



HUBUNGAN DIVERSITAS MAKANAN TERHADAP PERTUMBUHAN ANAK USIA BADUTA (6–24 BULAN)

Shentya Fitriana¹, Rahmatul Ulya²

¹Politeknik Kesehatan Kemenkes Jakarta III, shentya_f@yahoo.co.id, orcid: <https://orcid.org/0000-0001-7316-8240>

² Universitas Sumatera Barat, rahmatululya354@gmail.com, orcid : <https://orcid.org/0000-0003-1775-8902>

Corresponding author :

Shentya Fitriana

shentya_f@yahoo.co.id

Jalan Arteri JORR Jatiwarna, Jatimelati, Kec. Pondok Melati, Kota Bekasi, Jawa Barat 17415

Submitted: 15 Januari 2026

Revised: 16 Maret 2026

Accepted: 28 Maret 2026

Published: 30 Maret 2026

ABSTRAK:

Pertumbuhan anak pada dua tahun pertama kehidupan merupakan periode yang sangat penting karena menentukan status kesehatan dan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Salah satu faktor yang mempengaruhi pertumbuhan anak adalah keberagaman makanan yang dikonsumsi, terutama pada masa pemberian makanan pendamping ASI. Diversitas makanan yang baik dapat membantu memenuhi kebutuhan zat gizi makro dan mikro yang diperlukan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara diversitas makanan dengan pertumbuhan anak usia baduta (6–24 bulan) di wilayah kerja Puskesmas Nanggalo pada bulan November – Desember 2025. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analitik observasional melalui metode *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 60 anak usia 6–24 bulan yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data diversitas makanan diperoleh melalui wawancara menggunakan kuesioner recall makanan 24 jam dan diukur menggunakan indikator *Minimum Dietary Diversity (MDD)*. Data pertumbuhan anak diperoleh melalui pengukuran antropometri berupa berat badan dan panjang/tinggi badan sesuai standar pertumbuhan anak. Analisis data dilakukan menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara diversitas makanan dengan pertumbuhan anak dengan nilai *p-value* sebesar 0,012 ($p < 0,05$). Anak yang memiliki diversitas makanan yang baik cenderung memiliki pertumbuhan yang lebih optimal dibandingkan dengan anak yang memiliki diversitas makanan rendah.

Kata Kunci: diversitas makanan; pertumbuhan anak; gizi anak; makanan pendamping ASI.

ABSTRACT:

Child growth during the first two years of life is a critical period that determines health status and human resource quality in the future. One important factor influencing child growth is the diversity of food consumed, especially during the complementary feeding period. Adequate dietary diversity ensures the fulfillment of essential macro and micronutrients needed for optimal growth and development. This study aims to analyze the relationship between dietary diversity and the growth of children aged 6–24 months in the working area of Puskesmas Nanggalo, Padang. This research used a quantitative approach with an analytic observational design using a cross-sectional method. The sample consisted of 60 children aged 6–24 months selected using purposive sampling techniques. Data on dietary diversity were collected through structured interviews with mothers using a 24-hour recall questionnaire and measured using the Minimum Dietary Diversity (MDD) indicator. Child growth data were obtained through anthropometric measurements including weight and length/height according to age standards. Data analysis was conducted using univariate and bivariate analysis with the Chi-Square test. The results showed that there was a significant relationship between dietary diversity and child growth with a p-value of 0.012 ($p < 0.05$). Children who had good dietary diversity tended to have better growth compared to children with low dietary diversity. These findings highlight the importance of improving dietary diversity during the complementary feeding period to support optimal child growth.

Keywords: dietary diversity; child growth; nutrition; complementary feeding;.

