Jurnal Kesmas Untika Luwuk: Public Health Journal
Volume 14, Nomor 2, Desember 2023
P-ISSN: 2086-3773, E-ISSN: 2620-8245
Website: https://journal.fkm-untika.ac.id/index.php/phj
This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.



Asupan Gizi Balita Stunting di Daerah Pesisir Kecamatan Bualemo Tahun 2022

(Nutritional Intake of Stunting Toddlers in the Coastal Area, Bualemo District in 2022)

Erni Yusnita Lalusu[1*], Rahimatul Azmi[1], Anang Samudera Otoluwa[1.2]

[1]Fakultas Kesehatan Mayarakat, Universitas Tompotika Luwuk
[2]Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo
*Koresponden Penulis: erniyusnitalalusu@gmail.com

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah kurang gizi kronis pada anak balita yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu yang lama. Stunting pada anak disebabkan karena hasil jangka panjang pola konsumsi kronis diet yang memiliki kualitas yang buruk dan diiringi dengan morbiditas, penyakit infeksi, serta masalah lingkungan. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui asupan gizi balita stunting di daerah pesisir Kecamatan Bualemo tahun 2022. Penelitian ini merupakan penelitian observasional deskriptif dengan subjek penelitian yaitu 47 balita stunting usia 12-59 bulan di daerah lokus stunting di pesisir Kecamatan Bualemo. Pengukuran asupan gizi menggunakan metode *recall* 24 jam. Analisis data secara deskriptif. Hasil penelitian diperoleh asupan karbohidrat kurang (97,9%), asupan karbohidrat baik (2,1%), asupan protein kurang (42,6%), asupan protein baik (34,0%), asupan zat besi kurang (83,0%), asupan zat besi baik (2,1%), asupan zinc kurang (78,7%), asupan zinc baik (4,3%), asupan kalsium kurang (83,0%), asupan kalsium baik (2,1%), asupan vitamin D kurang (93,6%), dan asupan vitamin D baik (4,3%). Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa asupan karbohidrat, zat besi, zinc, kalsium, dan vitamin D dalam kategori sangat kurang. Oleh karena itu disarankan perlu dilakukannya sosialisasi kepada orang tua balita tentang upaya pemenuhan gizi balita yang mengandung karbohidrat, zat besi, zinc, kalsium, dan vitamin D dengan memanfaatkan sumber pangan lokal.
Kata kunci: Asupan gizi, balita, stunting

ABSTRACT

Stunting is a problem of chronic malnutrition in children under five which is caused by a lack of nutritional intake for a long time. Stunting in children is caused by the long-term results of chronic consumption patterns of poor quality diets and is accompanied by morbidity, infectious diseases and environmental problems. The aim of the research is to determine the nutritional intake of stunted toddlers in the coastal areas of Bualemo District in 2022. This research is a descriptive observational study with research subjects namely 47 stunted toddlers aged 12-59 months in the stunting locus area in the coastal Bualemo District. Measuring nutritional intake uses the 24h recall method. Descriptive data analysis. The results of the study showed that carbohydrate intake was low (97.9%), good carbohydrate intake (2.1%), low protein intake (42.6%), good protein intake (34.0%), low iron intake (83. 0%), good iron intake (2.1%), low zinc intake (78.7%), good zinc intake (4.3%), low calcium intake (83.0%), good calcium intake (2 .1%), vitamin D intake was poor (93.6%), and vitamin D intake was good (4.3%). From the research results it can be concluded

DOI: **https://doi.org/10.51888/phj.v14i1.223**

that the intake of carbohydrates, iron, zinc, calcium and vitamin D is in the very deficient category. Therefore, it is recommended that there be outreach to parents of toddlers about efforts to fulfill toddler nutrition which contains carbohydrates, iron, zinc, calcium and vitamin D by utilizing local food sources.
Keywords: Nutritional intake, toddlers, stunting

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah kurang gizi kronis pada anak balita yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu yang lama, hal ini menyebabkan adanya gangguan dimasa yang akan datang yakni mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal. Anak stunting mempunyai *intellegence quotient* (IQ) lebih rendah dibandingkan dengan rata-rata IQ anak normal (Kemenkes RI, 2018).

