

TINGKAT KEPEDULIAN ORANGTUA TERHADAP PEMBERIAN SUSU PADA MASA PERTUMBUHAN ANAK USIA SEKOLAH

Level of Parent Care about Milk Feeding During The Growth of School Age Children

Niken Hartanti¹, Salsabila Aprilia², Chiquita Ashlaha Nuha³, Vika Fathiaraf Afifah⁴, Risma Rahmatunisa⁵, dan Fensca Maria Rupidara⁶

Program Studi Ilmu Gizi^{1,2,3,4,5}
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Singaperbangsa Karawang
Program Studi Budidaya Perairan⁶
Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan
Universitas Pattimura
Niken.hartanti07@gmail.com

Abstract

Milk is a source of protein that has high quality because of its complete nutritional content such as protein around 3.5% with fat content around 3.0-3.8%. Milk is also a good source of phosphorus and is very rich in calcium. However, the level of milk consumption in Indonesia is still relatively low. According to the Central Statistics Agency (BPS), milk consumption in Indonesia is only 12.1 L/capita per year. Thus, milk consumption in Indonesia, especially in school-age children, needs special attention. This study aims to determine the level of parental concern for giving milk to school-age children. This study used a descriptive-analytical method design by using a questionnaire. The results showed that giving milk to school children was recommended to consume milk in one day. Therefore, it can be concluded that parents care about giving milk to school-age children.

Keywords : level of concern, Growth Period, Milk

Abstrak

Susu adalah sumber protein yang memiliki mutu berkualitas karena kandungan gizi yang lengkap, seperti protein sekitar 3,5% dengan kandungan lemak sekitar 3,0-3,8%. Susu juga merupakan sumber fosfor yang baik dan sangat kaya akan kalsium. Namun, tingkat konsumsi susu di Indonesia masih tergolong rendah. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS), konsumsi susu di Indonesia hanya 12,1 L/ kapita per tahun. Dengan demikian, seharusnya konsumsi susu di Indonesia khususnya pada anak usia sekolah perlu perhatian khusus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kepedulian orangtua terhadap pemberian susu pada anak usia sekolah. Penelitian ini menggunakan desain metode deskriptif – analisis dengan menggunakan penyebaran kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan pemberian susu pada anak sekolah sudah dengan anjuran konsumsi susu dalam satu hari. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa orangtua peduli terhadap pemberian susu pada anak usia sekolah.

Kata Kunci : Tingkat kepedulian, Masa Pertumbuhan, Susu

PENDAHULUAN

Pertumbuhan memiliki pengertian yaitu bertambahnya ukuran jumlah sel serta jaringan interseluler bersifat kuantitatif sehingga dapat diukur dengan menggunakan satuan panjang atau berat. Pertumbuhan pada manusia terjadi untuk mencapai pematangan organ dan memaksimalkan fungsi organ-organ tersebut. Ciri-cirinya ditandai dengan adanya perubahan ukuran tubuh, perubahan proporsi tubuh, hilangnya ciri-ciri lama dan munculnya ciri-ciri baru. Sedangkan masa pertumbuhan dan perkembangan seorang anak sangat pesat dialami pada usia dini. Anak usia dini atau sering disebut sebagai usia emas (golden ages), adalah kesempatan emas bagi semua orang tua untuk menyampaikan stimulasi yang tepat untuk kebutuhan fisik dan psikologis anak.

Susu merupakan sumber protein dengan mutu yang sangat berkualitas. Susu Segar memiliki Kandungan protein sekitar 3,5% dengan kandungan lemak sekitar 3,0-3,8%. Susu juga merupakan sumber fosfor yang baik dan sangat kaya akan kalsium. Protein susu mewakili salah satu mutu protein yang nilainya sepadan dengan daging (Winarno, 2004). Susu merupakan komoditas yang mudah rusak, mempunyai risiko tinggi, oleh karena itu perlu penanganan dan pengolahan yang hati-hati (Usmiati dan Abubakar, 2009). Pengolahan susu sangat diperlukan untuk mengatasi permasalahan ini, selain dapat

meningkatkan daya tahan dari susu tersebut pengolahan susu juga akan meningkatkan nilai jual karena akan terbentuk harga baru dalam proses pengolahannya. Menurut Deptan (2012), kegiatan peningkatan nilai tambah melalui usaha pengolahan hasil peternakan mempunyai prospek yang cukup baik untuk dikembangkan di daerah pedesaan. Produk pengolahan hasil peternakan yang telah berkembang cukup baik di masyarakat adalah produk olahan susu.

