

HUBUNGAN POLA PEMBERIAN MAKAN DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA DI POSYANDU PANYURAK PUSKESMAS BUNTU BATU KAB. ENREKANG

Diet With Anemia Occurrence In Pregnant Women

Mutiara Sriandini. S¹, Nursalim², Lydia Fanny², Hikmawati Mas'ud²

¹Prodi Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Makassar

²Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar

mutiarasriandinis@poltekkes-mks.ac.id

Hp : 082259181152

ABSTRACT

Stunting is a growth and development disorder in toddlers caused by poor nutritional intake over a long period of time. The right diet in toddlers has an important role in the growth process of toddlers because the food consumed contains important nutrients, starting from pregnancy to the age of 24 months. The purpose of this study is to find out the relationship between feeding patterns and stunting incidents in toddlers in the work area of posyandu panyurak puskesmas buntu batu Kab. Enrekang.

This research uses quantitative design with a cross-sectional approach. Data is collected through a food frequency questionnaire (FFQ) and Food Recall to assess toddlers' eating patterns such as frequency, type and portion of food. The research population consists of 58 toddlers who are in the work area of posyandu panyurak puskesmas buntu batu Kab. Enrekang. Samples are selected using the purposive sampling method, the number of samples that meet the criteria is 32 samples. Diet data is collected using food frequency questionnaire (FFQ) and Food Recall, and analysed with chi-square test using Microsoft Excel.

The results of the study showed that as many as (87,5%) of toddlers had less frequency of eating, the results of the statistical test showed that the frequency of eating had no significant relationship with the occurrence of stunting ($p = 0,12$). Various types of food were found in 56.3% of toddlers, statistical test results showed that the type of eating had a significant relationship with the occurrence of stunting ($p = 0.002$). Meanwhile, the portion of food also shows that there is a significant relationship with the occurrence of stunting ($p = 0,009$), where toddlers with a fairly small portion of food experience stunting compared to those with less portions.

Suggestions for the public to increase their understanding of balanced nutrition early on, and for subsequent researchers to explore other variables such as parenting, income, or environmental sanitation that may also affect stunting events.

Keywords: *Stunting, Eating Frequency, Food Type, Meal Portion*

ABSTRAK

Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada balita yang disebabkan oleh asupan nutrisi gizi kurang pada jangka waktu yang lama. Pola makan yang tepat pada anak usia balita mempunyai peran penting pada proses pertumbuhan balita karena makanan yang dikonsumsi mengandung nutrisi penting, mulai dari masa kehamilan hingga usia 24 bulan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola pemberian makan dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja posyandu panyurak puskesmas buntu batu Kab. Enrekang.

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Data dikumpulkan melalui kuesioner food frequency questionnaire (FFQ) dan Food Recall untuk menilai pola makan balita seperti frekuensi, jenis dan porsi makan. Populasi penelitian terdiri 58 balita yang ada di wilayah kerja posyandu panyurak puskesmas buntu batu Kab. Enrekang. Sampel dipilih menggunakan metode purposive sampling, jumlah sampel yang memenuhi kriteria sebanyak 32 sampel. Data pola makan dikumpulkan menggunakan food frequency questionnaire (FFQ) dan Food Recall, dan dianalisis dengan uji chi-square menggunakan microsoft excel.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak (87,5%) balita memiliki frekuensi makan kurang, hasil uji statistik menunjukkan frekuensi makan tidak ada hubungan signifikan dengan kejadian stunting ($p = 0,122$). Jenis makanan beragam ditemukan pada 56,3% balita, hasil uji statistik menunjukkan jenis makan ada hubungan signifikan dengan kejadian stunting ($p = 0,002$). Sementara itu, porsi makan juga menunjukkan ada hubungan signifikan dengan kejadian stunting ($p = 0,009$), di mana balita dengan porsi makan yang cukup lebih sedikit mengalami stunting dibandingkan yang memiliki porsi kurang.

Saran bagi masyarakat untuk meningkatkan pemahaman tentang gizi seimbang sejak dini, dan bagi peneliti selanjutnya untuk mengeksplorasi variabel lain seperti pola asuh, pendapatan, atau sanitasi lingkungan yang mungkin turut memengaruhi kejadian stunting.