United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) memperkirakan jumlah anak stunting dibawah usia 5 tahun sebanyak 149,2 juta pada tahun 2020, turun 26,7% dibandingkan pada tahun 2000 yang mencapai 203,6 juta (Munairah, 2022). SSGI 2021 yang dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan menyatakan bahwa saat ini, prevalensi stunting di Indonesia lebih baik dibandingkan dengan Myanmar (35%), namun masih lebih tinggi dari Vietnam (23%), Malaysia (17%), Thailand (16%) dan Singapura (4%) (SSGI, 2021).

Berdasarkan hasil SSGI tahun 2021, diketahui bahwa angka stunting tingkat nasional mengalami penurunan sebesar 1,6% per tahun. Pada tahun 2019 angka stunting secara nasional sebesar 27,7% , menurun menjadi 26,9% ditahun 2020 dan pada tahun 2021 menurun kembali menjadi 24,4%. Provinsi dengan presentase balita stunting tertinggi adalah Nusa Tenggara Timur sebesar 37,8%, sementara itu provinsi dengan presentase terendah adalah Bali sebesar 10,9% (SSGI Kabupaten Kota, 2021).

Trend prevalensi stunting di Kabupaten Banggai dari tahun 2013 sampai dengan 2021 mengalami penurunan. Pada tahun 2013 prevalensi stunting sebesar 35,6% dan kemudian menurun menjadi 31,2% ditahun 2018. Berdasarkan hasil SSGI tahun 2021, prevalensi balita stunting di Kabupaten Banggai menurun menjadi 26% (SSGI Kabupaten/Kota, 2021). Berdasarkan data Puskesmas Bualemo dan Puskesmas Tikupon, total keseluruhan balita stunting di Kecamatan Bualemo sebanyak 174 balita (16,33%) dari 1.065 balita diukur. Di Kecamatan Bualemo terdapat 5 desa lokus stunting yang berada di pesisir. Dari kelima desa tersebut jumlah balita yang menderita stunting sebanyak 47 balita (14%) dari 352 balita diukur (Laporan Indikator Gizi PKM Bualemo & Data Balita PKM Tikupon, 2021).

Kejadian stunting dapat mengakibatkan tidak optimalnya kemampuan kognitif anak yang akan berpengaruh terhadap kehidupannya kedepan. Dampak lain yang dapat ditimbulkan oleh stunting yaitu menyebabkan penurunan fungsi imunitas, perubahan metabolik, serta penurunan perkembangan motorik anak. Balita yang menderita stunting akan menimbulkan dampak jangka panjang yaitu berisiko terkena penyakit degeneratif seperti obesitas, *glucose tolerance*, penyakit jantung koroner, hipertensi, osteoporosis, penurunan peforma dan produktifitas (Rahman, 2018).

Dari penelitian sebelumnya dijelaskan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan risiko kejadian stunting adalah kurangnya asupan gizi dalam jangka waktu yang lama, sehingga dapat terjadi perlambatan pertumbuhan. Kekurangan mikronutrient seperti kalsium dan vitamin D selama masa pertumbuhan dapat menyebabkan rakhitis pada anak. Asupan vitamin A dan seng berpengaruh dalam sistem imun dan infeksi pada anak stunting. Selain itu juga, kekurangan asupan gizi makro

seperti protein maupun gizi mikro seperti zat besi pada masa pertumbuhan akan berdampak pada stunting (Kusdalinah & Suryani, 2021). Semua jenis zat gizi pada dasarnya penting bagi anak-anak yang mengalami stunting. Namun demikian, ada beberapa zat gizi yang paling berpengaruh untuk mencegah stunting.

