

KARYA TULIS ILMIAH

HUBUNGAN KONSUMSI KERAGAMAN PANGAN DENGAN STATUS

GIZI BADUTA DI DESA TUMPATAN NIBUNG



NATASYA CHINTYA CHRISANTY
P01031121085

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
2024

**HUBUNGAN KONSUMSI KERAGAMAN PANGAN DENGAN STATUS
GIZI BADUTA DI DESA TUMPATAN NIBUNG**

Karya tulis ilmiah diajukan sebagai syarat untuk penulisan Karya Tulis Ilmiah
Program Studi Diploma III di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes
Medan



**NATASYA CHINTYA CHRISANTY
P01031121085**

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
2024

PERNYATAAN PESETUJUAN

Judul : Hubungan Konsumsi Keragaman Pangan Dengan Status
Gizi Baduta Di Desa Tumpatan Nibung
Nama : Natasya Chintya Chrisanty
Nim : P01031121085
Program studi: Diploma III

Menyetujui

Dr. Herta Masthalina, SKM, M.PH
Pembimbing Utama/Ketua Penguji

Berlin Sitanggang, SST, M.Kes
Anggota Penguji I

Dini Lestrina, DCN, M.Kes
Anggota Penguji II

Mengetahui
Ketua Jurusan



Riris Oppusunggu, S.pd, M.Kes
NIP : 196906231990032001

Tanggal lulus: 15 Mei 2024

ABSTRAK

NATASYA CHINTYA CHRISANTY “HUBUNGAN KONSUMSI KERAGAMAN PANGAN DENGAN STATUS GIZI BADUTA DI DESA TUMPATAN NIBUNG” (DIBAWAH BIMBINGAN HERTA MASTHALINA)

Anak dibawah usia 2 tahun membutuhkan makronutrien dan mikronutrien yang tercukupi untuk membantu mencapai tumbuh dan kembang yang pesat. Keragaman konsumsi pangan adalah upaya untuk memenuhi kecukupan nutrisi, hal ini didasarkan bahwa tidak semua makanan tunggal mengandung semua zat gizi. Keragaman konsumsi pangan yang beragam maupun tidak beragam dapat mengakibatkan dampak buruk terhadap kesehatan baduta karena dapat mempengaruhi status gizi baduta.

Tujuan mengetahui hubungan konsumsi keragaman pangan dengan status gizi baduta di Desa Tumpatan Nibung.

Penelitian ini dilakukan di Desa Tumpatan Nibung. Waktu penelitian dilakukan mulai bulan Oktober 2023 – April 2024. Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan rancangan penelitian Potong Lintang (Cross Sectional). Populasi dalam penelitian adalah baduta di Desa Tumpatan Nibung sebanyak 223 baduta dan sampel sebanyak 69 baduta yang ditentukan menggunakan rumus Slovin.

Hasil penelitian didapatkan sebanyak 43,5% baduta mengonsumsi pangan yang tidak beragam dan 56,5% baduta mengonsumsi makanan yang beragam. Status gizi baduta terdapat 24,6% memiliki status gizi berat badan kurang, 71% memiliki status gizi normal, 4,3% memiliki status gizi resiko berat badan lebih. Terdapat hubungan bermakna antara keragaman pangan dengan z-score didapat nilai sign (2-tailed) = 0.001 dengan tingkat keeratan hubungan sedang, $r = 0.403$.

Kata kunci: Keragaman Pangan, Status Gizi, Baduta

ABSTRACT

NATASYA CHINTYA CHRISANTY "RELATIONSHIP BETWEEN FOOD DIVERSITY CONSUMPTION AND NUTRITIONAL STATUS OF TODDLERS IN TUMPATAN NIBUNG VILLAGE" (CONSULTANT: HERTA MASTHALINA)

Children under the age of 2 years need sufficient macronutrients and micronutrients to help achieve rapid growth and development. Diversity of food consumption is an effort to meet nutritional adequacy, this is based on the fact that not all single foods contain all nutrients. Diversity of food consumption that is diverse or not diverse can hurt the health of toddlers because it can affect the nutritional status of toddlers.

The purpose of this study was to determine the relationship between food diversity consumption and the nutritional status of toddlers in Tumpatan Nibung Village.

This study was conducted in Tumpatan Nibung Village. The research period was from October 2023 to April 2024. This type of research was observational analytic with a cross-sectional research design. The population in the study was 223 toddlers in Tumpatan Nibung Village and a sample of 69 toddlers was determined using the Slovin formula.

The results of the study showed that 43.5% of toddlers consumed non-diverse foods and 56.5% of toddlers consumed diverse foods. The nutritional status of toddlers was 24.6% with underweight nutritional status, 71% with normal nutritional status, and 4.3% with overweight risk nutritional status. There was a significant relationship between food diversity and z-score obtained a signed value (2-tailed) = 0.001 with a moderate level of relationship, $r = 0.403$.

