

BAB IV

TEMUAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini penulis menyajikan hasil temuan dan pembahasan penelitian mengenai Pola Konsumsi Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) pada bayi usia 12-24 bulan yang berlokasi di Kelurahan Isola. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara acak (*simple random sampling*) dengan jumlah responden sebanyak 60 orang.

Pengolahan dan analisis data dalam penelitian ini merupakan proses mengolah dan menganalisis data terkait hasil dari kuesioner penelitian, *Semiquantitative Food Frequency Questionnaire* dan *Recall 2x24 jam* mengenai pola konsumsi MP-ASI pada bayi usia 12-24 bulan. Analisis data meliputi jenis MP-ASI yang dikonsumsi bayi, frekuensi konsumsi MP-ASI dan tingkat kecukupan gizi bayi dari MP-ASI. Hasil temuan dan pembahasan penelitian disajikan dalam penjelasan berikut ini.

A. Jenis Makanan Pendamping ASI (MP-ASI)

Jenis makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang diberikan pada bayi harus disesuaikan dengan tahapan usia, memerhatikan syarat MP-ASI dan memiliki komposisi serta kandungan gizi yang penting untuk tubuh bayi.

1. MP-ASI yang Pertama diberikan pada Bayi

Jenis MP-ASI pertama yang diberikan pada bayi berkaitan dengan usia pertama ibu memberikan MP-ASI pada bayi. Menurut Yuliarti (2010, hlm.69) setelah bayi berusia 6 bulan harus diperkenalkan dengan makanan selain ASI atau Makanan Pendamping ASI (MP-ASI). Berdasarkan pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa waktu yang tepat pemberian pertama MP-ASI pada bayi yaitu saat berusia 6 bulan. Adapun sebaran usia pertama pemberian MP-ASI di Kelurahan Isola dapat dilihat pada gambar 4.1 sebagai berikut.



Gambar 4.1 Sebaran Usia Pertama Pemberian MP-ASI

Gambar 4.1 menjelaskan bahwa usia pertama pemberian MP-ASI pada bayi di kelurahan Isola lebih dari setengahnya sudah sesuai yaitu saat usia ≥ 6 bulan dengan persentase sebanyak 62%. Adapun kurang dari setengahnya bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola diberikan MP-ASI pertama kurang dari 6 bulan sebanyak 28%, selanjutnya sebagian kecil diberikan saat usia kurang dari 4 bulan sebesar 3% dan lebih dari 7 bulan sebesar 7%. Pemberian MP-ASI pada bayi kurang dari 6 bulan terlebih lagi pada usia kurang dari 4 bulan sebaiknya dihindari karena akan berpengaruh bagi kesehatan bayi disebabkan sistem pencernaan yang masih rentan dalam menerima makanan selain ASI. Usia 0-6 bulan merupakan waktu yang tepat untuk pemberian ASI eksklusif pada bayi tanpa memberikan makanan tambahan dalam bentuk apapun. Selanjutnya pemberian MP-ASI pertama pada usia lebih dari 7 bulan merupakan pemberian yang kurang tepat, karena saat bayi memasuki usia 6 bulan seharusnya sudah diperkenalkan dengan makanan pendamping ASI karena pada usia ini kebutuhan gizi bayi sudah tidak dapat terpenuhi hanya dari ASI saja sehingga MP-ASI menjadi penting pemberiannya untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi.

Sebagian kecil (3%) responden memberikan MP-ASI kurang dari 4 bulan dengan beberapa alasan yang disajikan dalam tabel 4.1 berikut ini.

Tabel 4.1 Alasan Pemberian MP-ASI Kurang dari 4 Bulan

Alasan Pemberian	Persentase	
	n	%
bayi menangis setelah ASI diberikan	1	50
agar bibir bayi tidak kering dan pecah-pecah	1	50
Jumlah	2	100

Berdasarkan tabel 4.1 alasan pemberian MP-ASI diberikan pada usia kurang dari 4 bulan adalah karena bayi menangis setelah ASI diberikan dan agar bibir bayi tidak kering dan pecah-pecah. ASI eksklusif akan memenuhi kebutuhan gizi bayi usia 0-6 bulan jika diberikan dalam frekuensi dan volume yang cukup, sehingga bayi akan merasa kenyang dan tidak akan terjadi penurunan kesehatan seperti bibir bayi kering dan pecah-pecah karena semua zat gizi yang diperlukan sudah terpenuhi dengan baik dari ASI. Dampak dari pemberian MP-ASI dini menurut Ardhani (2018, hlm.26) adalah dapat menyebabkan Produksi ASI menurun, hal ini disebabkan karena bayi yang sudah kenyang dengan MP-ASI,

maka frekuensi menyusu bayi menjadi lebih jarang. Mufida dkk (2015, hlm.1649) juga berpendapat bahwa bahwa bayi yang mendapat MP-ASI kurang dari empat bulan akan mengalami risiko gizi kurang lima kali lebih besar dibandingkan bayi yang mendapatkan MPASI pada umur empat-enam bulan. Berdasarkan hal tersebut maka pemberian MP-ASI di bawah usia 4 bulan sangat tidak dianjurkan pada bayi.

Makanan yang diberikan harus bertahap sesuai tahapan usia. Makanan yang diberikan pertama sebaiknya berbentuk makanan lumat seperti bubur susu, bubur sumsum, pisang saring atau dikerok, pepaya saring dan nasi tim saring. Makanan pertama yang diberikan pada bayi menurut jawaban responden penelitian dapat dilihat pada tabel 4.2 berikut.

Tabel 4.2 Sebaran Makanan Pertama yang diberikan pada Bayi

Pilihan Jawaban	Persentase	
	n	%
Pisang saring	9	15.0
Bubur nasi	6	10.0
Nasi	0	0.0
MP-ASI pabrikan seperti Milna, SUN dan lainnya	42	70.0
Bubur tepung beras merah + gula aren	1	1.7
Puree sayuran	1	1.7
Labu kuning	1	1.7
Total	60	100

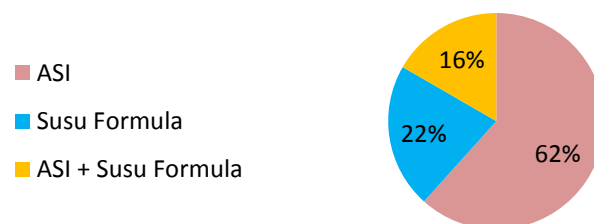
Berdasarkan tabel 4.2 makanan pertama yang diberikan pada bayi lebih dari setengahnya yaitu sebanyak 70% responden memberikan MP-ASI pabrikan berbentuk bubur susu seperti merk Milna, SUN, Nestle dan lainnya karena lebih mudah penyiapannya dan memiliki konsistensi yang mudah diterima oleh bayi. Sebagian kecil memberikan jawaban pisang saring (15%), bubur nasi (6%), bubur tepung beras merah + gula aren (1,7%), puree sayuran (1,7%), labu kuning (1,7%) dan tidak ada satupun responden yang memberikan makanan padat seperti nasi dan lainnya sebagai makanan pertama yang diberikan bayi. Jenis bubur susu yang diberikan pada bayi cukup beragam dapat dilihat pada tabel 4.3 berikut ini.

Tabel 4.3 Sebaran Jenis Bubur Susu yang sering diberikan

Pilihan Jawaban	Persentase	
	n	%
Bubur kacang hijau	14	23.3
Beras merah	28	46.7
Pisang susu	6	10.0
Daging dan brokoli	9	15.0
Sup ayam	1	1.7
<i>Oatmeal</i>	2	3.3
Total	60	100

Tabel 4.3 menjelaskan bahwa jenis bubur susu yang sering diberikan pada bayi usia 12-24 bulan kurang dari setengahnya mengonsumsi bubur susu jenis beras merah (46,7%), sebagian kecil mengonsumsi bubur susu jenis bubur kacang hijau (23,3%), pisang susu (10%), daging dan brokoli (15%), sup ayam (1,7%) dan jenis *oatmeal* (3,3%). Jenis rasa bubur susu yang dikonsumsi bayi memiliki manfaat masing-masing berdasarkan jenis bahan makanan yang dipakai, konsumsi jenis bubur susu pada bayi juga dipengaruhi oleh tingkat kesukaan bayi terhadap jenis rasa tertentu.

Makanan lain selain MP-ASI berupa ASI, susu formula, ASI + susu formula atau lainnya. Sebaran makanan selain MP-ASI yang diberikan pada bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola dapat dilihat pada gambar 4.2 berikut.

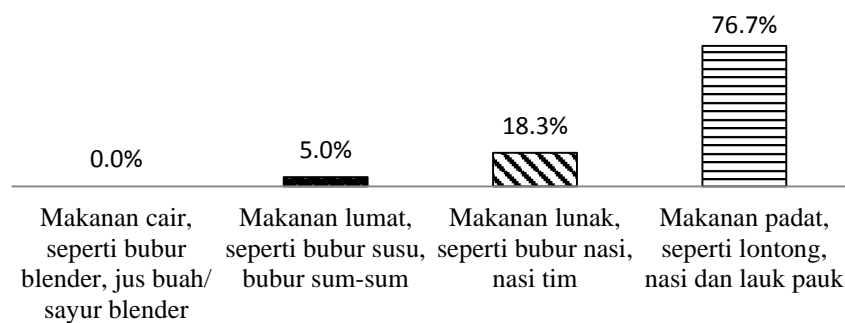


Gambar 4. 2 Sebaran Makanan penunjang MP-ASI

Gambar 4.2 mengenai makanan penunjang MP-ASI yang diberikan pada bayi usia 12-24 bulan menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya yaitu sekitar 62% bayi masih diberikan ASI, sebagian kecil 22% bayi diberikan susu formula, 16% bayi diberikan ASI + susu formula dan tidak ada seorangpun yang diberikan makanan penunjang lainnya selain ASI dan susu formula. Meskipun bayi usia 12-24 bulan sudah mengonsumsi makanan tahapan bentuk padat, namun pemberian

ASI atau susu formula lanjutan masih tetap dibutuhkan untuk menambah zat gizi bayi walaupun persentase sumbangan zat gizinya relatif kecil, sejalan dengan pendapat Kemenkes (2014, hlm.29) bahwa Pemberian ASI dilanjutkan hingga usia 2 tahun, oleh karena ASI masih mengandung zat-zat gizi yang penting walaupun jumlahnya tidak memenuhi kebutuhan.

Jenis makanan pendamping ASI (MP-ASI) dalam penelitian ini adalah berdasarkan tahapan usia bayi yaitu makanan lumat, makanan lunak dan makanan padat. Selanjutnya jenis bahan makanan yang diberikan pada bayi berdasarkan kelompok bahan makanan seperti makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran, buah-buahan, makanan selingan dan minuman. Adapun sebaran jenis makanan yang dikonsumsi bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola dapat dilihat pada gambar 4.3 berikut ini.



Gambar 4.3 Sebaran Konsumsi Jenis Makanan

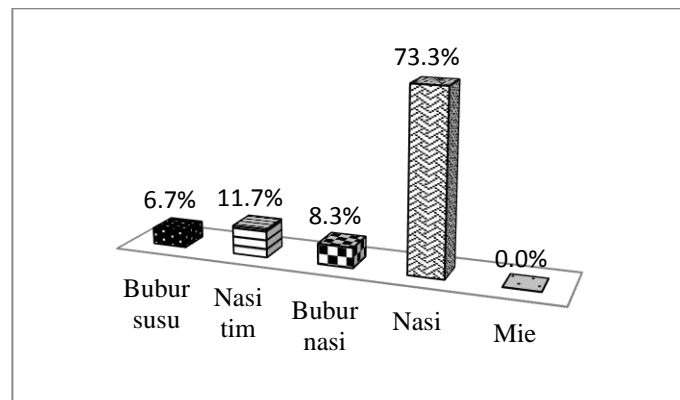
Berdasarkan gambar 4.3 makanan yang diberikan pada bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola sebagian besar yaitu sekitar 76,7% sudah mengonsumsi makanan dalam bentuk makanan padat seperti nasi dan lauk pauk, hal ini sudah sesuai dengan anjuran Kemenkes (2014, hlm.76) bahwa usia 12-24 bulan bayi harus sudah dikenalkan dengan makanan berbentuk padat dengan tetap memperhatikan syarat MP-ASI dan kecukupan konsumsi zat gizi. Sebagian kecil bayi masih diberikan makanan lunak seperti bubur nasi dan tim (18,3%) juga terdapat 5% yang masih diberikan makanan berbentuk lumat. Adapun untuk makanan cair seperti bubur blender, jus buah/sayur blender tidak ada seorangpun yang menjadikan pola makanan cair sebagai pola konsumsi MP-ASI sehari-hari.

