

## RESEARCH STUDY

Indonesian Version

OPEN ACCESS

# Kesehatan sebagai Dasar Pemilihan Pangan Berpotensi Mencegah Stunting: Studi Kualitatif

## Health Concerns as the Fundamental Dietary Choices for Potential Stunting Preventions: a Qualitative Study

Inne Soesanti<sup>1\*</sup>, Taufiqurrahman Taufiqurrahman<sup>1</sup>, Ani Intiyati<sup>1</sup>, Sri Hidayati<sup>2</sup><sup>1</sup>Departemen Gizi, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan, Surabaya, Indonesia<sup>2</sup>Departemen Kesehatan Gigi, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan, Surabaya, Indonesia

### INFO ARTIKEL

Received: 04-10-2024

Accepted: 20-11-2024

Published online: 30-12-2024

#### \*Koresponden:

Inne Soesanti

[Inne.soesanti@gmail.com](mailto:Inne.soesanti@gmail.com)

DOI:

10.20473/amnt.v8i2SP.2024.25-30

#### Tersedia secara online:

[https://e-](https://e-journal.unair.ac.id/AMNT)[journal.unair.ac.id/AMNT](https://e-journal.unair.ac.id/AMNT)

#### Kata Kunci:

Pilihan Makanan, Kesehatan,

Mencegah Stunting, Anak di

Bawah Usia Dua Tahun

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Desa Pasongsongan, Kabupaten Sumenep di Pulau Madura adalah desa yang terletak di daerah pesisir yang kaya akan ikan. Setiap hari makanan yang dikonsumsi oleh orang dewasa adalah ikan. Namun, banyak anak di bawah usia dua tahun tidak diberikan ikan.

**Tujuan:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor pilihan makanan ibu bagi anak di bawah usia dua tahun.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain etnografi. Sebanyak sebelas ibu dan nenek dari anak di bawah usia dua tahun menjadi informan. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara dan observasi. Setelah data terkumpul, dilakukan triangulasi dan dianalisis menggunakan analisis tematik.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak di bawah usia dua tahun diberikan makanan pendamping ASI sebelum usia 6 bulan. Empat anak tidak diberikan ikan dengan alasan pembatasan makanan yang disebabkan oleh mitos cacing, dan mereka juga tidak diberikan jenis makanan hewani lainnya. Enam anak diberikan ikan dan makanan hewani lainnya karena alasan kesehatan.

**Kesimpulan:** Kesimpulan dari penelitian ini adalah pilihan makanan ibu bagi anak di bawah usia dua tahun di desa ini didasarkan pada faktor budaya dan kesehatan. Implikasi hasil penelitian ini adalah bahwa pilihan makanan yang didasarkan pada kesehatan dapat memberikan dampak yang baik pada pertumbuhan anak di bawah usia dua tahun.

### PENDAHULUAN

Suatu bahan makanan bisa dianggap bisa dimakan atau tidak dapat di makan ditentukan oleh aspek sosial budaya. Misalnya, hamburger di secara luas diterima oleh masyarakat Amerika sebagai makanan, sedangkan oleh masyarakat India, daging sapi tidak di pandang sebagai makanan karena sapi di anggap keramat atau suci. Makanan memiliki nilai budaya yang penting yang membentuk persepsi individu dan mempengaruhi pilihan makanan mereka. Makanan yang pada awalnya dipandang sebagai sesuatu yang dapat memuaskan rasa lapar akan mempengaruhi cara seseorang memilih makanannya. Seleksi makanan adalah proses pemilihan makanan untuk dikonsumsi. Seleksi makanan adalah hasil dari satu proses yang panjang. Manusia memiliki alasan yang bervariasi untuk memilih makanan; yaitu kesehatan, rasa, harga status sosial<sup>3</sup>, sensori, tampilan makanan, aroma, dan tekstur, mood, kenyamanan, isi di dalam makanan<sup>4</sup>, pengalaman dan kepercayaan. Semua adalah alasan yang mendasar pada saat membeli dan

mengonsumsi makanan. Pilihan makanan di dalam suatu keluarga biasanya ditentukan oleh orang tua. Kesehatan, nutrisi dan rasa adalah motivator utama bagi orang tua di dalam penyeleksian makanan<sup>5</sup>.

