

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN ASUPAN ZAT GIZI DENGAN STUNTING PADA
BALITA 24-59 BULAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BONTOKASSI
KABUPATEN TAKALAR**

*The Relationship Of Diet And Nutritional Intake With Stunting In Toddler 24-59 Months In The
Working Area Of The Bontokassi Puskesmas, Takalar Distric*

Ismudinar

Prodi Gizi Dan Dietetika Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Makassar

Ismudinariis15@gmail.com

Hp: 082291348220

ABSTRACT

Stunting is a chronic nutritional problem caused by insufficient nutritional intake over a long period of time due to food that does not meet nutritional needs. This research includes correlational research with a cross-sectional study approach. The sample was 64 children under five. Dietary pattern data was collected through interviews using the Child Feeding Questionnaire (CFQ), nutritional intake data was collected through 1x24 hour recall interviews, and nutritional status data was collected by carrying out height anthropometry by taking measurements using a microtoice. Data from the results of this research use the chi-square test.

The results of this study show that the analysis of energy intake with stunting has an influence marked by 28 subjects with a p value ($p = 0.000 < 0.05$) including the stunting category. The results of the analysis of protein intake and stunting had an influence, indicated by 5 subjects with a p value ($p = 0.002 < 0.05$) including the stunting category. The results of the analysis of fat intake and stunting had a significant effect, indicated by 28 subjects with a p value ($p = 0.017 < 0.05$) including the stunting category. The results of the analysis of carbohydrate intake with stunting had a marked influence on 25 subjects with insufficient intake and were included in the stunting category or ($p = 0.000 < 0.5$). The conclusion of this research is that stunting that occurs in children aged 24-59 months is mostly due to a lack of appropriate intake to meet the nutritional adequacy requirements provided. This is also caused by economic factors, as well as maternal knowledge. It is recommended that future researchers conduct research with other variables that can cause stunting in children with a larger number of samples over a wide area coverage.

Keywords: *Food Intake, Dietary habit, Stunting*

ABSTRAK

Stunting adalah masalah gizi jangka panjang yang disebabkan oleh asupan gizi yang rendah selama waktu yang cukup lama. Studi korelasional dan *cross-sectional* juga dilakukan. sampel sebanyak 64 anak balita. Wawancara digunakan untuk mengumpulkan data tentang pola makan menggunakan kuesioner *Child Feeding Questionnaire* (CFQ), data asupan zat gizi dikumpulkan melalui wawancara metode recall 1x24 jam, dan data status gizi dikumpulkan dengan melakukan antropometri tinggi badan dengan melakukan pengukuran menggunakan *microtoice*. Data dari hasil penelitian ini adalah menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian ini menunjukkan analisis asupan energi dengan *stunting* memiliki pengaruh ditandai dengan 28 subjek dengan nilai p ($p = 0.000 < 0.05$) termasuk kategori *stunting*. Hasil analisis asupan protein dengan *stunting* memiliki

pengaruh, ditandai sebanyak 5 subjek dengan nilai p ($p = 0.002 < 0.05$) termasuk kategori *stunting*. Hasil analisis asupan lemak dengan *stunting* memiliki pengaruh yang signifikan ditandai dengan sebanyak 28 subjek dengan nilai p ($p = 0.017 < 0.05$) termasuk kategori *stunting*. Hasil analisis asupan karbohidrat dengan *stunting* memiliki pengaruh ditandai sebanyak 25 subjek dengan asupan kurang dan termasuk dalam kategori *stunting* atau ($p = 0.000 < 0.5$). Disarankan peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian dengan variabel yang lain yang dapat menimbulkan terjadinya *stunting* pada anak dengan jumlah sampel yang lebih banyak pada cakupan wilayah yang luas.

Kata kunci : Asupan Makan, Pola Makan, *Stunting*

PENDAHULUAN

Salah satu masalah gizi yang dihadapi balita di seluruh dunia saat ini adalah *stunting*, juga dikenal sebagai balita pendek. Ini adalah masalah gizi kronis yang disebabkan oleh asupan makanan yang kurang dalam jangka waktu yang cukup lama karena pemberian makanan yang tidak memenuhi kebutuhan nutrisi anak.

Kualitas anak yang baik dapat dihasilkan dengan memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan untuk mencapai masa depan yang sempurna. *Stunting* adalah keadaan di mana bayi mengalami kekurangan gizi yang bertahan lama selama pertumbuhan dan perkembangan mereka. Skor z tinggi badan menurut umur (TB/U) kurang dari 2 standar deviasi (SD), menurut Standar Pertumbuhan WHO (2010). Jika tidak diobati dengan benar, *stunting* dapat menjadi masalah fatal bagi anak-anak. *Stunting* memiliki efek jangka pendek pada metabolisme tubuh, pertumbuhan fisik, kecerdasan, dan perkembangan otak (Handayani, Kapota, dan Oktavianto, 2019).

