

Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Balita di Posyandu Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar

by ANDI HIKMAL

Submission date: 06-Aug-2023 08:21PM (UTC+0700)

Submission ID: 2140724632

File name: KTIrturinkanvia-ANDI_HIKMAL_AKBAR_rrrr.doc (283.5K)

Word count: 6057

Character count: 34998

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia sampai saat ini memiliki 5 masalah gizi yang perlu diperhatikan seperti Kekurangan Energi Protein (KEP), Anemia, Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY), Kekurangan Vitamin A (KVA), dan juga Obesitas. Masalah gizi ini perlu diketahui oleh seorang gizi dengan cara melakukan penimbangan setiap bulannya pada anak balita hasil penimbangan dapat mencerminkan status gizi anak balita.

Masa balita merupakan masa yang paling penting dan diperlukan untuk memperhatikan tumbuh kembang anak. Balita harus selalu dipantau pertumbuhan dan perkembangannya. Balita menempati posisi strategis dalam pengembangan sumber daya manusia masa depan. Anak merupakan kelompok penduduk yang paling rentan terhadap masalah kesehatan dan gizi karena status imun, status gizi dan kesejahteraan psikologisnya masih dalam tahap perkembangan dan kelangsungan hidup, serta kualitas hidupnya masih rendah. populasi orang dewasa, terutama ibu atau orang tua (Rottie, 2017).

Masa kanak-kanak adalah masa perkembangan fisik dan psikologis yang pesat. Pola makan anak di bawah usia lima tahun berperan penting dalam pertumbuhan dan perkembangan, karena membutuhkan makanan padat gizi. Jika pola makan anak tidak diikuti dengan baik, tumbuh kembang anak akan terhambat. Tahap

perkembangan balita adalah konsumsi pasif, anak akan menerima makanan dari apa yang diberikan oleh ibu atau pengasuhnya. Kebiasaan makan orang tua mempengaruhi status kesehatan anak di bawah 5 tahun. Kebiasaan makan yang tidak tepat menyebabkan obesitas, status gizi buruk, penyakit parah, kecerdasan buruk, anemia pada orang pendek, peningkatan risiko kematian dan kesakitan pada anak-anak (Sambo dkk, 2020).

Pola makan anak usia di bawah 5 tahun harus diperhatikan kandungan gizi dan kebutuhannya, karena pola makan memegang peranan yang sangat penting dalam menunjang pertumbuhan. Pola makan yang tidak memperhatikan kebutuhan anak di bawah 5 tahun dapat mengakibatkan kekurangan jumlah zat gizi yang diperlukan tubuh, sehingga membuat anak di bawah usia 5 tahun rentan mengalami masalah gizi dengan frekuensi yang teratur. proses tumbuh kembang anak di bawah usia 5 tahun. 5, bahkan faktor gizi buruk. Status gizi tidak hanya disebabkan oleh praktik pemberian makan yang buruk, tetapi juga dapat dikaitkan dengan kurangnya perhatian terhadap kebersihan dan kesehatan balita. Faktor-faktor tersebut dapat dihindari dengan memperhatikan kebiasaan makan yang sesuai dengan kebutuhan balita dan dengan menjaga kebersihan dan kesehatan anak serta makanan yang akan dikonsumsi. Hal ini dapat mengurangi risiko gizi buruk pada anak di bawah usia 5 tahun (Maghfiroh, 2020).

Frekuensi konsumsi yang penting untuk anak usia 3-4 tahun adalah variasi makanan, makan secukupnya, perhatikan 4 makanan sehat saja: nasi, sayur, lauk pauk dan buah-buahan, setelah usia 2 tahun dapat tumbuh dengan baik. Namun nyatanya, orang tua terkesan memaksa anaknya untuk minum lebih banyak susu dan mengurangi porsi makan. Frekuensi makan 3 kali sehari lebih penting daripada minum satu atau dua gelas susu. Makan hanya nasi, lauk pauk, buah dan sayur tanpa susu, anak setelah usia 2 tahun dapat mengembangkan tinggi badan yang optimal (Rottie, 2017).

Frekuensi makan sepanjang hari merupakan salah satu aspek dari kebiasaan makan. Balita sering cenderung memiliki frekuensi makan yang tidak pasti. Ada yang terbiasa makan lebih dari 3 kali sehari, ada pula yang makan kurang dari 3 kali sehari. Karena frekuensi makan dapat menjadi faktor pendukung kecukupan gizi, dimana semakin tinggi frekuensi makan maka semakin tercukupi gizinya (Khomsan, 2015).

Makanan yang baik diberikan kepada anak sebanyak 3 kali sehari yaitu yang mengandung makanan utama, lauk hewani, lauk nabati, sayur mayur, buah-buahan dan susu. Frekuensi makan dapat menunjukkan kecukupan asupan zat gizi. Semakin tinggi frekuensi konsumsi, semakin besar kemungkinan untuk mencapai tingkat gizi yang memadai. Frekuensi makan pada orang dengan kondisi ekonomi cukup baik lebih tinggi dibandingkan pada orang dengan kondisi ekonomi lemah. Memang, orang dengan kondisi ekonomi yang lemah

memiliki daya beli yang rendah sehingga tidak dapat mengonsumsi makanan yang cukup. Kekurangan pangan dapat mengurangi asupan seseorang (Arisman, 2019).

Konsumsi makanan memegang peranan penting dalam pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak sehingga konsumsi makanan berpengaruh besar terhadap status gizi anak untuk mencapai pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak. Timbulnya gizi kurang bukan saja karena makanan yang kurang tetapi juga karena penyakit (Febrianti, 2017). Secara garis besar, kebutuhan gizi ditentukan oleh usia, jenis kelamin, aktivitas, berat badan dan tinggi badan. Antara asupan zat gizi dan pengeluarannya harus ada keseimbangan sehingga diperoleh status gizi yang baik. Status gizi balita dapat diukur menggunakan indeks antropometri yaitu BB/U, TB/U dan BB/TB.

