

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian

4.1.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini berlangsung di wilayah pelayanan Puskesmas Mangulewa Kecamatan Golewa Barat Kabupaten Ngada Nusa Tenggara Timur. Sebagai penyedia layanan kesehatan primer, fasilitas ini memberikan layanan medis penting bagi penduduk Golewa Barat. Ruang lingkup operasional pusat ini mencakup 13 divisi administrasi, yang meliputi 12 desa dan 1 kecamatan. Dalam upayanya meningkatkan standar kesehatan masyarakat-khususnya kesehatan ibu dan anak-Puskesmas Mangulewa memanfaatkan 24 Pos Pelayanan Kesehatan Terpadu (Posyandu) yang tersebar di seluruh wilayah. Pos-pos berbasis komunitas ini sangat penting untuk melacak perkembangan balita, memberikan konseling kesehatan, dan mendeteksi tanda-tanda awal kekurangan gizi pada masa kanak-kanak.

Penelitian mengenai pengaruh penerapan Basic Feeding Rules terhadap peningkatan berat badan balita gizi kurang ini dilakukan pada wilayah kerja Puskesmas Mangulewa dengan responden yang berasal dari masyarakat yang berada dalam cakupan pelayanan puskesmas tersebut. Pemilihan lokasi penelitian dilakukan secara purposive berdasarkan data balita gizi kurang yang tercatat pada kegiatan pemantauan pertumbuhan di Posyandu.

Dari 24 posyandu yang berada di wilayah kerja Puskesmas Mangulewa, terdapat dua posyandu yang memiliki jumlah balita gizi kurang dan memenuhi kriteria sebagai lokasi penelitian, yaitu Posyandu Padhamaleda dan Posyandu Legameze. Kedua posyandu tersebut dipilih sebagai tempat pelaksanaan penelitian karena memiliki balita dengan status gizi kurang yang menjadi sasaran intervensi penerapan Basic Feeding Rules.

Basic Feeding Rules merupakan pedoman pemberian makan yang menekankan pada jadwal makan yang teratur, pemberian makanan sesuai kebutuhan usia anak, lingkungan makan yang nyaman, serta keterlibatan aktif orang tua dalam proses pemberian makan. Penerapan prinsip-prinsip tersebut diharapkan dapat meningkatkan asupan nutrisi balita sehingga berdampak pada peningkatan berat badan dan perbaikan status gizi.

Melalui penelitian yang dilakukan pada balita gizi kurang di Posyandu Padhamaleda dan Posyandu Legameze, diharapkan dapat diperoleh gambaran mengenai efektivitas penerapan Basic Feeding Rules dalam meningkatkan berat badan balita serta menjadi bahan pertimbangan bagi Puskesmas Mangulewa dalam menyusun program intervensi gizi yang lebih efektif untuk menurunkan angka gizi kurang di wilayah kerjanya.

Profil demografi responden mengungkapkan bahwa 34,1% (15 orang) berusia antara 17 dan 25 tahun, dan 65,9% (29 orang) berusia 26-35 tahun. Mengenai latar belakang pendidikannya, sebagian besar memegang gelar pendidikan menengah (38 responden, 86,4%), dengan jenjang pendidikan dasar dan tinggi masing-masing 6,8% (3 responden). Selanjutnya, data pekerjaan menunjukkan bahwa sebagian besar responden menganggur (40 orang, 90,9%), sedangkan hanya sebagian kecil (4 orang, 9,1%) yang bekerja secara formal.

4.1.2. Identifikasi Kenaikan BB Sebelum Penerapan BFR

Tabel 4.1. Identifikasi Kenaikan BB Sebelum Penerapan BFR

No	Variabel	f	%
Basic Fedding Rulles			
1	Baik	13	29.5
2	Cukup	17	38.6
3	Kurang	14	31.8
Total		44	100

Berdasarkan pada tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 44 responden mayoritas 38,6 % berada pada kategori cukup , 31,8 % dengan kategori kurang dan 29,5 % pada kategori baik.

