

## **GAMBARAN POLA MAKAN BADUTA (0-24 BULAN) RESIKO STUNTING**

**Hetty Gustina Simamora<sup>1\*</sup>, Maria Pujiastuti<sup>2</sup>, Margreth Vilona Simanungkalit<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>STIKes Santa Elisabeth Medan, Jl. Bunga Terompet No.118, Sempakata, Medan Selayang, Medan, Sumatera Utara 20131, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Efarina, Jl. Pendeta J.Wismar Saragih No.72-74, Bane, Siantar Utara, Pematang Siantar, Sumatera Utara 21143, Indonesia

\*[hettysimamora628@gmail.com](mailto:hettysimamora628@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian karena stunting dapat mengganggu perkembangan mental dan kecerdasan bayi ataupun baduta di saat usia dewasa. Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui gambaran pola makan baduta (0-24 bulan) resiko stunting di desa Hutanamora tahun 2023. Penelitian ini menggunakan metode deskripsi. Sampel dalam penelitian adalah baduta yang berusia 0-24 tahun dengan jumlah sebanyak 58 responden dan metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan tehnik purposive sampling/judgment sampling. Alat ukur yang digunakan peneliti menggunakan instrument Food Frequency Questionnaire (FFQ) dan analisis data menggunakan analisis univariat. Hasil penelitian dengan jumlah sampel 58 responden tentang disimpulkan mayoritas pola makan anak baduta tersebut kategori baik dengan jumlah 39 responden dan dengan presentase 67,2%. Dan hasil penelitian dari frekuensi pola makan dengan resiko stunting mayoritas baduta dengan pola makan yang tidak mengalami stunting sebanyak 37 orang dengan presentasi 74%.

Kata kunci: baduta; pola makan; stunting

### ***DESCRIPTION OF THE EATING PATTERN OF ADULTS (0-24 MONTHS) RISK OF STUNTING***

#### ***ABSTRACT***

*Stunting is a health problem that needs attention because stunting can disrupt the mental development and intelligence of babies or toddlers as adults. The aim of the research is to determine the risk of stunting in the eating patterns of toddlers (0-24 months) in Hutanamora village in 2023. This research uses the descriptive method. The sample in the research was toddlers aged 0-24 years with a total of 58 respondents and the sampling method in this research used a purposive sampling/judgment sampling technique. The measuring tool used by researchers was the Food Frequency Questionnaire (FFQ) instrument and data analysis used univariate analysis. The results of research with a sample size of 58 respondents concluded that the majority of toddlers' eating patterns were in the good category with 39 respondents and a percentage of 67.2%. And the research results from the frequency of eating patterns with a risk of stunting, the majority of toddlers with a diet that does not experience stunting are 37 people with a presentation of 74.*

*Keywords: baduta; diet; stunting*

### **PENDAHULUAN**

Salah satu masalah kekurangan gizi yang terjadi di Indonesia adalah stunting. Gangguan pertumbuhan fisik yang ditandai dengan penurunan kecepatan pertumbuhan dan merupakan dampak dari ketidakseimbangan gizi merupakan defenisi dari stunting (Suryani, 2021). Dampak yang disebabkan stunting yaitu mengganggu perkembangan mental dan kecerdasannya saat usia dewasa, hal ini dapat terlihat dari ukuran fisik yang tidak optimal serta kualitas kerja yang tidak kompetitif yang berakibat pada rendahnya produktivitas ekonomi. Baduta yang kekurangan gizi akan mengalami penurunan kecerdasan, penurunan imunitas dan produktivitas, masalah kesehatan mental dan emosional, serta kegagalan

pertumbuhan. Dampak stunting pada baduta yang mengalami akan menjadi beban bagi Negara yang akan menjadikan sumber daya manusia (SDM) yang memiliki kualitas rendah akibat mengalami kegagalan pertumbuhan dan perkembangan secara kronis.

Jumlah penderita stunting yang dikutip dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2020 yaitu, sebesar 24,3% terjadi pada balita atau terdapat sebanyak 144 juta balita yang menderita stunting yang mengakibatkan keadaan balita pendek dan juga menjadi penyebab 2,7 juta dari seluruh penyebab kematian balita di seluruh dunia. Dan menurut data dari United Nations Children's Emergency Fund (UNICEF) (2019) jumlah prevalensi lebih dari setengah anak menderita stunting atau sebesar 56% yang tinggal di ASIA dan lebih dari sepertiga atau sebesar 37% balita ataupun anak-anak yang menderita stunting yang tinggal di Afrika (Mulyaningsih, Suryani and Muti, 2021). Dan jumlah prevalensi stunting di Indonesia berdasarkan hasil studi Status Gizi Indonesia (SSGI) menunjukkan prevalensi stunting di tahun 2021 sebesar 24,4%, tahun 2019 sebesar 27,7%. Dilihat dari data tersebut memang terjadi penurunan angka stunting namun stunting sangat perlu mendapatkan perhatian khusus karena mengingat stunting masih merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang terbesar dengan presentase >20%.

