



CASE STUDY: EDUCATION AND IMPLEMENTATION OF FEEDING RULES TO IMPROVE CHILDREN'S APPETITE AND MOTHERS' FEEDING BEHAVIORS FOR CHILDREN WITH STUNTING



Dhea Narantika*, Meivita Dewi Purnamasari, Desiyani Nani
Department of Nursing, Faculty of Health Sciences, Jenderal Soedirman University, Purwokerto

ABSTRACT

Introduction: Stunting is a condition of short or very short stature based on the Length/Height-for-Age index. Feeding is a crucial part of life for infants and children under three (toddlers), and most parent-child interactions occur during feedings. Long-term feeding difficulties can lead to growth failure and delays in growth and development. One way to address feeding difficulties is through the implementation of feeding rules. **Purpose:** This case study aims to determine the effect of education and the application of feeding rules on child patients with stunting. **Methods:** This research is a qualitative study with a descriptive case study approach, compiled from nursing care reports using the nursing process. Based on the implementation of Evidence-Based Nursing (EBN) in nursing practice, the case study uses an activity flow based on Polit and Beck (2012). The instrument used in the study was a questionnaire. **Discussion:** The results of observations for 3 consecutive days after being given education showed that mothers were able to apply feeding rules with an increase in questionnaire results related to knowledge and application of feeding rules. **Conclusion:** There was an increase in children's appetite and mothers' behavior after being given education on feeding rules and implementing feeding rules.

Keywords: Feeding rules, child's appetite, and mother's behavior

Citation: Narantika D, Purnamasari MD, Nani, D. 2026. Case Study: Education and Implementation of Feeding Rules to Improve Children's Appetite and Mothers' Feeding Behaviors for Children with Stunting. *International Journal of Biomedical Nursing Review*. 5(1). P8-11. <https://doi.org/10.20884/1.ijbnr.2026.5.1.10933>

PENDAHULUAN

Stunting adalah keadaan tubuh yang pendek atau sangat pendek yang didasarkan pada indeks Panjang Badan/Tinggi Badan per Umur. Pada tahun 2018 Kemenkes RI kembali melakukan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Litbangkes) menunjukkan prevalensi stunting atau anak tumbuh pendek, turun dari 37,2% (2013) menjadi 30,8% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Prevalensi stunting di Jawa Tengah mencapai 28%, sedangkan prevalensi stunting di Banyumas mencapai 20%. Kabupaten Banyumas termasuk dalam 100 prioritas nasional di tingkat kabupaten (Triana and Haniyah, 2020). Penilaian status gizi pada balita pendek

(stunting) mengandalkan indeks PB/U atau TB/U yang ditentukan dengan menggunakan ambang batas (Z-score) yang berkisar antara ± 2 SD hingga -3 SD untuk balita pendek/stunting. Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Wibowo *et al.*, 2023) menunjukkan bahwa ada hubungan antara pola pemberian makanan dengan kejadian stunting pada balita. Pemberian makan merupakan bagian penting dari kehidupan bayi dan anak di bawah tiga tahun (batita) dan sebagian besar interaksi orangtua dan anak terjadi pada saat pemberian makan. Ibu mempunyai peranan penting dalam perkembangan dan pertumbuhan anaknya. Pertumbuhan dan perkembangan anak pada lima tahun pertama kehidupan merupakan waktu yang menunjukkan pertumbuhan fisik dan perubahan fisik yang

^{1*} Correspondence Author :
Dhea Narantika; Department of
Nursing, Faculty of Health
Sciences, Jenderal Soedirman
University, Purwokerto.
dheanarantika@gmail.com

Received : 17-12-2023
Approved: 18-12-2024
Published: 15-01-2026

cepat(Rifani and Ansar, 2021).

Hal - hal yang harus diperhatikan dalam pemberian makan pada bayi dan anak meliputi usia anak, frekuensi pemberian makanan dalam sehari, jumlah pemberian makanan atau porsi untuk sekali makan, tekstur makanan, variasi makanan, memberikan makanan secara aktif / responsif pada anak dan selalu menjaga kebersihan. Perilaku makan anak merupakan pondasi untuk pembentukan pola makan di kemudian hari. Pola makan adalah cara seseorang dalam memilih makanan dan memakannya sebagai tanggapan terhadap pengaruh fisiologis, psikologis budaya dan sosial. Makanan berperan penting dalam pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak(Dewi, 2022).

Pola makan yang baik dan teratur perlu diperkenalkan sejak dini sehingga anak tidak mengalami kesulitan makan. Kesulitan makan yaitu ketika anak menolak atau tidak mampu menerima sejumlah variasi makanan atau minuman dalam jumlah yang cukup, padahal anak memerlukan asupan nutrisi yang adekuat untuk mempertahankan status gizinya. Kesulitan makan dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan kegagalan tumbuh pada anak serta keterlambatan dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Salah satu bentuk upaya perbaikan dalam mengatasi masalah kesulitan makan adalah dengan menerapkan *feeding rules*(Kadarhadi *et al.*, 2012).