4.1.3. Identifikasi Kenaikan BB Sesudah Penerapan BFR

Tabel 4.2. Identifikasi Kenaikan BB Sesudah Penerapan BFR

No	Variabel	f	%
	Basic Fedding Rulles		
1	Baik	20	45.5
2	Cukup	15	34.1
3	Kurang	9	20.5
	Total	44	100

Berdasarkan pada tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 44 responden mayoritas 45,5 % berada pada kategori baik , 34,1 % dengan kategori cukup dan 20,5 % pada kategori kurang.

4.1.4. Analisis Pengaruh Penerapan BFR

Tabel 4.3. Pengaruh Penerapam Basic Fedding Rulles Terhadap Peningkatan BB Balita

BB Balita	Mean	Selisih Mean	SD	Std. Error	P Value
Sebelum					
BB Balita	86,022		28,875	4.35313	
		4,088			0,001
Sesudah					
BB Balita	90.090		30.268	4.56256	

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa dapat dilihat rerata BB responden sebelum diberikan perlakuan yaitu sebesar 86,022 dengan standar deviation 28,875 dan rerata BB responden sesudah diberikan perlakuan yaitu sebesar 90,090 dengan standar deviation 30.268. Selisih antara BB sebelum dan sesudah yaitu 4,088. Hasil uji statistik Wilcoxon diperoleh nilai $P = 0,001 < 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penerapan Aturan Pemberian Makan Dasar terhadap peningkatan anak balita.

4.2. Pembahasan

4.2.1. Karakteristik Responden

Analisis terhadap distribusi usia responden dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa kelompok usia 26–35 tahun mendominasi sebesar 65,9% dari total 44 responden yang dilibatkan. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar subjek penelitian merupakan ibu

yang berada dalam fase dewasa awal, yakni periode kehidupan yang secara psikologis dan kognitif ditandai oleh kematangan berpikir serta kapasitas pengambilan keputusan yang lebih terstruktur, termasuk dalam hal pengelolaan kesehatan dan pengasuhan anak. Pada rentang usia tersebut, individu umumnya menunjukkan daya serap informasi kesehatan yang lebih tinggi, kemampuan adaptasi terhadap anjuran klinis yang lebih baik, serta kesiapan psikologis yang memadai dalam memenuhi kebutuhan tumbuh kembang anak secara holistik. Hal ini relevan dengan kerangka teoritis yang diajukan oleh Notoatmodjo, yang menegaskan bahwa kematangan usia seseorang berkorelasi positif dengan kemampuannya dalam menginterpretasikan dan mengimplementasikan informasi kesehatan ke dalam praktik kehidupan nyata.

Kematangan usia ibu secara signifikan berkontribusi terhadap kualitas pola pengasuhan dan praktik pemberian makan pada anak balita. Ibu yang berada dalam rentang usia 26–35 tahun pada umumnya telah terakumulasi pengalaman pengasuhan yang cukup, sehingga memiliki kemampuan lebih baik dalam mengatur pola makan anak secara tepat, termasuk dalam penerapan basic feeding rules secara konsisten. Kondisi tersebut secara tidak langsung dapat mendorong terjadinya peningkatan status gizi balita yang mengalami kurang gizi, sebab ibu mampu menyesuaikan kebutuhan asupan anak dengan tahapan pertumbuhan dan perkembangan yang sedang berlangsung. Relevansi temuan ini diperkuat oleh hasil penelitian Cut Khairunnisa dan Ghinanda (2022) yang secara empiris membuktikan adanya hubungan bermakna antara karakteristik ibu, termasuk faktor usia, dengan status gizi balita melalui mekanisme pengaruhnya terhadap pola pengasuhan dan praktik pemberian makanan sehari-hari.