Masyarakat di daerah pesisir seharusnya memiliki peluang lebih besar untuk mengonsumsi makanan yang banyak mengandung protein hewani seperti ikan karena sumber dan ketersediannya yang cukup banyak, sehingga masalah gizi seperti stunting tidak akan banyak terjadi (Femidio & Muniroh, 2020). Tujuan umum penelitian ini yaitu untuk mengetahui asupan gizi balita stunting di daerah pesisir Kecamatan Bualemo.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah observasional deskriptif, lokasi penelitian di desa lokus stunting pesisir Kecamatan Bualemo, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh balita stunting di desa lokus stunting di pesisir Kecamatan Bualemo yaitu sebanyak 47 balita. Data karakteristik responden didapatkan dengan pengisian kuesioner karakteristik dan data asupan gizi diperoleh dari pengisian formulir *food recall* 24 jam selama tiga kali tidak berturut-turut.

HASIL

Pada Tabel 1 ditunjukkan bahwa berdasarkan umur, balita stunting di daerah pesisir Kecamatan Bualemo yang tertinggi adalah kelompok umur 48-59 bulan (31,9% balita). Sedangkan yang paling rendah adalah kelompok umur 12-23 bulan (17% balita). Menurut jenis kelamin yang paling tinggi adalah perempuan (53,2% balita) sedangkan yang paling rendah adalah laki-laki (46,8% balita).

Tabel 1. Karakteristik Balita Stunting

Karakteristik	N	%
Kelompok Umur (bulan)		
12-23	8	17
24-35	11	23,4
36-48	13	27,7
49-59	15	31,9
Jenis Kelamin		
Laki-laki	22	46,8
Perempuan	25	53,2

Gambaran asupan gizi dari balita stunting di daerah pesisir Kecamatan Bualemo dapat dilihat pada Tabel 2 dimana terdiri asupan karbohidrat, protein, zat besi, zinc, kalsium dan vitamin D. Dari 47 balita stunting, 97,9% memiliki asupan karbohidrat kurang, 2,1% memiliki asupan karbohidrat baik, 42,6% memiliki asupan protein kurang, 34,0% memiliki asupan protein baik, 83,0% memiliki asupan zat besi kurang, 2,1% memiliki asupan zat besi baik, 78,7% memiliki asupan zinc kurang, 4,3% memiliki asupan zinc baik, 83,0% memiliki asupan kalsium kurang, 2,1% memiliki asupan kalsium baik, 93,6% memiliki asupan vitamin D kurang dan 4,3% memiliki asupan vitamin D baik.

Tabel 2. Asupan Gizi Balita Stunting

Asupan Gizi Balita	N	%
Asupan Karbohidrat		
Kurang	46	97,9
Baik	1	2,1
Asupan Protein		
Kelebihan Asupan	6	12,8
Kurang	20	42,6
Baik	16	34,0
Defisit Ringan	5	10,6
Asupan Zat Besi		
Kurang	39	83,0
Kelebihan Asupan	5	10,6
Defisit Ringan	2	4,3
Baik	1	2,1
Asupan Zinc		
Kelebihan Asupan	6	12,8
Kurang	37	78,7
Baik	2	4,3
Defisit Ringan	2	4,3
Asupan Kalsium		
Kelebihan Asupan	4	8,5
Defisit Ringan	3	6,4
Kurang	39	83,0
Baik	1	2,1
Asupan Vitamin D		
Defisit Ringan	1	2,1
Kurang	44	93,6
Baik	2	4,3

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui bahwa balita stunting di daerah pesisir Kecamatan Bualemo masih kurang mengonsumsi makanan yang mengandung karbohidrat, zat besi, zinc, kalsium dan vitamin D.

Dengan terpenuhinya asupan karbohidrat, dapat menunjang proses pertumbuhan balita. Pada penelitian Nur Amaliah dkk (2019) didapatkan hasil sebagian besar asupan karbohidrat dengan kategori kurang (60%), dapat mempengaruhi kejadian stunting.

