

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK BALITA DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS MEDAN SUNGGAL DI LINGKUNGAN XIII
KELURAHAN SUNGGAL KECAMATAN MEDAN SUNGGAL
TAHUN 2018**

¹Henna Sultana Nasution, ²Masryna Siagian, ³Eva Ellya Sibagariang

¹Mahasiswa Unipersitas Prima Indonesia,

^{2,3}Dosen Universitas Prima Indonesia

hennasultanst@gmail.com, rynasiagian@yahoo.co.id,

evasibagariang@yahoo.com

ABSTRAK

Berdasarkan Data pada Profil Kesehatan Kabupaten/Kota tahun 2016, dari 1.099.868 balita yang timbang diketahui tercatat 15.245 balita (1,39%), sedangkan yang menderita gizi buruk sebanyak 1.424 balita (0,13%). Pada Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal terdapat anak balita yang mengalami masalah status gizi yaitu gizi kurang sebanyak 5 orang dan gizi buruk sebanyak 5 orang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan status gizi pada anak balita di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif analitik dengan desain dengan desain penelitian *Cross Sectional* dimana variabel independen dan variabel dependen diteliti secara langsung dalam waktu bersamaan. Populasi dalam penelitian yaitu ibu yang mempunyai balita sebanyak 34 ibu dan sampel sesuai dengan kriteria inklusi sebanyak 34 ibu yang mempunyai anak balita. Metode analisa data menggunakan uji *Chi-square* untuk mengetahui apakah ada hubungan yang signifikan antara jumlah makanan, jenis makanan dan pola makan dengan status gizi pada anak balita. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah makanan dengan p Value = 0,000 (p Value < 0,05), jenis makanan dengan p Value = 0,000 (p Value < 0,05) dan pola makan dengan p Value = 0,021 (p Value < 0,05). Dapat di interprestasikan bahwa ada hubungan jumlah makanan dengan status gizi pada anak balita, ada hubungan jenis makanan dengan status gizi pada anak balita, bahwa ada hubungan pola makan dengan status gizi pada anak balita. Disarankan kepada ibu dari anak balita sampel di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal agar diberi bekal pengetahuan dan ketrampilan antara lain di Pos Yandu, terutama mengenai jumlah makanan, jenis makanan dan pola makan yang baik untuk anak balita.

Kata Kunci : Jumlah Makanan, Jenis Makanan, Pola Makan dan Status Gizi

ABSTRACT

The data from the Health Profile of Districts/Towns in 2016 revealed that of 1,099,868 balita (under five year-old children), 15,245 of them (1.39%) were weighed and 1,424 of them (0.13%) suffered from malnutrition. There are 5 balita who suffered from nutritional deficiency and 5 balita suffered from malnutrition at Kelurahan Sunggal, Medan Sunggal Subdistrict. The objective of the research was to find out the correlation between eating pattern and nutritional status of balita at Lingkungan XIII, Kelurahan Sunggal. The research used descriptive analytic method with cross sectional design. Independent variables and dependent variable were analyzed directly at the same time. The population was 34 women who had balita with inclusion criteria, and all of them were used as the samples. The data were analyzed by using chi square test to find out whether there was significant correlation of the amount of food, the types of food, and eating pattern with nutritional status in balita. The result of the research showed that the amount of food was $p\text{-value}=0.000$ ($p<0.05$), the types of food was $p\text{-value}=0.000$ ($p<0.05$), and eating pattern was $p\text{-value}=0.021$ ($p<0.05$) which indicated that there was the correlation of the three variables with nutritional status in balita. It is recommended that women who have balita at Lingkungan XIII be provided with knowledge and skill at posyandu (Integrated Health Post), especially about the amount of food, the types of food, and eating pattern.

Keywords : *Amount of Food, Types of Food, Eating Pattern, Nutritional Status*

PENDAHULUAN

Masalah gizi kurang pada balita masih menjadi masalah kesehatan utama di dunia termasuk negara Indonesia. Indonesia merupakan negara berkembang yang masih menghadapi masalah kekurangan gizi yang cukup besar. Permasalahan gizi secara nasional saat ini adalah balita gizi kurang dan balita gizi buruk (Subarkah, dkk, 2016).