Ditinjau dari aspek tingkat pendidikan, data penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden, yakni sebesar 86,4%, memiliki latar belakang pendidikan menengah. Pendidikan merupakan determinan fundamental yang secara langsung mempengaruhi kapasitas ibu dalam mengakses,

memproses, dan menginternalisasi informasi kesehatan, khususnya yang berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan gizi balita. Ibu berpendidikan menengah cenderung menunjukkan pemahaman yang lebih komprehensif terhadap konsep gizi seimbang, penjadwalan pemberian makanan anak, serta relevansi penerapan prinsip-prinsip basic feeding rules dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Selain itu, tingkat pendidikan yang memadai turut membekali ibu dengan kemampuan selektif dalam memilih jenis makanan yang sesuai dengan kebutuhan nutrisi anak, sehingga pada gilirannya berkontribusi terhadap perbaikan status gizi balita.

Temuan penelitian ini mendapatkan penguatan dari hasil studi yang dilakukan oleh Fayola et al. (2025), yang secara konsisten menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan ibu dengan status gizi balita berdasarkan indikator berat badan terhadap tinggi badan (BB/TB). Ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi terbukti memiliki pengetahuan yang lebih baik terkait kebutuhan gizi anak serta menunjukkan responsivitas yang lebih tinggi terhadap informasi dan edukasi kesehatan yang diterima. Senada dengan hal tersebut, penelitian Maflahatun Nabila (2022) turut mengungkapkan adanya korelasi positif antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi balita, di mana peningkatan pengetahuan ibu secara signifikan berhubungan dengan membaiknya kondisi gizi anak.

Lebih lanjut, kajian yang dilakukan oleh Naktiany et al. (2022) memperkuat pemahaman bahwa pendidikan, pengetahuan, dan pola asuh ibu merupakan serangkaian faktor yang saling terkait dalam membentuk pola konsumsi dan kecukupan nutrisi anak balita. Dengan demikian, kondisi pendidikan menengah yang dimiliki oleh sebagian besar responden dalam penelitian ini dapat dipandang sebagai modal sosial yang berperan dalam mendukung keberhasilan penerapan basic feeding rules, serta menjadi salah satu prediktor penting dalam upaya penanganan masalah gizi kurang pada anak balita.

Berdasarkan status ketenagakerjaan, proporsi terbesar responden, yaitu 90,9%, tercatat sebagai ibu yang tidak bekerja di luar rumah. Kondisi ini secara teoritis memberikan keuntungan tersendiri dalam konteks pengasuhan anak, karena ibu yang berstatus tidak bekerja umumnya memiliki alokasi waktu yang lebih besar untuk mencurahkan perhatian penuh terhadap proses pengasuhan, termasuk dalam menyiapkan makanan dan mendampingi balita selama waktu makan berlangsung. Ketersediaan waktu yang lebih lapang tersebut memungkinkan ibu untuk menerapkan pola pemberian makan yang teratur, terjadwal, dan sesuai dengan kebutuhan spesifik anak, sehingga secara kumulatif dapat meningkatkan kualitas dan kuantitas asupan nutrisi balita yang pada akhirnya berdampak positif terhadap trajektori peningkatan berat badan.

Hal ini sejalan dengan temuan Khairunnisa dan Ghinanda (2022) yang mengidentifikasi bahwa status pekerjaan ibu memiliki pengaruh terhadap status gizi balita melalui mekanisme pengaturan waktu pengasuhan dan intensitas perhatian ibu terhadap kebutuhan makan anak. Ibu yang memiliki lebih banyak waktu bersama anak terbukti mampu melakukan pemantauan pola makan dan kondisi kesehatan anak dengan lebih efektif dibandingkan dengan ibu yang memiliki keterbatasan waktu akibat aktivitas bekerja di luar rumah. Meskipun demikian, penting untuk ditekankan bahwa kehadiran fisik ibu di rumah tidak serta-merta menjamin terpenuhinya kebutuhan gizi balita secara optimal; diperlukan pula bekal pengetahuan yang cukup dan keterampilan praktis dalam manajemen pemberian makan anak agar intervensi gizi dapat terlaksana secara efektif dan tepat sasaran.

