



## GAMBARAN PEMENUHAN NUTRISI BALITA DI KOTA BANDA ACEH

### *Overview Fulfillment of Toddler Nutrition in Banda Aceh*

Finy Annisa Aritonang<sup>1</sup>, Neti Hartaty<sup>2</sup>, Yuni Arnita<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala

<sup>2,3</sup>Bagian Keilmuan Keperawatan Keluarga Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala

Email: finy@mhs.unsyiah.ac.id

#### ABSTRAK

Masa balita merupakan masa pertumbuhan yang akan menentukan bagaimana proses perkembangan anak selanjutnya. Perkembangan balita cukup rentan untuk terserang berbagai penyakit yang disebabkan oleh kekurangan maupun kelebihan nutrisi. Aceh menjadi salah satu provinsi dengan prevalensi gizi buruk dan stunting dengan menduduki data diatas angka nasional, dimana angka gizi buruk nasional 3,5% dan Aceh berada di angka 5,5%. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pemenuhan nutrisi balita di salah satu Kecamatan di Kota Banda Aceh. Jenis penelitian ini deskriptif kuantitatif dengan desain *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian adalah seluruh keluarga yang memiliki anak usia 1-5 tahun di Kota Banda Aceh. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proportionate stratified random sampling* dengan metode *quota sampling* sebanyak 106 responden. Analisa data menggunakan analisa univariat. Pengumpulan data dengan menggunakan angket. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemenuhan nutrisi balita berdasarkan status gizi balita berada pada kategori normal sebanyak 101 orang (95,3%) dan 5 orang (4,7%) berada pada kategori pendek. Direkomendasikan kepada penyedia layanan kesehatan khususnya Puskesmas untuk terus melakukan promosi dan edukasi kesehatan terkait pemenuhan nutrisi balita agar tidak ada lagi balita dengan kategori pendek di masyarakat.

Kata Kunci : Balita, Pemenuhan Nutrisi, Status Gizi

#### ABSTRACT

*Toddler period is a period of growth that will determine how the next child's development process will be. The development of toddlers is quite susceptible to various diseases caused by lack of or excess nutrition. Aceh is one of the provinces with the prevalence of malnutrition and stunting by occupying data above the national figure, where the national malnutrition rate is 3.5% and Aceh is at 5.5%. The purpose of this study was to determine the description of the nutritional fulfillment of toddlers in one of the sub-districts in Banda Aceh City. This type of research is quantitative descriptive with a cross sectional study design. The population in this study were all families with children aged 1-5 years in Banda Aceh City. The sampling technique used is proportionate stratified random sampling with quota sampling method as many as 106 respondents. Data analysis used univariate analysis. Data collection by using a questionnaire. The results showed that the nutritional fulfillment of toddlers based on the nutritional status of toddlers was in the normal category as many as 101 people (95.3%) and 5 people (4.7%) were in the short category. It is recommended for health service providers, especially Puskesmas to continue to carry out health promotions and education related to the fulfillment of toddler nutrition so that there are no more toddlers with short categories in the community.*

Keyword : *Toddler, Nutritional Fulfillment, Balanced Nutrition*

#### PENDAHULUAN

Periode tumbuh kembang paling penting berada pada masa balita. Pada masa balita berlangsung pertumbuhan dasar yang akan mempengaruhi dan menentukan perkembangan anak selanjutnya. Setelah lahir terutama saat memasuki usia 3 tahun pertama dalam kehidupan, pertumbuhan dan perkembangan pada sel-sel otak masih berlangsung, dan terjadi

pertumbuhan serabut syaraf, sehingga terbentuk jaringan syaraf dan otak yang kompleks. Jumlah dan pengaturan antar sel syaraf ini akan sangat mempengaruhi segala kinerja otak, mulai dari kemampuan belajar berjalan, mengenal huruf, hingga bersosialisasi. Dimana pada proses pertumbuhan dan perkembangan diperlukan pemenuhan nutrisi yang kompleks (Uce, L, 2018).

