

Hubungan Pola Penerapan *Feeding rules* dengan Status Gizi Balita 6-24 Bulan di Puskesmas Banda Sakti Kota Lhokseumawe

Refi Syifa Ghinanda¹, Mauliza², Cut Khairunnisa³

^{1,2,3} Fakultas Kedokteran Universitas Malikusaleh

e-mail: Refi.180610004@mhs.unimal.ac.id¹, mauliza@unimal.ac.id²,
cut.khairunnisa@unimal.ac.id³

Abstrak

Basic *Feeding rules* merupakan aturan dasar pemberian makan, yang terdiri dari 3 komponen yaitu jadwal, lingkungan dan prosedur. Aturan dasar pola pemberian makan ini dapat diterapkan pada saat proses pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) yang diberikan pada saat balita sudah berusia 6 bulan. Penerapan Basic *Feeding rules* ini diharapkan terciptanya ketepatan pola pemberian MPASI yang berfungsi untuk meningkatkan gizi dan pertumbuhan balita. Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan Cross Sectional. Sampel penelitian sebanyak 90 balita yang berusia 6-24 bulan yang ditentukan dengan metode Purposive Random Sampling. Metode analisa data pada penelitian ini menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian ini didapatkan pada anak usia 6-24 bulan kategori yang terbanyak adalah Status Gizi Baik yaitu sebanyak 36 balita (40,0%) dan Pola penerapan Basic *Feeding rules* yang baik sebanyak 35 responden (38,9%). Hasil uji statistic bivariat menunjukkan nilai $p=0,001$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pola penerapan basic *Feeding rules* dengan status gizi balita usia 6-24 bulan di Puskesmas Banda Sakti Kota Lhokseumawe

Kata Kunci: *Basic Feeding rules, Status Gizi, MPASI*

Abstract

Basic *Feeding rules* are basic rules of feeding, which consist of 3 components, namely schedule, environment, and procedure. The basic rules of this feeding pattern can be applied during the process of giving complementary foods to breast milk (MPASI) which are offered when the toddler is six months old. The application of the Basic *Feeding rules* is expected to create an exact pattern of complementary feeding that improves the nutrition and growth of toddlers. This study uses an observational analytic method with a Cross-Sectional approach. The research sample was 90 toddlers aged 6-24 months determined by the purposive random sampling method. The data analysis method in this study used the Chi-Square test. The results of this study were obtained in children aged 6-24 months; the most categories were Good Nutritional Status, namely 36 toddlers (40.0%) and good patterns of the application of Basic *Feeding rules* as many as 35 respondents (38.9%). The results of the bivariate statistical test showed p value = 0.001, so it can be concluded that there is a relationship between the pattern of applying basic *Feeding rules* and the nutritional status of toddlers aged 6-24 months at the Banda Sakti Health Center, Lhokseumawe City..

Keywords : *Basic Feeding rules, Nutritional Status, MPASI*

PENDAHULUAN

Pola makan adalah cara seseorang dalam memilih makanan dan memakannya sebagai tanggapan terhadap pengaruh fisiologis, psikologis budaya dan sosial. Makanan berperan penting dalam pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak. Pola makan yang baik dan teratur perlu diperkenalkan sejak dini. Kecukupan zat gizi ini berpengaruh pada kesehatan dan kecerdasan, maka pengetahuan dan kemampuan mengelola makanan sehat untuk anak adalah suatu hal yang amat penting(1).

Menurut WHO, terjadinya kekurangan gizi dalam hal ini gizi kurang dan gizi buruk lebih dipengaruhi oleh beberapa faktor yakni, penyakit infeksi dan asupan makanan yang secara langsung berpengaruh terhadap kejadian kekurangan gizi, pola asuh serta pengetahuan ibu juga merupakan salah satu faktor yang secara tidak langsung dapat berpengaruh terhadap kekurangan gizi(2).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Lhokseumawe, Puskesmas Banda Sakti memiliki data balita usia 6-24 bulan terbanyak di Kota Lhokseumawe yaitu berjumlah 1460 anak. Puskesmas Banda Sakti kota Lhokseumawe juga mencatat terdapat 186 anak yang memiliki gizi kurang serta 114 anak yang memiliki gizi lebih. Hal ini di duga karena Kecamatan Banda Sakti merupakan pusat kota Lhokseumawe dengan berbagai kegiatan utama seperti pemerintahan, perdagangan, pendidikan dan kesehatan.