Salah satu faktor yang memengaruhi *stunting* adalah gizi makanan. Banyak masalah gizi, seperti *stunting*, gizi buruk, anemia gizi besi, kekurangan vitamin A, gangguan akibat kekurangan yodium, dan gizi tinggi, masih ada di banyak kota dan desa di Indonesia, menurut data yang dikumpulkan pada Riskesdas (2013). situasi nutrisi masyarakat. *Stunting*, juga dikenal sebagai kondisi gagal tumbuh pada anak balita yang tubuhnya terlalu pendek dibandingkan anak seusianya, masih merupakan masalah besar di negara ini.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2020, 22% atau 149,2 juta balita di seluruh dunia *stunting*. Dari 151 negara yang dilaporkan, Indonesia menduduki peringkat 115 (UNICEF et al., 2020). WHO juga menyatakan bahwa Indonesia adalah negara ketiga dengan prevalensi *stunting* tertinggi di Asia Tenggara (ASEAN) sebesar 24,4% atau 5,33

juta balita. Ini lebih tinggi dari Myanmar (35%) dan Timor Leste (48,8%), tetapi masih lebih rendah dari Vietnam (23%), Malaysia (17%), dan Thailand (16%). Untuk itu, negara kita berjuang untuk mengurangi kondisi ini, dengan target penurunan sebesar 14% pada tahun 2024 (Kemenkes RI, 2021).

WHO juga menyatakan bahwa Indonesia adalah negara ketiga dengan prevalensi stunting tertinggi di Asia Tenggara (ASEAN), dengan 24,4% atau 5,33 juta balita. Ini lebih tinggi dari Myanmar (35%) dan Timor Leste (48,8%), tetapi masih lebih rendah dari Vietnam (23%), Malaysia (17%), dan Thailand (16%). Dengan demikian, negara kita berusaha untuk mengurangi kondisi ini, dengan target penurunan sebesar 14% pada tahun 2024.

Di Takalar, masih ada stunting balita, terutama di daerah Bontokassi di kecamatan Galesong Selatan. Angka stunting di Kabupaten Takalar turun 3,4 persen dari 34,7 persen pada tahun 2021 menjadi 31,3 persen pada tahun 2022. Wilayah Bontokassi memiliki tingkat kesehatan tertinggi dengan 18,84% pada tahun 2022 (Dinkes Takalar, 2022). Seperti yang ditunjukkan oleh studi sebelumnya di Ghana Utara (azupogo and Halidu, 2022), penyebab utama stunting pada anak-anak berusia 24 hingga 59 bulan adalah kekurangan nutrisi. Makanan yang tidak sehat dapat mengganggu pertumbuhan dan meningkatkan risiko morbiditas dan kematian bayi dan anak kecil.

Studi oleh Abi Khalil, Hawi, dan Hoteit (2022) menemukan bahwa memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan anak dapat menghasilkan anak yang sehat. Studi tahun 2018 oleh Ridha Cahya Prakhasita menemukan bahwa pola makan yang tidak sehat adalah penyebab utama stunting, dan ada hubungan antara pola makan yang tidak sehat dan jenis makanan yang diberikan kepada balita yang kekurangan nutrisi.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menentukan hubungan antara pola makan dan asupan nutrisi balita stunting yang berusia antara 24 dan 59 bulan yang berada di wilayah kerja Puskesmas Bontokassi Kabupaten Takalar. Secara khusus, penelitian ini mengidentifikasi pola makan balita stunting, mengidentifikasi asupan nutrisi balita stunting, dan menganalisis hubungan antara pola makan dan stunting.

METODE

Desain, tempat dan waktu

Penelitian *cross-sectional* berkorelasi dengan jenis penelitian ini. Studi ini dilakukan dari Juli 2023 hingga Februari 2024 di Puskesmas Bontokassi di Kabupaten Takalar.

Jumlah dan cara pengambilan subjek

Penelitian ini melibatkan 180 anak balita yang berusia antara 24 dan 59 bulan yang tinggal di wilayah kerja Puskesmas Bontokassi. 64 anak balita yang berusia antara 24 dan 59 bulan dipilih sebagai sampel penelitian.

