



**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN PERKEMBANGAN MOTORIK  
ANAK USIA 7-8 TAHUN DI SDN KUTAJAYA 1 KABUPATEN  
TANGERANG**

*The Relationship Between Eating and The Motor Development of Children  
Aged 7-8 Years At SDN Kutajaya 1, Tangerang District*

**Nurul Lita Sari<sup>1</sup>, Ida Faridah<sup>2</sup>, Lastri Mei Winarni<sup>3</sup>, Tuti Yuliasuti<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Yatsi Madani

**Email : nurullitas104@gmail.com**

**Abstract**

*In general, school age has rapid physical, intelligence, mental and emotional growth. Foods that contain nutrients are expected to exist in the process of growth and development. Children who consume adequate nutrition regularly will affect their motor development perfectly so that they have high learning achievement and enthusiasm to participate in all their activities. This research uses cross sectional method. With a sample of 110 respondents, parents and children aged 7-8 years at SDN Kutajaya 1, Tangerang Regency, which were taken by random sampling. Data were collected using a questionnaire. The results of the chi square test, obtained a p-value of 0.000 < 0.05, which means that there is a relationship between eating patterns and motor development. With an Odds Ratio value of 4.867, which means that children with good eating patterns have a good chance of motor development 4.8 times compared to poor diet with 95% confidence. Parents need to provide proper dietary intake such as paying attention to nutritional values and eating schedules for their children because this will be useful for the developmental needs of children, especially in the motor development of children aged 7-8 years so that children become more active and intelligent.*

**Keywords:** Children's Motor Development, Diet

**Abstrak**

Pada umumnya usia sekolah memiliki pertumbuhan fisik, kecerdasan, mental dan emosional yang cepat. makanan yang memiliki zat gizi sangat diharapkan keberadaanya pada proses tumbuh kembang. Anak yang mengkonsumsi makanan yang cukup gizi secara teratur, akan mempengaruhi tumbuh kembang motoriknya dengan sempurna sehingga memiliki prestasi belajar yang tinggi dan semangat untuk mengikuti seluruh aktivitas mereka. Penelitian ini menggunakan metode cross sectional. Dengan jumlah sampel 110 responden orang tua dan anak usia 7-8 tahun di SDN Kutajaya 1 Kabupaten Tangerang yang diambil dengan sample random sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner. Hasil Uji chi square, diperoleh nilai p-value 0,000 < 0,05, yang artinya terdapat hubungan antara pola makan dengan perkembangan motorik. dengan nilai Odds Ratio 4,867 yang artinya anak yang pola makanya baik memiliki peluang perkembangan motorik yang baik 4,8 kali dibandingkan dengan pola makan yang kurang baik dengan kepercayaan 95%. Orang tua perlu memberikan asupan pola makan yang tepat seperti memperhatikan nilai gizi dan jadwal makan kepada anaknya karna hal ini akan bermanfaat untuk kebutuhan perkembangan anak khususnya pada perkembangan motorik anak usia 7-8 tahun sehingga anak menjadi lebih aktif dan cerdas.

**Kata Kunci:** Pola Makan, Perkembangan Motorik Anak

## PENDAHULUAN

Pada umumnya usia sekolah memiliki pertumbuhan fisik, kecerdasan, mental dan emosional yang cepat. Makanan yang memiliki zat gizi sangat diharapkan keberadaannya pada proses tumbuh kembang. Anak yang mengkonsumsi makanan yang cukup gizi secara teratur, akan tumbuh dengan sehat sehingga memiliki prestasi belajar yang tinggi dan semangat untuk mengikuti seluruh aktivitas mereka. Kemudian mereka akan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas. (Wiradyani et al., 2019).

Masalah gizi anak usia sekolah yang sering terjadi secara umum antara adalah pendek, kurus, obesitas, serta anemia. Didasarkan Riset Kesehatan Dasar Nasional (Riskesdas) 2018 diketahui terdapat permasalahan gizi anak umur 5-12 tahun dengan Prevalensi anemia sebesar 26,8%; Prevalensi pendek sebesar 23,6 %; Prevalensi gemuk sebesar 10,8% dan obesitas (sangat gemuk) sebesar 9,2 %; Prevalensi kurus sebesar 9,2 % (Wiradyani et al., 2019). Diambil dari artikel (tanjuknews.com 2020) didapatkan data yang bersumber dari Dinas Kesehatan (Dinkes) Kabupaten Tangerang, terdapat sebanyak 28,8% warga kabupaten Tangerang menderita kurang gizi.

