

KERAGAMAN PANGAN DENGAN KEJADIAN KURANG GIZI PADA ANAK USIA 6-23 BULAN

(Dietary diversity and undernutrition in children aged 6-23 months)

Luthfi Nurul Kamila^{1*}, Lilik Hidayanti², Taufiq Firdaus Al-Ghifari Atmadja³

^{1,2,3} Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya, Jawa Barat, 46115

*Korespondensi: luthfinurulkamila@gmail.com

ABSTRACT

Dietary diversity plays a role in meeting nutritional needs to prevent undernutrition in children. This study aims to analyze the relationship between food diversity and the incidence of undernutrition in children aged 6-23 months in Sukarame Village, Sukarame District, Tasikmalaya Regency in 2022. This research method is observational with a cross-sectional design. The research subjects were 74 children who were selected based on the proportional random sampling technique. Data analysis used descriptive statistical tests and Fisher's tests. The results of the univariate analysis found that the incidence of stunting, underweight, and wasting were 10.8%, 8.1%, and 8.1%, respectively. Most of the subjects in this study consumed various foods (55.4%). Statistical analysis showed that dietary diversity was significantly associated with underweight ($p=0,03$), but there was no association between dietary diversity and stunting ($p=0.725$) and wasting ($p=0.216$) in children aged 6-23 months. Adequate portions and amounts of food must accompany the consumption of food diversity to meet nutritional needs.

Keywords: children, dietary diversity, stunting, underweight, wasting

ABSTRAK

Keragaman pangan berperan dalam memenuhi kebutuhan zat gizi sehingga dapat mencegah kurang gizi pada anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan keragaman pangan dengan kejadian kurang gizi pada anak usia 6-23 bulan di Desa Sukarame Kecamatan Sukarame Kabupaten Tasikmalaya tahun 2022. Penelitian ini berjenis observasional dengan desain *cross-sectional*. Subjek penelitian sebanyak 74 anak yang dipilih berdasarkan teknik *proportional random sampling*. Analisis data menggunakan analisis deskriptif dan uji statistik *Fisher's exact*. Hasil analisis univariat menemukan kejadian *stunting*, *underweight*, dan *wasting* masing-masing adalah 10,8%, 8,1%, dan 8,1%. Sebagian subjek dalam penelitian ini mengonsumsi makanan beragam (55,4%). Hasil analisis statistik menunjukkan keragaman pangan berhubungan secara signifikan dengan kejadian *underweight* ($p=0,03$), tetapi tidak ada hubungan antara keragaman makanan dengan *stunting* ($p=0,725$) dan *wasting* ($p=0,216$) pada anak usia 6-23 bulan. Konsumsi keragaman pangan harus disertai dengan porsi dan jumlah pangan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi.

Kata kunci: anak, keragaman pangan, *stunting*, *underweight*, *wasting*

PENDAHULUAN

Kejadian malnutrisi pada anak adalah masalah yang sudah berlangsung lama dan terus-menerus terjadi di Indonesia [1]. Kejadian malnutrisi yang paling umum terjadi adalah kondisi *undernutrition* atau kurang gizi dengan indikator *stunting*, *wasting* dan *underweight* [2]. Kejadian kurang gizi paling rawan terjadi pada periode seribu hari pertama kehidupan seorang anak. Kejadian kurang gizi pada periode ini dapat menyebabkan terganggunya perkembangan fisik dan mental [3]. Kerusakan pada periode ini juga diketahui memiliki sifat *irreversible* yang tidak dapat diperbaiki dalam kehidupan yang akan datang dan akan memengaruhi *outcome* kesehatan pada masa anak-anak dan dewasa [4].