Pengolahan dan Analisis Data

Data identifikasi sampel diolah secara manual menggunakan Microsoft Excel, dan analisis dilakukan menggunakan program perhitungan SPSS menggunakan uji sudut simetri. Nama, jenis kelamin, tanggal lahir (tanggal, bulan, dan tahun) dan umur responden dikumpulkan melalui wawancara langsung.

Dengan menggunakan microtoice untuk mengukur tinggi badan, data tentang status gizi dikumpulkan; asupan zat gizi dikumpulkan melalui wawancara metode recall satu kali setiap dua puluh empat jam; dan pola makan dikumpulkan melalui wawancara menggunakan kuesioner *Child Feeding Questionnaire* (CFQ).

Uji *chi-kuadrat* digunakan untuk mengumpulkan data dari penelitian ini. Hasil menunjukkan bahwa ada pengaruh antara variabel independen dan variabel dependent, yang menunjukkan bahwa penelitian ini adalah signifikan secara statistik. Sebaliknya, tidak ada pengaruh antara variabel independen dan variabel dependent jika nilai p lebih besar dari 0,05, yang menunjukkan bahwa hipotesis nol tidak ditolak.

HASIL

Analisis Univariat

1. Distribusi Sampel Berdasarkan Umur terbanyak ialah 37-48 bulan berjumlah 28 orang (43,7%).
2. Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin *terbanyak ialah laki- laki berjumlah 37 orang (57,8%)*.
3. Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Energi terbanyak ialah katagori kurang berjumlah 34 orang (53.1%)
4. Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Protein terbanyak ialah katagori baik berjumlah 57 orang (89.1%).
5. Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Lemak terbanyak ialah katagori kurang 54 orang

(84.3%).

6. Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Karbohidrat ialah katagori baik 36 orang (56.2%).
7. Distribusi Sampel Berdasarkan Pola Makan terbanyak ialah katagori tidak tepat berjumlah 38 orang (59.3%).
8. Distribusi Sampel Berdasarkan *Stunting* terbanyak ialah katagori normal sebanyak 33 orang (51.5%).
9. Distribusi Sampel Berdasarkan Hubungan Pola Makan dengan *Stunting* terbanyak ialah katagori *stunting* sebanyak 25 orang (64.9%).
10. Distribusi Sampel Berdasarkan Hubungan Asupan Energi dengan *Stunting* terbanyak ialah katagori *stunting* 28 orang (90.3%).
11. Distribusi Sampel Berdasarkan Hubungan Asupan Protein dengan *Stunting* terbanyak ialah katagori normal sebanyak 31 orang (93.9%).
12. Distribusi Sampel Berdasarkan Hubungan Asupan Lemak dengan *Stunting* terbanyak ialah katagori *stunting* sebanyak 28 orang (90.3%).
13. Distribusi Sampel Berdasarkan Hubungan Asupan Karbohidrat dengan *Stunting* terbanyak ialah katagori normal sebanyak 30 orang (90.9%).

Analisis Bivariat

Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar subyek berumur 37-48 bulan, dengan rata-rata persentase 43.7% berjenis kelamin laki-laki. Hasil analisis pola makan dengan *stunting* ($p = 0.001 < 0.5$) maka ada hubungan dan efek antara pola makan dan *stunting*. Hasil analisis asupan energi dengan *stunting* menunjukkan bahwa nilai ($p = 0.000 < 0.5$) menunjukkan bahwa ada hubungan dan pengaruh antara asupan energi dan *stunting*.

Hasil analisis uji chi-square hubungan antara asupan protein dengan *stunting* didapatkan nilai ($p = 0.017 < 0.5$) maka terdapat hubungan serta pengaruh antara asupan protein dengan *stunting*. Hasil analisis asupan lemak dengan *stunting* ($p = 0.017 < 0.5$) maka terdapat hubungan serta pengaruh antara asupan lemak dengan *stunting*. Hasil analisis asupan karbohidrat dengan *stunting* ($p = 0.000 < 0.5$) maka terdapat hubungan serta pengaruh antara asupan karbohidrat dengan *stunting*.

PEMBAHASAN

Studi ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah menerapkan pola pemberian makan yang tepat untuk balita stunting, yang mencakup jenis makanan, jumlah asupan, dan jadwal makan anak. Meskipun demikian, meskipun pola makan anak diawasi, stunting masih dapat terjadi. Ibu harus mengawasi atau mengontrol pola makan anak yang tidak terkontrol, seperti memberikan snack yang berlebihan atau jajanan berlebihan.

