



# JURNAL GIZI AISYAH

Universitas Aisyah Pringsewu  
Vol. 6, No. 2, September, 2023

---

## HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN GIZI KURANG PADA BALITA USIA 24-59 BULAN DI DESA SUMBERSARI KECAMATAN SEKAMPUNG TAHUN 2023

Rizky Adhiarti Rostanty<sup>1</sup>, Masayu Dian Khairani<sup>2</sup>, Abdullah<sup>3</sup>, Dera Elva Junita<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Aisyah Pringsewu

<sup>1</sup>[kikihikari94@gmail.com](mailto:kikihikari94@gmail.com)

---

### ABSTRAK

Kejadian gizi kurang merupakan keadaan kekurangan gizi yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dari kebutuhan gizi dan terjadi dalam waktu yang cukup lama. Balita dikategorikan mengalami gizi kurang apabila berat badannya berada pada rentang Zscore -3 SD sampai dengan <2SD. Prevalensi kejadian gizi kurang pada anak umur 0-59 bulan di Indonesia terdapat 13,8%, di Lampung terdapat 12,8% balita, dan di Lampung Timur terdapat 4,1% balita. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian gizi kurang pada balita usia 24-59 bulan di Desa Sumbersari Kecamatan Sekampung tahun 2023. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel secara random sampling dengan sistem undian. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 168 balita. Subyek dalam penelitian ini sebanyak 67 balita usia 24-59 bulan. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner dan pengukuran BB/TB. Analisis data menggunakan univariat dan bivariat (*chi square*). Hasil penelitian ini didapatkan 29 (43,3%) balita dengan status gizi kurang dan pola makan balita yang cukup 12 (17,9%). Ada hubungan pola makan (*p-value* = 0,006) dengan kejadian gizi kurang pada balita usia 24-59 bulan di Desa Sumbersari Kecamatan Sekampung tahun 2023. Diharapkan ibu agar meningkatkan pola asuh supaya status gizi anak dapat terpantau dengan cara memperhatikan asupan makan serta perawatan kesehatan.

**Kata Kunci :** Pola Makan, Gizi Kurang

### ABSTRACT

Incidence of malnutrition is a state of malnutrition caused by nutritional intake that is less than nutritional needs and occurs for quite a long time. Toddlers are categorized as experiencing malnutrition if their weight is in the Zscore range of -3 SD to <2SD. The prevalence of malnutrition in children aged 0-59 months in Indonesia is 13.8%, in Lampung, there are 12.8% of children under five, and in East Lampung, there are 4.1% of children under five. This study aimed to determine the relationship between eating patterns with the incidence of malnutrition in toddlers aged 24-59 months in Sumbersari Village, Sekampung District in 2023. The design used in this study was a quantitative study with a cross sectional approach. The sampling technique is random sampling with a lottery system. The population in this study amounted to 168 toddlers. The subjects in this study were 67 toddlers aged 24-59 months. Collecting data in this study using a questionnaire and measuring weight/height. Data analysis used univariate and bivariate (*chi square*). The results of this study obtained 29 (43,3%). There is a relationship between eating pattern (*p-value*= 0.006) with the incidence of malnutrition in toddlers aged 24-

59 months in Summersari Village, Sekampung District in 2023. It is hoped that mothers will improve parenting so that children's nutritional status can be monitored by paying attention to food intake and health care.

**Keywords :** Diet, Malnutrition

---

## PENDAHULUAN

Status gizi adalah keadaan pada tubuh manusia yang merupakan dampak dari makanan dan penggunaan zat gizi yang dikonsumsi seseorang (Suharsa, 2016). Status gizi dapat dibagi menjadi beberapa indikator, diantaranya adalah indikator Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB) sehingga dapat dibedakan menjadi 6 kategori yaitu gizi buruk (*severely wasted*), gizi kurang (*wasted*), gizi baik (normal), berisiko gizi lebih (*possible risk of overweight*), gizi lebih (*overweight*), dan obesitas (*obese*) (Permenkes RI, 2020). Salah satu masalah kesehatan yang terdapat di Indonesia saat ini adalah gizi kurang (Sambo dkk, 2020). Kekurangan gizi yang dialami balita akan menghambat pertumbuhan dan perkembangan balita hingga dewasa dan bersifat *irreversible* (Sir dkk, 2021).