Susu mengandung nilai gizi yang cukup tinggi untuk menunjang pertumbuhan tulang dan gigi. Kandungan susu diantaranya adalah protein, kalsium, fosfor, vitamin A dan vitamin B1. Anak dianjurkan mengonsumsi susu untuk melengkapi kebutuhan gizi dan nutrisinya (Sulistyoningsih, 2011). Pemberian susu terkadang dapat menimbulkan masalah kesehatan bagi anak, salah satunya adalah masalah kesehatan gigi dan mulut. Susu memiliki kandungan gula seperti sukrosa dan laktosa. Sukrosa akan melekat cukup lama pada permukaan gigi dan dapat menjadi media pertumbuhan bakteri. Laktosa dapat mempercepat demineralisasi email gigi dan akan berlanjut menjadi karies (Nugroho, et al., 2012).

Anak usia sekolah dasar merupakan aset negara pada bentuk sumber daya manusia yang sangat krusial dalam mendukung keberhasilan pembangunan bangsa. Anak usia sekolah dasar memerlukan perhatian khusus

dalam hal kecukupan gizi sesuai kebutuhannya. Anak dengan gizi kurang yang kronis memiliki IQ lebih rendah dibandingkan anak yang tidak mengalami masalah. Masalah gizi anak usia sekolah saat ini tidak hanya pada masalah gizi, namun berkembang dengan prevalensi masalah gizi lebih berupa kelebihan berat badan dan obesitas.

Sumber utama kalsium masyarakat di negara-negara Barat adalah susu sapi dan produk olahan dari susu sapi, sedangkan di negara-negara berkembang seperti Indonesia, susu masih dianggap sebagai bahan pangan mahal, sehingga hanya mampu dijangkau oleh masyarakat golongan ekonomi menengah ke atas. Menurut Khomsan (2006), di negara-negara Barat, kebiasaan minum susu telah mendarah daging sejak anak masih kecil hingga dewasa, sedangkan di negara-negara berkembang upaya penggalakan minum susu masih menghadapi kendala status ekonomi penduduk yang umumnya rendah (Khomsan, 2006).

Kalsium adalah mineral pembentuk tulang yang esensial dan harus dikonsumsi dalam jumlah yang adekuat selama masa kanak-kanak dan remaja untuk pertumbuhan dan perkembangan tulang yang sehat (The National Academies Press, 2011). Asupan kalsium untuk pertumbuhan tulang pada remaja termasuk dalam kategori rendah pada beberapa populasi. Dampaknya, asupan kalsium yang sangat rendah pada masa kanak-kanak dan remaja dapat

mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan, rendahnya penambahan mineral tulang, dan meningkatkan resiko osteoporosis pada masa remaja dan usia tua (Prentice et al., 2012).

METODE

Desain, Tempat dan Waktu

Penelitian ini diadakan pada wilayah Kabupaten Karawang Barat pada bulan Desember tahun 2021 secara daring. Penelitian ini menggunakan desain metode deskriptif – analisis yaitu meliputi data, analisis dan interpretasi terhadap tingkat kepedulian orangtua terhadap pemberian susu pada masa pertumbuhan anak usia sekolah.

Penelitian ini disusun sebagai penelitian induktif yaitu dengan mencari dan mengumpulkan data yang ada di lapangan dengan tujuan untuk mengetahui faktor-faktor, unsur-unsur, bentuk, dan suatu sifat dari fenomena di masyarakat (Nazir, 1998). Dalam penelitian ini, peneliti akan memunculkan teori baru atau akan menumbuhkan teori berdasarkan pada data yang terkumpul saat penelitian di lapangan.

Populasi dan Sampel

Adapun populasi pada penelitian ini adalah orangtua yang memiliki anak usia sekolah di wilayah Kabupaten Karawang Barat. Populasi penelitian ialah subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2008). Menurut sugiyono (2013), sampel merupakan

bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Penetapan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan jenis metode *random sampling*. Adapun caranya menggunakan kuesioner kepada orang tua yang memiliki anak usia sekolah di wilayah Kabupaten Karawang Barat.