Untuk memenuhi kekurangan makanan utama mereka, seseorang harus makan dua kali makanan selingan yang kaya nutrisi dan tiga kali makanan utama dalam satu hari. Studi ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara asupan energi dan stunting. Ini sejalan dengan penelitian sebelumnya (Iseu dan Andi, 2021), yang menemukan bahwa salah satu faktor yang berhubungan dengan stunting adalah asupan energi. Asupan energi berkorelasi dengan tingkat perkembangan anak stunting selain menyebabkan status gizi buruk.

Protein memiliki pengaruh yang sangat penting terhadap pertumbuhan balita, terutama fungsi protein untuk pertumbuhan, pembentukan komponen struktural, dan pembentukan antibodi. Penelitian ini menunjukkan bahwa walaupun ibu memperhatikan asupan protein balita mereka, mereka mungkin lupa untuk memberikan protein hewani juga.

Protein hewani yang kaya akan zat gizi sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, jadi bahkan jika anak-anak mengonsumsi jumlah protein yang cukup, mereka masih dapat mengalami stunting. Disebabkan oleh fakta bahwa lemak mengandung asam lemak esensial, yang memiliki fungsi untuk mengontrol kesehatan, lemak dikaitkan dengan status gizi TB/U.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk mengonsumsi makanan yang mengandung lemak hewani, seperti sosis, bakso, dan makanan ringan lainnya. Ini adalah salah satu alasan mengapa ada hubungan antara konsumsi lemak dan stunting.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa asupan karbohidrat sebagian orang masih kurang dari yang diperlukan tubuh mereka. Ini dapat terjadi karena sebagian besar subjek tidak makan banyak dan sebagian hanya minum susu saat lapar. Bukan hanya asupan makanan yang memengaruhi konsumsi karbohidrat, tetapi pengetahuan ibu, tingkat pendapatan keluarga, dan penyakit infeksi juga dapat memengaruhi konsumsi karbohidrat.

KESIMPULAN

Salah satu faktor utama yang menyebabkan stunting pada balita adalah pola makan yang tidak sehat. Kurang asupan gizi yang cukup pada anak-anak berusia 24 hingga 59 bulan adalah penyebab utama stunting. Di Wilayah Kerja Puskesmas Bontokassi Kabupaten Takalar, ada hubungan antara pola makan dan stunting pada anak-anak berusia 24 hingga 59 bulan. Penelitian menunjukkan bahwa asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat seseorang dikaitkan dengan stunting.

SARAN

Selanjutnya, diharapkan bahwa peneliti akan dapat melakukan penelitian tentang variabel tambahan yang berpotensi menyebabkan stunting pada anak dengan menggunakan sampel yang lebih besar dan melihat lebih banyak daerah. Untuk memastikan anak mereka cukup gizi, ibu dan orang tua harus lebih memperhatikan kecukupan nutrisi mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- [Kemenkes RI] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2015) *'Infodatin- Situasi Dan Analisis Gizi'*, Kemenkes RI, Pusat Data Informasi, Pp. 1-7.
- Almatsier, S. (2002). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gamedia Pustaka Utama.
- Andolina, N., Aatina Adhyatma, A., & History, A. (2023). *Jurnal Promotif Preventif Hubungan Pola Pemberian Makan Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Puskesmas Botania Relationship Between Feeding Patterns And Stunting In Toddlers Aged 24-59 Months At The Botania Health Center* Article Info Abstract / Abstrak (Vol. 6, Issue 3). [Http://Journal.Unpacti.Ac.Id/Index.Php/JPP](http://Journal.Unpacti.Ac.Id/Index.Php/JPP) (Diakses 05 Desember, 2023).
- Azupogo, F., Chapirah, J, R. Halidu. (2022). *The Association Between Dietary Diversity And Anthropometric Indices Of Children Aged 24-59 Months: A Cross-Section Study In Northern Ghana*. African Journal Of Food, Agroculture, Nutrition And Development. 20829-20844.
- Cahyaningsih, D.S. (2011). *Pertumbuhan Perkembangan Anak Dan Remaja*. Jakarta : TIM.
- Dayuningsih, Permasatari., T.A.E. & Supriyatna. N. (2020). *Pengaruh Pola Asuh Pemberian Makan Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita*. [Http://Jurnal.Fkm.Unand.Ac.Id/Index.Php/Jkma/](http://Jurnal.Fkm.Unand.Ac.Id/Index.Php/Jkma/) (diakses 4 desember 2023)
- Ernawati, F., Rosmalina, Y & Permanasari, Y. (2013). *Effect Of The Pregnant Women's Protein Intake And Their Baby Length At Birth To The Incidence Of Stunting Among Children Aged 12 Months*. Penelitian Gizi Dan Makanan, Vol.36 (1), Pp.1-11.

