



Contents list available at JKP website

Jurnal Kesehatan Perintis

Journal homepage: <https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/JKP>



Kebiasaan Makan pada Balita Stunting di Kecamatan Grogol Kabupaten Kediri

Dian Kumalasari*, Umianita Risca Wulandari

Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata, Jawa Timur, Indonesia

Article Information :

Received 16 May 2024; Accepted 28 June 2024; Published online 30 June 2024

*Corresponding author: dian.kumalasari@iik.ac.id

ABSTRAK

Stunting masih menjadi permasalahan dalam gizi anak, walaupun angka kejadian sudah menurun akan tetapi masih menjadi prioritas masalah dikarenakan pemerintah menetapkan target angka stunting ini sebesar 14% di tahun 2024. Salah satu faktor dari ibu adalah perilaku atau kebiasaan pemberian makan yang kurang baik dimana ibu belum memberikan asupan gizi yang baik dan cukup. Penelitian ini memiliki tujuan menganalisis kebiasaan makan pada anak pada balita stunting. Metode penelitian menggunakan rancangan penelitian case kontrol. Pada penelitian ini variabel independen adalah pola konsumsi makanan, sedangkan variabel dependen stunting. Penelitian ini lakukan di Posyandu wilayah kerja Kecamatan Grogol pada bulan Februari 2024 dengan jumlah responden sebanyak 30 balita stunting dan 30 balita normal. Instrument penelitian menggunakan microtoise klasifikasi status gizi dan kuesioner pola pemberian makanan. Hasil penelitian menunjukkan kebiasaan makan yang tepat memiliki pengaruh yang signifikan (p value 0,04). Kesimpulan dari penelitian ini adalah kebiasaan makan yang tidak tepat meningkatkan peluang terjadinya stunting.

Kata kunci : Kebiasaan makan, balita, stunting

ABSTRACT

Stunting is still a problem in child nutrition, although the incidence rate has decreased, it is still a priority problem because the government targets the stunting rate to be 14% by 2024. One of the factors is the mother or poor parenting, especially feeding behavior where the mother does not provide good and sufficient nutritional intake for the child. The aim of this research is to analyze the eating habits of stunted children under five. The research method uses a case control research design. In this study the independent variable is food consumption patterns, while the dependent variable is stunting. Location of This research at Posyandu in the working area of Grogol District in February 2024 with a total of 30 stunting toddlers and 30 normal toddlers. The research instrument used Microtoise to classify nutritional status based on the TB/U indicator, using the TB anthropometric index with a Z score threshold and the Feeding Pattern Questionnaire. The research results show that maternal characteristics such as age, education do not have a significant influence on the incidence of stunting, while income and habits have a significant influence (p value 0,04). The conclusion of this research is that inappropriate eating habits increase the chances of stunting in children.

Keywords: Eating habits, toddlers, stunting

PENDAHULUAN

Stunting di Indonesia masih menjadi prioritas permasalahan dalam gizi, walaupun dari setiap tahun mengalami penurunan. Hal ini dikarenakan akibat jangka panjang dari kejadian stunting adalah pertumbuhan dan perkembangan anak di masa selanjutnya. Angka stunting di Indonesia menurut Survey Status Gizi (SSGI) mencapai 21,6% di tahun 2022. Prevalensi stunting ini sebenarnya sudah menurun dari tahun 2013 sampai tahun 2022, akan tetapi masih menjadi prioritas dikarenakan pemerintah menetapkan target angka stunting ini sebesar 14% di tahun 2024. Di provinsi Jawa Timur angka stunting mengalami penurunan sebesar 3% pada tahun 2021 sampai 2022 yaitu dari 23,5% menjadi 19,2%. Meskipun terjadi penurunan tetap harus dilihat populasi anak di wilayah Jawa Timur yang relatif besar. Di Kabupaten Kediri prevalensi stunting mencapai angka 7,9% (Kabupaten Kediri, 2023). Angka tersebut masih perlu diturunkan lagi sesuai dengan target yang sudah ditetapkan yaitu zero digit stunting.

