



Pengaruh Pemberian Kaldu Ayam dalam Olahan Makanan terhadap Peningkatan BB pada Anak Usia 1-3 Tahun

Nafisatul Aini¹ R. Maria Veronika²

Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Fakultas Ilmu Kesehatan, Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Kesdam VI Brawijaya, Malang, Indonesia^{1,2}

ARTICLE INFORMATION

Received: 11-06-2025

Revised: 04-07-2025

Accepted: 04-12-2025

KEYWORD

Chicken broth, Child Health, Body Weight, Health Center

Kaldu ayam, Kesehatan Anak, Berat Badan, Puskesmas

CORRESPONDING AUTHOR

Nama: Nafisatul Aini

Address: Jenggawah, Jember

E-mail: nafisaini5@gmail.com

No. Tlp : 0852-3645-4670

DOI 10.56013/JURNALMIDZ.V8I2.4309

ABSTRACT

One aspect of health that is a concern in Indonesia's Efforts to Realize the SDGs is the nutritional condition of toddlers. The target to be achieved by 2030 includes the elimination of all forms of malnutrition. Several indicators used to measure this achievement include the prevalence of underweight toddlers, the prevalence of stunting (height below the age standard, both short and very short categories), and the prevalence of malnutrition in toddlers (Ministry of PPN/Bappenas, 2017). This study is intended to examine the effect of providing chicken broth in processed foods on increasing the weight of children aged 1-3 years at the Kemuningsari Kidul Health Center. The research design model chosen is a quasi-experimental design with a pre-test-post test design. A difference test was carried out for a comparison of the weight of children aged 1-3 years before and after the intervention was analyzed using the Paired t-Test. The sampling technique used was the total sample. A total of 63 children aged 1-3 years who were registered as participants and actively attended the integrated health post in the last 3 months met the inclusion criteria in sampling.

Salah satu aspek kesehatan yang menjadi perhatian dalam Upaya Indonesia dalam Mewujudkan SDGs adalah kondisi gizi anak balita. Target yang ingin dicapai pada tahun 2030 mencakup penghapusan seluruh bentuk kekurangan gizi. Beberapa indikator yang digunakan untuk mengukur pencapaian tersebut meliputi prevalensi balita dengan berat badan kurang (underweight), prevalensi stunting (tinggi badan di bawah standar usia, baik kategori pendek maupun sangat pendek), dan prevalensi malnutrisi pada balita. Studi ini dimaksudkan untuk mengkaji pengaruh dari pemberian kaldu ayam dalam olahan makanan terhadap peningkatan BB anak usia 1-3 tahun di Puskesmas Kemuningsari Kidul Model desain penelitian yang dipilih adalah desain eksperimen semu dengan desain *pre-test-post-test* Dilakukan uji beda untuk perbandingan berat badan anak usia 1-3 tahun sebelum dan setelah intervensi dianalisis menggunakan uji Paired t-Test. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampel. Sebanyak 63 anak usia 1-3 tahun yang tercatat sebagai peserta dan aktif menghadiri posyandu dalam 3 bulan terakhir memenuhi kriteria inklusi dalam pengambilan sampel.

© 2025 Aini, et.al

Pendahuluan

Salah satu parameter kesehatan yang menjadi fokus dalam Status gizi yang menjadi salah satu indikator penting dalam pencapaian SDGs di Indonesia anak balita. Salah satu sasaran yang

ditetapkan untuk dicapai pada tahun 2030 adalah menghapus segala bentuk kekurangan gizi. Target ini diukur melalui beberapa indikator, seperti prevalensi berat badan kurang (*underweight*), prevalensi stunting (tinggi badan yang tidak sesuai dengan usia, baik kategori pendek maupun sangat pendek), serta tingkat malnutrisi pada anak balita (Kementerian PPN/Bappenas, 2017). Status gizi balita dapat diketahui melalui penilaian antropometrik, yaitu metode penilaian terhadap ukuran, proporsi, dan komposisi tubuh anak. Hasil pengukuran ini menjadi acuan dalam mengevaluasi perkembangan fisik dan kondisi gizi anak balita, digunakan beberapa parameter seperti dalam standar antropometri anak termasuk bobot tubuh (BB) serta ukuran panjang atau tinggi tubuh (PB/TB).