Pertumbuhan anak sangat didukung oleh tingkat kecukupan asupan protein yang tinggi. Masih banyak balita yang mengalami stunting di daerah pesisir, sementara masyarakat pesisir memiliki peluang untuk mengonsumsi bahan pangan yang kaya akan protein. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Alfoni (2020) menjelaskan bahwa semakin baik asupan protein yang diberikan maka semakin tidak adanya anak yang mengalami stunting.

Hasil penelitian Kusdalinah dan Suryani (2021) menyatakan kekurangan zat gizi seperti zat besi dapat beresiko pada kejadian stunting. Rendahnya asupan zat besi dapat mengakibatkan terganggunya sistem imun pada anak.

Balita membutuhkan asupan zinc untuk proses pertumbuhan yang baik karena kekurangan asupan zinc merupakan salah satu penyebab kejadian stunting. Sejalan dengan hasil penelitian Yuliantini dkk (2022) bahwa balita yang asupan zincnya kurang,

akan memiliki risiko lebih besar mengalami stunting dibandingkan dengan balita yang asupan zincnya cukup baik.

Kurangnya asupan kalsium dapat menyebabkan stunting karena ketika kekurangan asupan kalsium balita dapat mengalami gangguan pertumbuhan. Hal tersebut disebabkan oleh kandungan kalsium dalam tulang menurun. Dari hasil penelitian Martony dkk (2020) menyatakan bahwa kelompok balita dengan asupan kalsium yang rendah lebih berpeluang mengalami stunting daripada kelompok balita dengan asupan kalsium yang cukup.

Vitamin D berperan membantu absorbsi kalsium dalam tubuh, jika absorbsi kalsium terganggu, maka mineralisasi pada tulang akan ikut terganggu. Akibatnya pertumbuhan balita tidak optimal dan menyebabkan terjadinya risiko stunting. Sejalan dengan hasil penelitian Chairunnisa dkk (2018) bahwa asupan vitamin D anak masih tergolong rendah, hal ini disebabkan oleh variasi sumber asupan vitamin D yang dikonsumsi subjek sangat terbatas.

Dari hasil *recall* 24 jam dapat dilihat bahwa frekuensi makan balita stunting di daerah pesisir Kecamatan Bualemo tidak teratur dan begitu juga dengan porsi makannya yang sebagian besar sangat sedikit. Menurut Kusumayanti (2021), frekuensi makan yang tidak teratur, jenis menu yang tidak bervarias, serta jumlah porsi makan yang kurang dapat mempengaruhi kejadian stunting pada balita.

KESIMPULAN DAN SARAN

Asupan karbohidrat, zat besi, zinc, kalsium, dan vitamin D balita stunting di daerah pesisir Kecamatan Bualemo dalam kategori kurang. Oleh karena itu perlu dilakukannya sosialisasi kepada orang tua balita tentang upaya pemenuhan gizi balita yang mengandung karbohidrat, zat besi, zinc, kalsium, dan vitamin D dengan memanfaatkan sumber pangan lokal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih dapat diberikan kepada: pihak-pihak yang memberikan bantuan dana dan dukungan, dukungan dari bagian dan lembaga, para profesional yang memberikan kontribusi dalam penyusunan laporan.

DAFTAR PUSTAKA

Daracantika, A., Ainin, A., & Besral, B. (2021). Pengaruh Negatif Stunting terhadap Perkembangan Kognitif Anak. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, dan Informatika Kesehatan*, *1*(2), 124–134. https://doi.org/10.51181/bikfokes.v1i2.4647, diakses pada 28 Januari 2022.

Fardiani, N. A., & Flora, R. (2020). Pola Asuh Dan Pola Makan Balita Stunting Di Wilayah Pesisir Pantai Teluk Betung Timur. *Undergraduate, Sriwijaya University.*https://doi.org/10/RAMA_13201_10011381621170_0227097101_06_ref.pdf, diakses pada 28 Jnauari 2022.