Kata kunci: Stunting, Frekuensi Makan, Jenis Makanan, Porsi Makan

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) tahun 2017, melaporkan prevalensi ibu hamil yang mengalami defisiensi kurang lebih 35-75% dan meningkat seiring bertambahnya usia kehamilan. Data yang tert Prevalensi balita stunting di Indonesia masih tinggi, dengan sekitar 9 juta balita atau lebih dari sepertiga jumlah balita menderita stunting. Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap stunting antara lain status gizi ibu, pemberian ASI eksklusif, kondisi bayi saat lahir, dan pendidikan ibu. Penelitian menunjukkan hubungan antara status pemberian ASI Eksklusif, status gizi ibu, dan pendidikan ibu

dengan kejadian stunting pada balita. Disarankan kepada tenaga kesehatan untuk meningkatkan promosi kesehatan dalam mencegah stunting (Wahyuni & dkk, 2022)

Pada tahun 2019, 21.9% dari balita di seluruh dunia mengalami stunting. Sebanyak 33.1% kasus stunting balita di dunia berasal dari Afrika, 31.9% dari Asia Tenggara, 24.7% dari Mediterania Timur, 6.5% dari Amerika, dan kasus terendah, yakni 6.4%, berasal dari Pasifik Barat. Indonesia tercatat sebagai negara ke-34 dari 50 negara dengan kasus stunting balita tertinggi di dunia, dan menduduki peringkat ke-6 di Asia Tenggara. Integrasi data Susenas Maret 2019 dengan Studi Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2019 menunjukkan bahwa prevalensi stunting balita di Indonesia mencapai 27.7%, masih di atas standar yang ditetapkan WHO sebesar 20%. Pemerintah menargetkan penurunan angka stunting menjadi 14% pada tahun 2024 menurut Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) (Kemenkes RI, 2019)

Pada tahun 2024, kabupaten Enrekang mencatat 18,11% balita mengalami stunting. Data Dinas Kesehatan Kabupaten Enrekang 2024, jumlah balita dari semua data puskesmas sekabupaten enrekang 13.232 balita dengan 2.396 yang mengalami stunting. Data yang diperoleh dari Puskesmas Buntu Batu Pada bulan 2024 angka kejadian stunting pada balita sebesar (27,92%).

Salah satu masalah kesehatan yang dialami oleh balita adalah stunting, yang terjadi ketika anak mengalami kekurangan asupan nutrisi dalam jangka waktu yang cukup lama. Hal ini menyebabkan gangguan pertumbuhan sehingga tinggi badan anak lebih pendek dari standar usianya. Penyebab stunting meliputi ketidakseimbangan asupan nutrisi dan masalah kesehatan lainnya yang terjadi selama 1000 hari pertama sejak kelahiran. Stunting adalah kondisi pertumbuhan anak yang tidak sesuai atau terhambat secara linier, yang ditandai dengan perkembangan otak, mental, dan kognitif yang tidak optimal. Ini menjadi salah satu masalah gizi yang serius, terutama di negara-negara miskin dan berkembang. (Hasbiah & dkk, 2021).

Stunting adalah kondisi paling umum dari kekurangan gizi, yang memengaruhi bayi sebelum dan setelah lahir, terkait dengan ukuran ibu, gizi selama kehamilan, dan pertumbuhan janin. stunting pada anak balita adalah salah satu indikator status gizi kronis yang mencerminkan gangguan sosial ekonomi secara keseluruhan pada masa lampau, dan pada 2 tahun awal kehidupan anak dapat memiliki dampak yang sulit untuk diperbaiki.

Salah satu faktor sosial ekonomi yang berpengaruh terhadap stunting adalah status ekonomi orang tua dan ketahanan pangan keluarga (Lebuan & dkk, 2023)

Proporsi masalah stunting lebih besar terjadi pada anak di bawah usia 2 tahun. Pada periode ini, anak biasanya mengalami pertumbuhan pesat baik dalam berat maupun tinggi badan. Setelah usia 6 bulan, anak mulai menerima Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dan perkembangan motorik kasarnya meningkat, sehingga kebutuhan gizinya bertambah. Periode hingga usia 24 bulan dianggap sebagai masa adaptasi untuk mulai mengonsumsi makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi (Setyawati, 2018).

