

**POLA MAKAN ANAK BADUTA STUNTING USIA 6-23 BULAN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SANGURARA KOTA PALU**

***EATING PATTERN OF STUNTING CHILDREN AGES 6-23 MONTHS IN THE WORK AREA
SANGURARA HEALTH CENTER PALU CITY***

**Dwi Erma Kusumawati, Dwi Ratna Sari, Putu Candriasih, Nurjaya, Ansar, Bahja, Fahmi
Hafid, Elvyrah Faisal**

Jurusan Gizi Poltekkes kemenkes Palu
(email: dwiekw@gmail.com, +628124200043)

ABSTRAK

Salah satu penyebab stunting adalah pola makan yang kurang beragam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pola makan anak baduta stunting usia 6-23 bulan di wilayah kerja Puskesmas Sangurara Kecamatan Tatanga Kota Palu. Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Sangurara Kecamatan Tatanga Kota Palu pada bulan April-Mei 2021. Populasi penelitian ini adalah baduta stunting usia 6-23 bulan di wilayah kerja Puskesmas Sangurara berjumlah 201 baduta. Besar sampel diambil dengan menggunakan rumus slovin. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling* dengan cara wawanacara dan observasi menggunakan kuisioner *Food Frequency Questionnaire* dengan jumlah 67 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa makanan sumber makanan pokok yang sering dikonsumsi adalah beras (86,8%). Sumber lauk hewani yang sering dikonsumsi adalah telur ayam (61,2%). Sumber lauk nabati yang sering dikonsumsi adalah tempe (70,1%). Sayuran yang sering dikonsumsi adalah wortel (65,7%) dan buah-buahan yang sering dikonsumsi adalah pisang (86,8%). Kesimpulan dari penelitian ini yaitu pola makan anak baduta stunting kurang bervariasi, penelitian ini menyarankan kepada ibu baduta agar meningkatkan variasi makanan sejak anak berumur 6 bulan.

Kata kunci : Praktik pemberian makan, Lansia, Obesitas

ABSTRACT

One of the causes of stunting is a less diverse diet. This study aims to determine the eating patterns of stunting children under the age of 6-23 months in the work area of the Sangurara Health Center, Tatanga District, Palu City. This research is a type of descriptive research. This research was carried out in the work area of the Sangurara Health Center, Tatanga District, Palu City in April-May 2021. The population of this study was stunting children aged 6-23 months in the work area of the Sangurara Health Center totaling 201 children. The sample size was taken using the Slovin formula. The sampling technique used is Simple Random Sampling by means of interviews and observations using a Food Frequency Questionnaire with a total of 67 respondents. The results showed that the staple food source that was often consumed was rice (86.8%). Sources of animal side dishes that are often consumed are eggs (61.2%). Sources of vegetable side dishes that are often consumed are tempe (70.1%). The vegetables that are often consumed are carrots (65.7%) and the fruits that are often consumed are bananas (86.8%). The conclusion of this study is that the eating patterns of stunting children under two are less varied, this study suggests to mothers of children under two years old to increase the variety of food since the child is 6 months old.

Keywords: Stunting Baduta Children's Diet

PENDAHULUAN

Masalah gizi yang dapat memperburuk kualitas hidup anak dalam pencapaian tumbuh kembang yaitu stunting. Stunting adalah masalah kekurangan gizi kronis karena pemberian makanan yang kurang sesuai dengan gizi seimbang yang mengakibatkan asupan gizi kurang. Dua tahun pertama kehidupan yang disebut juga “masa emas” atau masa kritis merupakan masa yang sangat singkat dan masa yang sangat peka terhadap lingkungan.

Status gizi dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI). Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) adalah makanan atau minuman yang mengandung zat gizi, diberikan kepada bayi atau anak usia 6-24 bulan guna memenuhi kebutuhan gizi selain ASI(Kemenkes RI 2019).

Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018 menunjukkan bahwa di Indonesia bayi usia di bawah dua tahun (baduta) yang menderita stunting mencapai 29,9% dengan kategori status gizi sangat pendek 12,8% dan pendek 17,1% (Reskesdas 2019).

