

**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI MAKANAN DENGAN
PENCEGAHAN STUNTING DI DESA SINGALI KECAMATAN
PADANGSIDIMPUAN HUTAIMBARU, KOTA PADANGSIDIMPUAN
TAHUN 2021**

dr. Tapi Endang, Sp.A, Nur Aliyah Rangkuti, SST, M.K.M

Program Studi Kebidanan Universitas Afa Royhan

e-mail: udauzi@yahoo.com

Abstrak

Fase terpenting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak ketika masa bayi dan balita, karena pada masa tersebut adalah masa paling penting bagi orang tua untuk membangun dasar tumbuh kembang anak. Jenis Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* studi dengan tujuan untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang gizi makanan dengan pencegahan stunting balita di desa Singali kecamatan Hutaimbaru kota Padangsidempuan, yang diamati pada periode waktu yang sama. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Januari sampai Mei tahun 2021. Berdasarkan hasil uji analisis pada Pengetahuan Makanan Ibu tentang Gizi Makanan dalam pencegahan stunting, diperoleh nilai person chi-square adalah 1.149 dengan tingkat signifikansi $5\% = 0.050$, $df = 2$, nilai chi square tabel = 5.99148, maka dapat disimpulkan pengetahuan ibu mempunyai pengaruh terhadap pencegahan stunting pada balita di desa singali kecamatan padangsidempuan hutaimbaru.

Kata Kunci: pengetahuan ibu tentang gizi makanan, Stunting

Abstract

The most important phase in the growth and development of children during infancy and toddlerhood, because this is the most important period for parents to build the basis for child development. The type of research used in this study is a quantitative study using a cross sectional study approach with the aim of knowing the relationship of Mother's Food Knowledge about Food Nutrition of stunting under five in Singali village, Hutaimbaru district, Padangsidempuan city, which was observed in the same time period. The time of the study was carried out from January to Mei 2021. The results of the analysis test on Mother's Food Knowledge about Food Nutrition in stunting prevention, obtained the value of person chi-square is 1.149 with a significance level of $5\% = 0.050$, $df = 2$, chi-square table value = 5.99148, it can be concluded that mother's knowledge has an influence on prevention stunting in toddlers in Singali Village, Padangsidempuan Hutaimbaru District.

Keywords: Mother's Food Knowledge about Food Nutrition, Stunting

PENDAHULUAN

Fase terpenting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak ketika masa bayi dan balita, karena pada masa tersebut adalah masa paling penting bagi orang tua untuk membangun dasar tumbuh kembang anak. Proses pertumbuhan dan perkembangan pada masa bayi dan balita merupakan proses yang teramat penting dalam menentukan masa depan anak baik secara fisik, mental maupun perilaku (Sunartyo, 2007) dan di fase ini memerlukan perhatian lebih terutama kecukupan gizinya (Kurniasih, 2010). Gizi yang cukup pada balita akan berdampak pada keseimbangan perkembangan baik fisik dan mentalnya. Ketidackucupan gizi yang ditandai dengan status gizi yang buruk akan berdampak pada menurunnya produksi antibodi dalam tubuh sehingga memungkinkan penyakit masuk ke dalam tubuh (Rambitan, Purba dan Kapantow, 2014).

Stunting merupakan salah satu permasalahan status gizi pada balita yang digambarkan sebagai bentuk kegagalan pertumbuhan akibat gizi buruk dan kesehatan yang buruk selama periode prenatal dan postnatal. Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Stunting terjadi mulai janin masih dalam kandungan. Stunting merupakan salah satu masalah gizi yang berdampak buruk terhadap kualitas hidup anak dalam mencapai titik tumbuh kembang yang optimal sesuai potensi genetiknya. Stunting dapat menghambat proses tumbuh kembang pada balita (Kementerian Kesehatan, 2016). Stunting muncul sebagai

akibat dari keadaan kekurangan gizi yang terakumulasi dalam waktu yang cukup lama sehingga akan lebih terlihat manifestasinya secara fisik di usia 24 – 59 bulan.

Stunting menjadi masalah gagal tumbuh yang dialami oleh bayi di bawah lima tahun yang mengalami kurang gizi semenjak di dalam kandungan hingga awal bayi lahir, stunting sendiri akan mulai nampak ketika bayi berusia dua tahun (Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan, 2017). Dalam prosesnya, stunting dapat mengganggu perkembangan anak dari tahap awal konsepsi sampai tahun keempat kehidupan sebagai penentu penting pertumbuhan anak dan berpengaruh terhadap tingkat kecerdasannya. Anak yang mengalami stunting memiliki risiko 9 kali lebih besar memiliki nilai IQ di bawah rata-rata bila dibandingkan dengan anak yang tidak mengalami stunting (Arfines dan Puspitasari, 2017).

