

SKRIPSI

**ANALISIS HUBUNGAN ANTARA ASUPAN GIZI MAKRO
DENGAN KEJADIAN GIZI KURANG (*WASTING*) PADA
BALITA USIA 24-59 BULAN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PEKKABATA**



FARADIBA

B0420323

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS SULAWESI BARAT
MAJENE
NOVEMBER 2024**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Faradiba

Nim : B0420323

Tanggal : 5 November 2024

Tanda tangan :



HALAMAN PENGESAHAN

Skeipsi dengan judul:

**ANALISIS HUBUNGAN ANTARA ASUPAN GIZI MAKRO DENGAN
KEJADIAN GIZI KURANG (WASTING) PADA BALITA USIA 24-59
BULAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PEKKABATA**

Disusun dan diajukan oleh:

Faradiba (B0420323)

Telah dipertahankan di depan dewan penguji dan diterima sebagai bagian
persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program
S1Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat

Ditetapkan di Majene Tanggal 5 November 2024

Dewan Penguji

Prof. Dr. Muzakkir., M.Kes

(.....)

dr. Novi Aryanti, MKM

(.....)

Justiyulfah Syah, SKM., MPH

(.....)

Dewan Pembimbing

Ummu Kalsum, SKM., M.Kes

(.....)

Nurpatwa Wilda Ningsi, SKM., M.Kes

(.....)

Mengetahui

Dekan
Fakultas Ilmu Kesehatan

Ketua
Program Studi Gizi


Prof. Dr. Muzakkir., M.Kes
NIP. 1960112311983031076


Fauziah, S.Gz., M.Si., Dietisien
NIDN. 0926039102

ABSTRAK

Nama : Faradiba
Program Studi : Gizi
Judul : Analisis Hubungan Antara Asupan Gizi Makro Dengan Kejadian Gizi Kurang (*wasting*) Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pekkabata.

Gizi kurang (*wasting*) merupakan suatu kondisi dimana terjadi masalah gizi kurang dimana berat badan balita tidak sesuai dengan berat badan yang semestinya yang dimana keadaan gizi balita ditandai oleh indeks Berat Badan menurut Panjang Badan (BB/PB) atau Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB) dengan batas (Zscore) < -2 SD pada balita. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan gizi makro seperti energi, karbohidrat, protein, dan lemak dengan kejadian *wasting* pada balita usia 24-59 bulan di wilayah kerja Puskesmas Pekkabata. Penelitian ini menggunakan pendekatan case control, dengan teknik purposive sampling, jumlah sampel yang digunakan sebanyak 130 responden yang dimana sampel kasus sebanyak 65 responden dan sampel kontrol sebanyak 65 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner food recall 24 jam dan pengukuran antropometri. Data dianalisis menggunakan uji *kruskal wallis* dengan nilai sig $< 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara asupan energi dengan status gizi kurang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Pekkabata dengan nilai signifikan P value = 0,000. Ada hubungan antara asupan karbohidrat dengan kejadian gizi kurang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Pekkabata dengan hasil signifikansi P value = 0,011. Ada hubungan antara asupan protein dengan status gizi kurang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Pekkabata dengan nilai signifikan P value = 0,000. Ada hubungan antara asupan lemak dengan status gizi kurang pada balita. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan zat gizi makro dengan kejadian gizi kurang (*wasting*) pada balita usia 24-59 bulan di wilayah kerja Puskesmas Pekkabata.

Kata kunci : energi, karbohidrat, protein, lemak, *wasting*

ABSTRAK

Nama : Faradiba
Program Studi : Gizi
Judul : Analisis Hubungan Antara Asupan Gizi Makro Dengan Kejadian Gizi Kurang (*wasting*) Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pekkabata.

Undernutrition (wasting) is a condition where there is a problem of undernutrition where the toddler's weight is not in accordance with the proper weight where the nutritional condition of toddlers is characterized by the index of Body Weight according to Body Length (BB / PB) or Body Weight according to Height (BB / TB) with a limit (Zscore) <-2 SD in toddlers. This study aims to determine the relationship of macronutrient intake such as energy, carbohydrates, protein, and fat with the incidence of wasting in toddlers aged 24-59 months in the Pekkabata Health Center working area. This study used a case control approach, with purposive sampling technique, the number of samples used was 130 respondents where the case sample was 65 respondents and the control sample was 65 respondents. Data collection used a 24-hour food recall questionnaire and anthropometric measurements. Data were analyzed using kruskal wallis test with sig value <0.05. The results showed that there was a relationship between energy intake and undernutrition status in toddlers in the Pekkabata Health Center working area with a significant value of P value = 0.000. There is a relationship between carbohydrate intake and the incidence of malnutrition in toddlers in the Pekkabata Health Center working area with a significance result of P value = 0.011. There is a relationship between protein intake and undernutrition status in children under five years old in the Pekkabata Health Center working area with a significant P value = 0.000. There is a relationship between fat intake and undernutrition status in toddlers. The conclusion of this study shows that there is a significant relationship between macronutrient intake and the incidence of undernutrition (wasting) in toddlers aged 24-59 months in the Pekkabata Health Center working area.

Keywords: energy, carbohydrate, protein, fat, wasting

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gizi kurang (*wasting*) merupakan istilah dari kurus (*wasted*) dan sangat kurus (*severe wasted*) yang dimana keadaan gizi balita ditandai oleh indeks Berat Badan menurut Panjang Badan (BB/PB) atau Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB) dengan batas (Zscore) < -2 SD pada balita (Faridi et al., 2023).

