

POLA ASUH MAKAN IBU SERTA PREFERENSI DAN KONSUMSI SAYUR DAN BUAH ANAK USIA SEKOLAH DI BOGOR

(Mother's food parenting practices and school-age children's preference and consumption of vegetables and fruits in Bogor)

Annisa Sophia^{1*} dan Siti Madanijah²

¹STIE Pandu Madania, Jl. Raya Cibungbulang Km. 15, Bogor, 16630

²Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia (FEMA), Institut Pertanian Bogor, Bogor 16680

ABSTRACT

The aim of this study was to learn mother's food parenting practices and school-age children's preference and consumption of vegetables and fruits. Design of this study was a cross-sectional with purposive sampling of 108 school-age children in SDN Cibanteng 1 in rural and SDN Papandayan in urban, Bogor District. Hedonic scale and semi-quantitative food frequency questionnaire were used for measure preference and consumption of vegetables and fruits. Mothers in rural had higher score in three components of food parenting practices (mother's role in feeding, mother's control in child's eating, and family eating habits) than mothers in urban. Mothers in urban had higher score in one component of food parenting practices (family eating habits of vegetables and fruits) than mothers in rural. Vegetables consumption in urban (68.5 ± 31.6 g/day) was higher than rural (45.4 ± 18.7 g/day). Children's fruits consumption in urban (166.5 ± 67.7 g/day) was higher than rural (106.9 ± 43.0 g/day).

Keywords: food consumption, food preference, parenting practices, vegetables and fruits

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah mempelajari pola asuh makan ibu serta preferensi dan konsumsi sayur dan buah anak usia sekolah. Desain penelitian adalah *cross-sectional* dengan *purposive sampling* sebanyak 108 subjek anak usia sekolah di SDN Cibanteng 1 Kabupaten Bogor dan SDN Papandayan Kota Bogor. Pengukuran preferensi dan konsumsi menggunakan skala hedonik dan *semi-quantitative food frequency questionnaire*. Ibu di kabupaten memiliki skor yang lebih tinggi daripada ibu di kota pada tiga komponen pola asuh makan (peran ibu dalam pemberian makan, pengawasan makan oleh ibu, dan kebiasaan makan keluarga). Ibu di kota memiliki skor yang lebih tinggi dibandingkan ibu di kabupaten pada satu komponen pola asuh makan (kebiasaan makan sayur dan buah keluarga). Konsumsi sayur anak di kota ($68,5 \pm 31,6$ g/hari) lebih tinggi dari kabupaten ($45,4 \pm 18,7$ g/hari). Konsumsi buah anak di kota ($166,5 \pm 67,7$ g/hari) lebih tinggi dari kabupaten ($106,9 \pm 43,0$ g/hari).

Kata kunci: konsumsi pangan, pola asuh, preferensi pangan, sayur dan buah

PENDAHULUAN

Vitamin, mineral, dan serat merupakan beberapa dari zat gizi yang harus dipenuhi kebutuhannya pada anak-anak. Salah satu pangan sumber zat gizi tersebut adalah sayur dan buah. Riset Kesehatan Dasar 2013 menunjukkan bahwa sebanyak 96,4% penduduk Jawa Barat (umur >10 tahun) kurang konsumsi sayur dan buah (Depkes 2013).

Kurangnya konsumsi sayur dan buah pada anak dipengaruhi oleh banyak faktor. Pemilihan makanan oleh anak masih banyak dipengaruhi

oleh faktor internal, yaitu preferensi pangan. Studi Rasmussen *et al.* (2006) menunjukkan bahwa preferensi anak terhadap sayur dan buah merupakan prediksi yang signifikan terhadap konsumsi buah sayur mereka.

Penelitian telah menunjukkan bahwa preferensi pangan anak berkaitan juga dengan praktik yang dilakukan oleh orangtua, salah satunya adalah pola asuh makan ibu. Menurut Ventura & Birch (2008), pengulangan pengalaman dengan makanan baru dan peningkatan ketersediaannya dapat meningkatkan preferensi anak terhadap makanan tersebut.

*Korespondensi: Telp: +6285287449928, Surel: annisa.sophia21@gmail.com

Banyak studi telah dilakukan untuk melihat faktor-faktor apa yang memengaruhi konsumsi sayur dan buah (Rasmussen *et al.* 2006, Bourdeaudhuij *et al.* 2008). Penelitian ini lebih terfokus kepada faktor utama konsumsi pada anak-anak, yaitu preferensi, dan pola asuh makan yang dapat memengaruhi preferensi maupun konsumsi sayur dan buah anak.

Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari kaitan pola asuh makan ibu dengan preferensi pangan anak terhadap sayur dan buah dan konsumsi sayur dan buah anak usia sekolah. Selain itu, penelitian ini juga dilakukan untuk membandingkan pola asuh makan, preferensi dan konsumsi sayur dan buah di wilayah kabupaten dan kota.

METODE

Desain, tempat, dan waktu

Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional study*. Penelitian ini dilakukan di dua sekolah yaitu SDN Cibanteng 1, Desa Cibanteng, Kabupaten Bogor yang mewakili karakteristik perdesaan dengan status sosial ekonomi menengah ke bawah dan SDN Papandayan, Kelurahan Babakan, Kecamatan Bogor Utara, Kota Bogor yang mewakili karakteristik perkotaan dengan status sosial ekonomi menengah ke atas. Penelitian dilakukan pada bulan Mei-Juli 2014.

Jumlah dan cara pengambilan subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah anak yang dipilih secara *purposive* dengan kriteria duduk di kelas 5 dan 6; memiliki ibu yang tinggal bersama anaknya; orangtua bersedia menjadi partisipan dan mengizinkan anak untuk diwawancarai. Jumlah subjek minimum dihitung berdasarkan prevalensi penduduk Jawa Barat di atas 10 tahun (Depkes 2013) yang terkategori kurang konsumsi sayur dan buah menurut rumus Lemeshow *et al.* (1997). Berdasarkan perhitungan, subjek minimum yang dibutuhkan adalah 54 subjek di masing-masing sekolah.

Seluruh siswa kelas 5 dan 6 di SDN Cibanteng 1 (65 siswa) dan sebanyak 75 siswa kelas 5 (diambil 15 siswa per kelas dari total 5 kelas) di SDN Papandayan diikutkan dalam proses pengambilan data. Jumlah subjek terpilih dalam penelitian ini berdasarkan kelengkapan kuesionernya adalah 54 siswa dari SDN Cibanteng 1 dan 54 siswa dari SDN Papandayan.

Jenis dan cara pengumpulan data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder.

Jenis data primer diperoleh melalui wawancara langsung kepada subjek dengan menggunakan kuesioner dan pemberian kuesioner kepada ibu subjek melalui subjek (diisi oleh ibu di rumah).

Data primer yang dikumpulkan meliputi karakteristik sosial ekonomi keluarga subjek (besar keluarga, pendidikan dan pekerjaan orangtua, serta pendapatan keluarga), karakteristik subjek (jenis kelamin anak dan usia), preferensi pangan anak terhadap sayur dan buah, konsumsi sayur dan buah anak, dan pola asuh makan ibu.

Pengolahan dan analisis data

Data karakteristik sosial ekonomi keluarga dan karakteristik subjek dikategorikan dan dihitung persentasenya. Preferensi anak terhadap sayur dan buah diukur menggunakan skala hedonik sebanyak 25 jenis sayur dan 30 jenis buah, dikategorikan menjadi tiga kategori yaitu tidak suka; biasa; dan suka.

Data konsumsi sayur dan buah diketahui melalui metode *semi-quantitative food frequency questionnaire* sebanyak 25 jenis sayur dan 30 jenis buah selama satu bulan terakhir. Jumlah konsumsi sayur dibagi menjadi tiga kategori yaitu, konsumsi sayur <60 g/hari, 60-120 g/hari, dan ≥ 120 g/hari. Jumlah konsumsi buah dibagi menjadi tiga kategori yaitu konsumsi buah <50 g/hari, 50-100 g/hari, dan ≥ 100 g/hari. Pengelompokan ini berdasar kepada Pedoman Gizi Seimbang 2014, yaitu 300-400 g/hari dengan 2/3 dari anjuran tersebut adalah konsumsi sayur (Kemenkes 2014).

Pola asuh makan diukur dengan pemberian skor terhadap jawaban ibu subjek atas 20 pertanyaan berbentuk *multiple choice*. Masing-masing pertanyaan diberi skor 2 untuk jawaban tepat, 1 untuk kurang tepat, dan skor 0 untuk tidak tepat. Pola asuh makan dibagi menjadi empat komponen (peran ibu dalam pemberian makan, pengawasan makan oleh ibu, kebiasaan makan keluarga, serta kebiasaan makan sayur dan buah di keluarga) dan dinilai per komponen juga secara keseluruhan. Total nilai untuk jawaban per komponen dipersentasekan terhadap jumlah nilai maksimum per komponen dan dikategorikan menjadi baik ($\geq 80\%$), sedang (60-79,9%), dan kurang (<60%).

