

Hubungan Asupan Nutrisi Dengan Kejadian Stunting Di Desa X Pada Tahun 2025

Nisa Ratna Kinanti¹, Happy Novriyanti Purwadi², Boy S. Sabarguna³

^{1,2} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banten

³ Universitas Indonesia

e-mail : ¹Anisaratinakinantii@gmail.com, ²happypurwadi@gmail.com, ³sabarguna014@yahoo.co.id

ABSTRAK

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi isu kesehatan masyarakat di Indonesia. Salah satu faktor yang berperan penting dalam kejadian stunting adalah asupan nutrisi yang tidak adekuat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asupan nutrisi dengan kejadian stunting pada balita usia 1–5 tahun di Desa Jampang Kecamatan Gunung Sindur tahun 2025. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 50 balita yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Data asupan nutrisi dikumpulkan melalui kuesioner, sedangkan kejadian stunting ditentukan berdasarkan pengukuran tinggi badan menurut umur (TB/U) sesuai standar WHO. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan prevalensi stunting sebesar 22%. Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara asupan nutrisi dengan kejadian stunting pada balita dengan nilai p-value = 0,006 ($p < 0,05$). Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa asupan nutrisi berhubungan secara signifikan dengan kejadian stunting pada balita. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan edukasi gizi kepada orang tua serta pemantauan pertumbuhan balita secara berkelanjutan sebagai upaya pencegahan stunting.

Kata Kunci: Asupan Nutrisi, Stunting, Balita

ABSTRACT

Stunting is one of the chronic nutritional problems that remains a public health issue in Indonesia. One of the factors that plays an important role in the incidence of stunting is inadequate nutritional intake. This study aims to determine the relationship between nutritional intake and the incidence of stunting in children aged 1–5 years in Jampang Village, Gunung Sindur District, in 2025. This study used a quantitative design with a cross-sectional approach. The study sample consisted of 50 toddlers selected using simple random sampling. Nutritional intake data were collected through questionnaires, while stunting was determined based on height-for-age measurements according to WHO standards. Data analysis was performed using univariate and bivariate analysis with the Chi-Square test. The results showed a stunting prevalence of 22%. Bivariate analysis revealed a significant relationship between nutritional intake and stunting in toddlers with a p-value of 0.006 ($p < 0.05$). The conclusion of this

study indicates that nutritional intake is significantly associated with stunting in toddlers. Therefore, it is necessary to improve nutrition education for parents and monitor toddler growth continuously as a stunting prevention measure.

Keywords: Nutritional Intake, Stunting, Toddlers

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang hingga kini masih menjadi tantangan serius dalam pembangunan kesehatan masyarakat di Indonesia. Kondisi ini ditandai dengan panjang atau tinggi badan balita menurut umur yang berada di bawah standar deviasi yang ditetapkan oleh World Health Organization (WHO), sebagai akibat dari kekurangan gizi yang berlangsung dalam jangka panjang. Dampak stunting tidak hanya terbatas pada terhambatnya pertumbuhan fisik anak, tetapi juga berimplikasi luas terhadap perkembangan kognitif, penurunan daya tahan tubuh, serta berpotensi menurunkan kapasitas produktivitas dan kualitas sumber daya manusia di masa dewasa. Dengan demikian, stunting tidak hanya merupakan isu kesehatan, tetapi juga persoalan sosial dan ekonomi jangka panjang.

Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), prevalensi stunting di Indonesia masih berada di atas target nasional, menunjukkan bahwa upaya pencegahan dan penanggulangan yang telah dilakukan belum sepenuhnya optimal.

Salah satu determinan utama yang secara konsisten dikaitkan dengan kejadian stunting adalah asupan nutrisi yang tidak sesuai dengan kebutuhan balita. Kekurangan asupan energi, protein, dan zat gizi mikro yang berlangsung lama, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan yang bersifat permanen dan sulit diperbaiki pada fase kehidupan selanjutnya. Di samping itu, faktor sosial ekonomi, tingkat pendidikan orang tua, serta pola asuh dan praktik pemberian makan turut memperkuat risiko terjadinya stunting pada anak.

