

GAMBARAN POLA PEMBERIAN MAKAN PADA BALITA USIA 2-5 TAHUN DI KECAMATAN BAITURRAHMAN KOTA BANDA ACEH

Penulis:

Indah Az-zahra¹

Neti Hartaty²

Suraya Putri³

Afiliasi:

Fakultas Keperawatan,
Universitas Syiah Kuala¹²³

Korespondensi:

netihartaty@usk.ac.id

Histori Naskah:

Diajukan: 01-01-2025

Disetujui: 15-01-2025

Publikasi: 16-01-2025

ABSTRAK

Ketidaktepatan pola pemberian makan pada balita dapat menyebabkan gangguan kesehatan, penurunan daya tahan tubuh, hingga risiko gangguan perkembangan kognitif jangka panjang. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pola pemberian makan pada balita usia 2-5 tahun di Kecamatan Baiturrahman, Kota Banda Aceh. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel berjumlah 100 balita dipilih menggunakan teknik *accidental sampling* dari populasi sebanyak 1.088 balita. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner menggunakan metode self-report. Fokus penelitian mencakup jenis makanan, jumlah makanan, dan jadwal pemberian makan balita. Mayoritas balita (99%) menerima pola pemberian makan yang tepat, dengan rincian komponen jenis makanan tepat (98%), jumlah makanan tepat (93%), dan jadwal makan tepat (87%). Pola pemberian makan pada balita di wilayah penelitian sebagian besar telah sesuai dengan standar gizi yang dianjurkan. Namun, jadwal pemberian makan perlu ditingkatkan untuk mencapai hasil yang lebih optimal. Direkomendasikan kepada puskesmas untuk meningkatkan edukasi personal, seperti kunjungan rumah, tentang pentingnya pemberian ASI dan gizi seimbang, serta melibatkan keluarga secara holistik untuk mendukung pola pemberian makan yang tepat.

Kata Kunci : Gambaran, Pola Pemberian Makan, Balita, Usia 2-5 tahun

PENDAHULUAN

Pola pemberian makan pada balita sangat berperan penting dalam proses tumbuh kembang pada balita. Pola pemberian makan menurut pandangan global adalah praktik atau cara pemberian makanan yang melibatkan pemilihan, penyiapan, dan konsumsi makanan dengan tujuan memenuhi kebutuhan gizi secara optimal bagi individu di berbagai tahap kehidupan, sesuai dengan panduan kesehatan yang berlaku di seluruh dunia (World Health Organization, 2019). Penelitian Rahmawati tahun (2016) menyatakan bahwa pola pemberian makan balita adalah cara ibu memberikan makanan pada balita sehingga mereka memenuhi kebutuhan mereka terhadap makanan dalam jumlah dan nilai gizi yang tepat (Noviyanti et al., 2020).

Pemberian makan yang kurang tepat mengenai komposisi makanan, tekstur maupun tatacara pemberiannya akan berdampak buruk terhadap kesehatan anak karena dapat mengganggu pertumbuhan, rentan terhadap infeksi, bahkan dapat mengakibatkan kematian. Masalah makan juga berpotensi mengganggu perkembangan kognitif, perilaku, kelainan makan dan sering dikaitkan dengan kelainan makan atau *Eating Disorder* yang akan terbawa sampai dewasa (Kemenkes, 2024).

Pada proses pertumbuhan balita pola pemberian makan sangat berperan penting dalam menentukan asupan nutrisi yang masuk ke dalam tubuh balita. Berkaitan dengan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa pola pemberian makan kurang baik otomatis asupan zat gizi yang masuk masih belum terpenuhi dengan baik, hal tersebut dapat menghambat pertumbuhan anak seperti *stunting*, *wasting* bahkan bisa terjadi gizi buruk (Amalika et al., 2023).

Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 jenis makanan yang diberikan pada balita masih kurang beragam, proporsi makan beragam pada balita sebesar 52,5% (Kemenkes, 2023). Jika dilihat berdasarkan provinsi, provinsi dengan proporsi balita yang mengonsumsi makanan beragam terendah adalah DI Yogyakarta (25,3%) dan Kepulauan Riau (37,9%). Sementara itu, provinsi dengan proporsi tertinggi yang mengonsumsi makanan beragam adalah Maluku Utara (83,4%) dan Aceh termasuk ke dalam 10 provinsi tertinggi dengan (62,8%) (Kemenkes, 2023).

Asupan gizi yang tidak sesuai merupakan salah satu penyebab langsung dari kejadian gizi buruk

yang ditentukan oleh pemberian makan kepada balita. Sebagian besar anak yang menderita masalah gizi hidup di benua Asia dan Afrika dan 70% anak-anak yang mengalami kekurangan gizi tinggal di Asia (UNICEF et al., 2023). Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, angka balita yang mengalami kekurangan gizi secara nasional meningkat dari 7,7% pada tahun 2022 menjadi 8,5% pada tahun 2023. Provinsi yang mengalami kenaikan tertinggi kekurangan gizi adalah Provinsi Maluku Utara (15,8%), Maluku (15,4%), Papua (14,2%) dan Aceh (13,6%). Sedangkan, provinsi yang mengalami kenaikan terendah adalah Provinsi Bali (3,6%), Kepulauan Riau (6,4%), Jawa Barat (6,4%) dan Jambi (6,6%) (Kemenkes, 2023).

Fakta diatas juga didukung oleh penelitian Pratiwi, et al., (2021) yang menunjukkan hasil skrining kesulitan makan disebabkan mayoritas balita (70%) memiliki sifat hanya ingin makan makanan kesukaannya, dan frekuensi kesulitan makan yang dialami balita mayoritas (70%) adalah kadang-kadang, serta ibu mulai menyadari anak mereka mengalami kesulitan makan sejak usia 2 tahun. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa mayoritas responden (80%) mengatakan jenis bahan makanan bergizi favorit anak balita mereka adalah yang mengandung protein dan lemak, karena sebagian besar balita menyukai makanan yang pada umumnya digoreng seperti ayam goreng, telur goreng, dan tempe goreng (Pratiwi et al., 2021).

Pada penelitian Widiyanti et al., (2020) Frekuensi makan balita dalam sehari, kurang dari setengahnya (45%) balita makan tiga kali dalam sehari dan lebih dari setengahnya (55%) balita hanya makan dua kali dalam sehari, karena anak sulit untuk makan. Pemberian makanan selingan sebagian besar (80%) balita sebanyak dua kali dan sebagian kecil (20%) tidak mengkonsumsi selingan. Terkait jadwal makan diperoleh hasil bahwa ibu memberi makan kepada anaknya lebih dari setengahnya tidak tepat waktu, anak balita pada penelitian ini juga tidak memiliki waktu khusus untuk makan, sehingga anak makan sesuai keinginannya dan anak balita tidak memiliki jadwal makan sebagaimana harusnya.