Uji beda *Mann-Whitney* digunakan untuk data dengan sebaran tidak normal atau data berbentuk kategorik ordinal dan uji beda *independent-samples t-test* digunakan untuk data kontinu dengan sebaran normal. Uji beda dilakukan untuk membandingkan keadaan sosial ekonomi, pola asuh makan ibu, serta preferensi dan konsumsi sayur dan buah anak di kedua wilayah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik subjek dan sosial ekonomi keluarga

Subjek anak dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas 5 dan 6 SD, berjumlah 108 siswa dengan kisaran usia antara 10-15 tahun. Sebanyak 38,9% dan 44,4% subjek di SDN Cibanteng 1 dan SDN Papandayan adalah laki-laki dan 61,1% dan 55,6% adalah perempuan. Rataan usia subjek di SD kabupaten ($11,5 \pm 1,0$) signifikan lebih tinggi dari rata-rata usia subjek di SD kota ($10,6 \pm 0,5$).

Kebanyakan jumlah ayah di kota mengenyam pendidikan hingga D3/S1 (50,9%), sedangkan di kabupaten berpendidikan tingkat dasar (50%). Sebanyak 42,6% ibu di kota mengenyam pendidikan hingga D3/S1, sedangkan 64,8% ibu di kabupaten mengenyam pendidikan sampai SD. Tingkat pendidikan ayah dan ibu di kota signifikan lebih tinggi. Jenis pekerjaan yang paling banyak dilakukan oleh ayah di kabupaten adalah buruh tani (29,6%), sedangkan di kota adalah pegawai swasta (49,1%). Sebagian besar ibu di kabupaten dan kota merupakan ibu rumah tangga (IRT) (70,4% dan 48,1%). Tingkat pendidikan ayah dan ibu di kota secara signifikan lebih tinggi dibandingkan di kabupaten ($p < 0,05$).

Rataan dari pendapatan keluarga di SDN Cibanteng 1 dan SDN Papandayan adalah Rp 269.347 ± 206.697 /kap/bulan dan Rp $1.435.315 \pm 1.192.162$ /kap/bulan. Sebagian besar keluarga di kabupaten berada pada kategori keluarga miskin (64,8%), sedangkan sebagian besar (81,5%) keluarga di kota merupakan keluarga menengah ke atas berdasarkan Puspitawati (2010). Pendapatan keluarga berbeda secara signifikan di kedua wilayah ($p < 0,05$). Keluarga subjek di kabupaten secara merata termasuk dalam kategori keluarga kecil (35,2%), sedang (33,3%), dan besar (31,5%), sedangkan keluarga subjek di kota sebagian besar merupakan keluarga kecil (68,5%). Rataan besar keluarga di kabupaten adalah 6 ± 2 , lebih tinggi secara signifikan dibandingkan di kota (4 ± 1).

Pola asuh makan

Pola asuh makan adalah praktik pengasuhan yang diterapkan oleh ibu kepada anak yang berkaitan dengan pemberian makan. Pola asuh meliputi siapa orang yang menyiapkan makan, praktik pemberian makan (menyuapi atau tidak), pengawasan ibu ketika tidak disuapi, penentu jadwal makan, ketetapan jadwal makan. Dalam penelitian ini, pola asuh makan dibagi menjadi empat komponen dalam penelitian ini, yaitu peran ibu dalam pemberian makan, pengawasan

makan oleh ibu, kebiasaan makan keluarga, serta kebiasaan makan sayur dan buah di keluarga.

Vereecken *et al.* (2004) yang meneliti mengenai pengaruh tingkat pendidikan pada pola asuh makan dan kebiasaan makan anak menyebutkan bahwa terdapat perbedaan pada pola asuh makan di antara ibu yang memiliki tingkat pendidikan yang berbeda. Ibu dengan tingkat pendidikan tinggi (universitas ke atas) lebih tidak permisif mengenai kebiasaan makan anaknya, lebih sering memuji anaknya ketika anak mengonsumsi sayur dan buah, dan lebih sering menghindari makanan manis saat di depan anaknya dibandingkan ibu dengan tingkat pendidikan rendah (lulus SD atau SMP). Ibu dengan tingkat pendidikan tinggi dan menengah (lulus SMA) lebih sering bernegosiasi dengan anaknya dibandingkan ibu dengan tingkat pendidikan rendah.

Peran ibu dalam pemberian makan. Peran ibu dalam pemberian makan adalah keberadaan ibu secara langsung dalam pemberian makan kepada anak, mulai dari menyiapkan hingga menyajikan makanan. Peran ibu dalam penelitian ini meliputi peran dalam memberikan makan sewaktu kecil, menyusun menu, memasak, dan menyajikan makanan di rumah.