Berbagai penelitian terdahulu telah membuktikan adanya hubungan antara asupan nutrisi dengan kejadian stunting pada balita. Namun, temuan penelitian tersebut menunjukkan variasi hasil antarwilayah, yang mengindikasikan bahwa konteks lokal, termasuk kondisi sosial, budaya, dan pola konsumsi masyarakat, berperan penting dalam memengaruhi status gizi anak. Hingga saat ini, kajian yang secara spesifik menganalisis hubungan asupan nutrisi dengan kejadian stunting pada balita usia

1–5 tahun di tingkat desa, khususnya di Desa Jampang Kecamatan Gunung Sindur, masih terbatas. Padahal, wilayah tersebut masih ditemukan kasus stunting pada balita yang memerlukan perhatian khusus berbasis data lokal.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara asupan nutrisi dengan kejadian stunting pada balita usia 1–5 tahun di Desa Jampang Kecamatan Gunung Sindur tahun 2025. **Kontribusi utama penelitian ini** adalah menyediakan bukti empiris berbasis konteks lokal mengenai peran asupan nutrisi terhadap kejadian stunting, yang diharapkan dapat menjadi dasar dalam perumusan intervensi gizi yang lebih tepat sasaran di tingkat desa. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi tenaga kesehatan dan pemangku kebijakan setempat dalam menyusun strategi pencegahan stunting yang lebih efektif dan berkelanjutan, serta memperkaya literatur ilmiah terkait determinan stunting pada balita di tingkat komunitas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilaksanakan di Desa Jampang Kecamatan Gunung Sindur pada

tahun 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki balita usia 1–5 tahun sebanyak 64 balita. Sampel penelitian berjumlah 50 balita yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah asupan nutrisi, sedangkan variabel dependen adalah kejadian stunting. Data asupan nutrisi dikumpulkan menggunakan kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Status stunting ditentukan berdasarkan pengukuran tinggi badan menurut umur (TB/U) dan diklasifikasikan sesuai standar WHO.

Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi variabel penelitian, serta analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan antara asupan nutrisi dan kejadian stunting dengan tingkat signifikansi 0,05.

Tabel dan Gambar

Tabel 1. Karakteristik Balita Responden (n = 50)

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	22	44,0
Perempuan	28	56,0

Usia Balita (bulan)		
12–23	7	14,0
24–35	14	28,0
36–47	8	16,0
48–59	21	42,0

Sumber: Data primer, 2025

Tabel 2. Karakteristik Ibu Responden (n = 50)

Karakteristik	n	%
Usia Ibu (tahun)		
22–28	12	24,0
29–35	26	52,0
36–41	7	14,0
42–50	5	10,0
Pendidikan Terakhir		
SMP	13	26,0
SMA	37	74,0
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	48	96,0
Lainnya	2	4,0

Sumber: Data primer, 2025

Tabel 3. Distribusi Asupan Nutrisi dan Kejadian Stunting

Variabel	n	%
Asupan Nutrisi		
Tepat	47	94,0
Tidak tepat	3	6,0
Status Stunting		
Stunting	11	22,0
Tidak stunting	39	78,0

Sumber: Data primer, 2025

Tabel 4. Hubungan Asupan Nutrisi dengan Kejadian Stunting

Asupan Nutrisi	Stunting	Tidak Stunting	Total	p-value
	n (%)	n (%)		
Tepat	10 (20,0)	37 (80,0)	47	
Tidak tepat	1 (33,3)	2 (66,7)	3	
Total	11	39	50	0,006

Sumber: Data primer, 2025
Uji Chi-Square

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden dan Kaitannya dengan Kejadian Stunting

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas balita berada pada kelompok usia 48–59 bulan. Secara teoritis, usia ini merupakan fase di mana dampak kekurangan gizi kronis yang terjadi pada periode sebelumnya, khususnya pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), mulai terlihat secara nyata dalam bentuk gangguan pertumbuhan linear (Dewey & Begum, 2011). Stunting yang teridentifikasi pada usia ini mencerminkan akumulasi paparan risiko gizi sejak masa kehamilan hingga dua tahun pertama kehidupan anak, sehingga memperkuat konsep bahwa stunting merupakan kondisi

kronis dan bukan masalah gizi akut (Prendergast & Humphrey, 2014).