Desa Pasongsongan terletak di wilayah pesisir di bagian utara Kabupaten Sumenep. Desa ini kaya akan ikan dan hasil laut lainnya seperti cumi, udang, kepiting dan rumput laut. Ikan memiliki peran sentral di dalam kehidupan masyarakat dan ikan adalah makanan sehari-hari. Namun, menurut Soesanti di dalam penelitiannya, anak-anak di bawah usia 12 bulan, atau belum bisa berjalan, tidak diberi ikan di dalam makanannya. Pantangan makanan ini mungkin dipengaruhi oleh pilihan makanan dari ibu si anak. Para ibu sering memiliki alasan atau motivasi khusus di dalam pemilihan makanan untuk anak-anak mereka. Tujuan penelitian ini adalah menyelidiki faktor yang mempengaruhi pilihan makanan para ibu untuk anak di bawah umur dua tahun.

**METODE**

Kurt Lewin mengatakan bahwa wawancara saja tidak dapat dipakai untuk mengetahui alasan terhadap seleksi makanan. Di dalam pemilihan makanan ada beberapa nilai yang tidak dapat ditampilkan baik secara eksplisit maupun secara verbal<sup>3</sup>. Oleh karena itu, penelitian perlu memakai teknik observasi peserta yang dapat dilihat dari informasi tentang makanan yang sudah di pilih secara mendasar<sup>1</sup>. Maka, studi ini memakai pendekatan kualitatif dengan desain penelitian etnografi.

Para ibu dan nenek dari balita di bawah usia dua tahun adalah informan yang berjumlah sepuluh, yang dipilih dengan memakai pertimbangan tertentu (*purposive*). Para peneliti menginap di desa Pasongsongan sampai semua informasi lengkap terkait pemilihan makanan untuk anak-anak oleh para ibu and nenek terkumpul. Para peneliti memakai wawancara, observasi peserta dan dokumentasi untuk teknik pengumpulan data untuk memperoleh wawasan mendalam di balik alasan pemilihan makanan yang di tentukan oleh informan. Instrumen yang dipakai pada studi ini adalah pedoman wawancara meliputi jenis makanan yang diberikan kepada balita berusia di bawah dua tahun dan alasan pemilihan makanan tersebut. Pengamatan meliputi seluruh tahapan, di mulai dari membeli bahan makanan di pasar atau penjual bahan makanan, persiapan bahan -bahan, memasak dan menyajikan makanan kepada anak-anak. Metode Triangulasi di lakukan selama masa pengumpulan data untuk memastikan validitas dan realibilitas dari penemuan. Penelitian ini memakai metodologi triangulasi dengan menggabungkan wawancara observasi, dan Analisa dokumen uuntuk memperoleh pemahaman komprehensif dari topik yang diambil serta meminimalisir bias. Triangulasi juga meliputi data cross-reference dari berbagai informan untuk mengkonfirmasi keakuratan data yang diperoleh.

Tahap penelitian berikutnya adalah Analisa Tematik. Di tahap ini data di beri kode dan semua data di tinjau ulang setelah itu. Hal ini dilakukan untuk menjamin konsistensinya dan kode-kode yang disampaikan di dalam masing-masing kelompok memiliki arti yang sama. Proses pengidentifikasian arti secara bersama dapat menyebabkan perluasan tema. Ketika tema diidentifikasi, maka tema tersebut dapat memberi wawasan lebih jauh ke dalam data. Studi ini adalah bagian dari penelitian yang lebih besar, pengumpulan data dilakukan dari 2018 -2019, dan selama pengumpulan data, dilakukan Analisa data. Apabila data yang dikumpulkan kurang memadai,

maka para peneliti akan kembali ke lapangan untuk melengkapi data.

Penelitian ini sudah menjalani peninjauan etika dan mendapat persetujuan dari Komite Etika Penelitian Kesehatan daei Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga. Sertifikat kelulusan peninjauan etika menampilkan nomor kelulusan tinjauan etika dengan nomor 06-KEPK.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil studi ini menemukan tiga tema: a. Makanan pelengkap diberikan kepada balita berusia di bawah 6 bulan. b. Pemberian makanan pelengkap untuk bayi berusia 9-11 bulan berdasarkan mitos cacingan dan pantangan pada makanan. c. Kesehatan adalah alasan mendasar mengapa makanan pelengkap berupa makanan hewani.

