

## HUBUNGAN POLA PEMBERIAN MAKAN DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA 1-5 TAHUN

### (THE RELATIONSHIP BETWEEN FEEDING PATTERNS AND THE INCIDENCE OF STUNTING IN TODDLERS 1-5 YEARS OLD)

Dian Rahmawati\*, Lia Agustin\*, Aprilia Nurtika Sari\*\*, Tika Nur Tofa'ati

\*Universitas Strada Indonesia, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan

\*\* Akkes Dharma Husada Kediri, Prodi DIII Kebidanan

Email: [dianrahmawati3110@gmail.com](mailto:dianrahmawati3110@gmail.com)

#### ABSTRAK

**Pendahuluan:** Pola pemberian makan merupakan perilaku atau pola asuh orang tua dalam memberikan makanan kepada anak-anak, terutama balita. Pola ini mencakup jenis makanan, jumlah makanan, serta frekuensi pemberian makanan yang disesuaikan dengan kebutuhan nutrisi anak untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal. Stunting atau pendek merupakan kondisi gagal tumbuh pada bayi 0-11 bulan dan anak balita 12-59 bulan, di mana tinggi badan balita di bawah standart pertumbuhan yang ditetapkan oleh WHO ( $TB/U < -2SD$ ). Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola pemberian makan dengan kejadian *stunting* pada balita usia 1-5 tahun di RW 2 Desa Tegaron Kecamatan Prambon Kabupaten Nganjuk. **Metodologi:** Desain penelitian ini adalah analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki balita usia 1-5 tahun, dengan tehnik *simple random sampling* didapatkan sampel sebanyak 46 responden. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pola pemberian makan. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kejadian *stunting*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan stunting diukur berdasarkan tinggi badan. Data dianalisis menggunakan uji *fisher exact* dengan signifikansi  $\alpha=0,05$ . **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 43 responden (93,5%) memiliki pola pemberian makan tepat dan balita stunting sebanyak 13 responden (28,3%). **Diskusi:** Dari hasil uji *fisher exact* menunjukkan bahwa  $p>\alpha$  yaitu  $0,840>0,05$ , sehingga tidak ada hubungan antara pola pemberian makan dengan kejadian stunting. Meskipun hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan, akan tetapi meningkatkan dan mempertahankan kualitas nutrisi bagi balita diperlukan program pelatihan dan edukasi bagi orang tua tentang pola pemberian makan balita.

**Kata kunci :** pola pemberian makan, kejadian stunting, dan balita

#### ABSTRACT

**Introduction:** Feeding pattern is the behavior or parenting style of parents in providing food to children, especially toddlers. This pattern includes the type of food, the amount of food, and the frequency of feeding that is adjusted to the child's nutritional needs to support optimal growth and development. Stunting or short growth is a condition of failure to grow in infants 0-11 months and children under 12-59 months, where the height of toddlers is below the growth standards set by WHO ( $TB/U < -2SD$ ). The purpose of this study is to determine the relationship between feeding patterns and stunting incidence in toddlers aged 1-5 years in RW 2, Tegaron Village, Prambon District, Nganjuk Regency. **Methodology:** The design of this study is observational analysis with a cross sectional approach. The population in this study is mothers who have toddlers aged 1-5 years, with a simple random sampling technique obtained a sample of 46 respondents. The independent variable in this study is feeding patterns. The dependent variable in this study

is the incidence of stunting. Data collection using questionnaires and stunting was measured based on height. The data were analyzed using the exact fisher test with a significance of  $\alpha=0.05$ . **Results:** The results showed that 43 respondents (93.5%) had appropriate feeding patterns and stunted toddlers as many as 13 respondents (28.3%). **Discussion:** The results of the fisher exact test show that the  $p>\alpha$  is  $0.840>0.05$ , so there is no relationship between feeding patterns and stunting incidence. Although the results of the study show no relationship, but improving and maintaining the quality of nutrition for toddlers requires training and education programs for parents about feeding patterns of toddlers.

**Keywords:** feeding patterns, stunting incidence, and toddlers

## PENDAHULUAN

Balita adalah anak-anak yang berusia antara 0 sampai 59 bulan, dan merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Di Indonesia, balita termasuk kelompok rawan gizi yang rentan mengalami masalah gizi diantaranya gizi kurang dan stunting. Hal ini disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya asupan makanan, sanitasi lingkungan yang buruk, dan kurangnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya pemenuhan gizi balita (Ariani, 2017).

