

**HUBUNGAN POLA MAKAN BALITA DENGAN STATUS GIZI
DI KELURAHAN PETAPAHAN KECAMATAN LUBUK PAKAM
KABUPATEN DELI SERDANG**

KARYA TULIS ILMIAH



**STEFANI TIARMA DEBORA SILITONGA
P01031122138**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
2025**

**HUBUNGAN POLA MAKAN BALITA DENGAN STATUS GIZI
DI KELURAHAN PETAPAHAN KECAMATAN LUBUK PAKAM
KABUPATEN DELI SERDANG**

Karya Tulis Ilmiah diajukan sebagai syarat untuk melakukan penelitian dan menyelesaikan Program Studi Diploma III di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan



**STEFANI TIARMA DEBORA SILITONGA
P01031122138**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III**

2025

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Hubungan Pola Makan Balita Dengan Status
Gizi Di Kelurahan Petapahan Kecamatan Lubuk
Pakam Kabupaten Deli Serdang
Nama Mahasiswa/i : Stefani Tiarna Debora Silitonga
Nim : P01031122138
Program Studi : Diploma III Gizi

Menyetujui:


Riris Oppusunggu, S.Pd,M.Kes
Dosen Pembimbing


Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN
Anggota Penguji I


Berlin Sitanggang, SST, M.Kes
Anggota Penguji II

Mengetahui:

Ketua Jurusan,


Riris Oppusunggu, S.Pd M.Kes
NIP. 19690623199032001

Tanggal Lulus: 08 Agustus 2025

ABSTRAK

STEFANI TIARMA DEBORA SILITONGA “**HUBUNGAN POLA MAKAN BALITA DENGAN STATUS GIZI DI KELURAHAN PETAPAHAN KECAMATAN LUBUK PAKAM KABUPATEN DELI SERDANG**” (DIBAWAH BIMBINGAN RIRIS OPPUSUNGGU)

Masalah gizi kurang pada balita masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia, termasuk di Kabupaten Deli Serdang. Status gizi dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah pola makan yang mencakup jenis, jumlah, dan frekuensi konsumsi makanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan status gizi balita di Kelurahan Petapahan, Kecamatan Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang. Penelitian ini menggunakan desain observasional dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian adalah 53 balita usia 12–59 bulan yang dipilih secara systematic random sampling. Data pola makan diperoleh melalui wawancara menggunakan metode *food recall* 1x24 jam selama 3 hari, sedangkan status gizi diukur menggunakan indikator BB/U, TB/U, dan BB/TB sesuai standar WHO Anthro. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan uji Fisher's Exact. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar balita memiliki pola makan baik (90,6% jenis makanan; 90,6% frekuensi makan; 41,5% jumlah makanan kategori normal) dan status gizi BB/U kategori normal (90,5%), TB/U kategori normal (96,2%), serta BB/TB kategori gizi baik (73%). Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi berdasarkan indeks BB/U ($p=0,019$), namun tidak terdapat hubungan signifikan pada indeks TB/U ($p=1,000$) dan BB/TB ($p=0,110$). Pemahaman dan penerapan pola makan yang seimbang oleh orang tua sangat berperan dalam upaya pencegahan masalah gizi pada balita.

Kata kunci: Balita, Pola Makan, Status Gizi

ABSTRACT

STEFANI TIARMA DEBORA SILITONGA "THE RELATIONSHIP BETWEEN TODDLER DIETARY PATTERN AND NUTRITIONAL STATUS IN PETAPAHAN VILLAGE, LUBUK PAKAM SUB-DISTRICT, DELI SERDANG REGENCY" (CONSULTANT: RIRIS OPPUSUNGGU)

The problem of undernutrition in toddlers remains a significant health concern in Indonesia, including in Deli Serdang Regency. Nutritional status is influenced by various factors, one of which is the dietary pattern, which includes the type, amount, and frequency of food consumption. This study aims to determine the relationship between dietary patterns and the nutritional status of toddlers in Petapahan Village, Lubuk Pakam Sub-district, Deli Serdang Regency. This study used an observational design with a cross-sectional approach. The research sample consisted of 53 toddlers aged 12–59 months, selected using systematic random sampling. Dietary pattern data were obtained through interviews using the 1x24-hour food recall method for 3 days, while nutritional status was measured using the Weight-for-Age (W/A), Height-for-Age (H/A), and Weight-for-Height (W/H) indicators according to the WHO Anthro standard. Data analysis was performed univariately and bivariate using Fisher's Exact test. The results showed that most toddlers had a good dietary pattern (90.6% food type; 90.6% meal frequency; 41.5% food amount in the normal category) and nutritional status: W/A in the normal category (90.5%), H/A in the normal category (96.2%), and W/H in the good nutrition category (73%). There was a significant relationship between dietary pattern and nutritional status based on the W/A index ($p=0.019$), but no significant relationship was found for the H/A index ($p=1.000$) and W/H index ($p=0.110$). Parental understanding and implementation of a balanced dietary pattern play a crucial role in the effort to prevent nutritional problems in toddlers.

Keywords: Toddler, Dietary Pattern, Nutritional Status



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul **"HUBUNGAN POLA MAKAN BALITA DENGAN STATUS GIZI DI KELURAHAN PETAPAHAN KECAMATAN LUBUK PAKAM KABUPATEN DELI SERDANG"** .

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini penulis banyak mendapat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini dengan ketulusan hati maka penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada

1. Ibu Riris Oppusunggu,S.Pd,M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan dan selaku dosen pembimbing, hingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Ibu Dini Lestrina DCN, M.Kes selaku Kepala Prodi D-III Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
3. Bapak Dr.Haripin Togap Sinaga, MCN selaku Dosen penguji I.
4. Bapak Berlin Sitanggang, SST,M.Kes selaku Dosen penguji II.
5. Roklan Silitonga dan Rosmin Tampubolon selaku kedua orang tua
6. Kakak dan Abang Hermin Decyria Romauli Silitonga, Elza Hertyningsih Silitonga dan Chandra Toba Silitonga

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih belum sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran positif untuk lebih menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN	i
ABSTRAK	i
ABSTRACT	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II	5
TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Balita	5
B. Status Gizi	8
C. Pola Makan	17
D. Kerangka Konsep	21
F. Hipotesis	22
BAB III	22
METODE PENELITIAN	22
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	23
B. Jenis dan Rancangan Penelitian	23
C. Populasi dan Sampel	23
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	24
E. Pengolahan dan Analisis Data	26
BAB IV	30

HASIL DAN PEMBAHASAN	30
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	30
B. Gambaran Karateristik Sampel	31
a. Karakteristik Ibu	31
b.Karakteristik Anak Balita (Sampel)	33
BAB V	46
KESIMPULAN DAN SARAN	46
A. Kesimpulan.....	46
B. SARAN	47
DAFTAR PUSTAKA	48

DAFTAR GAMBAR

No.	Halaman
1. Kerangka Konsep.....	20

DAFTAR TABEL

No.	Halaman
1. Kebutuhan Gizi Pada Balita	7
2. Indeks Status Gizi BB/U Pada Balita	11
3. Distribusi Frekuensi menurut Umur Ibu	31
4. Distribusi Frekuensi menurut Pendidikan Ibu	31
5. Distribusi Frekuensi menurut Pekerjaan Ibu	32
6. Distribusi Frekuensi Jumlah Anggota Keluarga	32
7. Distribusi Frekuensi Pendapatan	33
8. Distribusi Sampel menurut Usia Balita	33
9. Distribusi Sampel menurut Jenis Kelamin	34
10. Distribusi Sampel menurut BB Balita	34
11. Distribusi Sampel menurut Jenis Makanan	35
12. Distribusi Sampel menurut Jumlah Makanan	35
13. Distribusi Sampel menurut Frekuensi Makanan	36
14. Distribusi Sampel menurut Status Gizi BB/U	37
15. Distribusi Sampel menurut Status Gizi TB/U	37
16. Distribusi Sampel menurut Status Gizi BB/TB	38
17. Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Indeks BB/U	39
18. Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Indeks TB/U	41
19. Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Indeks BB/TB	43

DAFTAR LAMPIRAN

No.	Halaman
1 Surat Izin Penelitian	50
2.Surat Balasan Izin Penelitian	51
3. Etik Peneliitian	52
4. Master Tabel	60
5. Data Asupan Makanan Balita selama 3 Hari	65
6. Output SPSS.....	70
7. Surat Pernyataan Ketersediaan Menjadi Subjek Penelitian	79
8. Identitas Responden	80
9. Food Recall 1X 24 Jam	81
10. Bukti Bimbingan	84
11. Surat Pernyataan	86
12. Daftar Riwayat Hidup	87
13. Dokumentasi.....	88