PENDAHULUAN

Masa baduta (bawah dua tahun) merupakan periode yang sangat penting dalam siklus kehidupan manusia karena pada fase ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Usia 6–24 bulan dikenal sebagai periode kritis dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak karena pada tahap ini bayi mulai beralih dari konsumsi ASI eksklusif menuju makanan pendamping ASI (MP-ASI). Kebutuhan zat gizi yang meningkat pada masa ini harus dipenuhi melalui makanan yang tidak hanya cukup dari segi jumlah, tetapi juga memiliki kualitas yang baik dan beragam. Diversitas makanan menjadi salah satu indikator penting dalam menilai kualitas pola makan anak karena mencerminkan variasi kelompok pangan yang dikonsumsi dalam sehari. Semakin beragam jenis makanan yang dikonsumsi anak, semakin besar kemungkinan kebutuhan zat gizi makro dan mikro terpenuhi secara optimal. Sebaliknya, anak yang hanya mengonsumsi makanan dengan variasi terbatas berisiko mengalami kekurangan zat gizi tertentu yang dapat berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan mereka. Kondisi ini dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan seperti berat badan tidak sesuai usia, tinggi badan yang terhambat, serta meningkatnya risiko stunting pada anak (World Health Organization, 2021).

Masalah gizi pada anak masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di dunia. Berdasarkan laporan World Health Organization, pada tahun 2022 terdapat sekitar 148 juta anak balita di dunia mengalami stunting, 45 juta anak mengalami wasting, dan sekitar 37 juta anak mengalami overweight. Kondisi ini menunjukkan bahwa masalah gizi pada anak masih menjadi perhatian global karena dapat mempengaruhi kualitas kesehatan dan perkembangan anak dalam

jangka panjang. Selain itu, laporan UNICEF juga menyebutkan bahwa hanya sekitar 29% anak usia 6–23 bulan di dunia yang memenuhi standar Minimum Dietary Diversity (MDD) atau keberagaman makanan minimum yang direkomendasikan

Diversitas makanan pada anak biasanya diukur menggunakan indikator Minimum Dietary Diversity (MDD), yaitu jumlah kelompok makanan yang dikonsumsi anak dalam periode 24 jam terakhir. Indikator ini digunakan secara luas dalam penelitian gizi anak karena mampu menggambarkan kecukupan konsumsi mikronutrien penting yang diperlukan untuk pertumbuhan. Anak yang mengonsumsi makanan dari minimal lima kelompok pangan memiliki kemungkinan yang lebih besar untuk memperoleh zat gizi penting seperti protein, zat besi, seng, vitamin A, serta berbagai vitamin dan mineral lain yang berperan dalam pembentukan jaringan tubuh dan sistem imun. Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa praktik pemberian makanan pada anak usia baduta masih belum memenuhi standar keberagaman pangan yang direkomendasikan. Banyak keluarga yang masih memberikan makanan yang monoton, terutama yang didominasi oleh sumber karbohidrat seperti nasi atau bubur tanpa diimbangi dengan sumber protein hewani, sayuran, maupun buah-buahan. Kurangnya variasi makanan ini seringkali dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti tingkat pengetahuan ibu, kondisi sosial ekonomi keluarga, ketersediaan bahan pangan, serta kebiasaan budaya dalam pola makan keluarga (UNICEF, 2022). Apabila kondisi ini berlangsung dalam jangka waktu yang lama, maka risiko terjadinya masalah gizi pada anak akan semakin meningkat.