Prevalensi stunting di Sulawesi Tengah Tahun 2018 Menurut Pemantauan Status Gizi baduta yang mengalami stunting di Sulawesi Tengah sebanyak 27,78%, yang terdiri dari prevalensi pendek 16,07% dan sangat pendek sebesar 11,71%. Dan untuk Kota Palu prevalensi stunting Tahun 2018 sebanyak 26,87% (Kementerian Kesehatan RI 2018). Dari hasil data Dinas Kesehatan Kota Palu Tahun 2020 di Kota

Palu terdapat 13 Puskesmas yaitu Puskesmas Pantoloan, Puskesmas Tawaeli, Puskesmas Mamboro, Puskesmas Talise, Puskesmas Singgani, Puskesmas Kamonji, Puskesmas Sangurara, Puskesmas Tipo, Puskesmas Kawatuna, Puskesmas Birobuli, Puskesmas Mabelopura, Puskesmas Bulili dan Puskesmas Nosarara. Peneliti memilih Puskesmas Sangurara karena berdasarkan data yang di dapatkan dari Dinas Kesehatan Kota Palu Tahun 2020 Puskesmas Sangurara merupakan Puskesmas tertinggi pertama stunting di Kota Palu dengan jumlah persentase yaitu sebesar 35,95%. Puskesmas Sangurara di dalam wilayah kerjanya memiliki 5 kelurahan yaitu diantaranya Kelurahan Donggala Kodi, Kelurahan Balaroo, Kelurahan Duyu, Kelurahan Boyaoge dan Kelurahan Nunu. Tujuan penelitian adalah untuk menggambarkan kebiasaan makan dalam frekuensi dan jenis bahan makanan anak baduta stunting.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Sangurara Kecamatan Tatanga Kota Palu pada bulan April-Mei 2021. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 67 baduta yang teridentifikasi stunting (Kemenkes RI 2020). Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *simple random sampling*. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara dan observasi menggunakan kuisisioner. *Food Frequency Questionnaire* dan kemudian dikategorikan dalam frekuensi makan sering,

jarang dan tidak pernah serta di tampilkan jenis bahan makanan yang dikonsumsi oleh 67 responden. Analisis data yang dilakukan analisis univariat untuk dapat menjelaskan karakteristik pada baduta stunting di wilayah kerja Puskesmas Sangurara Kecamatan Tatanga Kota Palu. Penyajian dalam tabel merupakan penyajian data

dalam bentuk angka yang disusun secara teratur dalam bentuk kolom dan baris.

HASIL

Jenis bahan makanan sumber makanan pokok yang sering dikonsumsi adalah beras (86,8%), biskuit (82,1%), jagung (47,8%) dan kentang (44,8%), sedangkan bahan makanan pokok yang jarang dikonsumsi adalah ubi jalar (Tabel 1).

Tabel 1 Distribusi frekuensi konsumsi bahan makanan sumber makanan pokok pada anak baduta stunting di wilayah kerja Puskesmas Sangurara Kecamatan Tatanga Kota Palu

Jenis bahan makanan	Frekuensi Makan						Kategori frekuensi pola makan
	Sering		Jarang		Tidak pernah		
	n	%	n	%	n	%	
Beras	58	86,6	0	0	9	13,4	Sering
Jagung	32	47,8	12	17,9	23	34,3	Sering
Ubi jalar	11	16,4	32	47,8	24	35,8	Jarang
Biskuit	55	82,1	5	7,5	7	10,4	Sering
Kentang	30	44,8	20	29,9	17	25,4	Sering

Sumber : Data Primer terolah, 2021

Jenis bahan makanan sumber lauk hewani yang sering dikonsumsi adalah telur ayam (61,2%) dan ikan segar (58,2%). Sedangkan lauk hewani yang

jarang dikonsumsi adalah daging ayam, sapi dan hati ayam ((Tabel 2).

Tabel 2 Distribusi frekuensi konsumsi bahan makanan sumber lauk hewani pada anak baduta stunting di wilayah kerja Puskesmas Sangurara Kecamatan Tatanga Kota Palu

Jenis bahan makanan	Frekuensi Makan						Kategori frekuensi pola makan
	Sering		Jarang		Tidak pernah		
	n	%	n	%	n	%	
Ikan segar	39	58,2	9	13,4	19	28,4	Sering
Daging ayam	20	29,9	27	40,3	20	29,9	Jarang
Daging sapi	1	1,5	36	53,7	30	44,8	Jarang
Telur ayam	41	61,2	10	14,9	16	23,9	Sering
Hati ayam	13	19,4	29	43,3	25	37,3	Jarang

Sumber : Data Primer terolah, 2021

Jenis bahan makanan sumber lauk nabati yang sering dikonsumsi adalah tempe (70,1%) dan tahu (68,7%). Sedangkan bahan makanan lauk

nabati yang jarang dikonsumsi adalah kacang merah dan kacang hijau (Tabel 3).