Untuk mengatasi kesalahan dalam praktik pemberian makan, maka Chatoor mencetuskan suatu aturan dasar pemberian makan yang disebut sebagai *basic Feeding rules*. *Basic Feeding rules* merupakan aturan makan terstruktur yang meliputi tiga aspek yaitu jadwal, lingkungan, dan prosedur pemberian makan. *Basic Feeding rules* ini kemudian mengalami modifikasi yang disesuaikan dengan kondisi pemberian makan anak di Indonesia dan kemudian dijadikan rekomendasi bagi ibu dalam memberikan makan kepada anak oleh Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI). Dengan penerapan *basic Feeding rules* , maka laju pertumbuhan anak menjadi baik dan risiko untuk menjadi gagal tumbuh dapat berkurang(3).

TINJAUAN PUSTAKA

Feeding rules adalah aturan dasar pemberian makan, dimana aturan pemberian makan tersebut dibagi atas 3 komponen, yaitu: 1). Jadwal, Ada jadwal makanan utama dan makanan selingan yang teratur, yaitu tiga kali makanan utama dan dua kali makanan kecil. 2). Lingkungan, ciptakan suasana yang menyenangkan, Tidak ada distraksi (mainan, televisi, perangkat permainan elektronik) saat makan Jangan memberikan makanan sebagai hadiah. 3). Prosedur, Dorong anak untuk makan sendiri Bila anak menunjukkan tanda tidak mau makan, tawarkan kembali makanan secara netral, yaitu tanpa membujuk ataupun memaksa. Bila setelah 10-15 menit anak tetap tidak mau makan, akhiri proses makan(5). Pemberian makanan pendamping asi (MPASI) yang mengandung gizi yang diberikan pada bayi atau anak berumur 6-24 bulan untuk memenuhi kebutuhan gizinya. Tujuan pengenalan MP ASI bukan hanya untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi tapi juga untuk memperkenalkan pola makan keluarga kepada bayi. Pemberian MPASI yang bergizi akan sangat menentukan status gizi balita.

Menurut (Supariasa, Bakri, dan Fajar, 2016) status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu, atau perwujudan dari *nutriture* 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 nutrien. Penelitian status gizi merupakan pengukuran yang didasarkan pada data antropometri (6).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional* dengan jumlah sampel 90 balita usia 6-24 bulan yang diambil dengan metode *Purposive Random Sampling* di puskesmas Banda Sakti kota Lhokseumawe . Variabel yang diukur dari penelitian ini adalah Pola Penerapan *Basic Feeding rules* pada pemberian Mpsasi dan Status Gizi pada balita usia 6-24 bulan. Hasil penelitian dianalisis menggunakan uji *Chi-Square*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Sumber data pada penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer yang didapatkan melalui wawancara, dan data sekunder yang didapatkan melalui buku KIA.

Gambaran Karakteristik Balita

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Balita Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Usia		
Usia 6-12 Bulan	35	38,9
Usia 13-24 Bulan	55	61,1
Jenis Kelamin		
Laki-laki	42	46,7
Perempuan	48	53,3
Total	90	100,0

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel 1 menunjukkan distribusi balita berdasarkan usia ditemukan sebagian besar balita pada rentang usia 13-24 bulan yaitu sebanyak 55 balita (61,1%). Pada perbandingan jenis kelamin ditemukan sebagian besar balita yang berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 48 balita (53,3%).

Gambaran Pola Penerapan Basic *Feeding rules*

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Penerapan Basic *Feeding rules*

Penerapan <i>Feeding rules</i>	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Rendah	22	24,4
Sedang	33	36,7
Baik	35	38,9
Total	90	100,0

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel 2 menunjukkan distribusi Pola Penerapan Basic *Feeding rules*, didapatkan sebanyak 35 balita (38,9%) mendapat pola penerapan Basic *Feeding rules* dengan kategori baik dan sejumlah 22 balita (24,4%) mendapat pola penerapan Basic *Feeding rules* yang rendah.

Gambaran Status Gizi

Tabel 3 Distribusi Status Gizi Balita Berdasarkan BB/TB

Status Gizi	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Gizi Kurang	19	21,1
Gizi Baik	36	40,0
Gizi Lebih	21	23,3
Obesitas	14	15,6
Total	90	100,0

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel 3 menunjukkan distribusi Status Gizi, didapatkan sebanyak 40,0% balita memiliki Gizi Baik, 23,3% dengan status gizi lebih, 21,1% status gizi kurang dan balita yang mengalami Obesitas sebanyak 15,6%.

