

HUBUNGAN KONSUMSI IKAN DENGAN KEJADIAN KURANG ENERGI PROTEIN (KEP) PADA BALITA USIA 1-3 TAHUN DI DESA PETATAL KECAMATAN DATUK TANAH DATAR KABUPATEN BATU BARA TAHUN 2024

Ika Lestari Sitorus¹, Ririn Anggriani Sitorus², Mahyunida³

ikasitorus01@gmail.com

DOSEN STIKES AS SYIFA

ABSTRAK

Status gizi adalah keadaan pada tubuh yang merupakan dampak dari makanan dan penggunaan zat gizi yang dikonsumsi seseorang. Kebiasaan konsumsi ikan yang kurang akan berdampak kepada kejadian kurang energi protein (KEP) pada balita. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi ikan dengan kejadian Kurang Energi Protein (KEP) pada balita usia 1-3 tahun di Desa Petatal Datuk Tanah Datar Kabupaten Batu Bara Tahun 2024. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain studi *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh balita umur 1-3 tahun berjumlah 26 Orang. Teknik pengambilan sampel ini adalah *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Analisis data menggunakan *chi square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 26 balita usia 1-3 tahun yang diteliti didapatkan mayoritas memiliki kebiasaan konsumsi ikan yang kurang sebanyak 16 responden (61,5%) dan minoritas memiliki kebiasaan konsumsi ikan yang cukup sebanyak 10 responden (38,5%). Kejadian Kurang Energi Protein (KEP) pada balita usia 1-3 tahun mayoritas mengalami KEP berat sebanyak 13 responden (50,0%) dan minoritas mengalami KEP ringan sebanyak 2 responden (7,7%). Hasil analisis uji *Chi-Square* diketahui bahwa nilai p value 0,026 ($p < \alpha 0,05$) yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan kebiasaan konsumsi ikan dengan Kejadian Kurang Energi Protein (KEP) pada balita usia 1-3 tahun di Desa Petatal Datuk Tanah Datar Kabupaten Batu Bara Tahun 2024. Diharapkan petugas kesehatan perlunya memberikan penyuluhan atau sosialisasi kepada masyarakat tentang pentingnya mengkonsumsi ikan dan menerapkan kebiasaan makan ikan yang baik dalam upaya memberikan dukungan bagi pencapaian status gizi balita yang lebih baik.

Kata kunci : Kebiasaan Konsumsi Ikan, Kejadian Kurang Energi Protein (KEP)

ABSTRACT

Nutritional status is a condition of the body which is the impact of the food and use of nutrients consumed by a person. The habit of consuming less fish will have an impact on the incidence of protein energy deficiency (PEM) in toddlers. The aim of this research is to determine the relationship between fish consumption habits and the incidence of Protein Energy Deficiency (PEM) in toddlers aged 1-3 years in Petatal Datuk Tanah Datar Village, Batu Bara Regency in 2024. This type of research is quantitative research with a cross sectional study design. The population in this study was all toddlers aged 1-3 years totaling 26 people. This sampling technique is purposive sampling. Data collection uses observation sheets. Data analysis using chi square. The research results showed that of the 26 toddlers aged 1-3 years studied, it was found that the majority had inadequate fish consumption habits, 16 respondents (61.5%) and the minority had adequate fish consumption habits, 10 respondents (38.5%). The incidence of Protein Energy Deficiency (PEM) in toddlers aged 1-3 years, the majority experienced severe PEM, 13 respondents (50.0%) and the minority experienced mild PEM, 2 respondents (7.7%).

The results of the Chi-Square test analysis show that the p value is 0.026 ($p < \alpha 0.05$) which means that there is a significant relationship between fish consumption habits and the incidence of protein energy deficiency (PEM) in toddlers aged 1-3 years in Petatal Datuk Tanah Village. Batu Bara Regency Data for 2024. It is hoped that health workers will need to provide education or outreach to the public about the importance of consuming fish and implementing good fish eating habits in an effort to provide support for achieving better nutritional status for toddlers.