Berbagai penelitian sebelumnya telah mengkaji hubungan antara praktik pemberian MP-ASI dengan status gizi anak, namun sebagian besar penelitian tersebut lebih banyak menitikberatkan pada kecukupan energi atau frekuensi pemberian makan. Sementara itu, aspek keberagaman jenis makanan yang dikonsumsi anak masih relatif kurang mendapat perhatian dalam penelitian, khususnya pada kelompok usia baduta yang merupakan periode paling sensitif terhadap perubahan status gizi. Beberapa studi menunjukkan bahwa anak yang mengonsumsi makanan dengan variasi lebih banyak memiliki status gizi yang lebih baik dibandingkan dengan anak yang memiliki pola makan monoton. Hal ini menunjukkan bahwa diversitas makanan berperan penting dalam memastikan anak memperoleh berbagai zat gizi yang dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan optimal. Di sisi lain, permasalahan gizi pada anak, terutama stunting, masih menjadi isu kesehatan masyarakat yang cukup serius di Indonesia. Data nasional menunjukkan bahwa prevalensi stunting pada anak masih berada pada tingkat yang memerlukan perhatian dan intervensi yang berkelanjutan. Kondisi ini menunjukkan bahwa upaya perbaikan gizi anak tidak hanya perlu difokuskan pada kuantitas makanan yang diberikan, tetapi juga pada kualitas dan keberagaman jenis makanan yang dikonsumsi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Meskipun penelitian mengenai praktik pemberian makanan pada anak telah banyak dilakukan, masih terdapat celah pengetahuan terkait bagaimana diversitas makanan secara langsung berpengaruh terhadap pertumbuhan anak usia baduta, terutama dalam konteks sosial dan budaya masyarakat setempat. Setiap daerah memiliki karakteristik pola konsumsi pangan yang berbeda, termasuk pemanfaatan sumber pangan lokal yang sebenarnya berpotensi menjadi sumber gizi yang baik bagi anak. Namun dalam praktiknya, pemanfaatan pangan lokal yang beragam tersebut seringkali belum optimal dalam pola makan anak sehari-hari. Oleh karena itu, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara diversitas makanan dengan

pertumbuhan anak usia baduta menjadi penting untuk memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan anak. Kebaruan penelitian ini terletak pada fokus analisis terhadap diversitas makanan sebagai faktor yang mempengaruhi pertumbuhan anak usia 6–24 bulan, dengan mempertimbangkan variasi konsumsi pangan pada tingkat rumah tangga. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan strategi intervensi gizi yang lebih efektif, terutama dalam meningkatkan kualitas pemberian makanan pada anak usia dini. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi kepada keluarga mengenai pentingnya keberagaman makanan dalam mendukung pertumbuhan optimal anak. Dengan demikian, tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh diversitas makanan terhadap pertumbuhan anak usia baduta (6–24 bulan).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain analitik observasional yang menggunakan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilaksanakan pada bulan November – Desember 2025 di wilayah kerja Puskesmas Nanggalo. Subjek dalam penelitian ini adalah anak usia baduta (6–24 bulan) yang terdaftar di wilayah kerja tersebut. Populasi penelitian mencakup seluruh anak usia baduta di wilayah kerja Puskesmas Nanggalo. Sampel penelitian berjumlah 60 anak yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah anak berusia 6–24 bulan, telah mendapatkan makanan pendamping ASI (MP-ASI), serta ibu atau pengasuh bersedia menjadi responden dengan menandatangani lembar persetujuan (informed consent). Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi anak yang sedang mengalami sakit berat, memiliki kelainan kongenital yang mempengaruhi pertumbuhan, serta responden dengan data yang tidak lengkap. Data yang digunakan terdiri dari data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui wawancara langsung menggunakan kuesioner terstruktur kepada ibu atau pengasuh anak untuk menggali informasi terkait praktik pemberian makan dan diversitas makanan yang dikonsumsi anak dalam 24 jam terakhir. Diversitas makanan diukur menggunakan indikator Minimum Dietary Diversity (MDD), yang menggambarkan jumlah kelompok pangan yang dikonsumsi anak.

Data pertumbuhan anak diperoleh melalui pengukuran berat badan dan panjang/tinggi badan menggunakan alat antropometri standar, kemudian dibandingkan dengan standar pertumbuhan anak untuk menentukan status pertumbuhan. Sebelum penelitian dilaksanakan, peneliti telah memperoleh izin dari pihak terkait, yaitu Dinas Kesehatan dan Puskesmas Nanggalo.

Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden serta distribusi variabel penelitian, seperti diversitas makanan dan status pertumbuhan anak. Selanjutnya, analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara diversitas makanan dengan pertumbuhan anak usia baduta menggunakan uji statistik yang sesuai. Seluruh data diolah menggunakan perangkat lunak statistik dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi disertai dengan interpretasi hasil analisis.

