

GAMBARAN ASUPAN GIZI BALITA UNDERWEIGHT PASCA BINA KELUARGA DI PUSKESMAS ANTARA

Description of Nutrient Intake of Underweight Toddlers After Family Development in Antara Health Center

Zakira Gaesani M

Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar, Jurusan Gizi, Program Studi Gizi Diploma Tiga

Email korespondensi: [zakiragaesanim@gmail.com] | HP: [081543048712]

ABSTRACT

Underweight is a condition where a child's body weight is not appropriate for their age. This study aimed to describe the nutritional intake of underweight toddlers after family guidance at Antara Public Health Center. This descriptive case study used primary data obtained from field practice family guidance. The sample was one toddler selected using purposive sampling. Nutritional intake data were collected using the 24-hour recall method for five consecutive days. The results showed a decrease in energy intake from 98.5% on the first day to 49.2% on the last day after the intervention, with reductions in protein (−45.1%), fat (−21.4%), and carbohydrates (−76.6%). This decline was associated with illness and economic constraints in providing adequate food. It is concluded that underweight incidence is influenced not only by dietary intake and infection but also by maternal knowledge and family income. It is recommended that caregivers learn to use affordable food sources and replace snacks with fruit.

Keywords: *Bina Keluarga, nutritional intake, underweight*

ABSTRAK

Underweight merupakan suatu kondisi berat badan anak tidak sesuai dengan usia yang seharusnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran asupan gizi balita underweight setelah bina keluarga di Puskesmas Antara. Penelitian ini bersifat deskriptif studi kasus menggunakan data primer hasil bina keluarga praktek kerja lapangan. Sampel penelitian adalah satu orang balita yang dipilih dengan metode purposive sampling. Data asupan dikumpulkan menggunakan metode recall 24 jam selama lima hari berturut-turut. Hasil penelitian menunjukkan terjadi penurunan asupan energi dari 98,5% pada hari pertama menjadi 49,2% pada hari terakhir setelah intervensi, dengan penurunan protein sebesar 45,1%, lemak sebesar 21,4%, dan karbohidrat sebesar 76,6%. Penurunan ini disebabkan oleh balita mengalami sakit dan keterbatasan ekonomi orang tua dalam memberikan asupan sesuai kebutuhan. Disimpulkan bahwa kejadian underweight tidak hanya dipengaruhi oleh asupan dan penyakit infeksi, tetapi juga oleh tingkat pengetahuan ibu dan pendapatan keluarga. Disarankan agar ibu mempelajari penggunaan bahan makanan terjangkau dan mengganti cemilan ringan dengan buah.

Kata kunci: Bina Keluarga, asupan gizi, underweight

PENDAHULUAN

Underweight adalah kondisi di mana berat badan anak tidak sesuai dengan usianya. Masalah berat badan rendah ini lebih sering terjadi pada anak usia 2-5 tahun karena mereka mulai mengonsumsi makanan seperti keluarga dan memiliki tingkat aktivitas fisik yang tinggi. Kekurangan gizi selama masa balita dapat berdampak pada perkembangan otak anak, yang selanjutnya berpotensi mempengaruhi kecerdasannya serta kualitas sumber daya manusia di masa depan (Rosana dkk, 2022). Menurut perkiraan dari WHO, sekitar 45 juta balita atau sekitar 6,8% mengalami masalah gizi, dan 13,7 juta anak atau 2,1% mengalami gizi buruk di seluruh dunia. Anak yang menderita gizi buruk memiliki risiko kematian 13 kali lebih tinggi dibandingkan dengan anak yang memiliki status gizi normal. Selain itu, data dari WHO menunjukkan bahwa tiga perempat anak yang mengalami gizi buruk berada di Asia, sementara 22% lainnya di Afrika. Di Afrika tercatat sekitar 12,2 juta anak, 700 ribu di Amerika Latin, dan 31,6 juta di Asia mengalami masalah gizi, termasuk di Kementerian (World Health Organization, 2023). Menurut data SSGI tahun 2022, tercatat 17,1% balita di seluruh Kementerian mengalami underweight. Data juga menunjukkan prevalensi balita dengan underweight di Sulawesi Selatan sebesar 21,7%, dengan daerah tertinggi di Kabupaten Takalar 29,8%, Kabupaten Pangkajene Kepulauan 29,5%, dan Kabupaten Jeneponto 29,2% (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Berdasarkan informasi dari Puskesmas Antara Kota Makassar, pada Desember 2024, terdapat 32 balita yang mengalami status gizi berat badan kurang dan sangat kurang.