Keywords: Fish Consumption Habits, Protein Energy Deficiency (KEP)

1. PENDAHULUAN

Kurangnya Energi Protein (KEP) merupakan keadaan kurang gizi yang disebabkan oleh rendahnya konsumsi energi dan protein dalam makanan sehari-hari atau disebabkan oleh gangguan penyakit tertentu, sehingga tidak memenuhi angka kecukupan gizi (Nadila, Murdoyo, Widiastuti, & Anggraini, 2016).

KEP merupakan penyakit gizi terpenting di negara berkembang dan menjadi salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas pada anak dibawah usia lima tahun diseluruh dunia. Data dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwasekitar 54% angka kematian pada balita disebabkan oleh kurang energi protein (DEPKES RI, 2016).

Berdasarkan data statistik kesehatan menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, dikemukakan malnutrisi dan kekurangan gizi terus

menghasilkan jutaan dari anak-anak lebih rentan terhadap penyakit dan kematian. Secara global pada tahun 2019, sekitar seper lima (21,3%) anak di bawah 5 tahun usia terhambat, dibandingkan dengan sepertiga (32,4%) di tahun 2000. Sekitar 144,0 juta (133,6-154,5 juta) anak di bawah 5 tahun di seluruh dunia menderita stunting pada 2019, dua pertiga di antaranya tinggal di WHO Afrika dan Wilayah Asia Tenggara. Menurut Data dan Informasi Profil Kesehatan 2019, di Indonesia presentase balita usia 0-59 bulan menurut status gizi dengan indkes BB/TB 3,50% balita dengan sangat kurus dan 6,70% balita kurus, prevalensi balita kurus di Provinsi Sumatera Utara berdasarkan BB/TB sebesar 14,5 %. Hal ini berarti bahwa masalah balita kurus di provinsi Sumatera Utara hampir masuk dalam kategori masalah kesehatan masyarakat yang kritis. Dari 33 kabupaten/kota, ada 12 kabupaten/kota yang masuk kategori serius (10%-14,9%), dan 15

kabupaten/kota termasuk kategori mempunyai masalah balita kurus ($\geq 15\%$) (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, 2018).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa proporsi status gizi kurang balita berat badan menurut umur di Indonesia mengalami penurunan pada tahun 2017 sebesar 14% menjadi 13,8%, sedangkan untuk proporsi balitaberat badan menurut tinggi badan kategori sangat kurus pada tahun 2017 sebanyak 2,8% meningkat menjadi 3,5% (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan data pemantauan status gizi pada tahun 2017 bahwa masih terdapat 43,2% balita yang mengalami defisiensi energi dan 31,9% balita yang mengalami defisiensi protein (Kemenkes RI, 2018). Rendahnya asupan energi serta protein yang terjadi secara terus-menerus pada balita akan menyebabkan peningkatan risiko 1,8 kali lebih besar memiliki status gizi kurang atau underweight (Soumokil, 2017).

Berdasarkan laporan profil data Kesehatan di wilayah provinsi Sumatera pada tahun 2022 jumlah balita usia 1-3 tahun sebanyak 1.375.893 dan dari Data Di Puskesmas Petatal Kec ,Datuk Tanah Datar yang

di dapatkan yaitu pada tahun 2022 sampai dengan tahun 2023 jumlah anak usia 1-3 sebanyak 660 anak. Dan di Desa Petatal balita usia 1-3 tahun sebanyak 26 anak ditahun 2022-2023.

Tingkat konsumsi makan ikan yang kecil dapat mempengaruhi keberlangsungan industri pengolahan ikan dan kesejahteraan nelayan. Oleh sebab itu, Gemar ikan merupakan tanggung jawab bersama bukan hanya pemerintah saja tetapi juga para pengusaha dalam mendukung peningkatan konsumsi ikan di masyarakat. Program Gemar ikan dapat memberikan efek positif terhadap industrinya, maupun pelaku perikanan dan kelautan di segala tingkatan terutama bagi para nelayan dan petambak dalam mencapai kesejahteraan. Desa Petatal merupakan lokasi yang cukup dekat dengan pesisir, tetapi angka kejadian KEP pada balita di Desa Petatal masih cukup tinggi.