Banyak faktor yang mempengaruhi stunting ini dan salah satu faktor tersebut disebabkan dari diri anak itu sendiri, dan juga dari luar diri anak tersebut. Yang termasuk faktor penyebab langsung stunting yaitu asupan gizi dan juga penyakit infeksi yang berulang-ulang dan yang termasuk faktor penyebab tidak langsung stunting yaitu pola asuh, pelayanan kesehatan, ketersediaan pangan, budaya dan ekonomi (Suryani, 2021). Asupan makanan atau gizi merupakan penyebab langsung terjadinya Stunting. Dan masuknya asupan makanan/gizi kepada baduta dipengaruhi oleh pola makan atau pola pemberian makan bahan makanan yang tersedia dalam jumlah yang cukup (Loya and Nuryanto, 2017). Yang menjadi bahan terpenting dalam mengatasi masalah stunting adalah pola makan. Pelaksanaan pola makan yang kaya gizi seimbang dengan mengkonsusmi pangan dalam jenis, jumlah dan prinsip keanekaragaman pangan dapat mencegah masalah gizi khususnya stunting.

Pengetahuan ibu yang kurang atau yang minim terkait dengan pola pemberian asupan makanan yang kaya gizi seimbang merupakan faktor penyebab resiko terjadinya stunting dan jika tidak segera ditangani terutama pada baduta yang merupakan usia periode gold (emas) maka dapat mempengaruhi status gizi pada anak ke depannya atau akan menurunkan kualitas sumber daya manusia. Dan apabila pemenuhan gizi pada masa baduta atau periode gold (emas) tersebut dapat diatasi, maka baduta tersebut dapat bertumbuh dan berkembang secara optimal dan dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas. Dan apabila juga kebutuhan zat gizi kurang dapat menimbulkan masalah seperti gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada seluruh organ dan sistem tubuh yang akan berdampak pada masa yang akan datang.

Bayi dengan usia 0-24 bulan adalah merupakan periode emas disebabkan pada usia tersebut terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, dan di usia 0-24 bulan ini juga merupakan fase periode kritis. Pada usia 0-24 tahun merupakan periode emas dan diharapkan pada usia tersebut baduta memperoleh asupan gizi yang sesuai dengan usianya dan sesuai juga bagi tumbuh kembangnya. Dan usia 0-24 tahun adalah merupakan periode kritis dan apabila pada saat usia tersebut, baduta tidak memperoleh asupan makanan seimbang yang sesuai dengan kebutuhan gizinya maka dapat mengakibatkan tumbuh kembang anak tersebut menjadi terhambat. Pertumbuhan dan perkembangan yang terhambat pada usia tersebut

akan berakibat sampai jangka panjang sampai anak tersebut dewasa. Sebaiknya orang tua khususnya ibu harus memperhatikan pola pemberian makanan yang seimbang yang sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan baduta tersebut. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian untuk mengetahui gambaran pola makan baduta resiko stunting.

## METODE

Jenis penelitian ini dalam penelitian yaitu bersifat deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah sekelompok Baduta di Desa Hutnamora Tahun 2023 dengan jumlah 139 Baduta. Dan jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 58 dengan menggunakan rumus *slovin*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian menggunakan tehnik *purposive sampling/judgment sampling*. Dimana Sampel dalam penelitian ini memiliki kriteria inklusi yaitu ibu yang memiliki Baduta mulai dari rentang usia 0-24 bulan (Nursalam, 2020). Alat ukur yang digunakan untuk mengukur pola makan baduta tersebut dengan menggunakan Food frequency questionnaire dan untuk mengukur berat badan baduta menggunakan timbangan atau *dacin* dan untuk mengukur panjang badannya menggunakan Infantometer Board. Dan Waktu penelitian ini akan dilaksanakan pada 08 Mei sampai 08 Juni 2023 di Desa Hutnamora 2023.

## HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang di peroleh tentang Gambaran Pola Makan Baduta (0-24 Tahun) Resiko *Stunting* di Desa Hutnamora

Tabel 1.  
Distribusi Frekuensi Data Demografi Baduta di Desa Hutnamora

Data demografi	f	%
Jenis kelamin Anak		
Laki Laki		36.2
Perempuan	37	63.7
Klasifikasi Usia Anak		
1. usia 1-6 bulan	32	55.1
2. usia 7-12 bulan	23	39.6
3.usia 13-18 bulan	3	5.1

Menurut tabel diatas dijelaskan bahwa distribusi frekuensi data penelitian baduta bahwa mayoritas responden anak berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 37 orang dengan persentase 63.7% dan laki laki sebanyak 21 orang dengan presentase 36.2%. Dan untuk usia anak mayoritas responden usia 1-6 bulan dengan jumlah 32 orang dengan presentase 55.1%, dan yang minoritas di usia 13-18 bulan sebanyak 3 responden dengan presentase 5.1%.

Tabel 2.  
Distribusi Frekuensi Demografi Ibu Baduta Desa Hutnamora

Usia Ibu	f	%
1.20-25 tahun	20	34.4
2.26-30 tahun	33	56.8
3.30-35 tahun	8	13.7

Menurut tabel diatas dijelaskan bahwa mayoritas usia ibu baduta yaitu berumur 26-30 tahun berjumlah 33 orang dengan presentase 56.8% dan yang minoritas usia ibu baduta berusia 30-35 tahun berjumlah 8 orang dengan persentase 13.7%

Tabel 3.  
Distribusi Frekuensi Pola Makan Baduta di Desa Hutnamora

Kategori	f	%
Kurang	6	10.3
cukup	13	22.4
baik	39	67.2

Menurut tabel diatas dijelaskan tingkat pengetahuan responden tentang pola makan mayoritas di kategori baik dengan jumlah 39 responden dengan presentasi 67.2%, dan yang minoritas di kategori kurang dengan jumlah 6 responden dengan presentase 10.3%.

Tabel 4.  
Distribusi Frekuensi Resiko Stunting Baduta di Desa Hutnamora

Kategori	f	%
Normal	48	82.7
Pendek	10	17.2

Menurut tabel diatas di jelaskan frekuensi Resiko Stunting Baduta di Desa Hutnamora mayoritas baduta berada di kategori normal dengan angka persen (82.7%) dan yang minoritas di kategori pendek dengan persentase (17.2%).

Tabel 5.  
Gambaran Frekuensi Pola Makan dengan Resiko Stunting di Desa Hutnamora

No	PolaMakan	Kejadian <i>Stunting</i>			
		<i>Stunting</i>		Tidak <i>Stunting</i>	
		f	%	f	%
1	Baik	0	0	37	74
2	Cukup	3	37.5	13	26
3	Kurang	5	62.5	0	0

Menurut tabel diatas di jelaskan frekuensi pola makan dengan resiko *stunting* mayoritas baduta dengan pola makan yang baik baduta tersebut tidak *stunting* sebanyak 37 orang dengan presentasi 74% dan yang minoritas baduta dengan pola makan cukup sebanyak *stunting* 3 orang dengan presentase 37.5% .

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian dengan judul Gambaran Pola Makan Baduta 0-24 Bulan Resiko *Stunting* menjelaskan frekuensi pola asupan makanan baduta mayoritas termasuk ke dalam kategori baik sebanyak 39 responden dengan presentase 67,2%. Dan hasil penelitian juga menjelaskan bahwa pola makan dalam penelitian ini dikategori yang baik. Hal ini disebabkan ibu baduta tersebut selalu memberikan makan pada anak atau badutanya 3 kali dalam sehari dan dengan gizi seimbang yang sesuai dengan usia dan juga mengandung zat gizi seperti makanan yang tinggi karbohidrat, tinggi protein hewani dan nabati, sayuran yang berwarna dan juga dilengkapi dengan susu. Dan seharusnya ibu juga harus memahami bahwa dengan pola pemberian makanan secara seimbang di usia dini akan sangat berpengaruh terhadap selera makan anak yang akan berpengaruh ke tahap selanjutnya sehingga periode proses pengenalan makanan yang beranekaragam pada usia baduta ini menjadi sangat penting (Kemenkes,2014)

Berdasarkan frekuensi resiko *stunting* baduta diperoleh hasil penelitian diperoleh frekuensi resiko *stunting* baduta di Desa Hutnamora mayoritas baduta berada di kategori normal dengan angka persen (82.7%) dan yang minoritas di kategori pendek dengan persentase (17.2%). Pola asuh ibu menjadi peran penting dalam terjadinya *stunting* karena asupan

makanan pada anak sepenuhnya diatur oleh ibunya. Apabila ibu memiliki pola asuh yang baik maka akan cenderung memiliki anak dengan status gizi yang baik pula, dan sebaliknya apabila ibu dengan pola asuh kurang maka akan cenderung memiliki anak dengan status gizi yang kurang. Perilaku ibu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi anak mereka seperti membuat makanan, menyiapkan makanan, dan memberikan makanan merupakan pola asuh ibu dalam memenuhi nutrisi balita (Safika, dkk 2020).