Menurut Depkes RI (Susanti, 2018) Pola makan merupakan makanan sehat yang memiliki gizi dan dikonsumsi secara teratur yang bermanfaat bagi kesehatan tubuh dengan pemberian yang sesuai sehingga mampu mendukung pertumbuhan serta perkembangan pada anak. Pada saat waktu pertumbuhan anak perlu sumber makanan dengan gizi agar kebutuhan energi dan zat gizinya untuk tubuhnya terpenuhi, anak dengan usia pertumbuhan dan perkembangan memerlukan waktu makan yaitu 5 kali dalam sehari, sarapan, makan siang, makan malam, dan 2 kali makan selingan. Sarapan pagi adalah salah satu pola makan utama yang harus diterapkan oleh anak usia sekolah karena akan menciptakan gizi seimbang yang diperlukan untuk hidup sehat, aktif dan cerdas.

Perkembangan kemampuan motorik menjadi penyebab yang penting untuk perkembangan anak. Keberadaan perkembangan motorik anak menjadi hiburan untuk mereka sehingga didapatkannya suasana hati yang senang dari kemampuan motorik tersebut seperti dalam hal, memiliki kemampuan bermain boneka, menendang menangkap dan melempar bola, bermain dengan peralatan bermain, beradaptasi dengan teman-teman sekolah, dan masyarakat (Fikriyah, 2021).

Dari studi pendahuluan yang dilaksanakan pada bulan April 2022 terdapat lima orang tua murid yang mengatakan bahwa anaknya makan 3 kali sehari, ada yang menyukai sayuran dan selalu sarapan sebelum berangkat ke sekolah, kemudian ada juga orang tua yang menyatakan anaknya makan 5 kali dalam sehari ketika diizinkan menu makanan yang dia sukai. Bila kurang menyukai menu makanan mereka tidak mau makan dan memilih makanan instan. Dari hasil wawancara tersebut juga didapatkan bahwa anak di SDN Kutajaya 1 adapula yang mempunyai permasalahan pada terlambatnya perkembangan motorik kasar dan halus.

## **METODE**

Pada Penelitian ini mengaplikasikan desain berupa penelitian deskriptif kolerasi yang mempunyai tujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan variabel independen dengan variabel dependen (Notoatmojo, 2018). Pada pendekatan yang dipakai dalam penelitian ini yaitu metode Cross Sectional, yaitu rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan (sekali waktu). Dengan alat ukur berupa kuesioner pola makan oleh orang tua yang dimodifikasi dan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas oleh (Prakhasita, 2018). Dan Kuesioner Observasi kemampuan motorik pada anak berdasarkan indikator perkembangan motorik usia 7-8 tahun menurut (Wulandari & Erawati, 2016).

Populasi yang digunakan adalah orang tua dan anak yang berusia 7-8 tahun di SDN Kutajaya 1 Kabupaten Tangerang digunakan berdasarkan data sekunder yang didapatkan adalah dengan populasi sebanyak 154 orang tua dan anak usia 7-8 tahun. Sampel merupakan sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmojo, 2018) Sampel dari penelitian ini menetapkan sebagian orang tua dan anak usia 7-8 tahun di SDN Kutajaya 1 yang berjumlah 110 Yang dihasilkan dari perhitungan pada rumus Slovin dengan menggunakan Probability sampling yaitu teknik yang memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk menjadi anggota sampel. Dan menggunakan teknik pengambilan simple random sampling yang merupakan pengambilan anggota dari populasi secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada di dalam populasi (Sugiyono, 2016).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menggambarkan hasil dimana sebagian besar anak di SDN Kutajaya 1 Kabupaten Tangerang memiliki pola makan yang cenderung baik yaitu dengan hasil responden sebanyak 80 responden (80%) dari total responden yang ada. Hal ini kemungkinan terjadi karena berbagai faktor seperti yang disampaikan oleh beberapa ahli dan peneliti terdahulu bahwa pola makan dipengaruhi oleh usia orang tua, tingkat pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua serta pendapatan keluarga.

