

**KONSUMSI SUSU DAN OLAHAN SUSU
PADA ANAK PRA SEKOLAH
DI WILAYAH PEDESAAN JAWA TIMUR.**

Dian Shofiya
(Poltekkes Kemenkes Surabaya)
Agustin Dwi P
(Poltekkes Kemenkes Surabaya)
Melina Sari
(Poltekkes Kemenkes Surabaya)

ABSTRAK

Susu bagi sebagian besar masyarakat Indonesia masih tergolong makanan mewah, sehingga jumlah konsumsi susu di Indonesia masih sangat rendah. Konsumsi susu sangat penting bagi anak pra sekolah, karena pada saat itu sedang terjadi pertumbuhan tulang. Konsumsi susu berpengaruh pada kejadian osteoporosis pada usia selanjutnya. Susu banyak mengandung kalsium dan mineral lain yang mungkin tidak ada di makanan nabati. Populasi Penelitian adalah murid TK di Kabupaten Tuban Jawa Timur. Sampel penelitian adalah murid TK dan playgroup di Kab. Tuban berjumlah 50 murid TK. Sample dipilih berdasarkan multistep random sampling. Kecamatan yang dipilih adalah kecamatan dengan angka stunted yang tinggi di Kab. Tuban, yaitu Kecamatan Jenu. Unit sampel penelitian adalah orang tua murid TK. Data tentang konsumsi susu dilakukan dengan menanyakan kepada orang tua, peneliti tidak melakukan pengukuran secara langsung. Tujuan penelitian untuk mengetahui jenis sediaan susu yang banyak dikonsumsi, jumlah susu yang dikonsumsi dan produk olahan susu yang disukai oleh anak pra sekolah Di pedesaan Jawa Timur. Hasil penelitian diketahui bahwa konsumsi susu pada anak pra sekolah di pedesaan Jawa Timur masih rendah. 24% dari anak pra sekolah tidak minum susu dalam sehari, dan dari yang minum susu 58% minum susu \geq 480ml/hari sisanya kurang dari itu. Sediaan susu yang paling disukai adalah susu kental manis dan susu bubuk. Produk olahan susu yang paling sering dikonsumsi adalah ice cream.

Kata kunci:

Anak Pra Sekolah, Pedesaan Jawa Timur, Konsumsi Susu, olahan susu.

PENDAHULUAN

Konsumsi susu di Indonesia masih sangat rendah. Saat ini, konsumsi susu di Indonesia masih berkisar 11 liter/kapita/tahun. (Airlangga 2014) Menurut Survey Sosial Ekonomi Nasional/Susenas, 2013 menyatakan bahwa konsumsi susu (termasuk produk susu) masyarakat Indonesia adalah 2,04 kg/kapita/tahun atau 5,6 g/kapita/hari ([Bps] 2015). Selanjutnya konsumsi produk susu juga sangat rendah yaitu 0.003 ounce/capita / week.

Konsumsi susu pada usia anak-anak sangat berpengaruh terhadap kejadian osteoporosis pada usia selanjutnya (Eysteinsdottir et al. 2014). Konsumsi produk susu perhari pada anak-anak di pedesaan Indonesia 2 kali lebih sedikit dibandingkan anak di Perkotaan Indonesia (Widodo et al. 2016). WHO menyebutkan sekitar 200 juta orang menderita Osteoporosis diseluruh dunia. Pada tahun 2050, diperkirakan angka patah tulang pinggul akan meningkat 2 kali lipat pada wanita dan 3 kali lipat pada pria. (Suyudi 2013) Konsumsi susu di Indonesia pada tahun 2013 masih sangat sedikit, di perkotaan rata-rata konsumsi susu bubuk adalah 0, konsumsi susu pada anak laki-laki lebih baik dibandingkan pada anak perempuan, 0,22 Kg/capita/minggu ([Bps] 2015). Penelitian yang dilakukan pada anak remaja memberikan hasil bahwa sebagian besar kebiasaan minum susu dibawa pada saat masih usia balita. (Hardinsyah et al. 2008) Penelitian ditujukan untuk mengetahui konsumsi susu meliputi jumlah, jenis susu yang dikonsumsi serta jenis produk olahan susu yang dikonsumsi oleh anak pra sekolah di wilayah pedesaan Jawa Timur.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan pada penelitian adalah *crosssectional study*. Populasi penelitian adalah murid TK di Kabupaten Tuban Jawa Timur. Sampel penelitian adalah murid TK dan playgroup di Kab. Tuban berjumlah 50 murid TK. Sample dipilih berdasarkan *multistep random sampling*. Kecamatan ditentukan berdasarkan prevalensi *stunted*. Kecamatan Jenu merupakan kecamatan dengan prevalensi *stunted* tertinggi di Kab. Tuban Jawa Timur. Pemilihan TK di Kecamatan Jenu dipilih secara *simple random sampling*. Pemilihan responden