Berdasarkan kuantitas makan balita, yang meliputi makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, buah, susu didapatkan hasil bahwa seluruh anak balita tidak mengkonsumsi makanan sesuai dengan berat yang dianjurkan karena rata-rata konsumsi makanan pokok 177,9 gram, lauk hewani 48,4 gram, lauk nabati 9,75 gram, sayuran 32,7 gram, buah 11,6 gram, susu 32,8 gram, minyak 20 gram, dan gula 34 gram, sehingga pada sebagian besar anak balita kuantitas makannya kurang baik. Lebih lanjut, pada kualitas makan balita diperoleh hasil sebagian besar balita mengalami defisit energi. Hal ini menunjukkan bahwa makanan yang dikonsumsi balita kurang memenuhi zat gizi yang dianjurkan untuk balita (Widiyanti et al., 2020).

Berdasarkan hasil wawancara awal penulis dengan 3 ibu yang mempunyai anak balita didapatkan bahwa ibu mengatakan sering memberikan anaknya sarapan pagi yaitu nasi dengan menu tempe, tahu, ikan dan sayur bayam. Ibu mengatakan anaknya tidak mengalami kesulitan untuk makan dan sering memberikan makanan tambahan yang dimasak sendiri seperti bolu dan *nugget* tetapi ibu belum memahami jenis makanan yang bergizi untuk balita, tidak mengetahui jumlah makanan yang sesuai dengan kebutuhan balita dan sering membiarkan anaknya mengkonsumsi jajanan atau makanan ringan. Ibu mengatakan sulit memberikan makanan kepada anaknya jika diberikan jenis makanan tanpa penyedap.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif merupakan metode yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya, serta menilai variabel mandiri satu atau lebih variabel tanpa membandingkannya dengan variabel lain. Selain itu penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang menggunakan cara untuk mengumpulkan data dari populasi atau sampel tertentu (Sugiyono, 2013), sedangkan penelitian ini menggunakan desain *Cross sectional*, yang merupakan desain penelitian yang mempelajari risiko dan efek dengan cara observasi, tujuannya yaitu mengumpulkan data secara bersamaan atau satu waktu. Penelitian ini perlu dipublikasikan agar memberikan gambaran

dan pengetahuan kepada peneliti bahwa ada metode penelitian yang bisa dilakukan hanya satu kali saja pengambilan datanya (Abduh et al., 2023).

HASIL PENELITIAN

1. Data Demografi

Data demografi meliputi usia anak, berat bayi, tinggi badan, pemberian asik eksklusif. Adapun data demografi dalam penelitian ini akan di sajikan dalam tabel dibawah ini:

Tabel 1. Distribusi Data Demografi Balita Usia 2-5 Tahun di Kecamatan Baiturrahman (n=100)

Data Demografi	Frekuensi	Persentase
Usia (M ± SD)	(M=41,45 ± SD=10,885)	
Tinggi Badan (M ± SD)	(M=103,17± SD=12,24)	
Berat Badan (M ± SD)	(M=15,31± SD=3,6)	
Pemberian Asi Eksklusif		
Ya	67	67%
Tidak	33	33%

Sumber: Data Primer (Diolah, 2024)

Tabel 1. menunjukkan bahwa responden rata-rata berusia 41,45 bulan, rata rata tinggi badan lahir 103,17 cm rata rata berat badan lahir 15,31 kg, dan balita yang mendapatkan asi eksklusif sebanyak 67 (67%).

Tabel 2. Distribusi Data Demografi Orang tua/Wali di Kecamatan Baiturrahman (n=100)

Data Demografi	Frekuensi	Persentase
Usia (M ± SD)	(M=34,20 ± SD=6,256)	
Jenis Kelamin		
Laki-laki	0	0
Perempuan	100	100
Pendidikan		
Rendah (Tidak Sekolah, SD, SMP)	8	8
Menengah (SMA)	60	60
Tinggi (D3, S1,S2 & S3)	32	32
Pekerjaan		
PNS	5	5
Wiraswasta	8	8
Swasta	3	3
Mahasiswa	1	1
IRT	83	83
Jumlah Anak		
1	31	31
2	36	36
3	22	22
4	10	10
5	1	1

Sumber: Data Primer (Diolah, 2024)

Tabel 2. menunjukkan bahwa orangtua rata-rata berusia 34,20 tahun, berjenis kelamin perempuan sebanyak 100 (100%), berpendidikan menengah sebanyak 60 (60%), dominan pekerjaan orang tua yaitu ibu rumah tangga sebanyak 83 (83%) dan mayoritas ibu memiliki jumlah 2 anak sebanyak 36 (36%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Jawaban Kuesioner Pemberian Makan Pada Balita Usia 2-5 Tahun di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh (n=100)

N	Pertanyaan	Tidak Pernah		Jarang		Sering		Selalu	
		f	%	f	%	f	%	f	%

1	Saya memberikan anak makanan dengan menu seimbang (nasi, lauk, sayur, buah,dan susu).	0	0	4	4	62	62	34	34
2	Saya memberikan anak makanan yang mengandung lemak (alpukat, kacang daging,ikan, telur, susu).	1	1	12	12	69	69	18	18
3	Saya memberikan anak makanan yang mengandung karbohidrat (nasi, umbi-umbian, jagung, tepung).	1	1	16	16	45	45	38	38
4	Saya memberikan anak makanan yang mengandung protein (daging, ikan, kedelai, telur,kacang-kacangan, susu).	0	0	10	10	54	54	36	36
5	Saya memberikan anak makanan yang mengandung vitamin (buah dan sayur).	0	0	16	16	66	66	18	18
6	Jika saya tidak membimbing atau mengatur makan anak saya,dia akan makan terlalu banyak makanan cepat saji.	7	7	37	37	47	47	9	9
7	Berapa banyak Anda mengawasi apa yang dimakan anak anda? Seperti permen, kue basah,es krim,snak kemasan,kue kering).	4	4	21	21	58	58	17	17
8	Berapa banyak Anda mengawasi makanan ringan yang dimakan anak anda? Seperti : Snack jagung, snack kentang, kue kering, chiki-chiki	0	0	18	18	68	68	14	14
9	Seberapa Anda bertanggung jawab untuk memutuskan seberapa porsi makan anak anda?	0	0	10	10	79	79	11	11
10	Saya tidak memberikan anak saya makan dengan lauk hewani (daging, ikan, telur,dsb) 2-3 potong.	41	41	40	40	17	17	2	2
11	Saya memberikan anak saya makandengan lauk nabati (tahu, tempe, dsb.) 2-3 potong.	0	0	8	8	83	83	9	9
12	Anak saya tidak menghabiskan semua makanan yang ada di piring/mangkok setiap kalimakan.	2	2	21	21	74	74	3	3
13	Saya memberikan anak saya makan buah 2-3 potong.	0	0	23	23	69	69	8	8
14	Saya memberikan makanan selingan 1-2 kali sehari diantara makanan utama.	0	0	37	37	52	52	11	11
15	Anak saya tidak makan tepat waktu.	1	1	50	50	45	45	4	4
16	Saya menyuapi makan anak saya tidak lebih dari 30 menit.	10	10	42	42	45	45	3	3
17	Seberapa Anda bertanggung jawab untuk memutuskan apakah anak anda sudah makan?	0	0	4	4	79	79	17	17
18	Seberapa khawatir Anda tentang anak anda yang kekurangan berat badan?	1	1	5	5	59	59	35	35
19	Anak saya harus makan semua makanan dipiringnya.	0	0	32	32	61	61	7	7

