

## PERILAKU GIZI IBU, POLA ASUH MAKAN, KONTRIBUSI *SNACK*, DAN STATUS GIZI ANAK USIA PRASEKOLAH

*(Mother's nutritional behavior, parenting eating pattern, snack contribution,  
and pre-school children's nutritional status)*

Siti Habibah Wardah<sup>1\*</sup> dan Ikeu Ekayanti<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia (FEMA), Institut Pertanian Bogor, Bogor 16680

### ABSTRACT

*The aimed of this study were to analyze mother's nutritional behavior, parenting eating pattern, snack contribution and their correlations toward preschool children's nutritional status. The design of this study was a cross-sectional in Labschool IPB-ISFA, involved 20 subjects of preschool children. The result of this study showed that 45% of mothers had moderate nutritional knowledge. Most of mother's nutritional attitude and practice were categorized as good (35%) and poor (35%). Snack had the highest contribution to protein adequacy (58.6%). The contribution of snack to energy, fat, carbohydrate, and natrium adequacy were 41.8%, 44.2%, 45.5%, and 53.6% respectively. Most of subjects had normal nutritional status (80%). Mother's nutritional knowledge and mother's nutritional attitude was having significant correlation ( $p < 0.05$ ). Mother's nutritional practices had significant correlation with eating parenting pattern. There were a significant correlations between carbohydrate and protein from snack with nutritional status ( $p < 0.05$ ), whereas energy and fat from snack had no correlation with nutritional status ( $p > 0.05$ ).*

**Keywords:** *nutritional behavior, parenting pattern, snack*

### ABSTRAK

Tujuan umum penelitian adalah menganalisis perilaku gizi ibu, pola asuh makan, dan kontribusi *snack* serta hubungannya dengan status gizi anak usia prasekolah. Desain penelitian adalah *cross sectional study* dengan 20 subjek anak usia prasekolah di *Labschool* Pendidikan Karakter IPB-ISFA. Sebagian besar pengetahuan gizi ibu masuk kategori sedang (45,0%). Sikap dan praktik gizi ibu subjek paling banyak termasuk dalam kategori baik (35,0%) dan kurang (35,0%). Kontribusi energi dari *snack* terhadap tingkat kecukupan adalah 41,8%, lemak 44,2%, karbohidrat 45,5%, dan natrium sebesar 53,6%. Kontribusi konsumsi *snack* terhadap kecukupan protein paling besar yaitu sebesar 58,6%. Sebanyak 80,0% subjek memiliki status gizi normal. Perilaku gizi ibu yang mempunyai hubungan signifikan adalah pengetahuan dengan sikap gizi ibu ( $p < 0,05$ ). Perilaku gizi ibu yang mempunyai hubungan signifikan dengan pola asuh makan adalah praktik gizi ( $p < 0,05$ ). Hubungan signifikan antara protein dan karbohidrat dari *snack* dengan status gizi ( $p < 0,05$ ), sedangkan energi dan lemak dari *snack* tidak mempunyai hubungan yang signifikan dengan status gizi subjek ( $p > 0,05$ ).

**Kata kunci:** perilaku gizi, pola asuh makan, *snack*

### PENDAHULUAN

Peningkatan kualitas sumberdaya manusia merupakan salah satu dari tujuan pembangunan nasional Indonesia. Kualitas sumberdaya manusia yang baik dicerminkan oleh perilaku dan perkembangan manusia sejak usia dini, yaitu masa prasekolah. Anak usia prasekolah (3-6 tahun) sedang mengalami fase pertumbuhan yang pesat pertama kali (*growth spurt*). Pertumbuhan

anak yang pesat pada masa ini meliputi penambahan berat badan, tinggi badan, dan perkembangan pada organ-organ vital anak, sehingga diperlukan asupan energi dan zat gizi yang cukup untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak (Khomsan *et al.* 2013).