Menurut hasil penelitian dari frekuensi pola makan dengan resiko *stunting* di jelaskan bahwa baduta dengan pola makan yang baik tidak mengalami *stunting* sebanyak 37 orang dengan presentasi 74%, dari pola makan baduta yang kurang ternyata diperoleh yang mengalami *stunting* 5 orang dengan presentasi 62.5% dan baduta dengan pola makan yang cukup dijumpai yang mengalami *stunting* 3 orang dengan presentase 37.5% . Dari hasil penelitian disimpulkan mayoritas pola makan baduta di Desa Hutnamora baik atau tepat sehingga tidak menyebabkan *stunting*. Menurut asumsi peneliti hasil penelitian diatas tidak sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Maghfiroh di tahun 2020 yang berjudul gambaran pola pemberian makan, penyakit infeksi, dan kejadian *stunting* pada anak balita di Desa Mojorejo. Dimana hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa anak balita dengan pola pemberian makan tidak tepat sebesar 65,4% dan hasil penelitian ini juga tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sukawati di tahun 2020 di Sukajati tentang pola konsumsi makan pada balita yang menjelaskan bahwa pola konsumsi makan pada balita *stunting* yang kurang tepat persentasinya sebesar 33,5%.

Suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan maksud tertentu seperti mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit disebut sebagai defenisi pola makan. Dengan kebiasaan makan yang baik maka selalu akan merepresentatifkan pemenuhan gizi yang optimal (Hardinsyah & Supariasa, 2018).

## **SIMPULAN**

Hasil penelitian dengan jumlah sampel 58 responden tentang “Gambaran pola makan anak baduta di Desa Hutnamora” disimpulkan mayoritas pola makan anak baduta tersebut kategori baik dengan jumlah 39 responden dan dengan presentase 67,2%. Dan hasil penelitian dari frekuensi pola makan dengan resiko *stunting* mayoritas baduta dengan pola makan yang tidak mengalami *stunting* sebanyak 37 orang dengan presentasi 74%.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Almira, E. prima. (2020). Hubungan PolaMakan dengan Kejadian Stunting pada Balita24-59BulanDi RW 07 Desa Cipacing Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Jatinangor. Universitas Bhakti Kencana.
- Faisal,E.,Kusumawati,D.E.,&Desriani,A.H.(2020).GambaranPolaAsuhanPola Makan Anak Usia 2-5 Tahun di Kelurahan Taipa Kecamatan PaluUtara.Svasta Harena.
- Hardinsyah, & Supariasa, I. D. N. (2018).Ilmu Gizi Teori & Aplikasi. Buku Kedokteran ECG.
- Maghfiroh, D. O. (2020). Gambaran Pola Pemberian Makan, Penyakit Infeksi, dan Kejadian Stunting pada Anak Balita di Desa Mojorejo Kecamatan Bendosari Kabupaten Sukoharjo. Naskah Publikasi. Diambil dari <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/82078>

- Mastila. (2020). Pengaruh Pola Asuh Makan Terhadap Berat Badan Anak Penderita Stunting di Desa Kugin Kecamatan Moyo Utara. *Jurnal Kesehatan dan Sains*, 4(September), 14–23.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. Pedoman Gizi Seimbang. KEMENKES RI: 2014.
- Sukawati,R.(2020). Gambaran Pola Makan pada Balita Stunting di Sukajati Kabupaten Indragiri tahun 2020. *Jurnal Citra Keperawatan*, II,35–45.
- Suryani, L. (2021). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Limapuluh Kota Pekanbaru. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 3(2). <https://doi.org/10.32807/jmu.v3i2.120>.
- Safika,F.D.,Latifah,U.,&C,A.M. (2020). Gambaran Pola Konsumsi Makan Pada Balita Stunting di Desa Bojong Kecamatan Bojong Kabupaten Tegal.D III Kebidanan Politeknik HarapanBersamaTegal,76–84.
- Setyawati, V. A. V., & Hartini, E. (2018). Buku ajar dasar ilmu gizi kesehatan masyarakat. Deepublish
- World Health Organization (2020). Child Stunting World Health Statistics data visualizations dashboard. World Health Organization.