Keywords: Food Diversity, Nutritional Status, Toddlers

CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY:
LBP-Twins English &
Language Laboratory of
Medan Health Polytechnic
of Ministry of Health



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul **Hubungan Konsumsi Keragaman Pangan Dengan Status Gizi Baduta Di Desa Tumpatan Nibung**

Dalam penulisan karya tulis ilmiah ini penulis banyak mendapat bantuan, dukungan, dan saran dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis menyampaikan banyak terimakasih kepada:

1. Ibu Riris Oppusunggu. S.Pd, M.Kes selaku ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Ibu Dini Lestrina, DCN, M.Kes selaku ketua Prodi D-III Gizi dan selaku dosen penguji II.
3. Ibu Dr. Herta Masthalina, SKM, M.PH selaku dosen pembimbing utama.
4. Bapak Berlin Sitanggang, SST, M.Kes selaku dosen penguji I.
5. Orang tua saya Sihar Hotma Parluhutan Sihite S.H M.M dan Kristina S.Pd.
6. Sahabat serta teman satu bimbingan saya Aurora Evata, Juni Jayanti, Junika Naomi, Lampita Pangaribuan, Maria Susanti, Melly Purba, Wirna Mauliani.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih banyak didapatkan kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran positif untuk dapat menyempurnakan karya tulis ilmiah ini. Semoga karya tulis ilmiah ini dapat memberikan manfaat kepada para pembaca

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PESETUJUAN	i
KATA PENGANTAR	ii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II.....	6
TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Keragaman Pangan.....	6
B. Kelompok Pangan	7
1. Serealiala	7
1. Pengertian Serealiala.....	7
2. Jenis Serealiala.....	7
3. Manfaat Serealiala	9
2. Sayur-sayuran.....	10
1. Pengertian Sayur.....	10
2. Jenis Sayur	10
3. Manfaat sayur	11
3. Umbi-umbian.....	12
1. Pengertian umbi-umbian	12
2. Jenis umbi-umbian	13
3. Manfaat umbi-umbian.....	14
4. Buah-buahan.....	14
1. Pengertian buah-buahan.....	14
2. Jenis buah-buahan.....	14
3. Manfaat buah-buahan	16
5. Unggas (Ayam)	16
1. Pengertian ayam	16
2. Jenis ayam	16
3. Manfaat ayam	17
6. Telur	18
1. Pengertian telur	18
2. Jenis-jenis telur	18
3. Manfaat telur	19
7. Ikan	20
1. Pengertian ikan	20
2. Jenis ikan	21

3.Manfaat ikan.....	21
8. Kacang-kacangan	22
1.Pengertian kacang-kacangan.....	22
2.Jenis Kacang-kacangan	22
3.Manfaat kacang-kacangan	22
9. Susu	23
1.Pengertian susu	23
2.Jenis susu	23
3.Manfaat susu.....	24
10. Minyak dan lemak	25
1.Pengertian minyak.....	25
2.Jenis minyak	25
3.Manfaat minyak.....	25
C. Cara Pemberian Skor Keragaman Konsumsi Pangan.....	26
D. Metode Food recall.....	26
E. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keragaman Pangan.....	27
F. Anak dibawah usia dua tahun (Baduta)	28
1. Pengertian Baduta.....	28
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Gizi Anak	29
G. Status Gizi	29
H. Makanan Pendamping ASI (MP-ASI)	33
1.Pengertian MP-ASI	33
2.Pola Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) Menurut Kelompok Umur.....	34
I. Hubungan Keanekaragaman Pangan dengan Status Gizi Baduta	35
J. Kerangka Konsep	36
K. Defenisi Operasional	37
BAB III.....	38
METODOLOGI PENELITIAN.....	38
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	38
B. Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian.....	38
C. Populasi dan Sampel Penelitian	38
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	39
1. Data primer	39
2. Data sekunder	41
E. Pengolahan dan Analisis Data.....	41
1. Pengolahan data	41
2. Analisis Data	42
BAB IV	43
HASIL DAN PEMBAHASAN	43
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	43
B. Karakteristik Responden.....	43

1. Pendidikan	43
4. Pekerjaan	44
C. Karakteristik Anak Baduta	45
1. Jenis Kelamin	45
2. Umur Anak Baduta	45
3. Status Gizi Berdasarkan BB/U	46
4. Konsumsi Keragaman Pangan Baduta	47
D. Hubungan Konsumsi Keragaman Pangan Dengan Status Gizi BB/U Pada Baduta (6-24 Bulan)	50
BAB V	52
KESIMPULAN DAN SARAN	52
A. Kesimpulan	52
B. Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	53

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Indikator Gizi Berdasarkan BB/U	31
Tabel 2. Indikator Gizi Berdasarkan TB/U.....	33
Tabel 3. Indikator Gizi Berdasarkan BB/TB.....	33
Tabel 4. Defenisi Operasional	37
Tabel 5. Distiribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Orang Tua.....	44
Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua.....	44
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Anak Baduta.....	45
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Umur Anak Balita.....	45
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Status Gizi BB/U.....	46
Tabel 10. Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Konsumsi Keragaman Pangan.....	47
Tabel 11. Distribusi Sampel Berdasarkan Jumlah Jenis Pangan Yang Dikonsumsi.....	48
Tabel 12. Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Pangan Yang Dikonsumsi Oleh Baduta.....	49
Tabel 13. Korelasi Keragaman Pangan dengan Z-score Berat Badan Menurut Umur Pada Baduta di Desa Tumpatan Nibung	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Penelitian.....	59
Lampiran 2. Surat Balasan Penelitian.....	60
Lampiran 3. Ethical Clearance.....	61
Lampiran 4. Master Tabel.....	62
Lampiran 5. Hasil Analisis Karakteristik Responden dan sampel.....	68
Lampiran 6. Hasil Uji Korelasi Pearson.....	70
Lampiran 7. Persetujuan Menjadi Responden.....	71
Lampiran 8. Identitas Responden.....	72
Lampiran 9. Formulir Recall Konsumsi Keragaman Pangan.....	73
Lampiran 10. Bukti Bimbingan.....	76
Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian.....	79