Kurang gizi pada anak dapat disebabkan oleh banyak faktor. UNICEF pada tahun 2013 menjabarkan faktor-faktor yang menjadi penyebab anak mengalami kurang gizi. Penyebab langsung terjadinya kurang gizi adalah asupan makan yang tidak adekuat dan penyakit, sedangkan faktor penyebab tidak langsung yaitu rumah tangga rawan pangan, pola asuh dan praktik pemberian makan yang tidak tepat, serta lingkungan rumah yang tidak sehat dan pelayanan kesehatan yang tidak adekuat [5].

Konsumsi makanan yang beragam dapat membantu memenuhi kebutuhan energi dan menyediakan makanan padat zat gizi untuk pertumbuhan fisik dan perkembangan mental anak [6]. Semakin beragam makanan yang dikonsumsi anak, maka status gizi akan semakin baik [7]. Penelitian di Kecamatan Sedayu, Kabupaten Bantul, Yogyakarta menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara keragaman pangan anak usia 6-23 bulan dengan kejadian *stunting* [8]. Temuan tersebut juga didukung oleh penelitian di Sub-Sahara Afrika yang menemukan bahwa keragaman pangan anak usia 6-23 bulan memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian kurang gizi yaitu *stunting*, *underweight* dan *wasting* [9].

Tidak terpenuhinya konsumsi keragaman pangan dapat berisiko terhadap tidak terpenuhinya kebutuhan zat gizi di dalam tubuh [6]. Hal tersebut jika terus terjadi dalam waktu yang lama akan berdampak terhadap status gizi yang akhirnya akan terjadi kurang gizi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan keragaman pangan dengan kejadian kurang gizi pada anak usia 6-23 bulan di Desa Sukarame Kabupaten Tasikmalaya tahun 2022.

METODE

Penelitian ini merupakan studi observasional dengan desain *cross sectional*. Lokasi penelitian di Desa Sukarame Kabupaten Tasikmalaya pada bulan Juni 2022. Subjek penelitian sebanyak 74 anak berusia 6-23 bulan. Pengambilan subjek penelitian menggunakan teknik *proportional random sampling* dari 11 posyandu yang ada di Desa Sukarame. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah keragaman pangan, sedangkan variabel terikat adalah kejadian kurang gizi (*stunting*, *wasting*, dan *underweight*).

Data keragaman pangan diukur dengan kuesioner *Minimum Dietary Diversity*. Terdapat 8 kelompok pangan yaitu kelompok umbi dan sereal, daging, telur, susu serta produk olahannya, kacang-kacangan, buah dan sayur sumber vitamin A, buah dan sayur lainnya, dan ASI. Kategori konsumsi beragam didapatkan jika subjek mengonsumsi 5 atau lebih kelompok pangan dan tidak beragam jika subjek mengonsumsi kurang dari 5 kelompok pangan [10].

Pengukuran panjang badan dan berat badan dilakukan sebanyak satu kali untuk menentukan kejadian kurang gizi pada subjek. *Infantometer* GEA model WB-C digunakan untuk mengukur Panjang badan subjek dan berat badan badan anak menggunakan timbangan digital ONEMED model EB7010. Kategori *stunting*, *underweight*, dan *wasting* ditentukan menggunakan WHO Anthro. Subjek dengan PB/U, BB/U, dan PB/BB kurang dari -2 SD diklasifikasikan sebagai *stunting*, *underweight*, dan *wasting*. Analisis statistik dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif dan uji *Fisher's exact*. Penelitian ini telah mendapat persetujuan Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Mataram dengan nomor LB.01.03/6/4669/2022 tanggal 30 Mei 2022.

HASIL

Seluruh subjek (100%) bersedia mengikuti penelitian. Subjek penelitian ini sebanyak 74 anak usia 6-23 bulan di Desa Sukarame Kecamatan Sukarame Kabupaten Tasikmalaya.