dipilih secara *proporsional random sampling*. Variabel penelitian adalah Tingkat konsumsi susu dan konsumsi olahan susu. Konsumsi susu dinyatakan dalam ml/hari. Peneliti tidak melakukan pengukuran secara langsung terhadap jumlah susu yang dikonsumsi. Data diperoleh dengan menanyakan kepada orang tua murid dengan menggunakan kuesioner dan informasi tentang data konsumsi yang diperoleh dari responden jika berupa ukuran rumah tangga yang kemudian oleh peneliti dikonversikan dalam satuan *mililiter* (ml).

Olahan susu adalah semua jenis makanan/minuman yang berbahan dasar susu, misalnya yoghurt, ice cream, permen susu dan lain-lain. Data tentang olahan susu diperoleh dengan menanyakan kepada orang tua seberapa banyak olahan susu dikonsumsi oleh anak. Analisis data penelitian dilakukan secara deskriptif.

HASIL PENELITIAN

Umur murid TK berkisar (77,46 ±7,06 bulan) artinya sebagian besar murid TK di pedesaan Jawa Timur berumur 6 tahun keatas. Usia ini berhubungan dengan kebijakan yang ditetapkan oleh pemerintah berkenaan dengan wajib belajar yang ditetapkan bagi anak usia 7 tahun untuk memasuki usia Sekolah Dasar. Sehingga Usia Pra sekolah atau Usia TK diperkirakan 2 tahun sebelum usia 7 tahun, yaitu 5 tahun (Anon 2014).

Secara umum susu dipasarkan di jual dalam sediaan yang berbeda-beda. Diantaranya ada yang cair, susu kental manis dan bubuk. Kebiasaan keluarga dalam memberikan sajian susu pada anak-anak antara satu keluarga dengan keluarga yang lain berbeda-beda. Sebanyak 50 responden memilih sediaan susu dalam bentuk yang berbeda, 38% memilih menyukai susu bubuk dan 38% anak pra sekolah menyukai susu kental manis. Tetapi masih terdapat 24% yang tidak mengkonsumsi susu tetapi mengkonsumsi produk olahan susu.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Jenis Susu yang Dikonsumsi Oleh Anak Pra Sekolah

Jenis Susu	f	%
Susu bubuk	19	38
Susu Kental Manis	19	38
Tidak Minum susu	12	24
Total	50	100

Dari 24% anak yang tidak mengkonsumsi susu sebagian besar mengkonsumsi olahan susu. 50% nya menyatakan sering mengkonsumsi olahan susu dan 50% menyatakan kadang-kadang saja mengkonsumsi olahan susu.

Konsumsi susu pada anak pra sekolah di Pedesaan Jatim masih sangat sedikit. Sebagian besar anak pra sekolah di Pedesaan Jawa Timur mengkonsumsi lebih dari 480ml susu dalam sehari. Konsumsi susu dalam sehari rata-rata adalah 0,324 l/anak/hari. Angka ini masih jauh dari angka konsumsi susu di Indonesia. Saat ini, konsumsi susu nasional masih berkisar 11 liter/kapita/tahun.(Airlangga 2014) Survey Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) menyatakan bahwa konsumsi susu (termasuk produk susu)masyarakat Indonesia adalah 2,04 kg / kapita / tahun (5,6 g / kapita / hari).

Tabel 2. Volume Konsumsi Susu Pada Anak Pra Sekolah

Volume Konsumsi Susu / hari (ml)	f	%
Tidak Pernah	12	24,0
100	3	6,0
240	4	8,0
350	2	4,0
480	11	22,0
> 480	18	36,0
Jumlah	50	100,0

Ice Cream 40 (80%) adalah jenis olahan susu yang paling banyak dikonsumsi oleh anak pra sekolah, diikuti keju 6 (12%) sedangkan permen susu dan yoghurt tidak populer di kalangan anak pra sekolah di pedesaan Jawa Timur. Konsumsi produk susu perhari pada anak-anak di pedesaan Indonesia 2 kali lebih sedikit dibandingkan anak di Perkotaan Indonesia (Widodo et al. 2016).