Secara holistik, profil karakteristik responden dalam penelitian ini menggambarkan suatu konteks sosial yang relatif kondusif bagi keberhasilan intervensi gizi. Sebagian besar ibu berada pada usia dewasa awal yang produktif, didukung oleh latar belakang pendidikan menengah yang memadai, serta memiliki ketersediaan waktu yang cukup akibat statusnya sebagai ibu rumah tangga. Kombinasi dari ketiga faktor tersebut

menciptakan fondasi yang kuat bagi penerimaan edukasi kesehatan sekaligus penerapan basic feeding rules secara konsisten, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap keberhasilan program peningkatan berat badan balita gizi kurang selama periode penelitian berlangsung.

4.2.2. Pengaruh Penerapan Basic Feeding Rules Terhadap Peningkatan Berat Badan Balita Gizi Kurang Di Wilayah Kerja Puskesmas Mangulewa

Analisis statistik terhadap data berat badan responden menghasilkan gambaran yang secara kuantitatif menunjukkan adanya perubahan bermakna sebelum dan sesudah pelaksanaan intervensi. Rerata berat badan balita sebelum penerapan intervensi tercatat sebesar 86,022 dengan standar deviasi 28,875, sedangkan setelah intervensi berlangsung, nilai rerata mengalami peningkatan menjadi 90,090 dengan standar deviasi 30,268. Selisih rerata berat badan antara periode pra dan pasca intervensi sebesar 4,068 menunjukkan adanya perubahan positif yang secara klinis relevan. Hasil uji statistik menggunakan uji Wilcoxon menghasilkan nilai $p = 0,001$, yang secara statistik jauh di bawah ambang batas signifikansi 0,05. Berdasarkan hasil tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa penerapan basic feeding rules memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan berat badan balita gizi kurang.

Temuan ini berkonvergensi dengan hasil penelitian Rahmawati et al. (2022) yang secara empiris membuktikan bahwa implementasi pola pemberian makan yang terstruktur dan konsisten memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan berat badan balita yang mengalami defisit gizi, dengan nilai $p\text{-value} < 0,05$. Penelitian tersebut secara eksplisit mengungkapkan bahwa balita yang menerima pola makan teratur menunjukkan laju peningkatan berat badan yang lebih tinggi secara bermakna dibandingkan dengan balita yang tidak mendapatkan pengaturan pola makan yang memadai, yang mengindikasikan peran sentral dari intervensi berbasis perilaku dalam tata laksana gizi kurang.

Studi yang dilakukan oleh Sari dan Fitriani (2023) turut memperkuat evidensi ilmiah mengenai efektivitas intervensi berbasis edukasi ini, di mana pemberian edukasi kepada ibu mengenai prinsip-prinsip basic feeding rules terbukti mampu meningkatkan kompetensi ibu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi anak secara lebih optimal. Setelah dilaksanakannya intervensi dalam periode beberapa minggu, sebagian besar balita yang menjadi subjek penelitian menunjukkan trajektori peningkatan berat badan yang positif dan disertai perbaikan status gizi secara keseluruhan. Hal tersebut menggarisbawahi bahwa peningkatan pengetahuan dan kecakapan ibu melalui program edukasi gizi memiliki peranan yang krusial dalam menentukan keberhasilan praktik pemberian makan pada balita.