Hampir semua ibu di kabupaten berperan langsung dalam pemberian makan kepada anak di masa kecilnya, penyusunan menu makanan di rumah, proses memasak makanan di rumah, dan penyajian makanan di rumah. Sebagian besar ibu di kota juga berperan langsung dalam pemberian makan di rumah tetapi masih terdapat peran anggota keluarga lain dan pembantu dalam proses memasak (9,3%) dan penyajian makanan (13%).

Secara keseluruhan, peran ibu dalam pemberian makan di kabupaten semuanya (100%) tergolong ke dalam kategori baik. Peran ibu dalam pemberian makan di kota sebagian besar juga tergolong ke kategori baik (85,2%). Rataan skor peran ibu di kabupaten dalam pemberian makan signifikan lebih tinggi dibandingkan di kota ($99,8 \pm 1,7$ dan $94,2 \pm 14,7$).

Pengawasan makan oleh ibu. Pengawasan makan yang dilakukan oleh ibu adalah praktik pengontrolan makan anak yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung. Pengawasan makan pada penelitian ini dilihat dari pengawasan ibu terhadap jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi anak, waktu makan, dan pengasuh jika ibu sedang tidak dapat mengawasi langsung.

Sebanyak 79,6% ibu di kota mengawasi jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi anak. Angka tersebut lebih tinggi daripada persentase ibu di kabupaten yang mengawasi jumlah dan

jenis makanan (74,1%). Namun, untuk pengawasan waktu makan, persentase ibu yang selalu mengawasi waktu makan anak lebih tinggi di kabupaten dibandingkan di kota. Sebagian besar ibu di kabupaten (66,7%) dan di kota (70,4%) mengharuskan anak untuk makan sebanyak tiga kali sehari. Lebih dari setengah ibu di kabupaten dan di kota selalu memberikan pengarahan kepada pengasuh anak saat ibu tidak ada di rumah.

Pengawasan makan yang dilakukan oleh ibu di kabupaten (61,1%) dan di kota (59,3%) sebagian besar tergolong ke dalam kategori baik. Rataan skor pengawasan makan lebih tinggi di kabupaten tetapi tidak berbeda secara signifikan ($82,2 \pm 19,7$ dan $81,5 \pm 19,2$).

Kebiasaan makan keluarga. Kebiasaan makan keluarga adalah kebiasaan yang dilakukan keluarga dalam kegiatan makan meliputi kebiasaan makan bersama dan kondisi saat makan. Sebagian besar keluarga di kabupaten memiliki kebiasaan makan bersama minimal dua kali sehari (46,3%), sedangkan keluarga di kota sebagian besar (59,3%) hanya sekali sehari. Namun, jika dilihat secara keseluruhan, keluarga di kabupaten yang tidak memiliki kebiasaan makan bersama (24,1%) lebih tinggi persentasenya dibandingkan di kota (14,8%). Sebagian besar ibu pada keluarga di kabupaten (70,4%) dan kota (61,1%) selalu berusaha mengondisikan suasana makan yang menyenangkan di rumah.

Apabila dinilai dengan skor, sebanyak 59,3% keluarga di kabupaten dan kota tergolong kepada kebiasaan makan keluarga kategori sedang dan baik untuk skor kebiasaan makan keluarga. Rataan skor di kabupaten lebih tinggi dibandingkan di kota tetapi tidak berbeda secara signifikan ($66,7 \pm 34,7$ dan $64,4 \pm 28,2$).

Kebiasaan makan sayur dan buah di keluarga. Kebiasaan makan sayur dan buah keluarga adalah kebiasaan yang dilakukan keluarga terkait makan sayur dan buah. Kebiasaan makan sayur dan buah yang dilihat dalam penelitian ini adalah ketersediaan sayur dan buah di rumah, aturan makan mengenai sayur dan buah, edukasi yang dilakukan ibu, respon ibu saat anak tidak mau makan sayur dan buah, teladan yang diberikan ibu dan anggota keluarga, serta variasi jenis sayur dan buah serta olahan yang ada di rumah.

Sebagian besar keluarga di kabupaten dan kota sudah menyediakan sayur pada setiap waktu makan di rumah, sedangkan ketersediaan buah, sebanyak 53,7% keluarga di kabupaten hanya menyediakan buah kurang dari dua hari dalam seminggu di rumah dan sebanyak 51,9% keluarga di kota sudah menyediakan buah setiap hari di rumah. Setengah dari ibu di kabupaten meng-