Usia orang tua murid di SDN Kutajaya 1 Kabupaten Tangerang memiliki usia rata-rata 30-41 tahun sebanyak 60 responden (54,5%). Menurut teori yang disampaikan oleh (Fernanda Alifia P, 2019) yang mengatakan bahwa usia ibu menjadi faktor yang mampu mengaruhi pola makan pada anak kerana ibu dengan usia 30-40 tahun memiliki rasa tanggung jawab yang lebih dari pada usia sebelumnya. Karena Pada dasarnya di usia 30-40 tahun mereka mulai menerima dan memikul tanggung jawab yang lebih berat dari kelompok usia sebelumnya, mereka memiliki daya tahan dan taraf kesehatan yang prima sehingga dalam berbagai kegiatan tampak inisiatif, kreatif, energik, cepat dan proaktif.

Pendidikan menjadi modal awal yang mampu mempengaruhi ibu dalam menerima dan mengakses informasi. Tingkat pendidikan yang tinggi dapat mempengaruhi pola konsumsi pangan dan pengetahuan tentang gizi seimbang untuk keluarga. Tingkat pendidikan orangtua di SDN Kutajaya 1 dari 110 responden pada tabel tingkat pendidikan orang tua di SDN Kutajaya 1 mayoritas

adalah SMA yaitu sebesar 64 orang (58,2%). Hal ini juga didukung oleh pendapat dari (Surijadi et al., 2021) bahwa tingkat pendidikan dapat memberikan dampak kepada pengetahuan gizi yang seimbang untuk anaknya sehingga menciptakan pola makan yang baik pula untuk anak mereka.

Teori dari (Surijadi et al., 2021) mengatakan bahwa status pekerjaan orang tua khususnya ibu juga mendukung terjadinya pola makan yang baik karena lebih banyak ibu rumah tangga memiliki waktu yang cukup untuk mengurus dan menyediakan makanan. Pendapat ini sesuai dengan hasil penelitian yang didapatkan sebagian besar ibu berstatus sebagai ibu rumah tangga yakni sebanyak 54 responden (49.1%).

Hasil penelitian bahwa rata-rata pendapatan yang ada di wilayah SDN Kutajaya 1 yakni 5000.000-20.000.000 yakni sebanyak 57 responden (51,8%). (Surijadi et al., 2021) mengatakan bahwa pendapatan keluarga akan mempengaruhi pola makannya. Dimana apabila pendapatan tinggi akan mempengaruhi kualitas makanan yang ada didalam keluarga. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari (Febrianto & Rismayanthi, 2014) mengemukakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara tingkat penghasilan orangtua dengan pola pemberian makan pada anak yang akan mempengaruhi status gizi anak.

Hasil penelitian menggambarkan sebagian besar anak di SDN Kutajaya 1 Kabupaten Tangerang memiliki pola makan yang cenderung baik yaitu dengan hasil responden sebanyak 80 responden (80%) dari total responden yang ada. Hal ini kemungkinan terjadi karena berbagai faktor seperti yang disampaikan oleh beberapa ahli dan peneliti terdahulu bahwa pola makan dipengaruhi oleh usia orang tua, tingkat pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua serta pendapatan keluarga.

Analisa bivariat pada penelitian ini menggunakan uji Chi-square. Uji signifikan menggunakan batas kemaknaan alpha (0,05) dan tingkat kepercayaan (95%). Hasil dari uji statistik dengan menggunakan Uji Chi Square didapatkan nilai P Value = 0,001. Dimana jika  $P \text{ Value} < \alpha (0,05)$  memiliki arti ada hubungan antara pola makan dengan perkembangan motorik anak usia 7-8 tahun di SDN Kutajaya 1 Kabupaten Tangerang. Dengan nilai koefisiensi kolerasi sebesar 0,310 yang diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan perkembangan motorik anak usia 7-8 tahun di SDN Kutajaya 1 Kabupaten Tangerang. Pada nilai Odds Ratio = 4,867 yang artinya anak yang pola makanya baik memiliki peluang perkembangan motorik yang baik 4,8 kali dibandingkan dengan pola makan yang kurang baik dengan kepercayaan 95%.