Tabel 3. Frekuensi Konsumsi Produk Olahan Susu Pada Anak Pra Sekolah

Jenis Olahan Susu	f	%
Ice Cream	40	80
Keju	6	12
Lain-lain	4	8
Jumlah	50	100,0

Sebagian besar anak pra sekolah di Pedesaan Jawa Timur mengkonsumsi lebih dari 480ml susu dalam sehari. Konsumsi susu dalam sehari rata-rata adalah 0,324 liter/anak/hari. Angka ini masih jauh dari

angka konsumsi susu di Indonesia. Saat ini, konsumsi susu nasional masih berkisar 11 liter/kapita/tahun.(Airlangga 2014)

PEMBAHASAN

Jenu adalah kota kecamatan di Kabupaten Tuban Jawa Timur. Letak geografis Jenu berada daerah pesisir pantai laut Jawa. Penghasilan terbesar penduduk Kecamatan Jenu adalah nelayan dan sebagian kecil petani. Akses pangan sumber protein sebagian besar adalah ikan, selain karena gampang dijumpai juga harga yang relatif terjangkau. Kemudahan akses pangan ikan ini akan memberikan dampak terhadap pertumbuhan anak-anak di Kec. Jenu.

Rata-rata Umur murid TK berkisar (77,46 ±7,06 bulan). Sebagian besar orang tua memasukkan anaknya ke Taman Kanak-Kanak setelah anak berusia 5 tahun hal ini dikarenakan adanya peraturan tentang usia masuk Sekolah Dasar, yaitu minimal 7 Tahun. Penelitian yang dilakukan Laily Safura dan Sri Supriyantini (2014) memberikan bukti bahwa usia mempengaruhi prestasi belajar terutama pada anak laki-laki.(Supriyantini 2006) Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Mar'atun Aslamiya Rizally (2014) memberikan hasil bahwa tidak ada hubungan antara usia pertama masuk sekolah dasar dengan prestasi belajar. (Rizally 2014)

Susu dan hasil olahannya merupakan sumber kalsium yang utama.(Hardinsyah et al. 2008) Konsumsi susu dan hasil olahannya sangat penting untuk anak usia sekolah mengingat pada saat itu anak mulai tinggi aktifitasnya dan pada saat usia sekolah terdapat waktu pacu tumbuh (*grow spurt*) sehingga konsumsi kalsium sangat dibutuhkan. Kekurangan konsumsi kalsium dikhawatirkan akan mengganggu pertumbuhan dan kekuatan tulang.

Berdasarkan AKG 2013 untuk kelompok umur 4-6 tahun standar tinggi badan anak adalah 112 cm sedangkan jika dibandingkan dengan rata-rata tinggi badan anak di Kecamatan Jenu adalah 114,8 cm atau lebih tinggi 2,8cm dari standar AKG.(Kemenkes 2010) Hal ini kemungkinan selain dikarenakan konsumsi susu juga karena konsumsi ikan di masyarakat Jenu. Selain susu, ikan juga merupakan sumber Kalsium yang baik.(PERSAGI 2009)

Konsumsi susu pada anak pra sekolah di Kecamatan Jenu masih tergolong rendah. Hal tersebut dikarenakan masih ada 24% anak yang tidak pernah mengkonsumsi susu, tetapi mengaku mengkonsumsi susu dalam bentuk lain misalnya permen susu, ice cream dan yoghurt. Rendahnya konsumsi susu karena berbagai alasan, pertama tidak pernah disajikan oleh orang tua sejak bayi karena alasan ekonomi dan karena alasan alergi. Beberapa bagian dari penduduk Indonesia masih menggunakan air tajin sebagai pengganti susu untuk bayi.(Rizkianti 2013)Sediaan susu yang paling populer dikalangan anak-anak di pedesaan Jawa Timur adalah susu kental manis dan susu bubuk. Hal tersebut berkaitan dengan kemudahan akses untuk mendapatkan sediaan. Sediaan berupa susu segar, dan susu skim sangat jarang ditemui di pasaran di pedesaan Jawa Timur.