Tabel 3 Distribusi frekuensi konsumsi bahan makanan sumber lauk nabati pada anak baduta stunting di wilayah kerja Puskesmas Sangurara Kecamatan Tatanga Kota Palu

Jenis bahan makanan	Frekuensi Makan						Kategori frekuensi pola makan
	Sering		Jarang		Tidak pernah		
	n	%	n	%	n	%	
Tahu	46	68,7	3	4,5	18	26,9	Sering
Tempe	47	70,1	2	3,0	18	26,9	Sering
Kacang merah	2	3,0	35	52,2	30	44,8	Jarang
Kacang hijau	9	13,4	34	50,7	24	35,8	Jarang

Sumber : Data Primer terolah, 2021

Jenis bahan makanan sumber sayuran yang sering dikonsumsi adalah wortel (65,7%), bayam

(62,7%) dan kangkung (47,8%). Sedangkan jenis sayuran yang jarang dikonsumsi adalah sawi, labu siam, labu kuning (Tabel 4).

Tabel 4.4 Distribusi frekuensi konsumsi bahan makanan sumber sayuran pada anak baduta stunting di wilayah kerja Puskesmas Sangurara Kecamatan Tatanga Kota Palu

Jenis bahan makanan	Frekuensi Makan						Kategori frekuensi pola makan
	Sering		Jarang		Tidak pernah		
	n	%	n	%	n	%	
Kangkung	32	47,8	12	17,9	23	34,3	Sering
Wortel	44	65,7	10	14,9	13	19,4	Sering
Bayam	42	62,7	7	10,4	18	26,9	Sering
Sawi	25	37,3	31	46,3	11	16,4	Jarang
Labu siam	11	16,4	34	50,7	22	32,8	Jarang
Labu kuning	22	32,8	27	40,3	18	26,9	Jarang

Sumber : Data Primer Terolah, 2021

Jenis bahan makanan kelompok buah-buahan yang sering dikonsumsi yaitu pisang (86,6%), pepaya (71,5%), semangka (59,7%) dan mangga (43,3%).

Sedangkan yang jarang dikonsumsi adalah alpukat, apel, dan jeruk manis (Tabel 5).

Tabel 5 Distribusi frekuensi konsumsi bahan makanan sumber buah-buahan pada anak baduta stunting di wilayah kerja Puskesmas Sangurara Kecamatan Tatanga Kota Palu

Jenis bahan makanan	Frekuensi Makan						Kategori frekuensi pola makan
	Sering		Jarang		Tidak pernah		
	n	%	n	%	n	%	
Pisang	58	86,6	1	1,5	8	11,9	Sering
Pepaya	48	71,6	5	7,5	14	20,9	Sering
Semangka	40	59,7	11	16,4	16	23,9	Sering
Mangga	29	43,3	18	26,9	20	29,9	Sering
Alpukat	4	6,0	37	55,2	26	38,8	Jarang
Apel	11	16,4	30	44,8	26	38,8	Jarang

Jeruk manis	22	32,8	25	37,3	20	29,9	Jarang
-------------	----	------	----	------	----	------	--------

Sumber : Data Primer Terolah, 2021

PEMBAHASAN

Penelitian ini telah dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Sangurara Kecamatan Tatanga Kota Palu, dengan jumlah sampel 67 baduta. Pengumpulan data primer dilakukan dengan menggunakan kuisioner.

Jenis bahan makanan sumber makanan pokok sebagian masyarakat Indonesia adalah beras yang kemudian diolah menjadi nasi atau bubur, untuk jagung dan kentang biasanya diolah dengan cara direbus, diolah menjadi puree jagung dan kentang atau biasanya dicampurkan pada sayuran seperti diolah menjadi sayur bening atau sup. Dan untuk jenis bahan makanan biskuit diberikan kepada anak yang tidak diberikan nasi atau bubur, menurut penuturan ibu baduta mereka memberikan biskuit ini kepada anaknya karena dari awal diperkenalkannya MP-ASI ibu baduta hanya memberikan biskuit kepada anaknya, sehingga anaknya menolak jika diberikan jenis makanan lain dan biskuit juga biasa diberikan kepada anak sebagai cemilan. Untuk jenis bahan makanan ubi jalar juga dikonsumsi oleh baduta namun tidak dalam kategori sering, hanya pada waktu-waktu tertentu. Bahan makanan pokok untuk pembuatan MP-ASI juga dapat didapatkan dari tepung-tepungan (Marlina, Maulianti, & Fernandez, 2018)

