

HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI SEIMBANG DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA

Septy Ariani¹, Anandhita Afrilia², Fila Fildilla³,

Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga, Universitas Yatsi Madani

septyariani@uym.ac.id

ABSTRAK

Latar belakang: berdasarkan data WHO, prevalensi stunting secara global adalah 22,2%, atau sekitar 150,8 juta anak di bawah usia lima tahun. Pada tahun 2019 angka kejadian stunting di Kabupaten Tangerang sebesar 16,4% dan meningkat menjadi 23,3% pada tahun 2020. Anak yang mengalami stunting akan berdampak pada gangguan perkembangan otak, kecerdasan, pertumbuhan fisik dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Tujuan: Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan kejadian stunting pada balita. Metode: Desain penelitian menggunakan metode cross sectional, dilakukan langsung kepada ibu yang mempunyai anak usia 0-60 bulan dengan populasi 151 responden, menggunakan rumus slovin sampel yang di dapat sebanyak 110 responden dengan teknik random sampling. Hasil: Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan stunting balita menunjukkan hasil chi square p value $0,001 < 0,05$. Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan kejadian stunting balita.

Kata kunci: Pengetahuan ibu, Gizi seimbang, Stunting

ABSTRACT

Background: based on WHO data, the global prevalence of stunting is 22.2%, or around 150.8 million children under the age of five. In 2019 the incidence of stunting in Tangerang Regency was 16.4% and increased to 23.3% in 2020. Children who are stunted will have an impact on brain development, intelligence, physical growth and metabolic disorders in the body. Purpose: The aim of this study was to determine the relationship between mother's knowledge about balanced nutrition and the incidence of stunting in toddlers. Methods: The research design used a cross-sectional method, carried out directly to mothers who had children aged 0-60 months with a population of 151 respondents, using the slovin formula for a sample of 110 respondents using random sampling technique. Results: The relationship between mother's knowledge about balanced nutrition and toddler stunting shows the result of chi square p value $0.001 < 0.05$. Conclusion: There is a significant relationship between mother's knowledge about balanced nutrition and the incidence of toddler stunting.

Keywords: Mother's knowledge, Balanced nutrition, Stunting

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah kekurangan gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang tidak mencukupi dalam jangka waktu yang lama karena pola makan yang tidak mencukupi kebutuhan gizi. Deformasi terjadi saat janin masih dalam kandungan. Masalah gizi dapat berdampak negatif terhadap kualitas hidup anak sehingga dapat tumbuh dan berkembang secara optimal sesuai dengan potensi genetiknya. Deformasi bisa menghalangi proses pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini (Amalia et al., 2021).

Masalah stunting menghadirkan ancaman nyata bagi keberlangsungan peradaban manusia yang hingga saat ini belum terselesaikan. *World Health Organization (WHO)*, *United Nations Children's Fund (UNICEF)* dan *World Bank* (2021) melaporkan bahwa pada tahun

2020, 149,2 juta anak di bawah usia 5 tahun di seluruh dunia akan menderita stunting. Lebih dari separuh anak di bawah 5 tahun mengalami stunting Lima di antaranya di Asia dan dua di Afrika (S. K. Dewi & Fuad, 2022).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, stunting dianggap sebagai masalah kesehatan masyarakat ketika prevalensi stunting adalah 20% atau lebih, dan dianggap serius ketika antara 30% dan 39% dianggap parah jika mencapai 40% atau lebih. Pada tahun 2017, berdasarkan data WHO, prevalensi stunting secara global adalah 22,2%, atau sekitar 150,8 juta anak di bawah usia lima tahun mengalami stunting di seluruh dunia. Ini merupakan penurunan dari tahun 2000 ketika prevalensi stunting sebesar 32,6%. Pada tahun 2017, lebih dari separuh kasus stunting terjadi di benua Asia, dengan kejadian stunting sebesar 55% dan sekitar 39% di Afrika. Dari 83,6 juta anak stunting di bawah usia 5 tahun di Asia, Asia Selatan menempati urutan pertama di Asia dengan angka kejadian stunting sekitar 58,7%, diikuti Asia Tenggara dengan angka kejadian stunting 14,9% (Yadika, dkk. 2019; Djalaluddin et al., 2023).