Stunting atau pendek merupakan kondisi gagal tumbuh pada bayi 0 – 11 bulan dan anak balita 12 – 59 bulan, akibat dari kekurangan gizi kronis terutama dalam 1000 hari pertama kehidupan sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Stunting merupakan keadaan di mana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. Kondisi ini di ukur dengan panjang atau tinggi badan yang lebih dari minus 2 standar deviasi median standar pertumbuhan dari WHO (Ramayulis, 2018).

Rata-rata prevalensi balita stunting di Indonesia tahun 2005 – 2017 adalah 36,4%. Prevalensi balita stunting di Indonesia mengalami penurunan dari 24,4% di tahun 2021 menjadi 21,6% di 2022. Sedangkan Standar WHO prevalensi stunting harus di angka kurang dari 20%. Sedangkan di Indonesia prevalensi masih lebih dari 20% sehingga stunting menjadi masalah utama kesehatan.

Saat ini Indonesia merupakan salah satu negara dengan prevalensi stunting yang cukup tinggi dibandingkan dengan negara berpendapatan menengah lainnya. Kejadian stunting dipengaruhi oleh kondisi ibu atau calon ibu, masa janin atau balita termasuk penyakit yang di derita selama masih balita, seperti masalah gizi lainnya. Faktor langsung yang berhubungan dengan stunting adalah asupan makan dan status kesehatan termasuk asupan energi dan zat gizi yang tidak memadai, serta penyakit infeksi. Faktor tidak langsung yang berhubungan dengan stunting yaitu pola pengasuhan, yang meliputi pola asuh pemberian makanan dan kebersihan makanan. Beberapa orang tua masih belum membiasakan anaknya untuk mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, dan saat akan memegang makanan juga belum cuci tangan (Dayuningsih, Permatasari Endah Astika Tria, 2020). Menurut Renyoet, terdapat hubungan yang signifikan antara perhatian ibu kepada anak dalam cara pemberian makan, persiapan dan penyimpanan terhadap kejadian stunting. Perhatian dan dukungan ibu berdampak positif terhadap keadaan status gizi anak (Dayuningsih, Permatasari Endah Astika Tria, 2020).

Stunting berdampak pada gangguan perkembangan mental dan kecerdasan saat dewasa. Selain itu juga mengakibatkan perkembangan ukuran fisik (tinggi badan) yang tidak optimal saat dewasa, serta mengakibatkan rendahnya produktivitas ekonomi karena

penurunan kualitas kerja. Anak yang kurang gizi akan mengalami penurunan kecerdasan, imunitas dan produktivitas, masalah kesehatan mental dan emosional, serta kegagalan tumbuh kembang (Dayuningsih, Permatasari Endah Astika Tria, 2020).

Meningkatkan status gizi merupakan indikator kedua pada tujuan pembangunan berkelanjutan atau SDGs (*Sustainable Development Goals*) yang diwujudkan dalam mengupayakan berakhirnya kelaparan, mencapai ketahanan pangan dan gizi yang baik (Zurhayati, 2022). Untuk menurunkan kejadian stunting, upaya yang bisa ditempuh adalah dengan memberikan pemahaman kepada ibu balita tentang faktor resiko stunting dan perilaku pemberian makan balita (Ramayulis, 2018). Anak yang memperoleh pola asuh kurang akan cenderung mengalami sulit makan yang akan mempengaruhi pola konsumsi makan anak. Salah satu pola asuh yang berhubungan dengan stunting adalah pola pemberian makan (Izhar, 2017).

Demi melakukan percepatan penurunan stunting, perlu dilakukan edukasi pola asuh makan seperti penyuluhan atau pelatihan tentang gizi yang menjelaskan fungsi zat gizi dan sumber zat gizi dengan harga terjangkau sehingga keluarga yang berpendapatan rendah dapat memenuhi kebutuhan gizi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola pemberian makan dengan kejadian *stunting* pada balita usia 1 – 5 tahun di RW 2 Desa Tegaron Kecamatan Prambon Kabupaten Nganjuk.

## BAHAN DAN METODE

Desain penelitian ini adalah analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu yang memiliki balita usia 1-5 tahun, dengan tehnik *simple random sampling* didapatkan sampel sebanyak 46 responden. Variabel

independen dalam penelitian ini adalah pola pemberian makan. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kejadian stunting. Pengambilan data dilakukan pada bulan April 2023 di Desa Tegaron Kecamatan Prambon Kabupaten Nganjuk. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan stunting diukur berdasarkan tinggi badan. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan uji *fisher exact* dengan signifikansi  $\alpha=0,05$ .