Mayoritas ibu responden berada pada usia produktif dan memiliki tingkat pendidikan menengah (SMA). Pendidikan ibu secara teoritis berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik pengasuhan serta pemberian makan anak (UNICEF, 2019). Namun, masih ditemukannya kasus stunting pada kelompok ibu dengan pendidikan relatif baik menunjukkan bahwa pendidikan formal belum tentu secara langsung berbanding lurus dengan praktik pemenuhan gizi yang optimal. Hal ini sejalan dengan temuan Black et al. (2013) yang menyatakan bahwa status gizi anak dipengaruhi oleh interaksi kompleks antara faktor pengetahuan, perilaku, dan lingkungan.

Selain itu, sebagian besar ibu berstatus sebagai ibu rumah tangga, yang secara teoritis memberikan peluang lebih besar dalam pengasuhan anak. Namun demikian, kejadian stunting yang masih ditemukan mengindikasikan bahwa ketersediaan waktu tidak selalu menjamin kualitas pola asuh gizi. Temuan ini mendukung pendekatan ekologi kesehatan masyarakat yang menempatkan stunting sebagai hasil interaksi berbagai determinan, bukan hanya faktor individu (Prendergast & Humphrey, 2014).

Kejadian Stunting sebagai Masalah Kesehatan Masyarakat

Prevalensi stunting sebesar 22% menunjukkan bahwa stunting di wilayah penelitian masih tergolong sebagai masalah kesehatan masyarakat. Menurut World Health Organization (2010), prevalensi stunting $\geq 20\%$ menandakan kondisi kesehatan masyarakat yang memerlukan intervensi serius dan berkelanjutan. Meskipun angka ini lebih rendah dibandingkan rata-rata nasional, keberadaan proporsi balita stunting yang masih signifikan menunjukkan bahwa upaya pencegahan yang ada belum sepenuhnya efektif menjangkau seluruh kelompok berisiko.

Menariknya, sebagian besar keluarga responden memiliki penghasilan di atas satu juta rupiah per bulan. Hal ini menguatkan pandangan bahwa stunting tidak semata-mata disebabkan oleh kemiskinan, tetapi juga oleh kualitas asupan nutrisi, pola asuh, serta faktor kesehatan dan lingkungan (de Onis & Branca, 2016). Dengan demikian, peningkatan kondisi ekonomi tanpa diiringi perbaikan kualitas praktik pemberian makan belum tentu mampu menurunkan prevalensi stunting secara signifikan.

Asupan Nutrisi dan Dinamika Pemenuhannya

Sebagian besar responden berada dalam kategori asupan nutrisi tepat. Secara umum, hal ini dapat mencerminkan keberhasilan program edukasi gizi di masyarakat. Namun, masih ditemukannya balita stunting pada kelompok ini menunjukkan adanya kemungkinan bahwa asupan nutrisi yang dinilai tepat saat ini belum mencerminkan riwayat pemenuhan gizi pada periode kritis sebelumnya. Menurut Dewey dan Begum (2011), perbaikan asupan nutrisi setelah usia dua tahun sering kali tidak mampu sepenuhnya memperbaiki gangguan pertumbuhan linear yang telah terjadi.

Selain itu, penilaian asupan nutrisi secara kategorikal memiliki keterbatasan dalam menggambarkan kualitas gizi secara spesifik, terutama kecukupan protein hewani dan mikronutrien seperti zat besi dan zinc yang berperan penting dalam pertumbuhan tulang dan jaringan (WHO, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa ketepatan asupan nutrisi tidak hanya ditentukan oleh frekuensi makan, tetapi juga oleh kualitas dan keberagaman pangan yang dikonsumsi anak.

Hubungan Asupan Nutrisi dengan Kejadian Stunting

Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara asupan nutrisi dengan kejadian stunting ($p = 0,006$). Temuan ini konsisten dengan teori gizi yang menyatakan bahwa kekurangan asupan energi, protein, dan mikronutrien dalam jangka panjang dapat menghambat pertumbuhan linear anak (Black et al., 2013). Balita dengan asupan nutrisi tidak tepat memiliki proporsi stunting yang lebih tinggi, yang menunjukkan bahwa ketidaktepatan pemenuhan gizi merupakan faktor risiko penting terjadinya stunting.