Sebagai bagian dari kawasan Asia Tenggara, Indonesia terus menghadapi situasi yang tidak lepas dari keterbelakangan pertumbuhan. Padahal, prevalensi stunting di Indonesia berfluktuasi setiap tahunnya. Perubahan keadaan tersebut menunjukkan adanya inkonsistensi dalam pelaksanaan program kebijakan penanganan penurunan stunting. Data Studi Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2019 menunjukkan bahwa status stunting nasional sebesar 27,67%. Pada tahun 2020 Indonesia menempati urutan kedua di kawasan Asia Tenggara dalam kategori stunting tinggi (31,8%), setelah Timor Timur (48,8%). Karena keadaan ini, Indonesia menempati urutan ke-115 dalam prevalensi lambat dari 151 negara di dunia. Di Indonesia, stunting pada dasarnya tersebar luas di semua provinsi dan angka prevalensinya tidak merata. Menurut Survei Status Gizi Anak Indonesia (SSGBI) 2019, angka kejadian stunting tertinggi terjadi di Provinsi Nusa Tenggara Timur sebesar 43,82% dan terendah di Provinsi Bali sebesar 14,42%. Berdasarkan batas WHO 20% untuk stunting, sebagian besar provinsi di Indonesia tidak memenuhi standar tersebut. Salah satunya Provinsi Banten yang frekuensinya 24,11% pada tahun 2019 (S. K. Dewi & Fuad, 2022).

Provinsi Banten saat ini masih dirundung masalah perlambatan pertumbuhan. Data terbaru hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021 menunjukkan prevalensi stunting meningkat menjadi 24,5% di Provinsi Banten. Angka yang melebihi standar nasional stunting pada tahun yang sama justru turun menjadi 24,4% (Departemen Kesehatan dan Pelayanan Kemanusiaan RI. 2021). Distribusi deformasi menurut wilayah dan kota di Provinsi Banten tahun 2021. Mayoritas kasus stunting pada anak di bawah usia 5 tahun terjadi di Kabupaten Pandeglang yaitu sebesar 37,8%. Sedangkan angka kejadian terendah berada di kota Tangerang yaitu sebesar 15,3%. Dua kabupaten yang memiliki angka prevalensi stunting lebih tinggi dari rata-rata angka prevalensi stunting Provinsi Banten, yaitu Kabupaten Lebak (27,3%) dan Kabupaten Serang (27,2%). Dibandingkan dengan target RPJMD Provinsi Banten tahun 2017-2022 sebesar 23,6%, prevalensi stunting tahun 2021 tidak mencapai target yang ditetapkan (S. K. Dewi & Fuad, 2022).

Kabupaten Tangerang salah satu dari delapan wilayah Kabupaten di Provinsi Banten, pada tahun 2019 angka kejadian stunting di Kabupaten Tangerang sebesar 16,4% dan meningkat menjadi 23,3% pada tahun 2020 (Salsabila et al., 2022).

Dampak stunting memiliki efek negatif jangka pendek dan jangka panjang pada anak di bawah usia 5 tahun. Efek negatif jangka pendek antara lain gangguan perkembangan otak, kecerdasan, pertumbuhan fisik dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Di sisi lain, dalam jangka panjang dapat menyebabkan melemahnya daya tahan tubuh, mengakibatkan penyakit ringan dan berisiko tinggi terkena penyakit tidak menular seperti diabetes, obesitas, penyakit kardiovaskular, kanker, dan stroke (Agung.S., 2020).

Pemerintah melakukan berbagai upaya untuk menurunkan angka stunting dan mengatasi angka stunting dengan menjamin tersedianya pangan yang cukup dan padat gizi. Hal ini diharapkan dapat mengurangi penyebaran gizi buruk di daerah tertinggal di Indonesia. Untuk mengurangi gizi buruk, sebagaimana tertuang dalam RPJMN 2020-2024, strategi nasional penurunan stunting pada pelayanan gizi *indoor* dan *outdoor* terdiri dari promotif, preventif, penyembuhan dan rehabilitasi, serta tujuan intervensi. Program ini dilakukan pada Kelompok 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), ibu hamil, ibu menyusui, anak usia 0-23 bulan, balita dan remaja (Pusmaika et al., 2022).