Menurut Mufida dkk (2015, hlm.1650) bayi usia 12-24 bulan sebaiknya mengonsumsi MP-ASI dengan variasi jenis makanan menggunakan berbagai bahan makanan, misalnya nasi diganti dengan mie, bihun, roti, kentang dan lain-

lain. Hati ayam diganti dengan telur, tahu, tempe dan ikan. Bayam diganti dengan daun kangkung, wortel dan tomat. Berdasarkan hal tersebut maka konsumsi jenis makanan pada bayi usia 12-24 bulan harus bervariasi dengan mengenalkan berbagai jenis bahan makanan seperti makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran, buah-buahan, makanan selingan juga minuman dengan tetap memperhatikan kualitas dan kuantitas bahan yang digunakan.

2. Konsumsi Jenis Makanan Pokok pada Bayi Usia 12-24 Bulan

Makanan pokok yang dikonsumsi oleh bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola cukup beragam. Pola konsumsi makanan pokok merupakan hal yang penting diperhatikan pemberiannya karena merupakan sumber energi utama dan di dalamnya memiliki zat gizi sebagai penunjang pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pola konsumsi jenis makanan pokok dapat dilihat pada gambar 4.4 sebagai berikut.



Gambar 4.4 Sebaran Konsumsi Jenis Makanan Pokok

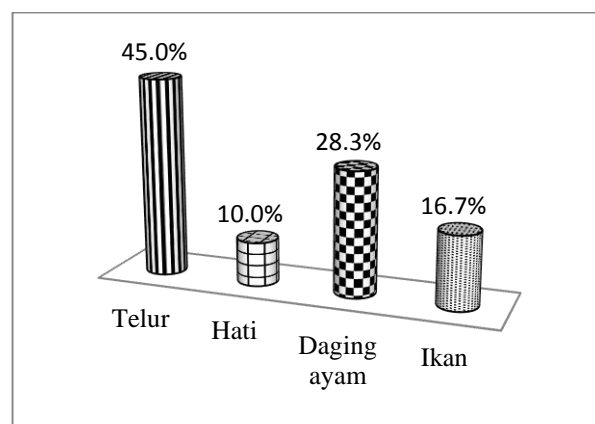
Gambar 4.4 menjelaskan bahwa makanan pokok yang dikonsumsi bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola sebagian besar mengonsumsi nasi sebagai bahan makanan pokok (73,3%), sebagian kecilnya yaitu mengonsumsi bubur susu (6,7%), nasi tim (11,7%), bubur nasi (8,3%) dan tidak seorangpun yang mengonsumsi mie sebagai makanan pokok bayi usia 12-24 bulan. Berdasarkan hasil data tersebut jenis makanan pokok yang dikonsumsi sebagian besar bayi sudah mengonsumsi jenis makanan padat seperti nasi dan sebagian kecil masih mengonsumsi jenis makanan lunak seperti bubur susu dan makanan lunak seperti nasi tim dan bubur nasi.

Ketepatan pemberian jenis makanan pada bayi usia 12-24 bulan dapat dilihat dari penggunaan jenis makanan pokok yang dikonsumsi. Berdasarkan hasil

penelitian makanan pokok yang dikonsumsi bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola sebagian besar mengonsumsi nasi (73,3%). Nasi merupakan jenis serelia yang paling banyak dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia sehingga konsumsi nasi pada bayi usia 12-24 bulan ketika masuk pada tahapan makanan padat akan lebih banyak mengonsumsi nasi sebagai makanan pokok.

3. Konsumsi Jenis Lauk Hewani pada Bayi Usia 12-24 Bulan

Pola konsumsi bahan makanan jenis lauk hewani pada bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola berdasarkan analisis dari jawaban kuesioner penelitian dapat dilihat pada gambar 4.5 berikut ini.



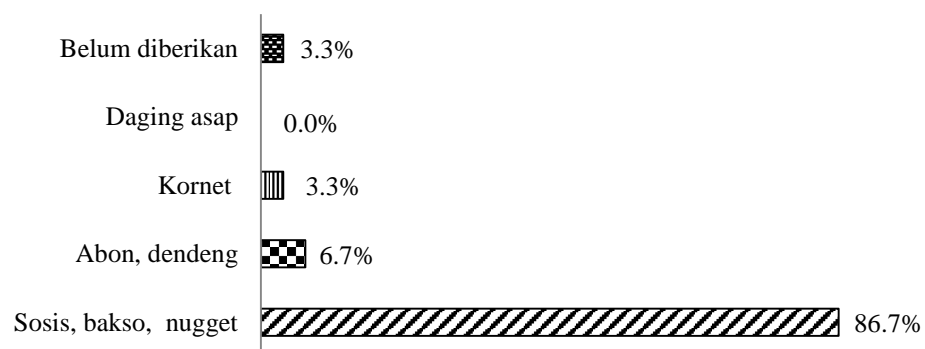
Gambar 4.5 Sebaran Konsumsi Lauk Hewani

Berdasarkan gambar 4.5 menunjukkan bahwa konsumsi lauk hewani kurang dari setengahnya (45%) bayi usia 12-24 bulan paling sering mengonsumsi telur sebagai lauk hewani, sebesar 28,3% bayi mengonsumsi daging ayam, lalu sebagian kecil (10%) bayi lebih sering mengonsumsi hati sebagai lauk hewani dan bayi yang sering mengonsumsi ikan sejumlah 16,7%.

Konsumsi lauk sumber hewani pada bayi sangat penting untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan bayi. Lauk hewani merupakan sumber protein dimana berfungsi dalam membangun sel-sel jaringan tubuh, menggantikan sel-sel tubuh yang rusak dan sebagai bahan pembentuk jaringan dalam tubuh (Miharti dkk, 2013, hlm.85). Dengan mengonsumsi sumber protein yang cukup, maka pertumbuhan dan perkembangan tubuh bayi akan lebih maksimal. Menurut Kemenkes (2014, hlm.31) bahwa untuk pertumbuhan anak, dibutuhkan pangan sumber protein dan sumber lemak kaya akan Omega 3 dan DHA yang banyak terkandung dalam ikan, lalu anak-anak dianjurkan banyak mengonsumsi ikan dan telur karena kedua jenis pangan tersebut mempunyai kualitas protein yang bagus.

Telur menjadi lauk hewani yang sering dikonsumsi karena mudah didapat dan harganya lebih terjangkau dari bahan lauk hewani lainnya, sehingga penggunaan telur lebih tinggi diberikan pada bayi usia 12-24 bulan. Menurut Kemenkes (2010, hlm.1) bahwa telur merupakan bahan pangan yang padat gizi dan mempunyai kandungan nutrisi yang lengkap dimana telur mengandung hampir semua zat gizi yang diperlukan tubuh kecuali hanya vitamin C. Berdasarkan hal tersebut maka konsumsi telur sebagai lauk hewani dapat dipilih oleh orang tua bayi sebagai pemenuhan zat gizi protein dalam tubuh.

Bahan lauk hewani sering dijadikan produk olahan siap saji yang diawetkan atau melalui proses pengolahan agar mendapatkan jangka simpan cukup panjang, namun proses pengolahan bahan makanan yang sedemikian rupa seringkali merusak zat gizi di dalamnya. Tidak jarang untuk mendapatkan jangka simpan yang lama, dan perbaikan penampakan, rasa, warna dan tekstur produk, pihak produsen menambahkan bahan tambahan pangan dengan penggunaan yang cukup banyak seperti bahan pengawet, bahan pengemulsi dan lainnya. Contoh olahan lauk hewani siap saji yang biasa dikonsumsi diantaranya sosis, bakso, nugget, abon, dendeng, kornet dan daging asap. Konsumsi olahan hewani siap saji pada bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola dapat dianalisis pada gambar 4.6 sebagai berikut.



Gambar 4.6 Sebaran Konsumsi Olahan Lauk Hewani

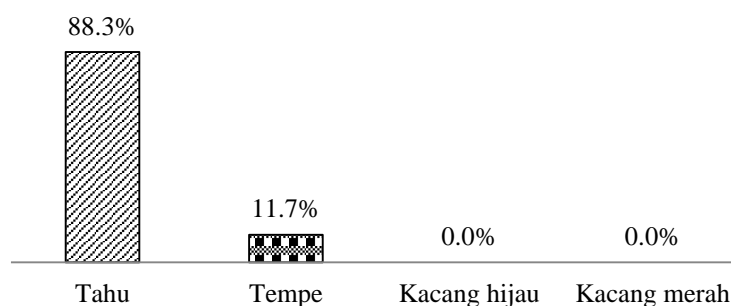
Gambar 4.6 menunjukkan bahwa sebagian besar bayi usia 12-24 bulan yaitu sekitar 86,7% mengonsumsi olahan sosis, bakso dan nugget sebagai produk olahan cepat saji. Mengonsumsi olahan cepat saji seperti sosis, bakso dan nugget dan lainnya harus dilakukan dengan bijak dan hati-hati karena olahan daging dengan kualitas yang rendah seperti penggunaan bahan tambahan pangan yang

terlalu banyak misalnya bahan pengenyal dan bahan pengawet akan berpengaruh pada kesehatan bayi. Berdasarkan syarat MP-ASI hendaknya makanan yang diberikan pada bayi menghindari penggunaan zat pewarna, pengawet, penyedap rasa yang berlebihan. Olahan sosis yang paling sering gemar dikonsumsi oleh bayi usia 12-24 bulan karena penggunaannya praktis dan mudah didapatkan. Menurut Palandeng dkk (2016, hlm.20) Karakteristik sosis yang baik adalah teksturnya kenyal, tidak mengandung bahan pengawet, bebas bahan kimia berbahaya dan tidak mengandung pewarna sintesis yang dapat membahayakan jika dikonsumsi. Begitupun halnya dengan olahan daging lainnya seperti abon, dendeng, kornet dan daging asap harus diperhatikan kualitas dan keamanan bahan pangan yang digunakannya.

Sebagian kecil bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola mengonsumsi abon dan dendeng (6,7%), konsumsi kornet (3,3%) dan tidak ada seorangpun yang mengonsumsi daging asap sebagai olahan siap saji yang sering dikonsumsi bayi. Mengonsumsi abon dan dendeng yang terlalu sering pada bayi sebaiknya dihindari karena kandungan gizi pada daging sudah cukup rusak akibat banyaknya proses pengolahan dan pengawetan, juga kandungan gula pada bahan makanan tersebut dapat menimbulkan kerusakan pada gigi seperti karies apabila dikonsumsi secara terus menerus.

4. Konsumsi Jenis Lauk Nabati pada Bayi Usia 12-24 Bulan

Sumber zat gizi protein bukan hanya diperoleh dari lauk hewani, namun jenis lauk nabati juga berperan penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan tubuh bayi. Bahan makanan lauk nabati pada umumnya didapatkan dari jenis kacang-kacangan dan olahannya. Hasil analisis data mengenai konsumsi lauk nabati pada bayi usia 12-24 bulan disajikan dalam gambar 4.7 berikut ini.

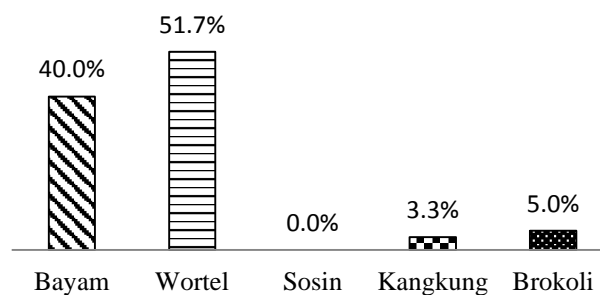


Gambar 4.7 Sebaran Konsumsi Lauk Nabati

Berdasarkan gambar 4.7 konsumsi lauk nabati sebagian besar (88,3%) lebih sering mengonsumsi tahu dan sebagian kecil (11,7%) bayi usia 12-24 bulan mengonsumsi tempe sebagai bahan lauk nabati. Selanjutnya tidak ada seorangpun yang mengonsumsi kacang hijau dan kacang merah sebagai bahan lauk nabati utama pada menu sehari-hari bayi. Konsumsi tahu lebih besar persentase penggunaannya karena tahu memiliki tekstur lebih lembut daripada jenis lauk nabati lainnya sehingga proses mengunyah pada bayi menjadi lebih mudah. Menurut Shurtleff dan Aoyagi (dalam Wahyuningsih, 2017, hlm.4) tahu memiliki daya cerna 95% sehingga tahu dapat dikonsumsi dengan aman oleh semua golongan umur dari bayi hingga dewasa. Kemenkes (2014,hlm.31) menyatakan bahwa tempe dan tahu merupakan sumber protein nabati yang kualitasnya cukup baik untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Variasi pengenalan jenis lauk nabati lainnya juga harus diperhatikan supaya anak lebih mengenal keragaman bahan makanan seperti olahan dari kacang hijau atau kacang merah.