Masalah gizi lebih pada masa anak-anak memiliki konsekuensi medis jangka pendek yaitu berpengaruh terhadap pertumbuhan, sedangkan pada jangka panjang akan lebih berisiko

\*Korespondensi: Telp: +6285692034790, Surel: bibbah.bibbah05@gmail.com

terhadap penyakit kardiovaskular (Freedman & Sherry 2009), diabetes melitus (Eriksson *et al.* 2003), dan psikosial (Griffiths *et al.* 2006). Berdasarkan laporan Riskesdas nasional tahun 2013, prevalensi gemuk pada anak berdasarkan indikator BB/TB kurang lebih sebesar 11,9%. Gizi lebih diakibatkan oleh ketidakseimbangan energi yang masuk ke dalam tubuh dan energi yang dikeluarkan oleh tubuh. Dewasa ini, anak-anak cenderung lebih banyak mengonsumsi makanan selingan (*snack*) dibandingkan makanan utama. Hal ini disebabkan *snack* bisa didapat dengan mudah oleh anak-anak dari penjaja makanan dan atau dibuat oleh ibu rumah tangga.

*Snack* yang banyak diujakan cenderung makanan yang tinggi kalori dan lemak namun rendah kandungan gizi lainnya, sehingga menyebabkan terjadi ketidakseimbangan energi dan zat gizi yang masuk ke tubuh anak. Penelitian yang dilakukan oleh Bell *et al.* (2005) menunjukkan bahwa asupan energi yang berasal dari makanan selingan pada anak-anak Australia sebesar 43,4% dan pada remaja sebesar 41,5%.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perilaku gizi ibu, pola asuh makan dan kontribusi *snack* serta hubungannya dengan status gizi anak usia prasekolah.

## METODE

### Desain, tempat, dan waktu

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian dilakukan di *Labschool* Pendidikan Karakter IPB-ISFA yang mewakili karakteristik tingkat sosial ekonomi menengah ke atas. Penelitian ini dilakukan pada bulan April sampai dengan Juni 2014.

### Jumlah dan cara pengambilan subjek

Subjek yang digunakan adalah siswa-siswi *playgroup* dan taman kanak-kanak usia 3-6 tahun yang berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan subjek yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Kriteria inklusi dalam penarikan subjek penelitian ini yaitu subjek berusia 3-6 tahun, tidak sedang sakit, ibu bersedia untuk menjadi responden, dan ibu bersedia memberikan keterangan yang lengkap, jelas, dan benar.

### Jenis dan cara pengumpulan data

Data yang dikumpulkan terdiri atas data karakteristik subjek, karakteristik orangtua, pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi serta pola asuh makan didapatkan melalui wawancara langsung menggunakan kuesioner, data konsumsi makanan utama dan *snack* yang diperoleh dari

metode *estimated food record* selama tujuh hari yaitu dengan cara responden menuliskan makanan dan minuman yang dikonsumsi oleh subjek selama tujuh hari. Selain itu, dikumpulkan pula data status gizi subjek melalui pengukuran antropometri secara langsung menggunakan timbangan berat badan digital dan *microtoise*.

### Pengolahan dan analisis data

Pengetahuan gizi ibu diukur dengan menggunakan 10 pertanyaan tertutup. Setiap pertanyaan akan dinilai 1 untuk jawaban benar dan nilai 0 untuk jawaban yang salah. Nilai minimum hasil pengukuran adalah 0 dan 10 untuk nilai maksimum. Sikap gizi ibu diukur dengan 10 pernyataan. Setiap pernyataan diberi nilai 2 untuk jawaban benar, 1 untuk jawaban ragu-ragu dan 0 untuk jawaban salah. Praktik gizi ibu diukur dengan menggunakan 10 pertanyaan terbuka. Rentang nilai yang diberikan adalah 0 untuk jawaban salah dan nilai maksimal 4 untuk jawaban paling benar. Pola asuh makan yang diberikan ibu kepada anak diukur melalui 16 pertanyaan tertutup yang meliputi aspek praktik pemberian makan kepada anak dengan pola pengasuhan demokratis yang masing-masing akan diberikan skor. Total skor yang diperoleh diklasifikasikan menjadi tiga kategori berdasarkan Slamet (1993), interval kelas ditentukan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\text{Interval kelas (A)} = \frac{\text{Skor maksimum (NT)} - \text{Skor minimum (NR)}}{\text{Jumlah kategori}}$$

Data energi dan zat gizi yang diperoleh melalui metode *food record* meliputi jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi dalam Ukuran Rumah Tangga (URT) atau dalam satuan gram. Data tersebut kemudian dikonversi dalam satuan energi (kcal), protein (g), kalsium (mg), zat besi (mg), natrium (mg), vitamin A (RE), dan vitamin C (mg) dengan merujuk pada Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM 2010) dan *Nutrisurvey*. Tingkat kecukupan energi dan zat gizi subjek dinyatakan dalam persen. Kemudian nilai persentase tersebut diklasifikasikan menjadi beberapa kategori.

