



KORELASI POLA MAKAN DAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA USIA 3-5 TAHUN DI INDONESIA

Novia Nuraini¹, Jomima Batlajeri², Eros Siti Suryati³ dan Hamidah⁴

^{1,2,3,4} Politeknik Kesehatan Jakarta 3 Jurusan Kebidanan
E-mail¹: n2p_bunga@yahoo.co.id

Abstract

Stunting is a disorder of growth and development of children due to chronic malnutrition and recurrent infections, which is characterized by or height is below standard. The period of 0-5 years is a very important period in life which is called the golden period in this period there is very rapid growth and development which will affect a child's future. Objectives Identify characteristics related to stunting incidents, identify eating patterns in toddlers aged 3-5 years, identify the correlation between eating patterns and stunting incidents. Methods: This study is a quantitative research type with a cross-sectional correlation approach. The population in this study were 97 toddlers. The sample in this study was 97 toddlers. Total sampling was taken with a research instrument using a questionnaire sheet. Results: Shows a high incidence of stunting as many as 44 toddlers representing (45.4%). Toddlers have poor eating patterns (69.1%). The results of the square test analysis $P = 0.001$. Conclusion: There is a relationship between toddler eating patterns and stunting incidents in the Bogor Health Center area. Suggestion: For health workers at the Health Center, provide more education and counseling regarding healthy and balanced eating patterns.

Keywords: Stunting, Toddlers, Diet Patterns

Abstrak

Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan atau tinggi badannya berada di bawah standar. Masa 0 - 5 tahun adalah periode yang sangat penting dalam kehidupan yang disebut periode emas pada periode ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat yang akan mempengaruhi masa depan seorang anak. Tujuan Mengidentifikasi karakteristik terkait kejadian stunting, mengidentifikasi pola makan pada balita usia 3-5 tahun, mengidentifikasi korelasi pola makan dan kejadian stunting. **Metode** : Penelitian termasuk jenis penelitian kuantitatif bersifat korelasi ancasan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 97 balita. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 97 balita. Diambil secara total sampling dengan instrumen penelitian menggunakan lembar kuesioner. **Hasil** : Menunjukkan kejadian stunting tinggi sebanyak 44 balita yang mewakili (45.4%). Balita memiliki pola makan kurang baik (69.1%). Hasil analisis uji square $P = 0.001$. **Kesimpulan** : Ada hubungan pola makan balita dan kejadian stunting di wilayah Puskesmas Kota Bogor . **Saran** : Bagi tenaga kesehatan di Puskesmas lebih memberikan edukasi dan penyuluhan mengenai pola makan yang sehat dan seimbang.

Katakunci: Stunting, Balita, Pola makan

Pendahuluan

Stunting merupakan kondisi kronis yang menggambarkan terhambatnya pertumbuhan disebabkan kurangnya asupan makanan dalam jangka panjang (Iis Rosita, 2023). Stunting adalah kondisi dimana tinggi badan seseorang lebih pendek dari standar normal sesuai dengan usia dan jenis kelaminnya. Pengukuran tinggi badan merupakan salah satu metode pemeriksaan antropometri yang mencerminkan status gizi seseorang dalam waktu yang panjang (dr. Aryu, 2020).

Usia balita merupakan masa di mana proses pertumbuhan dan perkembangan terjadi sangat cepat. Pada masa ini balita membutuhkan asupan zat gizi yang cukup dalam kuantitas dan kualitas yang lebih banyak, karena pada umumnya aktivitas fisik yang cukup tinggi dan masih dalam proses belajar. Apabila asupan zat gizi tidak terpenuhi maka pertumbuhan fisik dan intelektualitas balita akan mengalami gangguan, yang akhirnya akan menyebabkan mereka menjadi generasi yang hilang (lost generation) dan dampak yang luas, negara akan kehilangan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas (Wirjatmadi, 2012). Menurut WHO pada tahun 2022 estimasi prevalensi angka global dan regional jumlah keseluruhan kasus penyakit yang terjadi Stunting (balita kerdil) diseluruh dunia sebesar 22,3% atau sebanyak 148,1 juta anak balita (WHO, 2022). Indonesia tahun 2023 sebesar 21,6% sementara target yang ingin dicapai pemerintah adalah 14% pada tahun 2024. Dan Target penurunan angka prevalensi Stunting yang ditetapkan Bahan Kesehatan Dunia (WHO) yaitu di bawah 20%. Prevalensi ketidakcukupan konsumsi pangan di Indonesia, merupakan suatu kondisi di mana seseorang, secara regular, mengkonsumsi jumlah makanan yang tidak cukup untuk menyediakan energi yang dibutuhkan untuk hidup normal, aktif, dan sehat.