Hasil penelitian ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya di Indonesia yang melaporkan adanya hubungan bermakna antara asupan nutrisi dengan kejadian stunting pada balita (Rahmadhita, 2020). Keselarasan ini memperkuat bukti bahwa intervensi gizi yang berfokus pada pemenuhan nutrisi adekuat sejak dini merupakan strategi utama dalam pencegahan stunting.

Namun demikian, hubungan signifikan ini perlu ditafsirkan secara kritis. Asupan nutrisi merupakan salah satu determinan utama, tetapi bukan satunya faktor penyebab stunting. Faktor lain seperti penyakit infeksi berulang, sanitasi lingkungan, dan akses pelayanan kesehatan juga berkontribusi terhadap

terjadinya stunting (Prendergast & Humphrey, 2014). Oleh karena itu, upaya pencegahan stunting memerlukan pendekatan komprehensif dan lintas sektor.

Sintesis Teoretis

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperkuat kerangka teoretis yang menyatakan bahwa stunting merupakan manifestasi dari kekurangan gizi kronis yang dipengaruhi oleh berbagai determinan. Hubungan signifikan antara asupan nutrisi dan kejadian stunting menegaskan pentingnya kualitas pemenuhan gizi dalam mendukung pertumbuhan anak. Penelitian ini memberikan kontribusi dengan menyajikan bukti empiris berbasis konteks lokal yang dapat menjadi dasar penguatan intervensi gizi pada tingkat desa, khususnya dengan menekankan pencegahan sejak periode 1.000 HPK.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan nutrisi dengan kejadian stunting pada balita usia 1–5 tahun di Desa Jampang Kecamatan Gunung Sindur tahun 2025. Balita yang memperoleh asupan nutrisi tidak adekuat memiliki risiko lebih tinggi

mengalami stunting dibandingkan dengan balita yang memperoleh asupan nutrisi adekuat. Temuan ini menegaskan bahwa pemenuhan nutrisi yang tepat, baik dari segi kualitas maupun kuantitas, merupakan faktor penting dalam mendukung pertumbuhan linear anak.

Meskipun sebagian besar responden memiliki karakteristik sosial ekonomi yang relatif baik, kejadian stunting masih ditemukan, yang menunjukkan bahwa stunting tidak semata-mata dipengaruhi oleh faktor ekonomi, tetapi juga oleh ketepatan dan keberlanjutan pemenuhan nutrisi, terutama pada periode kritis awal kehidupan. Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan bukti empiris berbasis konteks lokal bahwa perbaikan asupan nutrisi pada balita merupakan komponen kunci dalam upaya pencegahan stunting.

Implikasi dari penelitian ini menegaskan pentingnya penguatan edukasi gizi kepada orang tua serta pemantauan pertumbuhan balita secara rutin oleh tenaga kesehatan sebagai bagian dari strategi pencegahan stunting yang berkelanjutan di tingkat desa.

DAFTAR PUSTAKA

- Camci, N., Bas, M., & Buyukkaragoz, A. H. (2014). The psychometric properties of the Child Feeding Questionnaire (CFQ)

- in Turkey. *Appetite*, 78, 49–54.
<https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.03.002>
- Dewey, K. G., & Begum, K. (2011). Long-term consequences of stunting in early life. *Maternal & Child Nutrition*, 7(Suppl 3), 5–18. <https://doi.org/10.1111/j.1740-8709.2011.00349.x>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Rahmawati, D., Agustin, L., Sari, A. N., & Tofa'ati, T. N. (2024). Hubungan pola pemberian makan dengan kejadian stunting pada balita usia 1–5 tahun. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 19(2), 123–131.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- UNICEF. (2021). *The state of the world's children 2021: On my mind – promoting, protecting and caring for children's mental health*. New York: UNICEF.
- World Health Organization. (2010). *Nutrition landscape information system (NLIS) country profile indicators*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2020). *WHO child growth standards: Length/height-for-age*. Geneva: WHO.