

POLA PEMBERIAN MAKANAN PADA BALITA *STUNTING* DI SAWAN, KABUPATEN BULELENG

Lina Anggaraeni Dwijayanti¹, Ni Sayu Putu Sri Adnyani²
Program Studi D3 Kebidanan STIKes Buleleng
anggaraenilina@yahoo.com

ABSTRACT

Introduction: *The prevalence of stunting in Indonesia is still quite high, one of which is caused directly by inadequate nutrient intake. Nutritional intake in children is largely determined by the pattern of feeding provided by the mother or family. This study aims to determine the pattern of feeding given by mothers or families to toddlers in Sawan, Buleleng Regency. Method: this research is a quantitative descriptive study with cross-sectional approach conducted on 48 families with stunting toddlers and 48 families with normal toddlers. Data were collected using a questionnaire and analyzed descriptively using SPSS Statistics 20. Results: in toddlers stunting feeding patterns performed by families, most of the menu preparation did not vary (64.6%), food processing was done incorrectly (66, 7%), unattractive food serving (62.5%), when feeding was irregular (60.4%), at the time of eating most of the children were not accompanied and supervised (77.1%) and toddlers were given distilled food before eating (64.6%). Conclusion: the pattern of feeding provided by mothers or families who have stunting toddlers is still not quite right and not in accordance with those recommended by the Ministry of Health.*

Key words: *pattern of feeding, stunting*

ABSTRAK

Pendahuluan: Prevalensi *stunting* di Indonesia yang masih cukup tinggi salah satunya disebabkan langsung oleh asupan nutrisi yang kurang memadai. Asupan nutrisi pada anak sangat ditentukan oleh pola pemberian makanan yang diberikan oleh ibu atau keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pola pemberian makanan yang diberikan oleh ibu atau keluarga kepada balita di Sawan, Kabupaten Buleleng. **Metode:** penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *crosssectional* yang dilakukan kepada 48 keluarga yang memiliki balita *stunting* dan 48 keluarga dengan balita normal. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dan dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan software SPSS Statistics 20. **Hasil:** pada balita *stunting* pola pemberian makan yang dilakukan oleh keluarga sebagian besar penyusunan menunya tidak bervariasi (64,6%), pengolahan makan dilakukan dengan tidak benar (66,7%), penyajian makanan tidak menarik (62,5%), waktu pemberian makanan dilakukan secara tidak teratur (60,4%), pada saat makan sebagian besar balita tidak didampingi dan diawasi (77,1%) dan balita diberikan makanan selingan sebelum makan (64,6%). **Kesimpulan:** pola pemberian makanan yang diberikan oleh ibu atau keluarga yang memiliki balita *stunting* masih kurang tepat dan tidak sesuai dengan yang direkomendasikan oleh Kementerian Kesehatan.

Kata Kunci: Pola pemberian makanan, *stunting*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan suatu kondisi dimana balita memiliki tinggi badan yang kurang dari -2SD pertumbuhan anak dari WHO (Kemenkes RI, 2018). Hingga saat ini prevalensi *stunting* di Indonesia masih tergolong cukup tinggi dan masuk ke dalam negara dengan prevalensi tertinggi ketiga di regional Asia Tenggara/ *South-East Regional* dengan prevalensi sebesar 36,4% (WHO, 2010). Permasalahan *stunting* pada balita perlu menjadi perhatian karena kualitas generasi muda akan menentukan keberhasilan suatu bangsa.

Persoalan *stunting* yang merupakan masalah gizi kronik salah satunya disebabkan langsung oleh asupan nutrisi yang kurang memadai. Asupan nutrisi ditentukan oleh pola pemberian makanan, kendatipun bahan makanan tersedia cukup, bila pola pemberian makan kurang baik maka asupan zat gizi yang diterima akan kurang (Almatseir, 2002).

Pola pemberian makan kepada balita merupakan suatu upaya dan cara ibu atau keluarga memberikan makan pada balita dengan tujuan untuk memenuhi kebutuhan

makanan baik kualitas maupun kuantitasnya (Rahmawati, 2016). Pada beberapa studi, pola pemberian makanan ditemukan berhubungan signifikan dengan status gizi (Aidina et al., 2015) dan kejadian *stunting* (Widyaningsih et al., 2018). Pola pemberian makan yang baik akan berimplikasi tidak hanya pada pertumbuhan fisik saja, tetapi juga pada perkembangan kognitif dan mentalnya (Sulistyaningsih, 2011).