Data *World Health Organization* (WHO) Secara global pada tahun 2020, diperkirakan terdapat 45 juta balita kurus dan 38,9 juta balita mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Berdasarkan hal tersebut terdapat sekitar 45% kematian pada anak di bawah usia 5 tahun disebabkan oleh kekurangan gizi (WHO, 2021). Rendahnya status gizi akan berpengaruh pada status kesehatan penduduk yang terlihat dari masih tingginya angka kematian balita yakni sebesar 58 per seribu kelahiran hidup (Rahayu, 2019). Hasil Riskesdas 2018, secara nasional prevalensi kejadian gizi kurang pada anak umur 0-59 bulan di Indonesia terdapat 13,8%. Hal ini menunjukkan bahwa prevalensi kejadian balita gizi kurang mengalami penurunan 1% dibandingkan hasil Riskesdas tahun 2013 yaitu 13,9%. Prevalensi kejadian gizi kurang di Provinsi Lampung terdapat 12,8% (Kemenkes RI, 2019). Kabupaten Lampung

Timur merupakan kabupaten dengan urutan ke-11 tertinggi dalam kejadian gizi kurang di Provinsi Lampung. Prevalensi kejadian gizi kurang pada balita di Kabupaten Lampung Timur tahun 2020 terdapat 4,1% (Kemenkes RI, 2020).

Prevalensi kejadian gizi kurang di Puskesmas Trimulyo tahun 2021 terdapat 2,87% sedangkan pada tahun 2022 mengalami kenaikan menjadi 5,7%. Ditinjau dari kejadian gizi kurang tertinggi di Wilayah Kerja Puskesmas Trimulyo diketahui bahwa Desa Summersari merupakan desa tertinggi dengan prevalensi kejadian gizi kurang yaitu 10,62% dan disusul oleh Desa Mekarmulya yaitu 7,91%. Kasus gizi kurang di Puskesmas Trimulyo tahun 2021 sebanyak 50 balita dan tahun 2023 yaitu 97 balita sedangkan pada Desa Summersari yang merupakan desa tertinggi dengan kejadian gizi kurang terdapat 22 kasus balita dan disusul oleh Desa Mekarmulya yaitu 14 balita (Puskesmas Trimulyo, 2022).

Keadaan gizi seorang anak dipengaruhi oleh dua faktor secara langsung dan tidak langsung (Supariasa, 2016). Faktor penyebab secara langsung yaitu makanan dan penyakit infeksi yang diderita oleh anak. Masalah-masalah pokok pada masyarakat menyebabkan 3 (tiga) hal sebagai penyebab tidak langsung kurang gizi, yaitu tidak cukup persediaan pangan, pola asuh anak tidak memadai, dan sanitasi dan air bersih, pelayanan kesehatan dasar tidak memadai. Timbulnya ketiga masalah tersebut mengakibatkan makanan tidak seimbang serta menimbulkan penyakit infeksi sebagai penyebab langsung kurang gizi (UNICEF, 2020). Berdasarkan ketiga faktor penyebab tidak langsung saling berkaitan dengan pendidikan, pengetahuan, penghasilan dan keterampilan ibu (Latifah, *et al.*, 2018).

Gangguan status gizi pada balita akan berdampak pada balita yaitu dalam jangka pendek adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Akibat buruk dari gangguan gizi jangka panjang adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan resiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua (Kemenkes RI, 2020).

Pola makan turut serta mempengaruhi keadaan gizi anak. Pola makan adalah kebiasaan makan yang terbentuk dan dalam jumlah, maka tubuh akan mendapatkan kondisi kesehatan gizi yang baik. Konsumsi gizi kesehatan terbaik disebut konsumsi yang cukup (Hasibuan & Siagan, 2020).

Agar pola makan balita tetap stabil baik, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pola makan balita seperti mempertahankan jenis, penyusunan menu, penyajian, serta pemberian makanan yang diberikan kepada anak. Selain itu perlu diadakan peningkatan melalui perhatian orang tua. Hal ini dapat dilakukan dengan cara memberikan penyuluhan kepada ibu balita tentang makanan balita yang meliputi ragam bahan makanan, menu yang tepat bagi balita, serta anjuran kebutuhan gizi bagi balita yang tepat. Dengan demikian pemahaman ibu tentang makanan balita akan semakin lengkap dan bisa diterapkan pada makanan sehari-hari balita (Rahmasari dkk, 2022).

