

**GAMBARAN ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN PADA BALITA GIZI
KURANG DI WILAYAH PUSKESMAS PACCERAKKANG KOTA
MAKASSAR**

**DESCRIPTION OF ENERGY AND PROTEIN INTAKE IN
UNDERNOURISHED TODDLERS AT PACCERAKKANG
PUBLIC HEALTH CENTER
MAKASSAR CITY**

Tria Intan

Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar

Korespondensi: triantanpabara24@gmail.com/0882022715492

ABSTRACT

Malnutrition in toddlers remains a public health problem in Indonesia. Inadequate energy and protein intake are direct factors influencing nutritional status. This descriptive study aimed to describe the energy and protein intake of an undernourished toddler in the working area of Paccerakkang Public Health Center, Makassar City. The sample was one toddler selected purposively from a family empowerment program. Energy and protein intake data were collected using a 24-hour food recall before and after a nutrition education intervention, and analyzed with Nutrisurvey. Energy intake decreased from 1,163.77 kcal (105.79% RDA) to 841.5 kcal (76.5% RDA), while protein decreased from 37.17 g (87.97% RDA) to 25.01 g (60.63% RDA). Body weight decreased by 100 g during the observation period. These findings highlight the need for continuous nutrition education and monitoring to improve toddler nutritional status.

Keywords: energy intake, malnutrition, protein, toddlers

ABSTRAK

Gizi kurang pada balita masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Asupan energi dan protein yang tidak adekuat merupakan faktor langsung yang memengaruhi status gizi. Penelitian deskriptif ini bertujuan untuk menggambarkan asupan energi dan protein pada balita gizi kurang di wilayah kerja Puskesmas Paccerakkang Kota Makassar. Sampel adalah satu balita yang dipilih secara purposive dari program bina keluarga. Data asupan energi dan protein dikumpulkan menggunakan metode food recall 24 jam sebelum dan sesudah intervensi edukasi gizi, kemudian dianalisis menggunakan Nutrisurvey. Hasil menunjukkan asupan energi menurun dari 1.163,77 kkal (105,79% AKG) menjadi 841,5 kkal (76,5% AKG), sedangkan protein menurun dari 37,17 g (87,97% AKG) menjadi 25,01 g (60,63% AKG). Berat badan balita menurun sebesar 100 g selama periode pengamatan. Temuan ini menegaskan perlunya edukasi gizi berkelanjutan dan pemantauan status gizi untuk meningkatkan status gizi balita.

Kata kunci: asupan energi, balita, gizi kurang, protein

PENDAHULUAN

Gizi kurang pada balita masih menjadi salah satu tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia, dengan prevalensi nasional sebesar 13,8% (Kemenkes RI, 2018). Di Kota Makassar, prevalensi gizi kurang mencapai 16,62% (Riskesdas, 2018). Kekurangan asupan energi dan protein merupakan faktor langsung yang memengaruhi status gizi balita (Aulia, 2021). Asupan gizi yang tidak adekuat pada masa awal kehidupan dapat berdampak pada pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, daya tahan tubuh, dan risiko penyakit di masa mendatang (Septikasari, 2018). Selain faktor langsung, pengetahuan ibu, kondisi sosial-ekonomi, dan penyakit infeksi juga berperan dalam menentukan status gizi anak (Puspa & Rahmawati, 2020). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran asupan energi dan protein balita gizi kurang sebelum dan sesudah intervensi edukasi gizi.

METODE

Desain, tempat, dan waktu

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan data sekunder dari program bina keluarga di wilayah kerja Puskesmas Paccerakkang Kota Makassar. Penelitian dilaksanakan pada 15–23 Januari 2025.

Jumlah dan cara pengambilan subjek

Subjek penelitian adalah satu balita gizi kurang yang dipilih secara purposive berdasarkan rekomendasi pembimbing lapangan.

Jenis dan cara pengumpulan data

Data asupan energi dan protein dikumpulkan dengan metode food recall 24 jam sebelum dan sesudah intervensi edukasi gizi. Status gizi diukur menggunakan indeks BB/TB dan dihitung Z-score.

Pengolahan dan analisis data

Data dianalisis secara deskriptif menggunakan aplikasi Nutrisurvey untuk membandingkan asupan dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2019.

HASIL

Sebelum intervensi, asupan energi adalah 1.163,77 kkal (105,79% AKG) dan protein 37,17 g (87,97% AKG). Setelah intervensi, asupan energi menurun menjadi 841,5 kkal (76,5% AKG) dan protein menjadi 25,01 g (60,63% AKG). Berat badan anak menurun dari 7,5 kg menjadi 7,4 kg.

PEMBAHASAN

Penurunan asupan energi dan protein pada penelitian ini terjadi setelah intervensi edukasi gizi. Hal ini dipengaruhi oleh kondisi anak yang mengalami demam selama periode intervensi, sehingga nafsu makan menurun. Kondisi ini sesuai dengan pendapat Septikasari (2018) bahwa penyakit infeksi dapat menurunkan asupan gizi dan berat badan anak. Hasil penelitian ini sejalan dengan Rahmawati (2020) dan Sari et al. (2019) yang menemukan bahwa sebagian besar balita gizi kurang memiliki asupan energi <80% AKG dan protein <75% AKG. Keterbatasan pengetahuan ibu dalam pemberian makanan saat anak sakit turut memperburuk status gizi.

KESIMPULAN

Asupan energi dan protein balita gizi kurang di wilayah Puskesmas Paccerakkang menurun setelah intervensi edukasi gizi, dipengaruhi oleh kondisi sakit yang dialami anak.

SARAN

Edukasi gizi perlu dilakukan secara berkesinambungan, dengan menekankan pemberian makanan bergizi meskipun anak sedang sakit. Pemantauan status gizi balita harus dilakukan secara rutin.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, N. R. (2021). Peran Pengetahuan Gizi Terhadap Asupan Energi, Status Gizi dan Sikap Tentang Gizi Remaja. *Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan*, 2(02).
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Provinsi Sulawesi Selatan.
- Puspa, D., & Rahmawati, S. (2020). Pola Asuh dan Pengetahuan Ibu Terhadap Status Gizi Balita.
- Rahmawati, D. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Gizi Kurang pada Balita di Wilayah Puskesmas Tamalanrea.
- Sari, R., et al. (2019). Asupan Energi dan Protein pada Balita Gizi Kurang di Kabupaten Gowa.
- Septikasari, M. (2018). Status Gizi Anak dan Faktor yang Mempengaruhi. Yogyakarta: UNY Press.