Prioritas *stunting* di Bali tahun 2019 ditentukan berada di Kabupaten Buleleng yang terdiri dari 10 lokus desa *stunting*. Kecamatan Sawan menjadi wilayah dengan lokus desa *stunting* terbanyak yaitu tercatat memiliki lima lokus *stunting*. Kajian terkait *stunting* sebelumnya belum pernah dilakukan di Sawan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pola pemberian makan yang diberikan oleh ibu atau keluarga pada balita *stunting*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *crosssectional* yang dilakukan di Sawan, Kabupaten Buleleng. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret s.d Agustus 2019. Responden berjumlah 96 orang terdiri

dari 48 keluarga yang memiliki balita *stunting*, dan 48 keluarga dengan balita normal. Pengumpulan data dilakukan dengan melakukan wawancara menggunakan kuesioner. Data dianalisis secara deskriptif menggunakan software SPSS Statistics 20.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Demografi Keluarga Balita Stunting

Karakteristik Demografi	f (%)
Umur Ibu (mean±SD)	27,8 ± 6,2
Pendidikan Ibu	
Tinggi	49 (51,0)
Rendah	38 (39,6)
Pendidikan Ayah	
Tinggi	58 (60,4)
Rendah	38 (39,6)
Status Pekerjaan Ibu	
Tidak Bekerja	51 (53,1)
Bekerja	45 (46,9)
Pendapatan Keluarga	
Tinggi	55 (57,3)
Rendah	41 (42,7)
Total	96 (100,0)

Tabel 1. menunjukkan bahwa rata-rata umur ibu pada sampel penelitian ini adalah 27,8 tahun, sebagian besar ibu berpendidikan tinggi (51,0%) dan tidak bekerja (53,1%), sebagian besar ayah balita pada penelitian ini memiliki tingkat pendidikan tinggi (60,4%) dan memiliki pendapatan keluarga tinggi (57,3%).

Tabel 2. Pola Pemberian Makanan Pada Balita Stunting

Variabel	Stunting f (%)	Normal f (%)
Penyusunan Menu		
Bervariasi	17 (35,4)	28 (58,3)
Tidak	31 (64,6)	20 (41,7)
Pengolahan Makanan		
Benar	16 (33,3)	30 (62,5)
Tidak	32 (66,7)	18 (37,5)
Penyajian Makanan		
Menarik	18 (37,5)	36 (75,0)
Tidak	30 (62,5)	12 (25,0)
Waktu Pemberian Makanan		
Teratur	19 (39,6)	34 (70,8)
Tidak Teratur	29 (60,4)	14 (29,2)
Pendampingan Saat Makan		
Ya	11 (22,9)	22 (45,8)
Tidak	37 (77,1)	26 (54,2)
Pemberian Makanan Selingan		
Ya	31 (64,6)	39 (81,2)
Tidak	17 (35,4)	9 (18,8)

Tabel 2. menunjukkan bahwa pada balita *stunting* pola pemberian makan yang dilakukan oleh keluarga sebagian besar penyusunan menunya tidak bervariasi (64,6%), pengolahan makan dilakukan dengan tidak benar (66,7%), penyajian

makanan tidak menarik (62,5%), waktu pemberian makanan dilakukan secara tidak teratur (60,4%), pada saat makan sebagian besar balita tidak didampingi dan diawasi (77,1%) dan balita diberikan makanan selingan sebelum makan (64,6%).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pola pemberian makan yang diberikan oleh ibu atau keluarga pada balita *stunting* sebagian besar masih belum sesuai dengan yang direkomendasikan oleh Kementerian Kesehatan. Disebutkan bahwa terdapat tiga hal yang harus diperhatikan dalam pencegahan *stunting* yaitu perbaikan terhadap pola makan, pola asuh serta perbaikan sanitasi dan akses air bersih (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Seperti penelitian yang pernah dilakukan di Aceh, yang menunjukkan bahwa pola makan kurang tepat yang diberikan oleh keluarga 6,01 kali lebih tinggi untuk berisiko terjadi *stunting* pada anak (Aramico et al., 2013).

Peranan keluarga terutama orang tua dalam menerapkan pola pemberian makan kepada anak sangat menentukan status gizi dan kualitas tumbuh kembang anak (Jayanti, 2015). Indikator yang disebutkan dalam pola pemberian makanan yaitu penyusunan menu makanan balita, pengolahan makanan

balita, cara penyajian makanan, cara pemberian makan, serta frekuensi makan (Sari and Ratnawati, 2018).

Pada penelitian ini keluarga atau ibu yang melakukan penyusunan menu kurang bervariasi sebagian besar memiliki balita *stunting*. Pemberian makanan pada balita seharusnya disesuaikan dengan usia dan kebutuhannya (Noviyanti, 2019). Dalam menyusun menu perlu memperhatikan kandungan gizi yang lengkap dan termasuk empat sehat (Wachdani et al., 2012).