haruskan anak makan sayur setiap kali makan, sedangkan sebagian besar dari ibu di kota hanya mengharuskan anak makan sayur minimal sekali sehari. Ibu di kabupaten dan di kota sebagian besar mengharuskan anak untuk makan buah minimal sekali sehari (38,9% dan 51,9%). Sebagian besar ibu di kabupaten dan di kota selalu memberikan penjelasan mengenai manfaat mengonsumsi sayur dan buah kepada anaknya. Jika anak tidak mau mengonsumsi sayur dan buah, sebanyak 51,9% ibu di kabupaten memilih untuk membujuk anak agar mau mengonsumsi sayur dan buah, sedangkan sebanyak 53,7% ibu di kota memilih untuk menawarkan sayur dan buah/jenis olahan lain yang diinginkan anak. Sebagian besar ibu di kabupaten dan kota selalu mencontohkan untuk mengonsumsi sayur dan buah kepada anaknya. Variasi jenis sayur dan buah yang tersedia di rumah hanya 2-3 jenis saja pada 50% dari keluarga di kabupaten dan di kota. Variasi olahan sayur dan buah, pada keluarga di kabupaten, sebanyak 59,3% memiliki 2-3 jenis variasi, sedangkan keluarga di kota sebanyak 71,1% memiliki tiga atau lebih variasi olahan sayur dan buah dalam seminggu.

Secara keseluruhan, keluarga di kabupaten sebagian besar tergolong kepada kategori kurang untuk skor kebiasaan makan sayur dan buah (42,6%), begitu pula dengan di kota (37,0%). Rataan skor kebiasaan makan sayur dan buah di kota lebih tinggi dibandingkan kabupaten ($66,4 \pm 17,6$ dan $60,5 \pm 22,3$).

Preferensi anak terhadap sayur dan buah

Rataan jumlah sayur dan buah yang disukai subjek di kabupaten lebih tinggi dibandingkan dengan di kota (Tabel 1). Terdapat perbedaan yang signifikan antara jumlah sayur dan buah yang disukai subjek di kabupaten dan kota ($p < 0,05$). Hasil penelitian ini sesuai dengan studi yang dilakukan Shi *et al.* (2005) di Provinsi Jiangsu, Cina, yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara preferensi pangan siswa dengan sosial-ekonomi yang rendah dan tinggi. Anak yang berada di perdesaan cenderung menginginkan konsumsi sayur dan buah lebih banyak daripada anak di daerah perkotaan.

Terdapat sedikit perbedaan antara jenis sayur yang paling disukai subjek di kabupaten dan kota. Sepuluh sayur di urutan teratas yang paling disukai oleh subjek di kabupaten adalah kangkung (94%), bayam (92,6%), wortel (90,7%), daun singkong (77,8%), tauge (70,4%), kacang panjang, ketimun, nangka muda, jagung muda, dan tomat. Sepuluh sayur di urutan teratas yang paling disukai subjek di kota adalah wor-

Tabel 1. Rata-rata jumlah jenis sayur dan buah yang disukai subjek di kabupaten dan kota

Kesukaan	Jumlah Jenis Sayur dan Buah					
	SDN Cibanteng			SDN Papandayan		
	Rata-rata±SD	Rata-rata %	Kisaran	Rata-rata±SD	Rata-rata %	Kisaran
Suka:						
Sayur ¹	12,6±4,9 ^a	50,3	4-24	9,7±4,9 ^b	38,9	2-23
Buah ²	22,6±5,2 ^a	75,4	11-30	19,8±6,7 ^b	65,9	1-30
Biasa						
Sayur ¹	2,3±3,6 ^a	9,2	0-13	4,6±4,0 ^b	18,6	0-17
Buah ²	3,1±4,5 ^a	10,4	0-17	3,5±3,8 ^a	11,8	0-12
Tidak suka:						
Sayur ¹	7,7±3,8 ^a	30,7	1-17	7,4±4,3 ^a	29,7	0-16
Buah ²	2,0±2,8 ^a	6,5	0-14	3,7±4,1 ^b	12,4	0-17
Tidak pernah mengonsumsi:						
Sayur ¹	2,4±2,7 ^a	9,8	0-10	3,2±4,2 ^a	12,8	0-21
Buah ²	2,3±2,6 ^a	7,7	0-9	3,0±5,3 ^a	9,9	0-29

Keterangan:

¹Total jenis sayur yang ditanyakan adalah 25 jenis

²Total jenis sayur yang ditanyakan adalah 30 jenis

^{a,b}Huruf yang berbeda pada baris yang sama menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p < 0.05$)

tel (83,3%), kangkung (77,8%), bayam (75,9%), jamur (61,1%), jagung muda (59,3%), taugé, brokoli, ketimun, sawi hijau, dan caisim.