Dampak dari pola makan yang salah adalah anak menjadi manja, gangguan status gizi seperti gizi kurang ataupun gizi buruk, anak tidak bisa menentukan makanan yang terbaik untuk dirinya dan terganggunya perkembangan anak (Mouliza, 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian Herlina (2018), yang menyatakan bahwa ibu yang memiliki pola asuh kurang dalam pemberian makan balita lebih berisiko 4 kali mempunyai balita dengan status gizi kurang dibandingkan

dengan ibu yang memiliki pola asuh yang baik dalam pemberian makanan.

Gizi sangat berkaitan dengan kesehatan dan kecerdasan. Apabila terkena defisiensi gizi maka anak akan mudah terkena infeksi. Jika pola makan pada balita tidak tercapai dengan baik, maka pertumbuhan balita juga akan terganggu, tubuh kurus, gizi buruk dan bahkan terjadi balita pendek (*stunting*), sehingga pola makan yang baik juga perlu dikembangkan untuk menghindari zat gizi kurang (Purwani dan Mariyam, 2013).

Didukung oleh penelitian Melsi dkk (2022) yang menunjukkan terdapat hubungan pola makan dengan kejadian gizi kurang pada balita. Sejalan dengan penelitian Sambo dkk (2020) yang menunjukkan ada hubungan pola makan dengan status gizi pada anak usia prasekolah di TK Kristen Tunas Rama. Sedangkan menurut Sari dkk (2016) menunjukkan pola makan mempunyai hubungan dengan status gizi pada balita.

Hasil prasurvei pada tanggal 13-14 Oktober 2022 terhadap 10 balita didapatkan bahwa 7 anak dengan status gizi kurang dan 3 anak dengan status gizi normal. Balita mempunyai kebiasaan pola makan yang kurang baik, seperti balita yang hanya diberikan nasi beserta lauk pauk, masih kurangnya jenis makanan yang diberikan seperti sayur-sayuran, dan suka jajanan warung. Kegiatan pemantauan status gizi balita dilakukan di posyandu. Hal ini dikarenakan terdapat beberapa kegiatan di posyandu seperti penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, pemberian Vitamin, imunisasi dan lain-lain.

Berdasarkan uraian masalah diatas maka peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan pola makan dengan kejadian gizi kurang pada balita usia 24-59 bulan di Desa Sumbersari Kecamatan Sekampung tahun 2023.”

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *cross*

*sectional* (potong lintang). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola asuh dan pola makan dengan kejadian gizi kurang pada balita usia 24-59 bulan di Desa Summersari Kecamatan Sekampung tahun 2023. Penelitian ini dilaksanakan setelah mendapatkan persetujuan dari Komisi Etik Politeknik Kemenkes Tanjung Karang dengan No. 004/KEPK-TJK/I/2023. Waktu pelaksanaan pada bulan Januari-Februari 2023. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh balita usia 24-59 bulan di Desa Summersari tahun 2023 yaitu 168 orang. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *random sampling* dengan responden berjumlah 67 orang.

Data primer yaitu data yang diperoleh secara langsung dari subjek penelitian yaitu tinggi badan, berat badan, nama ibu, umur ibu, pendidikan ibu, pekerjaan ibu, nama anak, umur anak, jenis kelamin, dan pola makan. Data sekunder dari penelitian ini menggunakan gambaran umum Puskesmas Trimulyo.

Instrumen penelitian yang digunakan pada saat observasi tinggi badan menggunakan *satiometer* merek *innoQ* dengan ketelitian 0,1 cm, berat badan menggunakan timbangan digital merek *innoQ* dengan ketelitian 0,1 cm, aplikasi *AnthroCal* dan menggunakan standar antropometri anak tahun 2020, dan form *Food Frequency Questionnaire* untuk mengukur pola makan. Analisis data menggunakan uji *chi square*.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil pengumpulan data karakteristik responden di Desa Summersari Kecamatan Sekampung tahun 2023.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
<b>Usia Balita (bulan)</b>		
24-36	29	43,3
37-59	38	56,7
<b>Total</b>	<b>67</b>	<b>100</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	27	40,3
Perempuan	40	59,7
<b>Total</b>	<b>67</b>	<b>100</b>