Indonesia yang mengalami ketidakcukupan konsumsi pangan di Indonesia, ada 23 provinsi yang mengalami ketidakcukupan konsumsi pangan lebih dari angka Indonesia. Sebagian besar ada di wilayah Indonesia Timur.

Peningkatan Prevalence of Undernourishment (PoU) (Prevalensi ketidakcukupan konsumsi pangan) pada tahun 2020 - 2021 sejalan dengan peningkatan kemiskinan, dimana persentase penduduk miskin telah mengalami peningkatan sebesar 0,6 tahun 2021 menjadi 10,14% atau dari 26,42 juta jiwa tahun 2020 menjadi 27,54 juta jiwa tahun 2021, hal ini sebagai dampak terjadinya pandemi Covid-19 mulai Maret 2020 di Indonesia hingga tahun 2021 (IKPS, 2023, hal. 5). Menurut puskesmas Kota Bogor pada tahun 2023 yaitu sebanyak 6,8%, tertinggi setelah puskesmas Rumpin 6,1% dan puskesmas Sukaharja yaitu 4,3% (Hasdiana, 2023).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka dirumuskan masalah penelitian yaitu bagaimana Kolerasi Pola Makan dan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 3-5 Tahun di Puskesmas Kabupaten Bogor.

Metode

Metode yang digunakan pada penelitian ini kuantitatif bersifat korelasi dengan rancangan *cross sectional* dimana peneliti ingin mengetahui Korelasi Pola Makan dan Kejadian Stunting Pada Balita usia 3 - 5 tahun diwilayah kerja Puskesmas, sasaran penelitian 97 balita, teknik dan instrument pengumpulan data yang digunakan dengan infantometer untuk mengukur panjang anak usia dibawah 2 tahun dan lembar kuisisioner pola pemberian makan,teknik analisis data dengan univariat dan bivariat menggunakan rumus *Chi Square* . Tempat puskesmas Kabupaten Bogor pada bulan agustus - oktober 2024.

Hasil

Hasil penelitian adalah:

1. **Gambaran kejadian Stunting**

Tabel 1
Gambaran Katagorikal Kejadian Stunting

<i>Kejadian Stunting</i>	<i>Frequency</i>	<i>Percent (%)</i>
Tinggi	44	45,4
Rendah	53	54,6
<i>z</i>	97	100

Sumber: Data riset

Ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari balita dalam penelitian ini mengalami stunting pada tingkat yang lebih tinggi. Kejadian Stunting Rendah: Sebanyak 53 balita mengalami kejadian stunting rendah, yang mencakup 54.6% dari total responden. Ini berarti lebih dari separuh balita dalam penelitian ini memiliki kejadian stunting yang lebih rendah. Jumlah total responden adalah 97. Persentase kumulatif menunjukkan bahwa setelah kategori "Kejadian Stunting Tinggi", kumulatifnya adalah 45.4%, dan setelah menambahkan kategori "Kejadian Stunting Rendah", kumulatifnya mencapai 100%.

2. Gambaran Pola makan

Tabel 2
Gambaran Katagorikal Kejadian Stunting

Gambaran Pola Makan Balita	Frequency	Percent (%)
Baik	30	69,1
Kurang	67	30,9
<i>z</i>	97	100

Sumber: Data riset

Pola Makan Kurang: Sebanyak 67 balita memiliki pola makan yang dikategorikan sebagai "Kurang", yang mewakili 69.1% dari total responden. Pola Makan Baik : Hanya 30 balita yang memiliki pola makan yang dikategorikan sebagai "Baik", yang mencakup 30.9% dari total responden. Ini berarti kurang dari sepertiga balita memiliki pola makan yang dianggap baik. Jumlah total responden adalah 97. Persentase valid dan kumulatif sama dengan persentase frekuensi, menunjukkan bahwa tidak ada data yang hilang atau dikeluarkan untuk variabel ini. Persentase kumulatif menunjukkan bahwa setelah kategori "Kurang", kumulatifnya adalah 69.1%, dan setelah menambahkan kategori "Baik", kumulatifnya mencapai 100%.