Tabel 1. Karakteristik Subjek dan Responden

Variabel	n	%
Usia Anak (bulan)		
6-11	20	27
12-17	29	39
18-23	25	34
Jenis kelamin		
Laki-laki	45	60,8
Perempuan	29	39,2
Keragaman Pangan		
Beragam	41	55,4
Tidak beragam	33	44,6
Kejadian Kurang Gizi		
<i>Stunting</i>	8	10,8
<i>Underweight</i>	6	8,1
<i>Wasting</i>	6	8,1
Pendidikan Ibu		
Tamat SD/Sederajat	29	39,2
Tamat SMP/Sederajat	22	29,7
Tamat SMA/Sederajat	17	23
Tamat Pendidikan Tinggi	6	8,1
Pekerjaan Ibu		
Ibu rumah tangga	67	90,5
Guru	4	5,4
Buruh	2	2,7
Lainnya	1	1,4
Pendapatan Rumah Tangga		
< Rp 2.326.772,46	42	56,8
≥ Rp 2.326.772,46	32	43,2

Tabel 1 menunjukkan dari 74 subjek kelompok umur anak paling banyak adalah 12-17 bulan dengan persentase (39%), sebagian besar berjenis kelamin laki-laki (60,8%). Lebih banyak anak yang mengonsumsi makanan beragam (55,4%). Kejadian *stunting* sebanyak 8 anak (10,8%), *underweight* yaitu 6 anak (8,1%) dan *wasting* sebanyak 6 anak (8,1%). Responden pada penelitian ini paling banyak ditemukan dengan pendidikan terakhir SD (39,2%). Sebagian besar ibu merupakan ibu rumah tangga (90,5%) dan pendapatan rumah tangga paling banyak ditemukan < Rp 2.326.772,46 sebanyak 42 keluarga (56,8%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Konsumsi Kelompok Pangan

Kelompok Pangan	Konsumsi		Tidak Konsumsi	
	n	%	n	%
Umbi dan sereal	74	100	0	0
Kelompok daging	33	44,6	41	55,4
Telur	26	35,1	48	64,9
Susu serta produk olahannya	30	40,5	44	59,5
Kacang-kacangan	38	51,4	36	48,6
Buah dan sayur sumber Vitamin A	41	55,4	33	44,6
Buah dan sayur lainnya	53	71,6	21	28,4
ASI	51	58,9	23	31,1

Tabel 2 menunjukkan proporsi kelompok pangan yang dikonsumsi subjek sehari sebelum dilakukan wawancara. Konsumsi pangan anak yang paling tinggi adalah kelompok umbi dan sereal yaitu 74 (100%). Lebih dari setengah subjek mengonsumsi buah dan sayur lainnya (71,6%), ASI (58,9%), buah dan sayur sumber vitamin A (55,4%), dan kacang-kacangan (51,4%). Konsumsi yang paling sedikit adalah kelompok telur yaitu 26 (35,1%).

Tabel 3. Hubungan Keragaman Pangan dengan Kejadian Kurang Gizi

Keragaman Pangan	Kejadian Kurang Gizi								
	<i>Stunting</i> n (%)	Tidak <i>Stunting</i> n (%)	<i>p-value</i>	<i>Wasting</i> n (%)	Tidak <i>Wasting</i> n (%)	<i>p-value</i>	<i>Underweight</i> n (%)	Tidak <i>Underweight</i> n (%)	<i>p-value</i>
Tidak Beragam	3 (9,1)	20 (90,9)	0,725	1 (3)	32 (97)	0,216	0	33 (100)	0,03
Beragam	5 (12,2)	36 (87,8)		5 (12,2)	36 (87,8)		6 (14,6)	35 (85,4)	

Keterangan: Uji *Fisher's exact*, signifikan jika *p-value*<0,05

Tabel 3 menunjukkan proporsi anak dengan *stunting* yang konsumsi makanan tidak beragam sebesar 9,1%, sedangkan anak yang mengonsumsi makanan beragam sebesar 12,3%. Proporsi anak dengan *wasting* yang konsumsi makanan tidak beragam sebesar 3%, sedangkan anak yang mengonsumsi makanan beragam sebesar 12,2%. Proporsi anak dengan *underweight* yang mengonsumsi makanan beragam sebanyak 14,6%. Hasil uji statistik dengan uji *fisher's exact* menemukan bahwa ada perbedaan proporsi pada populasi antara anak yang mengonsumsi makanan tidak beragam dan beragam terhadap kejadian *underweight*

($p < 0.05$) dan tidak ada perbedaan yang signifikan antara keragaman pangan dengan kejadian *stunting* ($p > 0.05$) dan kejadian *wasting* ($p > 0.05$).