20	Saya harus sangat berhati-hati untuk memastikan anak saya makan cukup. Jika anak saya mengatakan “saya tidak lapar” saya tetap berusaha membuatnya makan.	0	0	7	7	82	82	11	11
21	Jika saya tidak membimbing atau mengatur makan anak saya, dia akan makan lebih sedikit dari yang seharusnya.	1	1	24	24	70	70	5	5
22	Saya memastikan bahwa anak saya tidak Makan terlalu banyak makanan favoritnya.	6	6	56	56	34	34	4	4
23	Saya menawarkan (permen, es krim, kue,kue kering) kepada anak saya sebagai hadiah untuk perilaku yang baik.	16	16	62	62	17	17	5	5
24	Saya menawarkan anak saya makanan favoritnya sebagai imbalan atas perilaku yang baik.	15	15	69	69	11	11	5	5

Tabel 3. menunjukkan hasil dari 24 total pertanyaan, pertanyaan yang memiliki nilai yang paling tinggi terdapat pada pertanyaan nomor 11 yang berisi “ Saya memberikan anak saya makan dengan lauk nabati (tahu, tempe, dsb.) 2-3 potong” mayoritas jawaban responden menyatakan sering 83 (83 %). Pertanyaan 20 yang berisi “ Saya harus sangat berhati-hati untuk memastikan anak saya makan cukup. Jika anak saya mengatakan “saya tidak lapar” saya tetap berusaha membuatnya makan” mayoritas jawaban responden menyatakan sering 82 (82 %). Pertanyaan 9 yang berisi “ Seberapa Anda bertanggung jawab untuk memutuskan seberapa porsi makan anak anda” dan pertanyaan 17 “ Seberapa Anda bertanggung jawab untuk memutuskan apakah anak anda sudah makan?.” Dominan jawaban responden menyatakan sering 79 (79 %).

2. Analisa Univariat

Gambaran Pola Pemberian Makan Pada Balita Usia 2-5 Tahun di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh. Hasil pengumpulan data yang telah dilakukan untuk menilai pola pemberian makan pada balita usia 2-5 tahun Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh dilakukan pada 100 responden dengan menggunakan kuesioner.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pemberian Makan Pada Balita Usia 2-5 Tahun di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh (n=100)

Pola Pemberian Makan	Frekuensi	Persentase
Tidak Tepat	1	1
Tepat	99	99
Total	100	100

Sumber: Data Primer (Diolah, 2024)

Tabel 4. menunjukkan bahwa pola pemberian makan pada balita usia 2-5 tahun adalah tepat sebanyak 99 orang (99%) .

a. Jenis Makanan

Hasil pengumpulan data untuk variabel jenis makanan pada balita usia 2-5 tahun di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda 100 responden dengan menggunakan kuesioner untuk menilai jenis makanan yang diberikan pada balita usia 2-5 tahun tepat, jika skor ≥ 20 dan tidak tepat jika skor < 20 . Hasil tersebut ditunjukkan pada tabel 5.5 dibawah ini.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Jenis Makanan Pada Balita Usia 2-5 Tahun di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh (n=100)

Jenis Makanan	Frekuensi	Persentase
---------------	-----------	------------

Jenis Makanan	Frekuensi	Persentase
Tidak Tepat	2	2
Tepat	98	98
Total	100	100

Sumber: Data Primer (Diolah, 2024)

Tabel 5. menunjukkan bahwa jenis makanan pada balita usia 2-5 tahun tepat yaitu sebanyak 98 orang (98%).

b. Jumlah Makanan

Hasil pengumpulan data untuk variabel Jumlah makanan pada balita usia 2-5 tahun di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh 100 responden dengan menggunakan kuesioner untuk menilai jumlah makanan yang diberikan pada balita usia 2-5 tahun tepat, jika skor ≥ 13 dan integritas diri tidak tepat jika skor < 13 . Hasil tersebut ditunjukkan pada tabel 5.6 dibawah ini.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Jumlah Makanan Pada Balita Usia 2-5 Tahun di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh (n=100)

Jumlah Makanan	Frekuensi	Persentase
Tidak Tepat	7	7
Tepat	93	93
Total	100	100

Sumber: Data Primer (Diolah, 2024)

Tabel 6. menunjukkan bahwa jumlah makanan pada balita usia 2-5 tahun tepat yaitu sebanyak 93 orang (93%).

c. Jadwal Makan

Hasil pengumpulan data untuk variabel jadwal makan pada balita usia 2-5 tahun di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda 100 responden dengan menggunakan kuesioner untuk menilai jadwal makanan yang diberikan pada balita usia 2-5 tahun tepat, jika skor individu ≥ 28 dan tidak tepat jika skor < 28 . Hasil tersebut ditunjukkan pada tabel 5.7 dibawah ini.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Jadwal Makan Pada Balita Usia 2-5 Tahun di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh (n=100)

Jadwal makan	Frekuensi	Persentase
Tidak Tepat	13	13
Tepat	87	87
Total	100	100

Sumber: Data Primer (Diolah, 2024)

Tabel 7. menunjukkan bahwa jadwal makan pada balita usia 2-5 tahun tepat yaitu sebanyak 87 orang (87%)

PEMBAHASAN

Mayoritas orang tua telah mampu memenuhi kebutuhan gizi balita, edukasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan melalui posyandu dan program puskesmas di Kecamatan Baiturrahman terbukti efektif. Petugas kesehatan secara rutin memberikan penyuluhan mengenai pentingnya gizi seimbang bagi balita, termasuk jenis makanan yang perlu diberikan, jumlah yang sesuai, dan jadwal makan yang teratur. Ketersediaan sumber daya makanan yang cukup di wilayah ini juga menjadi salah satu faktor pendukung.