Pentingnya pelayanan dan intervensi kesehatan diperlukan untuk mendukung ibu dan anak dalam aspek kesehatan, gizi, sosial, emosional, dan kognitif. Pelaksanaan intervensi gizi serta perkembangan anak usia dini merupakan langkah yang efektif untuk mendukung pertumbuhan anak secara optimal. Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti ingin menggali lebih dalam tentang gambaran asupan gizi pada balita yang mengalami underweight di wilayah kerja Puskesmas Antara setelah program bina keluarga.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian bersifat studi kasus deskriptif. Penelitian dilaksanakan di BTN Antara wilayah kerja Puskesmas Antara, pada bulan Januari hingga Mei 2025. Subjek penelitian adalah balita dengan status gizi underweight yang telah mengikuti program Bina Keluarga Balita (BKB). Pemilihan sampel dilakukan secara purposive sampling dengan kriteria inklusi dan eksklusi sesuai tujuan penelitian.

Pengumpulan data meliputi data karakteristik responden dan asupan gizi, yang diperoleh melalui wawancara menggunakan formulir recall 24 jam selama 5 har berturut-turut. Asupan dihitung menggunakan daftar komposisi bahan makanan dan dianalisis menggunakan Microsoft Excel. Sementara itu, data antropometri diperoleh dengan mengukur berat badan menggunakan timbangan digital dan data status gizi dihitung menggunakan indikoator BB/U.

Analisis data dilakukan secara deskriptif untuk menggambarkan rata-rata asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat, serta distribusi frekuensi karakteristik subjek. Interpretasi hasil antropometri disesuaikan dengan kategori z-score dari WHO: sangat kurus (<-3 SD), kurus (<-2 SD), normal (-2 SD hingga $+1$ SD), dan gemuk ($>+2$ SD).

HASIL

Berikut adalah hasil perhitungan asupan zat gizi makro balita:

Asupan energi dan zat gizi	Sebelum intervensi		Setelah intervensi	
	Asupan	Kategori	Asupan	Kategori
Energi	1183,1 kkal (84,5%)	Defisit ringan	535,9 kkal (38,3%)	Defisit berat
Protein	46,8 g (89,1%)	Defisit ringan	23,1 g (44%)	Defisit berat
Lemak	57,4 g (147,9%)	Lebih	36 g (92,7%)	Normal
Karbohidrat	111,6 g (53,1%)	Defisit berat	35 g (16,7%)	Defisit berat

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pada balita berat badan kurang, perubahan asupan energi dan zat gizi makro sebelum dan setelah bina keluarga yaitu terjadi penurunan asupan pada balita. Rata-rata persen asupan energi balita sebelum intervensi sebesar 84,5% dalam kategori defisit ringan, asupan protein sebesar 89,1% dalam kategori defisit sedang, asupan lemak sebesar 147,9% dalam kategori lebih, dan asupan karbohidrat sebesar 53,1% dalam kategori defisit berat. Rata-rata asupan balita setelah intervensi mengalami penurunan terutama asupan energi menjadi 38,8%, asupan protein menjadi 44%, dan asupan karbohidrat menjadi 16,7%. Total perubahan asupan energi dan zat gizi pada balita yaitu energi sebesar -46,2%, protein sebesar -45,1%, lemak sebesar -55,2%, dan karbohidrat sebesar -36,4%. Adapun hasil penimbangan terakhir yaitu 12,6 kg dan terjadi peningkatan berat badan sebesar 100 g selama 5 hari terakhir.

Asupan gizi anak sangat tergantung pada sumber-sumber yang ada di lingkungan sosialnya, salah satu yang menentukan adalah ibu. Kualitas pelayanan ibu dalam keluarga

ditentukan oleh penguasaan informasi dan faktor ketersediaan waktu yang memadai. Kedua faktor tersebut antara lain faktor determinan yang dapat ditentukan dengan tingkat pendidikan, interaksi sosial, dan pekerjaan.