Kebiasaan makan *snack* diperoleh dengan menghitung frekuensi dan jumlah jenis *snack* yang dikonsumsi dalam kurun waktu satu minggu. Kontribusi konsumsi *snack* terhadap konsumsi sehari didapatkan dengan cara membagi konsumsi *snack* dengan konsumsi pangan total sehari, sedangkan kontribusi *snack* terhadap kecukupan energi dan zat gizi didapatkan dengan membagi konsumsi *snack* dengan kecukupan

energi atau zat gizi sehari. Analisis dengan uji korelasi *Rank Spearman* dilakukan untuk menguji hubungan antar variabel perilaku gizi ibu, hubungan perilaku gizi ibu dengan pola asuh makan, serta hubungan perilaku gizi dan pola asuh makan dengan frekuensi dan jumlah jenis *snack* yang dikonsumsi subjek. Uji korelasi *Pearson* digunakan untuk menguji hubungan kontribusi konsumsi *snack* dengan status gizi dan hubungan antara frekuensi dan jumlah jenis *snack* yang dikonsumsi dengan status gizi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Perilaku gizi ibu

Perilaku gizi terdiri atas pengetahuan, sikap, dan praktik gizi seseorang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu subjek sebesar 45,0% memiliki pengetahuan gizi yang cukup, sisanya sebesar 35,0% pengetahuan gizinya baik dan 20,0% pengetahuan gizinya kurang. Ibu yang memiliki pengetahuan gizi baik sama banyaknya dengan ibu yang memiliki sikap gizi baik (35,0%). Sisanya sebesar 30,0% menunjukkan sikap gizi sedang, dan 35,0% memiliki sikap gizinya kurang. Persentase praktik gizi ibu subjek paling tinggi pada kategori kurang yaitu sebesar 50,0%, hanya 10,0% yang praktik gizinya baik, dan sisanya sebesar 40,0% ibu subjek praktik gizi sedang. Tabel 1 menjelaskan sebaran subjek berdasarkan perilaku gizi ibu.

Tabel 1. Sebaran subjek berdasarkan perilaku gizi ibu

Kategori	Perilaku gizi ibu	
	n	%
Tingkat pengetahuan gizi:		
Kurang (<66,7%)	4	20,0
Sedang (66,7-83,4%)	9	45,0
Baik (>83,4%)	7	35,0
Total	20	100,0
Tingkat pemahaman sikap gizi:		
Kurang (<66,7%)	2	10,0
Sedang (66,7-83,4%)	5	25,0
Baik (>83,4%)	13	65,0
Total	20	100,0
Tingkat penerapan praktik gizi:		
Kurang (<69,6%)	7	35,0
Sedang (69,6-80,3%)	6	30,0
Baik (>80,3%)	7	35,0
Total	20	100,0

Hasil uji korelasi *Spearman* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap gizi ibu ( $p < 0,05$ ), namun tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap gizi ibu dengan praktik ( $p > 0,05$ ). Pengetahuan dan sikap gizi ibu memiliki hubungan yang positif, semakin baik pengetahuan gizi ibu, maka sikap gizi ibu akan semakin baik.

Perilaku gizi dibagi menjadi dua berdasarkan bentuk respon terhadap stimulus, yaitu perilaku terbuka dan perilaku tertutup. Pengetahuan gizi dan sikap merupakan perilaku tertutup, yang artinya masih belum dapat diamati jelas oleh orang lain, sedangkan praktik merupakan perilaku terbuka, yang artinya respon terhadap stimulus sudah jelas dalam bentuk tindakan yang mudah diamati oleh orang lain (Notoatmodjo 2007). Pengetahuan dan sikap belum tentu terwujud dalam bentuk tindakan atau praktik, sebab terwujudnya tindakan perlu faktor lain antara lain adanya fasilitas atau sarana dan prasarana dan juga dukungan dari pihak lain (Notoatmodjo 2007).