5. Konsumsi Jenis Sayuran pada Bayi Usia 12-24 Bulan

Jenis bahan sayuran yang sering dikonsumsi bayi usia 12-24 bulan diantaranya bayam, wortel, sosin, kangkung dan brokoli. Pola konsumsi sayuran pada bayi usia 12-24 bulan dapat dilihat pada gambar 4.8 berikut ini.



Gambar 4.8 Sebaran Konsumsi Jenis Sayuran

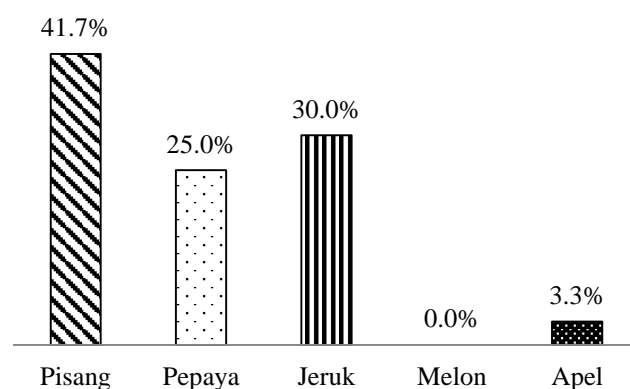
Gambar 4.8 menjelaskan mengenai sebaran konsumsi sayuran pada bayi usia 12-24 bulan dimana lebih dari setengahnya (51,7%) memilih mengonsumsi wortel sebagai jenis sayuran yang sering dikonsumsi bayi. Adapun kurang dari setengahnya (40,0%) bayi usia 12-24 bulan mengonsumsi bayam sebagai jenis sayuran utama yang sering dikonsumsi, lalu sebagian kecil mengonsumsi kangkung (3,3%) dan brokoli (5,0%), dan tidak seorangpun yang mengonsumsi

sosin ataupun jenis sayuran lainnya sebagai sayuran yang biasa dikonsumsi oleh bayi.

Mengonsumsi sayuran dengan cukup dapat membantu memperlancar sistem pencernaan bayi dan menjaga imunitas tubuh serta membantu dalam pemenuhan kebutuhan vitamin dan mineral yang dibutuhkan oleh tubuh bayi. Jenis sayuran yang dikonsumsi oleh anak sebaiknya menghindari sayuran dengan kandungan serat tinggi misalnya kangkung karena akan mengganggu sistem pencernaan bayi, sejalan dengan pendapat Mufida (2015, hlm.5) bahwa syarat MP-ASI “hendaknya bersifat padat gizi, makanan yang memiliki banyak kandungan serat dan bahan makanan lain yang sulit dicerna diberikan seminimal mungkin, sebab serat yang terlalu banyak jumlahnya akan mengganggu proses pencernaan dan penyerapan zat-zat gizi”. Berdasarkan hal tersebut mengonsumsi sayuran tinggi serat sebaiknya dibatasi supaya proses pencernaan dan penyerapan zat gizi dapat berjalan dengan baik.

6. Konsumsi Jenis Buah-Buahan pada Bayi Usia 12-24 Bulan

Buah-buahan merupakan sumber vitamin dan mineral yang penting dibutuhkan oleh bayi. Menurut Miharti dkk (2013, hlm.109) vitamin dan mineral diperlukan sebagai pengatur dalam proses-proses oksidasi, fungsi normal saraf dan otot serta banyak proses lain yang terjadi di dalam tubuh. Pola konsumsi buah-buahan pada bayusia 12-24 bulan di Kelurahan Isola disajikan dalam gambar 4.9 berikut ini.



Gambar 4.9 Sebaran Konsumsi Buah-Buahan

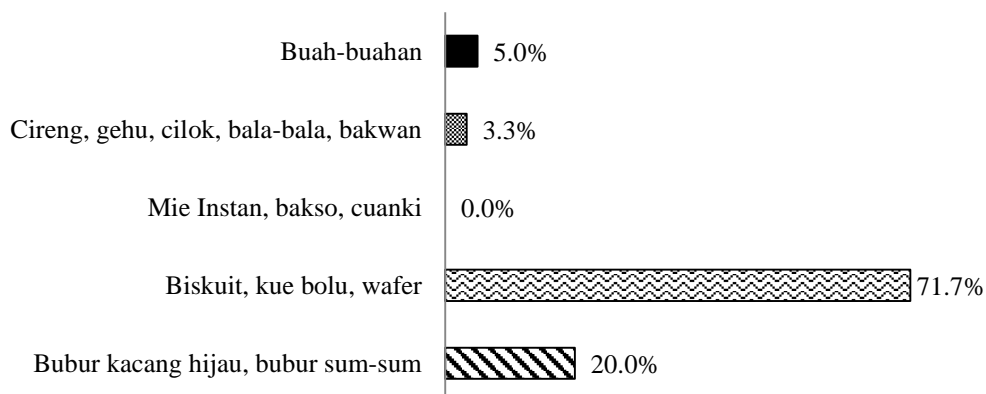
Gambar 4.9 menjelaskan bahwa kurang dari setengahnya bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola paling sering mengonsumsi pisang (41,7%) sebagai pemenuhan konsumsi buah-buahan, lalu kurang dari setengahnya (30%) bayi

sering mengonsumsi jeruk, konsumsi pepaya sebesar 25% dan sebagian kecil bayi mengonsumsi buah-buahan jenis apel sebesar 3,3%, lalu tidak ada seorangpun yang mengonsumsi melon atau buah lainnya sebagai buah yang sering dikonsumsi bayi. Mengonsumsi buah-buahan secara teratur dapat membantu kesehatan tubuh bayi karena buah-buahan banyak mengandung vitamin dan mineral yang diperlukan bayi.

7. Konsumsi Jenis Makanan Selingan pada Bayi Usia 12-24 Bulan

Makanan yang diberikan pada bayi hendaknya diberikan dalam porsi kecil dengan frekuensi sering. Makanan yang dikonsumsi bayi sebaiknya tidak hanya berfokus pada pemenuhan makanan utama saja, namun kebutuhan makanan selingan juga harus diperhatikan kecukupannya. Makanan selingan untuk bayi harus mengandung zat gizi yang baik sehingga membantu proses metabolisme dan pertumbuhan tubuh bayi.

Pola konsumsi makanan selingan pada bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola dapat dianalisis dari gambar 4.10 sebagai berikut.



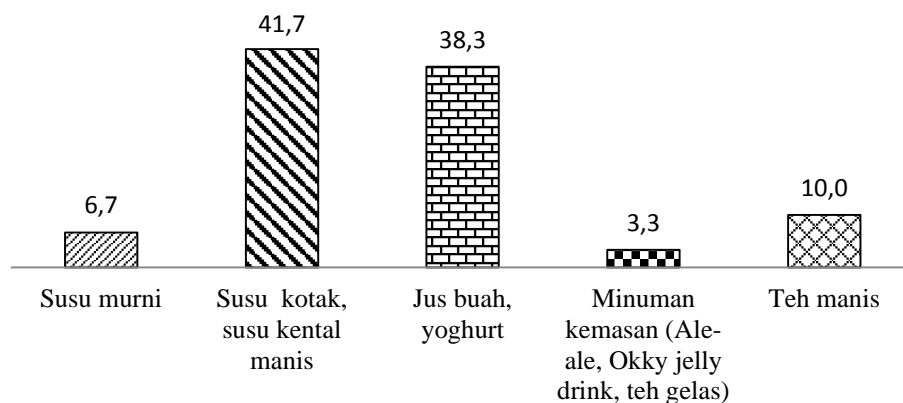
Gambar 4.10 Sebaran Konsumsi Makanan Selingan

Berdasarkan gambar 4.10 menunjukkan bahwa makanan selingan yang dikonsumsi bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola lebih dari setengahnya mengonsumsi jenis biskuit, kue bolu dan wafer (71,7%), sebagian kecil bayi mengonsumsi makanan selingan jenis bubur kacang hijau dan bubur sumsum (20%); cireng, gehu, cilok, bala-bala, bakwan (3,3%); buah-buahan (5,0%); dan tidak seorangpun bayi yang sering mengonsumsi makanan selingan berupa mie instan, bakso dan cuanki. Makanan yang dikonsumsi bayi hendaknya memiliki kandungan zat gizi sebagai penunjang pemenuhan gizi bayi. Berdasarkan Unicef

(2012, hlm.31) bahwa makanan selingan yang bergizi untuk bayi usia 12-24 bulan diantaranya buah-buahan seperti mangga, pisang, alpukat, atau buah-buahan dan sayuran lain, lalu bayi jangan diberikan makanan yang terlalu manis seperti biskuit manis atau makanan yang lainnya.

8. Konsumsi Jenis Minuman pada Bayi Usia 12-24 Bulan

Minuman yang dikonsumsi oleh bayi usia 12-24 bulan sangat diperlukan untuk melarutkan zat gizi didalam tubuh. Menurut Miharti (2013, hlm.109) “Air diperlukan untuk melarutkan bahan-bahan di dalam tubuh, mengatur suhu tubuh peredaran dan ekskresi”. Pemenuhan kebutuhan minuman pada umumnya paling banyak didapatkan dari konsumsi air putih, namun konsumsi minuman selain air putih juga perlu diperhitungkan. Pola konsumsi minuman selain air putih pada bayi usia 12-24 bulan, dianalisis dari jawaban responden pada kuesioner penelitian nomor 16 disajikan pada gambar 4.11 berikut ini.



Gambar 4.11 Sebaran Konsumsi Minuman

Berdasarkan gambar 4.11 konsumsi minuman selain air putih kurang dari setengahnya bayi usia 12-24 bulan mengonsumsi susu kotak (41,7%) dan jus buah (38,3%), sebagian kecil bayi lebih sering mengonsumsi susu murni (6,7%), minuman kemasan (3,3%) dan teh manis (10,0%). Minuman yang memiliki konsentrasi gula cukup tinggi seperti susu kental manis perlu diperhatikan penggunaannya, karena susu kental manis banyak mengandung gula yang dapat mengakibatkan kerusakan dan karies pada gigi bayi, selain itu dapat memicu timbulnya obesitas dini pada bayi. Minuman teh manis juga harus dibatasi dalam penggunaan tambahan gula supaya kadar gula dalam darah bayi tetap seimbang.

Konsumsi minuman kemasan tidak cocok dikonsumsi oleh bayi usia 12-24 bulan karena mengandung pemanis buatan seperti siklamat dan aspartam juga

bahan-bahan lainnya yang berbahaya untuk kesehatan bayi. Menurut Martindale (dalam Sumartini, 2015, hlm.122) bahwa penggunaan aspartam pada anak-anak akan memicu timbulnya kanker otak, dampaknya akan terjadi keluhan seperti sakit kepala, gejala perilaku, kejang dan hipersensitivitas pada anak. Berdasarkan hal tersebut sebaiknya konsumsi minuman kemasan yang mengandung bahan pemanis buatan dihindari pada anak.

9. Konsumsi Garam pada Bayi Usia 12-24 Bulan

Konsumsi MP-ASI pada bayi usia 12-24 bulan harus memenuhi syarat MP-ASI. Syarat MP-ASI. Syarat MP-ASI menurut Kemenkes (2014, hlm.31) salah satunya tidak menggunakan garam tambahan atau penggunaan garam harus dibatasi pada bayi. Menurut Mennella (dalam *Nestle Nutrition Institute*, 2014) bahwa “kesukaan terhadap rasa asin dan manis merupakan karakteristik biologis anak”. Rasa asin pada garam umumnya mengandung natrium di mana banyak terdapat pada makanan, bumbu penyedap dan pengawet makanan. Konsumsi natrium yang berlebih akan memicu kenaikan tekanan darah (BPOM, 2013, hlm.8). Berdasarkan AKG (2014, hlm.80) kecukupan mineral natrium kelompok bayi usia 1-3 tahun adalah 100 mg/hari atau setara dengan 2,5 gram garam (1/4 sdt). Konsumsi garam pada bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4.4 Sebaran Konsumsi Garam pada Bayi Usia 12-24 Bulan

Penambahan Garam pada MP-ASI	Persentase	
	f	%
Ya	40	66.7
Tidak	20	33.3
Total	60	100

Tabel 4.4 mengenai sebaran konsumsi garam pada MP-ASI bahwa lebih dari setengahnya bayi usia 12-24 bulan mengonsumsi MP-ASI dengan tambahan garam (66,7%), dan kurang dari setengahnya konsumsi MP-ASI tidak menambahkan garam pada pengolahan MP-ASI (33,3%). Sebaiknya penambahan garam pada MP-ASI dibatasi dan beralih hanya pada penggunaan bahan makanan alami seperti kacang, telur dan lainnya yang tidak memiliki rasa hambar. Konsumsi garam yang harus dibatasi bukan hanya pada pemakaian garam pada saat pengolahan MP-ASI tetapi juga pada makanan yang diberikan pada bayi

seperti keripik, ciki-cikian dan sebagainya. Penggunaan garam pada makanan bayi secara berlebihan dapat memperberat kerja ginjal sehingga penambahannya perlu diperhatikan supaya kerja ginjal berjalan dengan baik tanpa mengalami gangguan.

