

**GAMBARAN ASUPAN ZAT GIZI BALITA 6-59 BULAN DI POSYANDU
BOUGENVILE SAOSARANA INDAH SUDIANG KECEMATAN
BIRINGKANAYA TAHUN 2024**

*Description of nutritional intake of toddlers 6-59 months at posyandu bougenvile
saosarana indah sudiang kecamatan biringkanaya*

Yuyun novitasari¹, Nadimin², Agustian³, Aswita Amir⁴

¹Alumni Prododi Gizi Diploma III Kemnekes Makassar

Yuyunnovitasary01@gmail.com 0895802862555

ABSTRACT

Nutrient intake is all food and drink consumed to meet a person's body's needs for daily physical activities. For growth and development. Nutrients are chemical chains contained in food which the body uses to produce energy, regulate life processes, and help and maintain body tissues. This study aims to determine the relationship between nutritional intake among toddlers in biringkanaya district, this research is a descriptive study using secondary data from PBL results at Posyandu Bogenvile Saosarana Indah, Biringkanaya sub-district in 2023. The sample size was 19 toddlers in Birigkanaya sub-district. Data was collected based on the results of the food recall method using a questionnaire and the data was analyzed descriptively using the spss program and presented in the form of a frequency distribution table and narrative. The results showed that energy intake was 73.68% less and 26.32% sufficient, protein intake was 57.89% more, 15.78% less and 26.31% sufficient. Fat intake was 73.68% more, 5.26% sufficient and 21.05% less. Carbohydrate intake was 15.78% insufficient and 84.21% sufficient. Vitamin A intake was 26.31% more, 26.31% enough and 47.36% less, It is recommended to maintain a healthy eating pattern, but nutritional intake needs to be increased to reach sufficient consumption levels to meet the needs of toddlers.

Keywords : *Nutrient intake*

ABSTRAK

Asupan zat gizi adalah keseluruhan makanan dan minuman yang telah disantap untuk kebutuhan seorang dalam melakukan kegiatan fisik sehari-hari. Untuk pertumbuhan dan perkembangan, zat gizi merupakan rantai kimia yang terkandung pada bahan makanan dimana tubuh menggunakan sebagai penghasilan energi mengatur proses kehidupan serta membantu dan memelihara jaringan tubuh. Penelitian bertujuan mengetahui hubungan asupan zat gizi balita dikecamatan biringkanaya, penelitian ini merupakan deskriptif dengan menggunakan data sekunder dari hasil PBL di posyandu bougenvile saosarana indah kecamatan biringkanaya pada tahun 2023. Adapun jumlah sampel sebanyak 19 balita yang ada di kecamatan biringkanaya. Data dikumoualkan berdasarkan hasil food recall dengan menggunakan aplikasi SPSS dan disajikan bentuk tabel distribusi frekuensi, narasi, dan hasil penelitian menunjukkan bahwa asupan energi kurang 73,68% cukup sebesar 26,32%, asupan protein sebesar 57,89% lebih 15,78% kurang 26,31 , asupan lemak sebesar 73,868% lebih 5,26% cukup dan 21,05% kurang, asupan kharbohidrat sebesar 15,78% kurang dan 84,21% cukup. Asupan vitamin A sebesar 26,31% lebih, 26,31% cukup dan 47,36% kurang. Disarankan agar mempertahankan pola makan sehat dan asupan zat gizi perlu ditingkatkan agar mencapai tingkat konsumsi yang cukup agar kebutuhan balita tercukupi.

Kata kunci : asupan zat gizi

PENDAHULUAN

Indonesia banyak masyarakat yang menderita masalah pencernaan seperti gizi buruk, kurang, kekurangan vitamin a, anemia gizi besi, gangguan akibat toksisitas yodium, kekurangan protein dan obesitas. Masalah gizi adalah salah satu penentu kualitas sumber daya manusia yang dilakukan dalam kandungan, bayi, anak, dewasa, dan lanjut usia. Ketika pengalaman awal kehidupan bayi tidak mendapatkan perilaku sadar akan pentingnya gizi maka hal ini dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan secara positif serta dapat menurunkan kondisi kesehatan (kepmenkes, 2007).

