



Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Anak Usia 3-5 Tahun Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Bontokassi Kecamatan Galesong Selatan

Sri Kurnia Sah Puteri¹, Anita Kartini¹, Riska Nuryana¹, Sumarmi²

¹Program Studi DIII Kebidanan, Stikes Tanawali Takalar

²Program Studi SI Keperawatan, Stikes Tanawali Takalar

INFORMASI

Korespondensi:
unhyendha@gmail.com

Keywords:
Consumption Patterns,
Nutritional Status

ABSTRACT

This research aims to determine the relationship between eating patterns and the nutritional status of children aged 3-5 years in the working area of the Bontokassi Public Health Center in 2023. This research uses an Analytical Survey research design, using a Cross Sectional approach. The sample in this study was all children aged 3-5 years who had poor and good nutrition, namely 31 respondents. Data collection techniques used in this research is the Total Triangle Sampling Technique (a combination of observations through observations carried out directly on the implementation of the research, then interviews and documentation are carried out. This research was analyzed using SPSS with the chi-square test. Results are presented in the form of tables and narratives. The results of this research were obtained The value of $p = 0.000$ so that $p < \alpha$ then the H_a research hypothesis is accepted, meaning there is a relationship between diet and the nutritional status of children 3-5 years old in UPT Puskesmas Bontokassi in 2023. Conclusion: The diet of children aged 3-5 years in the UPT Working Area of the Bontokassi Community Health Center is mostly classified as having a good diet (63.9%) and the nutritional status of children aged 3-5 years in the UPT Working Area of the Bontokassi Community Health Center is mostly included in body weight. which is in accordance with WHO standards (63.9%).

PENDAHULUAN

Anak balita merupakan sekelompok usia rentang akan masalah gizi serta penyakit .anak yang rentang terjadi gangguan gizi yaitu pada masa peralihan ,pada masa ini peralihan bentuk makanan dari bayi kedewa akibatnya gizi anak-anak berkurang. Sehingga bisa menghambat pertumbuhan serta gampang terkena penyakit infeksi serta daya tangkap anak menurun .akibat membiarkan anak-anak tersebut mengalami kekurangan gizi maka” mempersiapkan” beberapa dari mereka menjadi penerus yang akan lenyap disebabkan terjadinya kemampuan intelektual serta potensial yang tidak bisa menghadapi perkembangan teknologi dan ilmu pengetahuan (Waladow, 2017).

Menurut WHO walaupun di beberapa negara didunia masalah gizi kurang mengalami penurunan namun secara global gizi kurang masih menjadi masalah utama diseluruh dunia.dari tahun 2014 ada 2 sampai 3 juta penduduk mempunyai gizi diberbagai negara ,meskipun gizi rendah tidak langsung mengakibatkan kematian seorang anak ,tetapi gizi rendah bisa dikaitkan atas pemicu pada 54 % anak yang meninggal diberbagai negara yang meningkat.

kebiasaan kurang gizi anak yang berusia dibawah 5 tahun diberbagai negara dari tahun 2010 sampai 2012 masih kategori tinggi sebanyak 15 % kebiasaan seorang anak yang menderita kurang gizi didunia yaitu sebanyak 140 dengan kurang gizi bisa mnyebabkan sepertiga penyebab atas meninggalnya anak disemua negara-negara yang ada didunia.

Di Indonesia yang mengalami gizi sangat kurus sebanyak 2,8% sedangkan gizi kurang sebanyak 6,7% sedangkan gizi Normal sebanyak 85,9%, sedangkan gizi gemuk sebanyak 4,6% sedangkan gizi sangatpendek sebanyak 9,8% sedangkan yang gizi pendek sebanyak 19,8% (Kementrian Kesehatan RI 2019).

Berdasarkan Data dinas sulawesi Selatan yang mengalami status gizi sangat kurus sebanyak 2% Sedangkan gizi kurus sebanyak 5,8% dibandingkan gizi normal sebanyak 88% sedangkan gizi gemuk sebanyak 4,2% (Kementrian Kesehatan RI 2019).

Berdasarkan profil dinas kesehatan kabupaten Takalar tahun 2018 status gizi balita diketahui hasil pertimbangan balita diposyandu sebesar 16.04 yang timbangan terhadap balita dengan status gizi buruk BMG sebesar 2% Secara presentasi BMG balita mengalami kenaikan jika dibandingkan pada tahun 2013 diman balita ditimbang dengan status gizi buruk BMG sebelum 1,7 % cakupan anak balita yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebesar 95%

angka tersebut tinggi dan hasil pencapaian pada tahun 2015 hanya sebesar 73% dan thun 2016 sebesar 80,5% (Takalar,2019).