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan di Desa Petatal Kec, Datuk Tanah Datar Kab, Batubara. Peneliti mewawancarai 10 orang ibu yang mempunyai balita usia 1-3 tahun terdapat 3 anak diantaranya mengalami kurang energi protein (KEP). Setelah peneliti melakukan

Wawancara pada ibu dari anak yang mengalami kurang energi protein (KEP) maka didapatkan keterangan bahwa anak yang mengalami kurang energi protein (KEP) kurang mengonsumsi ikan, tidak sesuai dengan kebutuhan protein.

Dari uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berjudul “Hubungan Konsumsi Ikan dengan Kejadian Kurang Energi Protein (KEP) Pada Balita Usia 1-3 Tahun di Desa Petatal Kecamatan Datuk Tanah Datar Kabupaten Batu Bara Tahun 2024”.

2. METODE PENELITIAN

a. Jenis penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional. Penelitian analitik observasional merupakan penelitian dimana peneliti tidak melakukan intervensi atau perlakuan terhadap variabel dan dari hasil penelitian yang diperoleh dari sampel tersebut kemudian dapat digeneralisasikan pada populasi yang lebih luas. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan pendekatan *cross sectional* analitik. Studi *cross sectional* analitik mempelajari hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat dan hanya

dilakukan dalam satu waktu tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsumsi ikan dengan kejadian KEP pada balita usia 1-3 tahun di Desa Petatal Datuk Tanah Datar Kabupaten Batu Bara Tahun 2024.

a. Lokasi

Lokasi penelitian di lakukan di Desa Petatal Kecamatan Datuk Tanah Datar Kabupaten Batu Bara.

b. Waktu

Penelitian di lakukan pada bulan Maret – Mei tahun 2024.

c. Populasi dan Sampel

Dalam penelitian ini yang di jadikan sample adalah balita usia 1-3 tahun sebanyak 26 orang.

d. Teknik Sampling

Teknik sampling yang di gunakan dalam penelitian ini yaitu total sampling sebanyak 26 orang balita usia 1-3 tahun.

e. Analisis Data

Analisa Univariat

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan data yang dilakukan pada tiap variabel dari hasil penelitian. Data yang terkumpul disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat yaitu analisis yang digunakan untuk menghubungkan antara dua variabel, variabel bebas (variabel independen) dengan variabel terikat (variabel dependen) dalam hal ini peneliti akan mencari “ Hubungan konsumsi ikan dengan kejadian KEP pada balita 1-3 tahun di Desa Petatal Kecamatan Datuk Tanah Datar Kabupaten Batu Bara Tahun 2024”.

Digunakan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi dalam penelitian iini analisis yang digunakan adalah *Uji Chi Square*.

3 HASIL

a. Univariat

Tabel 3.1 Distribusi Frekuensi Konsumsi Ikan pada Balita Usia 1-3 Tahun di Desa Petatal Kecamatan Datuk Tanah Datar Kabupaten Batu Bara Tahun 2024

No	Kebiasaan Konsumsi Ikan pada Balita 1-3	Frekuensi	Persentase (%)
----	---	-----------	----------------

	Tahun		
1	Cukup (80-120 gr/hari)	10	38,5
2	Kurang (<80-120 gr/hari)	16	61,5
	Jumlah	26	100

Berdasarkan tabel 3.1 di atas diketahui bahwa dari 26 balita usia 1-3 tahun yang diteliti didapatkan mayoritas konsumsi ikan yang kurang sebanyak 16 responden (61,5%) dan minoritas konsumsi ikan yang cukup sebanyak 10 responden (38,5%).

Tabel 3.2 Distribusi Frekuensi Kejadian Kurang Energi Protein (KEP) pada Balita Usia 1-3 Tahun di Desa Petatal Kecamatan Datuk Tanah Datar Kabupaten Batu Bara Tahun 2024

No	Kejadian Kurang Energi Protein (KEP) pada Balita Usia 1-3 Tahun	Frekuensi	Persentase (%)
1	KEP ringan	2	7,7
2	KEP sedang	11	42,3
3	KEP berat	13	50,0
	Jumlah	26	100

Berdasarkan tabel 3.2 di atas diketahui bahwa dari 26 responden yang diteliti didapatkan bahwa Kejadian Kurang Energi Protein (KEP) pada balita usia 1-3 tahun mayoritas mengalami KEP berat sebanyak 13 responden (50,0%) dan minoritas mengalami KEP ringan sebanyak