Femidio, M., & Muniroh, L. (2020). Perbedaan Pola Asuh dan Tingkat Kecukupan Zat Gizi pada Balita Stunting dan Non-Stunting di Wilayah Pesisir Kabupaten Probolinggo. *Amerta Nutrition*, *4*(1), 49–57. https://doi.org/10.20473/amnt.v4i1.2020.49-57, diakses pada 28 Januari 2022.

Fitra, N. (2017). Hubungan faktor asupan makanan dan kondisi penyakit dengan kejadian stunting pada anak balita di wilayah kerja puskesmas barombong kota

makassar *Diploma, UIN Alauddin Makassar*. https://repositori.uin-alauddin.ac.id/9704/, diakses pada 30 Januari 2022.

Halim, K. (2020, May 11). Fungsi Zinc dan Perannya bagi Kesehatan Tubuh. *Jovee.Id*. https://jovee.id/peran-dan-fungsi-zinc-bagi-kesehatan-tubuh/, diakses pada 2 Februari 2022.

SSGI. (2021). Hasil Survey Status Gizi Indonesia Tahun 2021 tingkat Kabupaten Kota. https://www.slideshare.net/ssuser200d5e/hasil-survey-status-gizi-indonesia-tahun-2021-tingkat-kabupaten-kota?from_action=save, diakses pada 23 April 2022.

Velishya, A. (2020, June 3). Kalsium, Seperti Apa Kandungannya?. *Jovee.Id*. https://jovee.id/kalsium-seperti-apa-kandungannya/, diakses pada 13 April 2022.

Adelia, D.A.N. (2019). Kejadian Stunting Berdasarkan Riwayat Persalinan Pada Anak Usia 36 – 59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Abang I Kabupaten Karangasem - *Repository Politeknik Kesehatan Denpasar*. http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/2672/, diakses pada 20 April 2022.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). https://www.kemkes.go.id/article/view/21122800001/penurunan prevalensi-stunting-tahun-2021-sebagai-modal-menuju-generasi-emas-indonesia-2045.html, diakses pada 21 April 2022.

Kusdalinah, K., & Suryani, D. (2021). Asupan zat gizi makro dan mikro pada anak sekolah dasar yang stunting di Kota Bengkulu. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, *6*(1), 93–99. https://doi.org/10.30867/action.v6i1.385, diakses pada 2 Februari 2022.

La'biran, F. J. (2020). Hubungan Antara Pola Makan Anak Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 25-59 Bulan Di Kecamatan Tamalanrea, Kota Makassar Tahun 2020. *Other, Universitas Hasanuddin*. http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/966/, diakses pada 5 Februari 2022.

Zhafirah. (2020). Manfaat Zat Besi untuk Tumbuh Kembang Anak. https://www.generasimaju.co.id/manfaat-zat-besi-untuk-tumbuh-kembang-anak, diakses pada 20 April 2022.

Putri, A. (2021). Mengenal Manfaat Karbohidrat, Jenis dan Risikonya. http://ners.unair.ac.id/site/index.php/news-fkp-unair/30-lihat/1292-mengenal-manfaat-karbohidrat-jenis-dan-risikonya, diakses pada 5 Februari 2022.

Munairah, M. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Bamban Kabupaten Hulu Sungai Selatan. *Diploma, Universitas Islam Kalimantan MAB*. http://eprints.uniska-bjm.ac.id/10931/, diakses pada 6 Februari 2022.

Rahman, F. D. (2018). Pengaruh Pola Pemberian Makanan Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Sumberjambe, Kasiyan, dan Puskesmas Sumberbaru Kabupaten Jember). *The Indonesian Journal of Health Science*, *10*(1), Article 1. https://doi.org/10.32528/the.v10i1.1451, diakses pada 6 Februari 2022.

