

Hubungan Frekuensi Konsumsi Bahan Makanan Dengan Status Gizi Balita Umur 6-23 Bulan Di Posyandu Kelurahan Sudiang Raya

The Relationship between Frequency of Food Consumption and Nutritional Status of Toddlers in Posyandu, Sudiang Raya District

Imma¹, Aswita Amir, Sitti Sahariah Rowa², Hendrayati²

¹Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Makassar

²Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar

imma@poltekkes-mks.ac.id

Hp : 082258882362

ABSTRACT

Nutritional status is a public health problem that must be resolved quickly. Lack of nutritional intake will be related to growth and development disorders, illness, decreased productivity and death. This study aims to determine the relationship between the frequency of food consumption and the nutritional status of toddlers in Posyandu, Sudiang Raya District. This research is analytical research with a Cross Sectional study approach. The population of all toddlers aged 6-12 months who were sampled was 54. Data was collected by filling out questionnaires to find out about the frequency of food consumption, and cadre registration books to see measurements of weight, height and age to find out the nutritional status of toddlers. Statistical tests use Chi-square. In this study, it is known that in general the sample aged 12-23 months was 31 people (57.4%), female gender was 32 people (59.3%), good nutritional status was 44 people (81.5%), frequency of consumption good staple foods 29 people (53.7%), frequency of consumption of good animal side dishes 29 people (53.7%), frequency of consumption of vegetable side dishes 27 people (50.0%), frequency of consumption of good staple foods vegetables and fruit that are not good 29 people (53.7%). Statistical analysis shows that there is a relationship between the frequency of consumption of staple foods and the nutritional status of toddlers with a value of ($p = 0.018$), (%). Statistical analysis shows that there is a relationship between the frequency of consumption of animal side dishes and the nutritional status of toddlers with a value of ($p = 0.018$), (%). Statistical analysis shows that there is a relationship between the frequency of consumption of vegetable side dishes and the nutritional status of toddlers with a value of ($p = 0.005$), (%). Statistical analysis shows that there is a relationship between the frequency of consumption of vegetables and fruit and the nutritional status of toddlers with a value of ($p = 0.011$). This research needs to be further developed by future researchers by adding variables that can influence nutritional status with the amount, variety and texture of food ingredients.

Keywords : Frequency of Food Consumption, Nutritional Status

ABSTRAK

Status gizi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang harus diselesaikan secara cepat. Kurangnya asupan gizi akan berkaitan pada gangguan tumbuh kembang, kesakitan, penurunan produktifitas dan kematian. Studi ini adalah mengetahui hubungan frekuensi konsumsi bahan makanan dengan status gizi balita di Posyandu Kelurahan Sudiang Raya. Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan pendekatan *Cross Sectional study*. Populasi seluruh balita usia 6-12 bulan yang menjadi sampel sebanyak 54. Data dikumpulkan dengan cara pengisian kuesioner untuk mengetahui tentang frekuensi konsumsi bahan makanan, dan buku registrasi kader untuk melihat pengukuran berat badan dan tinggi badan serta umur untuk mengetahui status gizi balita. Uji statistik menggunakan *Chi-square*. Penelitian ini diketahui pada umumnya sampel dengan umur 12-23 bulan berjumlah 31 orang (57,4%), jenis kelamin perempuan berjumlah 32 orang (59,3%), status gizi baik berjumlah 44 orang (81,5%), frekuensi konsumsi bahan makanan pokok yang baik 29 orang (53,7%), frekuensi konsumsi bahan makanan lauk hewani yang baik 29 orang (53,7%), frekuensi konsumsi bahan makanan lauk nabati 27 orang (50,0%), frekuensi konsumsi bahan makanan sayur dan buah yang tidak baik 29 orang (53,7%). Analisis statistik menunjukkan terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi bahan makanan pokok dengan status gizi balita dengan nilai ($p = 0,018$), (%). Analisis statistik menunjukkan terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi bahan makanan lauk hewani dengan status gizi balita dengan nilai ($p = 0,018$), (%). Analisis statistik menunjukkan terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi bahan makanan lauk nabati dengan status gizi balita dengan nilai ($p = 0,005$), (%). Analisis statistik menunjukkan terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi bahan makanan sayur dan buah dengan status gizi balita dengan nilai ($p = 0,011$). Peneliti ini perlu di kembangkan lagi oleh peneliti selanjutnya dengan menambahkan variabel yang dapat mempengaruhi status gizi dengan jumlah, variasi dan tekstur pada bahan makanan.