## HASIL

Tabel 1. Karakteristik orang tua (46 responden)

| Karakteristik       | n  | %  |
|---------------------|----|----|
| <b>Usia</b>         |    |    |
| 20 - 35 tahun       | 24 | 52 |
| >35 tahun           | 22 | 48 |
| <b>Pendidikan</b>   |    |    |
| SD                  | 5  | 11 |
| SMP                 | 16 | 35 |
| SMA                 | 25 | 54 |
| <b>Pekerjaan</b>    |    |    |
| IRT                 | 22 | 48 |
| Wiraswasta          | 24 | 52 |
| <b>Pennghasilan</b> |    |    |
| ≤ Rp.2.000.000      | 42 | 91 |
| >2.000.000          | 4  | 9  |
| <b>Jumlah anak</b>  |    |    |
| 1                   | 17 | 37 |
| 2                   | 17 | 37 |
| >2                  | 12 | 26 |

Tabel 2. Karakteristik balita (46 responden)

| Karakteristik                | n  | %  |
|------------------------------|----|----|
| <b>Usia balita</b>           |    |    |
| 1-3 tahun                    | 31 | 67 |
| 4-5 tahun                    | 15 | 33 |
| <b>Jenis kelamin</b>         |    |    |
| Laki-laki                    | 26 | 57 |
| perempuan                    | 20 | 43 |
| <b>Riwayat pemberian ASI</b> |    |    |
| Eksklusif                    | 25 | 54 |
| Tidak eksklusif              | 21 | 46 |

Tabel 3. Tabulasi silang hubungan pola pemberian makan dengan kejadian stunting pada balita usia 1 – 5 tahun

| Pola Pemberian Makan | Stunting  |             | Normal    |            | Jumlah    |            | p-Value |
|----------------------|-----------|-------------|-----------|------------|-----------|------------|---------|
|                      | N         | %           | N         | %          | N         | %          |         |
| Tidak Tepat          | 2         | 6,1         | 1         | 7,7        | 3         | 6,5        | 0,840   |
| Tepat                | 31        | 93,9        | 12        | 92,3       | 43        | 93,5       |         |
| <b>Total</b>         | <b>33</b> | <b>99,4</b> | <b>13</b> | <b>100</b> | <b>46</b> | <b>100</b> |         |

Berdasarkan tabel 3. dapat diketahui bahwa dari 46 responden terdapat pola pemberian makan tepat pada balita normal sebanyak 31 responden (93,9%), responden pola pemberian makan tepat pada balita stunting terdapat 12 reponden (92,3%), responden pola pemberian makan tidak tepat pada balita normal sebanyak 2 responden (6,1 %), responden pola pemberian makan tidak tepat pada balita stunting sebanyak 1 responden (7,7%).

### PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di Desa Tegaron Kecamatan Prambon Kabupaten Nganjuk pada tabel 3. menunjukkan bahwa pola pemberian makan tepat pada balita normal sebanyak 31 balita (93,9%), pola pemberian makan tepat pada balita stunting sebanyak 12 balita (92,3%), sedangkan pola makan tidak tepat pada balita normal sebanyak 2 balita (6,1%) dan pola pemberian makan tidak tepat pada balita stunting sebanyak 1 balita (7,7%).

Pola asuh makan pada balita berkaitan dengan kebiasaan makan yang telah ditanamkan sejak awal pertumbuhan Pola asuh makan adalah praktek pengasuhan yang diterapkan oleh ibu untuk anaknya yang berkaitan dengan cara makan dan situasi makan. Direncanakan dan dilaksanakan oleh ibu yang berkaitan dengan kegiatan pemberian makan yang akhirnya memberikan status gizi (Prakhasita, 2018). Pola pemberian makan merupakan bentuk nyata pengasuhan orang tua yang diterapkan pada anaknya berkaitan

dengan pemenuhan gizi anak. Orang tua bertanggung jawab terhadap jenis makanan, jumlah makanan dan frekuensi makan anaknya.

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa pola pemberian makan tepat lebih banyak daripada pola pemberian makan tidak tepat. Pola pemberian makan pada anak yang diterapkan di sebuah keluarga tergantung pada ibu sebagai pengasuh utama anak. Ibu yang berpendidikan tinggi memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan seperti apa pola pemberian makan yang tepat untuk anaknya.