Selain jenis sediaan susu, bahan olahan susu juga ada dikonsumsi oleh anak pra sekolah di pedesaan Jawa Timur. Bahan olahan susu yang paling terkenal adalah ice cream, yang disusul kemudian oleh keju. Promosi ice cream yang gencar oleh produsen ice cream melalui iklan di televisi. Selain itu banyak dijumpai penjaja ice cream dengan menggunakan sepeda berkeliling kampung di pedesaan. Hal tersebut menyebabkan akses anak pra sekolah untuk mengkonsumsi ice cream sangat tinggi. Ice cream banyak tersedia di toko-toko meskipun di pedesaan. Produk olahan susu yang masih belum dikenal oleh anak pra sekolah di pedesaan Jawa Timur. Beberapa jenis yoghurt telah dipasarkan di toko-toko waralaba di pedesaan Jawa Timur, tetapi rasa asam pada yoghurt kurang disukai, sebagian besar anak kecil lebih memilih rasa manis dibandingkan rasa asam. (Nutrition 2014)

KESIMPULAN

Anak pra sekolah di pedesaan Jawa Timur sebagian besar pada range antara (77,46 ±7,06 bulan). 76% anak pra sekolah di pedesaan Jawa Timur mengkonsumsi susu secara teratur dalam sehari, tetapi masih ada 24% anak pra sekolah yang tidak minum susu. Dari anak yang mengkonsumsi susu tersebut 36% diantaranya mengkonsumsi susu dalam jumlah 480ml/hari, selebihnya kurang dari itu. Preferensi sediaan susu yang paling

digemari adalah susu kental manis dan susu bubuk. Sedangkan produk olahan susu yang paling digemari adalah ice cream.

DAFTAR PUSTAKA

- [Bps], 2015. Pengeluaran untuk konsumsi penduduk Indonesia. Buku 1 Survei Sosial Ekonomi Nasional, (September).
- Airlangga, P., 2014. World Milk Day. Konsumsi Susu Indonesia Masih Kalah Dibandingkan Malaysia dan India, 2014(July), pp.2013–2014.
- Anon, 2014. PERATURAN BERSAMA ANTARA MENTERI PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN REPUBLIK INDONESIA DAN MENTERI AGAMA REPUBLIK INDONESIA NOMOR 2/VII/PB/2014 NOMOR 7 TAHUN 2014 TENTANG,
- Eysteinsdottir, T. et al., 2014. Milk consumption throughout life and bone mineral content and density in elderly men and women. *Osteoporosis International*, 25(2), pp.663–672. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4948942/>.
- Hardinsyah, Damayanthi, E. & Zulianti, W., 2008. Hubungan Konsumsi Susu dan Kalsium dengan Densitas Tulang dan Tinggi Badan Remaja. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 3(1), pp.43–48. Available at: <http://jamu.journal.ipb.ac.id/>.
- Kemendes, 2010. Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak. , p.40. Available at: <http://www.depkes.go.id/wp-content/uploads/2011/11/buku-sk-antropometri-2010.pdf>.
- Nutrition, N., 2014. Preferensi. Available at: <https://www.nestlenutrition-institute.org/country/id/News/Pages/PreferensiAnakTerhadapRasaManisdanAsinSertaHubungannyadenganAspekLain.aspx>.
- PERSAGI, 2009. TABEL KOMPOSISI PANGAN INDONESIA, JAKARTA.
- Rizally, M.A., 2014. Volume 3 Nomor 3. E-JUPEKhu (Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus), 3(September), pp.140–148. Available at: ejournal.unp.ac.id/index.php/jupekhu/article/download/.../3073.
- Rizkianti, A., 2013. PEMBERIAN ASUPAN PRELAKTEAL SEBAGAI SALAH SATU FAKTOR KEGAGALAN ASI EKSKLUSIF PADA PEKERJA BURUH INDUSTRI TEKSTIL DI JAKARTA {Prelacteal Feeding Intake as One Factor That Led to The Failure of Exclusive Breastfeeding in Textile Industry Workers in Jakarta}. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 5(April), pp.23–36. Available at: https://www.researchgate.net/profile/Anissa_Rizkianti/publication/281277011_.
- Supriyantini, L.S. dan S., 2006. Hubungan Antara Penyesuaian Diri Anak Di. *PSIKOLOGI*, 2(1), pp.25–30. Available at: <http://repository.usu.ac.id/xmlui/handle/123456789/15722>.
- Suyudi, 2013. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Available at: <http://depkes.go.id/index.php?vw=2&id=SNR.13100003>.
- Widodo, Y. et al., 2016. The effect of socio-demographic variables and dairy use on the intake of essential macro- and micronutrients in 0 . 5-12-year-old Indonesian children. *Asia Pac J. Clin Nutr*, 25(April 2015), pp.356–367.