Jika *wasting* yang dialami oleh balita dibiarkan dalam jangka panjang akan mengakibatkan resiko yang lebih tinggi mengalami *stunting* akibat kekurangan gizi dalam jangka panjang. Selain itu *wasting* juga dapat mengakibatkan kematian pada balita jika penanganannya terlambat dilakukan (Faridi et al., 2023).

Menurut WHO pada tahun 2020 selaku badan kesehatan dunia, menyatakan bahwa gizi kurang (*wasting*) adalah salah satu masalah kesehatan utama (WHO, 2020). Gizi kurang (*wasting*) masih menjadi masalah gizi serius yang perlu diselesaikan (Purba et al., 2021).

World Health Organization (WHO) secara global prevalensi balita *wasting* sebesar 8% (52 juta balita) dengan kasus tertinggi di Benua Asia sebesar 35 juta balita yang mengalami *wasting*. Menurut data WHO, anak penderita Gizi kurang beresiko kematian 5-20 kali lebih besar dari pada anak dengan nutris baik (WHO, 2020).

Indonesia merupakan salah satu Negara berkembang yang memiliki masalah malnutrisi termaksud *wasting*. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menunjukkan prevalensi *wasting* pada balita sebesar 10,2% atau sekitar 805.000 balita mengalami gizi kurang (Riskesdas, 2018). Dari hasil studi status gizi balita Indonesia pada tahun 2021 ditemukan bahwa balita dengan kejadian *wasting* memiliki prevalensi sebesar 7,1%. Sedangkan pada data SSGI tahun 2022 hasil status gizi bahwasanya balita yang mengalami *wasting* mengalami ke naik menjadi 7,7% (SSGI, 2022)

Dari Hasil Studi Status Gizi Indonesia tahun 2022 tercatat bahwa *wasting* pada balita di Indonesia memiliki prevalensi sebesar 7,7% angka tersebut

mengalami peningkatan sebanyak 0,6% dari tahun 2021. Berdasarkan kelompok distribusi *wasting* di Indonesia pada usia 0-5 bulan 0,4%, usia 6-11 bulan (0,8%) usia 12-17 bulan (0,8%), usia 18-23 bulan (1,1%), usia 24-35 bulan (1,5%), usia 36-47 bulan (1,3%) dan usia 48-59 bulan(1,2%) (SSGI, 2022).

Berdasarkan data Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 diketahui prevalensi balita dengan status gizi kurang (*wasting*) tertinggi terdapat di provinsi Maluku sebesar 11,9 %, dan prevalensi balita *wasting* terendah berada di provinsi Bali sebesar 2,8%. Di provinsi Sulawesi Barat sendiri prevalensi balita *wasting* pada tahun 2021 sebesar 7,1%, sedangkan pada tahun 2022 prevalensi balita *wasting* di Sulawesi Barat sebesar 6,6%. Hal ini menunjukkan angka *wasting* di provinsi Sulawesi Barat dari tahun 2021 sampai tahun 2022 mengalami penurunan sebesar 0,5% (SSGI, 2022).

Dari data SSGI tahun 2022 Prevalensi balita *wasting* berdasarkan tingkat kabupaten yang ada di provinsi Sulawesi barat yaitu pada kabupaten Mamuju Tengah sebesar 10,6%, pada kabupaten Mamuju sebesar 8,2%, pada kabupaten passangkayu sebesar 6,9%, pada kabupaten Polewali Mandar sebesar 5,7%, kabupaten Majene sebesar 5,3% dan pada kabupaten Mamasa sebesar 3.3% (SSGI, 2022).

Data Kementerian Kesehatan Polewali Mandar mencatat bahwa jumlah kasus Gizi Kurang di seluruh Puskesmas yang berada di Kecamatan Polewali Mandar sebanyak 1186 kasus dari 21137 sasaran ukur. Dari data tersebut Puskesmas Pelitakan menempati posisi pertama dengan jumlah Gizi Kurang sebanyak 166 dengan jumlah sasaran ukur sebanyak 1642, di posisi kedua ditempati oleh Puskesmas Pambusuang dengan jumlah Gizi Kurang sebanyak 165 dengan jumlah sasaran ukur 1613, dan menempati posisi ke tiga yaitu Puskesmas Pekabbata dengan jumlah Gizi Kurang sebanyak 134 dengan jumlah sasaran ukur sebanyak 1809 sasaran (Dinkes Polewali, 2024).

Berdasarkan data dari Puskesmas Pekkabata pada bulan februari tahun 2024 terdapat 79 kasus gizi kurang yang terjadi di 5 kelurahan yang menjadi wilayah kerja puskesmas Pekkabata yaitu kelurahan Darma terdapat 24 anak yang mengalami gizi kurang, kelurahan Madatte terdapat 20 anak yang

mengalami gizi kurang, kelurahan Manding terdapat 11 anak yang mengalami gizi kurang, kelurahan Pekkabata terdapat 7 anak yang mengalami gizi kurang dan kelurahan Takatidung terdapat 17 anak yang mengalami gizi kurang (Puskesmas Pekkabata, 2024).