### Pola asuh makan

Pola asuh makan meliputi siapa orang yang menyiapkan makan, praktik pemberian makan (menyuapi atau tidak), pengawasan ibu ketika tidak disuapi, penentu jadwal makan dan ketetapan jadwal makan (Khomsan *et al.* 2013). Selain itu, pola asuh makan juga diukur melalui cara menghidangkan makanan, situasi makan, cara memberi makan, memperkenalkan makanan baru, respon jika menolak makanan baru, dan apakah anak menghabiskan makanan (Khomsan *et al.* 2013). Tabel 2 menunjukkan bahwa 50% pola asuh makan ibu terhadap anak sudah dalam kategori baik. Sisanya sebesar 30% dan 20% berturut-turut masuk dalam kategori sedang dan kurang.

Hasil uji korelasi *Spearman* menunjukkan bahwa pengetahuan gizi ibu mempunyai hubungan yang signifikan positif dengan jumlah jenis *snack* yang dikonsumsi anak ( $p < 0,05$ ). Pengetahuan gizi ibu juga mempunyai hubungan yang

Tabel 2. Sebaran subjek berdasarkan pola asuh makan

Pola asuh makan subjek	n	%
Kurang (<60,0%)	4	20,0
Sedang (60,0-76,7%)	6	30,0
Baik (>76,7%)	10	50,0
Total	20	100,0

signifikan positif dengan frekuensi konsumsi *snack* ( $p < 0,05$ ). Sikap gizi ibu memiliki hubungan yang signifikan positif dengan jumlah jenis *snack* yang dikonsumsi anak ( $p < 0,05$ ). Sikap gizi ibu memiliki hubungan yang signifikan positif dengan frekuensi konsumsi *snack* anak ( $p < 0,05$ ), sedangkan praktik gizi ibu dan pola asuh makan tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap jumlah jenis *snack* yang dikonsumsi anak dan frekuensi konsumsi *snack* anak ( $p > 0,05$ ).

Perilaku konsumsi makan seperti halnya perilaku lainnya pada diri seseorang, satu keluarga atau masyarakat dipengaruhi oleh wawasan dan cara pandang serta faktor lain yang berhubungan dengan tindakan yang tepat. Oleh karena itu apabila ditelusuri lebih lanjut, sistem nilai tindakan itu dipengaruhi oleh pengalaman pada masa lalu, berkaitan dengan informasi tentang makanan dan gizi yang diterimanya dari berbagai sumber (Notoatmodjo 2007).

### Konsumsi snack

**Frekuensi dan jumlah jenis snack yang dikonsumsi.** *Snack* atau makanan selingan adalah makanan dan minuman yang dikonsumsi di luar makanan utama (Chaplin & Smith 2011). Boon *et al.* (2012) pada penelitiannya mengelompokkan *snack* menjadi dua kelompok yaitu makanan dan minuman. Pada penelitian ini, *snack* dikelompokkan menjadi lima jenis, yaitu buah-buahan, *snack* tradisional dan *snack* industri, minuman industri, dan puding/agar-agar. Tabel 3 menunjukkan rata-rata energi dan zat gizi dari tiap jenis *snack* yang dikonsumsi sehari. Energi dan zat gizi paling besar berasal dari minuman yaitu energi 421 kkal, protein 15,9 g, lemak 17,6 g, karbohidrat 61,8 g, dan natrium 480 mg. Minuman yang paling banyak dikonsumsi adalah susu dan minuman fermentasi. Penelitian yang dilakukan oleh Ariza *et al.* (2004) terhadap 250 anak Hispanic Amerika menunjukkan bahwa anak yang mempunyai status gizi *overweight* lebih sering mengonsumsi minuman manis seperti susu, jus, dan minuman manis lainnya dibandingkan anak dengan status gizi *non-overweight*. *Snack* industri berada di urutan kedua paling besar menyumbang energi

dan zat gizi, yaitu energi 213 kkal, protein 5,4 g, lemak 9,2 g, karbohidrat 29,3 g, dan natrium 153,9 mg. *Snack* industri yang paling banyak dikonsumsi adalah biskuit, wafer, dan keripik kentang.

Kelima jenis *snack* diatas tidak selalu dikonsumsi oleh subjek setiap hari. Hasil *estimated food record* selama satu minggu menunjukkan bahwa 60,0% subjek mengonsumsi 1-3 jenis *snack*/minggu dan sisanya sebesar 40,0% mengonsumsi 4-5 jenis *snack*/minggu. Frekuensi konsumsi *snack* selama satu minggu, 85,0% subjek mengonsumsi *snack* 4-7 kali/minggu, sedangkan sisanya sebanyak 15,0% mengonsumsi *snack* 1-3 kali/minggu.