Sebagai salah satu wilayah perkotaan, Kecamatan Baiturrahman memiliki akses yang relatif baik terhadap berbagai jenis bahan pangan, sehingga memudahkan orang tua untuk menyediakan makanan

yang bervariasi dan bergizi. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kunnisa et al., 2020) menjelaskan bahwa sebagian besar balita memiliki pola pemberian makan baik (61%). Konsumsi makanan dalam pola pemberian makan yang baik berpengaruh terhadap status gizi (pertumbuhan) balita. Nutrisi pada balita terpenuhi dengan jenis, jumlah dan jadwal yang tepat maka dapat menjaga dan meningkatkan pertumbuhan fisik dan kesehatan balita.

Pola pemberian makan merupakan gambaran tentang jenis, jumlah dan jadwal makanan yang dikonsumsi individu serta pola pemberian makan dapat mempengaruhi status gizi dalam pemenuhan nutrisi. Pola pemberian makan balita merupakan upaya orangtua dalam pemberian makanan untuk pemenuhan gizi pada balita baik jumlah maupun jenis nutrisinya (Natalia et al., 2022). Tujuan pemberian makan pada balita adalah untuk memenuhi status gizi dalam memelihara dan memulihkan kesehatan anak serta menjadi sumber untuk proses tumbuh kembang anak (Noviyanti et al., 2020). Pemberian pola makan yang baik mencakup keberagaman, jenis dan jadwal yang tepat pada balita dapat menjaga kesehatan, meningkatkan energi untuk beraktivitas, meningkatkan konsentrasi, tumbuh kembang yang baik dan mampu mencegah munculnya penyakit pada anak (Picauly et al., 2023).

Pola pemberian makan pada umumnya terdiri atas tiga komponen, yaitu jenis makanan, jumlah makanan dan jadwal makan.

a. Jenis makanan

Tabel 5. menunjukkan bahwa komponen jenis makan pada balita berada pada kategori tepat 98 (98%). Sebagai bagian dari kota Banda Aceh, Kecamatan Baiturrahman memiliki pasar tradisional, swalayan, dan berbagai fasilitas yang mendukung ketersediaan makanan yang bervariasi. Hal ini memudahkan keluarga untuk menyediakan makanan yang beragam dan bernutrisi untuk balita.

Edukasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan, seperti melalui posyandu dan program puskesmas, memainkan peran penting dalam pemenuhan gizi balita. Orang tua secara rutin mendapatkan informasi tentang pentingnya memberikan makanan yang beragam kepada balita, termasuk anjuran pemberian makanan lokal yang bernutrisi. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hasibuan & Siagian, (2020) menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara jenis makanan dengan status gizi pada balita karena jenis makanan yang beragam yang mengandung berbagai zat gizi seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral sehingga nutrisi pada balita tercukupi dan kualitas dan kelengkapan gizi juga terpenuhi.

Item pertanyaan nomor 6, 7 dan 8 yaitu peran orang tua dalam mengawasi jenis makanan yang dikonsumsi balita seperti makanan cepat saji, es krim, chiki-chiki, apabila tidak diawasi dengan baik oleh orang tua maka balita akan mengkonsumsi makanan apapun mayoritas responden menjawab sering. Sejalan dengan penelitian Pasaribu et al., (2023) balita dan jajanan merupakan dua hal yang tidak dapat dipisahkan. Kebiasaan tersebut akan mempengaruhi pemenuhan gizi seimbang karena balita belum mampu membedakan makanan yang tidak mengandung gizi seperti makanan instan, yang mengandung pewarna dan tinggi kalori sehingga menyebabkan anak mudah kenyang dan tidak ingin lagi mengkonsumsi makanan sehat. Berdasarkan hal tersebut, peran orang tua sangat penting dalam mengawasi dan memperhatikan jenis makanan yang dikonsumsi balita.

Tabel 2 menunjukkan bahwa jenis kelamin orang tua balita adalah perempuan (ibu) 100 (100%). Ibu dalam struktur keluarga memiliki peran utama sebagai pengasuh dan pengelola rumah tangga, termasuk dalam memastikan kebutuhan nutrisi anak terpenuhi, dan ibu sebagai sumber utama informasi tentang pemberian makan dan kesehatan anak. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Weber et al., (2023) menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi jenis makanan pada anak (Major influencing factors on child feeding practices of mothers) yaitu naluri keibuan sebagai penggerak pola pemberian makan pada anak, ibu mampu mengetahui apa yang tepat untuk anaknya. Hal ini sesuai dengan teori keperawatan yaitu Teori Ramona T. Mercer atau dikenal dengan Teori Mercer Maternal Role Attainment yang mendeskripsikan dan mendefinisikan proses pencapaian peran ibu sebagai sebuah ikatan yang kuat, terhadap anaknya (Novianti & Nursanti, 2024).

Tingkat pendidikan orang tua juga mempengaruhi pemberian makan pada anak terutama jenis

makanan yang diberikan. tabel 5.2 menunjukkan bahwa mayoritas orang tua memiliki latar belakang pendidikan yaitu sekolah menengah 60 Orang (60%). Pendidikan pada tingkat sekolah menengah umumnya memberikan dasar pengetahuan yang memadai tentang pentingnya gizi untuk kesehatan dan perkembangan anak. Orang tua dengan tingkat pendidikan ini cenderung lebih familiar dengan media seperti televisi, internet, atau brosur kesehatan yang menyediakan informasi terkait pemberian makanan yang tepat untuk balita. Mereka juga lebih responsif terhadap edukasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan, seperti melalui posyandu atau program penyuluhan puskesmas.