Menurut Alamsyah (2013) Penyebab Kurang gizi terdapat 2 penyebab yaitu penyebab langsung dan penyebab tidak langsung, Penyebab langsung dari kejadian kurang gizi/ gizi buruk meliputi makanan dan penyakit, sedangkan penyebab tidak langsung dari kejadian kurang gizi/ gizi buruk yaitu ketahanan pangan keluarga, pola pengasuhan anak kurang memadai,

pelayanan kesehatan dan lingkungan kurang memadai.

Menurut WHO (World Health Organization) pada tahun 2016, sekitar 7,7% atau 52 juta anak di bawah 5 tahun secara global mengalami kejadian gizi kurang, persentasi anak di bawah 5 tahun dengan status gizi kurang tertinggi terdapat di Southern Asia sebesar 15,4%, di osceania sebesar 9,4%, di Asia Tenggara sebesar 8,9%, di Afrika Barat Sebesar 8,5% dan persentasi anak di bawah 5 tahun dengan status gizi kurang terendah terdapat di Amerika Utara sebesar 0,5%.

Jumlah balita gizi buruk dan gizi kurang di Indonesia menurut hasil pemantauan status gizi tahun 2015 Balita usia 0-59 bulan yang mengalami gizi buruk

sebesar 3,9% dan gizi kurang sebesar 14,9%, mengalami sedikit penurunan pada tahun 2016, Balita usia 0-59 bulan yang mengalami gizi buruk sebesar 3,4% dan gizi kurang sebesar 14,4%, Provinsi Nusa Tenggara Timur pada tahun 2016 memiliki persentasi tertinggi balita gizi buruk 6,9% dan gizi kurang 21,3%, sedangkan Provinsi Sumatera Utara pada tahun 2016 memiliki persentasi balita gizi buruk 3,1% dan gizi kurang 10,1% (Kemenkes RI, 2017).

Menurut Profil Kesehatan Sumatera Utara (2014) bahwa prevalensi balita gizi buruk dan kurang di Sumatera Utara pada tahun 2013 sebesar 22,4% yang terdiri dari 8,3% gizi buruk dan 14,1% gizi kurang. Prevalensi tertinggi balita gizi buruk dan kurang pada tahun 2013 terdapat di kabupaten/Kota Padang Lawas sebesar 41,4% yang terdiri dari 12,6% gizi buruk dan 16,9% gizi kurang. Prevalensi terendah balita gizi buruk dan kurang pada tahun 2013 terdapat di kabupaten/Kota Samosir sebesar 13,2% yang terdiri dari 1,5% gizi buruk dan 11,7% gizi kurang.

Berdasarkan data pada Profil Kesehatan Kabupaten/Kota tahun 2016, dari 1.099.868 balita yang timbang diketahui tercatat 15.245 balita (1,39%), sedangkan yang menderita gizi buruk ada sebanyak 1.424 balita (0,13%) dari total penderita gizi kurang. Maka bila dibandingkan dengan data gizi buruk tahun 2015 yakni sebanyak 1.279 kasus (0,10%) maka dalam hal ini terdapat peningkatan kasus Gizi Buruk sebesar 0,03 %.

Status gizi balita merupakan hal penting yang harus diketahui oleh orang tua. Perlunya perhatian lebih terhadap tumbuh kembang anak di usia balita didasarkan fakta bahwa kurang gizi pada masa emas ini bersifat *irreversible* (tidak dapat pulih), sedangkan kekurangan gizi dapat mempengaruhi perkembangan anak (Marimbi, 2010).

Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi terbagi dua yaitu faktor eksternal dan faktor internal, faktor eksternal yang dapat mempengaruhi status gizi meliputi pendapatan, pendidikan, pekerjaan dan budaya, sedangkan faktor internal yaitu usia, kondisi fisik dan penyakit infeksi (Marmi, 2017).

