

ABSTRAK

Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi pada Anak Usia Balita di Kelurahan Bangsri Kabupaten Magetan

Oleh: Wulan Sekar Oktaviani

Salah satu masalah kesehatan yang dihadapi Indonesia adalah kurang gizi yang menjadikan tingkat kesehatan masyarakat Indonesia yang tidak kunjung meningkat secara signifikan. Tubuh akan mendapat kondisi kesehatan gizi yang baik jika kebiasaan pola makan terbentuk kuantitasnya. Pola makan yang baik perlu dibentuk sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi dan pola makan yang tidak sesuai akan menyebabkan asupan gizi berlebih atau sebaliknya kekurangan.

Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki anak balita usia 2-5 tahun di Rw 2 Kelurahan Bangsri Kabupaten Magetan dengan jumlah 36. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Non Probability Sampling*. Data yang didapatkan kemudian diolah dengan metode Uji *Chi Square*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa balita dengan pola makan tepat seluruhnya memiliki berat badan normal (100%) sedangkan balita dengan pola makan tidak tepat sebagian besar memiliki berat badan kurang (70%). Hasil analisis didapatkan hubungan antara pola makan dengan status gizi pada anak usia dengan hasil Uji *Chi Square* diperoleh nilai $p \text{ value} = 0,000 < \alpha = 0,05$.

Kesehatan anak merupakan hal yang perlu diupayakan secara serius oleh orang tua. Untuk itu diupayakan pengaturan pola makan yang tepat seimbang agar sesuai dengan kebutuhan gizinya. Pola makan yang seimbang dan pemilihan bahan makanan yang tepat merupakan hal yang harus dilakukan karena asupan makanan yang dibutuhkan oleh balita dapat terpenuhi.

Kata Kunci: Pola Makan, Status Gizi, Balita

ABSTRACT

The Correlation Between Meal Pattern with Nutritional Status in Toddlers
at Bangsri Village Magetan District

By: Wulan Sekar Oktaviani

One of the health problems faced by Indonesia is malnutrition which makes the level of health of the Indonesian people not increase significantly. The body will get a good nutritional health condition if the habit of eating patterns is formed in quantity. A good diet needs to be established as an effort to meet nutritional needs and an inappropriate diet will lead to excess nutrient intake or vice versa.

The type of research used is correlational analytic with cross sectional approach. The population in this study were all mothers who have children under five aged 2-5 years in Rw 2 Bangsri Village, Magetan Regency with a total of 36. The sampling technique used was the Non Probability Sampling technique. The data obtained was then processed by the Chi Square Test method.

The results of this study indicate that toddlers with proper eating patterns all have normal weight (100%) while toddlers with inappropriate eating patterns are mostly underweight (70%). The results of the analysis showed the relationship between diet and nutritional status in children aged with the Chi Square test results obtained $p \text{ value} = 0.000 < = 0.05$.

Children's health is something that parents need to take seriously. For this reason, efforts are made to arrange a balanced diet to suit their nutritional needs. A balanced diet and the selection of the right food ingredients are things that must be done because the food intake needed by toddlers can be fulfilled.

Keywords: Feeding Pattern, Nutritional Status, Toddler