10. Konsumsi Gula pada Bayi Usia 12-24 Bulan

Konsumsi gula sama seperti halnya dengan konsumsi garam yaitu perlu dibatasi. Konsumsi gula pada MP-ASI untuk bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola disajikan pada tabel 4.5 berikut ini. Menurut Kemenkes (2014, hlm.87) kecukupan konsumsi gula pada bayi usia 1-3 tahun adalah sebanyak 20 gram/hari. Adapun sebaran konsumsi penambahan gula pada MP-ASI untuk bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola dapat dilihat pada tabel 4.5 berikut.

Tabel 4.5 Sebaran Konsumsi Gula pada Bayi Usia 12-24 Bulan

Penambahan Gula pada MP-ASI	Persentase	
	f	%
Ya	24	40.0
Tidak	36	60.0
Total	60	100

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa bayi usia 12-24 bulan lebih dari setengahnya (60%) tidak mengonsumsi gula tambahan pada pengolahan MP-ASI, dan kurang dari setengahnya (40%) bayi mengonsumsi MP-ASI dengan penambahan gula. Konsumsi gula pada bayi harus dibatasi seminimal mungkin karena dapat memicu timbulnya kerusakan pada gigi dan dapat menjadi pembiasaan untuk anak menyukai makanan yang manis. Menurut Kemenkes (2014, hlm.16) bahwa gula yang dikonsumsi melampaui kebutuhan akan meningkatkan berat badan dan akan berkontribusi pada penyakit seperti diabetes, jantung dan kanker. Berdasarkan pernyataan tersebut konsumsi gula pada anak sebaiknya dibatasi, tidak hanya pada penambahan gula saja namun berbagai makanan yang memiliki kandungan gula tinggi seperti biskuit manis, kue, permen dan lainnya.

11. Konsumsi Penyedap Rasa pada Bayi Usia 12-24 Bulan

MP-ASI hendaknya membatasi penggunaan penyedap rasa karena mengandung natrium yang cukup tinggi sehingga dapat menyebabkan kerusakan

ginjal pada bayi. Berdasarkan hasil penelitian, konsumsi penyedap rasa pada MP-ASI untuk bayi usia 12-24 bulan dapat dilihat pada tabel 4.6 berikut ini.

Tabel 4.6 Sebaran Konsumsi Penyedap Rasa pada Bayi Usia 12-24 Bulan

Penambahan Penyedap rasa pada MP-ASI	Persentase	
	f	%
Ya	20	33.7
Tidak	30	66.7
Total	60	100

Tabel 4.6 menunjukkan bahwa konsumsi penyedap rasa pada MP-ASI untuk bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola lebih dari setengahnya (67%) tidak menambahkan penyedap rasa pada pengolahan MP-ASI dan kurang dari setengahnya (33%) bayi usia 12-24 bulan mengonsumsi MP-ASI dengan penambahan penyedap rasa. Sesuatu yang dikonsumsi secara berlebihan maka akan berdampak buruk bagi kesehatan. Begitupun dengan penambahan penyedap rasa, bahwa menurut Kemenkes (2014, hlm.31) syarat MP-ASI yaitu memakai penyedap rasa secukupnya. Penyedap rasa yang digunakan oleh masyarakat sering dikaitkan dengan kandungan *Monosodium Glutamat* (MsG) di dalamnya. Menurut Amalia (dalam Yunita, 2014, hlm.2) menyatakan bahwa anak-anak yang mengonsumsi MsG atau vetsin akan menyebabkan kekurangan hormone *thyroxin* dan *parathyroid* yang berdampak pada pertumbuhan tulang dan perkembangan tubuh, hal tersebut dikarenakan tubuh kehilangan kalsium dan fosfor.

12. Konsumsi Bumbu dan Rempah pada Bayi Usia 12-24 Bulan

Penggunaan tambahan bumbu rempah pada MP-ASI yang diberikan pada bayi usia 12-24 bulan harus dibatasi, adapun hasil penelitian terhadap konsumsi bumbu dan rempah pada MP-ASI dapat dilihat pada tabel 4.7 berikut.

Tabel 4.7 Sebaran Konsumsi Bumbu dan Rempah pada Bayi Usia 12-24 Bulan

Penambahan bumbu dan rempah	Persentase	
	f	%
Ya	32	53.3
Tidak	28	46.7
Total	60	100

Berdasarkan tabel 4.7 mengenai konsumsi bumbu dan rempah pada bayi usia 12-24 bulan menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya sekitar 53,3% MP-ASI yang dikonsumsi bayi menggunakan bumbu dan rempah, dan kurang dari

setengahnya tidak menggunakan bumbu dan rempah pada MP-ASI (46,7%). Menurut Kemenkes (2014, hlm.31) salah satu syarat MP-ASI adalah tidak berbumbu tajam yaitu dengan membatasi penggunaan bumbu dan rempah yang berbau tajam. Penggunaan jenis bumbu dan rempah berbau tajam pada bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola dapat dilihat pada tabel 4.8 sebagai berikut.

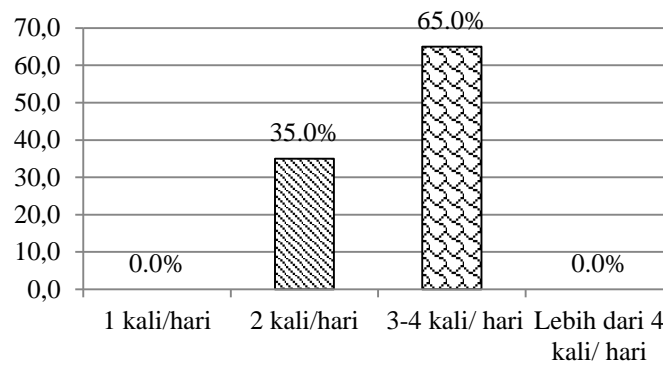
Tabel 4.8 Sebaran Jenis Konsumsi Bumbu dan rempah

Jenis bumbu dan rempah	Persentase	
	f	%
Bawang putih	29	90,6
Merica	9	28,1
Ketumbar	4	12,5
Kunyit	5	15,6
Jahe	3	9,4

Berdasarkan tabel 4.8 menunjukkan bahwa penggunaan bumbu rempah oleh lebih dari setengahnya sebanyak 32 responden (53,3%) menggunakan penambahan bumbu bawang putih (90,6%), bumbu merica (28,1%), ketumbar (12,5%), kunyit (15,6%) dan jahe sebanyak 9,4%. Penambahan bumbu dan rempah pada pengolahan makanan bayi dapat menambah cita rasa, aroma dan penampakan yang lebih baik. Bayi usia 12-24 bulan sudah mulai masuk pada tahapan makanan keluarga dimana bayi ikut mengonsumsi sajian makanan keluarga pada umumnya, termasuk makanan yang menggunakan tambahan bumbu seperti bawang putih, merica dan sebagainya. Namun, meskipun bayi sudah makan makanan keluarga tetap harus dapat perhatian khusus mengenai tambahan bumbu dan rempah tertentu yang dapat memicu saluran pencernaan bayi seperti tidak boleh menambahkan bumbu yang bercita rasa pedas karena akan menimbulkan gangguan pencernaan pada bayi dikarenakan sistem pencernaan yang masih rentan.

B. Frekuensi Konsumsi Makanan Pendamping ASI (MP-ASI)

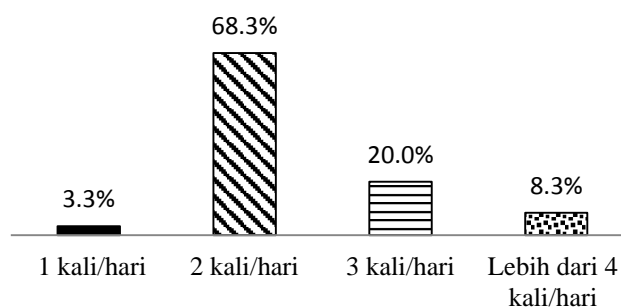
Frekuensi konsumsi Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) pada bayi usia 12-24 bulan meliputi frekuensi makan bayi yaitu makanan utama dan makanan selingan. Analisis frekuensi bayi usia 12-24 bulan mengonsumsi makanan utama dalam sehari dapat dilihat pada gambar 4.12 berikut ini.



Gambar 4.12 Frekuensi Konsumsi Makanan Utama Bayi

Berdasarkan gambar 4.12 frekuensi konsumsi makanan utama bayi usia 12-24 bulan di Keurahan Isola lebih dari setengahnya (65%) mengonsumsi makanan utama dengan frekuensi 3-4 kali/hari, hal ini sudah sesuai dengan rekomendasi menurut Kemenkes (2014, hlm.76) bahwa frekuensi pemberian MP-ASI yang dianjurkan untuk anak usia 12-24 bulan adalah diberikan makanan utama 3-4 kali sehari. Kurang dari setengahnya (35%) bayi mengonsumsi makanan utama dengan frekuensi 2 kali/hari dan tidak ada seorangpun bayi yang mengonsumsi makanan utama dalam frekuensi 1 kali/hari dan lebih dari 4 kali/hari.

Frekuensi makanan selingan juga harus sesuai dengan anjuran dan kebutuhan, bayi harus diberi makanan selingan dengan frekuensi yang cukup salah satunya untuk menunjang aktivitas motorik bayi yang mulai meningkat. Hasil analisis data mengenai frekuensi makanan selingan pada bayi usia 12-24 bulan dapat dilihat pada gambar 4.13 di bawah ini.



Gambar 4.13 Frekuensi Konsumsi Makanan Selingan pada Bayi

Gambar 4.13 menunjukkan bahwa frekuensi konsumsi makanan selingan pada bayi usia 12-24 bulan lebih dari setengahnya (68,3%) bayi mengonsumsi makanan selingan dengan frekuensi 2 kali/hari, sebagian kecil mengonsumsi

dengan frekuensi 1 kali/hari (3,3%), 3 kali/hari (20%), lebih dari 4 kali (8,3%). Berdasarkan hasil persentase di atas bahwa lebih dari setengahnya bayi usia 12-24 bulan sudah mengonsumsi makanan selingan dengan frekuensi yang cukup sesuai anjuran dimana frekuensi pemberian makanan selingan yang dianjurkan untuk anak usia 12-24 bulan menurut Kemenkes (2014, hlm.76) adalah 1-2 kali sehari.

Frekuensi konsumsi jenis makanan dalam kurun waktu tertentu dapat menunjukkan kebiasaan makan seseorang atau kelompok. Frekuensi konsumsi jenis makanan untuk bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola sebagai berikut.

1. Frekuensi Konsumsi Jenis Makanan Pokok

Frekuensi jenis makanan pokok pada bayi bertujuan untuk mengetahui gambaran pola pemberian MP-ASI pada bayi usia 12-24 bulan mengenai jenis bahan makanan pokok dalam periode tertentu. Frekuensi konsumsi makanan pokok beserta rata-rata konsumsinya pada bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola dapat dilihat pada tabel 4.9 berikut ini.