Gizi buruk pada balita adalah salah satu dari beberapa faktor yang memberikan pengaruh terhadap kejadian stunting. Pada awal kehidupan anak (1000 hari pertama) menjadi awal permasalahan gizi dimulai apabila terjadi kekurangan gizi dalam waktu yang lama. Akses terhadap makanan yang mengandung gizi yang cukup, konsumsi vitamin dan mineral, serta keanekaragaman makanan yang mengandung sumber protein baik nabati maupun hewani merupakan penyebabnya. Kemudian faktor dari yang berasal dari ibu seperti pola asuh yang kurang tepat seperti perilaku pemberian makanan dengan pemenuhan gizi yang cukup dan seimbang untuk anak (Budiarti & Suliyawati, 2022)

Beberapa akibat yang muncul sistem imunitas menjadi lemah sehingga tubuh mudah terkena berbagai infeksi seperti pneumonia dan diare. Akibat yang lain seperti kemampuan kognitif, psikomotor, motorik menurun, sehingga menurunkan prestasi akademik. Efek jangka panjang maupun pendek dari stunting ini bisa terjadi apabila tidak segera ditangani seperti produktivitas

dan pendapatan menurun pada saat dewasa lebih lanjut lagi berisiko menyebabkan munculnya komplikasi pada kehamilan dan meningkatkan angka kematian pada wanita usia reproduksi, serta menurunkan kualitas kesehatan dan gizi pada antar generasi (Rakotomanana et al., 2017).

Selain karena beberapa faktor diatas terdapat faktor eksternal maupun internal adalah penyebabnya. Keterbatasan ekonomi berasal dari faktor eksternal. Karena keterbatasan ekonomi tersebut menjadikan daya beli masyarakat menjadi berkurang sehingga sebagian keluarga belum bisa membeli bahan makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi yang cukup dan seimbang. Akibatnya beberapa anak mengkonsumsi makanan dengan menggunakan bahan makanan seperti orang dewasa. Selain itu kebiasaan makan yang terjadi di keluarga membuat anak bisa menolak apabila menu makanan yang diberikan tidak sesuai dengan selera makan (Anggraini, 2014).

Pola konsumsi masyarakat sekitar, kebanyakan masih berlebihan karbohidrat tetapi kekurangan protein. Mengonsumsi ikan adalah salah satu usaha yang bisa dilakukan untuk memenuhi asupan protein hewani sehari-hari. Salah satu sumber makanan seperti ikan yang diperlukan dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan intelengensia pada anak. Hal ini dikarenakan ikan merupakan salah satu hewan dengan sumber vitamin, lemak, mineral, dan protein yang tersusun dalam asam amino esensial. Kandungan tersebut sangat potensial karena diperlukan bagi pertumbuhan dan kecerdasan anak (Suryati, 2012).

Menurut penelitian dari (Kurniati et al., 2023) terdapat hubungan yang positif antara pola kebiasaan makan balita dengan kejadian stunting. Selain makanan terdapat perhatian dan sikap (asuhan) orang tua dalam pemberian makanan untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal yaitu (Aryani & Syapitri, 2021). Oleh karena itu anggota keluarga terutama seorang ibu agar anaknya jauh dari risiko kejadian stunting, harus mendapatkan

pengetahuan yang memadai dan mampu belajar tentang pola pemenuhan gizi pada anaknya (Ayu & Rosyida, 2023). Penelitian ini memiliki keterbaruan dengan penelitian sejenis lainnya dalam hal metode penelitian yaitu menggunakan rancangan case control. Penelitian bertujuan menganalisis kebiasaan makan pada anak pada balita stunting.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian case kontrol. Pada penelitian ini variabel independen adalah kebiasaan makan, sedangkan variabel dependen adalah stunting. Penelitian ini dilakukan di Posyandu wilayah kerja Kecamatan Grogol pada bulan Februari 2024 dengan jumlah populasi 259 balita. Teknik pengambilan sample menggunakan *purposive sampling* sehingga didapatkan sebanyak 30 balita stunting dan 30 balita normal. Kriteria inklusi dari penelitian ini balita usia 24-59 bulan, sedangkan kriteria eksklusinya adalah balita dengan gangguan perkembangan seperti autisme. Penelitian ini menggunakan alat ukur yaitu kuesioner. Instrumen penelitian menggunakan Microtoise klasifikasi status gizi berdasarkan indikator TB/U, menggunakan indeks antropometri TB dengan ambang batas Z score dan Kuesioner Pola Pemberian Makanan. Kuesioner berisikan kebiasaan pola pemberian makan seperti jenis dan jumlah makanan, frekuensi makan atau jadwal makan. Instrumen penelitian berupa kuesioner telah dilakukan uji validitas dengan nilai 0,339 dan reliabilitas sebesar 0,0778. Analisis hubungan antara variabel independen dan variabel dependen menggunakan uji Chi-square. Penelitian ini

mendapatkan ijin layak etik dengan nomor 364/FIK/EP/II/2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 menunjukkan sebagian besar pada kelompok kasus usia ibu 21-35 tahun sebesar 70%, sebagian besar Pendidikan ibu dari SMA 53,3%, karakteristik penghasilan dalam keluarga dengan nominal 1.000.000-2.000.000 sebesar 13 orang (43,3%).