METODE Desain, Tempat dan Waktu

Jenis penelitian yang digunakan adalah menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Yaitu penelitian dimana cara pengukuran variabel bebas (pola pemberian makan) dan variabel terikat (stunting) dalam waktu yang bersamaan yang bertujuan untuk menganalisa hubungan pola pemberian makan dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja posyandu panyurak puskesmas buntu batu kab. Enrekang. Penelitian ini dilaksanakan di posyandu panyurak puskesmas buntu batu dari Mei 2024 hingga April 2025.

Jumlah dan Cara Pengambilan Sampel

Populasi dalam penelitian ini melibatkan ibu hamil yang berjumlah 58 balita yang ada di wilayah kerja Posyandu Panyurak Puskesmas Buntu Batu Kab. Enrekang. Jumlah sampel diambil menggunakan metode *Purposive sampling* dan berdasarkan Kriteria inklusi dan eksklusi yang telah memenuhi kriteria berjumlah 32 balita usia 6-23 bulan.

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Jenis data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer mencakup informasi identitas sampel, dan pola makan responden dikumpulkan dengan cara wawancara menggunakan kuesioner *FFQ (Food Frequency Questionaer)* dan *food recall*. Sementara itu, data sekunder meliputi data antropometri diperoleh dari data Puskesmas Buntu Batu Kab. Enrekang.

Pengolahan dan Analisis Data

Data yang telah diperoleh dari responden dikelompokkan sesuai identitas yaitu nama ibu, nama balita, umur ibu, umur balita, Pendidikan terakhir ibu, pekerjaan ibu, jenis kelamin balita, berat badan balita dan tinggi badan balita yang telah dikumpulkan kemudian diolah secara manual menggunakan *Microsoft Excel*. Data pola makan

diperoleh melalui kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) dan food recall yang dirancang untuk mengukur pemahaman responden mengenai pola makan balita. Penilaian dilakukan dengan pemberian skor untuk FFQ jika >3/hari diberi nilai skor 50, 1x/hari diberi nilai skor 25, 3-6x/minggu diberi nilai skor 15, 1-2x/minggu diberi nilai skor 10, dan tidak pernah diberi nilai skor 0. Pemberian skor untuk food recall Cukup : jika jawaban responden Usia 6-8 bulan : 125ml, Usia 9-11 bulan : 200ml, Usia 12-23 bulan : 250ml, Kurang : jika jawaban responden tidak memenuhi porsi makan balita: Usia 6-8 bulan : <125ml, Usia 9-11 bulan : <200ml, Usia 12-23 bulan : <250ml.

Seluruh data tersebut kemudian diinput ke dalam komputer, diolah menggunakan *Microsoft Excel*, dan dianalisis lebih lanjut dengan menggunakan program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*).

HASIL

Distribusi sampel berdasarkan umur menunjukkan bahwa sebagian besar sampel berada pada rentang usia 12–23 bulan yaitu sebanyak 21 balita (65,6%), usia 9–11 balita sebanyak 6 balita (18,8%). Dari hasil analisis FFQ dan food recall, distribusi sampel berdasarkan frekuensi makan Sebagian besar balita yaitu 87.5% (28 balita) memiliki frekuensi makan yang kurang, sedangkan 12.5% (4 balita) memiliki frekuensi makan yang baik, distribusi sampel berdasarkan jenis makan Sebagian besar balita yaitu 56.3% (18 balita) memiliki jenis makan beragam, sedangkan 43.8% (14 balita) memiliki jenis makan yang tidak beragam. Distribusi sampel berdasarkan porsi makan Sebagian besar balita yaitu 56.3% (18 balita), memiliki porsi makan yang kurang, sedangkan 43.8% (14 balita) memiliki porsi makan yang tidak cukup.

. Hal ini menunjukkan lebih dari separuh responden belum memenuhi prinsip gizi seimbang dalam pola makan sehari-hari. Berdasarkan hasil pemeriksaan antropometri, ditemukan bahwa 21 sampel (65,6%) normal, sedangkan 11 sampel (34,4%) pendek. Angka ini mengindikasikan prevalensi stunting yang masih tinggi pada balita di wilayah penelitian.