Hubungan Pola Penerapan Basic *Feeding rules* dengan Status Gizi Balita Usia 6-24 Bulan

Tabel 4 Hubungan Pola Penerapan Basic *Feeding rules* dengan Status Gizi

Feeding rules	Status Gizi								P Value		
	Gizi Kurang		Gizi Baik		Gizi Lebih		Obesitas			Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%		n	%
Rendah	11	50,0	4	18,2	5	22,7	2	9,1	22	100,0	0,001
Sedang	6	18,2	11	33,3	7	21,2	9	27,3	33	100,0	
Baik	2	5,7	21	60,0	9	25,7	3	8,6	35	100,0	
Total	19	21,1	36	40,0	21	23,3	14	15,6	90	100,0	

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel 4 menunjukkan hasil analisis menunjukkan dengan uji *Chi-square* didapatkan nilai *p value* sebesar 0,001. Nilai $p = 0,001$ lebih kecil daripada nilai α yaitu 0,05. Hal ini menunjukkan terdapatnya hubungan bermakna antara kedua variabel yang artinya H_0 ditolak. Berdasarkan dari hasil penelitian ditemukan bahwa terdapat Hubungan antara Pola Penerapan *Basic Feeding rules* dengan Status Gizi balita usia 6-24 bulan di Puskesmas Banda Sakti Kota Lhokseumawe.

PEMBAHASAN

Distribusi usia balita paling banyak adalah rentang usia 12-24 bulan yaitu berjumlah 55 (61,1%). Hal ini dikarenakan masa balita adalah masa pembentukan dan perkembangan manusia, usia ini merupakan usia yang rawan karena balita sangat peka terhadap gangguan pertumbuhan serta bahaya yang menyertainya. Nutrisi adalah salah satu komponen yang penting dalam menunjang keberlangsungan proses pertumbuhan dan perkembangan. Menurut UNICEF, Gender sangat berkaitan dengan nilai (*value*) terhadap seorang anak. Ketidaksetaraan gender terjadi apabila terdapat penilaian yang berbeda antara anak laki-laki dan perempuan dalam suatu komunitas. Hasil analisis hubungan antara jenis kelamin dengan status gizi balita menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan status gizi balita. Hal ini disebabkan karena tidak adanya perbedaan pandangan nilai yang dianut keluarga terhadap keberadaan seorang anak laki-laki dan perempuan di wilayah ini, sehingga perlakuan keluarga dalam hal pola asuh, pemberian makan, kesempatan mengakses sumber-sumber kesehatan adalah sama untuk anak laki-laki dan perempuan(7).

IDAI merekomendasikan orang tua atau pengasuh menerapkan praktik pemberian makan yang benar dan *Feeding rules* sejak anak dikenalkan pada MPASI.12 *Feeding rules* dapat membantu balita untuk mengatur dan mengatasi masalah makannya sendiri. Melihat fenomena ini peneliti ingin meneliti tentang gambaran tingkat pengetahuan ibu tentang aturan dan jadwal makan (*Feeding rules*) terhadap masalah Gerakan Tutup Mulut (GTM) pada anak 1-3 tahun(8).

Pengenalan *Basic Feeding rules* terhadap orang tua/pengasuh yang terlibat dalam proses pemberian makan anak merupakan intervensi yang dapat dilakukan untuk mengatasi feeding practice yang tidak benar, terutama edukasi pada orangtua/pengasuh yang terlalu cemas atau mengira porsi makan anak terlalu sedikit meskipun pedoman pemberian makan anaknya (*feeding practice*) sudah benar dan tidak terkecuali kesulitan makan jenis *inappropriate feeding practice*(9).

Menurut UNICEF, status gizi balita dipengaruhi langsung oleh asupan makanan dan penyakit infeksi. Asupan zat gizi pada makanan yang tidak optimal dapat menimbulkan masalah gizi kurang dan gizi lebih(10). Pada hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas status gizi baik yaitu sebanyak 36 balita (40,0%) dan hanya 14 balita (15,6%) yang mengalami obesitas. Pemenuhan gizi pada balita merupakan faktor yang perlu diperhatikan dalam menjaga kesehatan, karena masa balita merupakan periode perkembangan yang rentan gizi. Kasus kematian yang terjadi pada balita merupakan salah satu akibat dari gizi

buruk. Gizi buruk dimulai dari penurunan berat badan ideal seorang anak sampai akhirnya berdampak buruk bagi kesehatannya(11).