Status gizi balita merupakan hal penting yang harus diketahui oleh setiap orangtua. Perlunya perhatian lebih dalam tumbuh kembang di usia balita didasarkan fakta bahwa kurang gizi yang terjadi pada masa emas ini bersifat sangat penting untuk masa selanjutnya (Yuliarsih, 2021). Usia 1-5 tahun merupakan *golden age* dalam proses perkembangan manusia dan sangat penting karena masa ini merupakan dasar untuk perkembangan selanjutnya. Pada masa ini aktivitas anak mulai meningkat dan rentan terhadap infeksi atau pun masalah gizi. Oleh karena itu sangatlah penting memperhatikan kecukupan gizi anak. Faktor gizi pun merupakan faktor yang sangat

berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia (SDM) karena merupakan syarat mutlak untuk mencapai tujuan pembangunan nasional (Adriani, 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Herianto dan Rombi, (2016) menunjukkan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan pola makan anak. Penelitian yang dilakukan Sari dan Lubis, (2016) didapatkan 68% anak dengan frekuensi makan yang baik mempunyai status gizi normal, dan 11% anak dengan frekuensi makan tidak baik mengalami kekurusan. Dua hasil penelitian diatas menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan status gizi. Penerapan frekuensi makan yang baik pada anak maka status gizi anak akan menjadi baik.

Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi masalah gizi balita (kurang dan buruk) provinsi Sulawesi Selatan adalah 23% balita gizi kurang lebih tinggi dibandingkan dengan prevalensi nasional yaitu sebanyak 17,7% balita gizi kurang. Prevalensi balita pendek sebesar 23,2% lebih rendah dengan angka prevalensi balita pendek nasional yaitu sebanyak 19,3%, dan prevalensi balita kurus sebesar 7,5% angka ini sedikit lebih tinggi dibandingkan dengan angka nasional yaitu 6,7% balita kurus. Sehingga dilakukan penelitian mengenai "Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Balita di Posyandu Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar".

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah gambaran pola makan dan status gizi balita di Posyandu Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kelurahan Laikang Kecamatan Biringkanaya Kota Makassar?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran pola makan dan status gizi balita di Posyandu Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kelurahan Laikang Kecamatan Biringkanaya Kota Makassar.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran pola makan balita
- b. Mengetahui status gizi balita
- c. Mengetahui frekuensi konsumsi balita
- d. Mengetahui kelengkapan konsumsi jenis makanan pada balita

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi peneliti

Hasil penelitian ini menjadi pengalaman baru bagi peneliti dan menambah wawasan selama dalam proses penelitian dan pengumpulan data.

2. Manfaat bagi institusi

Hasil penelitian ini menjadi sumber penerapan ilmu pengetahuan dan pengayaan literatur Politeknik Kemenkes Makassar Jurusan Gizi, serta tambahan informasi bagi mahasiswa

dalam melakukan penelitian lanjutan atau penelitian lanjutan.

3. Manfaat bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi bagi masyarakat khususnya orang tua khususnya ibu untuk memperhatikan pola makan anak balitanya seperti frekuensi dan jenis makanan yang diberikan kepada balitanya agar kebutuhan dalam sehari bisa terpenuhi untuk menunjang status gizi yang baik.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Gambaran Pola Makan Anak Balita

1. Pengetian Pola Makan

Pola makan adalah cara atau usaha untuk mengatur jumlah dan jenis makanan dengan tambahan informasi visual dengan tetap menjaga kesehatan, status gizi, mencegah atau membantu penyembuhan penyakit. Sedangkan menurut Selistyoningsih (2018), kebiasaan makan didefinisikan sebagai karakteristik aktivitas berulang yang dilakukan seseorang makan untuk memenuhi kebutuhan gizi.

Jenis makanan ini merupakan makanan pokok yang dikonsumsi setiap hari oleh individu meliputi makanan pokok, lauk pauk hewani, lauk pauk nabati, sayuran dan buah-buahan yang dikonsumsi sehari-hari. jagung, umbi-umbian dan tepung. Contoh makanan yang menyebabkan masalah gizi pada balita adalah gorengan dengan banyak minyak bekas, coklat, fast food. Biasanya anak-anak jajan di tempat bermain. Oleh karena itu, mereka terbiasa mengkonsumsi makanan tersebut dan jarang mengkonsumsi buah dan sayur untuk kebutuhannya. Selain itu, penjual jarang memperhatikan nilai gizi dan kandungan makanan yang dijualnya karena kurangnya pengetahuan tentang diet seimbang.

⁵ Frekuensi makan adalah gambaran berapa kali makan dalam sehari, termasuk sarapan, makan siang, ⁴ makan malam, dan makanan ringan. Frekuensi makan balita sangat berbeda dengan orang dewasa, dalam hal ini porsi makan anak lebih kecil karena kebutuhan gizi anak lebih sedikit dibandingkan dengan orang dewasa. hari dengan makanan rutin yaitu 3 kali makan utama dengan selang waktu 3 jam, jadwal ini dapat diubah jika diperlukan asalkan tetap dalam 3 jam (Natalia dkk, 2018).

Orang tua yang sibuk dengan pekerjaannya sering melupakan frekuensi makan bagi anaknya. Frekuensi makan pada anak usia prasekolah berperan penting dalam proses pertumbuhan pada anak usia prasekolah, karena dalam makanan banyak mengandung zat gizi. Zat gizi memiliki keterkaitan yang erat hubungan dengan kesehatan dan kecerdasan dan juga tumbuh kembang anak. Jika frekuensi makan tidak tercapai dengan baik pada anak usia prasekolah maka masa pertumbuhan akan terganggu. Sehingga dapat menyebabkan tubuh kurus, pendek, bahkan bisa terjadi gizi buruk pada anak usia prasekolah (Sa'diya, 2015).

Frekuensi makan yang benar, cukup kandungan karbohidrat, ⁵ lemak, protein, vitamin dan mineral. cemilan diperlukan jika makanan utama tidak terpenuhi dengan cukup, sebaiknya jangan makan cemilan terlalu banyak ⁵ karena dapat menyebabkan penurunan nafsu makan utama akibat kenyang. Frekuensi asupan balita sangat

berbeda dengan orang dewasa, dalam hal ini tingkat konsumsi balita lebih sedikit karena kebutuhan gizi balita lebih sedikit dibandingkan orang dewasa. Selain itu pola makan balita harus memiliki kandungan air dan serat yang tepat, tekstur makanan harus lembut dan memberikan rasa kenyang (Sari, 2021).