Menurut Sulistyoningsih (2011), Pola makan ialah berbagai informasi yang memberikan gambaran mengenai macam dan jumlah bahan makanan yang dimakan setiap hari oleh satu orang dan merupakan ciri khas untuk suatu kelompok masyarakat tertentu. Pola makan merupakan faktor yang berhubungan langsung dengan status gizi. Konsumsi makan yang rendah kualitas maupun rendah gizi mengakibatkan kondisi atau keadaan gizi kurang. Sebaliknya, konsumsi makan yang baik akan memungkinkan untuk mencapai kondisi kesehatan dan kondisi gizi yang sebaik-baiknya (Damaiyanti, dkk, 2016).

Pola makan pada balita sangat berperan penting dalam proses pertumbuhan pada balita, karena dalam makanan banyak mengandung gizi. Gizi menjadi bagian yang sangat penting dalam pertumbuhan. Gizi di dalamnya memiliki keterkaitan yang sangat erat hubungannya dengan kesehatan dan kecerdasan. Apabila terkena defisiensi gizi maka kemungkinan besar sekali anak akan mudah terkena infeksi. Gizi ini sangat berpengaruh terhadap nafsu makan. Jika pola makan tidak tercapai dengan baik pada balita maka pertumbuhan balita akan terganggu, tubuh kurus, pendek bahkan bisa terjadi gizi buruk pada balita (Purwani dan Mariyam, 2013).

Pola makan yang terbentuk sangat erat kaitannya dengan kebiasaan makan seseorang. Secara umum faktor yang mempengaruhi terbentuknya pola makan adalah faktor ekonomi, faktor sosio budaya,

agama, Pendidikan dan lingkungan (Sulistyoningsih, 2011).

Hasil penelitian Purwani dan Mariyam (2013) tentang pola pemberian makan dengan status gizi anak usia 1-5 tahun di Kabupaten Taman Pematang menemukan 45,5% dari 33 anak balita pola makannya tidak baik dan hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai p value 0,000 ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola pemberian makan dengan status gizi anak usia 1-5 tahun di Kabupaten Pematang.

Hasil penelitian Daimayanti, Widia dan Ningsih (2016) tentang hubungan antara pola makan dengan status gizi pada balita di posyandu di Desa Manungga wilayah kerja puskesmas batulicin 1 kecamatan karang bintang, 26,3% dari 80 anak balita dengan pola makan tidak baik, di peroleh nilai signifikan menunjukkan angka 0,017. Oleh karena $p < 0,05$, maka dapat di ambil kesimpulan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan status gizi pada balita di posyandu di Desa Manungga wilayah kerja puskesmas batulicin 1 kecamatan karang bintang.

Puskesmas Medan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal memiliki 4 wilayah kerja yaitu Kelurahan Sunggal, Kelurahan Babura, Kelurahan Tanjung Rejo dan Kelurahan Simpang Tanjung.

Berdasarkan data F1 Gizi (Pelaporan data bayi dan balita di posyandu) di Puskesmas Medan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal pada bulan Februari 2018, jumlah anak balita yang mengalami gizi kurang sebanyak 34 orang dan yang mengalami gizi buruk sebanyak 4 orang. Anak balita yang mengalami gizi kurang terbanyak terdapat di Kelurahan Sunggal Lingkungan XIII yaitu sebanyak 5 anak balita yang mengalami gizi kurang dari 40 anak balita yang ada di lingkungan tersebut.

