

**GAMBARAN KERAGAMAN PANGAN, KONSUMSI SAYUR
BUAH, DAN STATUS GIZI PADA BALITA USIA 12-59 BULAN
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PARAKANNYASAG
KOTA TASIKMALAYA**

Laporan Tugas Akhir

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi



Disusun Oleh:

CHIKA RISKABELA

NIM.P2.06.31.1.20.037

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
JURUSAN GIZI POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI TASIKMALAYA**

2023

Gambaran Keragaman Pangan, Konsumsi Sayur Buah dan Status Gizi pada Balita Usia 12-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Parakannyasag Kota Tasikmalaya

Chika Riskabela

INTISARI

Balita merupakan kelompok yang berisiko mengalami kurang gizi salah satunya adalah *stunting*. Keragaman pangan menggambarkan tingkat kecukupan gizi seseorang. Berdasarkan data Riskesdas 2018 mengenai proporsi makanan beragam yang dikonsumsi anak 6-23 bulan di Indonesia mencapai 46,6%, dan 55,4% di Provinsi Jawa Barat. Sayur dan buah merupakan pangan yang bermanfaat bagi tubuh dan kaya akan vitamin. Menurut data Riskesdas 2018 mengenai proporsi kurang konsumsi sayur dan buah di Indonesia mencapai 95,4%. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran keragaman pangan, konsumsi sayur buah dan status gizi pada balita usia 12-59 bulan di wilayah kerja Puskesmas Parakannyasag Kota Tasikmalaya. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif. Sampel penelitian adalah balita usia 12-59 bulan sebanyak 30 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan cara pengukuran antropometri dan wawancara dengan menggunakan formulir SQ-FFQ, *recall 1x24 jam* dan IDDS. Hasil penelitian didapatkan keragaman pangan kategori tidak beragam 16,7%, dan pangan beragam 83,3%. Konsumsi sayur tidak sesuai anjuran rentang usia 1-3 tahun 57% dan rentang usia 4-5 tahun 40%, sedangkan konsumsi buah tidak sesuai anjuran rentang usia 1-3 tahun 57% dan rentang usia 4-5 tahun 37%. Status gizi berdasarkan PB/U atau TB/U diperoleh sangat pendek 3,3%, pendek 31,5%, dan normal 53,3%. Status gizi berdasarkan BB/U diperoleh BB sangat kurang 6,67%, BB kurang 26,67%, dan normal 66,67%. Status gizi berdasarkan BB/PB atau BB/TB diperoleh gizi buruk 3,3%, gizi kurang 16,67%, dan gizi baik 80%. Peningkatan keragaman pangan, serta asupan sayur dan buah pada balita perlu adanya kesadaran dari orangtua untuk dapat memenuhi kebutuhan gizi anak.

Kata kunci : Balita, Keragaman Pangan, Konsumsi Sayur Buah, Status Gizi

CHIKA RISKABELA. *Description of Food Diversity, Fruit Vegetable Consumption and Nutritional Status in Toddlers Aged 12-59 Months in the Working Area of the Parakannyasag Health Center In Tasikmalaya City*

Under supervision of IRMA NURAENI

ABSTRACT

Toddlers are a group at risk of malnutrition, one of which is stunting. Food diversity describes the level of nutritional adequacy of a person. Based on Basic National Health Research 2018 data, the proportion of diverse foods consumed by children aged 6–23 months in Indonesia reached 46.6% and 55.4% in West Java Province. Vegetables and fruits are foods that are beneficial to the body and rich in vitamins, but not all toddlers have their vegetable and fruit needs met. According to Basic National Health Research 2018 data regarding the proportion of less consumption of vegetables and fruits in Indonesia, it reached 95.4%. This study was conducted to determine the picture of food diversity, fruit and vegetable consumption, and nutritional status in toddlers aged 12–59 months in the work area of the Parannyasag Health Center in Tasikmalaya City. The type of research used was descriptive. The study sample was toddlers aged 12–59 months, with as many as 30 people using purposive sampling techniques. Data collection was carried out through anthropometric measurements and interviews using the SQ-FFQ form, 1x24-hour recall, and IDDS. The results of the study found that the diversity of food consumption in the food category was not diverse at 53,3%, and the food category was diverse at 46,6%. Vegetable consumption in the category does not match the recommended age range of 1-3 years 57%, and the age range of 4-5 years was 40%, while fruit consumption in the category does not match the recommended age range of 1-3 years 57%, and the age range of 4-5 years was 37%. Nutritional status based on L/A or H/A obtained by very short toddlers was 3.3%, shorts 31.5%, and normal 53.3%. Nutritional status based on W/A obtained toddler's body weight was very low at 6.67%, low at 26.67%, and normal at 66.67%. Nutritional status based on weight, length, or height obtained malnutrition in toddlers at 3.3%, malnutrition at 16.67%, and good nutrition at 80%. Increasing food diversity, as well as vegetable and fruit intake in toddlers requires awareness from parents to be able to meet children's nutritional needs.