2. Pola Makan Anak Balita yang Dianjurkan

Gizi balita memegang peranan paling penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Pola makan anak harus sesuai dengan usianya agar tidak menimbulkan gangguan kesehatan (Yustianingrum dan Andriani, 2021). Jenis kontrol makanan yang dapat dilakukan orang tua pada anaknya adalah memantau asupan gizi, membatasi asupan gizi, menanggapi kebiasaan makan, dan memantau status gizi balita. .

Pola makan yang sehat adalah pola makan yang seimbang dengan berbagai macam nutrisi dalam jumlah sedang dan tidak berlebihan. Pola makan yang sehat dapat dilihat dari 3 faktor yaitu jumlah, jenis dan durasi (Hardinsyah et al, 2018). Kuantitas berarti jumlah makanan yang masuk ke dalam tubuh. Jumlah makanan yang ideal harus mengandung energi dan nutrisi penting (komponen makanan yang tidak dapat disintesis sendiri oleh tubuh tetapi diperlukan untuk kesehatan dan pertumbuhan) dalam jumlah yang cukup. Angka yang baik adalah jumlah yang memenuhi Angka

Kecukupan Gizi (AKG) (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Jenis makanan yang dibutuhkan tubuh balita mengandung karbohidrat, protein dan zat pengatur. Karbohidrat dapat membangun dan memperbaiki jaringan tubuh. Karbohidrat yang dapat diberikan pada anak seperti nasi, mie, bihun, jagung, kentang, singkong, ubi jalar, tepung kanji. Protein bertindak sebagai blok bangunan untuk mendukung berat dan tinggi badan. Beberapa jenis protein yang bisa dijadikan bahan masakan resep anak yaitu ikan, telur, tempe, ayam, sapi, susu, keju, tahu, tempe. Berikutnya adalah buah dan sayur yang berperan sebagai pengatur. Ibu dapat memilih sayuran ⁴ berwarna hijau atau kuning untuk menyeimbangkan kebutuhan gizi anak, seperti kangkung, bayam, wortel, brokoli (Hardinsyah dkk, 2018). Jumlah yang baik di konsumsi makanan anak balita dapat dilihat berdasarkan tabel berikut ini :

Tabel 1
Pola Makan Anak Balita Berdasarkan Umur

Kelompok umur	Jenis dan jumlah makanan	Frekuensi makan
6-12 bulan	Makanan Lembek	2x sehari 2x selingan
1-3 tahun	Makanan Keluarga: 1-1 ½ piring nasi 2-3 potong lauk hewani 1-2 potong lauk nabati ½ mangkuk sayur	3x sehari

	2-3 potong buah	
	1 gelas susu	
4-6 tahun	1-3 piring nasi	2x sehari
	2-3 potong lauk hewani	
	1-2 potong lauk nabati	
	1- 1 ½ mangkuk sayur	
	2-3 potong buah	
	1-2 gelas susu	

Sumber : Kementerian Kesehatan RI 2018

3. Pola makan yang tidak di anjurkan pada balita

⁵ Pola makan yang tidak sehat adalah kebiasaan mengonsumsi makanan yang tidak sehat setiap hari. Pola makan yang buruk dapat membahayakan kesehatan tubuh. Rangkuman dari sejumlah sumber tentang kebiasaan makan yang tidak sehat seperti:

- a. Melewatkan sarapan diperlukan karena untuk menjaga fokus saat beraktivitas, menu sarapan tentunya harus disesuaikan dan dilengkapi dengan nutrisi yang dibutuhkan.
- b. Terlalu banyak minum minuman manis, minuman manis akan meningkatkan gula darah dan Anda lebih berisiko terkena diabetes, belum lagi minuman manis juga bisa menyebabkan kegemukan.
- c. dibandingkan dengan Terlalu sering, konsumsi gorengan juga bisa memengaruhi asupan kalori dan meningkatkan kolesterol.
- d. Mengonsumsi junk food ternyata mengandung 80% lemak jenuh, terlalu banyak mengonsumsi junk food akan menyebabkan kegemukan dan penyakit lainnya.

- e. Kurangi makan sayur dan buah berarti tubuh membutuhkan serat untuk melancarkan pencernaan, belum lagi tidak makan sayur juga bisa menyebabkan tekanan darah tinggi dan risiko lainnya.
- f. Makan larut malam mudah menambah berat badan, menyebabkan kegemukan, selain itu juga dapat menyebabkan asam lambung meningkat di siang hari (Safira, 2014).

B. Status Gizi Anak Balita

1. Pengertian status gizi

Status gizi adalah keadaan tubuh yang dihasilkan melalui proses, penyerapan, transportasi, penyimpanan, dan efek metabolisme. Status gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh. Status gizi normal merupakan suatu ukuran status gizi dimana terdapat keseimbangan antara jumlah energi yang masuk ke dalam tubuh dan energi yang dikeluarkan dari luar tubuh sesuai dengan kebutuhan individu. Energi yang masuk ke dalam tubuh dapat berasal dari karbohidrat, protein, lemak dan zat gizi lainnya (Utami dan Rahmawati, 2015).

Status gizi kurang atau yang lebih sering disebut *undernutrition* merupakan keadaan gizi seseorang dimana jumlah energi yang masuk lebih sedikit dari energi yang dikeluarkan. Hal ini dapat terjadi karena jumlah energi yang masuk lebih sedikit dari anjuran kebutuhan individu (Snae, 2019). Status gizi lebih (*overnutrition*)

merupakan keadaan gizi seseorang dimana jumlah energi yang masuk ke dalam tubuh lebih besar dari jumlah energi yang dikeluarkan. Hal ini terjadi karena jumlah energi yang masuk melebihi kecukupan energi yang dianjurkan untuk seseorang, akhirnya kelebihan zat gizi disimpan dalam bentuk lemak yang dapat mengakibatkan seseorang menjadi gemuk (Apriadi, 2019).