Berdasarkan hasil riset kesehatan indonesia dimana pemerintahan terus menempuh beragam upaya untuk mempercepat penurunan, pada hari gizi nasional ke-63 pada 25 januari 2023, dewan kesehatan nasional republik indonesia merilis hasil indeks kesehatan republik mengeluarkan hasil survei (SSGI) tahun 2022. Dari hasil survei tersebut yang disebutkan sebelumnya, kita bisa memperoleh informasi mengenai angka stunting di Indonesia yang terus meningkat setiap tahunnya, meskipun hasilnya,

kami dapat memperoleh informasi mengenai peningkatan angka stunting di Indonesia setiap tahunnya, meskipun provinsi yang ada di indonesia. Pada data tersebut dapat diketahui bahwa dari tahun 2021 sampai 2022 di indonesia mengalami penurunan angka stunting sebanyak 2,8%. Pencapaian tersebut sesuai dengan target yang direncanakan oleh kementerian kesehatan yaitu sekitar 2,7% dan setiap tahun sehingga upaya menurunkan stunting sebanyak 14% pada tahun 2024, diharapkan bisa tercapai sesuai dengan target yang telah direncanakan (kemenkes, 2023).

Masalah gizi di sulawesi selatan yang tidak lepas dari masalah gizi balita Kepala dinas kesehatan kota makassar, mengungkapkan bahwa trend SSGI stunting di Kota Makassar beberapa terakhir ini kecenderungannya terus menurun. Saat ini, SSGI stunting di Kota Makassar berada pada angka kisaran 18,4% secara nasional. Dinas kesehatan menargetkan pada tahun 2024 nanti angka itu bisa menurun sampai 14% dari tahun 2018, SSGI stunting di Kota Makassar sebesar 25%, turun menjadi 18,4% di tahun 2023.

Stunting gizi optimal atau baik terbentuknya jika tubuh mendapatkan asupan zat gizi sesuai kebutuhan dan digunakan dengan efektif dalam proses pertumbuhan dan perkembangan, kesehatan dan kemampuan kerja secara keseluruhan sehingga diperlukan zat gizi yang lebih esensial. Keadaan kelebihan gizi terjadi ketika zat-zat gizi yang masuk ke dalam tubuh dalam jumlah berlebihan dibandingkan dengan kebutuhan, sehingga menyebabkan efek toksis atau berbahaya (Iqbal & Puspitaningtyas, 2018).

UNICEF menyatakan bahwa ada dua penyebab langsung terjadinya gizi buruk yaitu kurangnya asupan gizi dari makanan akibatnya terjadi penyakit yang menyebabkan infeksi, karena kurangnya asupan zat gizi dapat disebabkan oleh terbatasnya jumlah makanan yang dikonsumsi atau makanannya tidak memenuhi unsur zat gizi yang dibutuhkan. terutama malnutrisi yang terjadi akibat penyakit disebabkan oleh rusaknya beberapa fungsi organ tubuh sehingga tidak dapat menyerap zat-zat makanan dengan baik (Handono, 2010).

Asupan zat gizi merupakan salah satu penyebab langsung yang dapat mempengaruhi status gizi balita, asupan zat gizi diperoleh dari berbagai zat gizi, di antaranya zat gizi makro meliputi energi, protein, karbohidrat, lemak dan zat gizi makro merupakan zat gizi yang dibutuhkan dalam jumlah besar oleh tubuh dan sebagai besar berperan penyediaan energi. Tingkat konsumsi zat gizi makro dapat mempengaruhi status gizi balita. Yang dimakan bayi sejak usia dini merupakan pondasi penting bagi kesehatan dan kesejahteraannya di masa depan anak-anak akan sehat jika sejak awal diberi makanan sehat dan seimbang. Jika makanan tidak seimbang (Pakhri dkk., 2013).

Metode penelitian

Penelitian ini bersifat deskriptif menggunakan data sekunder hasil pbl yaitu untuk mengetahui gambaran asupan zat gizi makro mikro. Penelitian ini dilakukan di posyandu bougenvile wilayah beruuh kecamatan biringkanaya dilakukan pada tanggal 11 juli-15 juli 2024.