**Pemberian makanan pelengkap sebelum bayi berusia 6 bulan.**

Berdasarkan data yang diperoleh, para informan memberikan makanan untuk bayi mereka sebelum mereka berusia 6 bulan, seperti yang disampaikan informan H di bawah ini:

*"Saya memberi makan bayi saya yang berumur 4 bulan. Neneknya yang menyuruh saya. Beri dia bubur beras merah. Beli buburnya, terus diberi air panas. Neneknya bilang, "Kasihannya kalo bayimu tidak segera diberi makan. Sudah waktunya memberi dia makan karena dia sudah berumur 4 bulan."*

Informan A, seorang nenek, juga memberi cucunya makanan sebelum si bayi berumur 6 bulan. Hal ini di ungkapkan sebagai berikut:

*"Ketika cucu laki-laki saya berumur 5 bulan, saya minta anak saya memberi makan bayi nya. Sudah waktunya si bayi di beri makan bubur dengan rasa beras merah yang di beri air panas. Bubur rasa pisang tidak enak."*

Informan T juga melakukan hal yang sama tapi dengan cara yang lain seperti yang di tampilkan di bawah ini:

*"Anak saya berusia 6 bulan pada saat dia diberi makanan. Bu Bidan bilang kalau bayi sudah waktunya diberi makanan pada saat berumur 6 bulan. Anak saya masih menyusu, tapi ASI nya diberikan dengan botol. Ketika bayi saya berumur 2 bulan, bayi saya menangis karena lapar sehingga saya di suruh memberinya bubur yang dicampur susu, terus dimasukkan ke dalam botol."*

**Tabel 1.** Makanan pelengkap ASI sebelum bayi berumur 6 bulan

Nama	Umur (Bulan)	Jenis Makanan	Alasan
H	4	Bubur	Budaya/Tradisi
A	5	Bubur	Rasa Lapar dan Jadwal Memberi Makan
F	1,5	Telur + Daging Kelapa Muda	Berat badan tidak bertambah
IM	1	Banana	Budaya/Tradisi
T	2	Bubur	Terus Menangis; ASI tidak mencukupi
R	5	Bubur	Budaya/Tradisi dan Nasehat Ibu
AM	5	Bubur	Budaya/Tradisi dan Nasehat Ibu

Pemberian makanan pelengkap ASI untuk bayi berusia 9-11 bulan berdasarkan mitos cacingan dan larangan

terhadap makanan.

Data yang diperoleh tentang pemberian makanan untuk bayi berusia 9-11 bulan adalah lontong dan sop. Hal ini diceritakan oleh informan Y sebagai berikut:

*"Anakku diberi lontong dan kuah ikan. Jangan diberi ikan. Nanti dia tidak bisa berjalan. Di sini banyak orang yang cacingan."*

Informasi dari informan IM yang mempunyai suami seorang nelayan dan selalu pulang membawa ikan.

*"Suamiku seorang nelayan dan selalu membawa ikan ke rumah. Ada banyak ikan di rumah. Anak ku tidak diberi ikan sebelum dia berumur satu tahun. Takut cacingan. Makanan anakku adalah lontong dan kuah. Telur juga tidak diberikan ke anak ku; ususnya tidak bisa menerima."*

Informan AM juga melakukan hal yang sama: tidak memberi ikan dan lauk pauk yang lain nya. Dia bercerita: *"Saya tidak memberi ikan kepada anak saya. Telur dan ayam juga tidak diberikan. Ususnya belum bisa menerima makanan kasar. Anak saya diberi tajin pagi, siang dan lontong dan sop pada malam hari."*

Informan H memberi anak laki-laknya lontong, sup kelor, dan kuahnya serta bakso. Hal ini di sampaikan sebagai berikut:

*"Anak saya diberi bubur dan telur uritan pada saat berumur 4 bulan, tapi dia sakit perut dan harus di bawa e rumah sakit. Setelah dia pulang, saya memberinya bubur. Pada saat dia berumur 8 bulan, saya beri dia lontong dan kuah ikan. Saya takut ususnya belum bisa menerima makanan kasar."*

**Tabel 2.** Pemberian makanan pelengkap ASI untuk bayi berusia 9-11 bulan berdasarkan mitos cacingan dan larangan terhadap makanan

Nama	Jenis Makanan	Alasan
H	Tajin Lontong + Kuah Bakso + Kuah Sop	Budaya/Tradisi
A	Tajin Bubur Lontong + Kuah Sop/ Kelor	Bayi Lapar dan saatnya di beri makan
R	Tajin Lontong + Kuah Sop/ Soto	Budaya/Tradisi dan Perintah Ibu
AM	Tajin Bubur Lontong + Kuah Bakso + Kuah Sop/ Kelor	Budaya/Tradisi dan Perintah Ibu

Kesehatan adalah alasan mendasar untuk pemilihan makanan hewani sebagai makanan pelengkap ASI.