Keberhasilan keluarga dalam pemenuhan nutrisi balita dapat dilihat dari status gizi. Dimana status gizi yang baik dipengaruhi oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan gizi yang dibutuhkan balita (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Kebutuhan nutrisi balita dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, aktifitas, serta berat badan (Supariasa, 2012). Penelitian Hartaty (2017) menyebutkan bahwa status gizi berhubungan erat dengan kemampuan keluarga dalam mengasuh balita, apabila keluarga dengan pengetahuan pemenuhan nutrisi yang rendah maka akan berdampak pada kurangnya antisipasi keluarga terkait permasalahan gizi balita.

Sebagian besar balita di dunia mengalami permasalahan malnutrisi, *stunting*, *wasting*, dan obesitas. Gizi buruk menjadi penyumbang kematian balita terbesar sekitar 45% dari penyebab kematian balita lainnya. Gizi buruk menjadi faktor kematian, penyakit, dan kecacatan pada balita. *Stunting* dan *wasting* menjadi bagian terbesar penyebab kematian balita sebesar 14% dan 20,4% (*United Nations Internasional Children's Emergency Fund dan World Health Organization*, 2016). Selain itu sebanyak 17,7% balita Indonesia mengalami gizi buruk, 30,8% balita mengalami *stunting* serta 10,2% balita juga mengalami *wasting*. Provinsi Aceh menjadi salah satu provinsi dengan prevalensi gizi buruk dan *stunting* yang menduduki data diatas angka nasional, dimana angka gizi buruk nasional 3,5 % dan Aceh berada di angka 5,5%. Begitu pun pada angka nasional *stunting* 30%, sedangkan Aceh menduduki angka 37% (Risikesdas, 2018).

Jumlah balita di Kota Banda Aceh sebanyak 2.401 jiwa berada di Kecamatan Kuta Alam, dengan jumlah balita *stunting* 315. Angka gizi buruk tertinggi tahun 2020 berada di Kecamatan Kuta Alam yaitu sebanyak 3 balita. Selain itu didapatkan data gizi kurang (BB/TB) terdapat di Kecamatan Kuta Alam sebanyak 147 balita (Eppgbm Dinkes Banda Aceh, 2020). Permasalahan gizi pada balita dipengaruhi oleh pemenuhan nutrisi. Dalam pemenuhan nutrisi balita sangat diperlukan

keterlibatan keluarga terutama ibu dalam merawat anaknya. Orangtua sangat berperan penting selama masa pertumbuhan dan perkembangan balita, dimana orang tua berperan dalam penyediaan makanan, mengolah, mengatur, dan membiasakan pola makan yang sehat bagi balita.

Permasalahan pemenuhan nutrisi balita dapat terjadi dikarenakan berbagai macam faktor seperti pendidikan, pekerjaan, ekonomi keluarga, dan jumlah anak. Menurut penelitian R. F. Putri, Sulastri, & Lestari, (2015) terdapat keterkaitan yang erat pendidikan keluarga dalam hal ini ibu dalam status gizi dan pemenuhan nutrisi balita. Ihsan (2012) menyebutkan bahwa status gizi balita kurang, lebih banyak diperoleh dari ibu dengan pendidikan rendah dikarenakan kurangnya daya serap informasi ibu dalam pemenuhan nutrisi balita.

Selain itu menurut Nilawati & Muniroh (2020) pekerjaan ibu menjadi faktor yang sangat penting dalam memperhatikan nutrisi balita, ibu yang bekerja memiliki waktu yang sedikit dalam pemberian nutrisi yang baik sehingga akan mempengaruhi kesehatan dan status gizi balita. Kemudian menurut Kirk, Kilic, & Carletto (2018) terdapat hubungan statis antara pendapatan keluarga dengan kemampuan pemenuhan nutrisi pada balita. Pendapatan keluarga yang cenderung rendah akan mengakibatkan cara penyajian makanan balita yang seadanya tanpa melihat kebutuhan yang seharusnya dipenuhi selama pertumbuhan dan perkembangan. Selanjutnya ibu yang memiliki banyak anak akan menimbulkan permasalahan bagi keluarga, jika penghasilan tidak mencukupi kebutuhan akan mempengaruhi pemenuhan nutrisi anak. Selain itu ibu dengan banyak anak menyebabkan terbaginya kasih sayang dan perhatian yang tidak merata pada setiap anak (Proverawati, 2009).