Asupan zat gizi adalah salah satu penyebab langsung yang dapat mempengaruhi status gizi pada balita. Asupan zat gizi dapat diperoleh dari beberapa zat gizi, diantaranya seperti zat gizi makro. Kekurangan Gizi dapat menyebabkan (*wasting*) pada balita. Gizi Kurang (*wasting*) terjadi karena kurangnya asupan Zat gizi makro pada balita. Zat gizi mikro merupakan salah satu kebutuhan utama sebagai penunjang kesehatan bagi balita, makanan berperan besar dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, balita memerlukan asupan nutrisi yang adekuat seperti energi dan protein. Adapun zat gizi makro terdiri dari karbohidrat, protein dan lemak (Syarfaini et al., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengatakan asupan zat gizi makro memiliki hubungan yang erat dengan status gizi pada balita (Rizkia putri et al., 2023). Hasil penelitian yang dilakukan Erika (2020) mengatakan asupan karbohidrat merupakan faktor risiko dari kejadian gizi kurang pada balita. Balita yang kurang mengkonsumsi asupan karbohidrat berpeluang 3,142 kali mengalami kejadian gizi kurang dibandingkan dengan balita yang tidak kurang mengkonsumsi asupan karbohidrat (Erika et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan Putri R. et al (2023) juga menyatakan balita yang asupan proteinnya tidak tercukupi berpeluang 3,801 kali mengalami gizi kurang. Dan pada penelitian Febriani E. et al (2019) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara asupan lemak dengan kejadian gizi kurang pada balita hal ini dapat terjadi karena asupan lemak yang berasal dari makanan apabila kurang maka akan berdampak pada kurangnya asupan kalori atau energi untuk memproses aktivitas dan metabolisme tubuh.

Selain itu pemilihan lokasi dalam penelitian juga menjadi salah satu pertimbangan yang dilakukan oleh peneliti. Adapun lokasi yang menjadi tempat penelitian yaitu wilayah kerja Puskesmas Pekkabata, dipilihnya lokasi tersebut di karenakan wilayah kerja Puskesmas Pekkabata menempati posisi tiga dengan jumlah penderita gizi kurang, selain itu terdapat beberapa faktor lain yang

mendasari peneliti untuk memilih lokasi tersebut seperti faktor sosial ekonomi dan faktor pengetahuan ibu.

Faktor sosial ekonomi menjadi salah satu alasan peneliti memilih lokasi penelitian di wilayah kerja Puskesmas Pekkabata, karena sosial ekonomi dapat mempengaruhi pertumbuhan anak seperti pendidikan, pekerjaan, teknologi, budaya dan pendapatan keluarga. Faktor tersebut yang akan berinteraksi satu dengan yang lainnya sehingga dapat mempengaruhi zat gizi pada anak. Zat gizi yang rendah pada anak akan mengakibatkan pertumbuhan akan terganggu. Faktor sosial ekonomi juga dapat mempengaruhi kemampuan untuk mendapatkan pangan yang baik dalam hal jumlah maupun kualitas bagi keluarga, yang nantinya memiliki pengaruh bagi pemenuhan asupan zat gizi balita. Keluarga dengan pendapatan yang rendah memiliki keterbatasan dalam mengakses makanan tertentu, sehingga mengkonsumsi makanan dengan jumlah yang kurang. Pemenuhan zat gizi bagi balita yang tidak adekuat dalam jangka waktu yang lama memiliki konsekuensi yang buruk bagi status gizi balita (Mandiangan, J. et al., 2023).

Selain itu faktor pengetahuan ibu juga menjadi salah satu pertimbangan peneliti memilih lokasi tersebut karena dari hasil observasi awal peneliti menemukan masih banyak ibu yang kurang mengetahui terkait *wasting*. Faktor pengetahuan ibu dipengaruhi oleh tingkat pendidikan yang berdampak pada rentan dalam menyusun makanan, serta pengasuhan dan perawatan balita dalam keluarga. Permasalahan gizi identik dengan pengetahuan dan sikap ibu tentang pola asuh. Ibu dengan pengetahuan baik lebih cenderung mempunyai anak yang sehat. Pengetahuan bertujuan untuk mendapatkan kepastian dan mengetahui serta memahami suatu hal lebih mendalam. Kurangnya pengetahuan ibu tentang pentingnya pemantauan pertumbuhan balita berdampak terhadap pertumbuhan dan perkembangan balita (Pehe, Y. T et al., 2022)

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Analisis Hubungan Antara Asupan Gizi Makro Dengan Kejadian Gizi Kurang (*Wasting*) Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di wilayah kerja Puskesmas Pekkabata”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas dirumuskan permasalahan penelitian yaitu apakah ada hubungan antara asupan zat gizi makro dengan kejadian gizi kurang (*wasting*) pada balita usia 24-59 bulan di wilayah kerja Puskesmas Pekkabata.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara asupan zat gizi makro dengan kejadian gizi kurang (*wasting*) pada balita usia 24-59 bulan di wilayah kerja Puskesmas Pekkabata.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui hubungan antara asupan energi dengan gizi kurang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Pekkabata.
2. Untuk mengetahui hubungan antara asupan karbohidrat dengan gizi kurang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Pekkabata.
3. Untuk mengetahui hubungan antara asupan protein dengan gizi kurang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Pekkabata.
4. Untuk mengetahui hubungan antara asupan lemak dengan gizi kurang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Pekkabata.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti Masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada masyarakat khususnya pada ibu balita penderita Gizi Kurang (*Wasting*), ibu juga bisa mengetahui pentingnya asupan zat gizi makro (E, KH, P, L) yang baik dan benar untuk balita supaya tidak terjadi *wasting*.

1.4.2 Bagi Universitas Sulawesi Barat

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan ajaran bagi beberapa jurusan terkait Gizi, hasil penelitian ini juga dapat meningkatkan jumlah publikasi yang berkontribusi bagi penelitian.

1.4.3 Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini di harapkan dapat di jadikan dasar bagi penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian yang lebih dalam tentang *wasting*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Balita

2.1.1 Pengertian Balita

Balita merupakan istilah yang berasal dari kependekan kata bawah lima tahun. Balita adalah anak yang menginjak usia di atas satu tahun atau lebih populer dengan pengertian usia anak di bawah lima tahun usia balita digolongkan oleh para ahli sebagai tahap perkembangan anak yang cukup rentan terhadap berbagai serangan penyakit (Erika et al., 2020).