Untuk konsumsi makanan sumber lauk hewani pada anak baduta di wilayah kerja Puskesmas Sangurara Kecamatan Tatanga Kota Palu anak baduta banyak mengkonsumsi telur

ayam dan ikan segar, sedangkan untuk bahan makanan sumber lauk hewani lainnya hanya sekali konsumsi, jarang dikonsumsi atau tidak pernah dikonsumsi. Hal ini terjadi karena telur ayam dan ikan segar adalah bahan makanan sumber lauk hewani yang mudah didapatkan dan harganya relatif murah dibandingkan jenis lauk hewani lainnya, sedangkan untuk bahan makan sumber lauk hewani lainnya hanya dikonsumsi pada waktu-waktu tertentu seperti daging ayam, hati ayam dan daging sapi karena harganya relatif mahal dan responden menganggap bahwa makan ikan dan telur juga sudah cukup memenuhi kebutuhan tanpa harus makan daging yang harganya relatif mahal. Bahan makanan lauk hewani dan nabati merupakan sumber pemenuhan kebutuhan protein (Yonatha & Purnomo, 2019)

Untuk konsumsi makanan sumber lauk nabati pada anak baduta di wilayah kerja Puskesmas Sangurara Kecamatan Tatanga Kota Palu anak baduta paling sering mengkonsumsi yaitu tempe dan tahu, sedangkan kacang hijau dan kacang merah masuk dalam kategori jarang. Hal ini dikarenakan bahan makanan sumber lauk nabati seperti tahu dan tempe mudah didapatkan setiap harinya dan harganya relatif murah. Untuk bahan makanan seperti kacang merah dan kacang hijau jarang untuk dikonsumsi, bahan makanan seperti kacang merah umumnya diolah sebagai campuran sayur sup atau sayur brenobon dan untuk bahan makanan kacang hijau dibuat sebagai selingan seperti diolah menjadi bubur kacang hijau (Ramlah

& Ashari, 2017). Dari segi pengolahannya bahan makanan ini tidak praktis untuk diolah sehingga jarang ibu baduta memberikan jenis bahan makanan ini.

Untuk konsumsi sayuran pada anak baduta di wilayah kerja Puskesmas Sangurara Kecamatan Tatanga Kota Palu anak baduta paling sering mengkonsumsi wortel, bayam dan kangkung hal ini dikarenakan jenis sayuran ini mudah didapatkan dengan cara dibeli di pasaran dan ibu baduta lebih dominan memperkenalkan jenis sayuran tersebut dibandingkan dengan jenis sayuran lainnya seperti sawi, labu siam dan labu kuning, dikarenakan kebiasaan ibu mengolah makanan anak yang hanya memberikan wortel atau bayam sebagai campuran di bubur makanannya.

Untuk konsumsi buah-buahan pada anak baduta di wilayah kerja Puskesmas Sangurara Kecamatan Tatanga Kota Palu anak baduta paling sering mengkonsumsi adalah buah pisang, pepaya, semangka dan mangga. Hal ini dikarenakan jenis buah ini harganya relatif murah dan sangat mudah didapatkan setiap harinya dan buah ini juga di tanam di pekarangan rumah tempat tinggal mereka. Untuk jenis buah lainnya seperti alpukat, apel dan jeruk manis masuk dalam kategori jarang dikonsumsi karena kurangnya daya terima anak terhadap jenis buah tersebut, hal ini dikarenakan responden hanya memberikan buah yang lebih sering dikonsumsi seperti pisang dari pada memperkenalkan jenis buah-buahan lainnya karena biasa anaknya menolak untuk diberikan jenis buah-buahan lainnya.

Pola pemberian makanan gizi seimbang pada usia baduta akan berpengaruh pada selera makan anak baduta pada periode umur selanjutnya sehingga penting bagi anak baduta mulai diperkenalkan makanan yang beranekaragam (Kementerian Kesehatan RI 2014). Berdasarkan hasil penelitian Muliwati 2021 di Desa Padende Kecamatan Marawola menunjukkan ada hubungan antara kebiasaan makan dengan kejadian stunting dengan p-value 0,014 dengan kebiasaan makan pada anak stunting lebih banyak yang mempunyai kebiasaan makan jarang (Hepti Muliwati, Tuty Hertati Purba, Hasnidar 2021). Kebiasaan makan yang tidak adekuat baik dari frekuensi dan variasi asupan anak akan mengakibatkan gangguan makan jangka panjang yang berakibat pada stunting.