Tabel 4.9 Sebaran Frekuensi Konsumsi Jenis Makanan Pokok

No	Bahan Makanan	Frekuensi makan	Persentase		
			n	%	Gram
1	Bubur Susu	> 1x/hari	8	13.3	18.8
		1x/ hari	8	13.3	22.5
		3x/minggu	3	5.0	18.0
		1x/minggu	7	11.7	23.3
		1x/bulan	5	8.3	16.0
		Tidak pernah	29	48.3	
		Total	60	100	
2	Bubur sumsum	> 1x/hari	2	3.3	75.0
		1x/ hari	6	10.0	107.5
		3x/minggu	7	11.7	91.4
		1x/minggu	14	23.3	85.0
		1x/bulan	11	18.3	124.1
		Tidak pernah	20	33.3	
		Total	60	100	
3	Bubur Nasi	> 1x/hari	10	16.7	171.0
		1x/ hari	20	33.3	172.0
		3x/minggu	17	28.3	163.5
		1x/minggu	5	8.3	180.0
		1x/bulan	2	3.3	80.0
		Tidak pernah	6	10.0	
		Total	60	100	
4	Bubur Nasi Instan	> 1x/hari	0	0.0	0.0

Lanjutan Tabel 4.9 Sebaran Frekuensi Konsumsi Jenis Makanan Pokok

No	Bahan Makanan	Frekuensi makan	Persentase		
			n	%	Gram
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	4	6.7	16.5
		1x/minggu	5	8.3	17.6
		1x/bulan	4	6.7	16.5
		Tidak pernah	47	78.3	
		Total	60	100	
		5	Lontong	> 1x/hari	0
		1x/ hari	2	3.3	45.0
		3x/minggu	11	18.3	69.5
		1x/minggu	14	23.3	56.1
		1x/bulan	5	8.3	72.0
		Tidak pernah	28	46.7	
		Total	60	100	
6	Nasi	> 1x/hari	37	61.7	98.4
		1x/ hari	15	25.0	90.7
		3x/minggu	1	1.7	100.0
		1x/minggu	0	0.0	0.0
		1x/bulan	0	0.0	0.0
		Tidak pernah	7	11.7	
		Total	60	100	
7	Roti	> 1x/hari	3	5.0	38.0
		1x/ hari	10	16.7	43.2
		3x/minggu	16	26.7	41.5
		1x/minggu	15	25.0	43.6
		1x/bulan	5	8.3	42.4
		Tidak pernah	11	18.3	
		Total	60	100	
8	Mie	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	3	5.0	49.7
		1x/minggu	11	18.3	40.5
		1x/bulan	11	18.3	42.2
		Tidak pernah	35	58.3	
		Total	60	100	
9	Kentang	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	5	8.3	35.0
		3x/minggu	17	28.3	38.2
		1x/minggu	18	30.0	33.3
		1x/bulan	4	6.7	34.3
		Tidak pernah	16	26.7	
		Total	60	100	

Tabel 4.9 menjelaskan mengenai sebaran jenis konsumsi bahan makanan pokok pada bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola. Makanan pokok yang masuk pada daftar frekuensi makanan bayi diantaranya bubur susu, bubur sumsum, bubur nasi, bubur nasi instan, lontong, nasi, roti, mie dan kentang. Konsumsi bubur susu pada bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola kurang dari setengahnya (48,3%) tidak pernah mengonsumsi bubur susu sebagai makanan pokok, hal ini disebabkan karena usia 12-24 bulan sudah pada tahapan makanan padat sedangkan bubur susu termasuk jenis makanan lumat. Konsumsi bubur nasi kurang dari setengahnya bayi usia 12-24 bulan mengonsumsi bubur nasi dengan frekuensi 1x/hari (33,3%) dengan rata-rata konsumsi seberat 172 gram. Bayi usia 12-24 bulan sebagian besar tidak mengonsumsi bubur nasi instan (78,3%) sebagai bagian variasi makanan pokok.

Konsumsi nasi sebagai makanan utama bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola lebih dari setengahnya mengonsumsi nasi dengan frekuensi >1x/hari (61,7%) rata-rata konsumsinya 98,4 gram, selanjutnya sebagian kecil bayi usia 12-24 bulan tidak pernah mengonsumsi nasi sebagai makanan utama bayi yaitu sebanyak 11,7% karena bayi belum dikenalkan pada tahapan makanan padat. Makanan pokok nasi menjadi bahan yang paling sering dikonsumsi oleh kelompok bayi usia 12-24 bulan dengan frekuensi lebih dari 1x/hari dan kisaran konsumsinya sebanyak 98,4 gram. Berdasarkan Survei Konsumsi Makanan Individu tahun 2014 menunjukkan rata-rata konsumsi sereal penduduk Indonesia didominasi oleh beras dan olahannya. Oleh sebab itu nasi merupakan jenis makanan padat yang paling banyak dikonsumsi daripada jenis makanan pokok lainnya seperti bubur nasi, roti, mie, kentang dan lainnya.

2. Frekuensi Konsumsi Jenis Lauk Hewani

Frekuensi konsumsi jenis lauk hewani pada bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola dapat dilihat pada tabel 4.10 berikut ini.

Tabel 4.10 Sebaran Frekuensi Konsumsi Jenis Lauk Hewani

No	Bahan Makanan	Frekuensi makan	Persentase		
			n	%	Gram
1	Telur	> 1x/hari	11	18.3	50.0
		1x/ hari	15	25.0	45.0
		3x/minggu	28	46.7	49.1
		1x/minggu	6	10.0	50.0

Lanjutan Tabel 4.10 Sebaran Frekuensi Konsumsi Jenis Lauk Hewani

No	Bahan Makanan	Frekuensi makan	Persentase		
			n	%	Gram
		1x/bulan	0	0.0	0.0
		Tidak pernah	0	0.0	
		Total	60	100	
2	Hati	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	2	3.3	30.0
		3x/minggu	18	30.0	28.3
		1x/minggu	18	30.0	29.7
		1x/bulan	8	13.3	28.1
		Tidak pernah	14	23.3	
		Total	60	100	
3	Daging ayam	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	10	16.7	34.5
		3x/minggu	31	51.7	43.2
		1x/minggu	13	21.7	30.8
		1x/bulan	2	3.3	25.0
		Tidak pernah	4	6.7	
		Total	60	100	
4	Ikan	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	5	8.3	35.0
		3x/minggu	30	50.0	44.8
		1x/minggu	12	20.0	45.4
		1x/bulan	4	6.7	50.0
		Tidak pernah	9	15.0	
		Total	60	100	
5	Bakso	> 1x/hari	5	8.3	42.0
		1x/ hari	7	11.7	38.6
		3x/minggu	19	31.7	40.5
		1x/minggu	7	11.7	45.7
		1x/bulan	8	13.3	33.8
		Tidak pernah	14	23.3	
		Total	60	100	
6	Sosis	> 1x/hari	5	8.3	21.6
		1x/ hari	12	20.0	24.0
		3x/minggu	16	26.7	18.6
		1x/minggu	13	21.7	21.5
		1x/bulan	8	13.3	15.8
		Tidak pernah	6	10.0	
		Total	60	100	
7	Nugget	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	5	8.3	17.0
		3x/minggu	10	16.7	22.1
		1x/minggu	13	21.7	24.8
		1x/bulan	7	11.7	16.9

Lanjutan Tabel 4.10 Sebaran Frekuensi Konsumsi Jenis Lauk Hewani

No	Bahan Makanan	Frekuensi makan	Persentase		
			n	%	Gram
		Tidak pernah	25	41.7	
		Total	60	100	
		8	Dendeng	> 1x/hari	0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	1	1.7	15.0
		1x/minggu	3	5.0	13.3
		1x/bulan	3	5.0	13.3
		Tidak pernah	53	88.3	
		Total	60	100	
		9	Abon	> 1x/hari	0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	8	13.3	12.5
		1x/minggu	8	13.3	16.3
		1x/bulan	4	6.7	12.5
		Tidak pernah	40	66.7	
		Total	60	100	
		10	Daging asap	> 1x/hari	0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	0	0.0	0.0
		1x/minggu	2	3.3	15.0
		1x/bulan	2	3.3	15.0
		Tidak pernah	56	93.3	
		Total	60	100	
		11	Kornet	> 1x/hari	0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	3	5.0	22.0
		1x/minggu	5	8.3	31.2
		1x/bulan	5	8.3	22.0
		Tidak pernah	47	78.3	
		Total	60	100	

Berdasarkan tabel 4.10 konsumsi jenis lauk hewani terdiri dari bahan makanan hewani dan olahannya antara lain telur, hati, daging ayam, ikan, bakso, sosis, nugget, dendeng, abon, daging asap dan kornet. Konsumsi telur pada bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola secara keseluruhan dengan persentase kurang dari setengahnya (46,7%) mengonsumsi telur dengan frekuensi 3x/minggu dengan rata-rata frekuensi 49,1 gram. Konsumsi hati sebagai lauk hewani pada bayi usia 12-24 bulan kurang dari setengahnya mengonsumsi hati dengan frekuensi 3x/minggu (30%) sebesar 28,3. Jenis lauk hewani daging ayam dikonsumsi oleh bayi usia 12-24 bulan lebih dari setengahnya (51,7%) dengan frekuensi

3x/minggu rata-rata konsumsi sebesar 43,2 gram. Konsumsi ikan sebagai lauk hewani dikonsumsi oleh setengahnya bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola dengan frekuensi 3x/minggu rata-rata konsumsinya yaitu sebanyak 35 gram.

Olahan siap saji seperti bakso dikonsumsi oleh kurang dari setengahnya bayi usia 12-24 bulan dengan persentase 31,7% rata-rata frekuensinya 3x/minggu dengan rata-rata konsumsi 40,5 gram. Olahan sosis dikonsumsi oleh sebagian kecil bayi (8,3%) dengan frekuensi lebih dari 1x/hari dengan rata-rata konsumsi sebesar 21,6 gram. Kurang dari setengahnya (41,7%) bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola tidak pernah mengonsumsi nugget. Sebagian besar bayi (88,3%) tidak mengonsumsi dendeng sebagai variasi olahan daging siap saji. Selanjutnya lebih dari setengahnya (66,7%) bayi usia 12-24 bulan tidak mengonsumsi abon sebagai variasi lauk hewani. Sebagian besar (93,3%) bayi usia 12-24 bulan tidak mengonsumsi daging asap, dan sebagian besar pula (78,3%) bayi tidak pernah mengonsumsi kornet sebagai variasi lauk hewani.

Konsumsi olahan siap saji cukup yang cukup banyak dikonsumsi oleh bayi menurut hasil penelitian adalah bakso dan sosis. Bakso dan sosis merupakan makanan yang sangat populer dan cukup digemari oleh masyarakat termasuk kelompok anak-anak, namun konsumsinya harus diperhitungkan karena menurut Fauziah (hlm.17) sebesar 17% bakso yang dijual positif mengandung boraks sebagai zat pengawet yang dapat merusak kesehatan bayi. Berdasarkan hal tersebut pemberian olahan daging siap saji pada bayi usia 12-24 bulan sebaiknya dibatasi dan beralih pada jenis makanan yang lebih alami dan aman.

3. Frekuensi Konsumsi Jenis Lauk Nabati

Analisis frekuensi jenis makanan lauk nabati pada bayi uisa 12-24 bulan di Kelurahan Isola dapat dilihat pada sajian tabel 4.11 berikut.

Tabel 4.11 Sebaran Frekuensi Konsumsi Jenis Lauk Nabati

No	Bahan Makanan	Frekuensi makan	Persentase		
			n	%	Gram
1	Tahu	> 1x/hari	11	18.3	38.2
		1x/ hari	23	38.3	39.1
		3x/minggu	22	36.7	44.5
		1x/minggu	2	3.3	60.0
		1x/bulan	0	0.0	0.0
		Tidak pernah	2	3.3	
		Total	60	100	

Lanjutan Tabel 4.11 Sebaran Frekuensi Konsumsi Jenis Lauk Nabati

No	Bahan Makanan	Frekuensi makan	Persentase		
			n	%	Gram
2	Tempe	> 1x/hari	5	8.3	25.0
		1x/ hari	7	11.7	27.1
		3x/minggu	27	45.0	25.1
		1x/minggu	8	13.3	23.4
		1x/bulan	3	5.0	24.7
		Tidak pernah	10	16.7	
		Total	60	100	
3	Kacang hijau	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	4	6.7	13.8
		3x/minggu	10	16.7	16.0
		1x/minggu	15	25.0	14.3
		1x/bulan	8	13.3	14.5
		Tidak pernah	23	38.3	
		Total	60	100	
4	Kacang merah	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	9	15.0	14.4
		1x/minggu	4	6.7	12.5
		1x/bulan	6	10.0	9.2
		Tidak pernah	41	68.3	
		Total	60	100	
5	Kacang tanah	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	3	5.0	4.2
		1x/minggu	1	1.7	7.5
		1x/bulan	4	6.7	6.9
		Tidak pernah	52	86.7	
		Total	60	100	

Berdasarkan tabel 4.11 jenis lauk nabati yang dikonsumsi oleh bayi usia 12-24 bulan diantaranya tahu, tempe, kacang hijau, kacang merah dan kacang tanah. Konsumsi tahu sebagai lauk nabati dikonsumsi oleh kurang dari setengahnya bayi usia 12-24 bulan (18,3%) dengan frekuensi >1x/hari rata-rata konsumsinya sebanyak 38,2 gram. Konsumsi tempe oleh bayi usia 12-24 bulan kurang dari setengahnya (45%) dikonsumsi 3x/minggu dengan rata-rata konsumsi 25,1 gram, dan sebanyak 16,7% bayi tidak pernah mengonsumsi tempe sebagai lauk pauk nabati pada menu sehari-hari. Selanjutnya bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola kurang dari setengahnya (38,3%) tidak pernah mengonsumsi kacang hijau sebagai variasi lauk nabati. Selain itu lebih dari setengahnya (68,3%)

bayi tidak pernah mengonsumsi kacang merah, lalu sebagian besar (86,7%) bayi tidak mengonsumsi kacang tanah sebagai bahan lak nabati.