Jumlah sampel yang memadai untuk penelitian adalah beberapa orangtua di wilayah Kabupaten Karawang Barat yang memiliki anak usia sekolah dengan rentang usia anak yaitu 6-10 tahun dan rentang usia orangtua yaitu 28-51 tahun.

Jenis dan Teknik Pengambilan Data

Dalam penelitian ini, kepedulian orangtua menjadi variabel bebas. Sedangkan, variabel terikat adalah pemberian susu anak usia sekolah. Pengumpulan data merupakan prosedur yang sistematis dalam sebuah penelitian. Teknik pengambilan data yang dipakai adalah menyebarkan kuesioner pada google form pada orangtua di wilayah Kabupaten Karawang Barat.

Prosedur Penelitian

Prosedur dalam penelitian ini yaitu setelah peneliti mendapatkan data dari hasil menyebarkan kuesioner. Selanjutnya, dilakukan perhitungan manual untuk mencari nilai rata-rata dan nilai yang sering muncul pada setiap variabelnya. Dengan pengolahan data dapat diketahui makna dari data yang berhasil dikumpulkan.

Analisis Data

Menurut Istijanto (2009) analisis merupakan tindakan mengolah data hingga menjadi informasi yang bermanfaat dalam menjawab masalah riset. Tahap-tahap pengolahan data hasil penelitian adalah sebagai berikut:

- 1) Pemeriksaan akan kelengkapan jawaban
- 2) Menghitung jumlah atau frekuensi jawaban kuesioner dalam kumpulan tabel distribusi frekuensi dan persentase dengan rumus

$$P = f/N \times 100 \%$$

Keterangan:

P: Persentase

f: Frekuensi Data

N: Jumlah sampel yang diolah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data primer mengenai responden diperoleh melalui penyebaran kuesioner dan hasil kuantitatif responden yang diambil adalah sebanyak 23 responden dari orangtua anak usia sekolah di wilayah karawang barat dengan rentan usia 28-51 tahun.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Aspek Pentingnya Susu Untuk Menunjang Pertumbuhan Anak Usia Sekolah

Pernyataan	Jawaban	Frekuensi	Persentase
Susu penting untuk menunjang pertumbuhan anak usia sekolah	Tidak Penting	0	0%
	Penting	6	26,1%
	Sangat Penting	17	73,9%

Berdasarkan tabel tersebut, dari tiga pilihan tidak penting, penting, sangat penting para responden lebih dominan memilih pilihan sangat penting dengan frekuensi yaitu 17 orang sehingga didapatkan persentasenya yaitu 73,9%, pada pilihan penting frekuensi responden yang memilih yaitu 6 orang dengan persentase yang didapat yaitu 26,1% dan tidak ada yang memilih pilihan tidak penting.

Sehingga berdasarkan tabel distribusi frekuensi aspek pentingnya susu untuk menunjang pertumbuhan anak usia sekolah, susu sangat penting untuk menunjang pertumbuhan anak usia sekolah.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Variabel Upaya Agar Anak Usia Sekolah Terbiasa Mengonsumsi Susu (x)

x	Pernyataan	Jawaban	Frekuensi	Persentase
	Bagaimana upaya anda agar anak mau/terbiasa mengonsumsi susu saat usia sekolah	Mengolah susu biasa menjadi minuman lain	0	0%
		Menyajikan susu dengan makanan pendamping	12	52,2%
		Memakai gelas dan sedotan yang lucu	11	47,8%
		Memberi reward/hadiah pada anak anda	0	0%

Dari tabel tersebut didapatkan nilai *mean* adalah 52,2% atau sebanyak 12 responden yang menyatakan menyajikan susu dengan makanan pendamping merupakan upaya mereka agar anak mereka yang berusia sekolah terbiasa mengonsumsi susu dan 11 responden lainnya menyatakan memakai gelas dan sedotan yang lucu merupakan upaya mereka agar anak mereka yang berusia sekolah terbiasa mengonsumsi susu.