Masa balita (balita di bawah lima tahun) merupakan masa yang sangat penting bagi tumbuh kembangnya sehingga bisa disebut dengan *golden period*. Pada masa ini, kecepatan pertumbuhan mulai menurun dan terdapat kemajuan dalam perkembangan motoric (gerak kasar dan gerak halus) serta fungsi ekskresi (Amalia, A et al., 2021).

Pada masa balita perkembangan kemampuan berbicara dan bahasa, kreativitas, kesadaran sosial, emosional berjalan sangat cepat dan merupakan landasan perkembangan berikutnya. Perkembangan moral serta dasar – dasar kepribadian anak juga dibentuk pada masa ini, sehingga setiap kelalaian atau penyimpangan sekecil apapun bila tidak dideteksi apabila tidak ditangani dengan baik, akan mengurangi kualitas sumber daya manusia di kemudian hari (Amalia, A et al., 2021).

2.2 Gizi Kurang (*wasting*)

2.2.1 Pengertian *Wasting*

Gizi kurang (*wasting*) merupakan suatu kondisi dimana terjadi masalah gizi kurang dimana berat badan balita tidak sesuai dengan berat badan yang semestinya (Afifah, 2019). *Wasting* pada balita merupakan gejala *under nutrition* akut, ini terjadi ketika anak – anak mengalami kekurangan berat badan secara cepat karena asupan kalori yang rendah dan penyakit infeksi yang berulang (Nova & Misdhal Rini, 2024)

Wasting diklasifikasikan menjadi *moderate wasting* dan *severe wasting* (Nova & Misdhal Rini, 2024). Menurut peraturan menteri kesehatan RI Nomor 2 tahun 2020 tentang standar antropometri anak,

moderate wasting disebut gizi kurang (*waster*) dan *severe wasting* disebut gizi buruk (*severely wasted*) (Kemenkes RI, 2020).

2.2.2 Indikator Pengukuran *Wasting*

Wasting merupakan salah satu klasifikasi dari indikator gizi, berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) atau berat badan menurut panjang badan (BB/PB). Anak yang dikatakan kurus yaitu anak dengan berat badan rendah dan tidak sesuai terhadap tinggi badan yang dimilikinya (Purba et al., 2021).

Tabel 2.1 kategori Status Gizi berdasarkan BB/PB atau BB/TB

Indeks	Status Gizi	Ambang Batas
Berat badan menurut panjang badan (BB/TB) atau berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) anak umur 0 -60 bulan	Gizi buruk (<i>severely Wasted</i>)	<-3 SD
	Gizi Kurang (<i>Wasted</i>)	-3 SD sampai <-2 SD
	Gizi Baik	-2SD sampai 1 SD
	Beresiko gizi lebih (<i>possible risk of overweight</i>)	> + 1 SD sd + 2 SD
	Gizi lebih (<i>overweight</i>)	> + 2 SD sd + 3 SD
	Obesitas (<i>obese</i>)	> + 3 SD

Sumber : Kemenkes RI (2020)

Indek BB/PB atau BB/TB ini menggambarkan apakah berat badan anak sesuai terhadap pertumbuhan panjang/tinggi badannya. Indeks ini dapat digunakan untuk mengidentifikasi anak gizi kurang (*wasted*), gizi buruk (*severely wasted*) serta anak yang memiliki risiko gizi lebih (*possible risk of overweight*). Kondisi gizi buruk biasanya disebabkan oleh penyakit dan kekurangan asupan gizi yang baru saja terjadi (akut) maupun yang telah lama terjadi (kronik) (Purba et al., 2021).

2.2.3 Penyebab *Wasting*

Gizi kurang pada balita dapat membuat balita menjadi kurus dan pertumbuhan menjadi lambat (Rochmawati et al., 2016). Adapun faktor

determinan masalah gizi kurang termaksud *wasting* secara langsung dipengaruhi oleh asupan zat gizi dan interaksinya dengan penyakit infeksi, serta secara tidak langsung dipengaruhi oleh ketersediaan pangan, pola asuh, akses air bersih, sanitasi dan pelayanan kesehatan yang tidak memadai (Purba et al., 2021).

Faktor – faktor yang dapat berpengaruh pada semua faktor langsung dan tidak langsung diatas, sering disebut sebagai *underlying* faktor yaitu situasi politik, ekonomi dan sumber daya yang ada, yang meliputi sumber daya lingkungan, perubahan iklim, bencana. Kondisi tidak memadainya ketersediaan pangan di tingkat rumah tangga dapat terjadi sebagai akibat rentannya ketahanan pangan keluarga (Purba et al., 2021).

Penyebab tidak langsung lain dari *wasting* adalah tidak memadainya akses sanitasi layak. Selanjutnya tidak tersedianya pangan di tingkat keluarga dan sanitasi yang layak (Faridi et al, 2023). Kurangnya akses terhadap pendidikan dan pelayanan kesehatan secara mendasar disebabkan oleh kemiskinan. Penduduk miskin hidup di bawah garis kemiskinan tersebar sampai ke daerah (Purba et al., 2021)

2.2.4 Dampak *Wasting*

Wasting memiliki dampak yang besar sehingga dikatakan sebagai salah satu masalah kesehatan masyarakat (Mulyati et al., 2021). Terjadinya *wasting* pada balita memiliki dampak seperti anak akan mengalami penurunan daya eksplorasi terhadap lingkungannya, peningkatan frekuensi mengis, kurang bergail dengan sesama anak, kurang perasaan gembira dan cenderung menjadi apatis (Syarfaini et al., 2022). Dalam jangka panjang anak akan mengalami *wasting* juga mengalami gangguan peningkatan resiko kematian (Purba et al., 2021)

Berdasarkan data WHO menjelaskan satu dari sepuluh balita di bawah lima tahun mengalami peningkatan resiko kematian akibat *wasting* (WHO, 2020). Balita yang mengalami sangat kurus rata-rata 11 kali lebih beresiko untuk meninggal dibandingkan balita normal (Purba et al., 2021).

