

HUBUNGAN POLA KONSUMSI MAKANAN TERHADAP KEJADIAN ISPA BALITA

Andi Nursiah¹

¹Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas muslim Indonesia
andinursiah4@gmail.com

***Idris²**

²Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia
* idrissaing@gmail.com

Hafsah³

³Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Almarisah Madani
r3achahafsah@gmail.com

Siti Kistimbar⁴

⁴Prodi D3 Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Semarang
kistimbar@gmail.com

Coresspondence Author: Idris; idrissaing@gmail.com

Abstract: *Acute Respiratory Infection (ARI) is still one of the serious health problems that cause high mortality rates in children worldwide. There are 3 Puskesmas with the highest incidence of ARI, namely Puskesmas Turikale, Puskesmas Moncongloe, and Marusu. Data from Turikale Health Center, ARI disease is included in the 10 highest diseases in 2023, which is 907 cases. The recap report of the ARI control program of Maros Regency, January-November 2023 found 623 cases. The purpose of the study was to determine the relationship between food consumption patterns and the incidence of ARI among children under five. The results showed a relationship between fruit consumption patterns (p value: 0.000) and vegetable consumption patterns (p value: 0.001). It is recommended for health centers to increase counseling related to the dangers of smoking at home, exclusive breastfeeding, and routine consumption of vegetables and fruits in accordance with the Puskesmas work program.*

Keywords: *Toddlers, Fruit, ARI.*

Abstrak: Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) masih menjadi salah satu masalah kesehatan serius yang menyebabkan tingginya angka kematian pada anak-anak di seluruh dunia. Terdapat 3 Puskesmas dengan kejadian ISPA tertinggi yaitu Puskesmas Turikale, Puskesmas Moncongloe, dan Marusu. Data dari Puskesmas Turikale, penyakit ISPA masuk ke dalam 10 penyakit tertinggi pada tahun 2023, yaitu sebanyak 907 kasus. Adapun rekap laporan program pengendalian ISPA Kabupaten Maros, bulan Januari-November 2023 ditemukan 623 kasus. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan pola konsumsi makanan terhadap kejadian ISPA balita. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara pola konsumsi buah (p value: 0,000) dan pola konsumsi sayur (p value: 0,001). Disarankan bagi puskesmas untuk meningkatkan penyuluhan yang berkaitan dengan bahaya merokok di rumah, ASI Eksklusif, serta konsumsi sayur dan buah secara rutin sesuai dengan program kerja Puskesmas.

Kata kunci: Balita, Buah, ISPA.

A. Pendahuluan

Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) masih menjadi salah satu masalah kesehatan serius yang menyebabkan tingginya angka kematian pada anak-anak di seluruh dunia. Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI, 2018), lebih dari 4 juta anak meninggal setiap tahunnya akibat penyakit ini, dengan sebagian besar kematian terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan berkembang. Negara-negara dengan kondisi sosial ekonomi yang terbatas cenderung memiliki akses yang rendah terhadap pelayanan kesehatan yang memadai, termasuk dalam hal pencegahan, diagnosis, dan pengobatan ISPA. Organisasi Kesehatan Dunia atau World Health Organization (WHO, 2018) juga melaporkan bahwa setiap tahunnya, sekitar 151,8 juta kasus ISPA terjadi pada anak balita, menunjukkan bahwa penyakit ini sangat umum dan berpotensi membahayakan kesehatan anak-anak di usia dini.

Distribusi kasus dan angka kematian akibat ISPA ternyata tidak merata, dan sebagian besar terkonsentrasi di negara-negara berkembang. India tercatat sebagai negara dengan angka kematian akibat ISPA tertinggi, yakni mencapai 48% dari total kasus global. Indonesia menempati posisi kedua dengan kontribusi sebesar 38% terhadap angka kematian balita akibat ISPA. Sementara itu, negara lain seperti Ethiopia (4,4%), Pakistan (4,3%), China (3,5%), Sudan (1,5%), dan Nepal (0,3%) juga turut menyumbang proporsi tertentu terhadap kasus kematian tersebut. Tingginya angka kematian ini mengindikasikan perlunya peningkatan upaya pencegahan, promosi kesehatan, dan penguatan sistem pelayanan kesehatan dasar di negara-negara berkembang, agar mampu menekan jumlah kasus ISPA dan melindungi anak-anak dari risiko kematian yang sebenarnya dapat dicegah.

Berdasarkan laporan dari *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF, 2020), Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA), khususnya pneumonia, masih menjadi penyebab utama kematian pada anak-anak dibandingkan penyakit lainnya di seluruh dunia. Data UNICEF menunjukkan bahwa pneumonia, yang merupakan salah satu bentuk ISPA yang paling berbahaya, menyebabkan kematian sekitar 800.000 anak setiap tahunnya. Ini berarti bahwa secara rata-rata, sekitar 2.200 anak meninggal setiap hari akibat penyakit ini. Angka tersebut mencerminkan beban yang sangat besar terhadap kesehatan anak global, terutama di negara-negara yang memiliki sistem kesehatan yang belum optimal.