Status gizi memiliki hubungan yang jelas dengan perkembangan motorik anak. Status gizi yang buruk meningkatkan risiko keterlambatan pertumbuhan sebesar 5,7 kali dan kemungkinan hasil yang tidak sesuai dengan usia. Artinya, anak yang kekurangan gizi akan menjadi kurus, lemah, dan tidak aktif sehingga menyebabkan pertumbuhan terhambat dan terhambat pertumbuhannya. Status gizi yang baik dapat bermanfaat bagi anak untuk menerima segala bentuk stimulasi yang diberikan. Selain gizi buruk, gizi lebih juga berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga rentan terhadap penyakit. Seseorang dapat dikatakan mencapai pertumbuhan yang optimal apabila mampu memenuhi standar pertumbuhan sesuai usianya (Ayumi, 2021).

2 Tabel 2
Kategori Status Gizi Menurut BB/U, TB/U, BB/TB

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
Berat Badan menurut Umur (BB/U)	Berat badan sangat kurang (<i>severely underweight</i>)	(<-3 SD)
	Berat badan kurang (<i>underweight</i>)	(-1 SD s.d <-2 SD)
	Berat badan normal	(-2 SD s.d+ 1SD)
Panjang Badan /Tinggi Badan menurut Umur (PB/U atau TB/U)	Resiko berat badan lebih	(>+ 1 SD)
	Sangat Pendek (<i>Severely stunted</i>)	(<-3 SD)
	Pendek (<i>stunted</i>)	(-3 SD s.d <-2 SD)
Indeks Massa Tubuh menurut Panjang/Tinggi Badan (BB/Pb(TB/PB))	Normal	(-2 SD s.d+ 3SD)
	Tinggi	(>+ 3 SD)
	Gizi buruk (<i>severely wasted</i>)	(<-3 SD)
	Gizi kurang (<i>wasted</i>)	(- 3 SD s.d < - 2SD)
	Gizi baik (<i>normal</i>)	(-2 SD s.d+ 1 SD)
Obesitas (obese)	Beresiko gizi lebih (<i>possible risk of overweight</i>)	(> + 1 SD s.d+ 2SD)
	Gizi lebih (<i>overweight</i>)	(>+ 2 SD s.d+ 3 SD)
	Obesitas (<i>obese</i>)	(>+ 3 SD)

Sumber : Permenkes 2020, Standar Antropometri Anak

C. Anak Balita

1. Pengertian Anak Balita

Balita adalah anak yang berumur 0-59 bulan, pada masa ini ditandai dengan proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat dan disertai dengan perubahan yang memerlukan zat-zat gizi yang jumlahnya lebih banyak dengan kualitas yang tinggi. Akan tetapi, balita termasuk kelompok yang rawan gizi serta mudah menderita kelainan gizi karena kekurangan makanan yang dibutuhkan. Konsumsi makanan memegang peranan penting dalam pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak sehingga konsumsi makanan berpengaruh besar terhadap status gizi anak untuk mencapai pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak (Ariani, 2020).

⁶ Masa balita merupakan masa yang paling penting dan perlu untuk mendapatkan perhatian dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Untuk itu dalam masa ini, perlu untuk selalu melakukan pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak. Anak menempati posisi strategis dalam pembangunan sumber daya manusia masa depan. Anak merupakan kelompok penduduk yang paling rentan terhadap gangguan kesehatan dan gizi karena status imunitas, diet dan psikologi anak belum matang atau masih dalam taraf perkembangan dan kelangsungan serta kualitas hidup anak sangat tergantung pada penduduk dewasa terutama ibu atau orang tuanya (Rottie, 2017).

Anak balita merupakan kelompok umur yang rawan gizi dan rawan penyakit, dan yang paling banyak menderita gangguan akibat gizi (Kurang Energi Protein) dikarenakan anak balita berada dalam masa transisi, pada masa ini terjadi perubahan pola makan dari makanan bayi ke makanan dewasa (Rottie, 2017). Gizi kurang yang terjadi pada anak-anak, dapat menghambat pertumbuhan, rentan terhadap penyakit infeksi dan rendahnya tingkat kecerdasan anak. Konsekuensi membiarkan anak-anak tersebut menderita kurang gizi berarti “mempersiapkan” sebagian mereka menjadi generasi yang hilang karena terbentuknya potensi intelektual dan produktivitas yang tidak mampu menghadapi kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi.

2. Kebutuhan Gizi Anak Balita

Kebutuhan gizi yang harus dipenuhi pada masa balita di antaranya adalah energi dan protein. energi dalam tubuh diperoleh terutama dari zat gizi karbohidrat, lemak dan protein. Protein dalam tubuh merupakan sumber asam amino esensial yang diperlukan sebagai zat pembangun, yaitu untuk pertumbuhan dan pembentukan protein dalam serum serta mengganti sel-sel yang telah rusak dan memelihara keseimbangan cairan tubuh. Lemak merupakan sumber kalori berkonsentrasi tinggi yang mempunyai tiga fungsi, yaitu sebagai sumber lemak esensial, zat pelarut

vitamin A, D, E dan K serta memberikan rasa sedap dalam makanan. Kebutuhan karbohidrat yang dianjurkan adalah sebanyak 60-70% dari total energi yang diperoleh dari beras, jagung, singkong dan serat makanan. Vitamin dan mineral pada masa balita sangat diperlukan untuk mengatur keseimbangan kerja tubuh dan kesehatan secara keseluruhan (Dewi, 2020).

Balita akan menderita kekurangan gizi apabila kurang asupan gizi dalam makanan yang dikonsumsi sehari-hari, baik kualitas maupun kuantitasnya. mengkonsumsi makanan yang beraneka ragam atau yang sering disebut triguna makanan, yaitu makanan yang mengandung zat tenaga, pembangun dan pengatur. Makanan sumber zat tenaga yang berfungsi untuk menunjang aktivitas sehari-hari, jenisnya antara lain : beras, jagung, ubi kayu, ubi jalar, kentang, sagu, roti dan mie. Minyak, margarin dan santan yang mengandung lemak juga dapat menghasilkan tenaga. Makanan sumber zat pembangun yang berfungsi untuk pertumbuhan dan perkembangan balita (Marmi, 2013)

BAB III

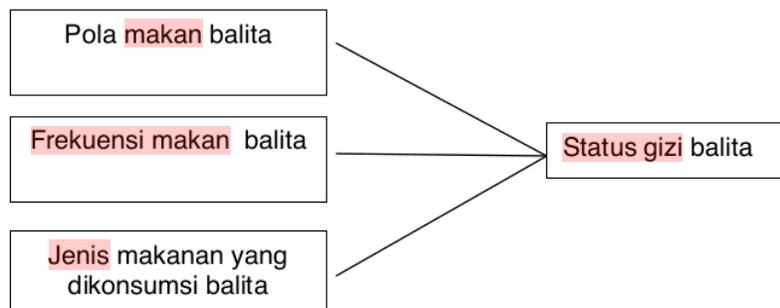
KERANGKA KONSEP

A. Dasar Pemikiran Variabel

Setiap anak balita pastinya setiap harinya diberikan makanan beberapa kali dalam sehari untuk mencukupi kebutuhannya. Biasanya yang diberikan ibu kepada anak balitanya seperti yang mengandung karbohidrat, protein nabati, hewani, sayur, buah, dan mineral yang berfungsi untuk menunjang perkembangan anak balita.