Berdasarkan penelitian ini terdapat 73 responden dengan pola makan baik memiliki perkembangan motorik yang baik, sedangkan terdapat 15 responden dengan pola makan baik memiliki perkembangan motorik yang kurang. Menurut Depkes RI (Susanti, 2018) Pola makan merupakan makanan sehat yang memiliki gizi dan di konsumsi secara teratur yang bermanfaat bagi kesehatan tubuh dengan pemberian yang sesuai sehingga mampu mendukung pertumbuhan serta perkembangan pada anak. Pada saat waktu pertumbuhan anak perlu sumber makanan dengan gizi agar kebutuhan energi dan zat gizinya untuk tubuhnya terpenuhi, sarapan pagi adalah salah satu pola makan utama yang harus di terapkan

oleh anak usia sekolah karena akan menciptakan gizi seimbang yang diperlukan untuk hidup sehat, aktif dan cerdas. Hasil Penelitian ini didukung oleh peneliti sebelumnya (Susanti, 2018) dimana pola makannya baik akan mempunyai perkembangan motorik yang baik juga, dari pada anak yang pola makannya kurang. Pola makan bergizi bermanfaat untuk mendukung perkembangan motorik anak dengan menyediakan nutrisi yang dibutuhkan tubuh untuk energi metabolisme. Sumber energi digunakan untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak.

### **KESIMPULAN**

Pola Makan Pada Anak Usia 7-8 Tahun di SDN Kutajaya 1 memiliki pola makan yang baik yaitu sebanyak 80 anak (80%). Perkembangan Motorik Pada Anak Usia 7-8 Tahun di SDN Kutajaya 1 Kabupaten Tangerang sebagian besar mempunyai perkembangan motorik yang baik yaitu sebanyak 84 anak (76,4%). Terdapat hubungan yang kuat antara pola makan dengan perkembangan motorik pada anak usia 7-8 tahun di SDN Kutajaya 1 Kabupaten Tangerang Uji Chi Square didapatkan nilai signifikan 0,001. Apabila  $p\text{Value} < \alpha = 0,05$  sehingga hasil uji statistik dapat diartikan  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Hasil Penelitian ini didukung oleh peneliti sebelumnya (Susanti, 2018) dimana pola makannya baik akan mempunyai perkembangan motorik yang baik juga, dari pada anak yang pola makannya kurang. Pola makan bergizi bermanfaat untuk mendukung perkembangan motorik anak dengan menyediakan nutrisi yang dibutuhkan tubuh untuk energi metabolisme. Perkembangan motorik yang baik dapat dipengaruhi oleh pola makan yang baik, dimana pemberian pola makan itu sendiri di sertai oleh beberapa faktor seperti usia ibu, pendidikan ibu, pekerjaan ibu serta pendapatan pada keluarga. Kemudian setelah pemberian pola makan ini telah sesuai dan didukung oleh kematangan usia anak serta berat dan tinggi badan yang ideal maka akan menciptakan kemampuan motorik yang baik pada anak.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Notoatmojo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta.
- Oktiningrum, M. (2021). Literatur Review : Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Perkembangan Motorik Anak Usia Pra Sekolah. Call for Paper Seminar Nasional, 188–195.
- Prakhasita, R. C. (2018). Hakan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 12-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskeubungon Pola Pemberian Msmas Tambak Wedi Surabaya.
- Wulandari, D., & Erawati, M. (2016). Buku Ajar Keperawatan Anak. Pustaka Pelajar.
- Gainau, M. B. (2021). Pengantar Metodologi Penelitian. Penerbit PT Kanisius
- Hakim, L. D. M., Haryani, S., & Arif, S. (2012). Hubungan Pola Makan Bergizi dengan Tumbuh Kembang Motorik pada Anak Usia Sekolah di SD Tawang Mas 02 Semarang. Poltekkes Semarang.
- Wiradyani, L. A. A., Pramesti, I. L., Raiyan, M., & Nuraliffah, S. (2019). Gizi dan Kesehatan Anak Usia Sekolah Dasar Seameo Recfon Kemendikbud RI 1 (M. R. A. Muhammad, Riqqo Rahman (ed.); Edisi Kedu). Seameo Recfon,



Kemendikbud RI

Susanti, F. eka mei. (2018). Hubungan Pola Makan Bergizi Dengan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Pra Sekolah Di Tk Margobhakti Kel. Sukosari Kec.Kartoharjo Kota Madiun. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 10–27.

Surijati, K. A., Hapsari, P. W., & Rubai, W. L. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan Siswa Sekolah Dasar di Kabupaten Banyumas.

Ulilalbab, A., Anggraeni, E., & Iga Ayu Lestari. (2017). *Obesitas Anak Usia Sekolah* (1 ed.). Deepublish.