Keywords: *Toddlers, Food Diversity, Fruit Vegetable Consumption, Nutritional Status*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga Laporan Tugas Akhir dengan judul “Gambaran Keragaman Pangan, Konsumsi Sayur Buah dan Status Gizi pada Balita Usia 12-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Parakannyasag Kota Tasikmalaya” dapat diselesaikan dengan baik. Shalawat serta salam selalu tercurah limpahkan kepada *Habiibanaa wa nabiyanaa* Muhammad SAW.

Laporan Tugas Akhir ini terwujud atas bimbingan, pengarahan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Hj. Ani Radiati, S.Pd, M. Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, STP, MP selaku Ketua Jurusan Program studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Irma Nuraeni, M.PH selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam penyusunan laporan tugas akhir ini.
4. Semua staf dan dosen Prodi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah banyak memberikan pengajaran, bimbingan dan bantuan selama perkuliahan.
5. Kepala Puskesmas Parakannyasag Kota Tasikmalaya yang telah mengizinkan penulis melakukan penelitian.
6. Berbagai pihak di Wilayah Kerja Puskesmas Parakannyasag Kota Tasikmalaya yang telah memberikan banyak bantuan dan kemudahan selama melakukan penelitian.
7. Orang tua dan kakak yang telah memberikan banyak dukungan baik moril maupun materi.
8. Seluruh teman-teman mahasiswa tingkat III Program studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya atas segala dukungan dan bantuan yang diberikan pada penulis dalam menyelesaikan laporan tugas akhir ini.

Penulis menyadari dalam pembuatan Laporan Tugas Akhir ini masih memiliki banyak kekurangan, baik dalam isi maupun sistematika dan teknik penulisannya. Oleh sebab itu, penulis sangat mengharapkan saran yang membangun demi kesempurnaan Laporan Tugas Akhir ini. Semoga Laporan Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Tasikmalaya, Mei 2023

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

INTISARI.....	i
<i>ABSTRACT</i>	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Tinjauan Teori.....	5
1. Balita.....	5
2. Status Gizi.....	6
3. Penilaian Status Gizi.....	6
4. <i>Stunting</i>	7
5. Keragaman Pangan	10
6. Sayur dan Buah.....	11
7. Pengukuran Konsumsi Sayur dan Buah pada Balita	12
B. Kerangka Teori.....	14
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	15
A. Jenis Pengambilan Data Dasar	15
B. Waktu dan Tempat	15
C. Populasi dan Sampel	15
D. Variabel dan Definisi Operasional	17
E. Teknik Pengumpulan Data.....	18
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	19
G. Jalannya Penelitian.....	21

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	22
A. Hasil	22
1. Gambaran Karakteristik Responden	22
2. Gambaran Keragaman Pangan.....	22
3. Gambaran Konsumsi Sayur dan Buah	23
4. Gambaran Rata-rata Konsumsi Sayur dan Buah Per hari (g)	24
5. Gambaran Status Gizi	25
6. Hubungan Keragaman Pangan dengan Status Gizi.....	26
7. Hubungan Konsumsi Sayur dan Buah dengan Status Gizi	27
B. Pembahasan.....	29
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	34
A. Simpulan	34
B. Saran.....	34
DAFTAR PUSTAKA	35
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

No	Judul Tabel	Halaman
1.	Angka Kecukupan Energi, Protein, Lemak, KH dan Serat pada Balita.....	6
2.	Kategori dan Ambang Batas Status Gizi.....	6
3.	Variabel dan Definisi Operasional Penelitian.....	17
4.	Instrumen Penelitian	18
5.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	22
6.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia	22
7.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Keragaman Pangan	22
8.	Distribusi Frekuensi Konsumsi Kelompok Pangan	23
9.	Konsumsi Sayur pada Responden Balita	23
10.	Konsumsi Buah pada Responden Balita	24
11.	Rata-rata Konsumsi Sayur dan Buah (g/hari) pada Responden Balita	24
12.	Status Gizi PB/U atau TB/U pada Balita	25
13.	Status Gizi BB/U pada Balita	26
14.	Status Gizi BB/PB atau BB/TB pada Balita	26
15.	Hubungan Keragaman Pangan dengan Status Gizi PB/U atau TB/U.....	26
16.	Hubungan Keragaman Pangan dengan Status Gizi BB/U	27
17.	Hubungan Keragaman Pangan dengan Status Gizi BB/PB atau BB/TB	27
18.	Hubungan antara Konsumsi Sayur dan Buah dengan Status Gizi PB/U atau TB/U	27
19.	Hubungan antara Konsumsi Sayur dan Buah dengan Status Gizi BB/U.....	28
20.	Hubungan antara Konsumsi Sayur dan Buah dengan Status Gizi BB/PB atau BB/TB	28

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori Penyebab Masalah Gizi.....	14
Gambar 2. Rata-rata Jenis Sayur yang Sering Dikonsumsi Balita Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Parakannyasag.....	24
Gambar 3. Rata-rata Jenis Buah yang Sering Dikonsumsi Balita Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Parakannyasag.....	25

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor lampiran

1. *Informed Consent (IC)*
2. Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)
3. Formulir Status Gizi
4. Formulir SQ-FFQ
5. Formulir *Recall* 24 Jam
6. Formulir IDDS
7. Surat Izin Penelitian
8. Dokumentasi Penelitian