PEMBAHASAN

Berdasarkan Hasil analisa data dengan menggunakan *uji chi square test* frekuensi makan diperoleh $p\text{ value} = 0,122$ yang berarti lebih besar dari $\alpha = 0,05$ dengan demikian H_0 diterima. Dalam hal ini dikatakan bahwa tidak ada hubungan frekuensi makan dengan kejadian stunting pada balita di posyandu panyurak Puskesmas Buntu Batu Kab. Enrekang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fazilah (Barat, n.d.) hasil analisis didapatkan nilai $p = 0,740$ ($p > 0,05$). Sehingga secara statistik dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara frekuensi makan dengan kejadian stunting pada balita.

Berdasarkan analisa jenis makan diperoleh $p\text{ value} = 0,002$ yang berarti lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ dengan demikian H_a diterima. Dalam hal ini dikatakan bahwa ada hubungan jenis makan dengan kejadian stunting pada balita di posyandu panyurak Puskesmas Buntu Batu Kab. Enrekang. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Darmini & dkk, 1980) di Puskesmas Kintamani V, Bali, yang menemukan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dan kejadian stunting pada balita ($p = 0,000$). Penelitian tersebut, ibu dengan pengetahuan baik tentang gizi seimbang cenderung memberikan makanan yang lebih bervariasi dan bergizi kepada anak, sehingga kejadian stunting lebih rendah.

Berdasarkan analisa porsi makan diperoleh $p\text{ value} = 0,009$ yang berarti lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ dengan demikian H_a diterima. Dalam hal ini dikatakan bahwa ada hubungan porsi makan dengan kejadian stunting pada balita di posyandu panyurak Puskesmas Buntu Batu Kab. Enrekang. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Fadliana (Sains, 2022), yang menemukan bahwa jumlah makan yang kurang baik meningkatkan risiko kejadian stunting dibandingkan dengan jumlah makan yang baik ($p = 0,006$). Oleh karena itu, kecukupan porsi makan menjadi faktor penting yang perlu diperhatikan dalam upaya pencegahan stunting pada balita.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa Tidak ada hubungan signifikan Frekuensi makan dengan kejadian stunting pada balita dan ada hubungan jenis makan dengan kejadian stunting pada balita dan ada hubungan porsi makan dengan kejadian stunting pada balita di posyandu Panyurak Puskesmas Buntu Batu Kab. Enrekang.

SARAN

Bagi masyarakat diharapkan lebih memerhatikan pola makan yang memenuhi prinsip gizi seimbang. Bagi peneliti lain, dapat melakukan penelitian lanjutan dengan meneliti variabel variabel lainnya yang bisa mempengaruhi kejadian stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala Puskesmas Buntu Batu beserta seluruh staf dan tenaga kesehatan yang telah memberikan izin, dukungan, dan bantuan selama proses pengumpulan data penelitian. Dukungan dan bantuan dari pihak puskesmas sangat berarti dalam menyelesaikan skripsi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Endang Sri Wahyuni, & Nawasari Indah Putri. (2022). Sosialisasi Pencegahan Stunting Di Desa Banjar Negara Kecamatan Baradatu. *Jompa Abdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 1–7. <https://doi.org/10.55784/Jompaabdi.V1i3.162>
- Kemenkes RI. (2019). Laporan Pelaksanaan Integrasi Susenas Maret 2019 Dan SSGBI Tahun 2019. *Badan Pusat Statistik, Jakarta - Indonesia*, 1–69.
- Hasbiah, H., Widyarni, A., & Inayah, H. K. (2021). Hubungan Pengetahuan , Pendapatan Keluarga Dan Pola Asuh Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Pekauman Kota Banjarmasin Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan UNISKA*, 1–11.
- gnes Kurniati Senona Lebulan, Muhammad Syafar, & Nur Hartati. (2023). Hubungan Pola Pemberian Makan Pada Balita Stunting Di Puskesmas Di Flores Timur. *Inhealth : Indonesian Health Journal*, 2(2), 94–110. <https://doi.org/10.56314/Inhealth.V2i2.151>
- Setyawati, V. A. V. (2018). Kajian Stunting Berdasarkan Umur Dan Jenis Kelamin Di Kota Semarang. *Prosiding University Research Colloquium*, 834–838.

Darmini, N. W., Fitriana, L. B., & Vidayanti, V. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 2-5 Tahun Pendahuluan* (April 2022), 160–165.

Sains, J. P. (2022). *Stunting Pada Balita Di Desa Arongan Kab Aceh Barat*