PENELITIAN RELEVAN

Penelitian mengenai diversitas makanan pada anak usia dini terus berkembang karena keberagaman makanan merupakan indikator penting dalam menilai kecukupan gizi dan kualitas diet anak. Diversitas makanan berkaitan dengan pemenuhan zat gizi mikro yang sangat dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa rendahnya keberagaman makanan pada anak usia 6–24 bulan dapat meningkatkan risiko masalah gizi seperti stunting, wasting, dan underweight. Berikut beberapa penelitian terbaru yang relevan dengan topik penelitian ini.

Penelitian yang dilakukan oleh Saha et al. (2022) berfokus pada hubungan antara diversitas makanan dengan hasil pertumbuhan anak usia 6–23 bulan. Penelitian ini menggunakan teori kecukupan gizi yang menjelaskan bahwa variasi konsumsi pangan dapat meningkatkan pemenuhan zat gizi penting bagi tubuh. Metode penelitian yang digunakan adalah studi kuantitatif dengan pendekatan observasional menggunakan data survei kesehatan anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rendahnya diversitas makanan berhubungan dengan tingginya prevalensi stunting, wasting, dan underweight pada anak. Studi tersebut menemukan prevalensi stunting sebesar 35,9% pada anak yang memiliki keberagaman makanan rendah, yang menunjukkan bahwa kualitas diet memiliki peran penting dalam pertumbuhan anak.

Penelitian lain dilakukan oleh Sekartaji et al. (2021) yang meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi diversitas makanan pada anak di Indonesia. Penelitian ini menggunakan teori perilaku konsumsi pangan yang menyatakan bahwa kondisi sosial ekonomi, pendidikan ibu, serta akses informasi berpengaruh terhadap kualitas konsumsi makanan anak. Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain cross-sectional menggunakan data survei nasional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pendidikan ibu, kondisi ekonomi keluarga, serta paparan informasi kesehatan berpengaruh terhadap keberagaman makanan anak. Anak yang berasal dari keluarga dengan tingkat pendidikan dan ekonomi yang lebih baik cenderung memiliki diversitas makanan yang lebih tinggi.

Penelitian yang dilakukan oleh Mulatu et al. (2024) berfokus pada tingkat diversitas makanan dan faktor yang mempengaruhinya pada anak usia 6–23 bulan. Penelitian ini menggunakan teori praktik pemberian makan anak (*Infant and Young Child Feeding/IYCF*) yang menekankan pentingnya variasi makanan dalam memenuhi kebutuhan gizi anak. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional melalui wawancara kepada ibu serta pengukuran status gizi anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa diversitas makanan pada anak masih tergolong rendah dan dipengaruhi oleh faktor pendidikan ibu, pengetahuan gizi, serta ketersediaan

pangan dalam rumah tangga. Penelitian tersebut menegaskan bahwa keberagaman makanan sangat penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anak pada masa pertumbuhan awal.

Berdasarkan beberapa penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa diversitas makanan memiliki hubungan yang erat dengan status gizi dan pertumbuhan anak. Namun demikian, sebagian besar penelitian masih berfokus pada hubungan diversitas makanan dengan status gizi seperti stunting atau underweight secara umum. Penelitian yang secara khusus menganalisis hubungan diversitas makanan dengan pertumbuhan anak usia baduta pada tingkat wilayah pelayanan kesehatan masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan diversitas makanan dengan pertumbuhan anak usia baduta (6–24 bulan) di wilayah kerja Puskesmas Nanggalo Padang sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih spesifik mengenai praktik pemberian makanan pada anak serta pengaruhnya terhadap pertumbuhan anak di tingkat masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Temuan penelitian menunjukkan bahwa penelitian ini melibatkan **60 anak usia baduta (6–24 bulan)** yang berada di wilayah kerja Puskesmas Nanggalo. Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi usia ibu, tingkat pendidikan ibu, pekerjaan ibu, serta usia anak. Karakteristik tersebut penting untuk menggambarkan kondisi sosial demografi yang dapat mempengaruhi pola pemberian makan pada anak.