Informan R memberi makan anaknya dengan telur puyuh. *"Ketika anak saya berumur 6 bulan, dia hanya diberi telur puyuh rebus. Ibu saya bilang kalau cucunya harus diberi telur puyuh supaya sehat. Saya juga membuat bakso ikan."*

Informan T juga memberi anaknya ikan ketika dia berumur 6 bulan.

*"Anak laki-laki saya di beri ikan untuk makan ketika berumur 6 bulan. Lontong diberikan dengan ikan dan saus kelor. Ikan baik untuk anak-anak. Saya tahu itu dari TV, dan internet. Ayah saya seorang nelayan. Dia punya banyak ikan di rumah. Anak saya suka ikan. Saya tidak takut dia cacingan. Kalau dia cacingan, beri dia obat cacing."*

Informan H memberi anaknya makanan yang berbeda, seperti yang dia jelaskan sebagai berikut:

*"Anak laki-laki saya di beri ikan untuk makan ketika berumur 6 bulan. Dia menyukainya. Dia tidak suka bubur. H bilang kalau ikan baik untuk anak-anak. Saya terus menyukai ikan. Kadang-kadang anak saya diberi telur tapi dia tidak suka. Saya sering menggoreng tuna dibungkus dengan telur dadar. Anak saya menyukainya. Ibu saya bilang kalau anak saya suka ikan. Anak saya tidak cacingan, besar dan gemuk."*

Informan F memberi anaknya makanan yang berbeda dengan makanan yang diberikan informan sebelumnya.

*"Saya memberi anak saya ketika dia berumur 1.5 bulan. Saya memberinya telur uritan dan rokkorok (daging kelapa muda). Kakak saya yang menyuruh. Dia bilang kalau anaknya akan tumbuh pesat kalau diberi itu. Anaknya tumbuh cepat. Tetapi, si bayi tidak mau makan telur tersebut ketika berumur 9 bulan. Dia minta ikan setiap hari."*

Informan M memberi anaknya makanan yang sama dengan makanan yang diberikan F. Hal ini disampaikan di bawah ini:

*"Anak saya diberi telur ayam uritan dan daging kelapa muda pada siang dan malam hari ketika dia berumur 6 bulan. Embuk bilang kalau di suruh saudara laki-laki saya. Supaya bayinya sehat, dan cepat besar. Kalau pagi, anak saya diberi bubur beras merah. Kadang-kadang dia diberi bubur rasa kacang hijau."*

AM memiliki kisah yang lain seperti yang di ceritakan oleh informan lain:

*"Saya memberi anak saya lontong dan telur ayam rebus setengah matang dan sop daun kelor. Ibu (Embuk) dan nenek (Embah) saya bilang kalau cucunya diberi telur ayam rebus setengah matang, sop daun kelor supaya sehat. Ada banyak ikan di rumah saya, tetapi anak saya tidak diberi ikan Embuk dan Embahmelarang cucunya diberi ikan karena takut dia cacingan. Anak yang cacingan biasanya punya perut yang besar. Orang tidak memberi ikan karena takut anak mereka cacingan."*

**Table 3.** Kesehatan adalah alasan untuk pemilihan makanan hewani sebagai makanan pelengkap

Nama	Jenis Makanan	Alasan
IM	Telur + Lontong + Kuah Kelor	Dia ingin anaknya sehat. Dia mendapat informasi dari ibu dan sekolahnya.
A	Telur puyuh + Lontong	Dia ingin anaknya sehat Berat badan anaknya tidak bertambah.
F	Telur Merpati + Kelapa (saran dari keluarganya)	Dia ingin berat badan anaknya bertambah, anaknya menjadi gemuk dan tumbuh dengan cepat.
M	Telur Merpati + Kelapa (saran dari ibu dan keluarganya)	Dia ingin anaknya sehat, dan menjadi gemuk
R	Ikan +Telur + Lontong + Kuah Kelor	Ikan dan telur baik. Dia ingin anaknya sehat (sekolah dan TV).
T	Ikan +Telur + Lontong + Kuah Kelor	Ikan baik bagi anaknya dan dia ingin anaknya sehat (sekolah, TV, google).
H	Nasi + Ikan	Dia ingin anaknya sehat. (nasehat dari ibu).

Data di atas menunjukkan bahwa hanya ada satu informan yang memberi makanan pelengkap ketika bayi berumur 6 bulan. Ada empat informan yang tidak memberikan ikan karena takut anaknya cacangan dan juga tidak memberikan lauk pauk yang lain seperti telur, ayam dan daging sapi karena menganggap makanan ini termasuk makanan kasar dan usus bayi dianggap belum mampu menerima makanan kasar. Oleh karena itu, informan hanya memberi lontong dan sop.

Ada 6 informan yang memberikan ikan, telur merpati, telur puyuh, telur ayam di rebus setengah matang dengan lontong, saus kelor dan sop daun kelor. Pemberian ikan, telur merpati, telur puyuh, telur ayam di rebus setengah matang dipilih karena makanan tersebut dianggap sehat bagi anak dan dapat membuat anak tumbuh cepat.

Hasil ini dicocokkan dengan data status nutrisi yang ada; yaitu yang menunjukkan empat informan yang tidak memberikan makanan hewani, status nutrisinya <-2SD atau *stunting*. Informan yang memberikan makanan hewani seperti ikan, telur merpati, telur puyuh, telur ayam mengindikasikan status nutrisinya >-2SD atau tidak menderita *stunting*. Hasil dari pengamatan pada penyediaan makanan menunjukkan bahwa setiap informan menyiapkan sendiri makanan pelengkap bagi anaknya, mulai dari penentuan menu makanan, pembelian bahan makanan di pasar, memasak makanan, menyajikan makans di meja, dan memberi makan anak. Informan membeli telur uritan untuk makanan anak meskipun harga telur burung tersebut mahal. Namun, ada dua informan masih membeli telur tersebut untuk anaknya supaya mereka sehat dan tumbuh dengan cepat.

Para informan yang memberi makanan pelengkap sebelum bayi berumur 6 bulan tampaknya sudah menjadi kebiasaan di masyarakat. Pemberian makanan pelengkap sebelum waktunya dapat menyebabkan sakit perut karena usus bayi belum mampu menerima jenis makanan kasar<sup>7</sup>. Sebelum bayi berumur 6 bulan, ususnya hanya mampu menerima makanan cair seperti ASI<sup>8,9</sup>.

Para informan tidak memberi ikan kepada karena takut mereka cacangan. Ini menunjukkan kalau mereka percaya mitos cacangan. Mitos ini diturunkan dari generasi ke generasi sehingga menimbulkan kekhawatiran dan ketakutan. Mitos tersebut sudah memasuki alam bawah sadar masyarakat. Hal ini

tercermin dari perilaku masyarakat bersikap menolak memberi ikan kepada anaknya. Larangan makan ikan ini berlawanan dengan kondisi lingkungan desa<sup>10,11</sup>. Lingkungan sekitar desa menyediakan makanan yang mengandung protein, tetapi pantangan makanan menimbulkan defisiensi nutrisi. Sejauh ini belum ada satu penelitian yang menyatakan bahwa mengonsumsi ikan dapat menimbulkan cacangan di usus. Banyak penelitian yang menyebutkan bahwa ikan mengandung berbagai nutrisi seperti protein, lemak, kalsium, magnesium, dan fosfor. Kandungan nutrisi pada ikan sangat bermanfaat bagi anak-anak berumur 6-24 bulan karena kandungan proteinnya sangat baik bagi pertumbuhan anak. Ikan juga mengandung asam amino yang juga baik untuk pertumbuhan anak apabila dikonsumsi anak yang berumur di bawah dua tahun.

Informan yang tidak memberi ikan dan lauk pauk lainnya seperti telur, ayam dan daging sapi karena menganggap makanan ini termasuk makanan kasar. Usus bayi dianggap belum mampu menerima makanan kasar. Oleh karena itu, informan hanya memberi lontong dan kuah untuk anaknya. Lontong dan kuah mengandung banyak karbohidrat dan air. Kurangnya nutrisi pada anak si informan memiliki dampak negatif untuk pertumbuhan anak<sup>12,13</sup>.

Mitos cacangan dan absennya makanan hewani menimbulkan keterbatasan asupan nutrisi yang diperlukan oleh tubuh anak terutama di dalam dua tahun pertama usianya. Dua tahun pertama usia anak adalah masa penting untuk pertumbuhannya<sup>14,15</sup>. Anak-anak yang tidak diberi makanan hewani tidak mendapat protein hewani dan asam amino yang diperlukan selama masa pertumbuhan anak. Konsumsi makanan hewani yang rendah akan berdampak negatif pada pertumbuhannya<sup>16</sup>.

Dengan demikian, para ibu yang memilih makanan untuk anaknya berdasarkan mitos dan pantangan terhadap makanan dapat menghambat pertumbuhan anak. Anak-anak yang tidak di beri ikan atau dari bahan makanan hewani berdasarkan data status gizi adalah anak yang termasuk pertumbuhannya lambat (*stunted*). Konsumsi makanan hewani yang rendah dapat menyebabkan *stunting*<sup>17</sup> dan menyebabkan rendahnya asupan asam amino yang dapat mengakibatkan *stunting*<sup>18</sup>. Anak-anak berusia di bawah dua tahun yang terhambat pertumbuhannya harus

menjalani perawatan sebelum mereka berumur dua tahun. Maka, makanan yang di peroleh anak-anak tersebut tidak mendukung pertumbuhannya dan menyebabkan terjadinya *stunting*. Anak-anak berusia di bawah dua tahun yang terhambat pertumbuhannya harus menjalani perawatan sebelum mereka berumur dua tahun<sup>15,19</sup>.

Perilaku informan tersebut di atas berbeda dengan yang dilakukan oleh para informan yang memberi anak-anaknya makanan hewani. Mereka memilih makan hewani karena memiliki motivasi untuk melihat anak-anaknya sehat, tumbuh cepat, berat badannya bertambah dengan cepat arena makanan hewani baik bagi anak-anak. Hal ini dapat di lihat dari makanan yang diseleksi oleh informan berdasarkan alasan kesehatan. Pemilihan makanan berdasarkan pertimbangan kesehatan akan dapat mendukung tumbuh kembang dan status nutrisi anak. Konsumsi makanan hewani meningkatkan IGF1<sup>20,21</sup> dan memperbaiki kesehatan<sup>22,23</sup>.

Telur merpati, telur burung puyuh, dan telur ayam adalah makanan yang mengandung nutrisi yang beragam. Nutrisi yang ada di dalam telur adalah asam amino, protein, vitamin A<sup>24,25</sup>. Maka, para ibu memilih makanan tersebut berdasarkan mitos dan pantangan terhadap makanan. Hal ini yang menghambat pertumbuhan anak. Anak-anak yang tidak di beri ikan atau dari bahan makanan hewani adalah anak yang termasuk pertumbuhannya lambat (*stunted*). Konsumsi makanan hewani yang rendah dapat menyebabkan *stunting*<sup>17</sup> dan rendahnya asam amino pada asupan gizi anak dapat mengakibatkan<sup>18</sup>. Maka, makanan yang di peroleh anak-anak tersebut tidak mendukung pertumbuhannya dan menyebabkan terjadinya *stunting*. Anak-anak berusia di bawah dua tahun yang terhambat pertumbuhannya harus menjalani perawatan sebelum mereka berumur dua tahun<sup>15,26</sup>.

Makanan pelengkap ASI yang berasal dari hewan mengandung protein dan asam amino yang membantu memperbaiki kondisi anak yang kurang gizi dan meningkatkan pertumbuhannya. Keaneka ragaman makanan adalah baik sebagai makanan pelengkap ASI<sup>27</sup>. Makanan yang dipilih berdasarkan alasan kesehatan dapat menghasilkan efek positif pada pertumbuhan dan kesehatan anak<sup>28</sup>. Protein dan asam amino sangat baik untuk pertumbuhan anak dan pencegahan *stunting*. Maka, pemilihan makanan pelengkap yang tepat bagi anak sebaiknya mengandung protein hewani<sup>24</sup> dan asam amino yang sebaiknya direkomendasikan untuk meningkatkan pertumbuhan anak serta mencegah *stunting*.

## KESIMPULAN

Makanan pelengkap ASI diberikan sebelum bayi berusia 6 bulan. Pemberian makanan untuk bayi berusia 9-11 bulan berdasarkan mitos cacingan dan larangan terhadap makanan. Pemilihan makan pelengkap ini dapat menimbulkan dampak negatif pada pertumbuhan bayi karena bayi akan mengalami kurangnya nutrisi pada makanan. Makanan pelengkap yang dipilih berdasarkan pertimbangan kesehatan dapat memberi dampak positif pada pertumbuhan bayi karena kandungan nutrisi pada makanan dapat meningkatkan pertumbuhan si bayi dan mencegah *stunting*.

## ACKNOWLEDGEMENT

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Pemerintah Kabupaten Sumenep, Kepala Kecamatan dan Kepala Desa Pasongsongan beserta seluruh warga desa yang telah banyak membantu pada saat penelitian di laksanakan.

## KONFLIK KEPENTINGAN DAN SUMBER PENDANAAN

Tidak ada konflik kepentingan.

## KONTRIBUSI PENULIS

IS: konseptualisasi, kurasi data, analisa formal; TT: perolehan dana, investigasi; AI: metodologi, administrasi proyek, narasumber; SH: peninjauan tulisan dan penyuntingan wawancara dengan responden.

## REFERENSI

1. Draper, J. Ethnography: principles, practice and potential. *Nurs. Stand.* **29**, 36–41 (2015). <https://doi.org/10.7748/ns.29.36.36.e8937>.
2. Parikh, A. Holy cow! beef ban, political technologies, and brahmanical supremacy in Modi's India. *ACME* **18**, 835–874 (2019). <https://doi.org/10.14288/acme.v18i4.1758>.
3. Lewin, K. *Forces behind Food Habits and Methods of Change*. In: *The Problem of Changing Food Habits. Report of the Committee on Food Habits*. (Report of the Committee on Food Habits, 1943).
4. *The Psychology of Food Choice*. (CABI, UK, 2006). <https://doi.org/10.1079/9780851990323.0000>.
5. Russell, C. G., Worsley, A. & Liem, D. G. Parents' food choice motives and their associations with children's food preferences. *Public Health Nutr.* **18**, 1018–1027 (2015). <https://doi.org/10.1017/S1368980014001128>.
6. Soesanti, I., Saptandari, P., Adiningsih, S. & Qomaruddin, M. B. The Practice of Complementary Feeding among Stunted Children under the Age of Two. *Infect. Dis. Rep.* **12**, 8723 (2020). <https://doi.org/10.4081/idr.2020.8723>.
7. Teshome, B., Kogi-Makau, W., Getahun, Z. & Taye, G. Magnitude and determinants of stunting in children underfive years of age in food surplus region of Ethiopia: The case of West Gojam Zone. *Ethiop. J. Heal. Dev.* **23**, (2010). <https://doi.org/10.4314/EJHD.V23I2.53223>.
8. Varghese, S. & Kandashamparambil Kamalakarababu, S. Study of Complementary Feeding Practices Among Mothers of Children Aged Six Months to Two Years. *J. Evol. Med. Dent. Sci.* **6**, 6872–6876 (2017). <https://doi.org/10.14260/jemds/2017/1489>.
9. Rao, S. Study of complementary feeding practices among mothers of children aged six months to two years – A study from coastal south India. *Australas. Med. J.* **4**, 252–257 (2011). <https://doi.org/10.4066/AMJ.2011.607>.
10. Zerfu, T. A., Umeta, M. & Baye, K. Dietary habits, food taboos, and perceptions towards weight gain during pregnancy in Arsi, rural central Ethiopia: a qualitative cross-sectional study. *J. Heal. Popul. Nutr.* **35**, 22 (2016). <https://doi.org/10.1186/s41043-016-0059-8>.

