

**PENGARUH PENDAMPINGAN GIZI TERHADAP POLA MAKAN  
(JENIS, JUMLAH DAN FREKUENSI) DAN STATUS GIZI BALITA DI  
WILAYAH KECAMATAN PAKAL, SUKOMANUNGGAL DAN  
WONOKROMO KOTA SURABAYA**

**Untuk Memenuhi Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Gizi**



**Oleh:**

**Naila Riska Arinitami**

**NIM 145070309111046**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI KESEHATAN**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS BRAWIJAYA**

**MALANG**

**2016**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan hanya bagi Allah SWT yang telah memberi petunjuk dan atas limpahan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan judul “Pengaruh Pendampingan Balita Gizi Kurang Terhadap Pola Makan (Jenis, Jumlah Dan Frekuensi) Dan Status Gizi Pada Balita Di Wilayah Kecamatan Pakal, Sukomanunggal Dan Wonokromo Kota Surabaya” tepat pada waktunya. Tugas akhir ini merupakan salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi (S.Gz) pada Program Studi Ilmu Gizi Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. dr. Sri Andarini, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya, yang telah memberikan kesempatan untuk menuntut ilmu di Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.
2. Dr. dr. Endang Sri Wahyuni, MS, selaku Ketua Program Studi S-1 Ilmu Gizi Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya, beserta seluruh dosen yang atas ilmu yang bermanfaat.
3. Ns. Setyadi, S.Kep, M.Kep,Sp Kep.Kom, selaku penguji pertama dalam berbagi ilmu, sabar dalam memberikan masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.
4. Fajar Ari Nugroho, S.Gz., M.Kes, selaku pembimbing dan penguji kedua yang telah bermurah hati dalam berbagi ilmu, sabar dalam membimbing dan memberikan pengarahan serta senantiasa memberikan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.
5. Agustiana Dwi I.V, S.KM., M.Kes, selaku pembimbing dan penguji ketiga yang bersedia meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan, memberikan bantuan dan masukan yang membangun sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.
6. Kedua orang tua, yang selalu memberikan doa, semangat dan motivasi kepada penulis untuk terus berjuang dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
7. Adik-adik dan sahabat-sahabatku, yang sudah memberikan doa, semangat dan motivasi untuk tidak putus asa dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
8. Rekan-rekan seperjuangan Jurusan S-1 Ilmu Gizi Kesehatan program B Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya TA 2014/2015 untuk kebersamaan dan solidaritasnya selama ini.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan tugas akhir ini yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Penulis berharap hasil dari tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi mahasiswa gizi dan pendidikan pada umumnya, serta penulis pada khususnya. penulis menyadari bahwa penulisan ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu penulis membuka diri untuk segala saran dan kritik yang membangun.

Malang, Januari 2016

Penulis

## ABSTRAK

Arinitami, Naila Riska. 2016. *Pengaruh Pendampingan Gizi terhadap Pola Makan (Jenis, Jumlah dan Frekuensi) dan Status Gizi Balita di Wilayah Kecamatan Pakal, Sukomanunggal, dan Wonokromo Kota Surabaya*. Tugas Akhir, Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya,. Pembimbing: (1) Fajar Ari Nugroho, S.Gz, M.Kes (2) Agustiana Dwi Indiah Ventiyaningsih S.KM, M.Biomed

Balita dengan status gizi kurang akan beresiko mengalami gangguan dalam pertumbuhan dan perkembangannya jika tidak ditangani dengan baik. Diadakannya pendampingan gizi di wilayah Surabaya memiliki tujuan untuk meningkatkan status gizi dan pola makan balita. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendampingan gizi terhadap pola makan (jenis, jumlah dan frekuensi) dan status gizi balita. Penelitian ini adalah penelitian dengan desain *observasional analitik* dengan pendekatan kuantitatif. Penentuan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 46 balita yang berusia 2-5 tahun. Hasil penelitian menunjukkan pada penilaian status gizi dengan indikator BB/TB mengalami perubahan lebih baik dibandingkan dengan indikator BB/U. Selain itu pada hasil penelitian pola makan pada tingkat konsumsi energi lebih mengalami peningkatan dibandingkan tingkat konsumsi protein. Untuk frekuensi makan balita pada makanan selingan lebih menunjukkan perubahan dibandingkan makanan utama. Juga pada jenis makanan terdapat peningkatan pada sumber vitamin mineral, protein, lemak dan karbohidrat. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pendampingan gizi terhadap status gizi dengan indikator BB/U dan BB/TB serta pola makan ( $p < 0.05$ ). Tetapi jenis makanan sumber karbohidrat tidak ditemukan perbedaan sebelum dan setelah pendampingan. Berdasarkan penelitian ini disarankan agar pada penelitian lanjutan digali lebih dalam bagaimana pengaruh program pendampingan.