- Hasbi, D. M. (2017). *Kesehatan Dan Gizi Anak Usia Dini*. Modul 5 Diklat Dasar Dalam Jaringan (Daring) Bagi Pendidik PAUD.
- Kemkes, R. (2016a) 'Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) Tahun 2016'.
- Khulafa'ur Rosidah, L., Harsiwi, S., Dharma, A. K., Kediri, H., & Timur, J. (2017). *Hubungan Status Gizi Dengan Perkembangan Balita Usia 1-3 Tahun (Di Posyandu Jaan Desa Jaan Kecamatan Gondang Kabupaten Nganjuk)*. *Jurnal Kebidanan Dharma Husada Kediri* Vol. 6, Issue 2.
- Kurnia, R. (2015). *Pendidikan Gizi Untuk Anak*. *Educhild: Jurnal Pendidikan Sosial Dan Budaya*, Vol. 4(2), 109–114.
- Laila, A.N. Dkk . (2013). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pola Pemberian Makan Balita Di Puskesmas Kencong. *Journal Of Agromedicine And Medical Sciences*. Vol. 06 No.1. 15-17.
- Mantasia & Sumarni(2022). *Hubungan Riwayat Anemia Kehamilan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Galesong Kabupaten Takalar Tahun 2021*. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*. Vol.8 (1).
- Ni'mah, K., Nadhiroh, S. R., Kesehatan, D. G., & Kesehatan, F. (N.D.). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita*.
- Prakhasita, R. C. (2018). *Hubungan Pola Pemberian Makan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 12-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Tambak Wedi Surabaya*. Skripsi. Jurusan pendidikan Ners Universitas Airlangga.
- Purwani, E. And Mariyam (2013) 'Pola Pemberian Makan Dengan Status Gizi Pada Anak 1 Sampai 5 Tahun Di Kabuman Taman Pemalang', *Jurnal Keperawatan Anak*, volume 1(1), Pp.30-36.
- Par'i, M. Kholil, S.Wiyono., Harjatmi, TP.(2017). *Penilaian Status Gizi*. Pusat Pendidikan Sumberdaya Manusia Kesehatan. Jakarta. Kemenken RI.
- Qolbi, P. A., Munawaroh, M., & Jayatmi, I. (2020). *Hubungan Status Gizi Pola Makan Dan Peran Keluarga Terhadap Pencegahan Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan*. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*. Vol.10 (4).
- R. Mouliza, & Darmawi (2022). *Hubungan Pola Pemberian Makan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 12-59 Bulan Di Desa Arongan*. *Jurnal Biology Education*. Volume. 10 Nomor 1 Edisi Khusus 2022. 91–104.

- Riskesdes (2013) *Pokok-Pokok Hasil Riskesdes*. Jakarta. Penelitian dan Pengembangan Departemen Kesehatan.
- Suryawan, A. E., Ningtyias, F. W., Nur, M., (2022). *Hubungan pola asuh Pemberian Makan Dan Skor Keragaman Pangan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24–59 Bulan*. Ilmu Gizi Indonesia. Vol.6 (1), 23-34.
- Suryawan, A. E., Ningtyias, F. W., Nur, M., (2022). *Hubungan Pola Asuh Pemberian Makan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 3-5 Tahun Di Desa Tanjung Karang, Kabupaten Muara Enim*. Jurnal Ilmu Kebidanan. Vol. 1 (2).
- Sumarni & Mantasia (2022). *Hubungan Riwayat Anemia Kehamilan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Galesong Kabupaten Takalar Tahun 2021*. Jurnal Ilmiah Keperawatan. Vol. 8 (1).
- Sulistyoningsih, H. (2011) *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Septianan, R, Djannah, R.S.N. Dan Djamil, M.D. (2010). *Hubungan Antara Pola Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dan Status Gizi Balita Usia 6-24 Bulan*, KESMAS, Vol. 4(2), Pp. 76-143.
- WHO, Departemen of Health And Human Services. (2010). *The Seventh Report of The Joint National Commite on Prevention, Detection, Evaluation, And Treatment of Hight Blood Pressure*. Nasional Institutes of Heakth : National Hearth, Lung, and Blood Institute.
- Welasasih, B. D. Dan Wirjatmadi,R.B. (2008) *'Beberapa Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Balita Stunting'*, The Indonesian Journal Of Public Health, Vol. 8(3), Pp.99-104.