Berdasarkan data Puskesmas Bontokassi pada tahun 2019-2020 jumlah sasaran balita usi 3-5 tahun,laki-laki sebanyak 2,024 sedangkan perempuan sebanyak 2,242 dan jumlah balita diukuran treomentri sebanyak 631 status gizi BB/U Gizi buruk sebanyak 13 orang sedangkan gizi kurang sebanyak 50 orang dan gizi baik sebanyak 568 orang status gizi TB/U sangat pendek 8 orang dan pendek sebanyak 66 orang normal sebanyak 557 orang dn sngt kurus 7 orang dan kurus 28 orang normal 596 orang.

Menurut hasil penelitian Zogara dkk, masalah yang paling mendasar yang mempengaruhi status gizi balita adalah waktu pemberian MPASI. Pemberian MPASI terlalu dini menyebabkan balita mengalami masalah gizi kurang dan sangat kurus. (Zogara, Loaloka, & Pantaleon, 2021). Pencernaan balita dibawah usia 6 bulan belum mampu mencerna makanan dengan baik dikarenakan enzim bayi yang belum sempurna sehingga rentan terhadap peyakit. Penyakit infeksi akan mempengaruhi metabolisme zat gizi dan menyebabkan kurangnya penyerapan zat gizi sehingga dapat mengakibatkan masalah gizi (Damayanti, Muniroh, & Farapti, 2016).

Berdasarkan uraian tersebut ,maka penelitian tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Pemberian Makanan Tambahan dengan Status Gizi (Kenaikan Berat Badan) Anak Usia 3-5 Tahun di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Bontokassi Kab. Takalar Tahun 2023”.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian Survei Analitik, dimana peneliti mendeskripsikan dan menganalisis hubungan antar variabel. Dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian ini akan dilakukan di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Bontokassi Kec. Galesong-Selatan pada bulan Mei Tahun 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah Semua anak Usia 3-5 Tahun yang memiliki Gizi Kurang dan Baik yaitu 31 Responden, Adapun sampel adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.

Teknik pengumpulan data yang digunakan di dalam penelitian ini adalah Teknik Total Sampling Ttrianggulasi (gabungan) yaitu observasi melalui pengamatan yangdilakukan secara langsung terhadap pelaksanaan penelitian tentang Pola Makan Pada Anak Usia 3-5 Tahun di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Bontokassi Selanjutnya wawancara dan dokumentasi. Data yang diperoleh kemudian diolah

dengan *editing, coding, tabulating, processing, dan cleaning*. Setelah data diperoleh kemudian akan dianalisis dengan menggunakan analisis univariate dan analisis bivariate.

HASIL

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Janis kelamin Anak usia 3-5 tahun Diwilayah kerja UPT Puskesmas Bontokassi

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	17	52,8
Perempuan	19	47,2
Jumlah	36	100

Tabel 1: Didapatkan hasil bahwa berdasarkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 17 orang (47,2%) dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 19 Orang (52,8%).

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Umur Anak usia 3-5 tahun Diwilayah kerja UPT Puskesmas Bontokassi

Umur	n	%
3-4 Tahun	22	61,1
4-5 Tahun	14	38,9
Jumlah	36	100

Tabel 2: Didapatkan hasil bahwa berdasarkan Umur 3-4 tahun sebanyak 22 orang (61,1%) dan umur 4-5 Tahun Sebanyak 14 Orang (38,9%).

Tabel 3. Distribusi Kriteria Pola Makan Anak usia 3-5 tahun diwilayah kerja UPT Puskesmas Bontokassi

Pola Makan	n	%
Baik	23	63,9
Tidak	13	36,1
Jumlah	36	100

Tabel 3. Menunjukkan bahwa 23 Anak usia 3-5 Tahun (63,9%) termasuk kriteria Pola makan yang baik, sedangkan 13 anak usia 3-5 Tahun (36,1%) Termasuk dalam Kriteria pola makan yang baik

Tabel 4. Distribusi Kriteria Berat Badan Anak usia 3-5 tahun Diwilayah kerja UPT Puskesmas Bontokassi

Berat Badan	n	%
Baik	23	63,9
Kurang	13	36,1
Jumlah	36	100

Tabel 4. Menunjukkan bahwa 23 Anak usia 3-5 Tahun (63,9%) termasuk kriteria Berat badan Baik, sedangkan 13 anak usia 3-5 Tahun (36,1%) Termasuk dalam Kriteria Berat badan Kurang.