2 responden (7,7%)

b. Bivariat

Tabel 3.3. Hubungan Konsumsi Ikan dengan Kejadian Kurang Energi Protein (KEP) pada Balita Usia 1-3 Tahun di Desa Petatal Kecamatan Datuk Tanah Datar Kabupaten Batu Bara Tahun 2024

Kons umsi Ikan	Kejadian Kurang Energi Protein (KEP)						Total	p- value
	Ringan Sedang Berat							
	f	%	f	%	f	%		
Cukup	2	7,7	6	23,1	2	7,7	10	38,5
Kurang	0	0,0	5	19,2	11	42,3	16	61,5
Total	2	7,7	11	42,3	13	50,0	26	100,0

Berdasarkan tabel 3.3 dapat dijelaskan bahwa responden yang kurang mengonsumsi ikan mayoritas mengalami KEP berat sebanyak 11 responden (42,3%). Dari 10 responden yang cukup mengonsumsi ikan mayoritas mengalami KEP sedang sebanyak 6 responden (23,1%).

Hasil analisis uji *Chi-Square* diketahui bahwa nilai p value 0,026 ($p < \alpha$ 0,05) yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara konsumsi ikan dengan Kejadian Kurang Energi Protein (KEP) pada balita usia 1-3 tahun di Desa Petatal Datuk Tanah Datar Kabupaten Batu Bara Tahun 2024.

4 PEMBAHASAN (Times New Roman, Font 12, Bold, spasi 1,5)

4.1.1. Konsumsi Ikan pada Balita Usia 1-3 Tahun di Desa Petatal Kecamatan

Datuk Tanah Datar Kabupaten Batu Bara Tahun 2024

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 26 balita usia 1-3 tahun yang diteliti didapatkan mayoritas memiliki kebiasaan konsumsi ikan yang kurang sebanyak 16 responden (61,5%) dan minoritas memiliki kebiasaan konsumsi ikan yang cukup sebanyak 10 responden (38,5%).

Angka kebutuhan protein perhari untuk Anak 1-3 tahun dengan berat badan rata-rata 13 Kg dan TB 92 Cm 20 gr/ hari. Agar tidak kekurangan energi protein. Sedangkan jumlah protein pada 100 gr ikan sejumlah 22 gram/hari 100 gram ikan. Rata-rata berat ikan/ekor untuk konsumsi rumah tangga 30 gram/ ekor maka untuk mencakupi kebutuhan protein pada anak usia 1-3 tahun harus mengonsumsi 3 ekor ikan/ hari dengan jumlah protein 20 gram (PMK.No.28.2019).

Berdasarkan hasil penelitian bahwa peneliti menyarankan kepada orang tua terutama yang memiliki balita, bahwa mengonsumsi ikan pada balita merupakan nutrisi yang sangat penting bagi pertumbuhan balita. Ikan merupakan sumber protein hewani yang mengandung omega 3 dan zat-zat lain yang baik bagi tubuh

dan perkembangan anak. Jadi bagi orang tua yang memiliki balita untuk selalu memperhatikan konsumsi protein pada balita, terutama dengan memberikan ikan sebagai sumber protein yang baik bagi perkembangan otak anak sehingga nantinya akan memiliki kecerdasan yang tinggi yang berpengaruh pada pendidikan di Indonesia yang lebih baik. Dan pentingnya diadakan sosialisasi mengenai pentingnya akan pendidikan dan konsumsi ikan bagi anak balita.

4.2.1. Kejadian Kurang Energi Protein (KEP) pada Balita Usia 1-3 Tahun di Desa Petatal Kecamatan Datuk Tanah Datar Kabupaten Batu Bara Tahun 2024

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 26 responden yang diteliti didapatkan bahwa Kejadian Kurang Energi Protein (KEP) pada balita usia 1-3 tahun mayoritas mengalami KEP berat sebanyak 13 responden (50,0%) dan minoritas mengalami KEP ringan sebanyak 2 responden (7,7%).