Pola makan atau gizi dalam satuan fisik (energi dan protein) dapat dijadikan indikator keberhasilan dalam pembangunan distribusi pendapatan dan indikator kemiskinan. Meskipun gizi berdampak pada produktivitas tenaga kerja, efisiensi kerja dan pendapatan sesuai dengan status gizi, namun memberikan kontribusi bagi pembangunan ekonomi dan kualitas manusia (Ahmad Suhaimi, 2019).

Pengetahuan seorang ibu tentang gizi berdampak pada status gizi anaknya. Ibu dengan pengetahuan gizi yang baik menyebabkan ibu tersebut memberikan makanan yang sehat dan bergizi kepada anaknya. Jika pengetahuan ibu tentang gizi terbatas, ia akan memberikan makanan apa adanya dan asalkan enak, tanpa mempertimbangkan apakah makanan tersebut baik untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga dapat menyebabkan masalah pada balita baik gizi kurang maupun gizi lebih. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan status gizi balita (Alfiana, Meikawati dan Ismail, 2017). Semakin tinggi pengetahuan gizi ibu maka makanan yang diberikan ibu semakin sehat dan bergizi sehingga status gizi anak normal (Afrinis et al., 2021).

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* karena model ini mengkaji hubungan antara variabel dan pengamatan atau data kumpulan yang terjadi hanya sekali atau pada saat tertentu (*point-in-time approach*). Populasi penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak balita di Puskesmas Sindang Jaya sebanyak 151 dihitung dari 5 bulan terakhir. Sampel pada penelitian ini sebanyak 110 responden. Sampel penelitian harus memenuhi kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Penelitian ini telah lolos uji etik dengan nomor surat 045/LPPM-STIKES YATSI/VII/2023.

Proses pengumpulan data dilakukan langsung kepada ibu yang mempunyai anak usia 0-60 bulan sebanyak 110 responden. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan memberikan kuesioner pengetahuan ibu tentang gizi seimbang balita dan mencatat hasil penimbangan serta pengukuran tinggi badan anak, dengan sebelumnya menjelaskan dahulu tujuan dan manfaat penelitian serta penjelasan informasi dengan menandatangani lembar persetujuan sebagai bentuk persetujuan menjadi responden penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN**Hasil**

Tabel 1
Distribusi frekuensi Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita (n=110)

| Pengetahuan | f | % |
|-------------|-----|-------|
| Baik | 27 | 24.5% |
| Cukup | 64 | 58.2% |
| Kurang | 19 | 17.3% |
| Total | 110 | 100% |

Tabel 1 menunjukkan hasil distribusi frekuensi pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita menunjukkan pengetahuan cukup sebesar 64 responden (58,2%), pengetahuan baik sebesar 27 responden (24.5%), sedangkan pengetahuan kurang ada 19 responden (17,3%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Kejadian Stunting Pada Balita (n=110)

| Kejadian stunting | F | % |
|-------------------|-----|-------|
| Tidak stunting | 105 | 95,5% |
| Stunting | 5 | 4,5% |
| Total | 110 | 100% |

Pada tabel 2 menunjukkan hasil distribusi frekuensi kejadian stunting pada balita dengan balita tidak stunting sebesar 105 balita (95,5%), sedangkan balita dengan stunting ada 5 balita (4,5%).

Tabel 4.3
Distribusi frekuensi hubungan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan kejadian stunting pada balita (n=110)

| Pengetahuan Ibu | Stunting | | Total | | P value | |
|-----------------|----------|-------|-------|------|---------|------|
| | f | % | f | % | | |
| Baik | 26 | 23,6% | 1 | 0,9% | 0,001 | |
| Cukup | 64 | 58,2% | 0 | 0% | | |
| Kurang | 15 | 13,6% | 4 | 3,6% | | |
| Total | 105 | 95,5% | 5 | 4,5% | 110 | 100% |

Berdasarkan tabel 4,3 analisa hubungan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan stunting balita menunjukkan hasil uji *chi square* nilai *p value*=0,001<0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan kejadian stunting balita.