<b>Pendidikan Ibu</b>		
SMP/Sederajat	4	5,97
SMA/Sederajat	57	85,07
Perguruan Tinggi	6	8,95
<b>Total</b>	<b>67</b>	<b>100</b>
<b>Usia Ibu (tahun)</b>		
20-35	55	82,08
>35 tahun	12	17,91
<b>Total</b>	<b>67</b>	<b>100</b>
<b>Pekerjaan Ibu</b>		
IRT	50	74,62
Petani	7	10,44
Wiraswasta	7	10,44
Guru	2	2,98
Buruh Pabrik	1	1,49
<b>Total</b>	<b>67</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan karakteristik responden bahwa dari 67 responden balita didapatkan 29 (43,3%) responden pada kelompok balita usia 24-36 bulan dan 38 (56,7%) responden pada kelompok balita usia 37-59 bulan. Jenis kelamin responden balita didapatkan sebanyak 27 (43,3%) responden laki-laki dan 40 (56,7%) responden dengan jenis kelamin perempuan. Pendidikan ibu responden didapatkan 4 (5,97%) SMP/Sederajat, 57 (85,07%) SMA/Sederajat, dan 6 (8,95%) perguruan tinggi. Usia ibu responden dengan rentang usia 20-35 tahun sebanyak 55 (82,08%) dan usia >35 tahun sebanyak 12 (17,91%). Pekerjaan ibu responden didapatkan 50 (74,62%) sebagai IRT (Ibu Rumah Tangga), 7 (10,44%) sebagai petani, 7 (10,44%) sebagai wiraswasta, 2 (2,98%) sebagai guru dan 1 (1,49%) sebagai buruh pabrik.

### 2. Distribusi Frekuensi Status Gizi

Berdasarkan hasil pengumpulan data distribusi frekuensi status gizi pada balita usia 24-59 bulan di Desa Summersari Kecamatan Sekampung tahun 2023.

Tabel 2. Distribusi frekuensi status gizi

Status Gizi	Frekuensi	Persentase (%)
Gizi Kurang	29	43,3
Normal	38	56,7
<b>Jumlah</b>	<b>67</b>	<b>100</b>

Pada Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 67 responden didapatkan 29 (43,3%) responden mengalami status gizi kurang dan 38 (56,7%) responden dengan status gizi

normal.

### 3. Distribusi Frekuensi Pola Makan

*Stunting* merupakan suatu keadaan dimana tinggi badan anak tidak sesuai dengan usia (lebih pendek dari tinggi usia normal).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pola Makan

Pola Makan	Frekuensi	Persentase (%)
Cukup Baik	12	17,9
	55	82,1
<b>Jumlah</b>	<b>67</b>	<b>100</b>

Pada Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 67 responden didapatkan 12 (17,9%) responden memiliki pola makan yang cukup dan 55 (82,1%) responden memiliki pola makan yang baik.

### 4. Hubungan pola makan dengan kejadian gizi kurang

Analisis bivariat untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian gizi kurang pada balita usia 24-59 bulan di Desa Sumbersari Kecamatan Sekampung tahun 2023.

Tabel 4. Hubungan pola makan dengan kejadian gizi kurang

Pola Makan	Status Gizi				Total		P Value
	Gizi Kurang		Normal				
	n	%	n	%	n	%	
Cukup	10	83,3	2	16,7	12	100	0,006
Baik	19	34,5	36	65,5	55	100	
<b>Total</b>	<b>29</b>	<b>43,3</b>	<b>38</b>	<b>56,7</b>	<b>67</b>	<b>100</b>	

Pada Tabel 4 memperlihatkan bahwa dari 12 responden yang memiliki pola makan cukup didapatkan 10 (83,3%) responden mengalami gizi kurang dan 2 (16,7%) responden dengan status gizi normal. Sedangkan dari 55 responden yang memiliki pola makan baik didapatkan 19 (34,5%) responden yang mengalami gizi kurang dan 36 (65,5%) responden dengan status gizi normal. Hasil uji *chi square* didapatkan *p value* 0,006 < 0,05 artinya ada hubungan pola makan dengan kejadian gizi kurang pada

balita usia 24-59 bulan di Desa Sumbersari Kecamatan Sekampung tahun 2023.

### PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 67 responden didapatkan 29 (43,3%) responden mengalami status gizi kurang dan 38 (56,7%) responden dengan status gizi normal.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuneta dkk (2019) yang menyatakan sebagian besar Status Gizi bayi balita di wonorejo Gizi Baik sebanyak 45 anak (90%) dan Status Gizi Kurang Sebanyak 5 anak (10%), Sehingga secara keseluruhan Status Gizi di wonorejo sebanyak 90% baik.

Status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu, atau perwujudan dari nutrisi dalam bentuk variabel tertentu. Status gizi adalah ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi untuk anak yang diindikasikan oleh berat badan dan tinggi badan anak. Status gizi juga didefinisikan sebagai status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan nutrient (Supriasa, 2016).

Kebutuhan gizi seseorang adalah jumlah yang diperkirakan cukup untuk memelihara kesehatan pada umumnya. 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 anak dapat dipantau dengan menimbang anak setiap bulan dan dicocokkan dengan Kartu Menuju Sehat (KMS) (Puspitasari, 2017).

Kejadian gizi kurang merupakan keadaan kurang gizi tingkat berat yang disebabkan oleh rendahnya konsumsi energi protein dari makanan sehari-hari dan terjadi dalam waktu yang cukup lama (Sodikin, 2013). Akibat dari keadaan gizi kurang adalah pertumbuhan anak terganggu, produksi tenaga yang kurang, kurangnya daya tahan tubuh, terganggunya kecerdasan

dan perilaku. Sedangkan akibat kelebihan gizi terjadinya kegemukan yang dapat menyebabkan penyakit degeneratif (Thamaria, 2017).

Menurut peneliti, status gizi pada balita dapat menentukan tingkat keseimbangan gizi pada balita sesuai dengan pertumbuhannya. Semakin baik keseimbangan gizi pada balita maka akan semakin baik juga status gizi balita. Oleh sebab itu diharapkan orangtua balita dapat menjaga pola gizi balita agar tetap seimbang.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 67 responden didapatkan 12 (17,9%) responden memiliki pola makan yang cukup dan 55 (82,1%) responden memiliki pola makan yang baik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuliarsih dkk (2020) mengatakan bahwa dari 146 responden terdapat 57 (39%) responden dengan pola makan yang kurang baik dan 89 (61%) responden dengan pola makan yang baik. Didukung oleh penelitian Sambo dkk (2020) yang menunjukkan 72 (92,3%) responden dengan pola asuh yang baik dan 6 (7,7%) responden dengan pola asuh yang kurang baik.

Pola makan merupakan informasi yang menggambarkan sifat dan intensitas makanan sehari-hari seseorang atau sekelompok orang tertentu (Sulistyoningsih, 2012). Kebiasaan makan yang baik selalu mencerminkan tercapainya gizi yang optimal (Depkes RI, 2014). Informasi gizi seperti karbohidrat, lemak, protein atau mineral harus diperhatikan untuk menjaga pola makan yang sehat (Supratman, *et.al.* 2013). Selain itu, frekuensi dan jumlah makanan harus diperhatikan agar saluran pencernaan berfungsi optimal (Sulastri, 2012).

Pemberian makanan hendaknya disesuaikan dengan perkembangan balita. Makanan hendaknya dipilih dengan baik, yaitu yang mudah dicerna, diabsorpsi, dan dimetabolisme, serta dihidangkan dalam bentuk yang mudah digerakkan didalam mulut dan tidak menimbulkan tersedak, tersumbat, atau sesak nafas (Almatsier, 2014).

Menurut peneliti, Pola makan pada balita sangat berperan penting dalam proses pertumbuhan pada balita. Pola pemberian makanan sangat penting diperhatikan. Jika pola makan tidak tercapai dengan baik pada balita maka pertumbuhan balita akan terganggu. Pola makan yang baik perlu dibentuk sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi dan pola makan yang tidak sesuai akan menyebabkan asupan gizi berlebih atau sebaliknya kekurangan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *p value* 0,006 <0,05 artinya ada hubungan pola makan dengan kejadian gizi kurang pada balita usia 24-59 bulan di Desa Sumbersari Kecamatan Sekampung tahun 2023.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sambo dkk (2020) yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan status gizi pada anak usia prasekolah di TK Kristen Tunas Rama Kota Makassar dengan *p value* 0,015. Didukung oleh penelitian Azrimaidaliza dkk (2022) yang menunjukkan bahwa ada hubungan pola makan dengan kejadian gizi kurang pada balita dengan *p value* 0,036.