Namun sayangnya kadang kali ibu tidak memperhatikan pola makan balitanya seperti frekuensi makan dan jenis makanan yang diberikan pada balitanya, padahal pola makan balita itu penting ibu ketahui untuk memenuhi kebutuhan anak balitanya, jika tidak memperhatikan pola makan ini bisa menunjang kebutuhan balita kurang ataupun melebihi kebutuhan balita yang menyebabkan balita bisa berdampak status gizi buruk ataupun gizi lebih.

B. Bagan ¹Kerangka Konsep



2

C. Identifikasi Variabel

1. Variabel terikat (*Dependent*) : Variabel terikat dalam penelitian ini adalah status gizi anak balita
2. Variabel bebas (*Independent*) : Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pola makan, frekuensi dan jenis makanan anak balita.

2

D. Definisi operasional dan kriteria objektif

Definisi Operasional	Kriteria Objektif
Pola makan yang sehat adalah pola makan yang seimbang dengan berbagai macam nutrisi dalam jumlah sedang dan tidak berlebihan. Pola makan yang sehat dapat dilihat dari jenis dan frekuensi makan balita	Frekuensi makan Baik : 2 – 3 kali makan dalam sehari, terdiri 3 kali makanan pokok dan 2 kali selingan Kurang : kurang dari 2- 3 kali makan dalam sehari, terdiri dari 3 kali makanan pokok dan 2 kali selingan Jenis makanan Lengkap : jika terdapat makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah setiap kali makan Tidak lengkap : jika salah satu dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah tidak dikonsumsi Pola makan Baik : jika frekuensi makan baik dan jenis makanan lengkap

	<p>Kurang : jika frekuensi makan kurang ataupun jenis makanan tidak lengkap</p> <p>Sumber: Buku Survey Konsumsi Pangan</p>
<p>Status gizi balita adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi yang dapat dihitung menggunakan BB/U, TB/U, dan BB/TB.</p>	<p>BB/U :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. BBU (-1 SD s.d < -2SD) 2. BB normal (- 2 SD s.d + SD) 3. Resiko BB lebih (>+ 1 SD) <p>TB/U</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pendek (- 3 SD s.d < - 2 SD) 2. Normal (- 2 SD s.d + 3 SD) 3. Tinggi (> + 3 SD) <p>BB/TB</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Gizi buruk (< - 3 SD) 2. Gizi baik (- 2 SD s.d + SD) 3. Gizi lebih (> + 2 SD s.d + 3 SD) <p>Sumber : Permenkes, 2020</p>

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan data primer.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Kelurahan Laikang di Posyandu Bougenville 03 Perumnas Sudiang pada tanggal 6 Mei 2023.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah keluarga yang memiliki Balita 6-59 bulan di Posyandu Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar.

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah anak Balita 6-59 bulan di Posyandu Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar sejumlah 20 Balita.

D. Cara Pengambilan Sampel

Sampel di ambil secara purposive dimana sampel adalah Balita Usia 6-59 bulan di Posyandu Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar, kriteria sampel sebagai berikut :

1. Orang tua balita bersedia menjadi responden

2. Anak Balita usia 6-59 bulan

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer dimana penelitian ini meliputi data demografi, status gizi, pola makan, frekuensi, dan jenis makanan balita.

2. Pengukuran Status Gizi

Pengukuran status gizi dilakukan dengan cara pengukuran antropometri berdasarkan BB/U, TB/U, dan BB/TB

2 a) Berat Badan

Berat badan diukur dengan menggunakan timbangan digital

2 b) Umur

Umur diperoleh dari hasil wawancara orang tua balita yang di isi melalui lembar kuesioner

c) Tinggi Badan dan Panjang Badan

Tinggi badan dan panjang badan diperoleh dari pengukuran dengan menggunakan alat yaitu *Microtoice* dan Panjang badan menggunakan *Baby Length Board*.

F. Pengolahan, Analisis dan Penyanyian Data

1. Pengolahan Data

Mengumpulkan sampel sebanyak 20 balita yang didapatkan dari antropometri balita dan wawancara orangtua balita, setelah itu meneliti kelengkapan data yang telah diambil, setelah data lengkap

kemudian pemberian kode pada masing-masing jawaban untuk mempermudah pengolahan data, setelah itu data yang telah diberikan kode dimasukkan ke computer dengan program SPSS, setelah itu data akan terolah dengan pengelompokan berdasarkan variabel yang sudah ditentukan.

² 2. Analisis Data

Data yang terkumpul kemudian diolah dan dianalisis secara deskriptif distribusi berdasarkan jumlah distribusi frekuensi. Kemudian diolah² menggunakan komputer dengan program SPSS.

3. Penyajian Data

Data yang terkumpul kemudian diolah dan dianalisis. Hasilnya disajikan dalam bentuk tabel dengan penjelasan secara naratif.

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran umum lokasi penelitian

a. Letak Geografis

³ Puskesmas Sudiang Raya dibangun pada tahun 2003 Atas bantuan *Rotary Club of Leiden* yang diresmikan pada tanggal 9 Desember 2003 Oleh Walikota Makassar dengan pihak donatur. Puskesmas ini memiliki bangunan seluas 1.300 m² dengan luas 3.600 m² serta mempunyai daya listrik 6.300 watt.