Pembahasan

1. Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa pengetahuan ibu tentang gizi seimbang di Puskesmas Sindang Jaya cukup sebanyak 64 responden (58,2%), baik sebanyak 27 responden (24,5%) dan kurang sebanyak 19 responden (17,3%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pengetahuan ibu tentang gizi seimbang untuk balita cukup yaitu 64 responden (58,2%). Menurut teori Notoatmodjo (2010), pengetahuan adalah semua pemikiran, gagasan, konsep, konsepsi dan pemahaman yang dimiliki orang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Kuswanti (2022) bahwa pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di Kecamatan Depok Sleman Yogyakarta berkategori cukup untuk 30 responden (41,1%).

Menurut Amalia (2021) Pemenuhan nutrisi yang harus diketahui ibu, penting untuk menyesuaikan dengan kebutuhan nutrisi anak yang berbeda-beda. Selain itu pemenuhan nutrisi yang perlu diketahui ibu penting untuk menyesuaikan dengan kebutuhan nutrisi anak yang berbeda-beda. Beberapa aspek yang masih kurang dalam pengetahuan mengenai pengertian status gizi pada anak, faktor yang mempengaruhi status gizi dan dampak yang ditimbulkan akibat kekurangan gizi. Dampak dari kurangnya pengetahuan terhadap gizi anak sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sari (2021) yaitu Pengetahuan ibu dalam memilih gizi seimbang untuk anak sangat penting, pemilihan menu makan atau kualitas pangan dilakukan untuk mencukupi kebutuhan anak agar tidak beresiko mengalami stunting. Peningkatan pengetahuan tidak hanya diperoleh dari pendidikan formal, akan tetapi dapat diperoleh melalui pendidikan non formal seperti pengalaman sendiri.

Berdasarkan data observasi di lapangan pengetahuan ibu dalam mengetahui gizi dapat mempengaruhi kesehatan balita seperti jenis makanan yang diberikan, frekuensi makan balita, dan jumlah makanan yang diberikan, sehingga ibu yang pengetahuannya kurang juga dapat mempunyai anak yang tidak stunting.

2. Kejadian Stunting

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa kejadian stunting balita di Puskesmas Sindang Jaya menunjukkan hasil balita tidak stunting sebesar 105 balita (95,5%), dan balita dengan stunting ada 5 balita (4,5%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar balita tidak stunting yaitu sebanyak 105 balita (95,5%). Hasil penelitian ini sejalan dengan Dewi (2021) menyatakan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian stunting pada balita memiliki nilai *p value* 0.007 < dari 0.05.

Menurut Depi (2020) Stunting pada balita harus mendapatkan perhatian khusus karena dapat menyebabkan terhambatnya pertumbuhan fisik, perkembangan mental dan status kesehatan pada anak. Kejadian stunting sering dijumpai khususnya pada anak usia 12-36 bulan dengan prevalensi sebesar 38,3-41,5%. Stunting pada anak usia di bawah lima tahun biasanya kurang disadari dikarenakan perbedaan anak yang stunting dengan anak yang normal pada usia tersebut tidak terlalu di lihat.

Menurut Siallagan (2021) Kejadian stunting diketahui dengan melakukan pengukuran panjang badan/ Umur (PB/U) atau Tinggi Badan/ Umur (TB/U) menggunakan standar antropometri penilaian status gizi anak. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI tentang standar antropometri (2020) status gizi stunting dibedakan menjadi dua kategori yaitu sangat pendek (*severely stunted*) jika Panjang Badan atau Tinggi Badan kurang 3 kali standar deviasi ($<-3SD$) sedangkan pendek (*stunted*) jika Panjang Badan atau Tinggi Badan -3 sampai dengan $-2 SD$. Gizi kurang adalah gangguan kesehatan akibat kekurangan atau ketidakseimbangan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan, aktivitasberfikir dan semua hal yang berhubungan dengan kehidupan.

Berdasarkan analisis peneliti stunting mencerminkan kegagalan dalam mencapai pertumbuhan linier yang potensial sebagai akibat dari adanya status kesehatan atau status gizi. Pertumbuhan linier atau tinggi badan dipengaruhi oleh faktor genetik, faktor lingkungan, dan kondisi medis. Perkembangan dari stunting merupakan proses bertahap dan bersifat kronis, termasuk gizi buruk dan penyakit infeksi, selama periode pertumbuhan linier.

3. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Dengan Kejadian Stunting Pada Balita.