Berdasarkan tabel 1 pendidikan orang tua terbanyak adalah SMA. Pendidikan formal yang didapat ibu akan meningkatkan pemahaman ibu dalam menyerap informasi khususnya kebutuhan gizi untuk balita mereka (Prakhasita, 2018).

Ibu rumah tangga berperan dalam mengambil keputusan konsumsi pangan, dan menyajikan bahan makanan untuk seluruh anggota rumah tangga. Maka dari itu, semakin tinggi tingkat pendidikan orang tua akan semakin tinggi juga kemampuan dalam pengambilan keputusan konsumsi untuk memenuhi kebutuhan gizi seluruh anggota keluarga (Husnaniyah, 2020).

Selain itu, peran orang tua terutama ibu, dalam menyiapkan serta menyajikan makanan yang bergizi untuk anak juga ditentukan oleh penguasaan informasi dan ketersediaan sumber daya, khususnya dari segi keuangan keluarga. Dengan keuangan yang cukup, ibu bisa lebih leluasa dalam menentukan jenis makanan, jumlah makanan dan frekuensi makan bagi anggota keluarganya, sehingga seluruh anggota keluarga terutama anak dapat tercukupi kebutuhan nutrisinya. Dengan pola pemberian makan yang tepat, asupan nutrisi anak akan terpenuhi, sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik sesuai usia.

Stunting adalah keadaan status gizi yang menimpa anak di mana tinggi atau panjang badannya dibawah -2.0 Standar Deviasi (SD) jika dilakukan perbandingan rata-rata populasi (Rahmawati and Agustin, 2020). Stunting menjadi faktor resiko meningkatnya angka kematian, rendahnya kemampuan kognitif, dan perkembangan motorik, serta fungsi-fungsi tubuh yang tidak seimbang. Beberapa penelitian juga menunjukkan kejadian stunting dikaitkan dengan gangguan perkembangan, utamanya kognitif (Syahrudin, Ningsih and Menge, 2022).

Menurut penelitian Rahmawati & Agustin, pendapatan yang kurang dari UMR dapat meningkatkan kejadian stunting. Kejadian stunting adalah dampak dari indeks kekayaan rumah tangga (Agustin and Rahmawati, 2021). Dalam penelitian ini, paling banyak orang tua responden berpenghasilan  $\leq$  Rp.2.000.000. Pendapatan rendah yang terjadi secara terus – menerus dapat menjadi faktor penyebab terjadinya stunting. Hal ini dikarenakan pendapatan keluarga akan mempengaruhi kemampuan keluarga untuk membeli bahan pangan. Penyajian makanan dengan gizi yang tidak baik biasanya disebabkan karena pendapatan keluarga yang rendah. Oleh karena itu, faktor ekonomi menjadi salah satu faktor yang penting untuk menurunkan kejadian stunting. Dengan pendapatan yang meningkat, maka status gizi juga akan ikut meningkat, sehingga dapat mencegah terjadinya stunting.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3. diketahui bahwa pola pemberian makan tidak berhubungan dengan kejadian stunting pada balita usia 1 – 5 tahun dengan uji fisher exact nilai ( $p=0,448$ ) dan nilai  $\alpha=0,05$ .

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Suryawan, dkk yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pola asuh pemberian makan dengan kejadian stunting pada

balita usia 24-59 bulan di wilayah kerja puskesmas Klakah Kabupaten Lumajang (Suryawan, Ningtyias and Hidayati, 2022). Tidak adanya hubungan antara pola pemberian makan dengan kejadian stunting pada balita usia 1 – 5 tahun pada penelitian ini kemungkinan disebabkan kualitas asupan makan responden yang sudah baik. Selain itu, sebagian besar orang tua responden juga sudah menerapkan pola pemberian makan yang tepat untuk anaknya.

Hasil penelitian Ginting tahun 2024 juga mengemukakan bahwa tidak adanya hubungan antara jumlah makanan dengan kejadian stunting pada balita usia 12-59 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Marihat Bandar (Ginting *et al.*, 2024). Selain itu, penelitian lain juga mengemukakan tidak terdapat korelasi antara jenis makanan dan kejadian stunting di Desa Arokan, Kecamatan Kuala Pesisir, Kabupaten Nagan Raya (Mouliza and Darmawi, 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Samosir F.J (2020), disebutkan bahwa meskipun variasi jenis konsumsi makanan kurang, namun asupan kalori sudah memadai dan frekuensi makan yang tinggi, status gizi tetap dapat terjaga (Samosir and Firstiana, 2020).