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh M Thonthowi Jauhari, (2023) diperoleh data bahwa pendidikan ibu kategori pendidikan tinggi didapatkan pola pemberian makan balita baik 64%. Namun sejalan dengan era saat ini adalah era digital dimana latar belakang pendidikan bukan tolak ukur seseorang dalam memperoleh informasi.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Prasetyo et al., (2024) menyatakan bahwa secara umum pada rentang usia 16 – 64 tahun telah menjadikan internet sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari masyarakat Indonesia, mulai dari perolehan informasi hingga hiburan. Tidak hanya melalui internet, ibu yang memiliki balita juga dapat memperoleh informasi melalui program pemerintah khususnya instansi BKKBN, memiliki program utama tentang pemenuhan gizi yang mengutamakan pola pemberian makan, pola asuh dan sanitasi. Program tersebut seperti, edukasi isi piringku, skrinning, dapur sehat atasi stunting (DASHAT), tim pendamping keluarga dan lain sebagainya (Irawan et al., 2022).

b. Jumlah makanan

Tabel 6 menunjukkan bahwa komponen jumlah makanan berada pada kategori tepat 93 (93%). Mayoritas orang tua telah memberikan jumlah makanan yang sesuai dengan kebutuhan energi dan nutrisi balita, baik dari segi porsi maupun frekuensi makan. Hal ini didukung oleh penelitian Siallagan et al., (2023) menyatakan bahwa Jumlah makan atau disebut juga porsi makanan yang dikonsumsi, biasanya diukur dengan kalori sesuai kebutuhan energi setiap orang. Asupan zat gizi yang berlebih dari kebutuhan tubuh mengakibatkan terjadinya obesitas dan resiko penyakit lain. Sebaliknya, kurangnya nutrisi yang dikonsumsi juga dapat mengakibatkan berat badan menurun dan rentan terhadap berbagai penyakit.

Pola pemberian makan oleh orang tua sangat mempengaruhi pemenuhan gizi balita. Ketika orangtua memberi makan teratur dan tepat maka status gizi anak juga akan baik, dan sebaliknya. Jumlah makanan yang diberikan dapat dilihat dari berat badan, tinggi badan dan perolehan ASI eksklusif. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Nova & Afriyanti (2018) yang disajikan pada tabel 5.1 menunjukkan bahwa berat badan balita rata-rata 15,31 kg. Tingginya tingkat pemberian makanan yang tepat menunjukkan bahwa balita di Kecamatan Baiturrahman menerima jenis, jumlah, dan jadwal makanan yang sesuai. Ini berkontribusi pada pencapaian berat badan yang mendekati standar normal.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kunnisa et al., (2020) bahwa terdapat hubungan signifikan antara pola pemberian makan terhadap kenaikan berat badan balita dengan p-value 0,001. Jenis dan jumlah makan sesuai usia balita dapat meningkatkan berat badan karena terdapat keselarasan antara umur dan pengaturan pola pemberian makanan yang tepat sehingga terpenuhinya gizi pada balita.

Pola pemberian makan yang tepat menjamin tubuh balita untuk memperoleh makanan yang mengandung semua zat gizi dalam jumlah yang dibutuhkan. Dengan demikian balita akan tumbuh secara optimal. Apabila pola pemberian makan buruk dan tidak tepat maka akan menyebabkan kekurangan berat badan atau wasting dan kenaikan berat badan berlebih sehingga menyebabkan obesitas. Tabel 5.1 menunjukkan bahwa tinggi badan balita rata-rata 103,17 cm. Sebagian besar orang tua di Kecamatan Baiturrahman sudah memahami pentingnya pemberian makanan yang bergizi untuk mendukung pertumbuhan balita. Banyak orang tua yang aktif terlibat dalam mengawasi tumbuh kembang anak, termasuk memonitor berat badan dan tinggi badan anak melalui pemeriksaan rutin di posyandu.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kunnisa et al., (2020) Pola pemberian makan pada balita sangat berperan penting dalam proses pertumbuhan pada balita, karena makanan yang dikonsumsi akan memenuhi gizi yang dibutuhkan. Gizi di dalamnya memiliki keterkaitan yang sangat erat

hubungannya dengan kesehatan dan kecerdasan. Apabila terkena defisiensi gizi maka kemungkinan besar sekali anak akan mudah terkena infeksi. Gizi ini sangat berpengaruh terhadap nafsu makan. Jika jumlah makanan tidak tercapai dengan baik pada balita maka pertumbuhan balita akan terganggu, tubuh kurus, pendek bahkan bisa terjadi gizi buruk atau kurang dan gizi lebih pada balita.

Balita yang mendapatkan ASI eksklusif memiliki perkembangan yang baik, tabel 5.1 menunjukkan bahwa rata-rata balita yang memperoleh ASI eksklusif sebanyak 67 orang (67%). Hal ini menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif belum sepenuhnya optimal, Sebagian ibu mungkin belum sepenuhnya memahami pentingnya ASI eksklusif untuk pertumbuhan dan perkembangan balita terutama bagi imunitas, kecerdasan, dan kesehatan jangka panjang. Kondisi kesehatan tertentu, seperti produksi ASI yang tidak lancar atau bayi yang memiliki masalah menyusu, juga menjadi alasan mengapa pemberian ASI eksklusif tidak dapat dilanjutkan hingga 6 bulan.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mansur, (2019) diperoleh data bahwa terdapat hubungan antara riwayat pemberian asi eksklusif terhadap pertumbuhan anak dengan nilai $p=0,165$. ASI sangat berperan dalam Kesehatan dan tumbuh kembang anak. Bayi yang mendapatkan ASI eksklusif akan memiliki imun yang baik sehingga mencegah munculnya penyakit terutama masalah pemenuhan nutrisi, sedangkan bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif menyebabkan kebutuhan gizi bayi tidak seimbang sehingga mempengaruhi pengoptimalan tumbuh kembangnya.

c. Jadwal makan

Tabel 7 menunjukkan bahwa komponen jadwal makan berada pada kategori tepat 78 (78%). Didukung oleh penelitian Pangaribuan, (2020) diperoleh data bahwa terdapat pengaruh antara jadwal makan balita dengan status gizi $p = 0,000$. Tepat waktu dalam pemberian makan pada balita sangat penting dalam menjaga keseimbangan gizi balita, frekuensi makan makanan berat dianjurkan 3x sehari namun dilengkapi dengan makanan selingan seperti buah-buahan dan makanan lain yang mengandung zat gizi. Ketika ASI tidak terpenuhi maka gizi balita harus seimbang melalui jadwal pemberian makan yang tepat.

Terdapat faktor yang mempengaruhi jadwal pemberian makan, diantaranya adalah pekerjaan ibu (Yuliarsih et al., 2020). Tabel 5.2 menunjukkan bahwa dominan responden memiliki pekerjaan yaitu ibu rumah tangga 83(83%). Sejalan dengan penelitian Yuliarsih et al., (2020) terdapat 22,4 % status gizi kurang mempunyai ibu yang bekerja lebih banyak dibandingkan ibu yang tidak bekerja (19,9%) hal tersebut karna balita merupakan usia dimana anak masih ketergantungan terhadap orang tua dalam pemenuhan kebutuhan gizi . Oleh karena itu perhatian orang tua sangat diperlukan dalam merawat, memperhatikan dan memenuhi kebutuhan kesehatan anak terutama kebutuhan gizi. Ibu yang tidak bekerja dapat berperan banyak dan memiliki waktu yang cukup dalam pengaturan pola makan anak dan ibu yang bekerja hampir tidak cukup waktu untuk merawat dan memperhatikan pola makan anak. Selain itu jumlah anak juga mempengaruhi jadwal pemberian makan pada balita.