Berdasarkan tabel 3 hubungan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan stunting balita menunjukkan hasil nilai $p \text{ value}=0,001 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan kejadian stunting balita. Penelitian ini sejalan dengan Amalia (2021) yang menyimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan gizi ibu dengan stunting pada balita dengan Uji analisis menunjukkan nilai $p=0,00 (< 0,05)$.

Menurut Afrinis (2021) Perilaku ibu terkait gizi salah satunya dipengaruhi oleh pengetahuan ibu. Pengetahuan ibu yang baik tentang gizi, mengakibatkan ibu tersebut akan mempertimbangkan jenis makanan yang diberikan kepada anaknya. Jika anak yang diberikan makanan sehat bergizi maka status gizi anak juga akan normal sesuai dengan yang diinginkan oleh ibu. Ibu dengan pengetahuan baik tentang gizi tentunya akan makanan sehat dan bergizi dan sebaliknya jika anak diberikan makanan yang kurang bergizi, maka juga akan berdampak negative terhadap status gizi anak.

Pengetahuan gizi ibu yang kurang berhubungan dengan masalah gizi yang menyebabkan terjadinya masalah gizi pada anak usia pra sekolah. Pengetahuan ibu yang rendah terkait gizi menyebabkan kurangnya kemampuan untuk menerapkan informasi dalam kehidupan sehari – hari sehingga terjadinya gangguan gizi. Pengetahuan ibu tentang gizi merupakan segala sesuatu yang diketahui ibu terkait gizi yang menentukan perilaku ibu dalam melakukan sesuatu/bertindak (Notoatmodjo 2014).

Pengetahuan ibu merupakan bagian yang menentukan kemampuan menerapkan perilaku kesehatan pada keluarga seperti memilah dan menyiapkan makanan untuk memastikan gizi. Pengetahuan tentang stunting membantu meningkatkan gizi anak sehingga anak dengan tinggi badan normal tidak rentan mengalami stunting. Pengetahuan berupa kemampuan memahami suatu objek dapat berasal dari berbagai sumber seperti jaringan sosial, pendidikan formal maupun informal.

Berdasarkan analisis peneliti pengetahuan gizi ibu berarti seorang ibu dapat memahami semua informasi yang berkaitan dengan komposisi makanan yang mengandung zat gizi bagi balita. Pengetahuan tentang pemberian makan dapat mempengaruhi perilaku ibu dalam memberi makan bayinya karena proses perilaku merupakan perkembangan pengetahuan yang dapat membentuk sikap dan selanjutnya mempengaruhi pembentukan perilaku.

SIMPULAN

Berdasarkan riset yang dilakukan terhadap 110 responden di Puskesmas Sindang Jaya, terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan kejadian stunting pada balita.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrinis, N., Indrawati, I., & Raudah, R. (2021). Hubungan. Pengetahuan. Ibu, Pola Makan dan Penyakit. Infeksi Anak dengan Status. Gizi Anak Prasekolah. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 4(3), 144–150. <https://doi.org/10.31004/aulad.v4i3.99>
- Amalia, I. D., Lubis, D. P. U., & Khoeriyah, S. M. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 12(2), 146–154. <https://doi.org/10.55426/jksi.v12i2.153>
- Dewi, S. K., & Fuad, A. (2022). Strategi Segmenting, Targeting, dan Positioning dalam Rangka Percepatan Penurunan Stunting di Provinsi Banten. *JDKP Jurnal Desentralisasi Dan Kebijakan Publik*, 3(2), 398–406. <https://doi.org/10.30656/jdkp.v3i2.5914>
- Pusmaika, R., Novfrida, Y., Simatupang, E. J., Djami, M. E. ., & Sumiyati, I. (2022). Hubungan Usia Ibu Saat Hamil dengan Kejadian Stunting Pada Balita di Kabupaten Tangerang. *Indonesian Health Issue*, 1(1), 49–56. <https://doi.org/10.47134/inhis.v1i1.11>
- Salsabila, N. S., Claresta, V., & Mayvians, T. (2022). Penyakit Stunting Pada Anak Balita Melalui Edukasi. *Seminar Nasional Hasil Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 28–33.
- Siallagan, D., Rusiana, D., & Susilawati, E. (2021). Determinan Stunting pada Balita Di Puskesmas Wilayah Kabupaten Tangerang Tahun 2020. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.35473/ijm.v4i1.668>