Hasil penelitian pola makan menggunakan form *food frequency quistionare* sebagian besar balita memiliki pola makan yang baik. Sebagian besar balita mengkonsumsi makanan pokok, yaitu nasi, mie dan roti. Lauk hewani yang sering dikonsumsi anak balita yaitu telur dan ikan, dan lauk nabati tempe juga tahu. Sayuran yang paling sering dikonsumsi adalah wortel, bayam dan labu siam, sedangkan buah yang sering dikonsumsi adalah pisang dan papaya. Pada kelompok makanan jajanan hampir semua anak suka dan mengkonsumsi jajanan tersebut, seperti es yang di dalamnya terdapat susu kental manis, wafer, coklat, bakaran/makanan kemasan dengan mengandung pengawet (sosis, bakso), ice cream, permen, donat dan minuman soda (frenta, sprite, fanta, dll). Pola makan yang tidak baik pada anak balita berpengaruh terhadap tercukupinya nutrisi dan zat gizi sesuai umur balita. Pengaturan makanan merupakan suatu patokan atau pedoman bagi

seorang ibu dalam memberikan makanan pada anaknya. Rendahnya pengetahuan dan kurangnya ketrampilan ibu tentang cara atau praktik pemberian makan dan perawatan kesehatan menyebabkan anak mengalami gizi kurang (Siddiq, 2018).

Pola makan diartikan sebagai kebiasaan makan yang terbentuk maupun kuantitasnya, maka tubuh akan mendapat kondisi kesehatan gizi yang baik. Konsumsi yang menghasilkan kesehatan gizi yang sebaik-baiknya disebut konsumsi yang adekuat (Hasibuan, 2020). Perilaku masyarakat yang tidak tepat dalam pemilihan dan pemberian makanan untuk keluarga, terutama anak-anak, merupakan faktor utama penyebab meluasnya malnutrisi anak. Tujuan pemberian makanan kepada anak adalah untuk memenuhi kebutuhannya tetap sehat, cepat sembuh jika sakit, melakukan berbagai jenis kegiatan, menajaga pertumbuhan, dan memelihara latihan jasmani dan rohani, untuk menunjang perkembangan tubuh. Pola makan yang baik memiliki hubungan penting dengan status gizi anak, yang mempengaruhi status fisiologis anak (Rahmayanti, 2016).

Pola makan merupakan faktor yang berhubungan langsung dengan status gizi sehingga dengan mengkonsumsi makanan yang rendah gizi mengakibatkan kondisi atau keadaan gizi kurang (Nasution dkk, 2016). Pola makan baik maupun buruk dipengaruhi oleh orang tua, pola makan yang baik pada responden dipengaruhi orang tua yang telah mengajarkan kebiasaan makan yang baik pada anak sejak kecil tentang kebiasaan makan yang baik sehingga dapat terbawa sampai mereka dewasa, sedangkan pola makan kurang baik karena orang tua tidak membudayakan disiplin makan pada anak, mereka cenderung menuruti kemauan anak tanpa memperhatikan nilai gizi yang anak mereka makan. Pola makan sangat mempengaruhi keadaan gizi seseorang. Pola makan yang baik dapat meningkatkan status gizi. Keadaan gizi kurang terjadi karena tubuh kekurangan satu atau beberapa jenis zat gizi yang dibutuhkan (Utami dkk, 2020). Didukung oleh penelitian Noviani dkk (2016) Kebiasaan jajan dan pola makan serta

hubungannya dengan status gizi anak usia sekolah di SD Sonosewu Bantul Yogyakarta. Hasil analisis Chi Square hubungan pola makan dengan status gizi diperoleh p-value 0,008. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pola makan yang kurang baik cenderung mengakibatkan kejadian gizi kurang pada anak, sebab asupan nutrisi pada anak tidak terpenuhi.