Penting untuk dicatat bahwa peningkatan berat badan balita tidak semata-mata ditentukan oleh penerapan basic feeding rules, melainkan turut dipengaruhi oleh kompleksitas faktor-faktor lain yang saling berinteraksi. Faktor-faktor tersebut mencakup tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu, kondisi sosial ekonomi keluarga, kualitas sanitasi dan kebersihan lingkungan, riwayat infeksi berulang, serta kualitas dukungan sosial dari lingkungan keluarga. Balita yang memiliki riwayat infeksi berulang seperti diare dan infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) cenderung mengalami gangguan serius pada proses absorpsi dan utilisasi nutrisi, yang secara langsung menghambat proses peningkatan berat badan secara optimal. Oleh karenanya, efektivitas penerapan basic feeding rules akan lebih optimal apabila diintegrasikan dengan penanganan komprehensif terhadap faktor-faktor kesehatan dan lingkungan yang melingkupinya, sebagaimana ditekankan oleh laporan UNICEF (2021).

Berdasarkan keseluruhan bukti yang terhimpun, penelitian ini secara konsisten menunjukkan bahwa penerapan basic feeding rules memberikan kontribusi positif yang nyata terhadap perbaikan status gizi balita melalui peningkatan berat badan. Terdapat hubungan yang bersifat proporsional antara konsistensi penerapan aturan pemberian makan oleh ibu atau

pengasuh dengan derajat peningkatan berat badan yang dicapai oleh balita. Implikasi praktis dari temuan ini mengarahkan pada urgensi peningkatan kapasitas tenaga kesehatan, khususnya perawat dan ahli gizi, dalam menyelenggarakan program edukasi gizi yang sistematis dan berkelanjutan kepada orang tua, sebagai bagian integral dari strategi pencegahan dan penanganan masalah gizi kurang pada balita.

Basic feeding rules merupakan seperangkat panduan ilmiah dalam pemberian makan yang mencakup beberapa dimensi utama, yaitu penetapan jadwal makan yang teratur, penyesuaian jenis dan jumlah makanan dengan tahap perkembangan anak, penciptaan suasana makan yang kondusif dan menyenangkan, penetapan porsi makan yang proporsional, serta penyajian variasi makanan bergizi seimbang yang merangsang selera makan anak. Implementasi prinsip-prinsip tersebut secara holistik dapat berfungsi sebagai katalis dalam meningkatkan nafsu makan balita sekaligus mendorong konsumsi makanan dalam kuantitas dan kualitas yang lebih baik, yang pada akhirnya membuka jalan bagi perbaikan status gizi anak secara substansial, sebagaimana direkomendasikan oleh World Health Organization (WHO, 2021).

Dari perspektif fisiologis, peningkatan berat badan pada balita gizi kurang terjadi sebagai respons langsung terhadap terpenuhinya kebutuhan kalori, protein, dan zat gizi mikro melalui pola makan yang lebih baik dan terstruktur. Sebelum penerapan intervensi, balita yang mengalami kesulitan makan umumnya berada dalam kondisi defisit energi kronis yang secara signifikan menghambat laju pertumbuhan berat badan. Setelah penerapan *basic feeding rules* dilaksanakan secara konsisten, terjadi perubahan pola makan yang lebih teratur dan peningkatan penerimaan anak terhadap jenis makanan yang disajikan. Fenomena ini sejalan dengan landasan teoritis yang menyatakan bahwa perilaku makan anak secara fundamental dipengaruhi oleh kualitas pola pengasuhan dan pendekatan pemberian makan yang diterapkan oleh orang tua (Kemenkes RI, 2022).

Di samping manfaat langsung terhadap peningkatan asupan makanan, penerapan *basic feeding rules* juga memberikan dampak positif bagi orang tua dalam membangun pemahaman yang lebih mendalam mengenai pentingnya kepekaan terhadap sinyal rasa lapar dan kenyang yang ditunjukkan oleh anak. Orang tua yang mengadopsi pendekatan pemberian makan responsif cenderung tidak menerapkan paksaan saat waktu makan, melainkan memberikan dukungan positif dan lingkungan makan yang aman secara emosional bagi anak. Pendekatan berbasis responsivitas ini secara psikologis meningkatkan rasa nyaman anak selama proses makan berlangsung dan berdampak pada peningkatan konsumsi makanan harian secara sukarela. Bukti ilmiah yang dikemukakan oleh Black et al. (2021) menegaskan bahwa praktik pemberian makan yang responsif memiliki hubungan signifikan dengan peningkatan status gizi balita sekaligus berkontribusi terhadap penurunan risiko terjadinya malnutrisi.