Salah satu penyebab yang turut berkontribusi terhadap terjadinya Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) pada balita adalah rendahnya konsumsi sayur dan buah dalam pola makan sehari-hari. Menurut Luthfiani et al. (2022), kekurangan asupan buah dan sayur dapat menyebabkan penurunan daya tahan tubuh, sehingga tubuh anak menjadi lebih rentan terhadap serangan infeksi, termasuk ISPA. Buah dan sayur kaya akan vitamin, mineral, serta antioksidan yang penting dalam menjaga fungsi sistem imun. Ketika sistem kekebalan tubuh seorang anak melemah, maka ia akan lebih mudah terserang penyakit, termasuk infeksi pada saluran pernapasan.

Data awal dari Dinas Kesehatan Kabupaten Maros diketahui bahwa jumlah kejadian ISPA pada tahun 2022 Januari-November sebanyak 4.052 kasus. Terdapat 3 Puskesmas dengan kejadian ISPA tertinggi yaitu Puskesmas Turikale, Puskesmas Moncongloe, dan Marusu. Data dari Puskesmas Turikale, penyakit ISPA masuk ke dalam 10 penyakit tertinggi pada tahun 2023, yaitu sebanyak 907 kasus. Adapun rekap laporan program pengendalian ISPA Kabupaten Maros, bulan Januari-November 2023 ditemukan 623 kasus. Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola konsumsi makanan terhadap kejadian ISPA balita.

B. Metodologi Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Turikale. Penelitian dilakukan pada bulan April tahun 2024. Populasi penelitian yaitu seluruh balita di wilayah kerja Puskesmas Turikale berjumlah 171 balita. Adapun sampel berjumlah 120 balita. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Accidental sampling*. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat.

C. Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian ISPA, Pola Konsumsi Buah dan Pola Konsumsi Sayur

No	Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kejadian ISPA			
1	ISPA	75	62,5
2	Tidak ISPA	45	37,5
Total		120	100,0
Pola Konsumsi Buah			
1	Kurang	108	90
2	Cukup	12	10
Total		120	100,0
Pola Konsumsi Sayur			
1	Kurang	113	94
2	Cukup	7	6
Total		120	100,0

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa terdapat 75 (62,5%) mengalami ISPA dengan mayoritas memiliki pola konsumsi buah yang kurang berjumlah 108 balita (90%) serta pola konsumsi sayur yang kurang berjumlah 113 balita (94%).

Tabel 2. Hasil Analisis Bivariat Pola Konsumsi Buah Terhadap Kejadian ISPA pada Balita

Pola Konsumsi Buah	Kejadian ISPA				P value		
	ISPA		Tidak ISPA		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Kurang	75	69	33	31	108	100	0,000
Cukup	0	0	12	100	12	100	
Jumlah	75	62,5	45	37,5	120	100	

Tabel di atas menunjukkan, dari 108 balita pola konsumsi buah kurang, terdapat 75 balita (69%) mengalami ISPA. Adapun dari 12 balita pola konsumsi buah cukup, diketahui tidak ada yang mengalami ISPA. Hasil uji statistik menggunakan *chi square* diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,000 < \alpha 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola konsumsi buah terhadap kejadian ISPA.

Hasil analisis bivariat dapat dilihat, bahwa kategori konsumsi buah kurang yang mengalami ISPA sebanyak 75 responden (100%) dan yang tidak mengalami ISPA sebanyak 33 responden (73.3%), faktor yang mempengaruhi karena, dirumah jarang disediakan buah-buahan. Sedangkan dari 12 responden dengan kategori konsumsi buah cukup yang mengalami ISPA sebanyak 0 responden (0%) dan yang tidak mengalami ISPA sebanyak 12 responden (26.7%), faktor yang mempengaruhi karena balita menyukai buah tersebut dan ibu selalu menyediakan buah dirumah.

Pada penelitian Rosanti et al., (2020) diperoleh hasil analisis status gizi didapatkan nilai $p = 0.003$ ($p < 0.05$) yang menyatakan terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian ISPA. Pertumbuhan yang baik dan status gizi yang memadai akan menghasilkan tingkat kesehatan yang baik pula. Sebaliknya, pertumbuhan fisik yang terhambat biasanya anak mudah terkena penyakit (kurangnya asupan makanan di dalam tubuh berdampak mengakibatkan kurang gizi yang dapat menurunkan daya tahan tubuh. Berikan anak berbagai jenis buah dan sayuran, kacang – kacangan serta daging tanpa lemak untuk mendukung sistem imunitas.

Tabel 3. Hasil Analisis Bivariat Pola Konsumsi Sayur Terhadap Kejadian ISPA pada Balita

Pola Konsumsi Sayur	Kejadian ISPA				P value	
	ISPA		Tidak ISPA		Total	
	n	%	n	%	n	%
Kurang	75	66	38	34	113	100
Cukup	0	0	7	100	7	100
Jumlah	75	62,5	45	37,5	120	100

Tabel di atas menunjukkan, dari 113 balita pola konsumsi sayur kurang, terdapat 75 balita (66%) mengalami ISPA. Adapun dari 7 balita pola konsumsi sayur cukup, diketahui tidak ada yang mengalami ISPA. Hasil uji statistik menggunakan *chi square* diperoleh nilai $p\ value = 0,001 < \alpha 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola konsumsi sayur terhadap kejadian ISPA.