**Kata kunci** : Pendampingan Gizi, Status Gizi, Pola Makan, Balita

## ABSTRACT

Arinitami, Naila Riska. 2016. *The Effect of Diet Nutrition Assistance (type, Amount and Frequency) and Toddlers' Nutritional Status in the Pakal, Sukomanunggal, dan Wonokromo Kota Surabaya*. Final Project, Department of Nutritional Sciences, Faculty of Medical, Brawijaya University. Supervisors: (1) Fajar Ari Nugroho, S.Gz, M.Kes (2) Agustiana Dwi Indiah Ventiyaningsih S.KM, M.Biomed

Toddlers with malnutrition will have impaired growth and development risk if they are not handled properly. Nutrition assistance program in Surabaya has a goal to improve the nutritional status and toddler's diet. This study purpose were determined the effect of nutrition assistance program in diet habit (types, amount and frequency) and nutritional status of toddlers This research was observational analytic design with quantitative approach. The researcher used purposive sampling in determining sample. There were 46 children aged 2-5 years. Nutritional status indicator assessment showed that wasting toddler experienced indicator of underweight. While, the results of diet indicator showed the level of that progress related energy consumption had increased more the than levels of protein consumption. Snacking frequency had increased more than major food. On the other hand, there was an increasing in the sources of vitamins, minerals, proteins, fats and carbohydrates. The results of this study also showed that there was significant effect at nutritional assistance to nutritional status with the indicator underweight and wasting and also dietary habit ( $p < 0.05$ ). However in the type of carbohydrate source did not showed differences before and after mentoring. Based on this study, it is suggested that the advanced research should be able to explore more regarding to mentoring programs effect.

**Keywords:** Assistance Nutrition, Nutritional Status, Dietary Patterns, Toddler

## DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI .....	v
DAFTAR TABEL .....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	viii
DAFTAR LAMPIRAN .....	ix
DAFTAR SINGKATAN.....	x
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.3.1 Tujuan Umum .....	3
1.3.2 Tujuan Khusus .....	3
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Manfaat Ilmu Pengetahuan .....	4
1.4.2 Manfaat Responden .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	
2.1 Balita .....	6
2.2 Status Gizi Balita .....	8
2.3 Pola Makan Balita .....	15
2.4 Pemberian Makan .....	16
2.5 Jumlah Makanan .....	17
2.6 Jenis Makanan .....	17
2.7 Frekuensi Makan .....	18
2.8 Pendampingan Gizi .....	20
<b>BAB III KERANGKA KONSEP</b> .....	21
3.1 Kerangka Konsep .....	21
3.2 Hipotesis .....	22
<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b> .....	23

4.1 Rancangan Penelitian .....	23
4.2 Populasi dan Sampel .....	23
4.2.1 Populasi .....	23
4.2.2 Sampel .....	23
4.2.3 Penentuan Besar Sampel .....	24
4.2.4 Kriteria inklusi ,eksklusi dan drop out .....	25
4.3 Variabel Penelitian .....	26
4.3.1 Variabel Dependen .....	26
4.3.2 Variabel Independen .....	26
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	26
4.4.1 Lokasi Penelitian .....	26
4.4.2 Waktu Penelitian .....	26
4.5 Bahan dan Alat/Instrumen Penelitian .....	26
4.6 Definisi Istilah/Operasional .....	28
4.7 Alur Penelitian.....	30
4.8 Prosedur Penelitian/Pengumpulan Data .....	30
4.9 Pengolahan dan Analisis Data .....	30
<b>BAB V HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATA.....</b>	<b>23</b>
5.1 Gambaran Umum Responden .....	32
5.2 Sebaran Wilayah Responden .....	33
5.3 Analisis Variabel Penelitian.....	34
<b>BAB VI PEMBAHASAN .....</b>	<b>44</b>
6.1 Pembahasan Hasil Penelitian .....	44
6.2 Implikasi terhadap Bidang Gizi.....	46
6.3 Keterbatasan Penelitian .....	47
<b>BAB VII PENUTUP .....</b>	<b>48</b>
7.1 Kesimpulan.....	48
7.2 Saran.....	49
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>50</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>52</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Angka Kecukupan Gizi Balita .....	8
Tabel 2.2 Klasifikasi Status Gizi .....	15
Tabel 2.7 Rekomendasi Jenis Makanan .....	18
Tabel 5.1 Kategori Responden .....	32
Tabel 5.2 Sebaran Wilayah .....	33

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konsep .....	19
Gambar 4.2 Diagram Alir Penelitian .....	29
Gambar 5.1 Trend Perubahan Status Gizi BB/U .....	34
Gambar 5.2 Trend Perubahan Status Gizi BB/TB.....	36
Gambar 5.3 Grafik Tingkat Konsumsi .....	37
Gambar 5.4 Grafik Frekuensi Makan .....	38
Gambar 5.5 Grafik Jenis Makanan .....	39



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Pernyataan Keaslian Penulisan.....	53
Lampiran 2. Pengantar Lembar Persetujuan Responden ( <i>Informed Consent</i> )	54
Lampiran 3. Lembar Persetujuan Sebagai Responden ( <i>Informed Consent</i> ) ....	55
Lampiran 4. Formulir Karakteristik Responden .....	56
Lampiran 5. Lembar Pengamatan Status Gizi.....	57
Lampiran 6. Lembar Pengamatan Pola Makan .....	58
Lampiran 7. Formulir <i>SQ FFQ</i> .....	59
Lampiran 8. Hasil SPSS.....	66
Lampiran 9. Form Kelaikan Etik.....	76

## DAFTAR SINGKATAN

ASI	=	Air Susu Ibu
AKG	=	Angka Kecukupan Gizi
BB	=	Berat Badan
MSG	=	Monosodium Glutamat
DKBM	=	Daftar Komposisi Bahan Makanan
PHI	=	Public Health Indicator
PMT	=	Pemberian Makanan Tambahan
RISKESDAS	=	Riset Kesehatan Dasar
SQFFQ	=	Semi Quantitative Food Frequency Questioner
TB	=	Tinggi Badan
URT	=	Ukuran Rumah TAngga