Feeding rules adalah aturan dasar pemberian makan. Aturan dasar pemberian makan ini harus diperhatikan selama proses pemberian makan. *Feeding rules* ini harus dinilai saat ditemukan anak dengan masalah makan. *Feeding rules* dapat membantu anak untuk belajar mengatur dan mengatasi masalah makannya sendiri. Orang tua perlu menerapkan *feeding rules* sejak anak dikenalkan pada MPASI(Munjidah and Rahayu, 2020).

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik melakukan implementasi keperawatan berupa edukasi penerapan *feeding rules* untuk meningkatkan nafsu makan anak dan perilaku ibu di wilayah kerja Puskesmas Sumbang I.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus deskriptif yang disusun dari laporan asuhan keperawatan menggunakan proses keperawatan. Berdasarkan implementasi Evidence Based

Nursing (EBN) pada praktik keperawatan, studi kasus menggunakan alur kegiatan berdasarkan Polit dan Beck (2012) mengenai proses pengimplementasian EBN pada praktik keperawatan. Instrumen yang digunakan pada penelitian yaitu kuesioner yang berisi 10 pertanyaan

HASIL

Implementasi keperawatan dilakukan selama 4 hari yaitu dimulai pada tanggal 13-16 november 2023. Hasil observasi selama 3 hari berturut-turut sesudah diberikan edukasi ibu dapat menerapkan *feeding rules* dengan peningkatan hasil kuesienor terkait pengetahuan dan penerapan *feeding rules*.

Tabel 4.1 Kuesioner Pengetahuan

No.	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah pengertian <i>feeding rules</i> ?	a. Pemberian makan b. Aturan dasar pemberian makan
2.	Berapa kali makan utama anak dalam sehari?	a. 1-2 kali b. 3 kali c. 3-4 kali
3.	Apakah anak diberikan makanan lain sebelum makan utama?	a. Ya b. Tidak
4.	Berapa lama waktu yang dihabiskan saat anak makan?	a. 20-30 menit b. Lebih dari 30 menit
5.	Berapa porsi yang dihabiskan anak dalam sekali makan utama?	a. 1 porsi b. ½ porsi
6.	Apakah ibu mengolah makanan sendiri?	a. Mengolah sendiri b. Instant
7.	Berapa kali anak diberi snack tambahan?	a. 2kali b. 3kali
8.	Berapa banyak porsi makanan yang ibu berikan?	a. Setengah mangkok kecil b. Satu mangkok kecil
9.	Apa yang ibu lakukan jika sudah 15menit anak tidak mau makan lagi?	a. Diberi mainan agar mau makan kembali b. Dipaksa makan c. Menyudahi

		makan
10.	Apakah saat makan ibu menempatkan anak di meja makan?	a. Ya b. Tidak

Tabel diatas merupakan kuesioner yang digunakan sebelum dan sesudah diberikan edukasi *feeding rules*. Jawaban dari kuesioner sebelum dilakukan tindakan ibu masih belum menerapkan atau memahami terkait *feeding rules*. Sebelum dilakukan edukasi hasil dari kuesioner ibu menjawab benar pada 2 pertanyaan terkait pengetahuan dan penerapan ibu menjawab 2 pertanyaan dan setelah dilakukan edukasi dan penerapan *feeding rules* hasil dari kuesioner ibu pada pertanyaan pengetahuan menjawab benar pada 4 pertanyaan dan pada penerapan ibu menjawab 5 pertanyaan untuk penerapan *feeding rules*. Hal ini menunjukan ada peningkatan setelah diberikan edukasi *feeding rules* dan penerapan *feeding rules*.

PEMBAHASAN

Hasil ini sesuai dengan penelitian (Munjidah and Rahayu, 2020) yang menyatakan bahwa ada pengaruh antara penerapan *feeding rules* terhadap kesulitan makan pada anak. Proses pemberian distraksi akan mengalihkan perhatian anak terhadap proses belajar tersebut, yang berakibat pada kegagalan dalam pemberian makan saat anak berusia > 9 bulan. Melalui *feeding rules* yakni jadwal makan yang terstruktur dan teratur. Orang tua sebisa mungkin menghindari memberi anak makanan ringan atau susu saat mendekati jam makan utama. Pemberian makanan ringan atau susu akan berakibat anak kenyang terlebih dulu sebelum jam makan utama, yang secara hitungan jumlah kalorinya lebih rendah dibandingkan jumlah kalori makanan utama.