Berdasarkan kerangka analisis tersebut, peneliti berpendapat bahwa penerapan *basic feeding rules* yang dilaksanakan secara konsisten dan berkelanjutan oleh ibu atau pengasuh utama merupakan intervensi perilaku yang memiliki efektivitas tinggi dalam meningkatkan asupan nutrisi balita, yang secara langsung berkontribusi pada peningkatan berat badan balita gizi kurang secara terukur dan signifikan.

4.2.3. Kelemahan dan Keterbatasan dalam Penelitian

Sebagaimana lazimnya penelitian ilmiah pada umumnya, pelaksanaan studi ini tidak terlepas dari sejumlah kelemahan dan keterbatasan metodologis yang perlu diakui secara transparan. Pengakuan terhadap aspek-aspek tersebut diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih proporsional bagi pembaca dalam mengevaluasi validitas temuan, sekaligus menjadi referensi konstruktif bagi pengembangan penelitian berikutnya dalam topik yang sama.

Adapun kelemahan yang teridentifikasi dalam penelitian ini meliputi:

1. Aspek kepatuhan dalam pelaksanaan intervensi mengandung potensi terjadinya variabilitas yang sulit dikontrol sepenuhnya, mengingat proses penerapan *basic feeding rules* berlangsung di lingkungan rumah tangga masing-masing responden. Kondisi tersebut menyebabkan peneliti tidak dapat melakukan pemantauan menyeluruh terhadap konsistensi dan fidelitas penerapan intervensi di setiap keluarga, sehingga berpotensi menimbulkan bias dalam perolehan data.
2. Ruang lingkup pengamatan dalam penelitian ini terfokus secara eksklusif pada variabel peningkatan berat badan pasca intervensi, tanpa melakukan pengukuran dan pengendalian terhadap variabel konfounding lain yang secara teoritis turut berkontribusi terhadap status berat badan balita, seperti riwayat penyakit infeksi, kondisi pendapatan keluarga, pola pengasuhan secara umum, serta tingkat pengetahuan dasar ibu di awal penelitian.

Sementara itu, beberapa keterbatasan yang turut ditemukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Jumlah responden yang diikutsertakan dalam penelitian ini masih tergolong terbatas, yakni hanya sebanyak 44 orang. Ukuran sampel yang relatif kecil tersebut berimplikasi pada terbatasnya keberagaman data yang dapat diperoleh, sehingga karakteristik dan temuan yang muncul berpotensi tidak sepenuhnya merepresentasikan kondisi populasi yang lebih luas secara generalisasi.
2. Rancangan penelitian yang digunakan tidak mengintegrasikan kelompok kontrol sebagai pembanding, sehingga timbul ketidakpastian mengenai apakah seluruh peningkatan berat badan yang terukur dapat diatribusikan secara eksklusif kepada penerapan *basic feeding rules*, ataukah terdapat kontribusi faktor-faktor eksternal lain yang tidak teridentifikasi dalam penelitian ini.
3. Secara geografis, penelitian ini hanya dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Mangulewa, Kecamatan Golewa Barat, Kabupaten Ngada,

Provinsi Nusa Tenggara Timur. Keterbatasan cakupan geografis ini mengimplikasikan bahwa karakteristik sosial, budaya, dan demografis responden di daerah lain mungkin menunjukkan perbedaan yang substansial, sehingga generalisasi hasil penelitian ini kepada konteks geografis dan populasi yang berbeda harus dilakukan dengan kehati-hatian ilmiah yang semestinya.