

# HUBUNGAN ASUPAN MAKRONUTRIEN DENGAN STATUS GIZI BALITA (2-5 TAHUN) DI PUSKESMAS NANGGALO

Oleh  
Nurhayati

## Abstrak

Masa lima tahun (balita) merupakan periode penting dalam tumbuh kembang anak dan merupakan masa yang menentukan pembentukan fisik, psikis, dan intelegensinya. Masalah gizi anak secara garis besar merupakan dampak dari ketidakseimbangan antara asupan dan zat gizi (*nutritional imbalance*). WHO memperkirakan bahwa 54% kematian bayi dan anak dilatarbelakangi oleh gizi buruk. Menurut RISKESDAS 2010 menyebutkan bahwa sebanyak 13,0% anak gizi kurang, serta sebanyak 4,9% gizi buruk. Berdasarkan hasil rekapitulasi penimbangan massal di Puskesmas Nanggalo, Kecamatan Nanggalo merupakan daerah dengan angka kejadian gizi kurang dan buruk cukup tinggi di Padang. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan asupan makronutrien dengan status gizi balita (2-5 tahun) di Puskesmas Nanggalo.

Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan desain *cross sectional study*. Sampel berjumlah 83 orang balita di Puskesmas Nanggalo. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *simple random sampling*, pengambilan data dilakukan melalui wawancara. Data yang dikumpulkan adalah karakteristik responden (usia, jenis kelamin, dan data antropometri), asupan makanan (makronutrien) dengan menggunakan FFQ (*food frequency questionnaire semi-quantitative*). Data yang diperoleh diolah melalui uji statistik *Chi-Square Test*.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa sebanyak 48,2% balita dengan gizi kurang, sebanyak 60,2% balita memiliki asupan karbohidrat yang kurang, sebanyak 77,1% balita memiliki asupan protein yang cukup, serta sebanyak 88% balita memiliki asupan lemak yang cukup.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara asupan karbohidrat dengan status gizi balita, serta tidak ada hubungan bermakna antara protein dan lemak dengan status gizi balita.

Kata kunci : Karbohidrat, Protein, Lemak, Status Gizi