Penyakit KEP atau Protein Energi Malnutrition adalah penyakit gizi yang dialami oleh anak-anak di bawah umur 5 tahun (balita) yang disebabkan oleh kekurangan energi

dan protein yang dalam proporsi yang bermacam-macam. Akibat kekurangan energi dan protein timbul keadaan KEP yang sangat ringan sampai berat. Pada keadaan yang sangat ringan tidak banyak ditemukan kelainan dan hanya terdapat pertumbuhan yang kurang sedangkan kelainan biokimiawi maupun gejala klinisnya tidak ditemukan. Pada keadaan yang berat ditemukan 2 tipe, yaitu marasmik dan kwashiorkor dan tipe marasmik-kwashiorkor (Pudjiadji, 2001 dalam Wulandari 2012).

Penyebab langsung dari KEP adalah defisiensi kalori maupun protein, yang berarti kurangnya konsumsi makanan yang mengandung kalori maupun protein, hambatan utilisasi zat gizi. Adanya penyakit infeksi dan investasi cacing dapat memberikan hambatan absorpsi dan hambatan utilisasi zat-zat gizi yang menjadi dasar timbulnya KEP. Penyebab tidak langsung dari KEP ada beberapa hal yang dominan, antara lain pendapatan yang rendah sehingga daya beli terhadap makanan terutama makanan berprotein rendah. Penyebab tidak langsung yang lain adalah ekonomi negara, jika

ekonomi negara mengalami krisis moneter akan menyebabkan kenaikan harga barang, termasuk bahan makanan sumber energi dan protein seperti beras, ayam, daging, dan telur. Penyebab lain yang berpengaruh terhadap defisiensi konsumsi makanan berenergi dan berprotein adalah rendahnya pendidikan umum dan pendidikan gizi sehingga kurang adanya pemahaman peranan zat gizi bagi manusia. Atau mungkin dengan adanya produksi pangan yang tidak mencukupi kebutuhan, jumlah anak yang terlalu banyak, kondisi higiene yang kurang baik, sistem perdagangan dan distribusi yang tidak lancar serta tidak merata (Adriani dan Wijatmadi, 2012)

Asupan makan yang baik akan sangat berpengaruh terhadap kondisi dan kesehatan tubuh. Asupan makan yang baik bagi tubuh adalah terpenuhinya zat-zat yang diperlukan tubuh. Pola makan yang baik dan teratur, gizi seimbang akan menjadikan kondisi badan yang ideal dan kondisi fisik yang kuat, sehingga berpengaruh terhadap status gizi balita menurut BB/U. Hasil penelitian ini relevan dengan penelitian Puspasari terdapat

hubungan asupan energi balita dengan status gizi balita (BB/U) (Puspasari & Andriani, 2017).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Belthiny mengenai hubungan konsumsi makanan balita dengan status gizi balita menunjukkan bahwa jumlah kasus gizi buruk lebih banyak ditemukan pada balita dengan konsumsi makanan yang buruk yaitu sekitar 30 balita (60%), dibandingkan dengan balita yang memiliki konsumsi makanan yang cukup (Belthiny & Sarwinanti, 2017).

4.2.2. Hubungan Konsumsi Ikan dengan Kejadian Kurang Energi Protein (KEP) pada Balita Usia 1-3 Tahun di Desa Petatal Kecamatan Datuk Tanah Datar Kabupaten Batu Bara Tahun 2024

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa responden yang memiliki kebiasaan konsumsi ikan kurang mayoritas mengalami KEP berat sebanyak 11 responden (42,3%). Dari 10 responden yang memiliki kebiasaan konsumsi ikan cukup mayoritas mengalami KEP sedang sebanyak 6 responden (23,1%). Hasil analisis uji *Chi-Square* diketahui bahwa nilai p value 0,026 ($p < \alpha$ 0,05) yang berarti