2.2.5 Upaya pencegahan *Wasting*

Upaya penanggulangan *wasting* yang dilakukan adalah upaya pencegahan dan penanganan. Pencegahan *wasting*. Yang dilakukan melalui perbaikan gizi masyarakat fokus pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK) yaitu dengan PMT ibu hamil, pemberian tablet tambah darah untuk remaja putri dan ibu hamil, promosi dan konseling inisiasi menyusui dini (IMD), promosi dan konseling Air Susu Ibu (ASI) eksklusif, promosi dan konseling pemberian makanan Bayi dan Anak (PMBA), pemantauan pertumbuhan, tatalaksanaan gizi buruk, pemberian kapsul vitamin A, pemberian Taburia dan PMT pada balita kurus (Purba et al., 2021).

Program penanganan balita *wasting* dibedakan untuk balita gizi kurang/kurus dan *severely wasted* (gizi buruk). Program pemerintah untuk penanganan balita gizi kurang/kurus dengan pemberian makanan tambahan (PMT) biskuit dan MPASI. *Wasting* terkait dengan masalah kemiskinan. Pengentasan masalah *wasting* tidak berhasil kalau kemiskinan tidak diatasi juga. Penanganan *wasting* dan kemiskinan yang ada di Indonesia akan berhasil bila dilakukan bersama – sama tidak berjalan sendiri – sendiri antara sektor kesehatan dan sektor lain baik di pusat maupun daerah (Erika et al., 2020).

2.3 Zat Gizi Makro

2.3.1 Pengertian Zat Gizi Makro

Asupan zat gizi merupakan salah satu penyebab langsung yang dapat mempengaruhi status gizi pada balita. Asupan zat gizi dapat diperoleh dari beberapa sumber zat gizi, diantaranya seperti zat gizi makro yang terdiri dari energi, karbohidrat, protein dan lemak. Zat gizi makro adalah zat gizi yang dibutuhkan dalam jumlah besar oleh tubuh dan sebagian besar berperan dalam penyediaan energi. Tingkat asupan zat gizi makro dapat mempengaruhi status gizi balita. Balita dengan tingkat asupan energi dan protein yang mencukupi dan memenuhi kebutuhan tubuh akan berbanding lurus dengan status gizi baik. (Diniyyah & Susila Nindya, 2017).

Zat gizi makro berperan dalam penyediaan energi yang berhubungan dengan status gizi balita. Perubahan status gizi menjadi baik atau normal dapat dipengaruhi oleh tingkat asupan energi yang cukup. Selain itu, tingkat asupan dapat dipengaruhi oleh kondisi ekonomi (Afifah, 2019). Kondisi ekonomi yang rendah atau miskin dapat menyebabkan kebutuhan zat gizi balita yang berasal dari asupan makanan tidak tercukupi. Zat gizi makro terdiri atas karbohidrat, protein dan lemak (Nova & Misdhal Rini, 2024). Berikut tabel asupan zat gizi makro menurut AKG, 2019

Tabel 2.2 Asupan Zat Gizi Makro

Klp umur	BB (kg)	TB (cm)	Energi (kcal)	P (g)	Lemak			KH (g)
					Total	Omega 3	Omega 6	
1-3 th	13	92	1350	20	45	0,7	7	215
4 – 6 th	19	113	1400	25	50	0,9	10	220

Sumber : Angka Kecukupan Gizi, 2019

a. Energi

Energi adalah suatu hasil dari metabolisme karbohidrat, protein dan lemak. Energi memiliki fungsi sebagai zat tenaga untuk metabolisme, pertumbuhan, pengaturan suhu dan kegiatan fisik. Energi yang berlebih akan disimpan dalam bentuk glikogen sebagai cadangan energi jangka pendek dalam bentuk lemak sebagai cadangan jangka panjang (Faridi, A et al., 2023).

Energi berperan penting dalam aktifitas fisik seseorang dalam melakukan suatu pekerjaan yang membutuhkan energi yang dapat melakukan aktifitas fisik. Energi dalam tubuh manusia timbul karena adanya pembakaran karbohidrat, protein dan lemak. Dengan demikian agar manusia selalu tercukupi energinya dalam pemasukan zat-zat makanan dalam tubuhnya. Manusia yang kekurangan asupan makanan akan lemah dalam menjalani kegiatannya (Fauda, N & Hidayat, T, S., 2018).

b. Karbohidrat

Karbohidrat adalah kelompok zat beragam dengan berbagai sifat kimia, fisik, dan fisiologis. Sementara karbohidrat pada dasarnya adalah substrat untuk metabolisme energi (Betty Yosephin, 2018). Kebutuhan asupan karbohidrat (215 gr per kg BB) pada balita mencukupi maka akan mempengaruhi perkembangan balita sebaliknya jika kebutuhan asupan karbohidrat tidak mencukupi maka dapat menyebabkan balita mengalami gizi kurang (Betty Yosephin, 2018).