Hal ini didukung oleh penelitian Devid Trio Issadikin, (2023) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara jumlah anak dalam keluarga dengan jadwal pemberian makan. jumlah anak dalam keluarga sangat mempengaruhi status gizi mereka. Jumlah anak yang banyak mengakibatkan kurangnya kasih sayang terhadap anaknya, jumlah perhatian dan waktu bersama anak yang diterima tidak cukup, sehingga perhatian orang tua khususnya ibu dalam jadwal pemberian makan balita tidak tepat. Tetapi pengalaman menjadi orang tua dengan banyak anak memberikan peluang untuk menerapkan pola pengasuhan yang lebih baik pada anak-anak selanjutnya.

Setiap anak yang dilahirkan dan diasuh membawa pembelajaran yang berharga bagi orang tua. Kesalahan atau kekurangan yang mungkin terjadi dalam pengasuhan anak sebelumnya sering kali menjadi refleksi untuk memperbaiki pendekatan pengasuhan terhadap anak selanjutnya (Hairunisa, 2021). Sesuai dengan anjuran (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional) BKKBN jumlah anak ideal dalam satu keluarga adalah dua anak lebih baik (BKKBN, 2024). Hal sesuai dengan hasil penelitian yang disajikan pada tabel 5.2 menunjukkan bahwa mayoritas ibu memiliki jumlah 2 anak sebanyak 36 (36%).

Item pertanyaan nomor 16 yaitu waktu pemberian makan balita tidak lebih dari 30 menit mayoritas

responden menjawab sering. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua memperhatikan efisiensi waktu saat memberikan makanan kepada balita. Waktu makan merujuk pada durasi atau periode tertentu di mana makanan diberikan kepada balita, misalnya makan pagi, siang, atau malam, termasuk durasi penyelesaiannya. Waktu makan ditinjau berdasarkan durasi pemberian makan, dengan fokus pada efisiensi waktu agar makanan dapat diselesaikan dalam rentang waktu tertentu. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Febriyanti et al., (2024) menjelaskan bahwa saat pemberian makan balita ibu berperan penting dalam mencapai gizi seimbang.

Jadwal makan mengacu pada pola terstruktur yang mencakup waktu dan frekuensi pemberian makanan, baik makanan utama maupun camilan, yang dilakukan secara konsisten setiap harinya. Jadwal makan yang teratur memberikan kerangka waktu yang jelas bagi balita, sehingga tubuh mereka terbiasa dengan pola asupan yang konsisten dan dapat mendukung proses metabolisme yang lebih baik. Seorang profesor di Amerika dalam bukunya “Diagnosis and Treatment of Feeding Disorders in Infants, Toddlers, and Young Children” menegaskan bahwa tiga elemen utama dalam pemberian makan adalah jadwal, lingkungan, dan prosedur. Basic feeding rules menyebutkan bahwa jadwal makan yang tepat mencakup makanan utama dan camilan dalam durasi tertentu, serta menghindari pemberian makanan lain di luar waktu yang telah ditentukan. Hal ini penting untuk membangun kebiasaan makan yang baik dan mencegah gangguan pada pola makan balita.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini diharapkan bagi ibu untuk lebih memperhatikan kebutuhan gizi anak balita, sebagai orang tua khususnya ibu yang setiap saat bersama balita dapat memberikan gizi seimbang dengan cara menentukan jenis makanan, jumlah makanan dan jadwal makanan sesuai dengan kebutuhan anak sesuai usianya. Diketahui masih ada ibu yang tidak memberikan ASI. Oleh karena itu, puskesmas diharapkan dapat meningkatkan program edukasi kepada masyarakat, khususnya melalui pendekatan *home visit*, agar edukasi dapat dilakukan secara personal dan langsung menyentuh kebutuhan keluarga. Program ini dapat mencakup pemberian informasi mengenai pentingnya ASI eksklusif, jadwal pemberian makan, serta jenis dan jumlah makanan yang sesuai untuk balita. Upaya ini diharapkan dapat membantu meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu serta keluarga secara keseluruhan dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan balita yang optimal. Diharapkan kepada peneliti selanjutnya dapat melibatkan seluruh anggota keluarga tidak hanya ibu, dalam proses pengumpulan data terkait pemahaman pola pemberian makan pada balita.

REFERENSI

- Abduh, M., Alawiyah, T., Apriansyah, G., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2023). Survey Design: Cross Sectional dalam Penelitian Kualitatif. 3(1), 31–38. <https://doi.org/10.22437/jiituj.v5i1.12886>
- AKG. (2019). *Angka Kecukupan Gizi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 5–10.
- Almatsier, S., & Soekatri. (2017). *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan* (2nd ed.). Gramedia Pustaka Utama.
- Amalika, L. S., Mulyaningsih, H., & Purwanto, E. (2023). Eksplorasi Pola Pemberian Makan Balita Stunting dan Balita Non Stunting berdasarkan Perspektif Sosio-kultural di Desa Legung Barat. *Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial*, 9(2), 209–220. <https://doi.org/10.23887/jiis.v9i2.71402>
- BKKBN. (2024). Kampung Kb Dua Anak Lebih Sehat. 22 Maret 2024. <https://kampungkbb.bkkbn.go.id/kampung/12121/intervensi/777198/keluarga-berkualitas-dua-anak-lebih-sehat>
- Devid Trio Issadikin. (2023). Hubungan Jumlah Anak Dalam Keluarga Dengan Status Gizi Pada Balita Di Desa Pandansari Kecamatan Senduro Kabupaten Lumajang. *Community Health Nursing Journal*, 1(1), 1–16. <https://doi.org/10.47134/cmhn.v1i1.2>
- Diah Putri Anggaraeningsih, N. L. M., & Yulianti, H. (2022). Hubungan Status Gizi Balita Dan Perkembangan Anak Balita Di Kelurahan Liliba Kecamatan Oebobo. *Jurnal Health Sains*, 3(7),