2. Analisis Bivariat

Tabel 5. Distribusi Kriteria Hubungan Pola Makan dan Satus Gizi Anak usia 3-5 tahun Diwilayah kerja UPT Puskesmas Bontokassi

Status Gizi	Pola Makan				p value
	Baik		Kurang		
	n	%	n	%	
Baik	23	63,9	17	47	0,000
Tidak Baik	13	36,1	19	53	
Total	36	100	36	100	

Data Primer, 2023

Tabel 5 Menunjukkan bahwa 23 (63,9%) status gizi baik dengan pola makan yang baik dan status gizi tidak baik dengan pola makan baik sebanyak 13 (36.1%) sedangkan pada anak usia 3-5 tahun dengan status gizi baik dengan pola makan kurang sebanyak 17 anak (47%) dan status gizi tidak baik dengan pola makan kurang sebanyak 19 orang anak atau 53%. dengan Hasil Uji Statistik Chi-Squer dengan Program SPSS For Windos Versi 24. Berdasarkan Uji Statistik chi-Squer, didapatkan nilai Signifikan P (0.000) yang menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara pola makan dan berat badan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka disimpulkan bahwa: Hubungan Pola Makan Anak Usia 3-5 Tahun di wilayah kerja UPT Puskesmas Bontokassi Kecamatan Galesong Selatan Kab. Takalar didapatkan bahwa responden dengan pola makan baik lebih banyak dibandingkan dengan responden dengan pola makan tidak baik. Hubungan Pola Makan Anak Usia 3-5 Tahun di wilayah kerja UPT Puskesmas Bontokassi Kecamatan Galesong Selatan Kab. Takalar didapatkan bahwa responden dengan status gizi baik lebih banyak dari responden dengan status gizi kurang. Ada hubungan yang bermakna antara pola makan dengan status gizi Kenaikan Berat Badan pada anak usia 3-5 tahun di wilayah kerja UPT Puskesmas Bontokassi Kecamatan Galesong Selatan Kab. Takalar diperoleh nilai signifikansi $p < 0,05$ (0,000). Jadi pola makan yang tidak baik beresiko untuk terjadi status gizi kurang

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Wello (2020), yang mengatakan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan status gizi pada anak usia 3-5 tahun di Semarang. Semakin baik pola makan yang diterapkan orang tua pada anak semakin meningkat status gizi anak tersebut. Sebaliknya, bila status gizi berkurang jika orang tua menerapkan pola makan yang salah pada anak. Hasil penelitian ini juga

diperkuat ejournal keperawatan (e-Kp) Volume 1. Nomor 1. Agustus 2013 5 oleh penelitian Tella (2020) di Mapanget yang mengatakan bahwa hubungan pola makan dengan status gizi sangat kuat dimana asupan gizi seimbang dari makanan memegang peranan penting dalam proses pertumbuhan anak dibarengi dengan pola makan yang baik dan teratur yang perlu diperkenalkan sejak dini, antara lain dengan pengenalan jam-jam makan dan variasi makanan dapat membantu mengkoordinasikan kebutuhan akan pola makan sehat pada anak.

Berdasarkan Hasil Penelitian yang diperoleh Dari 36 Sampel Hubungan Pola makan dengan status gizi anak usia 3-5 tahun yang Menunjukkan bahwa 23 (63,9%) status gizi baik dengan pola makan yang baik dan status gizi tidak baik dengan pola makan baik sebanyak 13 (36.1%) sedangkan pada anak usia 3-5 tahun dengan status gizi baik dengan pola makan kurang sebanyak 17 anak (47%) dan status gizi tidak baik dengan pola makan kurang sebanyak 19 orang anak atau 53%. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tella (2020) menunjukkan hasil bahwa Sebagian besar yang memiliki berat badan Baik sebanyak 23 Orang (69,9%) dan yang memiliki Berat Badan kurang Sebanyak 13 Orang (36,1%) termasuk dalam kriteria pola makan yang baik. Pada penelitian ini, sebagian besar responden sudah menerapkan pola makan yang baik pada balita. Responden dapat memilih jenis dan menentukan jumlah kebutuhan makan balitanya. Namun, sebagian besar ibu selalu memberikan jenis makanan berupa makanan pokok, lauk pauk dan sayuran. Konsumsi buah-buahan dan susu sangat jarang ditemukan. Hal ini dikarenakan keterbatasan keluarga untuk membeli buah-buahan dan produk susu. Selain itu, responden juga dapat mengatur jadwal pemberian makan untuk anaknya. Sebagian besar ibu selalu memberikan makan pagi atau sarapan, makan siang, dan makan malam pada anaknya.

Konsumsi makan anak Usia 3-5 Tahun sangat ditentukan oleh kualitas dan kuantitas suatu hidangan. Kualitas hidangan menunjukkan adanya semua zat gizi yang diperlukan tubuh di dalam susunan hidangan. Sedangkan kuantitas menunjukkan jumlah masing-masing zat gizi terhadap kebutuhan tubuh.