Berdasarkan hasil penelitian konsumsi jenis lauk nabati sebagian besar bayi mengonsumsi tahu dengan frekuensi 1x/hari rata-rata konsumsi sebanyak 39,1 gram. Tahu lebih sering dikonsumsi oleh bayi usia 12-24 bulan daripada jenis lauk hewani lainnya seperti tempe, kacang merah, kacang tanah dan kacang hijau. Hal ini sejalan dengan Survei Konsumsi Makanan Individu Tahun 2014 bahwa rata-rata konsumsi kacang-kacangan dan olahannya penduduk Indonesia (47,4%) sebesar 56,7 gram per orang per hari yang didominasi oleh kacang kedelai dan olahannya dan jenis kacang-kacangan lainnya yaitu kacang tanah dan olahannya (11,2%) serta kacang lainnya dikonsumsi sangat sedikit.

4. Frekuensi Konsumsi Jenis Sayuran

Hasil analisis dan pembahasan penelitian mengenai frekuensi konsumsi jenis sayuran pada bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola dapat dilihat pada tabel 4.12 di bawah ini.

Tabel 4.12 Sebaran Frekuensi Frekuensi Konsumsi Jenis Sayuran

No	Bahan Makanan	Frekuensi makan	Persentase		
			n	%	Gram
1	Bayam	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	12	20.0	6.3
		3x/minggu	27	45.0	5.3
		1x/minggu	8	13.3	6.8
		1x/bulan	1	1.7	9.0
		Tidak pernah	12	20.0	
		Total	60	100	
2	Wortel	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	9	15.0	11.7
		3x/minggu	44	73.3	10.0
		1x/minggu	5	8.3	9.4
		1x/bulan	0	0.0	0.0
		Tidak pernah	2	3.3	
		Total	60	100	
3	Sawi	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	14	23.3	14.4
		1x/minggu	9	15.0	12.2
		1x/bulan	1	1.7	12.0
		Tidak pernah	36	60.0	
		Total	60	100	

Lanjutan Tabel 4.12 Sebaran Konsumsi Frekuensi Konsumsi Jenis Sayuran

No	Bahan Makanan	Frekuensi makan	Persentase		
			n	%	Gram
4	Buncis	> 1x/hari	5	8.3	3.8
		1x/ hari	3	5.0	5.7
		3x/minggu	20	33.3	5.7
		1x/minggu	7	11.7	7.6
		1x/bulan	2	3.3	5.0
		Tidak pernah	23	38.3	
		Total	60	100	
5	Sosin	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	9	15.0	9.4
		1x/minggu	9	15.0	12.2
		1x/bulan	2	3.3	12.5
		Tidak pernah	40	66.7	
		Total	60	100	
6	Kangkung	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	6	10.0	4.0
		1x/minggu	9	15.0	4.0
		1x/bulan	4	6.7	3.0
		Tidak pernah	41	68.3	
		Total	60	100	
7	Brokoli	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	31	51.7	12.8
		1x/minggu	8	13.3	17.4
		1x/bulan	4	6.7	17.3
		Tidak pernah	16	26.7	
		Total	60	100	
8	Jamur	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	10	16.7	12.4
		1x/minggu	11	18.3	13.5
		1x/bulan	4	6.7	16.3
		Tidak pernah	35	58.3	
		Total	60	100	
9	Tomat	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	10	16.7	12.4
		1x/minggu	11	18.3	13.5
		1x/bulan	4	6.7	16.3
		Tidak pernah	35	58.3	
		Total	60	100	

Tabel 4.12 menjelaskan mengenai frekuensi konsumsi jenis sayuran seperti bayam, wortel, sawi, brokoli dan lainnya pada bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola. Jenis sayuran bayam dikonsumsi oleh kurang dari setengahnya (45%) dengan frekuensi 3x/minggu dimana rata-rata konsumsinya sebanyak 5.3 gram. Sayuran wortel dikonsumsi oleh lebih dari setengahnya (73,3%) bayi usia 12-24 bulan dimana frekuensi makannya yaitu 3x/minggu dengan konsumsi rata-rata sebesar 11,7 gram. Lebih dari setengahnya (60%) bayi tidak pernah mengonsumsi sayuran jenis sawi, begitupun dengan sayuran sosin tidak pernah dikonsumsi oleh 66,7% bayi usia 12-24 bulan. Sayuran jenis kangkung hanya dikonsumsi oleh sebagian kecil bayi yaitu dengan frekuensi 3x/minggu (10%), 1x/minggu (15%), 1x/bulan (6,7%) dan sisanya sebanyak 68,3% tidak pernah mengonsumsi kangkung sebagai variasi konsumsi sayuran. Sayuran jenis brokoli dikonsumsi oleh lebih dari setengahnya (51,7%) bayi usia 12-24 bulan dengan frekuensi makannya 3x/minggu dan rata-rata konsumsi yang dihasilkan sebanyak 12,8 gram, lalu lebih dari setengahnya (58,3%) bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola tidak mengonsumsi jenis sayuran jamur dan tomat.

Sayuran sebaiknya dikonsumsi secara teratur oleh bayi usia 12-24 bulan karena dapat menunjang dalam proses pertumbuhan dan perkembangan bayi. Menurut Kemenkes (2014, hlm.31) sayuran dan buah-buahan merupakan sumber vitamin, mineral dan serat. Vitamin dan mineral berfungsi sebagai antioksidan, yang mempunyai fungsi antara lain untuk mencegah kerusakan sel. Serat berfungsi untuk memperlancar pencernaan bayi. Pada dasarnya sayuran jarang disukai oleh anak karena memiliki cita rasa yang kurang, sehingga pengenalan berbagai jenis sayuran harus diperkenalkan sejak dini.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa konsumsi sayuran dengan frekuensi terbanyak yaitu dikonsumsi sekitar 1x/hari adalah sayuran bayam dan wortel dengan rata-rata konsumsi sebanyak 6,3 gram dan 11,7 gram. Berdasarkan hasil Survei Konsumsi Makanan Individu (2014) konsumsi kelompok sayuran masih rendah yaitu 57,1 gram per orang per hari. Dalam kelompok sayur, sayuran hijau dikonsumsi paling banyak (79,1%) dibandingkan sayur lainnya.

5. Frekuensi Konsumsi Jenis Buah-Buahan

Analisis dan pembahasan penelitian mengenai frekuensi konsumsi buah-buahan pada bayi usia 12-24 bulan dapat dilihat pada tabel 4.13 berikut.

Tabel 4.13 Sebaran Konsumsi Jenis Buah-Buahan

No	Bahan Makanan	Frekuensi makan	Persentase		
			n	%	Gram
1	Pisang	> 1x/hari	2	3.3	50.0
		1x/ hari	13	21.7	48.1
		3x/minggu	35	58.3	53.6
		1x/minggu	4	6.7	68.8
		1x/bulan	3	5.0	29.3
		Tidak pernah	3	5.0	
		Total	60	100	
2	Pepaya	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	7	11.7	75.7
		3x/minggu	35	58.3	84.3
		1x/minggu	6	10.0	83.3
		1x/bulan	2	3.3	75.0
		Tidak pernah	10	16.7	
		Total	60	100	
3	Jeruk	> 1x/hari	1	1.7	50.0
		1x/ hari	5	8.3	50.0
		3x/minggu	38	63.3	51.0
		1x/minggu	10	16.7	52.5
		1x/bulan	4	6.7	33.8
		Tidak pernah	2	3.3	
		Total	60	100	
4	Apel	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	2	3.3	63.5
		3x/minggu	16	26.7	46.6
		1x/minggu	14	23.3	53.9
		1x/bulan	5	8.3	43.4
		Tidak pernah	23	38.3	
		Total	60	100	
5	Pir	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	14	23.3	77.1
		1x/minggu	7	11.7	57.1
		1x/bulan	4	6.7	30.0
		Tidak pernah	35	58.3	
		Total	60	100	
6	Melon	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	2	3.3	100.0
		3x/minggu	8	13.3	51.3

Lanjutan Tabel 4.13 Sebaran Frekuensi Konsumsi Jenis Buah-Buahan

No	Bahan Makanan	Frekuensi makan	Persentase		
			n	%	Gram
		1x/minggu	16	26.7	91.9
		1x/bulan	4	6.7	55.0
		Tidak pernah	30	50.0	
		Total	60	100	
7	Jambu	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	3	5.0	66.7
		1x/minggu	1	1.7	50.0
		1x/bulan	5	8.3	40.0
		Tidak pernah	51	85.0	
		Total	60	100	
8	Strawbery	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	6	10.0	27.5
		1x/minggu	6	10.0	35.8
		1x/bulan	8	13.3	31.9
		Tidak pernah	40	66.7	
		Total	60	100	

Tabel 4.13 menjelaskan mengenai konsumsi jenis buah-bahan pada bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola. Adapun macam-macam buah yang masuk pada daftar frekuensi makanan antara lain pisang, pepaya, jeruk, apel, pir, melon, jambu dan strawberry. Buah pisang dan pisang dikonsumsi oleh lebih dari setengahnya bayi usia 12-24 bulan dengan besar persentase 58,3% dan frekuensi makannya adalah 3x/minggu, lalu rata-rata konsumsi pisang sebanyak 53,6 gram dan buah pepaya sebanyak 84,3 gram. Buah jeruk juga dikonsumsi dengan frekuensi 3x/minggu (63,3%) dengan rata-rata konsumsi sebanyak 51,0 gram. Buah apel tidak pernah dikonsumsi oleh kurang dari seengahnya bayi usia 12-24 bulan dengan persentase 38,3%, selain itu lebih dari setengahnya (58,3%) bayi usia 12-24 bulan tidak mengonsumsi buah pir sebagai variasi konsumsi buah-buahan dan hanya sebagian kecil (3,3%) yang mengonsumsi melon dengan frekuensi 1x/hari dengan rata-rata konsumsi sekitar 100 gram. Selanjutnya, sebagian besar bayi usia 12-24 bulan (85%) tidak pernah mengonsumsi buah jambu dan sekitar 66,7% tidak mengonsumsi buah strawberry sebagai variasi konsumsi buah-buahan.

Buah-buahan merupakan sumber vitamin dan mineral yang diperlukan tubuh. Berdasarkan hasil penelitian konsumsi buah-buahan pada bayi usia 12-24

bulan paling banyak mengonsumsi buah pisang, pepaya dan jeruk dengan rata-frekuensi sebanyak 3x/minggu. Buah-buahan seperti pir, melon, jambu dan strawberry jarang dikonsumsi oleh bayi usia 12-24 bulan karena keberadaannya kurang mudah ditemui dan harganya yang kurang terjangkau.

Berdasarkan hasil Survei Konsumsi Makanan Individu di Indonesia tahun 2014 bahwa konsumsi buah-buahan penduduk Indonesia masih rendah yaitu 33,5 gram per orang per hari. Pada kelompok buah-buahan dan olahan, buah pisang terbanyak dikonsumsi oleh penduduk yaitu 33,5 gram per orang per hari. sehingga konsumsi buah pisang pada bayi usia 12-24 bulan menjadi buah yang paling sering dikonsumsi daripada buah-buahan lainnya.

6. Frekuensi Konsumsi Jenis Makanan Selingan

Analisis data mengenai frekuensi konsumsi jenis makanan selingan pada bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola disajikan dalam tabel 4.14 berikut ini.