- 830–836. <https://doi.org/10.46799/jhs.v3i7.545>
- Dyah, L., Oktafiani, A., Rokhmah, D., Eka, Z., Arini, P., & Trisna, A. C. (2024). Edukasi Pencegahan Gizi Buruk Pada Ibu Balita dan Kader Posyandu di Desa Kajar Kabupaten Bondowoso. 263–270. <https://www.researchgate.net/publication/379531859>
- Fandinata, S. S., & Ernawati, I. (2020). *Management Terapi pada Penyakit Degeneratif (Diabetes Mellitus dan Hipertensi) : Mengenal, Mencegah dan Mengatasi Penyakit Degeneratif (Diabetes Mellitus dan Hipertensi)*. Graniti. [http://repository.akfarsurabaya.ac.id/393/2/MANAJEMEN%20TERAPI%20\(1\).pdf](http://repository.akfarsurabaya.ac.id/393/2/MANAJEMEN%20TERAPI%20(1).pdf)
- FAO/WHO. (2019). *Sustainable healthy diets- Guiding principles*. In *Sustainable healthy diets*. <https://www.fao.org/3/ca6640en/ca6640en.pdf>
- Faridah, U., Hidayah, N., & Afifah, S. N. (2023). Hubungan Status Gizi dengan Status Motorik Halus Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 14(1), 62–71.
- Febriyanti, D., Mumpuni, R. Y., & Raharjo, P. (2024). Penerapan Basic Feeding Rules Berhubungan Dengan Status Gizi Anak Usia 1-3 Tahun Di Wilayah Puskesmas Janti Kecamatan Sukun. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 8(2), 103–115.
- Finy, A. A., Yuni, A., & Neti, H. (2022). Pemenuhan Nutrisi Balita dengan Pendekatan Sosial Support. *Keperawatan*, 14(3), 821–828. <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/269>
- Gani, & Dkk. (2021). *Modul Perawatan Balita Dengan Pemberian Makanan Tambahan*. Penerbit Lembaga Chakra Brahmanda Lentera. <https://g.co/kgs/NqdVMUH>
- Hardiansyah, & Supariasa. (2016). *Penilaian Status Gizi Secara Biokimia*. Penilaian Status Gizi (pp. 126–132).
- Hasibuan, T. P., & Siagian, M. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Sering Lingkungan Vii Kelurahan Sidorejo Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 2(2), 116–125. <https://doi.org/10.35451/jkk.v2i2.229>
- Hidayati, T., & Dkk. (2019). *Pendamping gizi pada balita*. Deepublish. https://books.google.co.id/books?id=5PG_DwAAQBAJ
- Irawan, H. N., Novita, F., Marifah, K., Sulaimani, A., Budyawati, Arfasari, M., & Afrilda, Y. (2022). Buku Pegangan 3 Dapur Sehat Atasi Stunting (DASHAT) Ragam Menu Sehat dan Bergizi. *Direktorat Kerjasama Pendidikan Kependudukan – BKKBN*, 1–28.
- Kemendes. (2023a). *Pemberian makanan tambahan pada balita*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/pemberian-makanan-tambahan-pada-balita>
- Kemendes. (2023b). *Status Gizi Pada Anak Di Bawah Lima Tahun (Balita) Stunting, Underweight, Wasting, Dan Overweight*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/daftar-frequently-asked-question-seputar-hasil-utama-ski-2023/hasil-utama-ski-2023/>
- Kemendes. (2024). *Apa itu Kesulitan Makan pada Anak?* https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/3228/apa-itu-kesulitan-makan-pada-anak
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Panduan Orientasi Kader Posyandu. *Direktorat Promosi Kesehatan Dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI*, 1–78.
- Khoiriyah, K., & Nursanti, I. (2024). Analisa Teori Transcultural Nursing Madeleine Leininger. *Nusantara Hasana Journal*, 3(8), 192–202. <https://www.nusantarahasanajournal.com/index.php/nhj/article/view/1072/878>
- Khoiron, K., Rokhmah, D., Astuti, N., Nurika, G., & Putra, D. (2022). Pencegahan Stunting Melalui Penguatan Peran Kader Gizi dan Ibu Hamil Serta Ibu Menyusui Melalui Participatory Hygiene and Sanitation Transformation (PHAST). *ABDIKAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi*, 1(1), 74–80. <https://doi.org/10.55123/abdikan.v1i1.128>
- Kunnisa, Ita. Pratiwi, Arantika. Meidya., & Yugistiyowati, A. (2020). Hubungan Pola Pemberian Makanan Dengan Kenaikan Berat Badan Batita Pada Ibu Bekerja Di Dusun Ngrame. 8(2), 103-115. <http://elibrary.almaata.ac.id/1024/1/ITA%20>
-