Berdasarkan data Puskesmas Medan Sunggal banyaknya anak balita yang mengalami gizi kurang yaitu terdapat di lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal, maka peneliti melakukan survei awal di lingkungan XIII pada hari senin tanggal 29 maret 2018 yang bertepatan dengan jadwal posyandu di lingkungan XIII tersebut, peneliti melakukan survei awal saat posyandu dengan mewawancarai 4 ibu yang memiliki balita gizi kurang dan 4 ibu yang memiliki balita gizi baik. Peneliti melakukan penimbangan pada 8 balita di posyandu dan juga melakukan food recall dengan bertanya kepada 4 ibu yang anak balitanya mengalami gizi kurang yaitu memiliki pola makan yang tidak baik karena jumlah makanan dalam Kategori Defisit yaitu jumlah energi dan protein yang dikonsumsi ($<70\%$ AKG), jenis makanan anak balita gizi kurang tidak beragam yaitu hanya mengonsumsi makanan pokok berupa nasi dengan lauk pauk tanpa sayur. Lauk pauk yang biasa dikonsumsi adalah telur, tahu dan tempe. Menu makan siang dan malam sama hanya terdiri dari nasi dan ikan goreng saja tanpa ada menu tambahan yang lain. Lauk pauk daging sangat jarang di konsumsi karena harganya yang relatif mahal. Konsumsi sayur dan buah juga masih sangat terbatas.

Sedangkan pola makan 4 anak balita dengan status gizi baik yaitu memiliki pola makan yang baik diketahui bahwa jumlah konsumsi makanan dalam Kategori Baik yaitu jumlah energi dan protein yang di konsumsi ($\geq 100\%$ AKG). Jenis makanan yang di konsumsi anak balita beragam terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayur, buah dan air putih bahkan ditambah makanan selingan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah bersifat deskriptif analitik yang bertujuan untuk mengetahui Hubungan pola makan dengan status gizi pada anak balita di wilayah kerja puskesmas medan tunggal di lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal. Rancangan penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini dengan desain penelitian *Cross Sectional* dimana variabel independen dan variabel dependen diteliti secara langsung dalam waktu bersamaan. Lokasi penelitian dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal. adapun alasan dilakukannya penelitian ini, karena pada lingkungan XIII termasuk lingkungan yang banyak terdapat kasus anak balita yang

mengalami status gizi kurang. Waktu penelitian dilakukan pada Januari – Juli 2018. Populasi penelitian adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/ subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2011). Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan ibu yang memiliki anak balita di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Sebanyak 34 orang. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2011). Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah menggunakan *Total Sampling* atau populasi menjadi sampel yaitu keseluruhan ibu yang memiliki anak balita sebanyak 34 orang.

HASIL PENELITIAN

ANALISIS UNIVARIAT

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Pada Anak Balita Berdasarkan Jumlah Makanan, Jenis Makanan, Pola Makan dan Status Gizi di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal

No	Frekuensi	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Jumlah Makanan		
	Baik	12	35,3
	Sedang	8	23,5
	Kurang	5	14,7
	Defisit	9	26,5
	Total	34	100,0
2	Jenis Makanan		
	Beragam	22	64,7
	Tidak Beragam	12	35,3
	Total	34	100,0
3	Pola Makan		
	Baik	12	35,3
	Tidak Baik	22	64,7
	Total	34	100,0
4	Status Gizi		
	Gizi Baik	24	70,6
	Gizi Kurang	5	14,7
	Gizi Buruk	5	14,7

Total	34	100,0
--------------	-----------	--------------

Pada Tabel diatas dapat dilihat bahwa berdasarkan jumlah makanan pada anak balita, mayoritas dengan jumlah makanan kategori baik sebanyak 12 orang (35,3%), minoritas dengan jumlah makanan kategori kurang sebanyak 5 orang (14,7%). Berdasarkan Jenis makanan pada anak balita, mayoritas dengan jenis makanan kategori tidak baik sebanyak 22 orang (64,7%), minoritas dengan jenis makanan

kategori baik sebanyak 12 orang (35,3%). Berdasarkan pola makan pada anak balita, mayoritas dengan pola makan tidak baik sebanyak 22 orang (64,7%) dan minoritas dengan pola makan baik sebanyak 12 orang (35,3%). Berdasarkan status gizi pada anak balita, mayoritas dengan status gizi baik sebanyak 24 orang (70,6%) dan minoritas dengan gizi kurang dan gizi buruk sebanyak 5 orang (14,7%).