DISKUSI

Keragaman pangan minimum merupakan salah satu dari delapan indikator *Infant and Young Children Feeding Practices* (IYCF) yang diadaptasi WHO [10]. Keragaman pangan termasuk bagian dari penilaian kualitas konsumsi pangan yang berperan penting dalam mencapai kecukupan gizi dan status gizi [11,12]. Anak usia 6-23 bulan yang mengonsumsi makanan beragam diketahui memiliki 12% lebih kecil untuk mengalami *stunting*, dapat menurunkan risiko *underweight* sebesar 17%, dan dapat menurunkan risiko *wasting* sebesar 13% [9].

Hasil uji statistik dengan uji *fisher's exact* menunjukkan ada hubungan antara keragaman pangan dengan kejadian *underweight*. Hasil yang sama ditemukan pada penelitian di Tanzania [13] dan Sub-Sahara Afrika [9]. Anak yang mengonsumsi makan beragam dapat menurunkan risiko kejadian *underweight* pada anak usia 6-23 bulan [9]. Status gizi anak dipengaruhi oleh pola makan [14] dan semakin beragam makanan yang dikonsumsi maka status gizi anak akan semakin baik [7].

Penelitian ini tidak ditemukan hubungan antara keragaman pangan dengan kejadian *stunting* dan *wasting*. Hasil tersebut sama dengan penelitian di Kelurahan Pasirkaliki, Cimahi [15]. Tidak ditemukan hubungan dapat terjadi karena konsumsi keragaman pangan pada penelitian ini menggunakan kuesioner *minimum dietary diversity* yang didapatkan dari riwayat asupan saat ini, sedangkan indeks *stunting* memberikan indikasi masalah gizi dengan sifat kronis sebagai akibat dari riwayat asupan gizi yang kurang dalam waktu lama atau sering mengalami sakit. Kejadian *wasting* memberikan indikasi masalah gizi dengan sifat akut, namun dalam kondisi gizi buruk biasanya diakibatkan karena penyakit dan kekurangan asupan yang baru saja terjadi maupun yang telah lama terjadi [16].

Meskipun secara statistik hasil penelitian di Desa Sukarame tidak ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara keragaman pangan dengan kejadian *stunting* dan *wasting*, tetapi data hasil tabulasi silang antara keragaman pangan dengan kejadian kurang gizi menunjukkan kecenderungan bahwa anak yang tidak mengalami kurang gizi lebih banyak ditemukan pada anak yang mengonsumsi makanan beragam dibandingkan yang tidak beragam. Hal ini dapat terjadi karena konsumsi makanan yang beragam dapat membantu memenuhi kebutuhan energi dan menyediakan makanan padat zat gizi untuk anak [6]. Penelitian pada anak usia 6-23 bulan di Kecamatan Sedayu, Kabupaten Bantul menunjukkan bahwa konsumsi makanan yang tidak beragam berhubungan signifikan dengan kejadian *stunting* [8].

KESIMPULAN

Keragaman pangan pada penelitian ini ditemukan berhubungan secara signifikan dengan kejadian *underweight*, namun tidak ditemukan hubungan antara keragaman pangan dengan kejadian *stunting* dan *wasting*. Jumlah dan porsi makan anak perlu diperhatikan untuk memenuhi kebutuhan gizi tubuh. Diharapkan ibu dapat lebih memperhatikan asupan makan anak, mulai dari pemilihan jenis pangan dan porsi yang diberikan sehingga dapat memenuhi kebutuhan gizi seimbang untuk mendukung proses tumbuh dan kembang anak.