Menurut Peneliti, pola makan adalah bagaimana cara dan kebiasaan yang dilakukan oleh ibu untuk melakukan pemberian makanan kepada anak balita. Pola makan dapat memberikan gambaran asupan gizi mencakup jenis, jumlah, dan jadwal dalam pemenuhan nutrisi. Pola pemberian makan harus berpedoman pada gizi seimbang mencakup asupan gizi yang cukup sesuai kebutuhan dan mengkonsumsi makanan yang beragam agar dapat mencapai status gizi normal. Semakin baik pola makan pada balita maka akan semakin baik juga status gizi balita. Oleh sebab itu diharapkan orangtua balita dapat menjaga pola makan balita agar tetap konsisten. Keadaan gizi kurang terjadi karena tubuh kekurangan satu atau beberapa jenis zat gizi yang dibutuhkan.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya maka didapatkan simpulan dibawah ini distribusi frekuensi kejadian gizi kurang pada balita usia 24-59 bulan berdasarkan BB/TB di Desa Sumbersari Kecamatan Sekampung tahun 2023 didapatkan 29 (43,3%) responden mengalami status gizi kurang. Distribusi frekuensi pola makan balita usia 24-59 bulan di Desa Sumbersari Kecamatan Sekampung tahun 2023 didapatkan 55 (82,1%) responden memiliki pola makan yang baik. Ada hubungan pola asuh dengan kejadian Ada hubungan pola makan dengan kejadian gizi kurang pada balita usia 24-59 bulan di Desa Sumbersari Kecamatan Sekampung tahun 2023 dengan p value 0,006.

Diharapkan ibu agar meningkatkan pola asuh dengan cara memperhatikan asupan makan serta perawatan kesehatan



anak. Ibu juga seharusnya membawa anak secara rutin ke posyandu atau pelayanan kesehatan terdekat untuk selalu memantau tumbuh kembang anak karena jika ditemukan adanya gangguan tumbuh kembang secara dini, maka dapat segera ditindaklanjuti. Diharapkan Petugas kesehatan di Puskesmas dapat meningkatkan edukasi kepada ibu yang memiliki balita mengenai gizi pada balita sehingga dapat menambah wawasan bagi ibu mengenai cara menjaga keseimbangan gizi pada balita. Selain itu petugas kesehatan juga dapat memberikan penyuluhan tentang pentingnya menerapkan pola makan yang baik terhadap balita supaya balita dapat tumbuh dan berkembang secara optimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2014). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Azrimaidaliza, Welly Femelia, Nadia Chalida Nur, & Putri, R. (2022). Mencegah Stunting Melalui Edukasi Gizi Seimbang Pada Ibu Hamil Dan Ibu Balita Di Puskesmas Lapai. *Panrita Abdi - Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 6(4), 934-943.  
<https://doi.org/10.20956/pa.v6i4.14761>.
- Depkes RI. (2014). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014*. Jakarta: Depkes RI.
- Hasibuan, T. P., & Siagian, M. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Sering Lingkungan VII Kelurahan Sidorejo Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019. *Jurnal Kebidanan Kestra (JKK)*, 2(2), 116-125.
- Kemenkes RI. (2019). *Laporan Provinsi Lampung Riskesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Kemenkes RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Khoirun, N.M., dan Nadhiroh, S.R. (2015). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Media Gizi Indonesia*, 10 (1): 16-17
- Latifah, N., Susanti, Y., & Haryanti, D. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Status Gizi Pada Balita. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 68–74
- Marini, G., & Alimul, A. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Pada Anak Usia 6-24 Bulan Di Kabupaten Lamongan. *Laporan Penelitian*. Universitas Muhammadiyah Surabaya.
- Melsi, R., Sudarman, S., & Syamsul, M. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Status Gizi Kurang Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Panambungan Kota Makassar. *Jurnal Promotif Preventif*, 5(1), 23-31  
<https://doi.org/10.47650/jpp.v5i1.491>
- Mouliza & Darmawi. (2023). Hubungan Pola Pemberian Makan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 12-59 Bulan Di Desa Arongan. *Jurnal Biology Education* Volume. 10 Nomor 1 Edisi Khusus 2023
- Nasution, F. R. A. dan N. (2012). *Buku Pintar Asuhan Keperawatan Bayi dan Balita. (Rifqy Alya Prasmadyan, Ed.) (I)*. Yogyakarta: Cakrawala Ilmu.
- Noviani, K., Afifah, E., & Astiti, D. (2016). Kebiasaan jajan dan pola makan serta hubungannya dengan status gizi anak usia sekolah di SD Sonosewu Bantul Yogyakarta. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal Of Nutrition And Dietetics)*, 4(2), 97-104.  
[doi:http://dx.doi.org/10.21927/ijnd.2016.4\(2\).97-104](http://dx.doi.org/10.21927/ijnd.2016.4(2).97-104)