Berbagai alasan mengapa anak kecil susah untuk minum susu salah satunya yaitu faktor Psikologis, contohnya ada anak yang hanya mau minum susu di rumah neneknya, tetapi di rumah tidak mau. Selain itu, banyak juga anak kecil yang trauma akibat perlakuan dari pengasuhnya yang memaksakan minum susu. Hal ini dilakukan alasannya karena si pengasuh hanya mencari jalan pintas, ingin segera selesai pekerjaannya. Ia tak mengerti cara tersebut salah, karena pemaksaan, misalnya, dengan cara menjejali susu ke mulut si anak, akan membuat anak menjadi trauma. Sehingga seiring berjalannya waktu anak akan membenci dan menganggap susu suatu ancaman.

Menurut Mesarovic & Eduardus (dalam Malik & Sumarno, 2016), kepedulian merupakan aspek pada diri seseorang yang mencerminkan sikap dan tindakan yang mengandung makna adanya perhatian, dan tanggung jawab, serta nilai acuan dalam memperlakukan suatu objek tertentu. Berdasarkan tabel tersebut, dapat kami gambarkan tingkat kepedulian orangtua terhadap anak usia sekolah dengan cara mereka melakukan upaya-upaya yang dilakukan mereka agar anak usia sekolah mereka mau ataupun terbiasa mengonsumsi susu sebagai bentuk tindakan bahwa susu itu sangat penting pada masa pertumbuhan anak usia sekolah.

Menurut responden, susu memiliki kandungan gizi yang lengkap yang dapat

mengoptimalkan pertumbuhan anak usia sekolah. Sehingga, para responden melakukan upaya agar anak usia sekolah mau atau terbiasa mengonsumsi susu. Hal itu sejalan dengan pernyataan Erif Kemal Syarif dan Bagus Harianto (2011) yang menyatakan susu ialah salah satu sumber bahan pokok makanan atau minuman yang bergizi dan baik untuk kesehatan tubuh manusia dari bayi hingga orang tua. Susu mengandung banyak kandungan yang sehat seperti kalsium, fosfor, protein, magnesium, vitamin D, dan vitamin A. Bahkan susu mempunyai kandungan mutu lemak dan protein yang lebih banyak jika dibandingkan dengan sumber pangan lainnya (Nurtini, 2014).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Seberapa Sering Pemberian Susu pada Anak Usia Sekolah

Y	Pernyataan	Jawaban	Frekuensi	Persen tase
	Seberapa sering anda memberi susu pada anak anda yang berusia sekolah	1x Sehari	4	17,4%
		2x Sehari	17	73,9%
		2x Seminggu	1	4,3%
		3x Seminggu	1	4,3%

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi seberapa sering pemberian susu pada anak usia sekolah didapatkan nilai

yang sering muncul atau paling banyak adalah 72,9% atau sebanyak 17 responden menyatakan 2x sehari merupakan rentang waktu pemberian susu pada anak usia sekolah responden. Pada 4 responden atau 17, 4% responden lainnya menyatakan 1x sehari merupakan rentang waktu pemberian susu pada anak usia sekolah responden. Selain itu, 1 responden dengan persentase 4,3% memilih 2x seminggu merupakan rentang waktu pemberian susu pada anak usia sekolah responden dan 1 responden lainnya dengan persentase yang sama yaitu 4,3% memilih 3x seminggu merupakan rentang waktu pemberian susu pada anak usia sekolah responden.

Menurut *American Academy of Pediatrics* (AAP) anak-anak usia sekolah direkomendasikan untuk meminum susu sebanyak 2 hingga 3 gelas sehari agar kebutuhan gizinya terpenuhi. Susu adalah salah satu bahan pangan yang diperlukan bagi tubuh karena memiliki kandungan zat gizi yang lengkap dan seimbang. Kebiasaan minum susu secara rutin dapat memberikan dampak positif bagi Kesehatan.

Berdasarkan tabel tersebut, tingkat kepedulian orangtua yang menganggap susu sangat penting mempengaruhi frekuensi mereka dalam memberikan susu terhadap anak usia sekolah. Responden paling banyak memberikan susu sesuai dengan kategori anjuran meminum susu sehari pada anak sekolah. Responden merasakan bahwa dengan memberikan

susu rutin akan memberikan dampak yang cukup signifikan terhadap pertumbuhan anak usia sekolah, sehingga mereka tergolong peduli terhadap pemberian susu pada anak usia sekolah.