Semua permasalahan gizi pada balita dipengaruhi oleh pemenuhan nutrisi. Status gizi yang baik didukung oleh cakupan nutrisi yang baik sesuai dengan tubuh dimana dapat menunjang pertumbuhan fisik, serta

perkembangan otak. Untuk memenuhi nutrisi balita, peran keluarga sangat diperlukan terutama ibu sangat berperan dalam menjaga pola makan yang sehat dan seimbang, karena balita akan mulai meniru pola makan yang ada dalam keluarga (Almatsier, 2009).

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian mengenai bagaimana gambaran pemenuhan nutrisi balita di Kota Banda Aceh.

### METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan desain *cross sectional study*. Populasi pada penelitian adalah keluarga dengan balita usia 1-5 tahun di Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh. Jumlah sampel sebanyak 106 keluarga yang diambil menggunakan *proportionate stratified random sampling* dengan metode *quota sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan berupa pembagian angket yang diisi langsung oleh responden. Kuesioner dibuat sendiri oleh peneliti. Pengumpulan data dilakukan melalui pertemuan di Posyandu serta *door to door*, dengan analisa data univariat.

Waktu pengumpulan data dilakukan mulai tanggal 28 Januari - 08 Februari 2022 di Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh. Penelitian dimulai dengan mendapatkan persetujuan responden pada *informed consent*.

### HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 106 responden, didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Data Demografi Responden (n=106)

Demografi Responden	f	%
<b>Usia</b>		
17-25 tahun	15	14.2
26-35 tahun	70	66.0
36-45 tahun	21	19.8
<b>Pendidikan</b>		
Rendah	16	15.1
Menengah	62	58.5
Tinggi	28	26.4
<b>Pekerjaan</b>		
Bekerja	50	47.2
Tidak bekerja	56	52.8

Demografi Responden	f	%
<b>Pendapatan</b>		
> 3.165.031	78	73.6
< 3.165.031	28	26.4
<b>Jumlah Anak</b>		
1-2 orang	41	38.7
3-5 orang	65	61.3

Berdasarkan tabel 1 sebagian besar responden berusia 26-35 tahun sebanyak 70 orang (66,0%). Sebagian besar responden berpendidikan menengah yaitu sebanyak 62 orang (58,5%). Responden sebagian besar tidak bekerja yaitu sebanyak 56 orang (52,8%). Pendapatan responden dalam kategori baik (> 3.165.031) sebanyak 78 orang (73,6%). Serta mayoritas responden memiliki jumlah anak 3-5 anak sebanyak 65 orang (61,3%).

Tabel 2. Data Demografi Balita (n=106)

Demografi Balita	f	%
<b>Usia</b>		
1-2 tahun	48	45.2
3-5 tahun	58	54.8
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	44	41.5
Perempuan	62	58.5
<b>Riwayat Kesehatan Balita</b>		
Sehat	56	52.8
Sakit	50	47.2

Berdasarkan tabel 2 sebagian besar balita berusia 3-5 tahun sebanyak 58 orang (54,8%). Jenis kelamin balita mayoritas perempuan sebanyak 62 orang (58,5%). Serta mayoritas riwayat kesehatan balita dengan keadaan sehat sebanyak 56 orang (52,8%).

Tabel 3. Distribusi Pemenuhan Nutrisi berdasarkan Status Gizi Balita (n=106)

Status Gizi	f	%
Normal	101	95,3
Pendek	5	4,7

Tabel 3 menunjukkan bahwa status gizi balita dalam keadaan normal sebanyak 101 orang (95,3%).

### PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemenuhan nutrisi balita berdasarkan status gizi

mayoritas balita responden memiliki status gizi normal sebanyak 101 orang (95,3%), dan dapat dikategorikan pemenuhan nutrisi balita dalam keadaan baik. Masa balita merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan (*golden age*) sehingga pada masa ini orang tua perlu memperhatikan kuantitas dan kualitas pemenuhan nutrisi yang baik (Hartaty, Mahdarsari, & Arnita, 2020). Hal ini sesuai dengan pernyataan Almatsier (2009) yang menyatakan bahwa permasalahan gizi berhubungan erat dengan pemenuhan nutrisi yang diberikan. Status gizi balita yang baik didukung pemenuhan nutrisi yang sesuai kebutuhan tubuh balita, mendukung perkembangan fisik, dan kecerdasan otak. Orang tua terutama ibu berperan sangat penting dalam pemenuhan nutrisi ini. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Putri, et al (2015) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi anak balita di wilayah kerja puskesmas Nanggalo Padang, berdasarkan analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pendidikan ibu ( $p = 0,022$ ), pekerjaan ibu ( $p = 0,000$ ), pendapatan keluarga ( $p = 0,012$ ), dan jumlah anak ( $p = 0,008$ ).