REFERENSI

1. BAPPENAS, UNICEF. Achieving the SDGs for children in Indonesia: Emerging findings on trajectories for reaching the targets. Jakarta: BAPPENAS dan UNICEF; 2019.
2. WHO. Fact sheets - Malnutrition [Internet]. World Health Organization. 2021 [cited 2022 Apr 17]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
3. Mulat E, Alem G, Woyraw W, Temesgen H. Uptake of minimum acceptable diet among children aged 6-23 months in orthodox religion followers during fasting season in rural area, DEMBECHA, north West Ethiopia. *BMC Nutr*. 2019;5(1).
4. Fikawati S, Syafiq A, Karima K. Gizi Ibu dan Bayi. Jakarta: Rajawali Pers; 2015.
5. UNICEF. Improving Child Nutrition: The Achievable Imperative for Global Progress. New York: UNICEF; 2013.
6. Sagaro GG, Alemayehu M. Dietary Diversity and Associated Factors Among Infants and Young Children in Wolaita Zone, Southern Ethiopia. *Sci J Clin Med*. 2017;6(4).
7. Wantina M, Rahayu LS, Yuliana I. Keragaman konsumsi pangan sebagai faktor risiko stunting pada balita usia 6-24 bulan. *J ARGIPA* [Internet]. 2017;2(2). Available from: <https://journal.uhamka.ac.id/index.php/argipa>
8. Paramashanti BA, Paratmanitya Y, Marsiswati. Individual dietary diversity is strongly associated with stunting in infants and young children. *J Gizi Klin Indones* [Internet]. 2017;14(1). Available from: <https://jurnal.ugm.ac.id/jgki>
9. Aboagye RG, Seidu A aziz, Ahinkorah BO, Arthur-holmes F, Cadri A, Dadzie LK, et al. Dietary Diversity and Undernutrition in Children Aged 6–23 Months in Sub-Saharan Africa. *Nutrients* [Internet]. 2021;13(10). Available from: <https://www.mdpi.com/2072-6643/13/10/3431>
10. WHO, UNICEF. Global Nutrition monitoring framework. Operational guidance for tracking progress in meeting targets for 2025 [Internet]. World Health Organization. 2017. Available from: <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/259904/9789241513609-eng.pdf;jsessionid=82B08433379C3E3E69B3F8D4F2690C34?sequence=1>
www.who.int/nutrition
11. Ocampo-Guirindola ML, Garcia-Malabad CJ, Valdeabella-Maniego MLM, Punzalan SLM. Association between dietary diversity score and nutritional status of Filipino children aged 6-23 months. *Philipp J Sci*. 2016;145(1).
12. Ardianti RD, Salimo H, Cilmiaty R. The Effect of Dietary Diversity on Nutritional Status in Indonesian Children: A Review. *Int J Nutr Sci* [Internet]. 2021;6(3). Available from: https://ijns.sums.ac.ir/article_47790_996701cfbd550423bef59c929448ae94.pdf
13. Khamis AG, Mwanri AW, Ntwenya JE, Kreppel K. The influence of dietary diversity on the nutritional status of children between 6 and 23 months of age in Tanzania. *BMC Pediatr* [Internet]. 2019;19(1). Available from: <https://bmcpediatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12887-019-1897-5>
14. UNICEF. Nutrition for Every Child: UNICEF Nutrition Strategy 2020-2030. New York: UNICEF; 2020.

15. Priawantiputri W, Aminah M. Keragaman Pangan dan Status Gizi Pada Anak Balita di Kelurahan Pasirkaliki Kota Cimahi: Dietary Diversity and Nutritional Status of Under Five Children in Pasirkaliki District, Cimahi. *J Sumberd Hayati*. 2020;6(2).
16. Kemenkes RI. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak. 2020.