Terdapat sedikit perbedaan juga di antara jenis buah yang paling disukai subjek di kabupaten dan kota. Sepuluh buah yang berada di urutan teratas yang paling disukai subjek di kabupaten adalah anggur (98,1%), mangga (98,1%), manggis (98,1%), apel merah (92,6%), rambutan (92,6%), jambu air, nangka, salak, semangka, dan nanas. Sepuluh buah yang berada di urutan teratas yang paling disukai subjek di kota adalah mangga (94,4%), anggur (90,7%), apel merah (90,7%), rambutan (88,9%), semangka (87,0%), apel fuji, pepaya, alpukat, pir, dan pisang ambon.

Konsumsi sayur dan buah anak

Para ilmuwan telah menemukan bahwa mengonsumsi buah dan sayur dapat mengurangi timbulnya penyakit, seperti kanker dan jantung. Konsumsi sayur dan buah berhubungan signifikan negatif dengan kejadian penyakit jantung kronis dan kanker (Dauchet *et al.* 2006, Boffetta *et al.* 2010).

Tabel 2 menunjukkan urutan sepuluh sayur dan buah yang paling sering dikonsumsi subjek di kabupaten dan kota. Sayur yang paling sering dikonsumsi subjek di kabupaten adalah wortel, yaitu rata-rata dikonsumsi sekitar 6 kali/minggu. Bayam merupakan sayur yang paling sering dikonsumsi di kota, yaitu rata-rata dikonsumsi sekitar 5 kali/minggu.

Buah yang paling sering dikonsumsi subjek di kabupaten adalah jambu biji, yaitu rata-rata

dikonsumsi sekitar 4 kali/minggu. Buah pepaya merupakan buah yang paling sering dikonsumsi subjek di kota, yaitu rata-rata dikonsumsi sekitar 4 kali/minggu. Urutan buah yang paling disukai dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 3 menunjukkan jumlah konsumsi sayur subjek per hari di kabupaten dan di kota. Sebagian besar subjek di kabupaten mengonsumsi sayur kurang dari 60 g sehari (81,5%), sedangkan sebanyak 46,3% subjek di kota mengonsumsi sayur sebanyak 60-120 g sehari. Hal ini berarti sebagian besar subjek di kabupaten dan kota masih cukup jauh dari anjuran konsumsi sayur dalam PGS 2014 sebesar 200-250 g/hari. Konsumsi sayur per hari subjek di kota signifikan lebih tinggi dibandingkan kabupaten.

Konsumsi buah subjek di kabupaten sebagian besar berada dalam kategori 50-100 g/hari (48,1%). Sebanyak 79,6% subjek di kota mengonsumsi buah sebanyak lebih dari 100 g/hari. Rataan konsumsi buah subjek sehari di kedua wilayah berada di atas 100 g/hari. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek sudah memenuhi anjuran makan buah dalam PGS 2014 sebesar 100-150 g/hari. Konsumsi buah per hari subjek di kota signifikan lebih tinggi dibandingkan kabupaten.

Hasil penelitian mengenai konsumsi sayur dan buah ini berbeda dengan studi yang dilakukan Rasmussen *et al.* (2006). Hasil studi tersebut menunjukkan bahwa konsumsi sayur dan buah subjek dan remaja di daerah perdesaan cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan subjek dan remaja di perkotaan.

Tabel 2. Frekuensi konsumsi sepuluh jenis sayur dan buah yang paling sering dikonsumsi subjek di kabupaten dan kota

No	SDN Cibanteng		No	SDN Papandayan	
	Jenis Sayur dan Buah	Rata-rata±SD (kali/minggu)		Jenis Sayur dan Buah	Rata-rata±SD (kali/minggu)
Sayur					
1	Wortel	6,4±5,4	1	Bayam	5,7±4,7
2	Kangkung	5,7±5,6	2	Wortel	5,3±4,8
3	Tomat	4,9±5,0	3	Kangkung	4,2±4,6
4	Kacang panjang	4,0±4,7	4	Tauge	3,5±4,2
5	Ketimun	4,0±4,5	5	Kacang panjang	3,1±4,0
6	Bayam	3,9±3,7	6	Ketimun	2,9±4,5
7	Tauge	3,4±4,0	7	Buncis	2,7±4,2
8	Daun singkong	3,3±4,2	8	Jagung muda	2,7±4,0
9	Nangka muda	2,8±4,2	9	Brokoli	2,6±3,9
10	Buncis	2,8±4,3	10	Tomat	2,5±3,6
Buah					
1	Jambu biji	4,4±4,4	1	Pepaya	4,3±4,9
2	Jambu air	4,4±4,2	2	Anggur	4,0±4,6
3	Anggur	4,3±4,6	3	Rambutan	3,9±5,3
4	Pepaya	4,1±5,0	4	Mangga	3,9±4,1
5	Mangga	4,0±4,7	5	Semangka	3,9±4,7
6	Salak	3,8±4,1	6	Pir	3,7±4,9
7	Apel Merah	3,8±4,5	7	Melon	3,6±4,5
8	Rambutan	3,8±4,7	8	Salak	3,6±4,7
9	Semangka	3,8±4,8	9	Apel Merah	3,5±4,4
10	Kedondong	3,5±4,2	10	Pisang Ambon	3,2±4,9