Puskesmas Sudiang Raya merupakan salah satu pusat pelayanan kesehatan masyarakat di kecamatan Biringkanaya, yang beralamat di jl. Perumnas Raya No.5 Bumi Sudiang Permai. Selain memiliki fasilitas layanan standar berdasarkan Permenkes No. 75 Tahun 2014, Puskesmas Sudiang Raya juga memiliki Poliklinik Umum, Poliklinik Gigi dan Mulut. Pelayanan Kesehatan Ibu dan Anak serta Keluarga Berencana, pelayanan Laboratorium dan Pelayanan Obat (Apotek). Puskesmas Sudiang Raya dilengkapi dengan 1 unit mobil ambulance, 1 unit mobil Dottorota, 5 Sepeda Motor. Rata – rata kunjungan ke Puskresmas Sudiang Raya sekitar ± 200 orang perhari, dengan jadwal buka pukul 08.00 sampai dengan 14.000 WIB.

Puskesmas Sudiang Raya terletak di Kelurahan Sudiang Raya Kecamatan Biringkanaya dengan berbatasan wilayah : sebelah utara berbatasan dengan Kelurahan Pai, sebelah selatan berbatasan dengan Kelurahan Paccerrakkang, Sebelah Barat berbatasan dengan Kelurahan Bira, sebelah Timur Berbatasan dengan Kelurahan Mandai / Maros. Luas Wilayah 1,459 Ha , Puskesmas Sudiang Raya terdiri dari 2 Kelurahan yaitu Kelurahan Sudiang Raya 480 Ha dan Kelurahan Laikang: 398 Ha.

2. Karakteristik Sampel

a. Jenis Kelamin Sampel

Jenis kelamin anak balita dapat dibandingkan populasi di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar berdasarkan tabel berikut :

Tabel 3
Distribusi Berdasarkan Jenis Kelamin Sampel di Posyandu
Bougenville 03 Perumnas Sudiang Tahun 2023

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	9	45
Perempuan	11	55
Total	20	100

Sumber : Data Primer 2023

Tabel Menunjukkan bahwa sebagian besar sampel berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 11 balita (55%) dan laki-laki sebanyak 9 balita (45%).

b. Pekerjaan Ayah

Pekerjaan ayah balita di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar dapat dibedakan berdasarkan tabel berikut :

Tabel 4
Distribusi Sampel Berdasarkan Pekerjaan Ayah Sampel di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar

Pekerjaan Ayah	n	%
Karyawan Swasta	7	35
Wiraswasta	3	15
PNS	1	5
Buruh Harian	5	25
Kuli Bangunan	2	10
Satpam	1	5
Pedagang	1	5
Total	20	100

Sumber : Data Primer 2023

Tabel Menunjukkan bahwa sebagian besar pekerjaan ayah balita yaitu sebagai karyawan swasta sebanyak 7 orang (35%).

C. Pekerjaan Ibu

Pekerjaan ibu sampel di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar dapat dibedakan berdasarkan tabel berikut :

Tabel 5
Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu Sampel di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar

Pekerjaan Ibu	n	%
Karyawan swasta	1	5
PNS	1	5
Ibu Rumah Tangga	18	90
Total	20	100

Sumber : Data Primer 2023

Tabel menunjukkan bahwa sebagian besar pekerjaan ibu sampel yaitu sebagai ibu rumah tangga yaitu sebanyak 18 orang (90%).

2. Status Gizi

a. Status Gizi menurut BB/U

Status gizi menurut BB/U balita di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar dapat dibedakan berdasarkan tabel berikut :

Tabel 6
Distribusi Sampel Berdasarkan Berat Badan Menurut Umur di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar

BB/U	n	%
BB Normal	16	80
Risiko BB Lebih	4	20
Total	20	100

Sumber : Data Primer 2023

Tabel menunjukkan bahwa sebagian besar anak balita memiliki berat badan normal yaitu sebanyak 16 balita (80%).

b. Status Gizi menurut TB/U

Status gizi menurut TB/U balita di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar dapat dibedakan berdasarkan tabel berikut :

Tabel 7
Distribusi Sampel Berdasarkan Tinggi Badan Menurut Umur di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar

TB/U	n	%
Pendek	4	20
Normal	13	65
Tinggi	3	15
Total	20	100

Sumber : Data Primer 2023

Tabel Menunjukkan bahwa sebagian besar balita memiliki status

gizi normal sebanyak 13 balita (65%).

c. Status Gizi Menurut BB/TB

Status gizi menurut BB/TB balita di Bougenville 03 Perumnas

Sudiang Kota Makassar dapat dibedakan berdasarkan tabel berikut :

Tabel 8
Distribusi Sampel Berdasarkan Berat Badan menurut Tinggi Badan
di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar

BB/TB	n	%
Gizi buruk	2	10
Gizi baik	17	85
Gizi lebih	1	5
Total	20	100

Sumber : Data Primer 2023

Tabel menunjukkan bahwa sebagian besar balita memiliki status gizi baik yaitu sebanyak 17 balita (85%).

3. Pola Makan

a. Makanan Pokok

Kategori frekuensi pemberian makanan pokok balita di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar dapat dilihat berdasarkan tabel berikut :

Tabel 9
Distribusi Makanan Pokok pada Sampel di Bougenville 03 Perumnas
Sudiang Kota Makassar

Kategori	n	%
Baik	19	95
Kurang	1	5

Total	20	100
-------	----	-----

Sumber : Data Primer 2023

Tabel menunjukkan bahwa sebagian besar balita memiliki konsumsi makanan pokok seperti beras, roti, jagung, ubi dan kentang yang baik yaitu sebanyak 19 balita (95%) dan 1 anak balita (5%) konsumsi makanan pokok yang kurang.

b. Lauk Hewani

Kategori frekuensi pemberian lauk hewani balita di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar dapat dilihat berdasarkan tabel berikut :

Tabel 10
Distribusi Lauk Hewani pada Sampel di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar

Kategori	n	%
Baik	19	95
Kurang	1	5
Total	20	100

Sumber : Data Primer 2023

Tabel menunjukkan bahwa sebagian besar balita memiliki konsumsi lauk hewani yang baik yaitu sebanyak 19 balita (95%) dan 1 balita (5%) yang memiliki konsumsi lauk hewani yang kurang.