ANALISIS BIVARIAT

Tabel 2 Hubungan Jumlah Makanan dengan Status Gizi Pada Anak Balita di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal

Jumlah Makanan	Status Gizi						Total	P Value	α	
	Baik		Kurang		Buruk					
	n	%	n	%	n	%				N
Baik	12	100,0	0	0,0	0	0,0	12	100,0	0,000	0,05
Sedang	8	100,0	0	0,0	0	0,0	8	100,0		
Kurang	4	80,0	1	20,0	0	0,0	5	100,0		
Defisit	0	0,0	4	44,4	5	55,6	9	100,0		

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui dari 12 anak balita yang jumlah makanan baik seluruhnya mengalami status gizi baik yaitu sebanyak 12 orang (100%). Dari 8 anak balita yang jumlah makanan sedang seluruhnya mengalami status gizi baik yaitu sebanyak 8 orang (100%). Dari 5 anak balita dengan jumlah makanan kurang, mayoritas mengalami status gizi baik yaitu sebanyak 4 orang (80,0%) dan minoritas mengalami status gizi kurang yaitu sebanyak 1 orang

(20,0%). Dari 9 anak balita dengan jumlah makanan defisit, mayoritas mengalami status gizi buruk yaitu sebanyak 5 orang (55,6%) dan minoritas mengalami status gizi kurang yaitu sebanyak 4 orang (44,4%). Sehingga dapat diperoleh p value = 0,000 (p value < 0,05), artinya Ho ditolak yang berarti ada hubungan antara jumlah makanan dengan status gizi pada anak balita.

Tabel 3 Hubungan Jenis Makanan dengan Status Gizi Pada Anak Balita di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal

Jenis Makanan	Status Gizi						Total	P Value	α
	Baik		Kurang		Buruk				
	n	%	n	%	N	%			

Beragam	22	100,0	0	0,0	0	0,0	22	100,0	0,000	0,05
Tidak Beragam	2	16,7	5	41,7	5	41,7	12	100,0		

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui dari 22 anak balita yang jenis makanan beragam seluruhnya mengalami status gizi baik yaitu sebanyak 22 orang (100%). Dari 12 anak balita dengan jenis makanan tidak beragam, mayoritas mengalami status gizi kurang dan buruk yaitu sebanyak 5 orang

(41,7%) dan minoritas mengalami gizi baik yaitu sebanyak 2 orang (16,7%). Sehingga dapat diperoleh p value = 0,000 (p value < 0,05), artinya Ho ditolak yang berarti ada hubungan antara jenis makanan dengan status gizi pada anak balita.

Tabel 4 Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Pada Anak Balita di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal

Pola Makan	Status Gizi						Total	P Value	α	
	Baik		Kurang		Buruk					
	n	%	n	%	n	%				
Baik	12	100,0	0	0,0	0	0,0	12	100,0	0,021	0,05
Tidak Baik	12	54,5	5	22,7	5	22,7	22	100,0		

Pada Tabel 4.6 dapat diketahui dari 12 anak balita dengan pola makan baik seluruhnya mengalami status gizi baik yaitu sebanyak 12 orang (100%). Dari 22 anak balita dengan pola makan tidak baik, mayoritas mengalami status gizi baik yaitu sebanyak 12 orang (54,5%) dan minoritas mengalami

gizi kurang dan gizi buruk yaitu masing-masing sebanyak 5 orang (22,7%). Sehingga dapat diperoleh p value = 0,021 (p value < 0,05), artinya Ho ditolak yang berarti ada hubungan antara pola makan dengan status gizi pada anak balita.

PEMBAHASAN

Hubungan Jumlah Makanan dengan Status Gizi Anak Balita di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal

Berdasarkan uji *chi-square* diperoleh p Value = 0,000 (p value < 0,05) dan $\alpha = 0,05$, Maka Ho ditolak dan Ha diterima yang berarti ada hubungan antara jumlah makanan dengan status gizi sampel di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal.