Tabel 3. Sebaran subjek berdasarkan jumlah konsumsi sayur per hari di kabupaten dan kota

Konsumsi sayur/buah	SDN Cibanteng		SDN Papandayan	
	n	%	n	%
Konsumsi sayur (g/hari):				
< 60	44	81,5	24	44,4
60-120	10	18,5	25	46,3
≥ 120	0	0,0	5	9,3
Rata-rata±SD (g/hari)	45,4±18,7		68,5±31,6	
Konsumsi buah (g/hari):				
< 50	3	5,6	2	3,7
50-100	26	48,1	9	16,7
≥ 100	25	46,3	43	79,6
Rata-rata±SD (g/hari)	106,9±43,0		166,5±67,7	

Keterangan:

Terdapat perbedaan nyata pada konsumsi sayur dan buah per hari ($p=0.000$) di kedua wilayah

Pola asuh makan ibu, jumlah jenis sayur dan buah yang disukai anak, dan konsumsi sayur dan buah anak

Menurut Ventura dan Birch (2008), pengalaman pengalaman dengan makanan baru dan peningkatan ketersediaannya dapat meningkatkan preferensi anak terhadap makanan tersebut. Model sosial juga dapat memengaruhi preferensi pangan anak.

Tabel 4 menunjukkan rata-rata jumlah jenis sayur dan buah yang disukai anak menurut kategori pola asuh makan ibu. Berdasarkan Tabel 4, rata-rata jumlah jenis sayur yang disukai anak dimana skor pola asuh makan ibu tergolong pada kategori baik adalah 11 jenis sayur, sama dengan rata-rata dimana skor pola asuh makan ibu tergolong kepada sedang, sedikit lebih tinggi dibanding dengan kategori kurang. Kemudian terdapat

Tabel 4. Rata-rata jumlah jenis dan konsumsi sayur dan buah yang disukai anak berdasarkan kategori pola asuh makan ibu

Jumlah jenis dan konsumsi	Kategori pola asuh makan ibu		
	Kurang	Sedang	Baik
Jumlah jenis (buah):			
Sayur	10	11	11
Buah	19	21	22
Jumlah konsumsi (g/hari):			
Sayur	51,2	61,3	54,0
Buah	112,0	140,5	141,0

kecenderungan semakin baik pola asuh makan ibu, maka semakin banyak jumlah jenis buah yang disukai anak.

Tidak terlihat kecenderungan hubungan pola asuh makan dengan jumlah jenis sayur yang disukai anak. Artinya, ibu yang memiliki skor pola asuh makan yang lebih baik, belum tentu anaknya lebih menyukai banyak sayur. Vereecken *et al.* (2004) menyatakan bahwa ketika anak memasuki usia sekolah, anak mulai mendapat pengaruh dari lingkungan luar, seperti guru, teman sebaya dan satu grup, orang lain di sekolah, dan juga adanya pengaruh dari media. Pola asuh makan yang dilakukan oleh orangtua tidak menjamin membentuk preferensi anak terhadap makanan sehat dan bergizi saat faktor-faktor dari luar keluarga lebih memengaruhi anak.

Tidak terdapat kecenderungan semakin baik pola asuh makan ibu, semakin banyak konsumsi sayur anak (Tabel 4). Namun, untuk konsumsi buah anak, rata-rata konsumsi dimana skor pola asuh makan ibu tergolong pada kategori baik adalah 141 g/hari (Tabel 4), lebih tinggi dibandingkan dengan kategori sedang dan kurang. Terdapat kecenderungan semakin baik pola asuh makan ibu, maka semakin banyak konsumsi buah anak.