Pemberian makan yang adekuat dan bervariasi pada anak baduta tentu saja di pengaruhi dan ditunjang oleh orangtuanya dalam hal ini ibu atau pengasuh. Memberikan pemahaman bagaimana pemberian makan pada anak baduta melalui edukasi pada ibu dan pengasuh dapat mempengaruhi perubahan asupan kearah yang lebih baik. Penelitian Kusumawati dkk 2018 mengenai edukasi MP-ASI terdapat pengaruh terhadap nilai Z-Score antropometri anak ke nilai positif pada kelompok intervensi di bandingkan dengan kelompok yang tidak intervensi (Kusumawati & Ansar 2018).

KESIMPULAN DAN SARAN

Pemilihan bahan makanan sumber makanan pokok yang sering dikonsumsi terdapat

4 jenis yaitu beras, jagung, biskuit dan kentang. Pemilihan bahan makanan sumber lauk hewani yang sering dikonsumsi terdapat 2 jenis yaitu telur ayam dan ikan segar. Pemilihan bahan makanan sumber lauk nabati yang sering dikonsumsi terdapat 2 jenis yaitu tahu dan tempe. Pemilihan bahan makanan sumber sayuran yang sering dikonsumsi terdapat 3 jenis yaitu wortel, bayam dan kangkung. Pemilihan bahan makanan sumber buah-buahan yang sering dikonsumsi terdapat 4 jenis yaitu buah pisang, pepaya, semangka dan mangga.

Disarankan kepada ibu baduta untuk lebih mengerti pentingnya memberikan makanan bervariasi pada baduta agar kebutuhan gizinya dapat terpenuhi dan agar dapat memperbaiki status gizi anak badutanya. Diharapkan kepada petugas kesehatan di Puskesmas Sangurara, agar lebih memperhatikan lagi masalah-masalah gizi yang ada khususnya masalah gizi yaitu stunting pada anak baduta. Untuk peneliti lain dapat melakukan penelitian yang serupa dengan jenis sampel dan wilayah yang berbeda yang belum pernah dilakukan pada penelitian sebelumnya agar kita dapat melihat bagaimana bentuk pola makan pada wilayah yang diteliti.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada pihak yang telah membantu khususnya ibu pengasuh baduta dan pihak Puskesmas Sangurara.

DAFTAR PUSTAKA

Hepti Mulyati, Tuty Hertati Purba, Hasnidar, Nur

Rahmi. 2021. “Studi *Case Control*: Kebiasaan Makan Dan Hubungannya Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Balita Di Desa Padende Kecamatan Marawola.” *Ilmu Kesehatan Bhakti Husada* 12:1–12. doi: 10.34305/JIKBH.V12I1.252.

Kemendes RI. 2019. *Pedoman Pemberian Makan Bayi Dan Anak (PMBA)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Buku Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta.

Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Laporan Riskesdas 2018*. Vol. 53.

Kusumawati, Dwi Erma, and Ansar. 2018. “Efektifitas Kelas Edukasi MP-ASI Berbasis Pangan Lokal Terhadap Status Gizi Baduta.” Pp. 61–70 in *Simposium internasional gizi dan pangan I*. Vol. 1.

Marlina, P. W. N., Maulianti, R. R. D. A., & Fernandez, M. M. Y. (2018). Pengembangan Biskuit MPASI Berbahan Dasar Berbagai Macam Tepung Sebagai Produk Inovasi MPASI. *Media Gizi Mikro Indonesia*, 10(1), 27-38.

Ramlah, R., & Ashari, A. (2017). Rancang Bangun Sistem Informasi Terpadu Pemberian Makanan Pendamping ASI yang Bernilai Gizi Tinggi dan Berbahan Lokal. *Inspiration: Jurnal Teknologi Informasi dan Komunikasi*, 7(2), 115-125.

Reskesdas, TIM. 2019. *Laporan Provinsi Sulawesi Tengah Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Litbang Kesehatan (LPB).

Kementerian Kesehatan RI, Peraturan Menteri

Kesehatan. 2020. *Standar antropometri anak*.
Vol. 5.

Yonatha, V. M., Purnomo, N. H., & SP, M. S. (2019).
Ketahanan Pangan Keluarga Pra Sejahtera di Desa
Temuireng Kecamatan Dawarblandong
Kabupaten Mojokerto. *Swara Bhumi*, 5(8), 7-12.