Pola makan yang seimbang, yaitu sesuai dengan kebutuhan disertai pemilihan

bahan makanan yang tepat akan melahirkan status gizi yang terbaik. Asupan makanan yang melebihi kebutuhan tubuh akan menyebabkan kelebihan berat badan dan penyakit lain yang disebabkan oleh kelebihan zat gizi. Sebaliknya, asupan makanan kurang dari yang dibutuhkan akan menyebabkan tubuh menjadi kurus dan rentan terhadap penyakit. Kedua keadaan tersebut sama tidak baiknya, sehingga disebut gizi salah (Sulistyoningsih, 2011).

Pola makan yang seimbang dan pemilihan bahan makanan yang tepat merupakan hal yang harus dilakukan.

Jumlah dan kualitas makanan yang kita konsumsi adalah hal penting (Sulistyoningsih, 2011).

Cakrawati dan Mustika (2012) juga mengatakan bahwa kurang gizi merupakan salah satu masalah gizi utama pada anak balita di Indonesia. Rendahnya konsumsi energi dan protein dari makanan sehari-hari dan terjadi dalam waktu yang cukup lama.

Menurut Cakrawati dan Mustika (2012) makanan dan penyakit dapat secara langsung menyebabkan gizi kurang. Timbulnya kurang gizi tidak hanya dikarenakan asupan makanan yang kurang, tetapi juga penyakit. Anak yang mendapat cukup makanan tetapi sering menderita sakit dapat menderita kurang gizi.

Berdasarkan hasil pada penelitian pada table 4.4 menunjukkan bahwa 12 anak balita yang jumlah makanan baik seluruhnya mengalami status gizi baik yaitu sebanyak 12 orang (100%). Dari 8 anak balita yang jumlah makanan sedang seluruhnya mengalami status gizi baik yaitu sebanyak 8 orang (100%). Dari 5 anak balita dengan jumlah makanan kurang, mayoritas mengalami status gizi baik yaitu sebanyak 4 orang (80,0%) dan minoritas mengalami status gizi kurang yaitu sebanyak 1 orang (20,0%). Dari 9 anak balita dengan jumlah makanan defisit, mayoritas mengalami status gizi buruk yaitu sebanyak 5 orang (55,6%) dan minoritas mengalami status gizi kurang yaitu sebanyak 4 orang (44,4%). Akan tetapi adanya 4 anak balita dengan jumlah makanan kurang yang mengalami status gizi baik. Hal tersebut diasumsikan bahwa anak balita dengan jumlah makanan kurang tetapi status gizinya baik dikarenakan sebagian anak balita ada yang masih mengonsumsi ASI sehingga kebutuhan gizinya tercukupi dan memperoleh status gizi baik, anak yang mengonsumsi ASI ada sebanyak 2 anak dengan usia 13-15 bulan. selain itu kondisi

kehatan anak. Status gizi anak baik dikarenakan pada waktu sebelum penelitian anak memang dalam kondisi sehat hanya saja pada saat dilakukan penelitian, anak mengalami sakit sehingga jumlah makanannya kurang, dan anak kurang mau makan karena kondisi fisiknya menyebabkan mereka tidak nyaman merasakan makanan.

Hubungan Jenis Makanan dengan Status Gizi Anak Balita di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal

Dua belas anak balita yang memiliki jenis makanan tidak beragam, berdasarkan uji *chi-square* diperoleh nilai p Value = 0,000 ($p \text{ value} < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan antara jenis makanan dengan status gizi pada anak balita di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal.

Mayoritas mengalami status gizi kurang dan gizi buruk yaitu sebanyak 5 orang (14,7%) hal ini disebabkan karena walaupun jenis makanan tidak beragam namun jika jumlah makanan sesuai dengan kebutuhan kalorinya, maka status gizi baik dapat diperoleh, namun kekurangan salah satu sumber zat gizi dapat menimbulkan masalah gizi, untuk itu sampel harus memenuhi sumber karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral, sehingga asupan gizi dalam tubuh dapat terpenuhi dengan baik.