Permasalahan gizi pada balita dapat berdampak serius berpengaruh pada mutu sumber daya manusia, dan jika tidak segera ditangani, berpotensi menyebabkan terjadinya *Lost Generation*. Kekurangan gizi dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan, menurunkan sistem kekebalan tubuh, hingga berujung pada kondisi terparah yaitu gizi buruk (*severe malnutrition*). Gizi buruk ditandai dengan tubuh yang sangat kurus akibat asupan makanan harian yang tidak mencukupi kebutuhan zat gizi, terutama energi dan protein (S Rahayu, 2019). Kementerian Kesehatan melalui Badan Litbangkes telah melaksanakan Studi Status Gizi Indonesia 2021. Survei ini, yang dimulai sejak tahun 2019 dan berskala nasional, bertujuan untuk memantau kondisi perkembangan gizi balita di Indonesia mengalami dinamika tertentu. Menurut data SSGI tahun (2021), angka stunting berhasil diturunkan dari 27,7% pada 2019 menjadi 24,4% pada 2021. Namun, prevalensi berat badan kurang kasus *underweight* mengalami kenaikan, dari 16,3% pada 2019 menjadi 17% pada 2021. Sementara itu, Perubahan pada prevalensi *wasting* terbilang minimal, yakni dari 7,4% menjadi 7,1%. (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Masih diperlukan berbagai upaya guna merealisasikan target penurunan angka stunting hingga 14% pada tahun 2024 sebagaimana ditetapkan dalam (RPJMN) 2020–2024 (Kementerian Sekretariat Negara RI, 2020).

Salah satu bahan pangan yang potensial untuk digunakan dalam pemenuhan nutrisi balita adalah kaldu ayam, khususnya yang berasal dari bagian ceker, kepala, dan tulang ayam kampung (Pascoal et al., 2023). Kaldu ayam memiliki kandungan zat gizi penting seperti protein, lemak, kalsium, fosfor, kalium, zat besi, protein dan mineral diyakini berperan dalam meningkatkan pertumbuhan linier anak. Selain itu, menurut Amperaningsih (2018) mengungkapkan bahwa penggunaan kombinasi kaldu ayam dengan bahan pangan lainnya, seperti tepung tulang ikan tuna, memiliki potensi yang sama dalam meningkatkan pertumbuhan anak. Hal ini menunjukkan bahwa produk berbasis kaldu ayam dapat dikembangkan lebih lanjut untuk meningkatkan efektivitasnya dalam perkembangan status gizi. Dengan perumusan yang tepat, kaldu ayam dapat menjadi alternatif bagi orang tua dalam menyajikan makanan bergizi bagi anak-anak. Selain itu, melalui penerapan standar produksi yang jelas, produk kaldu ayam berpotensi dikembangkan sebagai pangan fungsional yang mendukung upaya pemerintah dalam menurunkan angka stunting di Indonesia.

Namun, masih terdapat keterbatasan dalam penelitian sebelumnya terkait pengaruh kaldu ayam dalam olahan makanan terhadap meningkatkan berat badan balita. Penelitian ini memiliki kebaruan dalam pendekatannya, yaitu dengan melakukan intervensi langsung berupa pemberian kaldu ayam yang diolah dalam makanan balita, serta mengamati perubahan berat badan melalui pengukuran sebelum dan sesudah intervensi. Penelitian sebelumnya khusus olahan kaldu ayam terhadap peningkatan tinggi badan balita, sedangkan penelitian ini pada berat badan anak khususnya balita berusia 1 hingga 3 tahun. Dengan demikian, Penelitian ini dilakukan karena penulis ingin

mengetahui pengaruh pemberian kaldu ayam dalam olahan makanan terhadap berat badan anak usia 1-3 tahun di UPTD Puskesmas Kemuningsari Kidul.