3. Hubungan Pola Makan dengan kejadian Stunting

Hubungan Pola Makan Balita Terhadap Kejadian Stunting			Kejadian Stunting		Total
			Kejadian Stunting Tinggi	Kejadian Stunting Rendah	
Kategori Pola Makan	20-24	% within Kategori Pola Makan	49.3%	50.7%	100.0%
	Kurang	% within Kategori VAR Y	75.0%	64.2%	69.1%
		% of Total	34.0%	35.1%	69.1%
		25-28	% within Kategori Pola Makan	36.7%	63.3%
	Baik	% within Kategori VAR Y	25.0%	35.8%	30.9%
		% of Total	11.3%	19.6%	30.9%
Total	% within Kategori Pola Makan	45.4%	54.6%	100.0%	
	% within Kategori VAR Y	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	45.4%	54.6%	100.0%	

Sumber: Data riset

Pola Makan "Kurang" (20-24): Dari 67 balita yang pola makannya dikategorikan sebagai kurang, 33 balita (atau 49.3%) mengalami kejadian stunting tinggi, sementara 34 balita (atau 50.7%) mengalami kejadian stunting rendah. Proporsi balita dengan pola makan kurang yang mengalami kejadian stunting tinggi adalah 75.0% dari total kejadian stunting tinggi, sedangkan yang mengalami stunting rendah adalah 64.2% dari total kejadian stunting rendah. Dari seluruh sampel penelitian (97 balita), balita dengan pola makan kurang yang mengalami kejadian stunting tinggi berkontribusi 34.0% dari total keseluruhan, sedangkan yang mengalami kejadian stunting rendah berkontribusi 35.1%. Pola Makan "Baik" (25-28): Dari 30 balita yang pola makannya dikategorikan sebagai baik, 11 balita (atau 36.7%) mengalami kejadian stunting tinggi, sementara 19 balita (atau 63.3%) mengalami kejadian stunting rendah. Proporsi balita dengan pola makan baik yang

mengalami kejadian stunting tinggi adalah 25.0% dari total kejadian stunting tinggi, sedangkan yang mengalami stunting rendah adalah 35.8% dari total kejadian stunting rendah. Dari seluruh sampel penelitian (97 balita), balita dengan pola makan baik yang mengalami kejadian stunting tinggi berkontribusi 11.3% dari total keseluruhan, sedangkan yang mengalami kejadian stunting rendah berkontribusi 19.6%.

Data secara keseluruhan: Secara keseluruhan, dari 97 balita, 44 balita (atau 45.4%) mengalami kejadian stunting tinggi, dan 53 balita (atau 54.6%) mengalami kejadian stunting rendah. Persentase kejadian stunting tinggi dan rendah masing-masing adalah 45.4% dan 54.6% dari total keseluruhan balita dalam penelitian.

Berdasarkan data yang terangkum dari data tabulasi silang ini, dapat disimpulkan bahwa ada variasi dalam pola makan balita terhadap kejadian stunting. Balita dengan pola makan yang dikategorikan sebagai "kurang" cenderung memiliki proporsi lebih tinggi mengalami kejadian stunting tinggi dibandingkan dengan balita dengan pola makan "baik."

Hal ini mengindikasikan bahwa pola makan berperan penting dalam kejadian stunting, di mana pola makan yang kurang baik berpotensi meningkatkan risiko stunting pada balita. Temuan ini dapat menjadi dasar untuk intervensi gizi yang lebih baik guna mengurangi prevalensi stunting.