Kata kunci : Frekuensi Konsumsi Bahan Makanan, Status Gizi

PENDAHULUAN

Status gizi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang harus diselesaikan secara cepat. Kurangnya asupan gizi akan berkaitan pada gangguan tumbuh kembang, kesakitan, penurunan produktifitas dan kematian. Intervensi gizi biasanya difokuskan pada kelompok yang rawan terhadap masalah kekurangan gizi adalah balita. Hal ini karena, anak balita merupakan kelompok masyarakat yang paling peka terhadap kondisi kekurangan gizi (WHO, 2010). Salah satu penyebab kurangnya asupan gizi pada balita yaitu pemberian MP-ASI yang kurang tepat.

Keragaman pangan mengacu kepada peningkatan konsumsi berbagai jenis kelompok bahan makanan yang dapat memenuhi kebutuhan zat gizi bagi kesehatan yang optimal. Mengonsumsi makanan yang beragam diharapkan dapat memenuhi kebutuhan

zat gizi seseorang seperti konsumsi makanan serelia dengan kurangnya asupan protein hewani, buah-buahan dan sayuran (Priawantiputri dan Aminah, 2020).

Faktor penyebab wasting telah dijelaskan oleh *United Nations Internasional Children Emergency Fun* (UNICEF) dan telah digunakan secara internasional. Pertama, penyebab langsung adalah asupan makanan atau infeksi, atau kombinasi keduanya. Kedua faktor penyebab tidak langsung yaitu ketersediaan pangan tingkat keluarga, pola asuh, dan pelayanan kesehatan dan lingkungan. Ketiga, masalah utama yaitu kemiskinan, karakteristik keluarga, dan sosiodemografi. Keempat, masalah dasar, yaitu krisis politik dan ekonomi (Prawesti, 2018).

Jumlah balita dengan gizi kurang di Indonesia menurut hasil Riskesdas 2018 yang diselenggarakan oleh kementerian Kesehatan menyatakan bahwa nilai dengan menggunakan tiga indeks. Balita usia 0-59 bulan yang mengalami gizi kurang yang di nilai salah satunya berdasarkan BB/TB sebesar 6,7%. Provinsi Sulawesi Selatan pada tahun 2018 memiliki persentase balita dengan gizi kurang sebesar 7,53%. Kota Makassar pada tahun 2018 memiliki persentase balita gizi kurang sebesar 8,97% (Sambo, dkk, 2020).

Berdasarkan pemantauan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 terdapat peningkatan persentase gizi kurang pada anak balita di Indonesia yaitu 7,7%. Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2022 terdapat peningkatan persentasi gizi kurang pada anak balita yaitu sebesar 8,3%. Meski persentase gizi kurang di Kota Makassar mengalami penurunan yaitu 6,8% saat ini masih menjadi masalah kesehatan.

Hasil penelitian Pande Ketut Parama Wirtarandita, dkk, menunjukkan bahwa terdapat 62,5% bayi berstatus gizi kurang dan frekuensi pemberian MP-ASI pada kategori tidak baik, hal ini terjadi dikarenakan kurangnya frekuensi ibu memberikan MP-ASI.

Hasil penelitian Laras Sitoayu, dkk, menunjukkan bahwa terdapat 21% balita wasting dan variasi pemberian makanan pada kategori tidak sesuai atau tidak bervariasi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan variasi pemberian makanan dengan status gizi balita *wasting* (Sitoayu, dkk, 2021).

METODE

Jenis, Tempat, dan Waktu Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif bersifat deskriptif analitik untuk mengetahui hubungan frekuensi konsumsi bahan makan dengan status gizi balita di Posyandu Kelurahan Sudiang Raya. yang dilakukan dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di Posyandu Kelurahan Sudiang Raya Kecamatan Biringkanaya Kota Makassar. Mulai bulan Juli 2023 sampai Maret 2024.

Jumlah dan Cara Pengambilan Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh balita usia 6-23 bulan yang berkunjung ke Posyandu Kelurahan Sudiang Raya tahun 2023 sebanyak 120 orang. Sampel dalam penelitian ini menggunakan metode penentuan yaitu rumus *Slovin* sehingga jumlah sampel yang diperlukan sebanyak 54 orang. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan metode *purposive sampling* dengan metode penentuan yaitu balita yang memenuhi kriteria.

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Jenis data penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Data primer meliputi identitas sampel, tanggal lahir, umur, dan jenis kelamin. Data frekuensi makanan di peroleh dari *Food Frequency Questionare* (FFQ). Data status gizi diperoleh dengan melakukan pengukuran antropometri yaitu penimbangan berat badan dan tinggi badan/panjang badan. Data sekunder meliputi Data umum lokasi penelitian dan jumlah balita di posyandu kelurahan sudiang raya yang diperoleh dari pihak yang bersangkutan.