Tabel 4.14 Sebaran Frekuensi Konsumsi Jenis Makanan Selingan

No	Bahan Makanan	Frekuensi makan	Persentase		
			n	%	Gram
1	Bubur kacang hijau	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	26	43.3	80.7
		1x/minggu	12	20.0	95.7
		1x/bulan	8	13.3	85.6
		Tidak pernah	14	23.3	
		Total	60	100	
2	Biskuit	> 1x/hari	13	21.7	17.8
		1x/ hari	34	56.7	20.4
		3x/minggu	12	20.0	22.3
		1x/minggu	1	1.7	22.0
		1x/bulan	0	0.0	0.0
		Tidak pernah	0	0.0	
		Total	60	100	
3	Kue Bolu	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	12	20.0	14.7
		3x/minggu	23	38.3	16.7
		1x/minggu	7	11.7	16.0
		1x/bulan	3	5.0	16.0
		Tidak pernah	15	25.0	
		Total	60	100	
4	Wafer	> 1x/hari	2	3.3	15.0
		1x/ hari	17	28.3	12.9
		3x/minggu	21	35.0	11.4

Lanjutan Tabel 4.14 Sebaran Frekuensi Konsumsi Jenis Makanan Selingan

No	Bahan Makanan	Frekuensi makan	Persentase		
			n	%	Gram
		1x/minggu	7	11.7	11.4
		1x/bulan	1	1.7	10.0
		Tidak pernah	12	20.0	
		Total	60	100	
5	Bakso	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	9	15.0	28.9
		3x/minggu	13	21.7	32.3
		1x/minggu	9	15.0	31.1
		1x/bulan	5	8.3	34.0
		Tidak pernah	24	40.0	
		Total	60	100	
6	Mie Instan	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	3	5.0	37.0
		1x/minggu	11	18.3	40.5
		1x/bulan	5	8.3	37.0
		Tidak pernah	41	68.3	
		Total	60	100	
7	Siomay	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	1	1.7	40.0
		3x/minggu	1	1.7	40.0
		1x/minggu	3	5.0	26.7
		1x/bulan	4	6.7	35.0
		Tidak pernah	51	85.0	
		Total	60	100	
8	Cireng	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	3	5.0	20.0
		1x/minggu	4	6.7	15.0
		1x/bulan	5	8.3	20.0
		Tidak pernah	48	80.0	
		Total	60	100	
9	Cilok	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	5	8.3	26.0
		1x/minggu	2	3.3	35.0
		1x/bulan	4	6.7	25.0
		Tidak pernah	49	81.7	
		Total	60	100	
10	Bala-bala	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	13	21.7	26.9
		1x/minggu	11	18.3	22.7

Lanjutan Tabel 4.14 Sebaran Frekuensi Konsumsi Jenis Makanan Selingan

No	Bahan Makanan	Frekuensi makan	Persentase		
			n	%	Gram
		1x/bulan	6	10.0	22.9
		Tidak pernah	30	50.0	
		Total	60	100	
11	Gehu	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	4	6.7	26.3
		1x/minggu	8	13.3	24.4
		1x/bulan	2	3.3	22.5
		Tidak pernah	46	76.7	
		Total	60	100	
12	Basreng	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	0	0.0	0.0
		1x/minggu	2	3.3	25.0
		1x/bulan	5	8.3	22.4
		Tidak pernah	53	88.3	
		Total	60	100	
13	Ciki-Cikian	> 1x/hari	3	5.0	10.0
		1x/ hari	7	11.7	10.0
		3x/minggu	15	25.0	10.7
		1x/minggu	7	11.7	8.6
		1x/bulan	6	10.0	8.3
		Tidak pernah	22	36.7	
		Total	60	100	
14	Permen	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	3	5.0	9.0
		3x/minggu	12	20.0	7.8
		1x/minggu	12	20.0	7.9
		1x/bulan	1	1.7	9.0
		Tidak pernah	32	53.3	
		Total	60	100	

Tabel 4.14 menjelaskan mengenai frekuensi konsumsi makanan selingan pada bayi usia 12-24 bulan. Berdasarkan tabel di atas bahwa konsumsi bubur kacang hijau kurang dari setengahnya (43,3%) dikonsumsi oleh bayi dengan frekuensi 3x/minggu dan rata-rata konsumsinya sebanyak 80,7 gram. Biskuit dikonsumsi oleh lebih dari setengahnya (56,7%) dengan frekuensi 1x/hari rata-rata konsumsinya adalah sebesar 20,4 gram. Sebagian kecil bayi tidak pernah mengonsumsi jenis kue bolu sebagai makanan selingan (25%) dan kurang dari

setengahnya (35,0%) mengonsumsi jenis wafer sebagai camilan dengan frekuensi 3x/minggu dan rata-rata konsumsinya sebanyak 11,4 gram.

Kurang dari setengahnya (40%) bayi usia 12-24 bulan tidak pernah mengonsumsi bakso sebagai pilihan makanan selingan, juga terdapat sekitar 68,3% yang tidak pernah mengonsumsi mie instan, begitupun dengan konsumsi siomay sebagian besar (98%) tidak pernah mengonsumsi. Konsumsi gorengan sebagai pilihan makanan selingan jarang dikonsumsi bayi, hal ini dapat terlihat bahwa 80,0% bayi tidak mengonsumsi cireng, 81,7% tidak pernah mengonsumsi cilok, namun gorengan jenis bala-bala merupakan makanan yang cukup sering dikonsumsi oleh bayi yaitu sekitar 50% bayi mengonsumsi bala-bala dengan rata-rata frekuensi 3x/minggu (21,7%) dengan banyaknya konsumsi sekitar 26,9 gram, 1x/minggu (10,0%) dengan rata-rata konsumsi 22,7 gram dan frekuensi selama 1x/bulan (10%) sebanyak 22,9 gram. Berbeda dengan konsumsi bala-bala, konsumsi gehu dan basreng jauh lebih rendah yaitu untuk konsumsi gehu terdapat 76,7% atau sebagian besar bayi usia 12-24 bulan tidak pernah mengonsumsi gehu dan sebagian besar (88,3%) bayi juga tidak pernah mengonsumsi basreng sebagai makanan selingan.

Selanjutnya, konsumsi ciki-cikian cukup diminati oleh kelompok bayi usia 12-24 bulan hal ini terlihat bahwa sebagian kecil (5%) mengonsumsi ciki dengan frekuensi lebih dari 1x/hari rata-rata konsumsinya sebanyak 10 gram, dan terdapat kurang dari setengahnya yang tidak mengonsumsi ciki-cikian. Makanan selingan selanjutnya yaitu permen dengan hasil lebih dari setengahnya (53%) bayi usia 12-24 bulan tidak mengonsumsi permen dan sebagian kecil (5%) yang mengonsumsi permen 1x/hari dengan rata-rata konsumsi 9 gram.

Berdasarkan penelitian, bayi usia 12-24 bulan mengonsumsi makanan selingan seperti bubur kacang hijau, biskuit, kue bolu, wafer, bakso dan lainnya dengan rata-rata konsumsi paling banyak yaitu biskuit, kue bolu dan wafer. Menurut Survei Konsumsi Makanan Individu di Indonesia tahun 2014 menunjukkan rata-rata konsumsi sereal penduduk Indonesia didominasi oleh beras dan olahannya kemudian diikuti oleh terigu dan olahannya termasuk biskuit, kue bolu dan wafer sebagai produk olahan tepung terigu. Bayi usia 12-24 bulan berdasarkan hasil penelitian makanan selingan yang sedikit dikonsumsi adalah

jenis gorengan seperti gehu, cireng dan bala-bala. Begitupun dengan siomay, basreng, cilok dan mie instan merupakan makanan selingan dengan sedikit frekuensi konsumsinya.

7. Frekuensi Konsumsi Jenis Minuman

Konsumsi minuman pada anak sangat penting diperhatikan karena cairan dalam tubuh harus tetap terpenuhi agar proses di dalamnya dapat berjalan dengan seimbang. Tabel 4.15 menjelaskan mengenai konsumsi minuman selain air putih yang dikonsumsi oleh bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola sebagai berikut.

Tabel 4.15 Sebaran Konsumsi Jenis Minuman

No	Bahan Makanan	Frekuensi makan	Persentase		
			n	%	mL
1	Air putih	> 1x/hari	60	100.0	633.3
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	0	0.0	0.0
		1x/minggu	0	0.0	0.0
		1x/bulan	0	0.0	0.0
		Tidak pernah	0	0.0	
		Total	60	100	
2	Air teh	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	3	5.0	208.3
		3x/minggu	20	33.3	206.0
		1x/minggu	8	13.3	193.8
		1x/bulan	2	3.3	187.5
		Tidak pernah	27	45.0	
		Total	60	100	
3	Jus Buah	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	1	1.7	125.0
		3x/minggu	34	56.7	165.1
		1x/minggu	15	25.0	174.2
		1x/bulan	1	1.7	250.0
		Tidak pernah	9	15.0	
		Total	60	100	
4	Yoghurt	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	8	13.3	150.0
		1x/minggu	6	10.0	166.7
		1x/bulan	1	1.7	100.0
		Tidak pernah	45	75.0	
		Total	60	100	
5	Susu murni	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	4	6.7	156.3

Lanjutan Tabel 4.15 Frekuensi Sebaran Konsumsi Jenis Minuman

No	Bahan Makanan	Frekuensi makan	Persentase		
			n	%	mL
		1x/minggu	3	5.0	208.3
		1x/bulan	3	5.0	125.0
		Tidak pernah	50	83.3	
		Total	60	100	
6	Susu kental manis	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	3	5.0	208.3
		1x/minggu	2	3.3	250.0
		1x/bulan	6	10.0	208.3
		Tidak pernah	49	81.7	
		Total	60	100	
7	Susu kotak	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	18	30.0	125.0
		3x/minggu	20	33.3	131.3
		1x/minggu	3	5.0	125.0
		1x/bulan	2	3.3	187.5
		Tidak pernah	17	28.3	
		Total	60	100	
8	Ale-ale	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	1	1.7	100.0
		1x/minggu	4	6.7	175.0
		1x/bulan	2	3.3	200.0
		Tidak pernah	53	88.3	
		Total	60	100	
9	Teh gelas	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	4	6.7	157.5
		1x/minggu	5	8.3	108.0
		1x/bulan	0	0.0	0.0
		Tidak pernah	51	85.0	
		Total	60	100	
10	Teh pucuk	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	2	3.3	131.3
		1x/minggu	4	6.7	131.3
		1x/bulan	2	3.3	175.0
		Tidak pernah	52	86.7	
		Total	60	100	
11	Okky jelly drink	> 1x/hari	0	0.0	0.0
		1x/ hari	0	0.0	0.0
		3x/minggu	2	3.3	135.0
		1x/minggu	4	6.7	123.8

Lanjutan Tabel 4.15 Frekuensi Sebaran Konsumsi Jenis Minuman

No	Bahan Makanan	Frekuensi makan	Persentase		
			n	%	mL
		1x/bulan	0	0.0	0.0
		Tidak pernah	54	90.0	
		Total	60	100	

Berdasarkan tabel 4.15 mengenai sebaran frekuensi konsumsi minuman pada bayi usia 12-24 bulan bahwa seluruhnya (100%) bayi usia 12-24 bulan mengonsumsi air putih lebih dari 1x/hari dengan rata-rata konsumsi sebanyak 633,3 mL, mengonsumsi air teh kurang dari setengahnya (33,3%) dengan frekuensi konsumsi 3x/minggu sebanyak 206,0 mL dan kurang dari setengahnya (45,0%) tidak pernah mengonsumsi air teh. Konsumsi jus buah yaitu lebih dari seengahnya (56,7%) mengonsumsi jus buah dalam frekuensi 3x/minggu dengan rata-rata konsumsi sebanyak 165,1 mL. Lebih dari setengahnya (75%) bayi tidak pernah mengonsumsi minuman yoghurt, sebagian besar (83,3%) bayi tidak pernah mengonsumsi susu murni dan sebagian besar pula (81,7%) bayi tidak pernah mengonsumsi susu kental manis.

Berbeda dengan konsumsi susu kotak cukup banyak digemari oleh bayi usia 12-24 bulan yaitu kurang dari setengahnya (30%) mengonsumsi susu kotak dengan frekuensi 1x/hari rata-rata konsumsinya sebesar 125 mL, dan sebanyak 28,3% tidak pernah mengonsumsi susu kotak. Minuman kemasan seperti ale-ale, teh gelas, teh pucuk dan okky jelly drink sebagian besar tidak dikonsumsi oleh bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola dengan persentase tidak dikonsumsi berturut-turut yaitu 88,3%, 85%, 86,7% dan 90%.

Angka kecukupan air menurut AKG 2014 adalah sebanyak 1200 mL/hari. Minuman yang paling banyak dikonsumsi oleh bayi usia 12-24 bulan berdasarkan hasil penelitian adalah konsumsi air putih yang dikonsumsi secara keseluruhan responden dengan frekuensi lebih dari 1x/hari dan rata-rata konsumsinya yaitu 633,3 mL. Sejalan dengan hasil Survei Konsumsi Makanan Individu di Indonesia tahun 2014 bahwa dalam kelompok air, proporsi penduduk yang mengonsumsi air putih yaitu sebanyak 97,4%. Selain itu, konsumsi susu kemasan pada bayi usia 12-24 bulan merupakan minuman yang cukup banyak dikonsumsi (30%) dengan frekuensi 1x/hari rata-rata konsumsinya sebanyak 125 mL. Menurut Fitriani (2016) pemberian susu murni dan susu UHT yang merupakan hasil olah pemanasan tinggi atau susu pasteurisasi dapat diberikan setelah bayi berusia 1

tahun, namun pemberian susu sapi murni harus dikonsumsi secara seimbang karena dapat meningkatkan berat badan yang beresiko terhadap penyakit kardiovaskular. Berdasarkan hal tersebut maka konsumsi susu pada bayi usia 12-24 bulan harus dilakukan secara seimbang agar mencapai gizi yang optimal.

Sebagian kecil (6,3%) bayi usia 12-24 bulan mengonsumsi teh dengan frekuensi 1x/hari. Konsumsi minuman teh sebaiknya dihindari pada bayi usia 12-24 bulan, Menurut WHO (dalam Hilmansyah, 2016) tidak dianjurkan mengonsumsi teh sampai usia bayi mencapai 2 tahun, hal ini dikarenakan teh mengandung tanin dan kafein yang cukup tinggi. Tanin dalam jumlah tertentu dapat menyebabkan gangguan penyerapan zat besi dan kalsium dalam usus bayi dalam jangka panjang dapat menyebabkan anemia.