Metode

Model penelitian yang diterapkan dalam studi ini adalah menggunakan rancangan eksperimen semu sebagai metode penelitian dengan rancangan pengukuran sebelum dan sesudah intervensi tanpa kelompok pembanding. Pendekatan ini memungkinkan peneliti guna menilai perbedaan yang terjadi antara kondisi sebelum dan sesudah intervensi, dalam hal ini pemberian kaldu ayam, terhadap subjek penelitian yang sama. Tujuan studi ini untuk mengetahui pemberian kaldu ayam dalam olahan makanan yang memengaruhi penambahan bobot tubuh pada balita usia 1 hingga 3 tahun. Penelitian dilakukan selama 2 minggu pada bulan Mei 2025, lokasi penelitian dilakukan di UPTD Puskesmas Kemuningsari Kidul. Teknik total sampling digunakan dalam pengambilan sampel penelitian ini, di mana seluruh sampel penelitian terdiri dari partisipan yang sesuai dengan kriteria inklusi yang telah ditentukan yakni balita yang tercatat sebagai peserta aktif posyandu dan memiliki kehadiran dalam kegiatan posyandu minimal selama tiga bulan terakhir dengan usia 1 – 3 tahun didapat sebanyak 63 anak. Pengumpulan data dilakukan pada dua waktu, yaitu pra-intervensi (pre-test) dan pasca-intervensi (post-test) dengan cara mengukur berat badan balita menggunakan timbangan digital yang terstandar. sedangkan tinggi badan diukur menggunakan stadiometer (BB/U). Selanjutnya, dilakukan analisis perbedaan untuk menilai perubahan yang terjadi berat badan balita sebelum dan sesudah pemberian intervensi berupa kaldu ayam dalam olahan makanan anak usia 1-3 tahun dilakukan analisis statistik dalam penelitian ini memakai uji *Paired t-Test* guna membandingkan berat badan anak sebelum dan sesudah pemberian kaldu ayam dalam olahan makanan.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	n	%
Umur		
1 tahun	23	36,5
2 tahun	33	52,4
3 tahun	7	11,1
Total	63	100
Jenis Kelamin		
Perempuan	26	41,3
Laki-laki	37	58,7
Total	63	100

Sumber: data primer

Dari tabel tersebut responden dengan usia 2 tahun mendominasi kelompok sampel, yaitu sejumlah 33 anak (52,4%), dengan anak laki-laki sebanyak 37 anak (58,7%). Dari hasil studi yang telah dilakukan, distribusi usia balita yang menjadi responden menunjukkan bahwa kelompok usia 1 tahun sebanyak 23 anak (36,5%) usia 2 tahun sebanyak 33 (52,4%), usia 3 tahun sebanyak 7 orang (11,1%). Lima tahun pertama kehidupan anak dikenal sebagai masa golden age yang sangat krusial, terutama dalam hal pertumbuhan fisik. Masa balita merupakan tahap perkembangan yang penting dan memerlukan perhatian khusus. Di Indonesia, metode yang paling umum digunakan untuk menilai status gizi balita adalah melalui pengukuran antropometri. Parameter antropometri yang sering

digunakan meliputi berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas, lingkaran kepala, dan lingkaran dada (Irnani, 2017). Disebut sebagai masa golden period karena pada usia pada tahap ini, anak mengalami percepatan dalam proses tumbuh dan berkembang, baik dari komponen tubuh fisik, psikologis, mental, ataupun sosial. Dengan demikian, anak pada tahap ini memerlukan perhatian dan dukungan yang lebih, terutama dari kedua orang tua. Salah satu hal krusial yang patut mendapat perhatian adalah pola pengasuhan berkaitan dengan kebiasaan makan anak dan kondisi status gizinya (Sukmawandari, 2015).

Menurut Sri Rahayu (2019) Anak balita merupakan kelompok usia yang mengalami percepatan pertumbuhan fisik, sehingga membutuhkan asupan kandungan nutrisi yang melimpah setiap kilogram bobot tubuhnya. Makanan memiliki peran penting dalam menyediakan zat gizi yang dibutuhkan untuk mendukung proses perkembangan dan pertumbuhan pada setiap tahap usia, mulai dari masa bayi, balita, hingga prasekolah. Menentukan jenis makanan yang sesuai tidak hanya menjamin kecukupan gizi untuk pertumbuhan fisik, tetapi juga berkontribusi terhadap perkembangan sosial, psikologis, dan emosional anak. Studi yang dilakukan oleh Irnani (2017) di Puskesmas Sepatan, Kabupaten Tangerang, mengindikasikan bahwasanya tidak terdapat keterkaitan yang berarti secara nyata antara umur balita berdasarkan kondisi nutrisi. Hal ini diduga karena nutrisi balita lebih dipengaruhi faktor lain, seperti asupan makanan yang kurang bergizi dan tidak mencukupi kebutuhan nutrisi harian.