Karbohidrat dicerna oleh tubuh menjadi glukosa, fruktosa dan galaktosa melalui serangkaian proses pencernaan. Fungsi utama karbohidrat adalah untuk menyediakan keperluan energi tubuh, selain itu karbohidrat juga mempunyai fungsi bagi kelangsungan proses metabolisme lemak (Baculu Eka, 2017).

Angka kecukupan zat gizi individu dapat diperoleh dari perbandingan antara asupan zat gizi dengan standar angka kecukupan gizi seseorang (Supriasa et al., 2016).

$$\text{AKG Individu} = \frac{\text{BB Individu}}{\text{BB standar AKG}} \times \text{AKG energi/protein}$$

Selanjutnya pencapaian AKG (tingkat konsumsi energi/protein individu :

$$\text{Tingkat konsumsi E/P} = \frac{\text{Asupan E/ P berdasarkan food recall}}{\text{AKG Individu}} \times 100\%$$

Menurut Supriasa Klasifikasi tingkat konsumsi dibagi menjadi empat dengan *cut of points* masing – masing sebagai berikut :

- 1) Baik : $\geq 100\%$ AKG
- 2) Sedang : 80-90% AKG
- 3) Kurang : 70-80% AKG
- 4) deficit : $<70\%$ AKG

c. Protein

Protein adalah zat gizi makro sumber energi (20 gr per kg BB). Manusia memperoleh protein dari sumber makanan hewani dan nabati (Yunianto et al., 2021). Protein merupakan salah satu zat gizi makro yang dibutuhkan oleh tubuh dan memiliki peran penting dalam

membangun serta memelihara sel – sel dari jaringan tubuh, peranan penting yang tidak dapat digantikan oleh zat gizi lainnya. Protein dibutuhkan didalam tubuh untuk membantu proses pertumbuhan dan perkembangan balita. Balita yang asupan proteinnya rendah kemungkinan besar memiliki keterbatasan asam amino esensial dalam asupan makanan mereka (Yunianto et al., 2021).

Kekurangan asupan protein dapat mengganggu perkembangan anti body sehingga menyebabkan balita mudah terkena penyakit infeksi. Balita yang terkena penyakit infeksi akan terganggu status gizinya, karena anak akan kehilangan nafsu makan dan proses metabolik menjadi terhambat sehingga menyebabkan pertumbuhan pada anak tidak maksimal (Yunianto et al., 2021).

d. Lemak

Lemak merupakan sumber energi yang besar karena setara dengan 9 kkal untuk 1 gram lemak. Lemak juga berfungsi sebagai pelarut vitamin A,D,E dan K. selain itu lemak juga berfungsi sebagai pelezat makanan, sehingga orang lebih cenderung menyukai makanan yang berlemak. Lemak terdapat didalam bahan makanan dengan jumlah yang berbeda – beda (Yunianto et al., 2021).

Lemak termasuk salah satu sumber energi yang sangat penting manusia guna melakukan aktivitas sehari – hari. Balita dengan tingkat asupan lemak yang rendah lebih beresiko mengalami gizi kurang dibandingkan dengan balita tingkat asupan lemaknya cukup (Yunianto et al., 2021).

2.4 Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Terhadap Kejadian Gizi Kurang (*wasting*)

Status gizi merupakan salah satu faktor yang dapat menentukan kualitas tumbuh kembang seseorang yang pada akhirnya akan mempengaruhi terhadap kualitas sumber daya manusia (Nova & Misdhal Rini, 2024). Hasil penelitian Syarfaini (2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara asupan zat gizi makro dengan kejadian gizi kurang (*wasting*) pada balita usia

24 -59 bulan diperoleh bahwa sebagian besar asupan zat gizi makro tidak terpenuhi oleh balita bisa menyebabkan *wasting*.

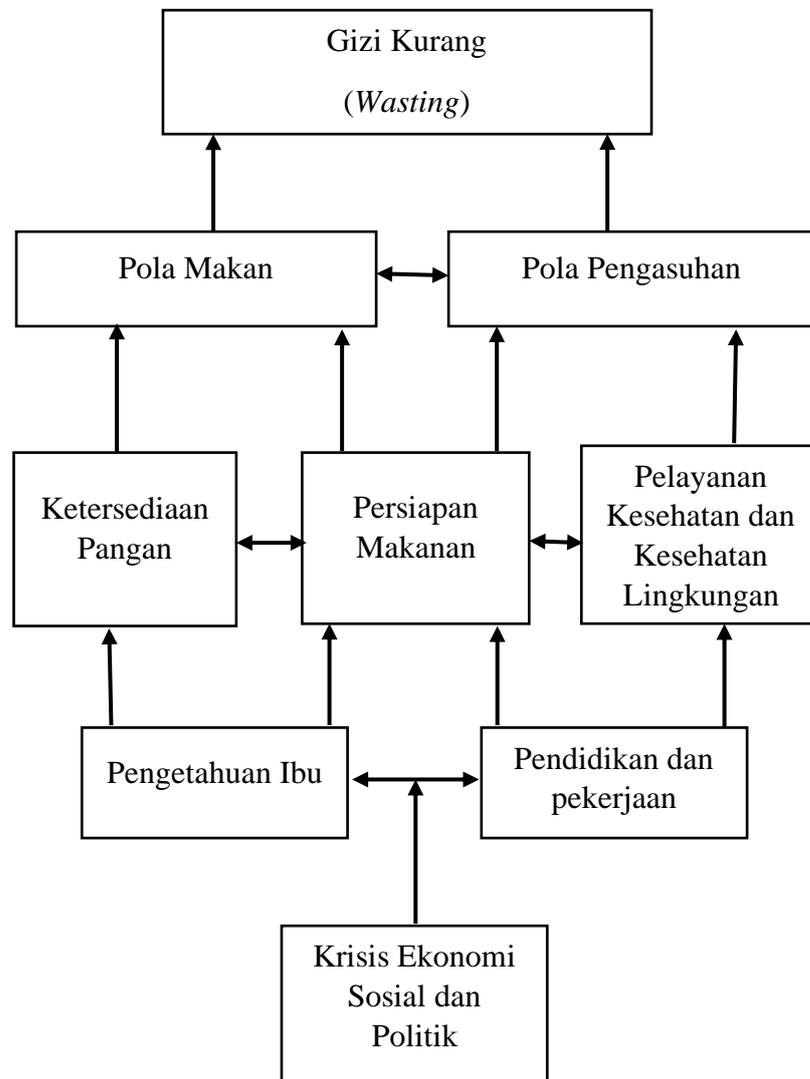
Berdasarkan hasil penelitian Soedarsono (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan kejadian *wasting* pada balita. Hal ini terjadi karena energi berperan dalam tubuh sebagai sumber tenaga untuk pertumbuhan dalam tubuh selain itu energi juga berfungsi sebagai pengatur suhu tubuh.

Berdasarkan hasil penelitian Febriani Eka et al (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara asupan karbohidrat dengan gizi kurang pada balita. Hal ini dapat terjadi karena karbohidrat merupakan sumber utama penghasil glukosa yang digunakan sebagai sumber energi bagi tubuh.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Syarfaini (2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara asupan protein dengan kejadian *wasting* pada balita. Hal ini berdasarkan teori Rofle, dkk menyatakan bahwa protein memiliki pengaruh pada kasus *wasting* ini terjadi karena asam amino yang terdapat pada protein dapat diubah menjadi lemak jika asupan energi dan protein melebihi kebutuhan dan asupan karbohidrat tercukupi. Hasil penelitian Ahmad Faridi et al (2023) menyatakan terdapat hubungan antara asupan protein dengan status gizi kurang. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Diniyyah dan Nindya (2017) menyatakan terdapat hubungan antara asupan protein dengan kejadian gizi kurang pada balita. Dan penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Mohammad Furqan (2020) menyatakan bahwa asupan protein mempunyai hubungan yang bermakna dengan kejadian gizi kurang.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Syarfaini et al (2022) menyatakan terdapat hubungan asupan lemak dengan kejadian *wasting* pada balita. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Febriani et al 2019 menunjukkan bahwa terdapat antara asupan lemak dengan kejadian gizi kurang.

2.5 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka teori

Sumber : UNICEF (2020) *Conceptual Framework on Maternal and Child Nutrition*

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, L. (2019). *Hubungan Pendapatan, Tingkat Asupan Energi Dan Karbohidrat Dengan Status Gizi Balita Usia 2-5 Tahun Di Daerah Kantong Kemiskinan The Correlation Of Income, Level Of Energy And Carbohydrate Intake With Nutritional Status Of Toddlers Aged 2-5 Years In Poor District*. 183–188.
- Amalia Alhamid, S., Tiara Carolin, B., Lubis, R., Studi Kebidanan, P., Ilmu Kesehatan, F., & Nasional Jakarta, U. (2021). *Studi Mengenai Status Gizi Balita* (Vol. 7, Issue 1).
- Abidin, A., Tasnim, T., & Fatmawati, F. (2018). Faktor Risiko Status Gizi Wasting Dalam Penerapan Full Day School Pada Anak Di Pendidikan Anak Usia Dini Pesantren Ummusabri Kendari. *Jurnal Gizi Ilmiah (Jgi)*, 5(1), 20-28.
- Aritonang, S. O. B., Thomson, P., & Lestari, W. (2022). Faktor Risiko Wasting Pada Balita Di Uptd Puskesmas Luahagundre Maniamolo Kabupaten Nias Selatan Tahun 2019. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*, 8(2), 952-961.
- Baculu Eka, P. H. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu Dan Asupan Karbohidrat Dengan Status Gizi Pada Anak Balita Di Desa Kalangkangan Kecamatan Galang Kabupaten Tolitoli. *Promotif*, 7 (1), 14–17.
- Betty Yosephin, D. (2018). *Menghitung Kebutuhan Gizi*.
- Diniyyah, S. R., & Susila Nindya, T. (2017). Asupan Energi, Protein Dan Lemak Dengan Kejadian Gizi Kurang Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Desa Suci, Gresik Energy, Protein And Fat Intake With Underweight Of Toddlers Age 24-59 Months In Suci Village, Gresik. *Amerta Nutr*, 341–350.
- Erika, E., Sari, Y., & Hajrah, W. O. (2020). Kejadian Wasting Pada Balita Usia 6-59 Bulan. *Jurnal Bidan Cerdas*, 2(3), 154–162.
- Faridi, A., Bayyinah, N. H., & Vidyari, A. (2023). Hubungan Asupan Energi Dan Zat Gizi Makro, Pengetahuan Ibu Terkait Gizi Pola Asuh Dengan Gizi Kurang Balita. *Pustaka Padi*, 2(1), 14–21.

- Febriani, E., Wahyudi, A., & Haya, M. (2019). Pengetahuan Ibu Dan Asupan Zat Gizi Makro Berhubungan Dengan Kejadian Gizi Kurang Pada Anak Usia 12-24 Bulan. *Vokasi Kesehatan Jurnal*, 7(1), 77-89.
- Fuada, N., & Hidayat, T. S. (2018). Kecukupan Energi Protein Pada Anak-Anak (24-59 Bulan) Di Indonesia. *Jurnal Litbang Provinsi Jawa Tengah*, 13(1), 83-91.
- Fauziah, L. (2017). Faktor Risiko Kejadian Gizi Kurang Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Kelurahan Taipa Kota Palu. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 6-6.
- Helmi, R. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Margototo Kecamatan Metro Kibang Kabupaten Lampung Timur. *Jurnal kesehatan*, 4(1).
- Kemenkes Ri. (2020). Permenkes 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak
- Mandiangan, J., Amisi, M. D., & Kapantow, N. H. (2023). Hubungan Antara Status Sosial Ekonomi Dengan Status Gizi Balita Usia 24-59 Bulan Di Desa Lesabe Dan Lesabe 1 Kecamatan Tabuka Selatan. *Jurnal Perempuan Dsn Anak Indonesia*, 4(2), 73-80.
- Muliyati, H., Mbali, M., Bando, H., Utami, R. P., & Mananta, O. (2021). Analisis Faktor Kejadian Wasting Pada Anak Balita 12-59 Bulan Di Puskesmas Bulili Kota Palu: Studi Cross Sectional. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 6(2), 111-117.
- Muhammad, F., Ahmad, F., Eka, N. P., Alibbirwin, & Raflizar. (2020). Hubungan Pmba, Pengetahuan Gizi, Asupan Makanan Dan Status Penyakit Infeksi Dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Riset Gizi*, 8(2), 90-94.
- Maria Nova & Rahmita Yanti. (2018). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Pada Siswa Mts. S An-Nur Kota Padang. *Perintis's Health Journal*, 5(2), 169-175.
- Nova, M., & Misdhal Rini, A. (2024). Hubungan Tingkat Pegetahuan Ibu, Pola Asuh, Asupan Gizi Terhadap Status Gizi (Bb/Tb) Pada Balita 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Anak Air Kota Padang. *Ensiklopedia*, 6(2), 312-319.

- Nasution, R. A. Z., Maya, S., & Ernalina, Y. (2024, July). Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu, Asupan Energi Dan Protein Dengan Kejadian Wasting Pada Balita Di Kelurahan Pasar Sibuhuan. In *Prosiding Seminar Nasional Integrasi Pertanian Dan Peternakan* (Vol. 2, No. 1, Pp. 96-104).
- Natalina, S. L., Maulida, F., & Nisa, K. (2023). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Anak Usia 2-5 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 2787-2797.
- Purba, D. Handayani, Utami, N., Asrianto, Hapsari, S. W., & Triatmaja, N. T. (2021). *Kesehatan Dan Gizi Untuk Anak*. 1–256.
- Pehe, Y. T., Muskananfolo, I. L., & Goa, M. Y. (2022). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Status Gizi Dengan Perawatan Balita Kurus (*Wasting*) Di Puskesmas Oepoi Kota Kupang. *Chmk Nursing Scientific*, 6(1), 41-48.
- Perdani, Z. P., Hasan, R., & Nurhasanah, N. (2018). Hubungan Praktik Pemberian Makan Dengan Status Gizi Anak Usia 3-5 Tahun Di Pos Gizi Desa Tegal Kunir Lor Mauk. *Jurnal Jkft*, 1(2), 9-17.
- Puspasari, N., & Andriani, M. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dan Asupan Makan Balita Dengan Status Gizi Balita (BB/U) Usia 12-24 Bulan. *Amerta Nutrition*, 1(4), 369-378.
- Rizkia, P., Sekarwana, N., & Damailia, R. (2023). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Pada Anak Usia 2-5 Tahun Di Puskesmas Karang Tengah Kabupaten Cianjur. In *Bandung Conference Series: Medical Science*, 3(1), 309-313.
- Rochmawati, R., Marlenywati, M., & Waliyo, E. (2016). Gizi Kurus (*Wasting*) Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Pontianak. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 2(2), 132-138.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Ri Tahun 2018.
- Ssgi. (2022). *Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (Ssgi) 2022*.
- Supariasa, I.D.N., Bakri, B., Fajar, I., Reskina, E & Agustin, C.A (2016). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : Ecg.

- Syarfaini, S., Nurfatmi, R., Jayadi, Y. I., & Alam, S. (2022). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Terhadap Kejadian Wasting Pada Balita Usia 0-59 Bulan Di Kecamatan Polombangkeng Utara Kabupaten Takalar Tahun 2022. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 6(2), 128–138.
- Saleh, C., Petrus, P., & Ahmad, A. (2022). Faktor Risiko Kejadian Wasting Pada Baduta Umur 7-24 Bulan Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Wolo Kabupaten Kolaka. *Jurnal Gizi Ilmiah (Jgi)*, 9(2), 36-44.
- Soedarsono, A. M., & Sumarmi, S. (2021). Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Wasting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Simomulyo Surabaya
Factors That Influence The Incident Of Wasting Among Children Under Five Years Old In Simomulyo Public Health Center Surabaya.
- Toby, Y.R., Anggraeni. L.D., & Rasmada, S. (2021). Analisis Asupan Zat Gizi Terhadap Status Gizi Balita. *Faletahan Health Journal*, 8(2), 92-101.
- World Health Organization (Who). 2020. Asthma Fact Sheets. Diunduh Dari
- Yunianto, A. E., Lusiana, S. A., & Lubis, A. (2021). *Ilmu Gizi Dasar*. 1–238.
- Zulfiana, Y., Fatmawati, N., & Pratiwi, Y. S. (2024). Hubungan Asupan Protein Dengan Kejadian Wasting Pada Balita. *Professional Health Journal*, 5(2)