Frekuensi konsumsi *snack* kemudian dikelompokkan berdasarkan jenisnya. Subjek sebagian besar mengonsumsi buah-buahan, *snack* tradisional dan puding/agar-agar sebanyak 1-3 kali/minggu (>80,0%), sedangkan *snack* industri dan minuman sebagian besar subjek mengonsumsi 4-7 kali/minggu (>70,0%).

**Kontribusi energi dan zat gizi snack.** Rata-rata konsumsi *snack* pada anak usia prasekolah menyumbang energi sebesar 41,8% (640,3 kkal) terhadap tingkat kecukupan energi dan 46,1% terhadap energi yang dikonsumsi sehari. Hasil penelitian ini menunjukkan hasil yang hampir sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Bell *et al.* (2005) yaitu asupan energi yang berasal dari makanan selingan pada anak-anak Australia sebesar 43,4%. Sementara itu, kontribusi konsumsi *snack* terhadap kecukupan protein sebesar 58,6%, lemak 44,2%, karbohidrat 45,5%, dan natrium 53,6%. Selain itu, konsumsi *snack* berkontribusi sebesar 41,1% protein, 46,0% lemak, 50,7% karbohidrat, 71,0% natrium terhadap konsumsi sehari.

Sebagian besar subjek mengonsumsi *snack* yang manis seperti susu dan biskuit serta *snack* asin yang tinggi natrium seperti keripik kentang. *Snack* manis mempunyai sumber karbohidrat utama dari gula. Konsumsi gula mempunyai hubungan yang positif dengan masalah karies gigi (Wilson *et al.* 2009) dan meningkatkan risiko terjadinya obesitas pada anak (Buyken *et al.* 2008). Konsumsi natrium yang tinggi pada

Tabel 3. Rata-rata energi dan zat gizi berdasarkan jenis *snack* yang dikonsumsi

Jenis <i>Snack</i>	Energi (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	Karbohidrat (g)	Natrium (mg)
Buah-buahan	29	0,3	0,1	7,5	0,9
<i>Snack</i> industri	213	5,4	9,2	29,3	153,9
<i>Snack</i> tradisional	73	1,8	2,7	22,5	1,8
Minuman industri	421	15,9	17,6	61,8	480,0
Puding/Agar-agar	53	0,7	3,4	4,6	20,8

anak-anak dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit kardiovaskular pada saat dewasa. Penelitian yang dilakukan oleh Gibson & Boyd (2009) menunjukkan bahwa konsumsi natrium yang tinggi selama enam bulan mempunyai hubungan yang positif dengan peningkatan tekanan darah.

### Status gizi subjek

Pengukuran status gizi melalui metode antropometri pada anak-anak dapat menggunakan tiga indikator, yaitu berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U) dan berat badan menurut tinggi badan (BB/TB). Tabel 4 menunjukkan bahwa 80,0% subjek mempunyai status gizi BB/U normal, sebesar 20,0% sisanya mempunyai status gizi lebih. Tidak ada subjek dalam penelitian ini yang mengalami status gizi *stunted*, seluruh subjek berdasarkan TB/U memiliki status gizi normal. Sebanyak 95,0% subjek penelitian juga memiliki status gizi normal berdasarkan indikator BB/TB. Hanya satu orang (5,0%) yang mempunyai status gizi kurus.

Hasil uji korelasi *Pearson* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi dan jumlah jenis *snack* dengan status gizi anak ( $p > 0,05$ ). Hasil yang sama ditunjukkan oleh penelitian yang dilakukan Boon *et al.* (2012) yaitu kebiasaan konsumsi *snack* tidak mempunyai hubungan yang signifikan dengan status gizi pada remaja di Kuala Lumpur. Hasil penelitian Deni & Dwiriani (2009) juga memiliki hasil yang sama, yaitu tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan konsumsi

*snack*, *soft drink* dan *fast food* terhadap status gizi pada anak sekolah dasar. Hal ini disebabkan karena frekuensi hanya menunjukkan seberapa sering seseorang mengonsumsi *snack*, sedangkan jumlah jenis hanya menunjukkan banyaknya jenis *snack* yang dikonsumsi. Frekuensi dan jumlah jenis *snack* tidak dapat menggambarkan berat *snack* yang dikonsumsi, sehingga tidak dapat diketahui jumlah zat gizi yang disumbangkan oleh *snack* baik terhadap kebutuhan sehari maupun konsumsi sehari.