Dalam studi ini Jenis kelamin laki-laki mendominasi jumlah responden, yaitu sejumlah 37 anak atau sebesar (58,7%) dan anak perempuan sebanyak 26 (41,3%). Maria (2018) mengungkapkan dalam Penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kecenderungan status tingkat kecukupan gizi anak berdasarkan jenis kelamin. Secara umum, anak laki-laki berisiko lebih tinggi dalam hal terindikasi kelebihan gizi (overweight) bila diukur terhadap kondisi anak perempuan. Temuan tersebut mendukung hasil studi sebelumnya oleh Khumardi 1989, yang juga mengungkapkan bahwa jenis kelamin dapat memengaruhi status gizi anak. Anak laki-laki umumnya diutamakan dalam aspek pemberian porsi makanan lebih besar dibandingkan anak perempuan, yang dapat berkontribusi terhadap perbedaan tingkat status gizi pada balita.

Berat badan berdasarkan usia adalah salah satu penanda penting dalam menilai kondisi gizi anak usia balita. Idealnya, pengukuran berat badan dilakukan setidaknya sekali dalam sebulan agar dapat dipantau secara rutin dan berkelanjutan. Hasil dari penimbangan ini dapat memberikan informasi mengenai kondisi gizi anak balita, apakah termasuk dalam kategori kurang gizi parah, kurang gizi, gizi cukup, atau kelebihan gizi (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Anak balita merupakan anak dengan rentang usia 12–59 bulan, yang merupakan tahap krusial dalam proses tumbuh kembang manusia dan sering dikenal sebagai periode emas (golden period). Disebut demikian sebab di rentang usia ini terjadi perkembangan yang berlangsung pesat, mencakup dari segi tubuh jasmani, psikologis, mental, ataupun sosial. Oleh sebab itu, anak pada masa ini membutuhkan perhatian dan dukungan khusus, terutama dari kedua orang tua. Salah satu faktor utama yang perlu menjadi perhatian adalah pola pengasuhan, khususnya yang berkaitan dengan kebiasaan makan anak dan status gizinya (S Rahayu, 2019). Status gizi merupakan keadaan tubuh yang ditentukan oleh asupan nutrisi dari makanan, pemanfaatan zat gizi, di mana zat gizi sangat penting bagi tubuh dalam memperoleh energi untuk perkembangan serta perbaikan jaringan tubuh, dan juga mengatur berbagai fungsi tubuh sehari-hari. Evaluasi terhadap status gizi bisa dilakukan melalui pengambilan data

antropometri, yang mencakup variabel usia, bobot tubuh (BB) serta panjang atau tinggi badan (TB). Dalam menilai status gizi balita, berat badan menjadi salah satu indikator utama (Auliya et al., 2015).

Gizi memiliki peran krusial dalam seluruh tahapan kehidupan manusia. Kekurangan gizi pada balita dapat memengaruhi pertumbuhan fisik maupun perkembangan psikologis. Dari perspektif kesehatan dan gizi, masa balita dikenal sebagai periode emas dalam kehidupan, yang dicirikan oleh laju laju pertumbuhan dan perkembangan yang pesat serta kerentanan tinggi terhadap masalah gizi (Juhartini, 2015). Riset yang dilakukan oleh Pascoal et al. menunjukkan bahwa pemberian ekstrak kaldu dari ceker ayam memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan tinggi badan pada anak usia 12 hingga 48 bulan. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa peningkatan tinggi badan pada kelompok intervensi menunjukkan hasil yang lebih baik dibandingkan kelompok kontrol. Anak-anak yang mengonsumsi ekstrak kaldu ceker ayam mengalami rata-rata pertambahan tinggi badan sebesar 1,53 cm dalam satu bulan, sedangkan kelompok kontrol hanya menunjukkan peningkatan sebesar 1,01 cm (Pascoal & Sahelangi, 2022). Untuk intervensi makanan pendukung yang berbasis kaldu ayam, diperlukan penelitian lebih lanjut guna menentukan metode pengolahan yang paling efektif dalam mempertahankan kandungan protein, kalsium, serta mineral lainnya, sehingga manfaat nutrisinya dapat tetap terjaga secara optimal.

Tabel 2. Status gizi anak usia 1-3 tahun (BB/U) berdasarkan hasil pengukuran antropometri di UPTD Puskesmas Kemuningsari Kidul 2025

Indeks gizi anak 1-3 tahun BB/U	Pengukuran antropometri sebelum intervensi		Pengukuran antropometri 2 minggu setelah intervensi	
	n	%	n	%
Normal	29	46	33	52,4
Kurang	33	52,4	30	47,6
Buruk	1	1,6	0	0

Sumber : data primer

Berdasarkan data yang didapatkan diatas menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi jumlah anak dengan kategori BB/U normal sebanyak 29 (46%) anak, BB/U kurang 33(52,4%) anak, BB/U buruk 1 (1,6%) anak, dan setelah diberi intervensi olahan kaldu ayam hasil BB/U normal sebanyak 33 (52,4%) anak, BB/U kurang 30 (47,6%) anak, buruk 0 anak.

Berdasarkan data yang didapatkan diatas menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi jumlah anak dengan perhitungan BB/U dalam kategori normal sebanyak 29 (46%) anak, BB/U kurang 33(52,4%) anak, BB/U buruk 1 (1,6%) anak, dan setelah diberi intervensi olahan kaldu ayam hasil BB/U normal sebanyak 33 (52,4%) anak, BB/U kurang 30 (47,6%) anak, buruk 0 anak. Diketahui bahwa terjadi peningkatan berat badan anak dalam kategori baik dan penurunan kategori kurang serta buruk pada berat badan anak.

Indonesia masih dihadapkan pada masalah gizi yang memberikan dampak signifikan terhadap mutu sumber daya manusianya. Salah satu isu gizi yang menjadi sorotan utama saat ini adalah tingginya prevalensi stunting pada anak usia di bawah lima tahun. Menurut hasil penelitian Husna dan Cut Rizki (2016) menyatakan bahwa status gizi dipengaruhi dari factor internal dan eksternal. Status gizi seseorang tidak hanya dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan tentang gizi, tetapi juga oleh berbagai faktor lain seperti kondisi kesehatan, riwayat penyakit, pola makan, serta akses terhadap makanan bergizi. Pendapatan atau penghasilan keluarga juga merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi pola konsumsi pangan dalam rumah tangga. Beberapa faktor yang dapat memengaruhi konsumsi pangan dalam rumah tangga antara lain adalah tingkat pendapatan keluarga

dan jumlah anggota rumah tangga (Rachman, 2016). Pertumbuhan balita yang optimal akan berdampak positif terhadap perkembangan mereka hingga dewasa. Kekurangan gizi pada balita dapat menghambat perkembangan kognitif dan motoriknya (Goreti Pantaleon et al., 2015). Asupan energi dan lemak merupakan dua faktor yang secara langsung dapat memengaruhi status gizi balita, khususnya berdasarkan indeks berat badan menurut umur (BB/U). Usia balita merupakan salah satu faktor yang memengaruhi indikator pertumbuhan. Jika berat badan balita sesuai dengan usianya, maka status gizinya dikategorikan baik atau normal. Kesesuaian berat badan dengan usia pada balita juga dapat menurunkan risiko terkena penyakit infeksi seperti influenza dan demam yang bisa berkembang menjadi kejang. Oleh karena itu, hal ini dapat dianggap sebagai salah satu faktor yang berkontribusi terhadap sistem kekebalan tubuh yang lebih kuat dibandingkan dengan balita yang mengalami gizi kurang atau buruk (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Anak dengan pertumbuhan dan perkembangan yang tidak optimal kemungkinan tidak dapat mencapai potensi penuhnya serta mengalami hambatan dalam perkembangan kognitif, yang pada akhirnya berdampak pada rendahnya pencapaian pendidikan serta menurunnya kapasitas intelektual dan kemampuan motoric. Asupan energi memiliki fungsi krusial dalam mendukung perkembangan dan pertumbuhan anak usia 25–60 bulan, karena pada masa ini balita mengalami fase pertumbuhan yang pesat (Pascoal, 2023).

Tabel 3. Hasil *Paired Sample T-Test* Pengaruh Pemberian Kaldu Ayam Dalam Olahan Makanan Terhadap Berat Badan Anak Usia 1-3 Tahun

Variabel	Mean Berat Badan	Perbedaan	T	P-Value
Sebelum	9,88	0,22	-3,207	0.002
Sesudah	10,10			

Hasil tersebut menunjukkan adanya berat badan anak usia 1–3 tahun mengalami peningkatan yang secara statistik signifikan setelah dilakukan intervensi pemberian kaldu ayam dalam olahan makanan. Output dari pengujian statistik dengan uji t-Test diperoleh nilai p-value 0.002 kurang dari 0,005 secara analisis statistik memperlihatkan perubahan berat badan sebelum dan sesudah intervensi pada anak usia 1–3 tahun.

Hasil analisis menunjukkan bahwa rerata berat badan anak setelah dilakukan upaya intervensi melalui pemberian kaldu ayam dalam olahan makanan pada anak usia 1-3tahun di Puskesmas Kemuningsari Kidul mengalami peningkatan sebesar 0,22kg. dengan Paired t-Test menghasilkan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,002 ($p < 0,005$), yang mengindikasikan terjadinya perbedaan berat badan bermakna secara statistik antara pra dan pasca intervensi dengan pemberian kaldu ayam dalam olahan makanan.

Status nutrisi turut andil dalam mencegah terjadinya stunting, karena gizi yang adekuat menjamin sel otak anak berkembang dan tumbuh dalam kondisi yang wajar. Kecukupan asupan gizi sangat memengaruhi perkembangan dan pertumbuhan anak, khususnya pada masa emas. yaitu masa ketika perkembangan otak anak berlangsung secara sangat pesat. Dengan demikian, pemenuhan kebutuhan gizi pada tahap ini menjadi faktor kunci utama guna menunjang tumbuh kembang anak secara maksimal (Sakti,2020). Ketahanan pangan merupakan salah satu faktor tidak langsung yang dapat berdampak pada status gizi seseorang. Asupan lemak berperan dalam menentukan status gizi balita (Ardian Nurdianto, 2018).

Kaldu adalah hasil ekstraksi dari bahan pangan seperti daging ayam, daging sapi, hasil laut, serta sayuran, yang digunakan untuk menambah cita rasa gurih dalam masakan. Sebagian besar kaldu instan yang dijual secara komersial beredar di pasaran mengandung tambahan zat Mono Sodium Glutamat (MSG). Mono Sodium Glutamat (MSG) digunakan sebagai penguat rasa. Namun, hingga kini, penggunaannya masih tetap menjadi topik perbincangan yang hangat di masyarakat. Kontroversi ini berawal dari surat yang ditulis oleh Dr. Robert Ho Man Kwok dalam *New England Journal of Medicine* (NEJM) pada tahun 1968, yang membahas tentang Chinese Restaurant Syndrome (CRS). Meskipun hingga saat ini perdebatan terkait keamanan MSG masih berlangsung, Badan Pengawas Obat dan Makanan Amerika Serikat (FDA) telah menyatakan bahwa konsumsi MSG dalam jumlah yang wajar tidak berbahaya kesehatan manusia. Kaldu dapat dikombinasikan dengan berbagai bahan pangan tambahan dalam proses proses pengolahannya guna meningkatkan nilai kesehatannya, salah satunya melalui menambahkan hati ayam yang memiliki kadar zat besi yang tinggi (Amerta Nutrition, 2018). Pengertian lain kaldu merupakan produk yang dihasilkan dari proses perebusan daging atau unggas dalam air, dengan atau tanpa penambahan bumbu, penyedap rasa, lemak yang dapat dikonsumsi, garam (natrium klorida), rempah-rempah, sari atau destilat alami, serta bahan makanan lain yang diperbolehkan sesuai pedoman penggunaan. Kaldu berfungsi sebagai dasar utama dalam berbagai masakan berkuah, terutama sup, karena berperan penting dalam menciptakan cita rasa. Untuk menghasilkan rasa sup yang maksimal, pemilihan jenis kaldu sebaiknya disesuaikan dengan bahan utama sup yang akan dibuat. Contohnya, dalam pembuatan sup ayam, sebaiknya digunakan kaldu yang berasal dari rebusan ayam. Kaldu ayam memiliki kandungan kalsium dan protein yang tinggi, terutama jika diolah dengan cara yang sesuai. Kalsium berfungsi penting dalam mendukung pertumbuhan tulang serta mencegah stunting, sedangkan protein berfungsi dalam proses pembentukan otot serta pertumbuhan jaringan tubuh anak. (Aniar, 2021).

Bahan pembuatan kaldu ayam bisa menggunakan bagian, ceker, sayap, paha sekitar 1kilogram setiap minggu selama 2 minggu berasal dari pasar tradisional di wilayah Kemuningsari Kidul. Komponen lain yang digunakan dalam pembuatan kaldu ayam meliputi penambah rasa seperti garam, gula, dan penyedap; dilengkapi dengan air, bawang putih, dan minyak masak. Semua bahan tersebut bersifat komersial dan mudah diperoleh di pasaran, bagian ayam dicuci sampai bersih, potongpotong. Potongan ayam dengan ukuran kecil terlebih dahulu dilakukan proses *blanching* perebusan air mendidih selama ± 3 menit untuk menghilangkan kotoran dan aroma yang tidak diinginkan. Selanjutnya, disiapkan panci berbahan stainless steel yang telah diisi dengan 3 liter air, lalu air tersebut dididihkan. Setelah air mendidih, potongan ayam serta bawang putih dimasukkan ke dalam panci dan direbus menggunakan api kecil kurang lebih 1 jam. Setelah proses perebusan selesai, potongan ayam diangkat, dan air rebusan disaring untuk memisahkan sisa bahan padat. Hasil akhir berupa kaldu cair yang berwarna putih kekuningan dan siap digunakan. Pada penelitian ini pemberian kaldu ayam dilakukan selama 2 minggu dengan kreasi olahan kaldu ayam sesuai pengembangan olahan kaldu ayam dalam masakan ibu masing-masing.

Menurut Fatsecret (2025) kandungan 1 gelas / 240ml kaldu ayam mengandung 12 kalori dengan distribusi energi sebesar 21% berasal dari lemak, 48% dari karbohidrat, dan 30% dari proteinlemak 0,29g, kalium 24 mg, sodium 792mg. Selain itu, menurut Amperaningsih (2018) mengungkapkan bahwa penggunaan kombinasi kaldu ayam dengan bahan pangan lainnya, seperti tepung tulang ikan tuna, memiliki potensi yang sama dalam meningkatkan pertumbuhan anak. Hal ini

menunjukkan bahwa produk berbasis kaldu ayam dapat dikembangkan lebih lanjut untuk meningkatkan efektivitasnya dalam perkembangan status gizi.

Menurut M. Purba (2019). Anak usia balita memerlukan asupan makronutrien yang cukup untuk mendukung pertumbuhan serta menjaga status gizi mereka tetap optimal. Lemak berperan sebagai sumber energi sekaligus berkontribusi terhadap peningkatan kelembutan dan rasa. Pada konteks ini, lipid memberikan rasa gurih pada kaldu ayam. Selama proses pemanasan dengan suhu tinggi, kandungan lemak atau lipid mengalami degradasi dan membentuk senyawa karbonil yang memberikan karakteristik rasa gurih khas pada ayam. Evaluasi terhadap daya terima dan kepatuhan ibu dalam pemberian makanan berbasis kaldu ayam perlu menilai sejauh mana ibu bersedia menerima dan mampu mengimplementasikan pemberian MPASI berbasis kaldu ayam dalam rutinitas harian mereka (Melsa, 2024).

Simpulan

Temuan dalam penelitian ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh dari pemberian kaldu ayam dalam olahan makanan terhadap peningkatan berat badan anak usia 1-3 tahun di UPTD Puskesmas Kemuningsari Kidul. Penelitian mengenai kaldu, khususnya yang berkaitan dengan kandungan gizi serta perannya dalam mendukung pertumbuhan anak, hingga saat ini masih relatif jarang dilakukan dan dipublikasikan secara luas. Kondisi tersebut menjadi faktor penghambat dalam pelaksanaan penelitian, terutama terkait keterbatasan literatur dan referensi ilmiah yang membahas secara mendalam mengenai manfaat kaldu serta interaksinya dengan bahan penunjang lain dalam olahan makanan. Dengan demikian, studi ini diharapkan mampu memberikan sumbangsih ilmiah sebagai acuan awal dalam pengembangan kajian terkait pemanfaatan kaldu, khususnya dalam konteks peningkatan status gizi balita. Namun penelitian ini memiliki keterbatasan dalam membahas lebih dalam mengenai pengaruh olahan kaldu ayam dalam meningkatkan berat badan balita.

Daftar Pustaka

- Amerta Nutrition. (2018). Kaldu ayam instan dengan penambahan tepung hati ayam sebagai substitusi merupakan alternatif bumbu yang berpotensi membantu mencegah anemia.74-82
81 DOI : 10.2473/amnt.v2i1.2018.74-82
- Amperaningsih, Y., Aji Perdana. (2018). Pola Pemberian pendamping air susu ibu pada Balita 6-24 Bulan, JURKES, V.9,2
- Aniar., dkk. (2021). *Study Guide* dan Upaya Pencegahan Bagi Mahasiswa Kesmas, Cetakan-1, Yogyakarta, C
- Ardian, Nurdianto. (2018). Asupan energi dan lemak yang tidak mencukupi berhubungan dengan kondisi gizi kurang pada balita usia 25 hingga 60 bulan. IJPH License doi: 10.20473/ijph.v1i13il.2018.48-58
- Auliya C, Woro KH, Budiono I (2015). Profil Status Gizi Balita Ditinjau dari Topografi Wilayah Tempat Tinggal (Studi di Wilayah pantai dan Wilayah Panggung Bukit Kabupaten Jepara). Unnes Journal of Public Health ; 4(2): 108-116
- Badan Litbangkes. (2019). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) | Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas/>

- Dyah Muliawati. 2020. Pemanfaatan Ekstrak Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Untuk Meningkatkan Berat Badan Pada Balita. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, Vol 11, No 01
- Fatsecret. (2025). Database makanan dan penghitungan kalori kaldu ayam diakses melalui link <https://www.fatsecret.co.id/kalori-gizi/umum/kaldu-ayam>
- Goreti Pantaleon, M. et al. (2015) Stunting memiliki keterkaitan dengan perkembangan motorik anak di wilayah Kecamatan Sedayu., associated with children motoric development in Sedayu Subdistrict, Bantul, Yogyakarta', *Jurnal Gizi dan Dietik Indonesia*, 3 (1)
- Husna, Cut Rizki Azria. (2016). Pengaruh Penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan perilaku ibu tentang gizi seimbang balita Kota Banda Aceh. Fakultas Kedokteran. Universitas Syiah Kuala. 2016.
- Irnani, H., Sinaga, T. (2017). Pengaruh Pendidikan Gizi terhadap Pengetahuan, Praktek Gizi Seimbang dan Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia. Inonesian Journal Of Nutrition*. 6
- Juhartini. (2015) 'Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Berupa Biskuit dan Campuran Bahan Pangan Daun Kelor terhadap Peningkatan Berat Badan dan Tinggi Badan pada Balita dengan Gizi Kurang. Di Wilayah Kerja Puskesmas Kalumpung Kota Ternate Tahun 2015', *Jurnal Kesehatan*, Vol. VIII
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Permenkes RI Nomor 2 Standar Antropometri Anak. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). Buku Saku Gizi Indonesia. Badan Litbangkes Kemenkes RI. <https://www.litbang.kemkes.go.id/buku-saku-hasil-studi-status-gizi-indonesia-ssgitahun-2021/>
- Kementerian PPN/Bappenas. (2017). Informasi metadata mengenai indikator SDGs. Bappenas. <https://sdgs.bappenas.go.id/wp>
- Kementerian Kesehatan RI (2018) 'Buku saku pemantauan status gizi', *Buku saku pemantauan status gizi tahun 2017*
- Kementerian Sekretariat Negara RI. (2020). Peraturan Presiden Republik Indonesia No. 18: RPJMN 2020-2024. <https://peraturan.bpk.go.id/Hom>
- Maria. (2018). Stunting serta prospek Indonesia ke depan. *Acc - Indonesia*. 2013;2010:2– 5. www.mca-indonesia.go.id.
- Melsa Sagita. (2024). Tinjauan Literatur: Dampak Konsumsi Kaldu Ayam Kampung Terhadap Pertumbuhan Tinggi Badan Anak Usia 12–24 Bulan. Volume: 8 Nomor 2 E-ISSN: 2622-075X
- M. Purba. (2019). "The process of heating and lipid oxidation creates the flavor of poultry meat. *Indones. Bull. Anim. Vet. Sci.*, vol. 24, no. 3, pp. 109–118, 2014, doi: 10.14334/wartazoa.v24i3.1068.
- Pascoal and O. Sahelangi. (2023). "Dampak pemberian kaldu cakar ayam dan kerupuk berbahan tepung tulang ikan tuna terhadap peningkatan heigh anak usia 12–48 bulan," *Heal. Surabaya*, no. 1, pp. 499–515, 2022, [Online]
- Rachman, H.P.S., 2016. Aksesibilitas Pangan: Faktor Kunci Pencapaian Ketahanan Pangan di Indonesia. *JURNAL PANGAN*, 19(2).
- Sakti. (2020). "Implikasi Stunting terhadap Proses Tumbuh Kembang Anak," *J. Ilm.*, vol. 6
- S. Rahayu, E. Susanto, and Eniswatin. (2019). "Efek Substitusi Bahan Ayam terhadap Komposisi Kimia dalam Produk Nugget," *J. Ternak*, vol. 09, no. 02, pp. 12–16, 2019

SSGI. (2021). Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Kabupaten/Kota Tahun 2021. Jakarta: Balitbangkes Kemenkes RI

Sukmawandari, (2015). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita 1-5 tahun Di Desa Klipu Pringapus Semarang. *Journal of Nutrition*. 16 Juni 2019 dan Jam 17.00 Wib.