11. Boutaud, J.-J., Becuț, A. & Marinescu, A. Food and culture. Cultural patterns and practices related to food in everyday life. Introduction. *Int. Rev. Soc. Res.* **6**, 1–3 (2016). <https://doi.org/10.1515/irs-2016-0001>.
12. Aguayo, V. M., Nair, R., Badgaiyan, N. & Krishna, V. Determinants of stunting and poor linear growth in children under 2 years of age in India: an in-depth analysis of Maharashtra's comprehensive nutrition survey. *Matern. Child Nutr.* **12**, 121–140 (2016). <https://doi.org/10.1111/mcn.12259>.
13. Ayana, D., Tariku, A., Feleke, A. & Woldie, H. Complementary feeding practices among children in Benishangul Gumuz Region, Ethiopia. *BMC Res. Notes* **10**, 1–8 (2017). <https://doi.org/10.1186/s13104-017-2663-0>.
14. Shrimpton, R. *et al.* Worldwide Timing of Growth Faltering: Implications for Nutritional Interventions. *Pediatrics* **107**, e75–e75 (2001). <https://doi.org/10.1542/peds.107.5.e75>.
15. Victora, C. G., de Onis, M., Hallal, P. C., Blössner, M. & Shrimpton, R. Worldwide Timing of Growth Faltering: Revisiting Implications for Interventions. *Pediatrics* **125**, e473–e480 (2010). <https://doi.org/10.1542/peds.2009-1519>.
16. Darapheak, C., Takano, T., Kizuki, M., Nakamura, K. & Seino, K. Consumption of animal source foods and dietary diversity reduce stunting in children in Cambodia. *Int. Arch. Med.* **6**, 29 (2013). <https://doi.org/10.1186/1755-7682-6-29>.
17. Headey, D., Hirvonen, K. & Hoddinott, J. Animal Sourced Foods and Child Stunting. *Am. J. Agric. Econ.* **100**, 1302–1319 (2018). <https://doi.org/10.1093/ajae/aay053>.
18. Semba, R. D. *et al.* Child Stunting is Associated with Low Circulating Essential Amino Acids. *EBioMedicine* **6**, 246–252 (2016). <https://doi.org/10.1016/j.ebiom.2016.02.030>.
19. de Onis, M. Timing of growth faltering: A critical window for healthy growth. *Indian Pediatr.* **48**, 851–852 (2011).
20. Hoppe, C. *et al.* Animal protein intake, serum insulin-like growth factor I, and growth in healthy 2.5-y-old Danish children. *Am. J. Clin. Nutr.* **80**, 447–452 (2004). <https://doi.org/10.1093/ajcn/80.2.447>.
21. Fazeli, P. K. & Klibanski, A. Determinants of GH resistance in malnutrition. *J. Endocrinol.* **220**, R57–R65 (2014). <https://doi.org/10.1530/JOE-13-0477>.
22. Wu, G. Dietary protein intake and human health. *Food Funct.* **7**, 1251–1265 (2016). <https://doi.org/10.1039/c5fo01530h>.
23. Ghosh, S. Protein Quality in the First Thousand Days of Life. *Food Nutr. Bull.* **37**, S14–S21 (2016). <https://doi.org/10.1177/0379572116629259>.
24. Thorisdottir, B., Gunnarsdottir, I., Pálsson, G. I., Halldorsson, T. I. & Thorsdottir, I. Animal protein intake at 12 months is associated with growth factors at the age of six. *Acta Paediatr.* **103**, 512–517 (2014). <https://doi.org/10.1111/apa.12576>.
25. Zongo, U., Zoungrana, S. L., Savadogo, A. & Traoré, A. S. Nutritional and Clinical Rehabilitation of Severely Malnourished Children with *Moringa oleifera* Leaf Powder in Ouagadougou (Burkina Faso). *Food Nutr. Sci.* **04**, 991–997 (2013). <https://doi.org/10.4236/fns.2013.49128>.
26. de Onis, M. & Branca, F. Childhood stunting: a global perspective. *Matern. Child Nutr.* **12**, 12–26 (2016). <https://doi.org/10.1111/mcn.12231>.
27. Olatona, MBBS, MPH, FMCPH, F. A., Adenihun, MBBS, J. O., Aderibigbe, MBBS, MPH, FWACP, S. A. & Adeniyi, MBBS, FMCPaed, O. F. Complementary Feeding Knowledge, Practices, and Dietary Diversity among Mothers of Under-Five Children in an Urban Community in Lagos State, Nigeria. *Int. J. Matern. Child Heal. AIDS* **6**, 46–59 (2017). <https://doi.org/10.21106/ijma.203>.
28. Hardcastle, S., Thøgersen-Ntoumani, C. & Chatzisarantis, N. Food Choice and Nutrition: A Social Psychological Perspective. *Nutrients* **7**, 8712–8715 (2015). <https://doi.org/10.3390/nu7105424>.