c. Lauk Nabati

Kategori frekuensi pemberian makanan pokok balita di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar dapat dilihat berdasarkan tabel berikut :

Tabel 11
Distribusi Lauk Nabati Sampel di Bougenville 03 Perumnas Sudiang
Kota Makassar

Kategori	n	%
Baik	18	90
Kurang	2	10
Total	20	100

Sumber : Data Primer 2023

Tabel menunjukkan bahwa sebagian besar balita memiliki konsumsi lauk Nabati yang baik yaitu sebanyak 18 balita (90%) dan 2 balita (10%) yang memiliki konsumsi lauk nabati yang kurang.

d. Frekuensi Konsumsi Sayur

Kategori frekuensi pemberian sayur pada balita di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar dapat dilihat berdasarkan tabel berikut :

Tabel 12
Distribusi Frekuensi Konsumsi Sayur pada Sampel di Bougenville 03
Perumnas Sudiang Kota Makassar

Kategori	n	%
Baik	15	75
Kurang	5	25
Total	20	100

Sumber : Data Primer 2023

Tabel menunjukkan bahwa konsumsi sayur seperti bayam, kangkung, daun kelor, kacang panjang dan wortel pada anak balita memiliki konsumsi sayur yang baik sebanyak 15 balita (75%) dan 5 balita (25%) yang memiliki konsumsi sayur yang kurang.

f. Frekuensi Konsumsi Buah-buahan

Kategori frekuensi pemberian buah-buahan pada balita di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar dapat dilihat berdasarkan tabel berikut :

Tabel 13
Distribusi Frekuensi Konsumsi Buah-buahan pada Sampel di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar

Kategori	n	%
Baik	14	70
Kurang	6	30
Total	20	100

Sumber : Data Primer 2023

Tabel menunjukkan bahwa konsumsi buah-buahan seperti buah pisang, apel, papaya, mangga dan semangka pada anak balita memiliki konsumsi buah yang baik sebanyak 14 balita (70%) dan 6 balita (30%) konsumsi buah yang kurang.

g. Jenis Makanan

Kelengkapan pemberian makanan pada balita di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar dapat dilihat berdasarkan tabel berikut :

Tabel 14
Distribusi Pemberian Makanan Berdasarkan Jenis Makanan pada Sampel di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar

Kategori	n	%
Lengkap	11	55
Tidak Lengkap	9	45

Total	20	100
-------	----	-----

Sumber : Data Primer 2023

Tabel menunjukkan bahwa pemberian makanan berdasarkan jenis makanan pada anak balita sebanyak 11 balita (55%) konsumsi jenis makanan lengkap dan 9 balita (45%) konsumsi jenis makanan tidak lengkap.

f. Pola Makan

Pola makan pada balita di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar dapat dilihat berdasarkan tabel berikut :

Tabel 15
Gambaran Pola Makan Berdasarkan Jenis Makanan dan Frekuensi Makan pada Sampel di Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar

Kategori	n	%
Baik	11	55
Kurang	9	45
Total	20	100

Sumber : Data Primer 2023

Tabel menunjukkan bahwa pola makan anak balita berdasarkan jenis makanan dan frekuensi makan balita, terdapat 11 balita (55%) pola makan baik dan 9 balita (45%) pola makan kurang.

B. Pembahasan

a. Pola Makan

Hasil penelitian balita di bougenville 03 perumnas sudiang kota Makassar dengan sampel 20 balita pola makannya berdasarkan frekuensi makan dan jenis makanan yang dikonsumsi sebanyak 11 balita (55%) pola makan baik dan 9 balita dengan pola makan yang kurang. Penelitian ini sejalan yang dilakukan oleh WP Sari (2021) pola makan di wilayah Kerja Puskesmas Lapandewa Kabupaten Buton Selatan dengan sampel dalam penelitian ini yaitu balita usia 1-5 tahun Diwilayah Kerja Puskesmas Lapandewa Kabupaten Buton Selatan berjumlah 44 balita terdapat pola makan yang baik sebanyak 23 balita (52,3%) dan pola makan yang kurang sebanyak 21 balita (47,7%) kurang. Penelitian ini juga sejalan yang dilakukan Lola Vita (2018) didapatkan hasil dengan pola pemberian makanan dengan kategori baik sebanyak 20 balita (62,5%). Sedangkan pola pemberian makan kategori buruk sebanyak 12 balita (37,5%).

b. Frekuensi Makan

Hasil penelitian balita di bougenville 03 perumnas sudiang kota makassar dengan sampel 20 balita memiliki frekuensi makan makanan pokok yang baik sebanyak 19 balita (95%) dan yang kurang 1 Balita (5%). Frekuensi lauk hewani yang sering dikonsumsi dengan kategori baik sebanyak 19 balita (95%) dan yang kurang 1

balita (5%). frekuensi lauk nabati dengan kategori baik sebanyak 18 balita (90%) dan yang kurang 2 balita (10%). Frekuensi konsumsi sayuran dengan kategori baik sebanyak 15 balita (75%) dan yang kurang 5 balita (25%). Frekuensi konsumsi buah yang baik sebanyak 14 balita (70%) dan yang kurang 6 balita (30%).

Penelitian yang dilakukan Inamah dkk, (2022) diketahui bahwa frekuensi makanan pokok yang sering dikonsumsi yaitu nasi putih sebanyak 32 orang (100%). Frekuensi jenis lauk hewani yang sering dikonsumsi yaitu ikan kembung sebanyak 32 orang (100%). Frekuensi jenis lauk nabati yang sering dikonsumsi yaitu tahu sebanyak 12 orang (37,5%). Frekuensi jenis sayuran yang sering dikonsumsi yaitu daun singkong sebanyak 21 orang (65,6%). Frekuensi jenis buah yang sering dikonsumsi yaitu pisang 40 hari sebanyak 31 orang (96,9%). Frekuensi jenis susu dan produk susu yang sering dikonsumsi yaitu susu energen sebanyak 7 orang (21,9%) dan susu dancow sebanyak 7 orang (21,9%). Frekuensi jenis jajan yang sering dikonsumsi yaitu cemilan sebanyak 31 orang (96,9%). Penelitian ini sejalan juga yang dilakukan Ayumi (2021) dari 32 sampel balita Balita dengan status gizi baik memiliki frekuensi makan dengan kategori baik sebesar 34,4%, hasil ini cukup rendah dibandingkan balita dengan status gizi baik memiliki frekuensi makan tergolong kurang terdapat 37,5% balita.