Pada penelitian ini, salah satu kejadian stunting ditemukan pada balita yang orang tuanya memiliki pola pemberian makan tidak tepat pada indikator frekuensi makan. Hal tersebut dimungkinkan karena orang tua tidak memiliki jadwal khusus dalam pemberian makan. Kejadian stunting bisa disebabkan oleh perilaku ibu atau pengasuh yang terbiasa memberikan makan sesuai kemauan anak, sehingga makanan yang diberikan menjadi tidak terjamin dalam jumlah dan jenisnya. Hal ini membuat anak balita berisiko tinggi mengalami stunting

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pola pemberian makan dengan kejadian stunting pada balita usia 1 – 5 tahun di RW 2 Desa Tegaron Kecamatan Prambon Kabupaten Nganjuk.

### Saran

Diharapkan responden mempertahankan dan meningkatkan pengetahuan tentang pola pemberian makan pada balita dan stunting dengan mencari informasi di berbagai media online dan offline.

## KEPUSTAKAAN

- Agustin, L. and Rahmawati, D. (2021) 'Hubungan Pendapatan Keluarga dengan Kejadian Stunting', *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 4(1), p. 30. Available at: <https://doi.org/10.35473/ijm.v4i1.715>.
- Ariani, A.P. (2017) *Ilmu Gizi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Dayuningsih, Permatasari Endah Astika Tria, S.N. (2020) 'Pengaruh Pola Asuh Pemberian Makan Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita 0-59 Bulan', *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 14(2), pp. 3–11. Available at: <http://jurnal.fkm.unand.ac.id/index.php/jkma/>.
- Ginting, T. *et al.* (2024) 'Hubungan Pola Pemberian Makan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 12-59 Bulan Di Kecamatan Bandar Kabupaten Simalungun the Relationship of Feeding Patterns and Incidents of Stunting in Toddler Ages 12-59 Months in Bandar District , Simalungun Distri', *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 23(2), pp. 104–109.
- Husnaniyah (2020) 'Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dengan Kejadian Stunting', *The Indonesian Journal of Health Science*, 12(1).
- Izhar, M.D. (2017) 'Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Dengan Pola Asuh Makan Terhadap Status Gizi Anak Di Kota Jambi', *Jurnal Kesmas Jambi*, 1(2), pp. 61–75. Available at: <https://doi.org/10.22437/jkmj.v1i1.6531>.
- Mouliza, R. and Darmawi (2022) 'Hubungan Pola Pemberian Makan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 12-59 Bulan Di Desa Arongan', *Jurnal Biology Education*, 10(1), pp. 91–104. Available at: <https://doi.org/10.32672/jbe.v10i1.4120>.
- Prakhasita, R.C. (2018) *Hubungan Pola Pemberian Makan Dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 12-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Tambak Wedi Surabaya*.
- Rahmawati, D. and Agustin, L. (2020) *Cegah stunting dengan stimulasi psikososial dan keragaman pangan*. Malang: AE Publishing.
- Ramayulis, R. (2018) *Stop Stunting dengan Konseling Gizi*. Jakarta Timur: Penebar Swadaya Grup.
- Samosir, F.J. and Firstiana, Y. (2020) 'Jumlah, jenis, frekuensi konsumsi makanan, dan status gizi anak balita di Kelurahan Belawan II', *Jurnal Kesmas Prima Indonesia*, 2(2), pp. 22–25. Available at: <http://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/JKPI/article/view/1167/82>.
- Suryawan, A.E., Ningtyias, F.W. and Hidayati, M.N. (2022) 'Hubungan pola asuh pemberian makan dan skor keragaman pangan dengan kejadian stunting pada balita usia 24–59 bulan', *Ilmu Gizi Indonesia*, 6(1), p. 23. Available at: <https://doi.org/10.35842/ilgi.v6i1.310>.
- Syahrudin, A.N., Ningsih, N.A. and

Menge, F. (2022) 'Hubungan Kejadian Stunting dengan Perkembangan Anak Usia 6-23 Bulan', *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(4), pp. 327–332. Available at: <https://doi.org/10.33860/jik.v15i4.733>.

Zurhayati, N.H. (2022) 'Faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita', *Journal of Midwifery Science* [Preprint].