Pengolahan dan Analisis Data

Data identitas sampel yang telah dikumpulkan kemudian diolah menggunakan *Microsoft Excel*. Data frekuensi konsumsi bahan makanan diperoleh dari *Food Frequency Questionare* (FFQ) berupa sejumlah daftar bahan pangan (makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah) berdasarkan frekuensi konsumsi balita selama sebulan terakhir untuk mengetahui jenis makanan beragam balita sebagai dasar penilaian frekuensi konsumsi balita. Sistem penilaian FFQ yaitu dengan menghitung skor rata-rata masing-masing sampel. Penilaian frekuensi bahan makanan dibagi menjadi 2 kategori

yaitu baik (skor FFQ < nilai rata-rata seluruh sampel), kurang (skor FFQ \geq nilai rata-rata seluruh sampel).

Data hasil pengukuran Antropometri dimasukkan dalam kategori *wasting* apabila : jika *z-score* BB/PB < -2 SD, dan normal apabila : jika *z-score* BB/TB > -2 SD.

Data hasil frekuensi konsumsi bahan makanan melalui wawancara dengan kuesioner FFQ (*food frequency*) apabila skor < 3x/hari skor 50, 1x/hari skor 25, 3-6x/minggu skor 15, 1-2x/minggu skor 10, 2x/bulan skor 5, tidak pernah skor 0.

HASIL

Penelitian ini diketahui bahwa frekuensi konsumsi bahan makanan pokok baik (53,7%), frekuensi konsumsi bahan makanan lauk hewani kurang (51,9%), frekuensi konsumsi bahan makanan lauk nabati (51,9%) frekuensi konsumsi bahan makanan sayur dan buah (42,6%). Hasil penelitian di wilayah kerja posyandu kelurahan sudiang raya ditemukan bahwa lebih dari separuh sampel berstatus gizi normal (81,5%), dan diantaranya sampel yang berstatus gizi *wasting* (18,5%). Hasil uji analisis menunjukkan terdapat hubungan frekuensi konsumsi bahan makanan pokok dengan status gizi balita terdapat hubungan signifikan dengan nilai ($p < 0,018$), Analisis hubungan frekuensi konsumsi bahan makanan lauk hewani dengan status gizi balita terdapat hubungan signifikan dengan nilai ($p < 0,048$), Analisis hubungan frekuensi konsumsi bahan makanan lauk nabati dengan status gizi balita terdapat hubungan signifikan dengan nilai ($p < 0,003$), Analisis hubungan frekuensi konsumsi bahan makanan lauk hewani dengan status gizi balita terdapat hubungan signifikan dengan nilai ($p < 0,049$).

PEMBAHASAN

Frekuensi Konsumsi Bahan makanan pokok dengan Status Gizi Balita

Hasil analisis data hubungan frekuensi konsumsi bahan makan pokok dengan status gizi bb/pb di posyandu kelurahan sudiang raya dari hasil uji *chi-square* nilai p value = 0,018 menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi bahan makan pokok dengan status gizi BB/PB.

Responden dengan frekuensi makan makanan pokok baik dengan status gizi *wasting* yaitu berjumlah 2 orang (3.7%) dan frekuensi makan makanan pokok tidak baik dengan status gizi normal berjumlah 17 orang (31.5%). Responden dengan frekuensi

makan tidak baik dengan status gizi *wasting* yaitu berjumlah 8 orang (14.8%), serta responden frekuensi makan baik dengan status gizi normal yaitu berjumlah 27 orang (50.0%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rosdiana (2020) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi bahan makanan pokok dengan status gizi balita dengan hasil uji statistik diperoleh nilai $p \text{ value} = <0,05$.

Faktor yang dapat mempengaruhi status gizi pada balita adalah asupan makanan pada anak dan penyakit infeksi yang merupakan penyebab langsung, sedangkan penyebab tidak langsungnya adalah persediaan makanan dirumah, pengetahuan, pola pengasuhan anak, pelayanan kesehatan dan kesehatan lingkungan serta kemiskinan. (Numaliza dan Herlina 2018).

Kurangnya konsumsi bahan makanan pokok pada balita merupakan salah satu penyebab kekurangan gizi pada anak balita. Bahan makanan pokok seperti nasi, roti atau umbi-umbian mengandung karbohidrat, protein, vitamin dan mineral yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan balita. Kekurangan asupan nutrisi ini dapat menghambat pertumbuhan fisik dan kognitif anak. Oleh karena itu, memastikan kecukupan asupan makanan pokok yang bergizi pada balita merupakan hal yang penting untuk mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan yang optimal. Balita yang kekurangan nutrisi makanan pokok diharapkan dapat memperoleh asupan makanan pokok yang cukup untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangannya secara optimal (Adha dan Suseno, 2020).