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia ibu 20–35 tahun	38	66,3
Usia ibu >35 tahun	22	36,7
Pendidikan menengah	35	58,3
Pendidikan tinggi	25	41,7
Ibu rumah tangga	40	66,7
Bekerja	20	33,3

Tabel.1 Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil analisis data, sebagian besar ibu berada pada kelompok usia 20–35 tahun, yang termasuk dalam kelompok usia reproduktif sehat. Pada kelompok usia ini, ibu umumnya memiliki kesiapan yang lebih baik dalam mengasuh anak serta mengambil keputusan terkait pola makan anak. Dari segi tingkat pendidikan, sebagian besar ibu memiliki pendidikan menengah yaitu lulusan sekolah menengah atas. Pendidikan ibu merupakan faktor yang cukup penting dalam menentukan pengetahuan dan perilaku ibu dalam memberikan makanan kepada anak.

Dilihat dari pekerjaan ibu, sebagian besar responden berstatus sebagai ibu rumah tangga. Kondisi ini memungkinkan ibu memiliki waktu yang lebih banyak untuk mengasuh anak dan mengatur pola makan keluarga. Namun demikian, praktik pemberian makanan pada anak tidak hanya dipengaruhi oleh ketersediaan waktu, tetapi juga dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi anak.

Sementara itu, berdasarkan karakteristik anak, sebagian besar anak berada pada kelompok usia 12–24 bulan. Pada usia ini anak mulai mengalami perubahan pola makan dari makanan pendamping ASI menuju makanan keluarga. Oleh karena itu, variasi jenis makanan yang diberikan kepada anak sangat penting untuk memenuhi kebutuhan zat gizi yang diperlukan dalam proses pertumbuhan.

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa faktor keluarga, terutama ibu, memiliki peran yang sangat penting dalam menentukan pola konsumsi makanan anak. Pengetahuan dan sikap ibu terhadap pemberian makanan akan mempengaruhi kualitas dan variasi makanan yang diberikan kepada anak dalam kehidupan sehari-hari.

Diversitas Makanan pada Anak Usia Baduta

Diversitas Makanan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	32	53,3
Kurang	28	46,7

Tabel.2 Distribusi Diversitas Makanan Anak

Temuan penelitian menunjukkan bahwa tingkat diversitas makanan pada anak usia baduta di wilayah penelitian masih bervariasi. Diversitas makanan diukur menggunakan indikator Minimum Dietary Diversity (MDD) yang menggambarkan jumlah kelompok pangan yang dikonsumsi anak dalam periode 24 jam terakhir.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian anak telah memenuhi standar keberagaman makanan yang direkomendasikan, yaitu mengonsumsi minimal lima kelompok pangan dalam sehari. Namun demikian, masih terdapat anak yang memiliki diversitas makanan rendah. Kelompok makanan yang paling sering dikonsumsi anak adalah makanan pokok seperti nasi atau bubur, sedangkan konsumsi protein hewani, sayur, dan buah masih relatif lebih rendah. Keberagaman makanan sangat penting karena dapat membantu memenuhi kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan anak. Anak yang mengonsumsi makanan dari berbagai kelompok pangan memiliki kemungkinan lebih besar untuk memperoleh zat gizi makro maupun mikro seperti protein, zat besi, vitamin A, dan seng yang berperan dalam pertumbuhan tubuh serta perkembangan sistem imun.

Rendahnya diversitas makanan pada anak dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pengetahuan ibu tentang gizi anak, kebiasaan makan keluarga, serta ketersediaan bahan pangan di rumah tangga. Selain itu, faktor ekonomi juga dapat mempengaruhi kemampuan keluarga dalam menyediakan makanan yang beragam bagi anak.