KESIMPULAN

1. Total asupan energi dan zat gizi makro balita sebelum bina keluarga yaitu energi sebesar 1183 kkal (kategori defisit ringan), protein sebesar 46,8 g (kategori defisit ringan), lemak 57,4 g (kategori lebih), dan karbohidrat 111,6 g (kategori defisit berat).
2. Perubahan asupan energi dan zat gizi balita *underweight* setelah bina keluarga yaitu pada hari pertama balita memperoleh asupan energi sebanyak 84,5% dan di hari terakhir, balita memperoleh asupan energi 38,3%. Setelah bina keluarga balita mengalami penurunan asupan energi sebesar 46,2%. Begitu pula dengan asupan zat gizi makro antara lain karbohidrat yang mengalami penurunan sebesar 36,4%, protein sebesar 45,1%, dan lemak sebesar 55,2%.

SARAN

Disarankan bagi ibu agar memperelajari lebih banyak tentang bahan makanan yang harganya terjangkau agar kebutuhan makan anak dapat terpenuhi secara maksimal. Serta disarankan bagi pengasuh balita agar mengurangi pemberian selingan cemilan ringan dan digantikan dengan pemberian buah kepada balita.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, F. M., Sulistiyawati, S., & Paramashanti, B. A. (2020). Edukasi Gizi pada Ibu oleh Kader Terlatih Meningkatkan Asupan Energi dan Protein pada Balita. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 5(2), 156. <https://doi.org/10.30867/action.v5i2.313>
- Akhmad Gurnida, D., Nur, N., Djalil Lukmanul Hakim, D., Sri Susilaningsih, F., Marhaeni Diah Herawati, D., & Rosita, I.(2020). Korelasi antara tingkat kecukupan gizi dengan indeks massa tubuh siswa sekolah dasar kelas 4, 5 dan 6. *Padjadjaran Journal of Dental Researcher and Student*, 4(1), 43–50. <https://doi.org/10.24198/pjdrs.v3i2.25763>
- Arif, M., Affrian, R., & Febriadi, H. (2024). Efektivitas Program Bina Keluarga Balita di Desa Pondok Babaris Kecamatan Sungai Pandan Kabupaten Hulu Sungai Utara.
- Dewi Febriyani Paramita. (2023). Hubungan Antara Faktor Sosial Ekonomi dengan Asupan Energi dan Protein pada Balita Gizi Kurang di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Tanjungbatu Kundur Kepulauan Riau.
- Dwi Wulandari, A., & Arum, P. (2022). Determinan Balita Bawah Garis Merah di Wilayah Kerja Puskesmas Pasirian Kabupaten Lumajang. In *HARENA: Jurnal Gizi* (Vol. 2, Issue 2).

- Fiantika Esti, I. (2024). *Factors Causing Underweight Incidents in Toddlers from Working Mother in Ceper Public Health Center Working Areas*. <https://journal.unnes.ac.id/journals/nutrizione/index>
- Kementrian Kesehatan RI. (2022). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022.
- Kumala Hera, Afrinis Nur, & Afiah. (2023). Hubungan Asupan Energi, Protein, Lemak dan Riwayat Penyakit Infeksi dengan Kejadian Underweight pada Balita Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Purnama. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/5891/4349>
- Mustamin, & R Suriani. (2023). Penuntun PSG Tahun 2023.
- Pibriyanti Kartika. (2022). *Associated Factors with Malnutrition on Toddlers*. <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jkg>
- Rahmah, R., Arifin, S., & Hayatie, L. (2020). Hubungan Ketersediaan Pangan dan Penghasilan Keluarga dengan Kejadian Gizi Kurang dan Gizi Buruk pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Beruntung Raya.
- Rosana Melsi, Sumardi Sudarman, & Muharti Syamsul. (2022). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Status Gizi Kurang pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Panambungan Kota Makassar. 23–31. <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>
- Sa' Diyah, H., Lutfia Sari, D., Nikmatul Nikmah, A (2020). Hubungan Pola Asuh dengan Status Gizi pada Balita. In *Jurnal Mahasiwa Kesehatan* (Vol. 1, Issue 2).
- Supardi Nurjannah, Hasanah Fauziah Laeli Nur, Sinaga Taruli Rohana, Fajria Hasmar, Puspa Parlani Luh Desi, Maghfiroh Neng Mira Atjo Khoirin, & Humaira Wardati. (2023). Gizi pada Bayi dan Balita.
- World Health Organization. (2023). *Levels and Trends in Child Malnutrition*.