Penyebab langsung stunting diantaranya adalah asupan makanan dan keadaan Kesehatan, sedangkan penyebab tidak langsung meliputi ketersediaan makanan dan pola konsumsi makan pada anak, pola pengasuhan anak, sanitasi lingkungan dan pemanfaatan pelayanan Kesehatan. Faktor-faktor tersebut ditentukan oleh sumber daya manusia, ekonomi dan organisasi melalui faktor Pendidikan. Pencegahan stunting akibat gizi yang kurang dapat dilakukan dengan memenuhi kebutuhan gizi yang sesuai, namun yang menjadi pertanyaan adalah, bagaimana jalan yang paling tepat agar kebutuhan gizi dapat tercukupi dengan baik.

Stunting pada balita perlu mendapatkan perhatian khusus

dikarenakan dapat menghambat perkembangan fisik dan mental pada anak. Stunting akan menjadi faktor risiko meningkatnya angka kematian, kemampuan kognitif, dan rendahnya perkembangan motorik serta ketidakseimbangan fungsi-fungsi tubuh. Stunting juga berhubungan dengan meningkatnya risiko penurunan kemampuan intelektual, produktivitas dan peningkatan risiko penyakit degeneratif di masa yang akan datang. Permasalahan stunting dipengaruhi oleh banyak faktor. Dalam *The United Nation Children Fund*, digambarkan bahwa faktor yang mempengaruhi status gizi secara langsung adalah asupan gizi dan keadaan penyakit infeksi. Apabila asupan gizi makin baik maka semakin baik juga status gizi serta imunitas akan semakin tinggi sehingga tidak mudah terkena penyakit. Pada konsep ini juga disebutkan bahwa status gizi juga dipengaruhi secara tidak langsung oleh berbagai faktor seperti ketersediaan pangan, pola asuh, sanitasi lingkungan dan pelayanan kesehatan. Ketersediaan pangan, sanitasi dan pelayanan kesehatan pada alurnya lebih dulu mempengaruhi asupan gizi dan penyakit infeksi sedangkan pola asuh selain melalui alur tersebut juga dapat secara vertikal langsung mempengaruhi status gizi. Sehingga pola asuh perlu untuk diperhatikan dan tidak dapat diabaikan dalam upaya peningkatan status gizi terutama pada balita

Pada sosial budaya masyarakat padangsidempuan, masih kental terhadap pelaksanaan budaya-budaya daerah, tingginya angka stunting di kota padangsidempuan. Sosial budaya itu sendiri adalah segala hal yang dicipta oleh manusia dengan pemikiran dan budi nuraninya untuk dan atau dalam kehidupan

bermasyarakat. Atau lebih singkatnya manusia membuat sesuatu berdasar budi dan pikirannya yang diperuntukkan dalam kehidupan bermasyarakat. Sistem sosial budaya merupakan konsep untuk menelaah asumsi-asumsi dasar dalam kehidupan masyarakat.

Makanan juga sangat mempengaruhi pertumbuhan anak. Pola asuh makan adalah cara makan seseorang atau sekelompok orang dalam memilih makanan dan memakannya sebagai tanggapan terhadap pengaruh fisiologi, psikologi budaya dan sosial. Pengasuhan makanan anak fase enam bulan pertama adalah pemenuhan kebutuhan anak oleh ibu dalam bentuk pemberian ASI atau makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI) pada anak. Pengasuhan makanan dinyatakan cukup bila diberi ASI semata sejak lahir sampai usia 4-6 bulan dengan frekuensi kapan saja anak minta dan dinyatakan kurang bila tidak memenuhi kriteria tersebut. Pengasuhan makanan anak pada fase enam bulan kedua adalah pemenuhan kebutuhan makanan untuk bayi yang dilakukan ibu, dinyatakan cukup bila anak diberikan ASI plus makanan lumat (berupa bubur atau nasi biasa) bersama ikan, daging atau putih telur ditambah sayuran (dalam bentuk kombinasi atau tunggal) diberi dalam frekuensi sama atau lebih 3 kali per hari, dan kurang bila tidak memenuhi kriteria tersebut. Pemberian MP-ASI harus dilakukan secara bertahap dan bervariasi, mulai dari bentuk bubur, sari buah, buah segar, makanan lumat, makanan lembek dan akhirnya makanan padat (Soekirman, 2006).

Berdasarkan latar belakang tersebut, menurut penulis merupakan hal yang menarik untuk diteliti, apakah sosial

budaya pada masyarakat desa yang ada di kecamatan Hutaimbaru dapat menjadi faktor tingginya angka stunting di daerah ini, terutama di Desa Singali Kecamatan Hutaimbaru Kota Padangsidimpuan. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan faktor sosial budaya makan terhadap pencegahan stunting anak balita di Desa Singali Kecamatan Hutaimbaru Kota Padangsidimpuan tahun 2021.