Hubungan Diveristas Makanan dengan Pertumbuhan Anak Usia Baduta

Diversitas Makanan	Pertumbuhan Baik (n)	Pertumbuhan Kurang(n)	Total	P Value
Baik	25 (78,1%)	7 (21.9%)	32	0,012
Kurang	12(42,9%)	16(57,1%)	28	

Tabel.3 Hubunagn Diversitas Makanan dengan Pertumbuhan Anak Usia Baduta

Temuan penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara diversitas makanan dengan pertumbuhan anak usia baduta. Anak yang memiliki diversitas makanan yang baik cenderung memiliki status pertumbuhan yang lebih baik dibandingkan dengan anak yang memiliki diversitas makanan yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa keberagaman makanan memiliki peran penting dalam memenuhi kebutuhan zat gizi anak. Makanan yang beragam dapat menyediakan berbagai zat gizi yang diperlukan untuk proses pertumbuhan seperti protein, vitamin, mineral, serta berbagai zat gizi mikro lainnya.

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *Chi-Square*, diperoleh nilai *p-value* = 0,012 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara diversitas makanan dengan pertumbuhan anak usia baduta (6–24 bulan) di wilayah kerja Puskesmas Nanggalo. Anak yang memiliki diversitas makanan baik cenderung memiliki pertumbuhan yang lebih baik dibandingkan dengan anak yang memiliki diversitas makanan rendah. Hal ini menunjukkan bahwa keberagaman makanan memiliki peran penting dalam memenuhi kebutuhan zat gizi yang diperlukan dalam proses pertumbuhan anak.

Keberagaman makanan memungkinkan anak memperoleh berbagai zat gizi penting seperti protein, zat besi, seng, vitamin A, serta berbagai vitamin dan mineral lainnya yang berperan dalam proses pembentukan jaringan tubuh serta mendukung sistem kekebalan tubuh. Apabila anak mengonsumsi makanan yang monoton atau kurang beragam, maka risiko kekurangan zat gizi tertentu akan meningkat sehingga dapat mempengaruhi pertumbuhan anak.

Temuan penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa diversitas makanan memiliki hubungan dengan pertumbuhan dan status gizi anak. Penelitian yang dilakukan oleh Saha et al. (2022) menemukan bahwa anak usia 6–23 bulan yang memiliki diversitas makanan rendah memiliki risiko lebih tinggi mengalami stunting, wasting, dan underweight dibandingkan dengan anak yang mengonsumsi makanan dengan variasi yang lebih beragam. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa keberagaman makanan merupakan indikator penting dalam menilai kecukupan asupan mikronutrien pada anak. Anak yang mengonsumsi makanan dari berbagai kelompok pangan memiliki kemungkinan lebih besar untuk memperoleh zat gizi penting yang dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan tubuh.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Sekartaji et al. (2021) yang meneliti praktik pemberian makan pada anak di Indonesia. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa anak yang memenuhi standar Minimum Dietary Diversity (MDD) memiliki status gizi yang lebih baik dibandingkan dengan anak yang tidak memenuhi standar tersebut. Penelitian ini menekankan bahwa keberagaman makanan merupakan salah satu indikator penting dalam praktik pemberian makan anak yang berkualitas. Selain itu, faktor pendidikan ibu, pengetahuan gizi, serta kondisi

sosial ekonomi keluarga juga berperan dalam menentukan keberagaman makanan yang dikonsumsi anak.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Mulatu et al. (2024) juga menunjukkan hasil yang serupa, yaitu bahwa anak yang memiliki diversitas makanan yang lebih tinggi cenderung memiliki indikator pertumbuhan yang lebih baik dibandingkan dengan anak yang memiliki diversitas makanan rendah. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa keberagaman makanan berperan dalam meningkatkan kualitas diet anak karena memungkinkan anak memperoleh berbagai jenis zat gizi yang dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan.