Kurangnya konsumsi sayur pada balita disebabkan karena balita lebih sering diberikan ikan saja sehingga balita lebih menyukai ikan dibanding sayur. Penelitian Putriana et al., (2020) balita suku Bugis kurang dalam mengkonsumsi buah dan sayur setiap kali makan karena lebih sering mengkonsumsi ikan. Hasil penelitian Pibriyanti, (2022) dalam pemilihan menu makanan untuk balita sekedar nasi dan lauk seadanya tanpa tambahan sayur dan buah, kebanyakan ibu balita tidak mengetahui pentingnya sayuran dan buah-buahan untuk gizi balitanya.

Sayur dan buah merupakan sumber utama berbagai vitamin dan mineral penting yang sangat dibutuhkan oleh tubuh, terutama dalam mendukung sistem kekebalan tubuh. Kandungan seperti vitamin C, vitamin A, serat, dan antioksidan yang terdapat dalam buah dan sayuran sangat berperan dalam menjaga daya tahan tubuh agar tetap optimal. Namun, meskipun manfaatnya besar, kenyataannya banyak balita yang tidak menyukai konsumsi sayur dan buah. Menurut penelitian Zulisa dan Handiana (2022), penolakan terhadap sayur dan buah ini menjadi tantangan tersendiri dalam mencukupi kebutuhan nutrisi anak pada masa tumbuh kembang. Kurangnya asupan sayur dan buah secara konsisten dapat berdampak pada penurunan imunitas tubuh. Ketika sistem imun seorang anak melemah, maka tubuhnya menjadi lebih rentan terhadap berbagai penyakit infeksi, termasuk Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA). Hal ini diperkuat oleh temuan dari Luthfiani et al. (2022) yang menjelaskan bahwa asupan nutrisi yang tidak memadai, terutama dari sayur dan buah, berkontribusi terhadap melemahnya sistem pertahanan tubuh balita, sehingga meningkatkan risiko mereka untuk tertular ISPA. Selain itu, buah dan sayur memegang peranan penting dalam upaya pemenuhan gizi seimbang yang tidak hanya bermanfaat bagi tumbuh kembang anak, tetapi juga dalam pencegahan penyakit. Asa (2023) menegaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi buah dan sayur dengan kejadian ISPA. Kandungan nutrisi yang ada di dalamnya dapat memperkuat mekanisme pertahanan tubuh dan menurunkan kemungkinan anak terserang infeksi pernapasan.

D. Penutup

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka didapatkan kesimpulan terdapat hubungan pola konsumsi buah dan pola konsumsi sayur terhadap kejadian ISPA pada balita. Disarankan bagi puskesmas untuk meningkatkan penyuluhan yang berkaitan dengan bahaya merokok di rumah, ASI Eksklusif, serta konsumsi sayur dan buah secara rutin sesuai dengan program kerja Puskesmas.

Daftar Pustaka

- Asa, J. F. (2023). *ISPA pada Anak yang Harus Orangtua Waspada* (Tim Elementa (ed.)). Elementa Media
- Kemendes RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Kementerian Kesehatan RI, 53(9)
- Luthfiani, Nasution, S. S., Siregar, C. T., & Sitepu, N. F. (2022). *Modul Penyakit Dan Pencegahan Masalah Kesehatan Anak Di Rumah*. CV. AZKA PUSTAKA
- Laurensius Arliman S et-all, *Legal Assistance for The Poor To Reach Justice*, Jurnal Cendekia Hukum, Volume 7, Nomor 2, 2022 .
- Maria Margareta Hutajulu, *Space Occupying Lesion*, Ensiklopedia of Journal, Volume 1, Nomor 1, 2018.
- Maria Magareta Hutajulu, *Ilmu Untuk Ilmu Dan Ilmu Untuk Pemecahan Masalah*, Ensiklopedia Of Journal, Vol. 6 No. 3 Edisi 1. 2024
- Pibriyanti, K. (2022). *Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Kurang pada Anak Balita*. Jurnal Kesehatan Global, 5(1),
- Putriana, A. E., Masfufah, M., & Kariani, N. K. (2020). *Stunting berdasarkan Budaya Makan Suku Makassar, Toraja dan Bugis*. Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas, 1(2),
- Rosanti, R., Handyana, F. I., & Kristianaa, A. S. (2020). *Hubungan antara Status Gizi dengan Kejadian ISPA pada Anak Usia Toddler (1-3 Tahun)*. *Professional Health Journal*, 2(1),
- WHO. (2019). *Global Health Observatory (GHO)*. Geneva.
- Zulisa, E., & Handiana, C. M. (2022). *Tingkat Asupan Energi, Protein, Zink, Vitamin A Dan Riwayat Penyakit Infeksi Pada Balita Stunting Dan Non Stunting Di Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya*. Jurnal Ilmiah Obsgin: Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan, 14(3).