Berdasarkan hasil pada penelitian pada table 4.5 menunjukkan bahwa dari 22 anak balita yang jenis makanan beragam seluruhnya mengalami status gizi baik yaitu sebanyak 8 orang (100%). Dari 12 anak balita dengan jenis makanan tidak beragam, mayoritas mengalami status gizi kurang dan buruk yaitu sebanyak 5 orang (41,7%) dan minoritas mengalami gizi baik yaitu sebanyak 2 orang (16,7%). Akan tetapi

terdapat 2 anak balita dengan jenis makanan tidak beragam yang mengalami status gizi baik. Hal tersebut diasumsikan bahwa anak balita dengan jenis makanan tidak beragam tapi status gizinya baik dikarenakan jenis makanan yang tidak beragam tidak berdampak langsung dengan status gizi, jenis makanan beragam maupun tidak beragam apabila pemilihan makanan tidak tepat, tidak sehat dan jumlah berlebihan atau kurang juga akan menimbulkan masalah gizi.

Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Anak Balita di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal

Berdasarkan uji *chi-square* diperoleh p Value = 0,021 (p value $<0,05$) dan $\alpha = 0,05$, Maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan antara pola makan dengan status gizi sampel di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal.

Menurut Waladow, Geiby (2013) Dikatakan bahwa upaya untuk mengatasi masalah gizi yang sangat penting adalah dengan pengaturan pola makan. Pola makan yang diterapkan dengan baik dan tepat sangat penting untuk membantu mengatasi masalah gizi yang sangat penting bagi pertumbuhan balita. Ditambah dengan asupan gizi yang benar. Banyak balita yang memiliki pola makan baik tapi tidak memenuhi jumlah dan komposisi zat gizi yang memenuhi syarat gizi seimbang.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang didapatkan oleh (Damaiyanti, Eliya, 2016) tentang hubungan antara pola makan dengan status gizi pada balita di posyandu desa manuggal wilayah kerja puskesmas batulicin 1 kecamatan karang bintang dengan hasil uji statistik *chi-square* di dapatkan nilai $P = 0,017$ ($\alpha < 0,05$) terdapat adanya hubungan antara pola

makan dengan status gizi pada balita. bahwa kesehatan tubuh anak sangat erat kaitannya dengan makanan yang dikonsumsi. Zat-zat yang terkandung dalam makanan yang masuk dalam tubuh sangat mempengaruhi kesehatan. Faktor yang cukup dominan yang menyebabkan keadaan gizi kurang meningkat ialah perilaku memilih dan memberikan makanan yang tidak tepat kepada anggota keluarga termasuk anak-anak. Hal ini menunjukkan semakin baik pola makan yang diterapkan orang tua pada anak semakin meningkat status gizi anak tersebut.

Berdasarkan hasil pada penelitian pada table 4.6 menunjukkan bahwa 12 anak balita dengan pola makan baik seluruhnya mengalami status gizi baik yaitu sebanyak 12 orang (100%). Dari 22 anak balita dengan pola makan tidak baik, mayoritas mengalami status gizi baik yaitu sebanyak 12 orang (54,5%) dan minoritas mengalami gizi kurang dan gizi buruk yaitu sebanyak 5 orang (22,7%). Akan tetapi ada 12 anak balita dengan pola makan tidak baik yang mengalami status gizi baik. Hal tersebut diasumsikan bahwa anak balita dengan pola makan tidak baik tetapi status gizinya baik dikarenakan berdasarkan hasil wawancara, cara pemberian makan pada anak tidak sesuai dengan yang seharusnya atau makanan tidak beragam, namun jumlah makanannya baik sesuai angka kecukupan gizi (AKG) masing-masing, sehingga menghasilkan status gizi baik. adanya faktor penyebab yang lain, yaitu kondisi kesehatan anak. Status gizi anak baik dikarenakan pada waktu sebelum penelitian anak memang dalam kondisi sehat hanya saja pada saat dilakukan penelitian, anak mengalami sakit sehingga pola makannya kurang baik. Anak kurang mau makan karena kondisi fisiknya menyebabkan mereka tidak nyaman merasakan makanan. Selain itu, juga disebabkan karena aktivitas anak tidak

terlalu tinggi sehingga dengan pola makan yang kurang baik dalam satu bulan terakhir ini, anak tetap mempunyai status gizi baik.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Ada hubungan jumlah makanan dengan status gizi pada anak balita di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal. Ada hubungan jenis makanan dengan status gizi pada anak balita di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal. Ada hubungan pola makan dengan status gizi pada anak balita di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal.