- Purwani, E & Mariyam. (2013). Pola Pemberian Makan Dengan Status Gizi Anak Usia 1 Sampai 5 Tahun Di Kabupaten Taman Pemalang. *Jurnal Keperawatan Anak*. Volume 1, No. 1. Universitas Muhammadiyah, Semarang
- Puspitasari, A. G. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pemenuhan Gizi Seimbang Anak Dengan Status Gizi Anak Usia 1-3 Tahun (Toddler) Di Posyandu Desa Ngliliran Kecamatan Panekan Kabupaten Magetan. *Skripsi Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun*
- Rahayu, S., Djuhaeni, H., Nugraha, G., & Mulyo, G. (2019). Hubungan pengetahuan, sikap, perilaku dan karakteristik ibu tentang ASI eksklusif terhadap status gizi bayi. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 4(1), 28-35. doi:<http://dx.doi.org/10.30867/actio.n.v4i1.149>
- Rahmasari, Y., Anggraeni, S., & Rahman, E. (2023). Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita Di Puskesmas Cempaka Putih Kota Banjarmasin Tahun 2023. *Jurnal Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin*
- Sambo, M., Ciuantasari, F., & Maria, G. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 423-429. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.316>
- Sari, Gustiva dkk. (2016). Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Anak Usia 3-5 tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang 2014. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 2016; 5(2)
- Siddiq, (2018). Penyakit Infeksi dan Pola Makan dengan Kejadian Status Gizi Kurang Berdasarkan BB/U pada Balita Usia 6-24 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Sepenggal.
- Sir, Siti Gabena dkk. (2021). Praktik Pemberian Makanan Dan Praktik Kesehatandengan Kejadian Balita Dengan Gizi Kurang. *Journal of Telenursing (JOTING)* Volume 3, Nomor 1, Juni 2021
- Sodikin. (2013). *Keperawatan Anak Gangguan Pencernaan*. Jakarta: EGC.
- Soetjningsih, (2012). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta : EGC
- Suharsa, Hari (2016). Status Gizi Lebih dan Faktor-faktor lain yang Berhubungan pada Siswa Sekolah Dasar Islam Tirtayasa Kelas IV dan V di Kota Serang Tahun 2014. *Jurnal Lingkar Widyaiswara* Edisi 3 No. 1, Jan – Mar 2016, p.53 – 76
- Sulastri, Delmi. (2012). Faktor Determinan Kejadian Stunting Pada Anak Usia Sekolah Di Kecamatan Lubuk Kilangan Kota Padang. *Fakultas Kedokteran Universitas Andalas : Padang*
- Sulistyoningsih, Haryani. (2012). *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Supariasa, D. (2016). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Supratman, N., Suhardi, E. and Jaenudin, D. (2013). Hubungan Antara Sistem Pencernaan Manusia dengan Pola Makan Sehat Remaja Di SMAN 10 Kota Bogor, pp. 1–7
- Thamaria N. (2017). Penilaian Status Gizi. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan. Edisi Tahun 2017. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- UNICEF. (2013). *Nutritional Status*. Jakarta.
- Utami, Harvita Damara dkk (2020). Hubungan Pola Makan, Tingkat

Kecukupan Energi, dan Protein  
dengan Status Gizi pada Remaja.  
Jurnal Kesehatan Volume 11,  
Nomor 2, Tahun 2020

World Health Organization. (2021).  
*Malnutrition*. WHO

Yuliarsih, Lilis, Toha Muhaimin & Syamsul  
Anwar. (2020). Pengaruh Pola  
Pemberian Makan Terhadap Status  
Gizi Balita Di Wilayah Kerja  
Puskesmas Astanajapura Kabupaten  
Cirebon Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah  
Indonesia* Vol. 5, No.4 April 2020

Yuneta, Agus Eka Nurma, Hardiningsih  
Hardiningsih, & Fresthy Astrika  
Yunita (2019). Hubungan Antara  
Tingkat Pengetahuan Ibu Dengan  
Status Gizi Balita Di Kelurahan  
Wonorejo Kabupaten Karanganyar.  
*Placentum Jurnal Ilmiah Kesehatan  
dan Aplikasinya*, Vol 7(1) 2019