Berdasarkan perbandingan dengan beberapa penelitian sebelumnya tersebut dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini konsisten dengan berbagai penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Diversitas makanan merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi kualitas gizi dan pertumbuhan anak usia dini. Namun demikian, penelitian ini memberikan kontribusi tambahan dengan menggambarkan kondisi diversitas makanan dan hubungannya dengan pertumbuhan anak usia baduta pada tingkat wilayah pelayanan kesehatan, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Nanggalo Padang. Temuan ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam upaya peningkatan edukasi gizi kepada masyarakat mengenai pentingnya pemberian makanan yang beragam bagi anak usia dini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada anak usia baduta (6–24 bulan) di wilayah kerja Puskesmas Nanggalo, dapat disimpulkan bahwa diversitas makanan memiliki hubungan yang signifikan dengan pertumbuhan anak. Hasil analisis statistik menggunakan uji Chi-Square menunjukkan nilai $p\text{-value} < 0,05$ yang menandakan adanya hubungan yang bermakna antara tingkat keberagaman makanan yang dikonsumsi anak dengan kondisi pertumbuhan anak. Anak yang memiliki diversitas makanan yang baik cenderung menunjukkan pertumbuhan yang lebih optimal dibandingkan dengan anak yang memiliki diversitas makanan rendah. Hal ini menunjukkan bahwa keberagaman makanan merupakan salah satu faktor penting dalam pemenuhan kebutuhan zat gizi anak, terutama pada masa baduta yang merupakan periode kritis dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Pemberian makanan yang beragam memungkinkan anak memperoleh berbagai zat gizi penting seperti protein, vitamin, mineral, serta zat gizi mikro lainnya yang berperan dalam pembentukan jaringan tubuh, pertumbuhan tulang, serta peningkatan sistem kekebalan tubuh. Temuan penelitian ini memberikan manfaat dalam memperkuat pemahaman bahwa praktik pemberian makanan yang beragam perlu menjadi perhatian dalam upaya peningkatan status gizi anak, terutama melalui edukasi kepada orang tua mengenai pentingnya variasi makanan dalam menu sehari-hari anak. Namun demikian, penelitian ini juga memiliki beberapa keterbatasan, di antaranya penggunaan desain penelitian cross-sectional yang hanya dapat menggambarkan hubungan antar variabel dalam satu waktu pengamatan sehingga belum dapat menjelaskan hubungan sebab akibat secara langsung. Selain itu, jumlah sampel yang terbatas pada satu wilayah kerja puskesmas juga dapat mempengaruhi generalisasi hasil penelitian pada populasi yang lebih luas. Oleh karena itu,

penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan desain penelitian longitudinal atau metode penelitian yang lebih komprehensif dengan jumlah sampel yang lebih besar serta cakupan wilayah yang lebih luas. Dengan demikian, hasil penelitian di masa mendatang diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai pengaruh diversitas makanan terhadap pertumbuhan anak serta menjadi dasar dalam pengembangan program intervensi gizi yang lebih efektif untuk meningkatkan kualitas kesehatan anak.