Sari, I. P. (2020). Perbedaan Pola Pemberian Makan Pada Balita Stunting Dengan Balita Sehat Di Wilayah Kerja Puskesmas Burneh Kabupaten Bangkalan. *Undergraduate,*

Universitas Muhammadiyah Gresik. https://doi.org/10/BAB%206.pdf, diakses pada 6 Februari 2022.

Tanjung, M. A. (2019). Gambaran Pola Makan Anak Balita Stunting Di Desa Sidoharjo I Pasar Miring, Kecamatan Pagar Merbau, Kabupaten Deli Serdang. http://repo.poltekkesmedan.ac.id/jspui/bitstream/123456789/1674/1/KTI%20MAHDINA%20ALIFA%20TANJUNG.pdf, diakses pada 29 Januari 2022.

Zhafira, L. Z. (2020). Gambaran Pola Makan Dan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar Pembangunan Jaya 2 Sidoarjo. *Diploma, Poltekkes Kemenkes Surabaya*. https://doi.org/10/Bab%202.pdf, diakses pada 30 Januari 2022.

Thamaria, Netty. (2017). Bahan Ajar Gizi: Penilaian Status Gizi. *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.* http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/11/PENILAIAN-STATUS-GIZI-FINAL-SC.pdf, diakses pada 29 Januari 2022.

Widiyanti, N.M. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Kurang Pada Balita Di UPT Puskesmas Klungkung I. *Poltekkes Kemenkes Denpasar*. http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7257/7/Halaman%20Depan.pdf, diakses pada 30 Januari 2022.

Fathia, F. R., Arum, D. N. S., & Kurniati, A. (2019). Hubungan Stunting Dengan Perkembangan Blaita Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Gedangsari II Kabupaten Gunungkidul. *Repository Poltekkesjogja.* http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/2244/3/CHAPTER%20II.pdf, diakses pada 28 Januari 2022.

Utari, D. S., Waryana, Elza, & Ismail (2019). Kajian Kejadian Stunting Pada Balita Berdasarkan Karakteristik Keluarga Di Desa Sidoharjo Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo. *Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*. http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1014/4/chapter2.doc.pdf, diakses pada 20 Januari 2022.

Jufri, N. (2017). Analisis Profil Protein Ikan Kakap Merah (Lutjanus sp) Berbasis SDS-PAGE Dengan Variasi Lama Marinasi Dan Konsentrasi Asam Cuka. *Repository Universitas Muhamadiyah Semarang*. http://repository.unimus.ac.id/1710/4/12%20BAB%20II.pdf, diakses pada 30 Januari 2022.

Abdillah Fajar, S. (2019). Handbook Azura Buku Saku Gizi. https://www.academia.edu/38105622/BUKU_SAKU_GIZI_Pediatric_Youth_Adult_Geriatri_Catatan_untuk_Ahli_Gizi_Indonesia_SVASTHA_HARENA, diakses pada 25 April 2022.

Martony, O., Lestriana, D., & Amri, Z.(2020). Pemberdayaan Ibu Untuk Perbaikan Pola Konsumsi Ikan Terhadap Peningkatan Asupan Protein, Kalsium, Zink dan Z-Score Tinggi Badan Menurut Umur Pada Balita Stunting. *poltekkes medan.* http://repo.poltekkes-medan.ac.id/xmlui/handle/123456789/2429, diakses pada 01 September 2022.

Kusumayanti, D. & Herawati, D. M. D. (2021). Asupan Gizi dan Pola Makan Anak Stunting Usia 12-23 Bulan Di Desa Lokasi Khusus (Lokus) Kabupaten Cirebon. *ejournal*

persagi. http://ejournal.persagi.org/index.php/Gizi_Indon/article/view/446, diakses pada 01 September 2022.

Alfoni, W. (2020). Gambaran Asupan Energi dan Protein Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Baduta (Bawah Dua Tahun) di Wilayah Kerja Puskesmas Mandala Medan. *poltekkes medan*. http://ecampus.poltekkes-medan.ac.id/xmlui/handle/123456789/4870, diakses pada 01 September 2022.