SARAN

Disarankan kepada ibu dari anak balita di Lingkungan XIII Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal agar memperhatikan pemenuhan nutrisi anak balita dengan memperhatikan gizi seimbang dan beragam. Ibu dapat memberikan gizi seimbang dengan cara menentukan jumlah makanan dan jenis makanannya sesuai kebutuhan anak balita, sehingga pola makan anak tepat. Untuk petugas kesehatan di Posyandu dan Puskesmas perlunya peningkatan penyuluhan kepada ibu-ibu yang mempunyai anak balita untuk menambah pengetahuan mengenai pola makan pada anak balita. Dan meningkatkan program yang sudah terlaksana dengan mengevaluasi program penanganan kasus gizi secara berkala, sehingga dapat memastikan program yang telah terlaksana sesuai kegiatan dan sasaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M. & Wirjatmadi, B. (2017) *Gizi dan Kesehatan Balita Peranan Mikro Zinc Pada Pertumbuhan Balita*. Jakarta: Kencana.
- Alamsyah, D. (2013) *Pemberdayaan Gizi Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Budiarto, Eko. (2001) *Biostatistika untuk Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC.
- Cakrawati, Dewi., & NH, Mustika. (2011) *Bahan Pangan Gizi dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Damaiyanti, A., Widia, L., & Ningsih, R. (2016) *Hubungan Antara Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Balita Di Posyandu Desa Manunggal Wilayah Kerja Puskesmas Batulicin 1 Kecamatan Karang Bintang*, Jurnal Darul Azhar Vol 1, No.1 Februari-Juli, pp. 63-68.
- Kemenkes RI (2016) *Profil Kesehatan Indonesia 2016*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kemenkes RI (2016) *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara 2016*. Medan: Kemenkes RI.
- Kemenkes RI. (2017) *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kepmenkes RI (2010) *Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Marmi. (2017) *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Permenkes RI No 41 (2014) *Pedoman Gizi Seimbang*. Menteri Kesehatan RI.
- Proverawati dan Asfiah. (2015) *Gizi Untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Purwani, E., & Mariyam. (2013) *Pola Pemberian Makan Dengan Status Gizi Anak Usia 1 Sampai 5 Tahun Di Kabunan Taman Pemalang*, Jurnal Keperawatan Anak. Vol 1, No.1 Mei, pp. 30-36.

- Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Lingkungan Hidup
ISSN: 2528-4002 (media online)
ISSN: 2355-892X (print)
Online: [http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/Kesehatan Masyarakat](http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/Kesehatan_Masyarakat)
- Riskesdas (2014) *Profil Kesehatan Sumatera Utara Tahun 2014*. Laporan Provinsi.
- Sears, W & Martha William. 2013. *The Baby Book*. Jakarta: Serabi Ilmu Semesta.
- Sholikah., Raffy., & Yuniastuti. (2017) *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Balita di Pedesaan dan Perkotaan*, Public Health Perspective Journal 2 (1) Juni, pp. 9-18.
- Subarkah,T., Nursalam., & Diyan, P. (2016) *Pola Pemberian Makan Terhadap Peningkatan Status Gizi Pada Anak Usia 1-3 Tahun*, Jurnal INJEC Vol. 1 (2) Desember, pp. 146-154.
- Sugiyono. (2011) *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistyoningsih, Hariyani. (2011) *Gizi Untuk Kesehaan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Supriasa, N., Bakri, B. & Fajar, I. (2016) *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- World Health Organization. (2017) *Levels and Trends in Child Malnutrition*.