Kualitas pola asuh makan juga harus terukur dengan baik untuk melihat keterkaitannya dengan konsumsi sayur dan buah. Bourdeaudhuij *et al.* (2008) menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dorongan aktif dari orangtua dan peraturan makan yang ada di rumah dengan konsumsi harian sayur dan buah. Namun, studi yang dilakukan Vereecken *et al.* (2004) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan positif antara dorongan ibu dalam mengonsumsi buah, konsumsi sayur dan buah ibu, dengan konsumsi buah anak. Begitu juga dengan studi yang dilakukan oleh Febriana dan Sulaeman (2014) kepada anak usia pra sekolah beserta ibunya di Kota Depok. Hasilnya menunjukkan bahwa dukungan ibu berhubungan positif

dengan jumlah konsumsi sayur dan buah anak. Bisa jadi ibu mendorong anak untuk mengonsumsi sayur dan buah tetapi cara yang digunakan berbeda sehingga hasilnya pun menjadi berbeda. Penentuan pola asuh makan seperti apa yang dinyatakan berkualitas juga kemungkinan dapat berbeda. Oleh karena itu, penentuan dan cara pengukuran kualitas pola asuh makan tersebut bisa menyebabkan perbedaan hasil dalam studi.

KESIMPULAN

Studi pada 108 orang siswa-siswi kelas 5 dan 6 SD dengan kisaran usia antara 10-15 tahun menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pada sosial-ekonomi di kabupaten dan kota. Ibu di kabupaten lebih baik daripada ibu di kota pada komponen pola asuh makan peran ibu dalam pemberian makan, pengawasan makan oleh ibu, dan pola makan keluarga, sedangkan ibu di kota lebih baik dibandingkan ibu di kabupaten pada komponen pola makan sayur dan buah keluarga. Terdapat perbedaan pada preferensi sayur dan buah subjek di kabupaten dan di kota. Konsumsi sayur dan buah subjek di kota signifikan lebih tinggi dibandingkan kabupaten.

Tidak terdapat kecenderungan semakin baik pola asuh makan ibu, semakin banyak jumlah jenis sayur yang disukai dan konsumsi sayur anak. Terdapat kecenderungan semakin baik pola asuh makan ibu, maka semakin banyak jumlah jenis buah yang disukai dan konsumsi buah anak.

Perlu dilakukan penelitian yang lebih mendalam mengenai hal-hal yang berhubungan dengan preferensi dan konsumsi buah dan sayur anak. Pengukuran pola asuh makan sebaiknya juga mengarah kepada kualitas, tidak hanya kuantitas waktu ibu dalam menjalankan asuhan makan. Selain dari pola asuh makan yang dilakukan orangtua, peran guru di sekolah dan peran teman sebaya juga dapat menjadi hal yang menarik untuk dilihat hubungannya dengan preferensi dan konsumsi buah dan sayur anak, mengingat anak usia sekolah sudah mulai mendapatkan pengaruh selain dari lingkungan keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Boffetta P, Couto E, Wichmann J, Ferrari P, Trichopoulos D, Bueno-de-Mesquita HB, Duijnhoven FJB, Buchner FL, Key T, Boeing H, *et al.* 2010. Fruit and vegetable intake and overall cancer risk in the European prospective investigation into cancer and nutrition (EPIC). *J Natl Cancer*

- Inst 102:529-537.
- Bourdeaudhuij D, Velde S, Brug J, Wind M, Sandvik C, Maes L, Wolf A, Perez CR, Yngve A, Thorsdottir I, *et al.* 2008. Personal, social and environmental predictors of daily fruit and vegetable intake in 11-year-old children in nine European countries. *Eur J Clin Nutr* 62:834-841.
- Dauchet L, Amouyel P, Hercberg S, Dallongeville J. 2006. Fruit and vegetable consumption and risk of coronary heart disease: A meta-analysis of cohort studies. *J Nutr* 136:2588-2593.
- [Depkes] Departemen Kesehatan. 2013. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Febriana R, Sulaeman A. 2014. Kebiasaan makan sayur dan buah ibu saat kehamilan kaitannya dengan konsumsi sayur dan buah anak usia prasekolah. *J Gizi Pangan* 9(2):133-138.
- [Kemenkes RI] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2014. Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Puspitawati H. 2010. Pengaruh sosial ekonomi keluarga terhadap pola asuh belajar. *JIKK* 3:46-55.
- Rasmussen M, Krolner R, Klepp K, Lytle L, Brug J, Bere E, Due P. 2006. Determinants of fruit and vegetable consumption among children and adolescents: a review of the literature. Part I: quantitative studies. *Int J Behav Nutr Phys Act* 3:22.
- Shi Z, Lien N, Kumar BN, Holmboe-Ottesen G. 2005. Socio-demographic differences in food habits and preferences of school adolescents in Jiangsu Province, China. *Eur J Clin Nutr* 59:1439-1448.
- Ventura AK, Birch LL. 2008. Does parenting affect children's eating and weight status?. *Int J Behav Nutr Phys Act* 5:15.
- Vereecken CA, Keukelier E, Maes L. 2004. Influence of mother's educational level on food parenting practices and food habits of young children. *Appetite* 43:93-103.