Frekuensi Konsumsi Bahan makanan Lauk Hewani dengan Status Gizi Balita

Hasil analisis data hubungan Frekuensi Konsumsi Bahan Makan lauk hewani dengan Status Gizi BB/PB di posyandu kelurahan sudiang raya dari hasil uji *chi-square* nilai $p \text{ value} = 0,048$ menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara frekuensi Konsumsi Bahan Makan lauk hewani dengan Status Gizi BB/PB.

Responden dengan frekuensi konsumsi lauk hewani baik dengan status gizi *wasting* yaitu berjumlah 2 orang (3.7%) dan frekuensi konsumsi Lauk hewani tidak baik dengan status gizi normal berjumlah 20 orang (37.0%). Frekuensi konsumsi lauk hewani tidak baik dengan status gizi *wasting* yaitu berjumlah 8 orang (14.8%), serta responden frekuensi konsumsi lauk hewani baik dengan status gizi normal yaitu berjumlah 24 orang (44.4%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rosdiana (2020) Yasirotul Hikmah (2023) bahwa hasil uji statistik dengan *chi-square* didapatkan nilai p value = $<0,02$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi bahan makanan lauk hewani dengan status gizi balita (Hikmah dkk., 2023).

Kurangnya mengonsumsi lauk hewani pada balita merupakan salah satu penyebab kekurangan gizi pada balita. Makanan lauk hewani seperti daging, ikan telur dan produk susu mengandung nutrisi penting yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan balita. Fungsi lauk hewani dengan status gizi balita adalah meningkatkan asupan protein, mencegah anemia, dan menjaga pertumbuhan serta perkembangan balita. Balita kekurangan asupan lauk hewani tindak lanjut yang dilakukan yaitu konsultasi dengan tenaga kesehatan khususnya pada bidang gizi untuk mendapatkan pemeriksaan dan diagnosis yang tepat. (Ardhyanti, 2017).

Frekuensi Konsumsi Bahan makanan Lauk Nabati dengan Status Gizi Balita

Hasil analisis data hubungan Frekuensi Konsumsi Bahan Makanan lauk nabati dengan Status Gizi BB/PB di posyandu kelurahan sudiang raya dari hasil uji *chi-square* nilai p value = $0,003$ menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara frekuensi Konsumsi Bahan Makanan Pokok dengan Status Gizi BB/PB.

Responden dengan frekuensi konsumsi bahan makanan lauk nabati baik dengan status gizi *wasting* yaitu berjumlah 1 orang (1.9%) dan frekuensi makan makanan pokok tidak baik dengan status gizi normal berjumlah 17 orang (31.5%). Responden dengan frekuensi makan tidak baik dengan status gizi *wasting* yaitu berjumlah 9 orang (16.7%), serta responden frekuensi makan baik dengan status gizi normal yaitu berjumlah 27 orang (50.0%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amelia Norholimah (2019) bahwa hasil uji statistik dengan *chi-square* didapatkan nilai p value = $<0,032$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi bahan makanan lauk nabati dengan status gizi balita (Nurholilah dkk., 2019).

Salah satu faktor penyebab kurang gizi pada balita yaitu kurang mengonsumsi bahan makanan sumber lauk nabati, meskipun tidak sekuat pengaruh lauk hewani. Lauk nabati tetap memberikan kontribusi penting bagi pertumbuhan balita. Kombinasi asupan lauk hewani dan nabati secara seimbang akan memberikan manfaat optimal bagi

perkembangan. Makanan yang kandungannya asam amino esensialnya tidak tercukupi dengan baik akan menyebabkan proses sintesis protein yang tidak maksimal, sehingga berdampak pada proses pertumbuhan pada balita (Swarinastiti dkk., 2018).

KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi konsumsi bahan makanan pokok dengan status gizi balita, Terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi konsumsi bahan makanan sumber lauk hewani dengan status gizi balita, Terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi konsumsi bahan makanan sumber lauk nabati dengan status gizi balita, Terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi konsumsi bahan makanan sayur dan buah dengan status gizi balita.

SARAN

Peneliti ini perlu di kembangkan lagi oleh peneliti selanjutnya dengan menambahkan variabel yang dapat mempengaruhi status gizi yaitu jumlah, variasi, dan tekstur pada bahan makanan.