bahwa ada hubungan yang signifikan kebiasaan konsumsi ikan dengan Kejadian Kurang Energi Protein (KEP) pada balita usia 1-3 tahun di Desa Petatal Datuk Tanah Datar Kabupaten Batu Bara Tahun 2024.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Darsih dan Astuti (2017) dikatakan ada hubungan antara kebiasaan makan ikan mempunyai hubungan terhadap status gizi balita usia 6 – 59 bulan. Kebutuhan energi dan protein bayi dan balita relatif besar jika dibandingkan dengan orang dewasa sebab pada usia tersebut pertumbuhannya masih sangat pesat. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara anak perempuan dan laki-laki dalam hal kebutuhan energi dan protein. Kecukupan akan semakin menurun seiring dengan bertambahnya usia. Namun untuk protein, angka kebutuhannya bergantung pada mutu protein. Semakin baik mutu protein, semakin rendah angka kebutuhan protein. Mutu protein bergantung pada susunan asam amino yang membentuknya, terutama asam amino essensial. Ikan sebagai salah satu sumber protein memiliki kualitas mutu protein yang lebih baik dibandingkan dengan sumber pangan

yang mengandung protein lainnya.

Pengetahuan seorang ibu dapat berpengaruh terhadap pola konsumsi makan balita. Kurangnya pengetahuan ibu dapat berpengaruh terhadap rendahnya status gizi balita. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sari bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang pemberian makan dengan status gizi balita. Kondisi ini bermakna jika semakin baik praktik pemberian makan yang dilakukan, maka akan semakin baik pula status gizi balita (Sari & Ratnawati, 2018). Kejadian wasting pada balita memiliki hubungan dengan masukan gizi yang diberikan pada balita. Masukan gizi yang diberikan kepada balita setiap harinya tergantung pada ibu sehingga ibu memiliki hubungan yang penting terhadap pemberian makanan yang mengandung gizi yang baik pada balita (Sari, 2022).

Tingkat pendapatan juga ikut menentukan jenis pangan apa yang akan dibeli. Keluarga yang pendapatannya rendah membelanjakan sebagian besar untuk sereal, sedangkan keluarga dengan pendapatan yang tinggi cenderung membelanjakan sebagian besar untuk hasil olah susu. Jadi,

penghasilan merupakan faktor penting bagi kuantitas dan kualitas makanan. Antara penghasilan dan gizi jelas ada hubungan yang menguntungkan. Pengaruh peningkatan penghasilan terhadap perbaikan kesehatan dan kondisi keluarga lain yang mengadakan interaksi dengan status gizi yang berlaku hampir universal.

Menurut asumsi peneliti bahwa dengan memiliki kebiasaan makan ikan yang cukup akan memberikan dukungan bagi pemenuhan kebutuhan protein pada balita sehingga memberikan kontribusi bagi peningkatan status gizi menjadi baik atau normal.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Adapun kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Konsumsi Ikan Pada Balita Usia 1-3 Tahun di Desa Petatal Kecamatan Datuk Tanah Datar Kabupaten Batu Bara Tahun 2024 mayoritas kurang konsumsi ikan.
2. Kejadian Kurang Energi Protein (KEP) pada balita usia 1-3 tahun di Desa Petatal Kecamatan Datuk Tanah Datar Kabupaten Batu Bara Tahun 2024 mayoritas mengalami KEP Berat.

3. Ada hubungan yang signifikan konsumsi ikan dengan Kejadian Kurang Energi Protein (KEP) pada balita usia 1-3 tahun di Desa Petatal Kecamatan Datuk Tanah Datar Kabupaten Batu Bara Tahun 2024, dengan nilai p value = 0,026 ($p < 0,05$).

Saran

Saran yang dapat diberikan setelah menyelesaikan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan tenaga kesehatan perlunya memberikan penyuluhan atau sosialisasi kepada masyarakat tentang pentingnya mengkonsumsi ikan dan menerapkan kebiasaan makan ikan yang baik dalam upaya memberikan dukungan bagi pencapaian status gizi balita yang lebih baik.

2. Bagi Masyarakat

Diharapkan kepada masyarakat perlu ditingkatkan kebiasaan makan ikan pada keluarga sehingga termasuk dalam kategori baik karena ikan mampu memberikan sumbangan bagi peningkatan status gizi balita.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian yang sejenis

tentang hubungan antara kebiasaan makan ikan dengan Kejadian Kurang Energi Protein (KEP) pada balita usia 1-3 tahun, namun tidak hanya kebiasaan makan ikan yang mempengaruhi Kejadian Kurang Energi Protein (KEP) pada balita usia 1-3 tahun, sehingga penelitian selanjutnya disarankan untuk memberikan tambahan mengenai faktor-faktor lain yang mempengaruhi status gizi balita.