METODE

Jenis Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* studi dengan tujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang gizi makanan terhadap pencegahan stunting balita di desa Singali kecamatan Hutaimbaru kota Padangsidimpuan, yang diamati pada periode waktu yang sama. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Januari sampai Mei tahun 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh balita berusia 24-59 bulan yang ada di Desa Singali Kecamatan Hutaimbaru kota Padangsidimpuan sebanyak 32. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh balita berusia 24-59 bulan dengan Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampel (*Exhaustic Sampling*) sebanyak 32 balita.

Instrumen pengumpul data penelitian yang digunakan adalah timbangan, *microtoice* dan kuesioner. Pengisian kuesioner dilakukan dengan cara diisi langsung oleh subjek penelitian dalam hal ini adalah ibu, kemudian pengukuran status gizi dengan metode antropometri meliputi berat badan (BB) menggunakan timbangan digital dan tinggi badab (TB)

menggunakan *microtoice*. Dalam melakukan analisis, data terlebih dahulu diolah menjadi informasi. Pengolahan data menggunakan sistem komputerisasi dengan tahapan pemeriksaan (*editing*), pengkodean (*coding*), memasukkan data (*entry data*), *merapikan data (celanning data)*, dan penilaian (*analyzing*). Untuk mendapatkan gambaran mengenai hubungan faktor sosial budaya makan terhadap pencegahan stunting anak balita di Desa Singali Hutaimbaru Kota Padangsidimpuan dilakukan uji bivariate.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden pada Penelitian ini adalah Ibu yang memiliki balita yang berjumlah 32 orang di Desa Singali Kecamatan Padangsidimpuan Hutaimbaru. Berikut adalah tabel tentang data responden pada penelitian ini.

Tabel 1. Daftar Distribusi Karakteristik Ibu Balita di Desa Singali Kecamatan Padangsidimpuan Hutaimbaru, Kota Padangsidimpuan Tahun 2021

Karakteristik Ibu Balita	n	%
Umur (tahun)		
17 – 25	2	6,25
26 – 35	16	50
36 – 45	14	43,75
Jumlah	32	100

Pendidikan	n	%
SD	-	-
SMP	-	-
SMA	32	100
Sarjana	-	-
Jumlah	32	100

Pekerjaan	n	%
IRT	30	93,75

PNS	-	-
Karyawan	2	6,25
Wiraswasta	-	-
Jumlah	32	100

Pendapatan	n	%
Rp. 750.000 – Rp.1.500.000	30	93,75
Rp. 1.600.000 – Rp. 2.350.000	2	6,25
>Rp. 2.400.000	-	-
Jumlah	32	100

Sumber data: Data Primer, 2021

Tabel 4. Daftar Distribusi Karakteristik Anak Balita di Desa Singali Kecamatan Padangsidimpuan Hutaimbaru, Kota Padangsidimpuan Tahun 2021

Karakteristik Anak Balita	n	%
Jenis Kelamin		
Laki- laki	12	37,5
Perempuan	20	62,5
Jumlah	32	100

Umur (tahun)	n	%
0 - 1	-	-
2 - 3	15	46,875
4 - 5	17	53,125
Jumlah	32	100

Berat Badan (Kg)	n	%
3-6	-	-
7-9	10	31,27
10-13	22	68,75
Jumlah	32	100
Tinggi Badan (cm)	n	%
50-70	-	-
71-90	3	9,375
91-110	29	90,625
Jumlah	32	100

Status Gizi (TB/U)	n	%
--------------------	---	---

Normal/Baik	28	87,5
Pendek	4	12,5
Sangat pendek	-	-
Jumlah	32	100

Sumber data: Data Primer, 2021

Tabel 3. Hubungan antara pengetahuan ibu tentang Gizi Makanan dengan Pencegahan Stunting di Desa Singali Kecamatan Padangsidimpuan Hutaimbaru, Kota Padangsidimpuan Tahun 2021

Pengetahuan Makanan	Pencegahan Stunting				Jumlah	P - Value
	Tidak dilakukan		Dilakukan			
	n	%	n	%		
Kurang	1	3,13	4	12,5	5	0.006
Baik	5	15,6	2	68,7	27	
Jumlah	6	18,7	2	81,2	32	
		3	6	7		

Sumber: Data Primer, 2021

Dari tabel 3 yang merupakan hasil analisis chi square untuk hubungan pengetahuan dengan pencegahan stunting diperoleh bahwa terdapat 27 orang ibu yang memiliki pengetahuan tentang Gizi makanan dalam kategori baik akan tetapi hanya 22 orang yang melakukan pencegahan stunting dan 5 orang tidak melakukan pencegahan stunting. Selanjutnya, terdapat 5 orang ibu yang memiliki pengetahuan tentang Gizi makanan dalam kategori kurang, akan tetapi ada 4 orang yang melakukan pencegahan stunting dan 1 orang tidak melakukan pencegahan stunting. Dari data diatas menunjukkan adanya variabel lain, selain pengetahuan gizi makanan yang dapat mempengaruhi ibu yang mempunyai

pengetahuan gizi makanan kurang, melakukan pencegahan stunting.

PEMBAHASAN

Faktor pantangan makan yang merupakan budaya masyarakat yang sering dijumpai pada kalangan masyarakat pada ibu hamil juga dijadikan variabel pada penelitian ini. Berdasarkan tabel distribusi frekuensi pantangan makan keseluruhan responden mengisi kuesioner dengan hasil 100% dalam kategori ada menerapkan pantangan, dimana terdapat 26 orang dalam kategori melakukan pantangan makan dalam pencegahan stunting dan 6 orang tidak melakukan pantangan makan dalam pencegahan stunting.

Hasil dari analisis uji statistik Chi-Square didapatkan hasil karakteristik pengetahuan ibu tentang gizi makanan dalam terdapat 27 orang ibu yang memiliki pengetahuan tentang Gizi makan dalam kategori baik akan tetapi hanya 22 orang yang melakukan pencegahan stunting dan 5 orang tidak melakukan pencegahan stunting. Selanjutnya, terdapat 5 orang ibu yang memiliki pengetahuan tentang Gizi dalam kategori kurang akan tetapi hanya 4 orang yang melakukan pencegahan stunting dan 1 orang tidak melakukan pencegahan stunting. Maka hasil dari analisis yang diperoleh nilai person chi-square adalah 1.149 dimana pada analisis data penelitian ini digunakan tingkat signifikansi $5\% = 0.050$ sehingga dengan $df = 2$ nilai chi square tabel adalah 5.99148. Maka sesuai dengan kaidah pengambilan keputusan berdasarkan nilai chi square, Sehingga dapat disimpulkan bahwa $1,149 < 5,99148$ dengan artian H_0 diterima maka pengetahuan ibu berpengaruh signifikan terhadap pencegahan stunting pada balita di desa

singali kecamatan padangsidempuan hutaimbaru.

Berdasarkan hasil analisis kuesioner dan wawancara peneliti dengan responden dilapangan, peneliti berpendapat bahwa setiap ibu perlu belajar menyediakan makanan bergizi di rumah mulai dari jenis makanan yang beragam dengan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan untuk setiap individu dalam rumah tangga. Hal ini dapat dijadikan pola makan keluarga serta pola pengasuhan makan bagi keluarga terkhususnya balita. Pola konsumsi balita yang tidak terkontrol seperti kebiasaan jajan yang berlebihan harus diwaspadai oleh orang tua khususnya ibu. Jadwal pemberian makan yang ideal adalah tiga kali makanan utama dan dua kali makanan selingan yang bergizi untuk melengkapi komposisi gizi seimbang dalam sehari yang belum terpenuhi pada makanan utama.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan pengetahuan ibu tentang gizi makanan dengan pencegahan stunting balita di desa Singali kecamatan Hutaimbaru kota Padangsidempuan, dapat ditarik kesimpulan bahwa pengetahuan ibu mempunyai pengaruh terhadap pencegahan stunting pada balita di desa singali kecamatan padangsidempuan hutaimbaru.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M dan Wirjatmadi, B. (2013). *Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group.
- Arfines, P. P. dan Puspitasari, F. D. (2017). *Hubungan Stunting dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar di Daerah Kumuh Kotamadya*

- Jakarta Pusat*. Buletin Penelitian Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Buletin Stunting*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 301(5), 1163–1178.
- Kemenkes. (2016). Infodatin (Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI). Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI Kemenkes RI. (2016). *Situasi Balita Pendek*. Proceedings-2019 21st International Conference & "Complex Systems: Control and Modeling Problems", CSCMP 2019, 3 September 2019. <https://doi.org/10.1109/CSCMP45713.2019.8976568>.
- Kurniasih. (2010). *Sehat dan Buger Berkat Gizi Seimbang*. Jakarta: Gramedia.
- Rambitan, W., Purba, R. B. dan Kapantow, N. H. (2014). *Hubungan Antara Riwayat Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Batita di Wilayah Kerja Puskesmas Kawangkoan Kabupaten Minahasa*.
- Sunartyo. (2007). *Panduan Merawat Bayi dan Balita*. Yogyakarta: Diva Press.
- Soekirman. (2006). *Ilmu Gizi dan Aplikasinya untuk Keluarga dan Masyarakat*. Dirjen Dikti Depdiknas. Jakarta.