Balita *stunting* pada penelitian ini sebagian besar dimiliki oleh ibu atau keluarga yang melakukan cara pengolahan makan dan penyajian makan secara tidak benar dan kurang menarik. Dalam memberikan makanan kepada balita, keamanan pangan baik dari segi kebersihan dan pengolahan perlu dijaga dengan baik. Cara pengolahan makan yang tidak tepat akan dapat merusak kandungan gizi makanan yang ada didalamnya (Nugraheni, 2015). Selain itu, penyajian makanan juga menjadi aspek penting dalam pemberian makan kepada balita. Penyajian makan seharusnya dibuat semenarik mungkin mulai dari variasi bentuk, warna dan rasa makanan dengan tujuan untuk dapat meningkatkan selera makan anak.

Pada penelitian ini, sebagian besar ibu yang memiliki balita *stunting* memberikan makan dengan waktu yang tidak teratur serta tidak melakukan pengawasan dan pendampingan saat anak makan. Waktu pemberian makan kepada anak adalah satu cara untuk membiasakan perilaku makan yang baik kepada anak. Proses pembelajaran kebiasaan makan kepada anak yang baik akan menunjang pemenuhan kebutuhan nutrisinya (Noviyanti, 2019). Pendampingan dan pengawasan saat makan kepada anak juga berimplikasi terhadap kuantitas dan kualitas makanan yang masuk ke dalam tubuh anak. Pendampingan yang baik akan meningkatkan status gizi dan terpenuhinya asupan nutrisi pada anak.

SIMPULAN DAN SARAN

SIMPULAN

Pola pemberian makanan yang diterapkan oleh ibu atau keluarga pada balita *stunting* di Sawan sebagian besar melakukan penyusunan menu makanan kurang bervariasi, melakukan pengolahan makanan dengan tidak tepat, dalam hal penyajian makanan kurang menarik, waktu pemberian makanan secara tidak teratur dan tidak melakukan pengawasan kepada anak saat makan.

SARAN

Sosialisasi yang tepat dan terarah terkait pola pemberian makan kepada balita penting untuk dilakukan. Selain itu, diperlukan juga kajian yang lebih mendalam terkait pola pemberian makanan yang dilakukan oleh ibu atau keluarga termasuk hambatan dalam pelaksanaannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aidina C., Z L and Ardina F (2015) Pola Makan, Kecukupan Gizi dan Status Balita Pada Keluarga Miskin di Perumnas Mandala, Kelurahan Kenangan Baru. *Gizi, Kesehatan Reproduksi dan Epidemiologi* 1(4): 1–7.
- Almatseir S (2002) *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Aramico B, Sudargo T and Susilo J (2013) Hubungan Sosio Ekonomi, Pola Asuh, Pola Makan Dengan Stunting Pada Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan Lut Tawar, Kabupaten Aceh Tengah. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia* 1(3).
- Jayanti EN (2015) Hubungan Antara Pola Asuh Gizi dan Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Stunting Pada Anak

- Balita Usia 6-24 Bulan. Universitas Jember.
- Kemendes RI (2018) Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan* 1.
- Kementerian Kesehatan RI (2018) *Cegah Stunting Dengan Perbaikan Pola Makan, Pola Asuh dan Sanitasi*.
- Noviyanti LA (2019) Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pola Pemberian Makan Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Kencong. Universitas Jember.
- Nugraheni E. (2015) Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Penyusunan Menu Balita Dengan Status Gizi Balita di Desa Kemiri, Kecamatan Kaloran, Kabupaten Temanggung. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rahmawati F (2016) Hubungan Pengetahuan Ibu, Pola Pemberian Makan, dan Pendapatan Keluarga terhadap status Gizi Balita di Desa Pajerukan Kecamatan Kalibagor. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Sari MR. and Ratnawati LY (2018) Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pola Pemberian Makanan Dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Gapura Kabupaten Sumenep. *Amerta Nutrition* 2(2): 182–188.
- Sulistyaningsih H (2011) *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Wachdani R, Abidin Z and Yaqim M. (2012) Pengaturan Pola Makanan Balita Untuk Mencapai Status Gizi Seimbang Menggunakan Inferensi Fuzzy Metode Sugeno. *Matics Journal* 4(5): 1–7.
- WHO (2010) *No Title. Nutrition Landscape Information System (NLIS) Country Profile Indicators; Interpretation Guide*.
- Widyaningsih NN, Kusnandar and Anantanyu S (2018) Keragaman Pangan, Pola Asuh Makan dan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan. *Jurnal Gizi Indonesia* 7(1): 22–29.