Praktik pemberian makan atau *Basic Feeding rules* merupakan faktor secara tidak langsung yang mempengaruhi status gizi, sedangkan secara langsung status gizi dapat dipengaruhi oleh asupan makan dan penyakit infeksi. Kurangnya asupan makan bisa disebabkan oleh beberapa faktor antara lain sosial ekonomi, ketersediaan pangan keluarga, dan pendidikan serta faktor lainnya. Maka dari itu, Pola pemberian makan memiliki hubungan erat dengan status gizi balita, dalam konsumsi makan dan pola pemberian makan yang sesuai oleh orang tua serta makanan yang mengandung unsur-unsur yang dibutuhkan tubuh anak seperti sumber zat tenaga, pembangun dan pengatur inilah yang membuat status gizi anak lebih banyak yang baik(12).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa mayoritas usia balita yaitu pada rentang usia 13-24 bulan dengan jenis kelamin terbanyak adalah perempuan. Pola Penerapan *Basic Feeding rules* secara umum berada pada kategori Baik dengan Status Gizi terbanyak berada pada kategori Baik. Hasil analisis statistik menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara Penerapan *Basic Feeding rules* dengan Status Gizi Balita usia 6-24 bulan. Saran kepada orang tua atau pengasuh agar dapat menerapkan pola penerapan *basic Feeding rules* kepada balita agar status gizi balita dapat berada pada kategori baik atau normal.

DAFTAR PUSTAKA

- Heckman JJ, Pinto R, Savelyev PA. Peran Ibu dalam mengatasi kesulitan makan pada balita. *Angew Chemie Int Ed* 6(11), 951–952. 1967;1–21.
- Munjidah A, Rahayu P. Pengaruh Penerapan Feeding Rules Sebagai Upaya Mengatasi Kesulitan Makan Pada Anak (Picky Eater, Selective Eater Dan Small Eater). *JKM (Jurnal Kesehat Masyarakat) Cendekia Utama [Internet]*. 2020;8(1):29–39. Available from: <http://www.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/index.php/JKM/article/view/564>
- Rizkia H, Sriwijaya U. Hubungan Penerapan Basic Feeding Rules Dengan Kejadian Gagal Tumbuh Pada Anak Usia 6-24 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kalidoni Palembang Skripsi. 2019;
- Nunik A. Hubungan antara Pengetahuan Ibu Dan Pola Pemberian Makanan Pendamping ASI dengan Status Gizi Anak di Kelurahan Manyaran Wilayah Kerja Puskesmas Manyaran Kota Semarang". 2017;4–16.
- Sjarif DR, Yulianti K, Sembiring T, Lubis G, Anzar J, Prawitasari T, et al. Rekomendasi Ikatan Dokter Anak Indonesia Pendekatan Diagnosis dan Tata Laksana Masalah Makan pada Batita di Indonesia. 2014; Available from: <http://spesialis1.ika.fk.unair.ac.id/wp-content/uploads/2017/03/Rekomendasi-Pendekatan-Diagnosis-dan-Tata-Laksana-Masalah-Makan-Pada-Batita.pdf>
- Hartini. Hubungan Tingkat Kecukupan Energi dan Protein Makanan Jajanan. *J Chem Inf Model*. 2018;53(9):1689–99.
- Lestari ND. Analisis Determinan Status Gizi Balita di Yogyakarta. *Mutiara Med J Kesehatan dan Kedokt [Internet]*. 2015;15(1):21–7. Available from: <http://journal.umy.ac.id/index.php/mm/article/view/2490>
- Chumairoh N, H IIS. Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Feeding Rules pada Batita Gerakan Tutup Mulut (GTM). *Comphi J Community Med Public Heal Indones J*. 2021;2(1):148–54.
- Darwati D, Mexitalia M, Hadiyanto S, Hartanto F, Nugraheni SA. Pengaruh Intervensi Konseling Feeding Rules dan Stimulasi Terhadap Status Gizi dan Perkembangan Anak di Posyandu Kabupaten Jayapura. *Sari Pediatr*. 2016;15(6):377.
- Maiti, Bidinger. Masalah Gizi pada Balita(Skor Idds). *J Chem Inf Model*. 1981;53(9):1689–99.

- Yoko. Permasalahan Gizi pada balita Volume 1 tahun : 2019. page : 105-112. 2019;1:105–12.
- Novianti DM, Isnaeni FN, Gz S. Hubungan Praktik Pemberian Makan dengan Status Gizi Balita di Desa Joho Kecamatan Mojolaban Sukoharjo. 2018; Available from: <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/68710>