Junaidi, P. (2000). *Gizi anak, Kapita selekta kedokteran*. Ed 3. Jld 2. dalam Mansjoer, A dkk (editor). Jakarta: Madia Aesculapius Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Katifah, M. (2008). *Gizi dan tumbuh kembang anak*. Diakses pada tanggal 03 Februari 2009 dari <http://www.tumbuh-kembang-balita.com>
- Lia. (2007). *Makanan berkualitas untuk tumbuh kembang*. Diakses pada tanggal 29 Januari 2009 dari <http://www.jurnal-anak.com>.
- Nuryati, S. (2008). *37 persen anak Indonesia kerdil*. Diakses pada tanggal 17 Mei 2009 dari <http://www.statistik-pertumbuhan-balita.com>.
- Pabrik Kesehatan Umum. (2007). *Mengenal nilai gizi ikan*. Diakses pada tanggal 02 Januari 2009 dari <http://www.Balita-anda.indoglobal.com>.