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden berpendidikan menengah yaitu sebanyak 62 orang (58,5%). Pendidikan yang tinggi dapat mencegah resiko permasalahan pemenuhan nutrisi balita (Laila, Zainuddin & Junaid, 2018). Pendidikan yang didapatkan membantu ibu lebih mudah untuk menyelesaikan permasalahan terkait pemenuhan gizi. Hal ini didukung oleh penelitian Firdaus, Anwar, Khomsan, & Ashari, (2021) yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan keluarga mempengaruhi keterampilan dan pengetahuan dalam mengatur asupan nutrisi pada balita, serta tingkat pendidikan ibu juga mempengaruhi pola asuh yang mempengaruhi derajat kesehatan keluarga.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa 56 orang (52,8%) responden tidak bekerja. Status pekerjaan keluarga sangat berkaitan erat dengan keragaman nutrisi yang diberikan pada balita. Ibu yang tidak bekerja memiliki waktu yang lebih banyak dalam mengasuh anak serta memperhatikan kebutuhan

nutrisi anggota keluarga (Firdaus et al., 2021). Sejalan pula dengan penelitian Rahma & Nadhiroh (2016) mendapatkan bahwa balita dengan pertumbuhan yang sehat mendapatkan pemenuhan nutrisi yang baik dari ibu yang tidak bekerja dikarenakan waktu yang lebih banyak dalam mengatur pola makan balita serta keragaman nutrisi yang diberikan. Sebaliknya ibu dengan status bekerja tidak maksimal dalam memperhatikan status gizi balitanya.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa sebagian besar pendapatan responden dalam kategori baik sebanyak 78 orang (73,6%) dengan pendapatan >3.165.031. Penelitian A. O. Putri & Adi (2018) menyebutkan bahwa pendapatan keluarga berhubungan erat dengan status gizi dan perkembangan balita. Status ekonomi menengah ke bawah mempengaruhi konsumsi pangan keluarga dimana pendapatan membuat orang tua memiliki keterbatasan dalam penyediaan menu makanan bagi balita. Sejalan dengan penelitian Kasumayanti & Aulia (2020) didapatkan bahwa pendapatan keluarga yang rendah membuat keterbatasan dalam penyediaan makanan. Bila pendapatan tinggi, kuantitas dan variasi dari jenis makanan yang diberikan lebih beragam seperti buah, sayur mayur, dan berbagai jenis makanan lainnya mampu disediakan oleh keluarga sehingga ini akan mendorong kualitas pertumbuhan dan perkembangan balita. Penelitian Agustin dan Rahmawati (2021), menyebutkan bahwa pendapatan berhubungan erat dengan kejadian stunting, dimana keluarga dengan pendapatan di bawah UMR (upah minimum regional) berisiko memiliki anak dengan stunting.

Selain itu hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki jumlah anak 3-5 anak sebanyak 65 orang (61,3%). Menurut Khayati (2010) terdapat hubungan antara jumlah anggota keluarga yang banyak dengan ketersediaannya sumber pangan maka akan berpengaruh terhadap pemenuhan nutrisi keluarga termasuk balita yang membutuhkan konsumsi makanan yang bergizi untuk mendukung proses pertumbuhan dan perkembangannya. Berbeda dengan penelitian Irmawati (2013) menyebutkan bahwa tidak ada hubungan antara

jumlah anak dengan status gizi balita. Karena selama ibu mampu memberikan pola makan yang baik sesuai kebutuhan balita serta memberikan perhatian cukup pada anak lainnya maka jumlah anak tidak beresiko dalam pemenuhan nutrisi balita.

## KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan kepada 106 keluarga yang memiliki balita usia 1-5 tahun di Kota Banda Aceh, maka dapat diambil kesimpulan bahwa pemenuhan nutrisi balita berdasarkan status gizi balita berada pada kategori normal sebanyak 101 orang (95,3%) dan 5 orang (4,7%) berada pada kategori pendek. Diharapkan kepada pihak pelayanan kesehatan khususnya perawat komunitas dan keluarga dapat memberikan promosi dan edukasi terkait pentingnya memperhatikan faktor yang dapat mempengaruhi pemenuhan nutrisi balita.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, L & Rahmawati, D 2021, 'Hubungan Pendapatan Keluarga Pengetahuan Ibu Dengan Kejadian Stunting', Indonesian Journal of Midwifery (IJM), vol. 4, no. 1, pp. 27–32.
- Almatsier, Sunita. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Arisman. (2013). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Firdaus, D., Anwar, F., Khomsan, A., & Ashari, C. R. (2021). The Factors Associated with Consumption Diversity of Toddlers Aged 24-59 Months. *Amerta Nutrition*, 5(2), 98. <https://doi.org/10.20473/amnt.v5i2.2021.98-104>
- Hartaty, N. (2017). Hubungan Pemenuhan Nutrisi Dengan Pertumbuhan Dan Perkembangan Balita. *Jurnal Aceh Medika*, 1(2), 34–39.
- Hartaty, N., Mahdarsari, M., & Arnita, Y. (2020). *Family Knowledge About Balanced Nutrition in Banda Aceh*. 1(2), 23-26
- Ihsan M. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Anak Balita di Desa Teluk Rumbia Kecamatan Singkil Kabupaten Aceh Singkil. *Jurnal Gizi Indonesia*. 2012; 22(3): 44-54.
- Irmawati, Lenny. (2013). Faktor-faktor yang berhubungan dengan Status Gizi Balita di Rumah Sakit Daerah Kabupaten Bekasi.
- Kasumayanti, E. (2020). Hubungan Pendapatan Keluarga Dengan Status Gizi Balita Di Desa Tambang Wilayah Kerja Puskesmas Tambang Kabupaten Kampar Tahun 2019. *Jurnal Ners*, 4(1), 7–12. <https://doi.org/10.31004/jn.v4i1.682>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Arah Kebijakan dan Rencana Aksi Program Kesehatan Masyarakat Tahun 2020 – 2024*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Khayati. (2010). Faktor Gizi Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita.
- Kirk, A., Kilic, T., & Carletto, C. (2018). Composition of Household Income and Child Nutrition Outcomes Evidence from Uganda. *World Development*, 109, 452–469. <https://doi.org/10.1016/j.worlddev.2017.03.023>
- Laila, D., Zainuddin, A., & Junaid. (2018). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu dan Pola Makan terhadap Status Gizi Lebih Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Mokoau Kota Kendari Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*. 2: 2502-731.
- Nilawati, D. A., & Muniroh, L. (2020). the Relationship Between Mother'S Occupation, Adequacy Levels of Energy and Protein With Infant'S Nutritional Status. *The Indonesian Journal of Public Health*, 15(3), 266. <https://doi.org/10.20473/ijph.v15i3.2020.266-275>
- Proverawati, A, Wati, EK. (2011). Ilmu Gizi untuk Keperawatan & Gizi Kesehatan. Penerbit Muha Medika: Yogyakarta.
- Putri, A. O., & Adi, A. C. (2018). the Influence of Family Income and Number of Children With Nutritional and Development Status of Children Under Five Years Old on Early Marriage Mother. *International Journal of Modern Trends in Engineering & Research*, 5(7), 72–78. <https://doi.org/10.21884/ijmter.2018.5180.hbpox>
- Putri, R. F., Sulastri, D., & Lestari, Y. (2015). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Anak Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(1), 254–261. <https://doi.org/10.25077/jka.v4i1.231>
- Rahma, C., Nadhiroh, R. (2016). *Perbedaan Sosial*

*Ekonomi Dan Pengetahuan Gizi Ibu Balita Gizi Kurang Dan Gizi Normal. Media Gizi Indonesia. 11(1): 55-60.*

- Riset Kesehatan Dasar.(2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. [http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi\\_rakorpop\\_2018/Hasil%20Risksedas%202018.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Risksedas%202018.pdf) –
- Uce, L. (2018). Pengaruh Asupan Makanan Terhadap Kualitas Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini. *Bunayya Jurnal Pendidikan Anak*, 4(2), 79–92.
- UNICEF., WHO. (2016) *Joint Child Malnutrition Estimates*.