Pembahasan

Kejadian stunting tinggi dialami oleh 45.4% balita, yang mengindikasikan masalah pertumbuhan yang signifikan di antara sebagian besar populasi balita yang diteliti. Sebagian Besar Balita Mengalami Stunting Rendah: Dengan 54.6% balita mengalami stunting rendah, ini menunjukkan bahwa meskipun ada tingkat stunting yang lebih rendah, masih ada kejadian stunting yang perlu diperhatikan. Hasil ini memberikan Implikasi untuk Kesehatan Masyarakat: Tingginya angka kejadian stunting menunjukkan perlunya intervensi kesehatan masyarakat yang lebih kuat untuk mencegah dan mengurangi stunting di masa depan. Ini bisa melibatkan program gizi yang lebih baik, pemeriksaan kesehatan rutin, dan pendidikan bagi orang tua mengenai pentingnya pertumbuhan dan perkembangan anak. Mayoritas balita memiliki pola makan yang kurang baik dan hampir setengah dari mereka mengalami stunting tinggi.

Hasil ini menunjukkan adanya kebutuhan yang mendesak untuk intervensi nutrisi dan kesehatan untuk meningkatkan status gizi dan pertumbuhan balita. Program kesehatan masyarakat yang efektif dan dukungan gizi dapat membantu mengatasi masalah ini dan meningkatkan kesehatan serta perkembangan anak-anak di masa depan. Pola Makan: Frekuensi dan Porsi Makan: Pola makan mencakup seberapa sering balita makan dan seberapa banyak porsi makanan yang diberikan. Pola makan yang tidak teratur, seperti makan dengan frekuensi yang kurang atau porsi yang tidak memadai, dapat menyebabkan defisit kalori dan protein, yang penting untuk pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif. Kebiasaan Makan: Kebiasaan makan yang baik, seperti pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama, diikuti dengan makanan pendamping ASI yang tepat, sangat penting dalam mencegah stunting. Ketika kebiasaan makan tidak sehat, seperti memberikan makanan yang rendah nutrisi atau terlalu dini memberikan makanan padat yang tidak sesuai, risiko stunting meningkat.

Faktor-faktor di atas Dominan dalam Kejadian Stunting: Multidimensionalitas Stunting: Stunting adalah masalah multidimensional yang melibatkan berbagai faktor seperti status sosial ekonomi, pola asuh, akses ke layanan kesehatan, serta ketersediaan dan aksesibilitas makanan bergizi. Jenis makanan, pola makan, dan jumlah tanggungan secara langsung mempengaruhi gizi balita dan kesehatan secara keseluruhan.

Interaksi Faktor-faktor Ini: Ketiga faktor ini saling berinteraksi dan memperkuat satu sama lain. Misalnya, jenis makanan yang dikonsumsi dipengaruhi oleh pola makan, yang pada gilirannya dipengaruhi oleh jumlah tanggungan dalam keluarga. Jika keluarga memiliki banyak tanggungan dan sumber daya terbatas, mereka mungkin memilih jenis

makanan yang lebih terjangkau tetapi kurang bergizi, yang memperburuk pola makan dan meningkatkan risiko stunting.

Relevansi Terhadap Kejadian Stunting: Studi menunjukkan bahwa di banyak komunitas, terutama di wilayah dengan keterbatasan ekonomi, jenis makanan dan pola makan serta jumlah tanggungan keluarga merupakan prediktor penting kejadian stunting. Hal ini karena ketiga faktor tersebut langsung berpengaruh pada kecukupan asupan gizi dan pertumbuhan anak balita.

Jenis makanan berpengaruh 29,4%. Kemudian Pola Makan menunjukkan koefisien positif yang relatif lebih besar (0.301) atau 30,1%, yang menunjukkan adanya hubungan positif yang sedang antara pola makan dan Kejadian Stunting, meskipun tidak signifikan secara statistik ($p > 0.05$, namun mendekati 0.05, dan jumlah tanggungan berpengaruh terhadap kejadian stunting sebesar 12,2%. Jenis Makanan, Pola Makan, dan Jumlah Tanggungan Menjadi Faktor Dominan dalam Kejadian Stunting: Jenis Makanan: Kualitas Nutrisi: Jenis makanan yang dikonsumsi balita secara langsung mempengaruhi asupan nutrisi mereka. Makanan yang kurang kaya nutrisi, seperti kurangnya asupan protein, vitamin, dan mineral, dapat menyebabkan kekurangan gizi yang berujung pada stunting. Sebaliknya, jenis makanan yang seimbang dan kaya akan nutrisi esensial mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Ketersediaan dan Aksesibilitas: Jenis makanan yang tersedia dan mudah diakses oleh keluarga juga berpengaruh. Di beberapa daerah, akses terhadap makanan bergizi mungkin terbatas karena faktor ekonomi atau geografis, yang dapat memengaruhi pilihan jenis makanan untuk balita.