6. REFERENSI

- (Nutriclib. (2022). <https://www.nutriclub.co.id/artikel/nutrisi/1-tahun/protein-untuk-tumbuh-kembang-balita-yang-optimal>
- Azhar, M. (2016). Biomolekul Sel Karbohidrat, Protein dan Ezim. Journal of Chemical Information and Modeling.
- Bredbenner, C. B., Gaile M., Jacqueline B & Danita K. (2016). Wardlaw's Perspectives in Nutrition. New York: McGraw – Hill Education.
- dr. Rizal fadhli : (2023) <https://www.halodoc.com/artikel/catat-inilah-7-jenis-dan-fungsi-protein-bagi-tubuh>
- Hayati, A. 2019. Biologi Reproduksi Ikan. Surabaya (ID): Airlangga University Pr. Hidayatullahmah. 2015. Karakteristik Bentuk dan Ukuran Sel Darah Ikan
- Izza, H. (2020). Meningkatkan perkembangan sosial anak usia dini melalui metode proyek. Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 4(2), 951. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i2.483>
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementerian Kelautan dan Perikanan. 2020. Kelautan dan Perikanan dalam Angka tahun 2021.
- Kementerian Kelautan dan Perikanan Republik Indonesia.
- Luna, S. M. (2022). Rastrelliger kanagurta (Cuvier, 1816). <https://www.fishbase.se/summary/Rastrelliger-kanagurta.html>. [Diakses 04 Agustus 2022]
- Maulani GR., & Julianawati, T. 2022. Pengaruh Pemberian MP-ASI Dan Penyakit Infeksi Terhadap Kejadian Wasting Pada Balita Usia 0-59 Bulan Di Kota Solok Dan Kota Pariaman. Jurnal Promotif Preventif. 4(2): 88-93 [Online 369

- Journal] [diunduh 16 Agustus 2022]. Tersedia dari: <https://doi.org/10.47650/jpp.v4i2.363>
- Nadila, F., Murdoyo, Widiastuti, E., & Anggraini, D. I. (2016). Manajemen Anak Gizi Buruk Tipe Marasmus dengan TB Paru. *Jurnal Medula Unila*, 36-43
- Natsir, N. A., & Latifa, S. 2018. Analisis Kandungan Protein Total Ikan Kakap Merah Dan Ikan Kerapu Bebek. *Jurnal Biology Science & Education*.
- Nurfazrina, S. A., Muslihin, H. Y., & Sumardi, S. (2020). Analisis kemampuan empati anak usia 5-6 tahun. *Jurnal Paud Agapedia*, 4(2), 285–299. <https://ejournal.upi.edu/index.php/agapedia/article/view/30447>
- PMK.No.28.(2019). Tentang Angka Kecukupan Gizi Yang di anjurkan untk masyarakat indonesia. diakses pada 24 April 2024 http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK_No__28_Th__2019_ttg_Angka_Kecukupan_Gizi_Yang_Dianjurkan_Untuk_Masyarakat_Indonesia.pdf
- Puspasari, N., & Andriani, M. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Asupan Makan Balita dengan Status Gizi Balita (BB/U) Usia 12-24
- Resmasari, Y. (2020). Tingkat keterampilan sosial anak tk kelompok b di gugus II kecamatan berbah sleman Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Anak*, 9(2), 150–157. <https://doi.org/1021831/jpa.v9i2.31403>
- Sari, R., Budiarsa, M., & Laenggeng, H. 2017. Kadar Protein Abalon (Haliotisasinina) Asal Kecamatan Dako Pemean Kabupaten Tolitoli dan Pemanfaatannya Sebagai Sumber Belajar. *e-JIPBIOLVol.5*(1)
- Soumokil, O. (2017). Hubungan Asupan Energi Dan Protein Dengan Status Gizi Anak Balita di Kecamatan Nusalaut Kabupaten Maluku Tengah. *Global Health Science*, 2(4), 341-350.
- Syahrul, S., & Nurhuda (2021). Analisis pengetahuan orang tua terhadap perkembangan sosial dan emosional anak usia dini di masa pandemi corona virus 19. *Jurnal Basicedu*, 5(2), 683–696. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i2.792>