Jenis makanan yang tidak sesuai akan mempengaruhi kebutuhan gizi anak Usia 3-5 Tahun. Sebaiknya anak Usia 3-5 Tahun diberi makanan yang bervariasi dalam menu utamanya dan mengandung semua zat gizi agar kebutuhan gizinya terpenuhi. Selain itu, pemberian makan yang

bervariasi dalam suatu hidangan makanan merupakan salah satu cara untuk membangkitkan selera makan anak. Pemberian makan yang tidak teratur atau tidak sesuai dengan jadwal tidak lah baik untuk anak Usia 3-5 Tahun. Frekuensi makan sering, dibutuhkan oleh anak Usia 3-5 tahun untuk mencapai energi yang dianjurkan dan tergantung dari kepadatan energi makanan. Karena lambung anak Usia 3-5 Tahun ukurannya kecil, pemberian makanan yang sering sangatlah penting (porci kecil tapi sering). Anak Usia 3-5 Tahun yang tidak minum susu membutuhkan makan lebih sering dan jumlah yang lebih banyak untuk memenuhi kebutuhannya (UNICEF, 2019).

Menurut seorang ahli mengatakan bahwa pola makan di definisikan sebagai karakteristik dari kegiatan yang berulang kali makan individu atau setiap orang makan dalam memenuhi kebutuhan makanan. Sulistyoningsih, 2011). Secara umum pola makan memiliki 3 (tiga) komponen yang terdiri dari: jenis, frekuensi, dan jumlah makanan.

KESIMPULAN

Pola Makan Anak usia 3-5 tahun di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Bontokassi sebagian besar tergolong dalam pola makan baik (63,9%).

Status gizi Anak usia 3-5 Tahun di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Bontokassi sebagian besar termasuk dalam berat badan yang sesuai dengan standard WHO (63,9%).

Ada hubungan bermakna antara pola makan dengan berat badan Anak usia 3-5 tahun di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Bontokassi, Pola Makan (63,9%), Berat Badan (63,9%) dengan uji chi-square yang menghasilkan nilai signifikan $p = 0,000$.

SARAN

Diharapkan dapat mengoptimalkan serta memberikan edukasi terkait pemantauan status gizi terutama pada balita dengan memperhatikan pengukuran yang akan dilakukan pada setiap kegiatan diposyandu. Diharapkan pula pada Masyarakat terutama ibu yang memiliki anak usia 3-5 Tahun untuk lebih memperhatikan pola makan dan status gizi pada anaknya, dan Pada penelitian selanjutnya perlu mempertimbangkan instrument penelitian yang digunakan agar lebih disempurnakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. 2016. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Pustaka Utama.
- Arisman, 2018. *Penilaian Status Gizi Perorangan Dalam gizi*. Jakarta: EGC.

- Azwar, A. 2005. *Pedoman Umum Gizi Seimbang*. Jakarta: Depkes RI. Budiyo. 2002. *Dasar-Dasar Ilmu Gizi*. Malang: UMM Pres.
- Auliana, Rizqie. 2011. *Gizi Seimbang (TGS). Pedoman Umum Gizi Seimbang*. Andayani, dan Sri Wahyuni, 2015. *Konsumsi Pangan*. Jakarta: Depkes
- Depkes RI. 2005. *Pedoman Umum Gizi Seimbang*. Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat Direktorat Gizi Masyarakat. Jakarta
- Dinas Kesehatan Takalar, (2018) Profinsi Kesehatan Kabupaten Takalar
- Damayanti et al. 2016. *Penyakit infeksi dan Metabolisme Zat Gizi Pada Pemberian PMT*.
- Fikawati, dkk. 2017. *pemenuhan asupan gizi anak, upaya perbaikan asupan gizi*. Kemenkes Tingkatkan status gizi masyarakat," 2019. *Pemberian makanan tambahan (PMT)* Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jakarta IJl. Wijaya Kusuma No. 47-48 - Cilandak Jakarta Selatan, Indonesia email: jmswh@poltekkesjakarta1.ac.id [online] [diakses 08 Mei 2023]
- Nursalam. 2017 *Konsep dan penerapan metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika. Pemerintah Provinsi Sulawesi Selatan
- Sutomu dan Anggraini. 2010. *Status Gizi Keseimbangan*. Yogyakarta : Pustaka Rihama.
- Sulistyoningsih, H. 2011. *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sulistyorini, E. 2010. *Perilaku Keluarga Mandiri Sadar Gizi*. Jakarta: EGC Supriasa,
- Waladow Geiby, dkk. (2017) . *Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia 3-5 Tahun di wilayah Kerja Puskesmas Tomposo Kecamatan Tomposo* .ejournal Keperawatan (e-KP) Volume 1. Nomor 1. Mary E. 2009. *At, a Glanc Ilmu Gizi* Penerbit: Erlangga
- Zogara et al., 2021. *Pemberian makanan tambahan memberikan dampak pada status gizi balita*.
- Zogara, Loaloka, & Pantaleon, 2021. *Pemberian MPASI dan Masalah Gizi Kurang* .