Hasil uji korelasi *Pearson* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontribusi protein dan karbohidrat *snack* terhadap kecukupan dan status gizi anak ( $p < 0,05$ ), sedangkan energi dan lemak dari *snack* tidak mempunyai hubungan yang signifikan dengan status gizi subjek ( $p > 0,05$ ). Hal ini berarti semakin tinggi kontribusi protein dan karbohidrat dari *snack* maka semakin tinggi pula status gizi pada anak.

Drummond *et al.* (1996) menyatakan bahwa *snack* dibandingkan dengan makanan utama memiliki kandungan lemak yang lebih rendah dan kandungan karbohidrat yang lebih tinggi. Kelebihan karbohidrat dan protein ini akan mengakibatkan peningkatan berat badan jika tidak disertai dengan aktivitas fisik dan pengeluaran energi yang cukup. Karbohidrat merupakan salah satu zat gizi yang menjadi sumber energi tinggi bagi manusia. Agar dapat diserap oleh tubuh, alat pencernaan menghidrolisa berbagai bentuk polimerik dari karbohidrat menjadi monomerik. Glukosa adalah hasil utama dari pencernaan karbohidrat. Sebagian dari glukosa disimpan sebagai glikogen, dan sebagian lagi dibawa ke sel-sel lain seperti otak, sistem saraf, jantung, dan lain-lain (Almatsier 2005).

Tubuh hanya dapat menyimpan glikogen dalam jumlah terbatas, yaitu untuk keperluan energi dalam beberapa jam saja. Di dalam sel glukosa mengalami proses glikolisis yaitu pemecahan glukosa menjadi piruvat dan asetil koA untuk menghasilkan energi. Asetil koA memasuki siklus TCA untuk menghasilkan lebih banyak energi. Glukosa yang tidak dibutuhkan untuk proses pembentukan energi kemudian diubah dari piruvat menjadi gliserol dan asetil koA menjadi asam lemak, sehingga kelebihan karbohidrat ini akan diubah menjadi lemak yang disimpan di sel-sel lemak dalam jumlah yang tidak terbatas (Almatsier 2005).

Protein memiliki fungsi utama untuk pertumbuhan. Protein dalam tubuh disimpan sebagai asam amino di hati dan otot. Jika terjadi kelebihan asam amino dalam tubuh, maka asam amino akan melepaskan gugus amino ( $\text{NH}_2$ ) melalui

Tabel 4. Sebaran subjek berdasarkan status gizi

Status gizi	n	%
Indeks BB/U:		
Buruk ( $z < -3$ SD)	0	0,0
Kurang ( $-3 \text{ SD} \leq z < -2 \text{ SD}$ )	0	0,0
Normal ( $-2 \text{ SD} \leq z \leq 2 \text{ SD}$ )	16	80,0
Lebih ( $z > 2 \text{ SD}$ )	4	20,0
Total	20	100,0
Indeks TB/U:		
<i>Stunted</i> ( $z < -2 \text{ SD}$ )	0	0,0
Normal ( $z \geq -2 \text{ SD}$ )	20	100,0
Total	20	100,0
Indeks BB/TB:		
Sangat Kurus ( $< -3 \text{ SD}$ )	0	0,0
Kurus ( $-3 \text{ SD} \leq z < -2 \text{ SD}$ )	1	5,0
Normal ( $-2 \text{ SD} \leq z \leq 2 \text{ SD}$ )	19	95,0
Gemuk ( $z > 2 \text{ SD}$ )	0	0,0
Total	20	100,0

proses deaminase. Nitrogen yang dikeluarkan tubuh dan sisa-sisa karbon akan diubah menjadi lemak dan disimpan di dalam tubuh. Kelebihan karbohidrat dan protein ini akan mengakibatkan peningkatan berat badan jika tidak dibarengi dengan aktivitas fisik dan pengeluaran energi yang cukup (Almatsier 2005).