Tabel 2 menjelaskan bahwa dari 11 anak balita yang memiliki kebiasaan makan yang tepat terhadap makanan yang bergizi lebih banyak pada balita tidak stunting (70%) dibandingkan dengan yang balita stunting (36,7%). Hasil uji statistik dengan nilai p-value = 0,02 (p-value ≤ 0,05) yang menunjukkan adanya hubungan bermakna antara kebiasaan makan dengan angka terjadinya stunting pada anak balita. Hasil perhitungan nilai Odds Ratio (OR) yaitu 4,183 menunjukkan anak balita mempunyai kebiasaan makan yang tidak tepat meningkatkan anak mengalami stunting dengan risiko 4 kali lebih besar.

Pada penelitian Hagos menyatakan bahwa pendapatan keluarga yang digunakan untuk membeli bahan makanan berkualitas dapat mencegah terjadinya malnutrisi pada anak. Pendapatan yang tinggi akan meningkatkan daya beli yang baik. Sehingga asupan gizi yang baik dan seimbang pada balita tercukupi (Hagos et al., 2017). Sebaliknya, pendapatan yang rendah akan menurunkan daya beli (Subarkah & Rachmawati, 2012). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian tersebut, hal ini dikarenakan responden memiliki pendapatan diantara 1 sampai 2 juta.

Tabel 1. Karakteristik ibu balita

Karakteristik	Kategori	Kasus		Kontrol	
		f	%	f	%
Usia ibu	>35 tahun	5	16,7	8	26,7
	21-35 tahun	21	70	17	56,6
	< 21 tahun	4	13,3	5	16,7
Pendidikan	Sarjana/Diploma	3	10	2	6,6
	SMA	16	53,3	20	66,7
	SMP	11	36,7	8	26,7
Penghasilan	>1.000.000	11	36,7	9	30
	1.000.000-2.000.000	13	43,3	15	50
	>2.000.000	6	20	6	20

Tabel 2 Kebiasaan makan balita stunting

Kebiasaan makan	Kasus		Kontrol		P-value	OR
	f	%	f	%		
Tepat	11	36,7	21	70	0,02	4,183
Tidak tepat	19	63,3	9	30		

Oleh karena itu pendapatan seseorang sangat mempengaruhi kuantitas dan kualitas bahan makanan yang dikonsumsi, sehingga akan berpengaruh pada kebutuhan nutrisi (Amalika et al., 2023). Pada kenyataannya keluarga dengan penghasilan baik, biasanya mampu memperoleh mendapatkan pelayanan umum yang baik. Layanan yang dimaksud adalah seperti pendidikan, kesehatan, dan akses yang lainnya di segala aspek yang menunjang peningkatan gizi balita (Rahmadani et al., 2023).

Pendidikan memiliki peran untuk mempengaruhi seseorang tersebut seberapa mampu dalam menyerap dan beradaptasi dengan ilmu atau informasi baru yang ada di sekitar dengan mudah atau tidak. Dengan pendidikan yang semakin tinggi diharapkan pengetahuannya juga meningkat. Pengetahuan seseorang akan mempengaruhi sikap dan perilaku dalam meningkatkan gizi pada anak. Seorang ibu supaya lebih tanggap dan beradaptasi dalam menerima keadaan. Keadaan yang dimaksud adalah apabila anaknya mengalami stunting, maka perlu memiliki pendidikan yang tinggi (suharmianti mentari, 2018).