Populasi dan Sampel

Populasi yaitu semua balita usia 6-59 bulan di wilayah beruuh kecamatan biringkanaya sebanyak 78

balita, sampel yang digunakan balita 6-59 bulan dengan jumlah sampel yang diambil 19 balita, besar sampel ditentukan dengan cara setiap mahasiswa dalam 1 kelompok pada saat PBL masing-masing sampel sebanyak 5 sampel anak balita 6-59 bulan. Cara pengembalian sampel yang sudah ditentukan sebelumnya, cara pengumpulan data sekunder yang diambil dari data praktek belajar lapangan (PBL) di posyandu bougenvile saosarana indah sudian 2023.

Cara pengolahan, analisis dan penyajian data yaitu data sekunder dikumpul dan diolah menggunakan aplikasi spss for windows lalu dianalisis secara deskriptif penyajian berbentuk tabel.

Hasil

Responden penelitian ini pada balita usia 6-59 bulan di posyandu bougenvile indah sudiang biringknaya, sebagian besar sampel balita berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 12 orang 63,16% terutama pada asupan mikro dan mikro masih banyak kurang ataupun lebih.

Pembahasan

Hasil penelitian yang telah dilakukan di posyandu bougenvile saosarana indah sudiang

kecamatan birigkanaya pada balita dimana balita yang jenis kelamin laki laki lebih banyak dari balita balita jenis kelamin perempuan dimana pada balita jenis kelamin laki-laki sebanyak 12 orang 63,16%, adapun asupannya yang kurang, lebih dan baik. Dimana asupan zat gizi makro dan mikro menunjukkan pada tabel 3 asupan energi dari 19 sampel balita yang asupan kurang sebanyak 14 sampel balita (73,68%), pada tabel 4 protein yang asupan lebih sebanyak 11 sampel (57,89%), pada tabel 5 lemak yang asupan lebih sebanyak 14 sampel (73,68%), dan tabel 6 kahrbohidrat asupan lebih 16 sampel (84,21). Menjelaskan sebagian besar balita mengalami asupan gizi kurang dan lebih, berdasarkan hasil recall 24 jam dilakukan di keluarga terutama pada ibu responden dengan asupan yang dikonsumsi tidak banyak variasi makanan yang berikan pada balita.

Masalah utama pada balita ditandai dengan pertumbuhan yang pesat, sehingga penting untuk memenuhi kebutuhan asupan energi yang memadai. Energi ini berasal dari makronutrien seperti karbohidrat, lemak, dan protein. Terutama, karbohidrat adalah sumber energi yang paling signifikan secara

kuantitatif bagi tubuh, menyediakan energi untuk semua jaringan, terutama otak yang biasanya menggunakan glukosa sebagai sumber energi utama. Karbohidrat adalah nutrisi utama yang memberi energi bagi tubuh untuk menjalankan fungsinya dan sangat diperlukan pada setiap tahap kehidupan, termasuk masa balita, di mana aktivitas bermain yang tinggi dan perkembangan otak membutuhkan banyak energi.

Dalam tahap ini hal yang penting dalam menentukan status seseorang merupakan tingkat perubahan perkembangan yang optimal, sangat dibutuhkan sejumlah zat-zat gizi dengan komposisi seimbang, seorang yang sehat atau normal akan bertumbuhan sesuai kemampuan genetik dan asupan zat gizi yang dikonsumsi, kekurangan kelebihan zat gizi menifestasikan dalam bentuk pertumbuhan yang menyimpang standar pertumbuhan (Khomsan, 2020).

Keseimpulan

- a. Asupan energi balita pada usia 6-59 bulan menunjukkan bahwa kategori asupan energi yang baik (26%), kurang sebanyak (71%).
- b. Asupan protein balita pada

balita 6-59 menunjukkan kategori asupan protein baik sebanyak (15%), kurang sebanyak (26%), lebih sebanyak (56%).