Hal tersebut sesuai dengan kandungan pada susu yaitu terdapat Kalsium, Vitamin D, Fosfor dan Protein pada susu yang sangat penting dalam pembentukan tulang dan pertumbuhan seorang anak. Kalsium dan fosfor memiliki peran dalam penguatan dan pertumbuhan tulang yang penyerapannya dibantu oleh vitamin D. Selain itu di dalam susu juga terkandung *Insuline Like Growth Factor-1 (IGF-1)* yang merupakan faktor pertumbuhan panjang tulang.

KESIMPULAN

Peneliti dapat menyimpulkan bahwa dalam penelitian sederhana ini menunjukkan secara ilmiah mengenai kepedulian orangtua terhadap pemberian susu dalam tindakannya yang membuat anak terbiasa mengonsumsi susu pada masa usia sekolah dan juga tergambar dari frekuensi mereka memberi susu pada anak usia sekolah yang dapat digolongkan sudah sesuai dengan anjuran. Dengan begitu peneliti membuktikan orangtua yang memiliki anak usia sekolah peduli terhadap pemberian susu pada masa usia sekolah untuk mengoptimalkan pertumbuhan anak usia sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Ibu Risma Rahmatunisa, S.TP., M.Si sebagai Dosen Mata kuliah Ilmu Bahan Makanan Universitas Singaperbangsa Karawang yang sudah membimbing kami dalam menambah wawasan kami mengenai Ilmu Bahan Makanan. Tak lupa ucapan terimakasih ini kami tuju kepada seluruh subjek penelitian atas partisipasinya dalam mengisi kuesioner kami, serta semua pihak yang ikut terlibat dalam penyelesaian penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Berliandita, A. A., & Hakim, A. A. (2021). Analisis Pengetahuan Gizi dan Perilaku Makan pada Mahasiswa Angkatan 2017 Prodi Ilmu Keolahragaan Unesa. *Indonesian Journal of Kinanthropology (IJOK)*, 1(1), 8-20.
- Fahriati, F., & Syuraini, S. (2018). Hubungan antara Kepedulian Orang Tua dengan Keberhasilan Pendidikan Anak di Jorong Labuai Kabupaten Pasaman Barat. *SPEKTRUM: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah (PLS)*, 6(3), 262-268.
- Gharizah Alhuur, K. R., Yuniarti, E., & Ramadhan, R. F. (2020). Upaya Peningkatan Kualitas Konsumsi Susu Masyarakat Desa Cilayung Kecamatan Jatinangor. *Media Kontak Tani Ternak*, 2(1), 7-11.
- Istiqomah, I. P. N., & Hidayati, L. (2018). *Hubungan Kebiasaan Konsumsi Susu Dan Status Gizi Dengan Kebugaran Fisik Siswa SDN Totosari I Dan SDN Tunggul Sari I di Surakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Marhamah, A. & J. (2015). Perilaku Konsumsi Dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Kota Serang. *Jurnal Matematika*, 15(2), 97-105.
- Pangestuti, R. D., Pramono, M. S., & Handayanti, A. (2011). Karakteristik Konsumen Susu Formula Balita (Studi Kasus di Cibinong Kabupaten Bogor tahun 2006).
- Synfah, N. (2021). *Strategi Penerapan Konsep Bermain pada Perancangan Pusat Pembelajaran Rantai Produksi Susu untuk Anak-Anak* (Doctoral dissertation, Universitas Pelita Harapan).
- Triratnawati, A. (2017). Makna susu bagi konsumen mahasiswa di kafe susu di Yogyakarta: antara gizi dan gengsi. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 14(1), 27-35.
- Ulin, M. E. L. (2020). *Tingkat Pengetahuan Orang Tua Tentang Pemeliharaan Kesehatan Gigi Dan mulut Pada Balita* (Doctoral dissertation, Poltekes Kemenkes Kupang).
- Wijaya, H., Prayanto, W. H., & Yudani, H. D. (2014). Perancangan Video Edukasi Tentang Manfaat Dan Kandungan Gizi Susu Sapi Segar Untuk Anak-Anak. *Jurnal DKV Adiwarna*, 1(4), 12.