c. Jenis makanan

Hasil penelitian balita di bougenville 03 perumnas sudiang kota makassar dengan sampel 20 balita berdasarkan jenis makanan yang dikonsumsi balita sebanyak 11 balita (55%) jenis makanan yang dikonsumsi lengkap dan 9 balita (45%) dengan konsumsi jenis makanan yang tidak lengkap. Penelitian ini sejalan yang dilakukan Panjaitan (2019) dari 69 sampel terdapat 8 orang dengan jenis makanan yang dikonsumsi lengkap dan 61 orang dengan jenis makan yang dikonsumsi tidak lengkap. Penelitian ini sejalan juga yang dilakukan Ayumi (2021) dari 32 sampel balita dengan status gizi baik memiliki jenis makan dengan kategori baik sebesar 31,3% jumlah ini lebih sedikit dibanding balita dengan status gizi baik yang memiliki jenis makan tergolong kurang bervariasi sebesar 40,6%. Pada balita dengan status gizi buruk memiliki jenis makan kurang 3,1% balita dan balita dengan status gizi obesitas jenis makan yang baik sebanyak 9,4% balita.

b. Status Gizi

Hasil penelitian balita di bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar sebanyak 20 sampel balita menurut BB/U normal 16 balita (80%) memiliki BB normal dan risiko BB lebih 4 balita (20%), menurut TB/U normal 13 balita (13%), pendek 4 balita (20%), dan yang tinggi 3 balita (15%), menurut BB/TB status gizi baik 17 balita (85%), gizi kurang 2 balita (10%) dan gizi lebih 1 balita (5%).

Penelitian ini sejalan yang dilakukan oleh Budiman dkk (2020) dari 252 sampel balita umur 0-59 bulan menurut BB/U terdapat 43 balita BB kurang, 204 balita BB normal, dan 5 balita BB lebih, menurut TB/U terdapat 52 balita pendek, 191 balita normal, dan 9 balita tinggi, menurut BB/TB terdapat 26 balita gizi kurang, 212 balita gizi baik, dan 14 balita status gizi lebih.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wates dkk (2022) diperoleh rerata status gizi balita berdasarkan indikator BB/U yaitu 1,2% sangat kurang, 9,8% kurang, 84,4% normal, dan 4,6% resiko lebih. Berdasarkan rerata indikator TB/U, 1,5% balita sangat pendek, 10,3% pendek, 86,8% normal, dan 1,5% tinggi. Sedangkan berdasarkan rerata indikator BB/TB, 1,7% balita mengalami gizi buruk, 8,4% gizi kurang, 83,9% normal, 4,2% resiko gizi lebih, 1,6% gizi lebih, dan 0,5% balita obesitas.

⁴ Hasil penelitian yang dilakukan oleh Faisal dkk (2020) dari 78 balita usia 0 sampai 59 bulan di Puskesmas Donggala Kabupaten Donggala Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa menurut BB/U balita yang mengalami gizi buruk dan gizi kurang sebanyak 35,9%, gizi lebih 7,7% dari 78 balita. Berdasarkan PB/U balita sangat pendek dan pendek 35,9%, balita tinggi 7,7%. Sedangkan berdasarkan BB/PB balita sangat kurus dan kurus 15,4% dan tidak terdapat balita yang berstatus gizi gemuk.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

1. Anak balita di Bougenville 03 perumnas Sudiang Kota Makassar dari 20 sampel balita terdapat 11 balita (55%) yang memiliki pola makan yang baik dan 9 balita (45%) pola makan kurang.
2. Anak balita di Bougenville 03 perumnas Sudiang Kota Makassar dari 20 sampel balita memiliki frekuensi makanan pokok yang baik yaitu sebesar 19 balita (95%) dan kurang 1 balita (5%), frekuensi konsumsi lauk hewani yang baik 19 balita (95%) dan yang kurang 1 balita (5%), frekuensi konsumsi lauk nabati yang baik 18 balita (90%) dan yang kurang 2 balita (10%), frekuensi konsumsi sayur yang baik 15 balita (75%) dan yang kurang 5 balita (25%), dan frekuensi konsumsi buah yang baik 14 balita (70%) dan yang kurang 6 balita (30%) balita.
3. Anak balita di Bougenville 03 perumnas Sudiang Kota Makassar dari 20 sampel balita terdapat 11 balita (55%) yang memiliki konsumsi jenis makanan yang lengkap dan 9 balita (45%) konsumsi jenis makanan kurang lengkap.
4. Status gizi anak balita di Bougenville 03 Perumnas sudiang kota Makassar dari 20 sampel balita menurut BB/U sebanyak 16 balita

memiliki BB normal dan 4 balita risiko BB lebih, menurut TB/U sebanyak 13 balita memiliki TB normal, pendek 4 balita dan tinggi 3 balita, dan menurut BB/TB sebanyak 17 balita status gizi baik, 2 balita gizi kurang dan 1 balita gizi lebih.

B. SARAN

Disarankan kepada seluruh orang tua untuk lebih memperhatikan anak balitanya khususnya untuk pola makan balita seperti frekuensi dan jenis makanan pemberian makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah untuk menunjang status gizi baik dan untuk ahli gizi memberikan edukasi dan konseling kepada orangtua anak balita mengenai pola makan yang baik untuk balita.

Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Balita di Posyandu Bougenville 03 Perumnas Sudiang Kota Makassar

ORIGINALITY REPORT

24%

SIMILARITY INDEX

21%

INTERNET SOURCES

6%

PUBLICATIONS

11%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet Source	4%
2	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	3%
3	pkmsudiangraya.org Internet Source	3%
4	bemj.e-journal.id Internet Source	3%
5	eprints.umpo.ac.id Internet Source	3%
6	www.neliti.com Internet Source	3%
7	repository.poltekeskupang.ac.id Internet Source	2%
8	jurnal.csdforum.com Internet Source	2%

repository.poltekkes-kdi.ac.id

Exclude quotes On

Exclude matches < 2%

Exclude bibliography On