REFERENCE

- Asrianti, U. D., Safrudin, B., Purdani, K. S., & Burhanto, B. (2026). Intervensi Token Economy Berbasis Dukungan Sosial Keluarga Pada Anak Kecanduan Game Online. *Nan Tongga Health And Nursing*, 21(1), 27–36. <https://doi.org/10.59963/nthn.v21i1.655>
- Assefa, D., & Belachew, T. (2022). Minimum dietary diversity and associated factors among children aged 6–23 months in Ethiopia. *BMC Nutrition*, 8, 149. <https://doi.org/10.1186/s40795-022-00644-2>
- Dangura, D., & Gebremedhin, S. (2021). Dietary diversity and associated factors among children aged 6–23 months in southern Ethiopia. *BMC Pediatrics*, 21, 76. <https://doi.org/10.1186/s12887-016-0764-x>
- Darebo, T., & Abate, K. (2024). Minimum dietary diversity and associated factors among children aged 6–23 months. *Scientific Reports*, 14, 87320. <https://www.nature.com/articles/s41598-025-87320-0>
- Kartasurya, M. I., Madanijah, S., & Rachmawati, R. (2023). Determinants of length-for-age Z scores among children aged 6–23 months in Central Java, Indonesia. *Frontiers in Nutrition*, 10, 1031835. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fnut.2023.1031835/full>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta: Kemenkes RI. <https://www.kemkes.go.id>
- Menber, Y., Alemu, T., & Tadesse, S. (2023). Minimum dietary diversity and nutrient adequacy among children aged 6–23 months. *PLOS ONE*, 18(9), e0334827. <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0334827>
- Molla, W., Adem, D. A., Tilahun, R., & Kebede, D. (2021). Dietary diversity and associated factors among children aged 6–23 months. *Italian Journal of Pediatrics*, 47, 1–10. <https://doi.org/10.1186/s13052-021-01181-7>
- Mulatu, K., Alemayehu, A., & Gebremedhin, S. (2024). Dietary diversity and associated factors among children aged 6–23 months in Ethiopia. *Frontiers in Nutrition*, 11, 1474995. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fnut.2024.1474995/full>
- Paulo, H. A., Azevedo, A., & Barros, H. (2024). Minimum dietary diversity behaviour among children aged 6–23 months: A global analysis. *BMC Public Health*, 24, 11656542. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11656542/>
- Rachmawati, R., Madanijah, S., & Briawan, D. (2024). Minimum acceptable diet practices among children aged 6–23 months in Indonesia. *BMC Nutrition*, 10, 12301676. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12301676/>

- Samosir, O. B., & Titaley, C. R. (2023). Food consumption diversity and nutritional status among children aged 6–23 months in Indonesia. *PLOS ONE*, 18(2), e0281426. <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0281426>
- Sekartaji, R., Suza, D. E., Fauziningtyas, R., & Astutik, E. (2021). Dietary diversity and associated factors among children aged 6–23 months in Indonesia. *Journal of Pediatric Nursing*, 59, e24–e30. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0882596320306175>
- Shibeshi, A. H., & Desta, M. (2024). The influence of minimum dietary diversity on nutritional outcomes among children. *Frontiers in Public Health*, 12, 1436683. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpubh.2024.1436683/full>
- Siti Maimunah, & Gunarmi. (2025). Perilaku Prosocial Pada Anak Yang Menjalani Program Full Day Dan Reguler Di Kabupaten Sleman. *Nan Tongga Health And Nursing*, 20(1), 33–42. <https://doi.org/10.59963/nthn.v20i1.472>
- Sisay, B. G., Afework, T., & Gebru, N. W. (2022). Dietary diversity and its determinants among children aged 6–23 months in Ethiopia. *Journal of Nutritional Science*, 11, e88. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9554528/>
- Sisay, B. G., Jima, B. R., & Hassen, H. Y. (2022). Dietary diversity and associated factors among children aged 6–23 months. *Journal of Nutritional Science*, 11, e88. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9554528/>
- Titaley, C. R., & Ariawan, I. (2024). Stunting and dietary diversity among children in Indonesia. *Asian Journal of Clinical Nutrition*, 16(1), 45–55. <https://e-journal.unair.ac.id/AMNT/article/view/63201>
- Waldi Rahman, & Rahmi Ramadhan. (2020). Pengaruh Promosi Kesehatan Tentang Perawatan Gigi Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa-Siswi SD Negeri 23 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman. *Nan Tongga Health And Nursing*, 15(1), 7–12. <https://doi.org/10.59963/nthn.v14i1.26>
- Welly, W., Edwin, V. A., & Putri, A. R. (2025). Determinan Kesulitan Berhenti Merokok Berdasarkan Pengaruh Keluarga, Teman Sebaya, Dan Lingkungan Terhadap Paparan Rokok Pada Anak Smp Serta Sma Di Indonesia. *Nan Tongga Health And Nursing*, 20(2), 109–118. <https://doi.org/10.59963/nthn.v20i2.559>