Minuman yang dikonsumsi bayi sebaiknya diberikan minuman yang sehat dan bergizi seperti jus buah dan susu, lalu menghindari minuman yang mengandung gula tinggi dan pemanis buatan seperti berbagai minuman kemasan karena akan memengaruhi kesehatan tubuh bayi.

C. Tingkat Kecukupan Gizi Makanan Pendamping ASI (MP-ASI)

Semua jenis makanan yang dikonsumsi oleh bayi usia 12-24 bulan harus memenuhi tingkat kecukupan gizi bayi supaya mendapatkan pertumbuhan dan perkembangan yang maksimal juga kesehatan tubuh yang baik. Begitupun dengan konsumsi MP-ASI harus berkontribusi dalam pemenuhan gizi berdasarkan Angka Kecukupan Gizi yang sudah ditetapkan. Berikut adalah hasil dan pembahasan mengenai tingkat kecukupan gizi makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang dikonsumsi pada bayi usia 12-24 bulan.

Menurut anjuran WHO (dalam Egayanti, 2017, hlm.1) bahwa seluruh kebutuhan gizi bayi sampai umur enam bulan dapat dipenuhi oleh ASI. Namun setelah bayi berumur lebih dari enam bulan, pemenuhan gizi dari ASI semakin menurun, dan tidak mencukupi kebutuhan. Pemenuhan energi dari ASI menjadi hanya 70% untuk bayi berumur 6-8 bulan, 45% untuk bayi umur 9-11 bulan, dan hanya 30% untuk anak berumur 12-23 bulan. Berdasarkan pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa semakin meningkatnya usia bayi maka semakin terjadi penurunan kualitas ASI yang dihasilkan. Begitupun saat bayi mencapai usia 24 bulan maka hampir sepenuhnya kebutuhan gizi bayi harus sudah terpenuhi

dengan baik dari konsumsi MP-ASI karena ASI yang dihasilkan mengalami penurunan sehingga tidak dapat menopang pemenuhan kebutuhan bayi.

Energi yang dibutuhkan oleh bayi usia 12-24 bulan berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (Kemenkes, 2014, hlm.78) adalah sebanyak 1125 kkal/hari. Berdasarkan hasil penelitian bahwa kontribusi energi MP-ASI terhadap pemenuhan Angka Kecukupan Energi adalah sebanyak 58,9% dengan rata-rata konsumsi 662 kkal. Konsumsi energi pada bayi usia 12-24 bulan berdasarkan asupan MP-ASI berkisar antara 125-1008 kkal (662 ± 152 kkal). Berdasarkan hasil penelitian Egayanti (2017, hlm.41) bahwa pada kelompok umur 12-23 bulan kontribusi pemenuhan energi dari MP-ASI sebagian besar dinyatakan kurang (<80%) dari nilai AKG. Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang sudah dilakukan bahwa rata-rata sumbangan energi MP-ASI sebesar 58,9%.dari total AKG.

Protein yang dibutuhkan oleh bayi usia 12-24 bulan berdasarkan Angka Kecukupan Gizi 2014 adalah sebanyak 26 g/hari. Berdasarkan hasil penelitian rata-rata konsumsi protein bayi usia 12-24 bulan adalah 20,8 g/hari, dengan konsumsi protein berkisar antara 2–46 gram ($20,8 \pm 7,9$ gram) sehingga kontribusi tingkat kecukupan gizi protein untuk bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola adalah 80,2% dari angka kecukupan protein. Hasil penelitian Egayanti (2017, hlm.41) mengenai pemenuhan kebutuhan protein bayi usia 12-23 bulan sebagian besar dinyatakan melebihi (>120%) dari total AKG, hal tersebut berbeda dengan hasil penelitian ini yaitu rata-rata bayi usia 12-24 bulan yaitu 80,2% dari total AKG.

Pemenuhan zat gizi protein harus terpenuhi dengan baik oleh bayi usia 12-24 bulan. Kekurangan protein pada bayi usia 12-24 bulan menurut Miharti dkk (2013, hlm.91) akan mengakibatkan penyakit kekurangan protein (kwashiokor) dimana ditemui gejala antara lain, anak apatis, rambut kepala halus dan jarang, rambut bewarna kemerahan, kusam tidak hitam mengkilap seperti pada anak sehat, rambut ini kering mudah dicabut tanpa terasa sakit oleh penderita. Oleh karena hal tersebut maka asupan protein pada anak penting diperhatikan pemenuhannya.

Kecukupan lemak pada bayi usia 12-24 bulan berdasarkan Angka Kecukupan Gizi 2014 adalah sebanyak 44 g/hari. Berdasarkan hasil penelitian, rata-rata konsumsi lemak pada bayi usia 12-24 bulan adalah 19,1 g/hari dengan konsumsi kisaran 2,0 – 37,0 gram ($19,2 \pm 7,2$ gram) sehingga kontribusi tingkat kecukupan lemak pada bayi usia 12-24 bulan sebesar 43,5%. Konsumsi lemak pada bayi usia 12-24 bulan harus terpenuhi karena berfungsi sebagai sumber energi setelah karbohidrat, insulator untuk mempertahankan suhu tubuh bayi dan merupakan bantal pelindung bagi organ vital seperti bola mata dan ginjal (Miharti, 2013, hlm.66).

Kecukupan karbohidrat untuk bayi usia 12-24 bulan menurut Angka Kecukupan Gizi 2014 adalah sebanyak 155 g/hari. Rata-rata konsumsi karbohidrat dari asupan MP-ASI pada bayi usia 12-24 bulan adalah 107,0 g/hari dengan kisaran konsumsi antara 19-273 gram ($107,0 \pm 41,4$ gram), sehingga kontribusi tingkat kecukupan gizi karbohidrat terhadap pemenuhan AKG yaitu sekitar 69,1%.

Zat gizi mineral yang akan dianalisis dari konsumsi MP-ASI bayi usia 12-24 bulan adalah mineral kalsium, fosfor dan zat besi. Kalsium merupakan bahan utama dalam proses pembentukan tulang dan gigi sehingga dibutuhkan keseimbangan pemenuhan yang cukup. Kecukupan zat gizi kalsium pada bayi usia 12-24 bulan berdasarkan Angka Kecukupan Gizi 2014 sebanyak 650 mg/hari. Rata-rata konsumsi kalsium pada bayi usia 12-24 bulan sebanyak 152,2 mg/hari. Konsumsi kalsium kisaran antara 27,0 – 708,0 mg/hari ($152,2 \pm 134,9$ gram) sehingga kontribusi tingkat kecukupan yang dihasilkan sekitar 23,4%. Konsumsi kalsium diperlukan sebagai unsur pertumbuhan gigi dan tulang karena pada usia 12-24 bulan merupakan masa pertumbuhan yang cukup pesat termasuk struktur tulang dan gigi. Apabila terjadi kekurangan kalsium secara terus menerus maka akan menyebabkan gangguan dalam pembentukan tulang anak.

Fosfor sangat diperlukan untuk proses pertumbuhan tulang dan gigi bayi usia 12-24 bulan. Kecukupan fosfor berdasarkan Angka Kecukupan Gizi untuk usia 12-24 bulan yaitu 500 mg/hari. Konsumsi fosfor pada bayi usia 12-24 bulan memiliki rata-rata konsumsi sebesar 178,3 mg/hari dengan kisaran konsumsi antara 27,0 – 555,0 mg/hari ($178,3 \pm 92,4$ mg) dengan kontribusi tingkat

kecukupan gizi sebanyak 35,7% terhadap pemenuhan AKG. Seperti halnya kalsium, fosfor juga sangat diperlukan untuk proses pertumbuhan tulang dan gigi bayi usia 12-24 bulan. Menurut Miharti dkk (2013, hlm.161) Enam puluh enam persen fosfor dalam tubuh terdapat pada tulang-tulang sebagai ikatan dengan kalsium dan seluruh sel-sel dalam tubuh mengandung fosfor.

Menurut Miharti (2013, hlm.162) besi merupakan pembentuk hemoglobin yang berguna untuk mengangkut oksigen dan CO₂ dalam tubuh. Apabila bayi mengalami kekurangan besi maka akan terjadinya penyakit anemia. Kebutuhan zat besi bagi bayi usia 12-24 bulan sangat penting pemenuhannya. Kecukupan zat besi berdasarkan Angka Kecukupan Gizi adalah 8,0 mg/hari. Rata-rata konsumsi zat besi pada bayi usia 12-24 bulan adalah 5,3 mg/hari dengan besaran konsumsi antara 1,0 – 22,0 mg/hari ($5,3 \pm 4,8$ mg), sehingga kontribusi tingkat kecukupan zat gizi besi sekitar 66,4% dari total AKG zat besi.

Menurut Miharti dkk (2013, hlm.119) bahwa vitamin A berfungsi sebagai bahan untuk membuat *rodopsin* yang diperlukan dalam proses penglihatan, untuk pemeliharaan jaringan pelapis dan membantu proses pertumbuhan tubuh. Vitamin yang dibutuhkan oleh bayi usia 12-24 bulan diantaranya vitamin A, dengan kecukupan berdasarkan Angka Kecukupan Gizi 2014 sebanyak 400 RE/hari. Rata-rata konsumsi Vitamin A bayi usia 12-24 bulan adalah sebanyak 263,3 RE dengan konsumsi kisaran antara 2,0 – 1052 RE/hari ($263,3 \pm 206,5$ RE). Berdasarkan perhitungan tersebut maka pemenuhan vitamin A dari konsumsi MP-ASI bayi usia 12-24 bulan sekitar 65,8%.

Miharti (2013, hlm.133) berpendapat bahwa kekurangan vitamin C akan menyebabkan penyakit sariawan atau skorbut ialah terjadinya pelembekan tenunan kolagen, infeksi, dan demam, juga timbul sakit, pelunakan, dan pembengkakan kaki bagian paha. Pada anak yang giginya telah keluar, gusi akan membengkak, empuk, dan terjadi pendarahan. Berdasarkan hal tersebut pemenuhan kebutuhan vitamin C sangat diperlukan oleh tubuh bayi. Kecukupan vitamin C berdasarkan AKG 2014 sebanyak 40 mg/hari. Rata-rata konsumsi vitamin C untuk bayi usia 12-24 bulan di Kelurahan Isola adalah sebesar 23,5 mg/hari dengan konsumsi antara 1,0 – 219,0 mg ($23,5 \pm 33,8$ mg) sehingga

kecukupan vitamin C pada bayi usia 12-24 bulan terhadap pemenuhan AKG yaitu sekitar 58,7%.

Kontribusi zat gizi dari MP-ASI pada bayi usia 12-24 bulan seharusnya mendekati AKG yang telah ditetapkan, karena pada tahapan usia ini produksi ASI dan kualitas ASI sudah menurun sehingga pemenuhan kebutuhan gizi lebih banyak diperoleh dari konsumsi MP-ASI. Adapun rekapitulasi kontribusi zat gizi yang diperoleh hanya dari asupan MP-ASI tanpa ASI dan susu formula untuk bayi usia 12-24 bulan terhadap pemenuhan Angka Kecukupan Gizi (AKG) di Kelurahan Isola dapat dilihat pada tabel 4.16 berikut.

Tabel 4.16 Kontribusi Tingkat Kecukupan Gizi MP-ASI Terhadap AKG

Zat Gizi	AKG	Kontribusi Rata-Rata Konsumsi	Kontribusi Tingkat Kecukupan Zat Gizi (%)
Energi	1125 kkal	662 kkal	58,9
Protein	26 g	20,8 g	80,2
Lemak	44 g	19,1 g	43,5
Karbohidrat	155 g	107,0 g	69,1
Kalsium	650 mg	152,2 mg	23,4
Fosfor	500 mg	178,3 mg	35,7
Besi	8,0 mg	5,3 mg	66,4
Vitamin A	400 RE	263,3 RE	65,8
Vitamin C	40 mg	23,5 mg	58,7

Tabel 4.16 menjelaskan bahwa kontribusi zat gizi dari MP-ASI terhadap pemenuhan AKG pada bayi usia 12-24 bulan seperti kecukupan energi MP-ASI berdasarkan AKG adalah sebanyak 58,9%, kontribusi zat gizi protein sebesar 80,2%, kontribusi zat gizi lemak sebanyak 43,5% dan kontribusi karbohidrat sebesar 69,1% dari AKG. Kontribusi tingkat kecukupan mineral MP-ASI terhadap pemenuhan AKG yaitu kalsium sebanyak 23,4%, fosfor sebesar 35,7%, dan zat besi memenuhi 66,4%. Selanjutnya kontribusi vitamin terhadap AKG adalah vitamin A memenuhi 65,8% dan vitamin C memenuhi sebesar 58,7% dari AKG.