Dengan demikian, jenis makanan, pola makan, dan jumlah tanggungan menjadi faktor dominan dalam kejadian stunting karena mereka memiliki dampak langsung terhadap status gizi dan kesehatan balita, yang merupakan determinan utama pertumbuhan dan perkembangan anak.

Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan dengan pola makan yang baik dapat menurunkan angka stunting dan saran peningkatan edukasi gizi dan pola makan untuk petugas kesehatan dan kader. Dilakukannya pemberdayaan keluarga dengan cara adanya pelatihan pengolahan makanan lokal di puskesmas atau di posyandu.

Daftar Pustaka

Artikel, T. (2024). Rembuk Stunting Kota Tangerang Tahun 2024 Upayakan Angka Stunting di Bawah Nasional.

Ascarya. (2013). *Ascarya*.

Azis, Y. A. (2023). *Deepublish*.

Banjarmasin, M. (2021). *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*.

dr. Aryu, C. (2020). *EPIDEMIOLOGI STUNTING*. Semarang: universitas diponegoro.

dr. Desi Fajar Susanti, M. S.-R. (2022, agustus jumat). Mengenal Apa Itu Stunting. hal. 1.

Hasdiana, U. (2018). Prevalensi stunting pendek dan sangat pendek. *Analytical Biochemistry*, 1.

Helmyati, & PKGM, U. (2022). *Mengenal Stunting: Deteksi Dini, Dampak, dan Pencegahannya*.

Hina, S. B. (2021). *Jurnal Pangan Gizi dan Kesehatan*.

- Iis Rosita, A. I. (2023). *Prosiding TIN PERSAGI 2023: 141-146*.
- Iis Rosita, A. I. (2023). Gambaran Asupan Gizi Anak Balita Stunting di Poli Konseling Gizi RSUD. Hasan Sadikin Bandung. *Prosiding TIN PERSAGI 2023: 141-146*, 3.
- IKPS. (2023). Hasil Perhitungan IKPS Nasional dan Provinsi tahun 2022. *Indeks Khusus Penanganan Stunting*, 1.
- KEMENKES, K. K. (2014). *Kementerian Kesehatan Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan masyarakat*.
- kemenkes, w. d. (2023). *12 Penyebab Stunting Menurut WHO dan Kemenkes _ Crystal Sea*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Cegah Stunting dengan Perbaikan Pola Makan, Pola Asuh dan Sanitas. *Kementerian Kesehatan RI*.
- Nasution, I. S. (2022). *FLORONA : Jurnal Ilmiah Kesehatan*.
- Nugroho, M. R. (2023). *Jurnal Ilmiah Pengabdian Masyarakat Bidang Kesehatan (Abdigemas)*.
- Priatna, A. (2024). *Jurnal Pendidikan Siber Nusantara (JPSN)*.
- Purnama, Y. (2022). *Jurnal Ilmiah Mandala Education*.
- Pusat Pemerintahan Provinsi, B. (2023). Laporan Penyelenggaraan Percepatan Penurunan Stunting. 2.
- Rochmah, F. (2023). *Triwikrama: Jurnal Multidisiplin Ilmu Sosial*.
- Salma. (2022). *Deepublish*.
- Salsa Billa, C. F. (2023). *Journal Of Social Science Research*.
- Sisy Rizkia, P. (2020). *British Medical Journal*.
- Sugiyono. (2013). *Pengertian Teknik Pengumpulan Data Menurut Para Pengertian Secara Umum*.
- Sulistyoningsih, H. (2019). *Pengertian, Komponen dan Pengaturan Pola Makan*.
- Valencia, V. (2019). *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.
- WHO. (2022). Perkiraan malnutrisi anak gabungan. *Who.Int*, 1.
- Wirjatmadi, B. D. (2012). Beberapa Faktor yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita Stunting. *Penelitian*, 1.
- Yusup, F. (2018). *Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif*.