- c. Asupan lemak balita 6-59 bulan menunjukkan bahwa kategori asupan lemak yang lebih sebanyak (73,68%).
- d. Asupan kharbohidrat balita usia 6-59 bulan menunjukkan bahwa kategori asupan kharbohidrat baik sebanyak 4 orang (21%), lebih sebanyak 1 orang (5%), kurang 14 orang (71%).
- e. Mengetahui gambaran vitamin A, vitamin fe, asupan zinc pada balita 6-59 bulan menunjukkan bahwa asupan vitamin A kurang sebanyak 9 Orang (47,36%), asupan vitamin fe kurang sebanyak 19 orang (100%) dan asupan zinc kurang sebanyak 7 orang (36,84).

Saran

- a. Dalam meminimalkan kurang asupan pada balita, dapat dilakukan pemberian edukasi, penyuluhan, dan konseling kepada ibu balita, agar kejadian gizi kurang pada balita berkurang.

- b. Bagi petugas kesehatan terutama petugas di posyandu agar dapat meningkatkan program yang telah ditetapkan sebagai langkah pencegahan, penatalaksanaan dan tindakan lanjut dalam menghadapi kejadian gizi kurang pada balita dan dapat melaksanakan intervensi masalah gizi yang mengalami gizi buruk.

Lampiran

1. Karakteristik responden

Tabel 1

Distribusi Balita Jenis Kelamin di Posyandu Bougenvile Saosarana Indah Sudiang
Kecamatan Biringkanaya Tahun 2024

Jenis kelamin	n	%
laki-laki	12	63,16
perempuan	7	36,84
Jumlah	19	100

Sumber : data sekunder, 2024

Tabel 2

Distribusi Umur Balita di Posyandu Bougenvile Saosarana Indah Sudiang
Kecamatan Biringkanaya Tahun 2024

Umur balita	n	%
6-11 bulam	2	10,5
1-3 tahun	14	73,68
4-6 tahun	3	15,78
Total	19	100

Sumber : data primer, 2024

2. Asupan zat gizi

Tabel 3

Asupan energi umur 6-59 bulan di posyandu bougenvile saosaranna indah sudiang
kecamatan biringkanaya tahun 2024

Asupan energi	n	%
Kurang	14	73,68
Baik	5	26,32
Total	19	100

Sumber : data primer, 2024

Tabel 4

Asupan protein balita umur 6-59 bulan diposyandu bougenvile saosarana indah sudiang kecamatan biringkanaya tahun 2024

Asupan protein	N	%
Kurang	3	15,78
Baik	5	26,31
Lebih	11	57,89
Total	19	100

Sumbe : data primer, 2024

Tabel 5

Asupan lemak balita 6-59 bulan di posyandu bougenvile saosarana indah sudiang kecematana biringkanayatahun 2024

Asupan lemak	N	%
Kurang	4	21,05
Baik	1	5,26
Lebih	14	73,68
Total	19	100

Sumber :Data primer, 2024

Tabel 6

Asupan kharbohidrat balita umur 6-59 bulan di posyandu bougenvile saosarana indah sduiang kecemata biringkanaya tahun 2024

Asupan kharbohidrat	N	%
Kurang	3	15,78
Baik	16	84,21
Total	19	100

Sumber :Data primer,2024

Tabel 7

Asupan vitamin A balita 6-59 bulan di posyandu bougenvile saosarana indah sudiang kecamatan biringkanaya tahun 2024

Asupan A	n	%
Kurang	9	47,36
Baik	5	26,31
Lebih	5	26,31
Total	19	100

Sumber : Data primer, 2024

Tabel 8

Asupan fe 6-59 bulan di posyandu bougenvile saosarana indah sudiang kecamatan biringknaya tahun 2024

Asupan vitamin fe	n	%
Kurang	19	100
Total	19	100

Sumber : data primer, 2024

Tabel 9

Asupan zinc balita 6-59 bulan di posyandu bougenvile saosarana indah sudiang kecamatan biringkanaya tahun 2024

Asupan zinc	N	%
Kurang	7	36,84
Baik	6	31,57
Lebih	6	31,59
Total	19	100

Sumber : data primer, 2024