### KESIMPULAN

Sebagian besar pengetahuan gizi ibu masuk kategori sedang. Sikap dan praktik gizi ibu subjek paling banyak termasuk dalam kategori baik dan kurang. Pola asuh makan sebagian besar ibu masuk kategori baik. Perilaku gizi ibu yang mempunyai hubungan signifikan adalah pengetahuan dengan sikap gizi ibu ( $p < 0,05$ ). Perilaku gizi ibu yang mempunyai hubungan signifikan dengan pola asuh makan adalah praktik gizi ( $p < 0,05$ ).

Pengetahuan dan sikap gizi ibu mempunyai hubungan yang signifikan dengan jumlah jenis dan frekuensi konsumsi *snack* anak ( $p < 0,05$ ), sedangkan praktik gizi ibu dan pola asuh makan tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan jumlah jenis dan frekuensi konsumsi *snack* anak usia prasekolah ( $p > 0,05$ ). Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi dan jumlah jenis *snack* terhadap status gizi anak usia prasekolah ( $p > 0,05$ ). Terdapat hubungan yang signifikan antara kontribusi karbohidrat konsumsi *snack* terhadap konsumsi sehari dengan status gizi anak usia prasekolah ( $p < 0,05$ ). Hubungan signifikan hanya terdapat pada kontribusi protein dan karbohidrat dari *snack* terhadap kecukupan dengan status gizi anak usia prasekolah ( $p < 0,05$ ).

### DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier S. 2005. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Ariza AJ, Chen EH, Binns HJ, Christoffel KK. 2004. Risk factors for overweight in five- to six-year-old Hispanic-American children: a pilot study. *J Urban Health* 8:150-61.
- Bell AC, Kremer PJ, Magarey AM, Swinburn BA. 2005. Contribution of 'noncore' foods and beverages to the energy intake and weight status of Australian children. *EJCN* 59:639-645.
- Boon TY, Sedek R, Kasim ZM. 2012. Association between snacking patterns, energy and nutrient intakes, and body mass index among school adolescents in Kuala Lumpur. *Am J Clin Nutr* 2(3):69-77.
- Buyken AE, Cheng G, Gunther AL, Liese AD, Remer T, Karaolis-Danckert N. 2008. Relation of dietary glycemic index, glycemic load, added sugar intake, or fiber intake to the development of body composition between ages 2 and 7 y. *Am J Clin Nutr* 88:755-762.
- Chaplin K, Smith A. 2011. Definitions and perception of snacking. *Current Topics In Nutraceutical Research* 9(1):53-59.
- Drummond S, Crombie N, Kirk T. 1996. A critique of the effects of snacking on body weight status. *Eur J Clin Nutr* 50:779-83.
- Deni, Dwiriani CM. 2009. Pengetahuan gizi, aktivitas fisik, konsumsi snack dan pangan lainnya pada murid sekolah dasar di Bogor yang berstatus gizi normal dan gemuk. *J Gizi Pangan* 4(2):91-96.
- Eriksson JG, Forsen T, Tuomilehto J, Osmond C, Barker DJ. 2003. Early adiposity rebound in childhood and risk of type 2 diabetes in adult life. *Diabetologia* 46(2):190-194.
- Freedman DS, Sherry B. 2009. The validity of BMI as an indicator of body fatness and risk among children. *Pediatrics* 124:23-34.
- Gibson S, Boyd A. 2009. Associations between added sugars and micronutrient intakes and status. Further analysis of data from the National Diet and Nutrition Survey of Young People aged 4 to 18 years. *Br J Nutr* 101:100-107.
- Griffiths LJ, Wolke D, Page AS, Horwood JP, Team AS. 2006. Obesity and bullying: different effects for boys and girls. *Arch Dis Childhood* 91(2):121-125.
- Khomsan A, Anwar F, Hernawati N, Suhandana NS, Oktarina. 2013. *Tumbuh Kembang dan Pola Asuh Anak*. Bogor: IPB Press.
- Notoatmodjo S. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.
- Slamet Y. 1993. *Analisis Kuantitatif untuk Data Sosial*. Solo: Dabara Publisher.
- Wilson TA, Adolph AL, Butte NF. 2009. Nutrient adequacy and diet quality in non-overweight and overweight Hispanic children of low socioeconomic status: the Viva la Familia Study. *J Am Diet Assoc* 109:1012-1021.