Penelitian ini menjelaskan bahwa pendidikan belum memiliki hubungan yang signifikan terhadap kejadian stunting. Berdasarkan analisis dari peneliti didapatkan bahwa seiring dengan berkembangnya kemampuan ibu dalam memperoleh informasi melalui media elektronik. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa pada anak usia 1-5 tahun memiliki kebiasaan makan kurang tepat terutama pada anak dengan stunting. Pada saat menerapkan pola makan yang tepat, status gizi anak akan meningkat. Kebiasaan makan yang tepat berhubungan dengan pemberian menu yang seimbang. Pemberian menu yang seimbang meliputi menu seimbang, frekuensi dan jadwal makan yang teratur. Hasil penelitian ini, pola

kebiasaan makan pada anak stunting usia 1-5 tahun masih yang belum tepat.

Dari hasil penelitian didapatkan hasil yaitu pemenuhan kandungan nutrisi dalam makanan yang diberikan masih tidak tepat. Ibu yang memiliki balita normal atau bukan stunting didapatkan data bahwa anaknya sering mengkonsumsi makanan yang mengandung nutrisi seimbang secara rutin. Konsumsi makanan yang seimbang seperti ikan, sayuran, dan buah-buahan. Sedangkan beberapa ibu balita yang memiliki anak dengan stunting didapatkan bahwa anaknya kurang memenuhi gizi seimbang dan tidak tertatur dalam konsumsi makanan. Selain itu balita dengan stunting sering mengkonsumsi makanan dengan pilihan menu yang terbatas atau bahkan sama tiap kali makan. Sehingga asupan nutrisi seperti vitamin, kalsium dan protein serta kandungan lain juga kurang karena keterbatasan menu makanan.

Biasanya sebagian ibu masih memberikan makanan mengikuti kebiasaan makan dikeluarga yang sudah ada dan menggunakan bahan makanan yang tersedia di rumah tanpa mengetahui dengan pasti kandungan gizinya. Pemberian makan pada balita hanya bergantung pada bahan yang ada di rumah, keinginan anak, mudah diolah, tidak ribet tanpa pengaturan gizi atau tidak mencari menu yang variasi.

Selain itu di beberapa penelitian seperti disebutkan oleh Sharma (2019), pola konsumsi makan pada anak terutama dari pengasuh lebih banyak memberikan makanan yang hanya disukai, mudah disediakan dan mudah disuapkan. Hal ini merujuk pada bentuk makanan seperti kudapan. Bila anak memiliki usia yang lebih dini saat mulai mengonsumsi makanan kudapan berhubungan dengan kejadian stunting yang lebih tinggi (Raudhatussabrina dkk, 2021).

Beberapa penelitian lain juga menghasilkan informasi yang sama yaitu pemberian makan yang diterapkan oleh ibu

memiliki pola atau kebiasaan yang memang kurang tepat kepada balita stunting, hal ini dikarenakan perhatian ibu terhadap kesesuaian gizi pada balita belum sepenuhnya menjadi prioritas. Sebagian orang tua yang memiliki anak usia toddler dengan kebiasaan perilaku makan yang tidak sesuai seperti jenis, jadwal dan jumlah berhubungan dengan kejadian sulit makan pada anak tersebut (Anggraini IR, 2014). Pada umumnya konsep frekuensi makan dalam sehari sebanyak 3 kali seperti makan pagi, siang dan malam (Ningtias LO, 2020). Salah satu pendapat menyebutkan apabila frekuensi makan kurang 2 kali sehari kemungkinan besar menyebabkan kejadian stunting menjadi semakin meningkat pada balita. Frekuensi makan apabila hanya 2 kali atau kurang juga menghambat terserapnya nutrisi yang ada pada bahan makanan. Jenis makanan yang masih dikonsumsi ibu balita stunting masih tinggi pada karbohidrat daripada protein dan kandungan lainnya. Padahal jenis makanan yang dikonsumsi anak harusnya lebih seimbang dan variatif. Salah satu penyebabnya adalah pengaruh dari perilaku makan orang tuanya seperti di keluarga mengkonsumsi nasi dan mie yang memiliki kandungan yang sama. Menurut peneliti disebutkan juga hasil dari jawaban responden bahwa ibu jarang memberikan makanan selingan yang bergizi.

Ibu merupakan salah satu faktor keberhasilan dalam memenuhi kebutuhan gizi pada anak melalui pengetahuan dan ketrampilannya dalam memenuhi dan mengolah bahan makanan yang sesuai dengan gizi seimbang. Pola makan yang tepat mengurangi kejadian stunting pada anak (I. Choliq, D. Nasrulloh, 2020)

KESIMPULAN

Terdapat hubungan kebiasaan pemberian makan dengan kejadian stunting pada anak usia 1-5 tahun. Balita yang memiliki kebiasaan makan yang tepat dapat menurunkan angka kejadian stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada program hibah internal Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata atas segala dukungan pendanaan penelitian, sehingga

kami bisa melaksanakan dan menyusun laporan penelitian dengan baik.

REFERENSI

- Amalika, L. S., Mulyaningsih, H., & Purwanto, E. (2023). *Eksplorasi Pola Pemberian Makan Balita Stunting dan Balita Non Stunting berdasarkan Perspektif Sosio-kultural di Desa Legung Barat*. 9(2), 209–220.
- Anggraini IR. (2014). Perilaku makan orang tua dengan kejadian. *Jurnal Keperawatan*, 5(2),154–162.
- Aryani N, Syapitri H. Hubungan Pola Pemberian Makanan Dengan Status Gizi Balita di Bagan Percut. *Jurnal Keperawatan Priority*. 4(1), 135-145
- Ayu, D., & Rosyida, C. (2023). Pola Pemberian Makanan Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 1-5 Tahun. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 13(1), 13–18.
- Budiarti, K. D., & Suliyawati, E. (2022). hubungan Pola Pemberian Makan dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 24-59 bulan Di Kelurahan Sukamentri Kabupaten Garut. *Jurnal Medika Cendikia*. 09(2), 105-116.
- Hagos, S., Hailemariam, D., Woldehanna, T., & Lindtj, B. (2017). Spatial heterogeneity and risk factors for stunting among children under age five in Ethiopia : A Bayesian geo-statistical model. *Plos One*.1–18.
- I. Choliq, D. Nasrulloh, M. (2020). Pencegahan stunting di medokan semampir surabaya melalui modifikasi makanan pada anak. *Humanism Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*. 1(1), 31–40.
- Kabupaten Kediri. (2024). Gelar Rembuk Stunting, Pemerintah Kabupaten Kediri Targetkan Zero Stunting. <https://berita.kedirikab.go.id/baca/2024/03/gelar-rembuk-stunting-pemerintah-kabupaten-kediri-targetkan-zero-stunting#:~:text=Di%20Kabupaten%20Kediri%20sendiri%20kasus,nya%20bisa%20zero%20digit%20stunting. Diakses pada 13 Mei 2024>
- Kurniati, A., Lebuan, S., Syafar, M., & Hartati, N. (2023). Hubungan Pola Pemberian Makan Pada Balita

- Stunting di Puskesmas di Flores Timur. *Indonesian Health Journal*. 2(2), 94–110.
- Mentari S, Hermansyah A. (2018). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Status Stunting Anaka Usia 24-59. *Pontianak , Nutrition Journal*. 01(01), 1–5.
- Ningtias LO, S. U. (2020). Perbedaan Pola Pemberian Nutrisi pada Balita dengan Stunting dan Non-Stunting di Desa Rempoah Kecamatan Baturaden . *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*. . 3(1), 1–8.
- Rahmadani, R. A., Wahyuni, R., Arda, D., Musrah, A. S., & Sabriana, R. (2023). Faktor Sosial Ekonomi Dengan Status Gizi Balita Socioeconomic Factors with Nutritional Status of Toddlers. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*. 12(2), 445–451.
- Rakotomanana, H., Gates, G. E., Hildebrand, D., & Stoecker, B. J. (2017). Determinants of stunting in children under 5 years in. October 2016. Wiley Maternal and Child Nutrition
- Raudhatussabrina S, Sastramihardja H, Setiowulan W. Hubungan Pola Konsumsi Kudapan dengan Stunting pada Anak Kelas 1-2 SDN 036 Ujung Berung Kota Bandung. *Sari Pediatri*, 23(2), 121-128
- Sharma N, Ferguson EL, Upadhyay A, Zehner E, Filteau S, Pries AM. (2019). Perceptions of commercial snack food and beverages for infant and young child feeding: a mixed-methods study among caregivers in Kathmandu Valley, Nepal (serial online). *Matern Child Nutr*, 15 (Suppl 4):e12711.
- Subarkah, T., & Rachmawati, P. D. (2012). Pola Pemberian Makan Terhadap Status Gizi Pada Anak Usia 1-3 Tahun (Feeding Pattern Toward the Increasing of Nutritional Status in Children Aged 1 – 3 Years). *Jurnal Injunct*, 1(20), 146-154