Hasil ini sesuai dengan penelitian (Setyowati, Sofiyanti and Windayanti, 2018) menyatakan bahwa pengetahuan ibu meningkat setelah diberikan informasi terkait praktik pemberian makan dan didukung oleh penelitian (Ghinanda and Khairunnisa, 2022) bahwa praktik pemberian makan atau *feeding rules* merupakan faktor secara tidak langsung yang mempengaruhi status gizi. Orang tua dapat menerapkan praktik pemberian makan yang benar dan *feeding rules* sejak anak dikenalkan pada MPASI. *Feeding rules* dapat membantu

anak untuk mengatur dan mengatasi masalah makannya sendiri.

KESIMPULAN

Implementasi keperawatan yang diberikan pada Ibu An. A di dapatkan hasil terdapat peningkatan nafsu makan anak dan perilaku ibu setelah diberikan edukasi *feeding rules* serta penerapan *feeding rules*. Peningkatan nafsu makan mulai terlihat saat intervensi hari ke 3 sejak penerapan *feeding rules* dan tingkat pengetahuan terjadi peningkatan setelah diberikan intervensi edukasi *feeding rules* pada hari pertama.

REFERENSI

- Dewi, V.P. (2022) 'Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Feeding Rules Program Studi Keperawatan Program Sarjana'.
- Efendi, S. *Et Al.* (2021) 'Pentingnya Pemberian Asi Eksklusif Untuk Mencegah Stunting Pada Anak', *Idea Pengabdian Masyarakat*, 1(02), Pp. 107–111. Available At: <https://doi.org/10.53690/IpM.V1i01.71>.
- Ghinanda, R.S. And Khairunnisa, C. (2022) 'Hubungan Pola Penerapan Feeding Rules Dengan Status Gizi Balita 6-24 Bulan Di Puskesmas Banda Sakti Kota Lhokseumawe', 6(1), Pp. 2583–2588.
- Izwardy, D. (2018) 'Praktik Pemberian Makanan Bayi Dan Anak (Pmba)'.
- Kadarhadi, E. *Et Al.* (2012) 'Pengaruh Konseling Dengan “ Feeding Rules ” Terhadap Status Gizi Jurnal Media Medika Muda Karya Tulis Ilmiah Pengaruh Konseling Dengan “ Feeding Rules ” Terhadap Status Gizi'.
- Kemkes (2020) 'Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Standar Antropometri Anak', *Journal Of Physics A: Mathematical And Theoretical*, 44(8), Pp. 1–9. Available At: <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018) 'Hasil Utama Riskesdas 2018 Kesehatan [Main Result Of Basic Health Research]', *Riskesdas*, P. 52. Available At: http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/materi_rakorpop_2018/hasil_riskesdas_2018.pdf.

- Polit, D.F. & Beck, C.T. 2012, *Nursing Assessing, Research: Generating and (Ninth)., Evidence for Nursing Practice*, J. B. Lippincott Company., Philadelphia.
- Maryam, A. *Et Al.* (2021) 'Peningkatan Gizi Anak Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pembuatan Mp-Asi Berbahan Ikan', *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 5(3), Pp. 901–907.
- Munjidah, A. And Rahayu, E.P. (2020) 'Pengaruh Penerapan Feeding Rules Sebagai Upaya Mengatasi Kesulitan Makan Pada Anak (Picky Eater, Selective Eater Dan Small Eater)', *Jkm (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Cendekia Utama*, 8(1), P. 29. Available At: <https://doi.org/10.31596/jkm.v8i1.564>.
- Rifani, R. And Ansar, W. (2021) 'Faktor Penyebab Perilaku Makan Pada Anak', *Seminar Nasional Hasil Penelitian 2021*, Pp. 1988–1995. Available At: <https://ojs.unm.ac.id/semnaslemlit/article/download/25485/12775#:~:text=Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Problem,Kendala Yang Dihadapi Para Ibu>.
- Rusli Sjarif, D. Dkk (2014) 'Pendekatan Diagnosis Dan Tata Laksana'.
- Setiawan, E., Machmud, R. And Masrul, M. (2018) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kecamatan Padang Timur Kota Padang Tahun 2018', *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(2), P. 275. Available At: <https://doi.org/10.25077/jka.v7.i2.p275-284.2018>.
- Setyowati, H., Sofiyanti, I. And Windayanti, H. (2018) 'Penyusunan Media Informasi Tentang Praktik Pemberian Makan Untuk', 1(September), Pp. 111–119.
- Triana, N.Y. And Haniyah, S. (2020) 'Relationship Between Characteristics Of Children, Status Of Infectious Disease, And Employment Status Of Mothers With Stunting Children At Karanglewas Health Center', 20(Icch 2019), Pp. 168–173. Available At: <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200204.038>.
- Wibowo, D.P. *Et Al.* (2023) 'Pola Asuh Ibu Dan Pola Pemberian Makanan Berhubungan Dengan Kejadian Stunting', *Ji-Kes: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(2), Pp. 116–121.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution