

**PERBEDAAN STATUS STUNTING BERDASARKAN  
POLA MAKAN DAN PENERAPAN PHBS PADA  
KELUARGA BALITA DI WILAYAH  
UPTD PUSKESMAS MENGWI I**



**Oleh:**

**NI GUSTI AYU PUTU SINTA UTAMI INTANIA**  
**NIM. P07131219065**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA  
PROGRAM SARJANA TERAPAN  
DENPASAR  
2023**

**PERBEDAAN STATUS STUNTING BERDASARKAN  
POLA MAKAN DAN PENERAPAN PHBS PADA  
KELUARGA BALITA DI WILAYAH  
UPTD PUSKESMAS MENGWI I**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Menyelesaikan Mata Kuliah Skripsi  
Program Studi Gizi Dan Dietetika  
Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Denpasar**

**Oleh:**

**NI GUSTI AYU PUTU SINTA UTAMI INTANIA  
NIM. P07131219065**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA  
PROGRAM SARJANA TERAPAN  
DENPASAR  
2023**

**LEMBAR PERSETUJUAN**  
**PERBEDAAN STATUS STUNTING BERDASARKAN**  
**POLA MAKAN DAN PENERAPAN PHBS PADA**  
**KELUARGA BALITA DI WILAYAH**  
**UPTD PUSKESMAS MENGWI I**

Oleh:

NI GUSTI AYU PUTU SINTA UTAMI INTANIA  
NIM. P07131219065

**TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN**

Pembimbing Utama:

Pembimbing Pendamping:

Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes.  
NIP. 196308191986031004

Dr. Ir. I Komang Agusjaya Mataram, M.Kes.  
NIP. 196208161985031004

MENGETAHUI,  
KETUA JURUSAN GIZI

POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes.  
NIP. 196703161990032002

**SKRIPSI DENGAN JUDUL:**

**PERBEDAAN STATUS STUNTING BERDASARKAN  
POLA MAKAN DAN PENERAPAN PHBS PADA  
KELUARGA BALITA DI WILAYAH  
UPTD PUSKESMAS MENGWI I**

**Oleh:**

**NI GUSTI AYU PUTU SINTA UTAMI INTANIA**  
**NIM. P07131219065**

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI**

**PADA HARI : KAMIS**

**TANGGAL : 06 APRIL 2023**

**TIM PENGUJI :**

- |   |         |
|---|---------|
| 1. I Gusti Agung Ari Widarti, DCN, M.Kes. (Ketua) | (.....) |
| 2. I Made Suarjana, SKM, M.Kes. (Anggota I)       | (.....) |
| 3. Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes. (Anggota II)     | (.....) |

**MENGETAHUI,  
KETUA JURUSAN GIZI**

**POLITEKES KEMENKES DENPASAR**



**Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes.**  
**NIP. 196703161990032002**

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Gusti Ayu Putu Sinta Utami Intania  
NIM : P07131219065  
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika  
Jurusan : Gizi  
Tahun Akademik : 2023  
Alamat : Br. Menak Beringkit Mengwitani, Mengwi Badung

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi dengan judul Perbedaan Status Stunting Berdasarkan Pola Makan dan Penerapan PHBS pada Keluarga Balita di Wilayah UPTD Puskesmas Mengwi I adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 04 Maret 2023

Yang membuat pernyataan



Ni Gusti Ayu Putu Sinta Utami Intania  
NIM. P07131219065

**PERBEDAAN STATUS STUNTING BERDASARKAN  
POLA MAKAN DAN PENERAPAN PHBS PADA  
KELUARGA BALITA DI WILAYAH  
UPTD PUSKESMAS MENGWI I**

**ABSTRAK**

Stunting merupakan masalah kesehatan yang menyebabkan penderitanya mengalami mengalami mudah sakit dan memiliki postur tubuh tak maksimal saat dewasa. Kondisi gagal tumbuh pada anak balita (bayi di bawah lima tahun) akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis perbedaan status stunting berdasarkan pola makan dan penerapan PHBS pada keluarga balita di Wilayah UPTD Puskesmas Mengwi I. Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional dengan desain rancangan cross sectional. Penelitian ini dilaksanakan pada Desember 2022. Penentuan besar sampling ditentukan dengan teknik purposive sampling. Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh besar sampel sebanyak 43 sampel dari 3.025 balita di Puskesmas Mengwi I.

Data disajikan dengan tabel frekuensi dan tabel silang kemudian dianalisis menggunakan uji Chi Square. Hasil penelitian menunjukkan dari 43 sampel terdapat 28 sampel (65,1%) dengan jenis makan kurang, 25 sampel (58,1%) dengan frekuensi makan kurang, 24 sampel (55,8%) dengan jumlah asupan energi kurang, 22 sampel (51,2%) dengan penerapan PHBS baik, dan 17 sampel (39,5%) dengan status stunting. Hasil uji statistik menunjukkan perbedaan status stunting di wilayah UPTD Puskesmas Mengwi I. Berdasarkan pola makan (jenis makan), frekuensi makan, jumlah asupan zat gizi makro serta penerapan PHBS dengan p value seluruh ( $p < 0,05$ )

Kata Kunci : stunting, pola makan, penerapan PHBS, balita

**DIFFERENCES IN STUNTING STATUS BASED ON  
EATING PATTERNS AND IMPLEMENTATION OF  
PHBS IN TODDLER FAMILIES IN THE UPTD  
AREA OF PUSKESMAS MENGWI I**

**ABSTRACT**

Stunting is a health problem that causes sufferers to get sick easily and have a body posture that is not optimal as an adult. The condition of failure to thrive in children under five (babies under five years) results from chronic malnutrition so that children are too short for their age. The purpose of this study was to analyze differences in stunting status based on diet and the implementation of PHBS in families of toddlers in the UPTD Region of Mengwi I Health Center. This type of research was an observational study with a cross-sectional design. This research was conducted in December 2022. The determination of the sampling size was determined by using a purposive sampling technique. Based on the calculation results, a sample size of 43 samples was obtained from 3,025 toddlers at the Mengwi I Health Center.

Data is presented with frequency tables and cross tables and then analyzed using the Chi Square test. The results showed that of the 43 samples, there were 28 samples (65.1%) with less eating, 25 samples (58.1%) with less eating frequency, 24 samples (55.8%) with less energy intake, 22 samples (51.2%) with good PHBS implementation, and 17 samples (39.5%) with stunting status. Statistical test results showed differences in stunting status in the UPTD Puskesmas Mengwi I area. Based on diet (type of food), frequency of eating, total intake of macronutrients and implementation of PHBS with an overall p value ( $p < 0.05$ )

Keywords: stunting, diet, implementation of PHBS, toddlers

**RINGKASAN PENELITIAN**

**PERBEDAAN STATUS STUNTING BERDASARKAN  
POLA MAKAN DAN PENERAPAN PHBS PADA  
KELUARGA BALITA DI WILAYAH  
UPTD PUSKESMAS MENGWI I**

Oleh : Ni Gusti Ayu Putu Sinta Utami Intania (P07131219065)

Stunting merupakan salah satu bentuk malnutrisi pada anak, sebanyak 156 juta anak dalam skala dunia terkena *stunting*. Berdasarkan data PSG (Pemantauan Status Gizi) selama tiga tahun terakhir, *stunting* memiliki prevalensi tertinggi dibandingkan masalah gizi lainnya seperti gizi kurang, kurus dan gemuk. Prevalensi balita pendek atau *stunting* mengalami peningkatan dari tahun 2016 yaitu 27,5% menjadi 29,6% pada tahun 2017. Balita yang mengalami hambatan pertumbuhan yang ditandai dengan fisik pendek dan sangat pendek merupakan masalah gizi balita yang utama di Bali. Bali merupakan peringkat ke-3 prevalensi *stunting* dengan jumlah 21,9% di Indonesia (Riskesdas, 2018). Menurut Angka ini sudah mengalami penurunan dibandingkan pada tahun 2013 yaitu sebanyak 37,2% anak yang mengalami *stunting*. Tujuan Penelitian ini adalah untuk menganalisis perbedaan status stunting berdasarkan pola makan dan penerapan PHBS pada keluarga balita di Wilayah UPTD Puskesmas Mengwi I

Stunting merupakan masalah kesehatan yang menyebabkan penderitanya mengalami mudah sakit dan memiliki postur tubuh tak maksimal saat dewasa. Kondisi gagal tumbuh pada anak balita (bayi di bawah lima tahun) akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Secara teori salah satu penyebab terjadinya stunting adalah pola makan yang tidak tepat atau tidak baik. Pola makan pada anak sangat berperan penting dalam proses pertumbuhannya karena dalam makanan banyak mengandung gizi. Gizi merupakan bagian yang sangat penting dalam masa pertumbuhan. Tingginya kejadian stunting pada balita dikaitkan dengan rendahnya perilaku hidup bersih dan sehat. Perilaku hidup bersih dan sehat yang baik maka semakin sedikit orang terkena penyakit yang akan mempengaruhi meningkatkan status gizi.



Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan status stunting pada balita bisa disebabkan oleh pola makan dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Terdapat 2 penyebab, yaitu penyebab primer dan penyebab sekunder. Namun karena keterbatasan peneliti, maka dipilih pola makan dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sebagai factor pemicu terjadinya stunting pada balita. Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebas yaitu pola makan dan penerapan PHBS. Dan yang menjadi variabel terikat adalah stunting.

Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional dengan desain rancangan cross sectional. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2022. Penentuan besar sampling ditentukan dengan Teknik proportional simple random sampling. Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh besar sampel sebanyak 43 sampel dari 3.025 balita di Puskesmas Mengwi I. Data terkait identitas sampel diperoleh dengan wawancara langsung menggunakan form identitas. Data tentang pola makan yang mencakup jenis makanan, frekuensi makanan dan jumlah diperoleh dengan wawancara langsung menggunakan formulir SQ-FFQ dalam kurun waktu 1 bulan terakhir. Data perilaku hidup bersih dan sehat diolah berdasarkan jawaban sampel dengan menggunakan check list. Data TB yang diperoleh dari hasil pengukuran, selanjutnya dihitung nilainya dari perhitungan z-score berdasarkan indeks TB/U atau PB/U.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 43 balita sampel yang pendek/sangat pendek sebanyak 17 sampel atau sebesar 39,5% dan normal sebanyak 26 sampel atau sebesar 60,5%. Jika dilihat dari pola makan jenis makan kurang diberikan jenis makan yang bervariasi yaitu sebanyak 28 sampel atau sebesar 65,1%. Frekuensi makan didapatkan sebagian besar dengan frekuensi makan yang kurang sebanyak 25 sampel atau sebesar 58,1%. Asupan energi sebagian besar anak dalam kategori kurang/defisit yaitu sebanyak 25 atau sebesar sampel 58,1%. Asupan protein sebagian besar anak dalam kategori lebih yaitu sebanyak 21 sampel atau sebesar 48,8%. Asupan lemak sebagian besar anak dalam kategori baik/cukup sebanyak 19 sampel atau sebesar 44,2%. Asupan karbohidrat sebagian besar anak dalam kategori kurang/defisit yaitu sebanyak 25 sampel atau sebesar 58,1%. Penerapan PHBS sebagian besar dengan PHBS yang cukup/baik sebanyak 22 sampel atau sebesar 51,2% dan yang kurang sebanyak 21 sampel atau

sebesar 48,8%. Berdasarkan uji statistic menggunakan uji *chi square* terdapat perbedaan antara pola makan, jenis makan dengan status stunting  $p = 0,010 < \alpha (0,05)$ , ada perbedaan frekuensi makan dengan status stunting  $p 0,000 < \alpha (0,05)$ , ada perbedaan jumlah asupan energi dengan status stunting  $p 0,000 < \alpha (0,05)$ , ada perbedaan jumlah asupan protein dengan status stunting  $p 0,000 < \alpha (0,05)$ , ada perbedaan jumlah asupan lemak dengan status stunting  $p 0,000 < \alpha (0,05)$ , dan ada perbedaan jumlah asupan karbohidrat dengan status stunting  $p 0,003 < \alpha (0,05)$  serta ada perbedaan penerapan PHBS dengan status stunting  $p 0,000 < \alpha (0,05)$ .

Berdasarkan penelitian ini frekuensi makan dan jumlah makan (asupan energi dan karbohidrat merupakan faktor yang memiliki hubungan yang sangat kuat dengan status stunting pada balita 24-59 bulan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mengwi I, untuk meningkatkan konsumsi zat gizi terutama energi dan karbohidrat agar dilakukan penyuluhan lebih intensif serta dilakukan pemantauan dengan memperhatikan pemenuhan nutrisi dengan prinsip gizi seimbang dan beragam, dengan hal tersebut diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita. Sehingga dapat memberikan makanan baik dari segi jenis, frekuensi dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan balita.

Daftar bacaan : 43 (2001-2022)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat-Nyalah, penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul Perbedaan Status Stunting Berdasarkan Pola Makan dan Penerapan PHBS pada Keluarga Balita di Wilayah UPTD Puskesmas Mengwi I dengan tepat pada waktunya. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes. selaku pembimbing utama yang telah banyak membantu mendampingi, mengoreksi dan memberikan saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Dr. Ir. I Komang Agusjaya Mataram, M.Kes. selaku dosen pembimbing yang telah banyak membantu mendampingi, mengoreksi dan memberikan saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
3. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran skripsi ini.
4. Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar dan Kaprodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, yang telah memberikan kesempatan dan membantu kelancaran skripsi ini.
5. Keluarga dan teman-teman yang telah memberikan dorongan dan membantu penyelesaian skripsi ini.
6. Ucapan terimakasih yang tulus juga penulis sampaikan kepada Pihak UPTD Puskesmas Mengwi I yang telah memberikan izin mengadakan penelitian sehingga penyusunan skripsi ini dapat berjalan dengan lancar.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, maka dari itu penulis mengharapkan saran dan kritik demi penyempurnaan skripsi ini. Penulis berharap melalui skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

Denpasar, 30 Maret 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMBUNG.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
RINGKASAN PENELITIAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Stunting.....	6
B. Pola Makan.....	14
C. Penerapan PHBS.....	18
D. Keterkaitan Antar Variabel.....	21
BAB III KERANGKA KONSEP.....	24
A. Kerangka Konsep.....	24
B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel.....	25
C. Hipotesis Penelitian.....	27

BAB IV METODE PENELITIAN .....	28
A. Jenis Penelitian .....	28
B. Alur Penelitian.....	28
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	29
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	29
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	31
F. Pongolahan dan Analisis Data.....	33
G. Etika Penelitian.....	37
 BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	 39
A. Hasil Penelitian.....	39
B. Pembahasan .....	48
 BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	 57
A. Simpulan.....	57
B. Saran .....	58
 DAFTAR PUSTAKA .....	 59
 LAMPIRAN.....	 62

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1 Klasifikasi Stunting .....	9
2 Variabel dan Definisi Operasional Variabel .....	26
3 Sebaran Sampel Berdasarkan Umur Ibu .....	40
4 Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ibu .....	40
5 Sebaran Sampel Berdasarkan Pekerjaan Ibu .....	41
6 Sebaran Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin Balita.....	41
7 Sebaran Sampel Berdasarkan Umur Balita .....	41
8 Sebaran Sampel Berdasarkan Pola Makan.....	43
9 Sebaran Sampel Berdasarkan Penerapan PHBS .....	44
10 Sebaran Sampel Berdasarkan Status Stunting.....	44
11 Perbedaan Pola Makan dengan Status Stunting .....	46
12 Perbedaan Penerapan PHBS dengan Status Stunting .....	48
13 Identitas Sampel.....	70
14 Tabel SQ-FFQ.....	72
15 Kuesioner Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.....	75

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1 Kerangka Konsep .....	24
2 Bagan Alur Kerangka Kerja Penelitian.....	28
3 Teknik Pengumpulan Sampel .....	31

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Surat Izin Penelitian .....	63
2 Informed Consent.....	66
3 Formulir Identitas Sampel.....	70
4 Formulir Pola Makan .....	72
5 Kuesioner Penerapan PHBS.....	75
6 Perhitungan Besar Sampel .....	77
7 Dokumentasi Kegiatan Penelitian .....	78
8 Publikai Repository.....	79
9 Hasil Turnitin Skripsi.....	80