- Leininger, M. (2017). *Culture care theory: a major contribution to advance transcultural nursing knowledge and practices*. 13(3).
- Lestari, B., Sutria, E., Irwan, M., Cara, S., & Briggs, J. (2021). Pola Pemberian Makan Pada Balita Stunting Berdasarkan Teori Transcultural Nursing : Literature Review *Abstrak Indonesian Journal of Clinical Nutrition Physician* . Hal 36-45 | 36 p -ISSN : 2597-4297 e -ISSN. 4(1), 36–45.
- M Thonthowi Jauhari, W. L. N. Z. S. (2023). Gambaran pola makan balita berdasarkan pendidikan dan pekerjaan ibu. *Journal of Public Health*, 6(1), 51–58. <https://jurnal.unigo.ac.id/index.php/gjph/article/view/2687>
- Mansur, A. R. (2019). *Tumbuh kembang anak usia prasekolah*. In Andalas University Pres (Vol. 1, Issue 1). [http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/33035/1/Istiqomah Apriliz-FKIK.pdf](http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/33035/1/Istiqomah%20Apriliz-FKIK.pdf)
- Maryam, S. (2016). *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : Salemba Medika.
- Maryunani, A. (2014). *Asuhan Neonatus, Bayi, Balita & Anak Pra-Sekolah*. In Media.
- Milda Riski Nirmala Sari, & Leersia Yusi Ratnawati. (2018). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Pola Pemberian Makan dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Gapura Kabupaten Sumenep. *Amerta Nutrition*, 2(2), 182–188. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2.i2.2018.182-188>
- Munjidah, A., & Rahayu, E. P. (2020). Pengaruh Penerapan Feeding Rules Sebagai Upaya Mengatasi Kesulitan Makan Pada Anak (Picky Eater, Selective Eater Dan Small Eater). *JKM (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Cendekia Utama*, 8(1), 29. <https://doi.org/10.31596/jkm.v8i1.564>
- Natalia, L., Yuwansyah, Y., & Andini, A. (2022). Gambaran Pola Pemberian Makan Dan Pola Asuh Pada Balita Stunting. *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 5(2), 37–43. <https://doi.org/10.54100/bemj.v5i2.68>
- Notoadmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Nova, M., & Afriyanti, O. (2018). Hubungan Berat Badan, Asi Eksklusif, Mp-Asi Dan Asupan Energi Dengan Stunting Pada Balita Usia 24±59 Bulan Di Puskesmas Lubuk Buaya. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 5(1997), 47–53.
- Noviyanti, L. A., Rachmawati, D. A., & Sutejo, I. R. (2020). Analisis Faktor-Faktor yang Memengaruhi Pola Pemberian Makan Balita di Puskesmas Kencong. *Journal of Agromedicine and Medical Sciences*, 6(1), 14–18.
- Nurfalah Setyawati, Hartiyowidi Yulawuri, S. R. (2023). Metodologi Riset Kesehatan. In *Eureka Media Aksara*. <http://www.nber.org/papers/w16019>
- Pangribuan, R. dan M. (2020). Relationship of Mother Knowledge About Children Food Patterns With Toddler Nutrition Status In Putri Hijau Medan Hospital. *Stikes Siti Hajar*, 2(2), 123–133.
- Pasaribu, S. D. ., Komalasari, O., Suheti, & Putri, R. A. . (2023). Hubungan Peran Orang Tua Dengan Perilaku Jajan Tidak Aman Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di RW 006 Parigi Lama Pondok Aren Tangerang Selatan. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*, VI, 1–8.
- Perdani, Z. P., Hasan, R., & Nurhasanah, N. (2017). Hubungan Praktik Pemberian Makan Dengan Status Gizi Anak Usia 3-5 Tahun Di Pos Gizi Desa Tegal Kunir Lor Mauk. *Jurnal JKFT*, 1(2), 9. <https://doi.org/10.31000/jkft.v2i2.59>
- Picauly, I., Sakke Tira, D., & Pellokila, M. (2023). Pentingnya Pola Makan Beragam, Bergizi, Seimbang, Dan Aman Dalam Upaya Percepatan Penurunan Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Sumlili Kecamatan Kupang Barat Kabupaten Kupang. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Kepulauan Lahan Kering*, 4(1), 9–17. <https://doi.org/10.51556/jpkmkelaker.v4i1.235>
- Prasetyo, S. M., Gustiawan, R., Faarhat, & Albani, F. R. (2024). Analisis Pertumbuhan Pengguna Internet Di Indonesia. *Jurnal Buletin Ilmiah Ilmu Komputer Dan Multimedia* , 2(1), 65–71. <https://jurnalmahasiswa.com/index.php/biikma>
- Pratiwi, R. D., Martini, N. K., & Nyandra, M. (2021). Peran Ibu dalam Pemberian Makanan Bergizi pada Balita Status Gizi Baik yang Kesulitan Makan. *Jurnal Kesehatan*, 14(2), 119–125. <https://doi.org/10.23917/jk.v14i2.11759>
- Putra, et all. (2014). *Keperawatan Anak & Tumbuh Kembang (Pengkajian dan pengukuran)* (pertama).

Nuha Medika.

- Putri, R. V. I., & Rachman, T. A. (2023). Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Indekos Jurusan Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. 2(3), 310–324. <https://bnr.bg/post/101787017/bsp-za-balgaria-e-pod-nomer-1-v-buletinata-za-vota-gerb-s-nomer-2-pp-db-s-nomer-12>
- Rika Astri Novianti, & Irna Nursanti. (2024). Konsep Model Teori Ramona T. Mercer Pada Asuhan Keperawatan Ibu Melahirkan. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan*, 2(1), 82–91. <https://doi.org/10.61132/corona.v2i1.181>
- Saidah, H., & Dewi, R. (2020). *“Feeding Rule” Sebagai Pedoman Penatalaksanaan Kesulitan Makan Pada Balita*. Ahlimedia Book. https://books.google.co.id/books?id=uNEPEAAAQBAJ&newbks=1&newbks_redir=0&dq=konsep+balita&hl=id&source=gbs_navlinks_s
- Sana Widiyanti, Rita Patriasih, & Cica Yulia. (2020). Pola Makan Balita Status Gizi Kurang di Puskesmas Ciumbuleuit Cidadap Bandung. *Jurnal Sains Boga*, 2(2), 37–47. <https://doi.org/10.21009/jsb.002.2.05>
- Setiawan, D., & Dkk. (2014). *Keperawatan Anak & Tumbuh Kembang*. Nuha Medika.
- Siallagan, A., Simanullang, M. S. D., Pane, J., & Damanik, V. (2023). Status gizi dan pola makan pada anak. *Jurnal Gawat Darurat*, 5(2), 99–106.
- Sugeng, B. (2022). *Fundamental metodologi penelitian kuantitatif (eksplanatif)*. Yogyakarta : Deepublish., 2020.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&K*. Alfabeta. https://www.scribd.com/embeds/391327717/content?start_page=1&view_mode=scroll&access_key=key-fFexxf7r1bzEfWu3HKwf
- Susanti, R., & Putri, R. A. (2023). Hubungan Pola Pemberian Makan Balita dengan Status Gizi di Posyandu. *Journal of Holistics and Health Sciences*, 5(2), 296–305.
- UNICEF. (2020). *Feeding My Child: How mothers experience nutrition across the world*. 1–96. <https://doi.org/10.26183/5597-mw05>
- UNICEF. (2021). *The Crisis of Diets in Early Life*. 1–12.
- UNICEF, WHO, & Group, W. B. (2023). Levels and trends in child malnutrition: Key finding of the 2023 edition. *Asia-Pacific Population Journal*, 24(2), 51–78.
- Weber, M. B., Palmer, W., Griffin, M., & Welsh, J. A. (2023). Infant and young child feeding practices and the factors that influence them: a qualitative study. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 42(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s41043-023-00371-9>
- WHO. (2023). WHO Guideline for complementary feeding of infants and young children 6–23 months of age. In 2023. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240081864>
- WHO. (2024). *Malnutrition*. <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/malnutrition>
- Amalia, A., Wibawa, L., Ramadoni, A. A., Huda, M. K., Alimi, F., & Larassaty, A. L. (2022). Implementasi Pengembangan Sumber Daya Manusia Dalam Upaya Meningkatkan Kompetensi Kinerja Karyawan Di Pt. Jalur Nugraha Ekakurir Counter Agen Park Royal Sidoarjo. *Eqien-Jurnal Ekonomi dan Bisnis*, 9(2), 19-24. <https://media.neliti.com/media/publications/395108-none-e2bdbffa.pdf>
- Yuliarsih, L., Muhaimin, T., & Anwar, S. (2020). Pengaruh Pola Pemberian Makan Terhadap Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Astanajapura Kabupaten Cirebon Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(75), 147–154. <https://doi.org/10.1016/j.jnc.2020.125798%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.smr.2020.02.002%0A>