

SKRIPSI
HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU DAN ASUPAN ZAT GIZI
MIKRO DENGAN STUNTING BALITA DI DESA TAL
KABUPATEN MANGGARAI



OLEH :

YULIANITA SELVI OMBUR
NIM.P07131225120

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2026

SKRIPSI
HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU DAN ASUPAN ZAT GIZI
MIKRO DENGAN STUNTING BALITA DI DESA TAL
KABUPATEN MANGGARAI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar

Oleh :

YULIANITA SELVI OMBUR
NIM.P07131225120

KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2026

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU DAN ASUPAN ZAT GIZI
MIKRO DENGAN STUNTING BALITA DI DESA TAL
KABUPATEN MANGGARAI**

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama:



Dr. Ir. I Komang Agusjaya Mataram, M.Kes.
NIP. 19620816 198503 1 004

Pembimbing Pendamping:



I Wayan Ambartana, SKM, M.Fis
NIP. 19670814 1991031 0002

**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**

Dr. I Putu Suraoka, SST., M.Kes
NIP. 197301241995031001

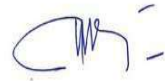
**SKRIPSI DENGAN JUDUL :
HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU DAN ASUPAN ZAT GIZI
MIKRO DENGAN STUNTING BALITA DI DESA TAL
KABUPATEN MANGGARAI**

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

**PADA HARI : SELASA
TANGGAL : 02 JUNI 2026**

TIM PENGUJI

1. Dr. Ni Komang Wiardani, SST.,M.Kes (Ketua Penguji)



2. Ida Ayu Eka Padmiari, SKM.,M.Kes (Anggota I)



3. Dr. Ir. I Komang Agujaya Mataram, M.Kes (Anggota II)



**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR,**

**Dr. I Putu Suiroaka, SST, M.Kes
NIP.197301241995031001**

SURAT PERNYATAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yulianita Selvi Ombur

NIM : P07131225120

Program Studi : Gizi dan Dietetika

Jurusan : Gizi

Tahun Akademik : 2025/2026

Alamat : Jl.KH Dewantara Waso Kel.Waso Kec.Langke Rembong
Kab.Manggarai

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Hubungan Pengetahuan Ibu dan Asupan Zat Gizi Mikro Dengan Stunting Balita Di Desa Tal Kab. Manggarai 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, Mei 2026



Yang membuat pernyataan

Yulianita Selvi Ombur
NIM. P07131225120

ABSTRAK

Stunting masih menjadi masalah gizi pada balita yang berdampak terhadap pertumbuhan fisik dan perkembangan anak. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan tingkat pengetahuan ibu dan asupan zat gizi mikro dengan kejadian stunting pada balita di Desa Tal Kabupaten Manggarai. Desain penelitian adalah *cross-sectional* dengan sampel 81 balita usia 24–59 bulan menggunakan total sampling. Data pengetahuan ibu diperoleh melalui kuesioner, asupan zat gizi mikro menggunakan metode food recall 2×24 jam, dan status stunting diukur berdasarkan indeks TB/U menurut standar WHO. Analisis data menggunakan uji Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan prevalensi stunting sebesar 19,8%. Tingkat pengetahuan ibu mayoritas kategori cukup (45,7%), sedangkan rata-rata asupan Fe, Zink, dan Vitamin A masing-masing 52,09%, 42,32%, dan 44,47% AKG, dengan hampir seluruh balita memiliki asupan <80% AKG. Hasil uji statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan ibu dengan asupan zat gizi mikro maupun status stunting ($p>0,05$), serta tidak terdapat hubungan signifikan antara asupan zat gizi mikro dengan status stunting ($p>0,05$). Penelitian ini didukung oleh literatur dari beberapa buku gizi kesehatan anak dan lebih dari sepuluh jurnal penelitian terbaru, sehingga menegaskan bahwa stunting bersifat multifaktor dan dipengaruhi pula oleh infeksi, sanitasi, dan kondisi sosial ekonomi.

Kata kunci: stunting, pengetahuan ibu, zat gizi mikro, balita

ABSTRACT

Stunting remains a major nutritional problem among children under five, affecting physical growth and child development. This study aimed to examine the relationship between maternal knowledge and micronutrient intake with the incidence of stunting among toddlers in Tal Village, Manggarai Regency. A *cross-sectional* design was applied with a total sample of 81 children aged 24–59 months selected using total sampling. Maternal knowledge data were collected through questionnaires, micronutrient intake was assessed using the 2×24-hour food recall method, and stunting status was measured based on the height-for-age index according to WHO standards. Data were analyzed using the Spearman Rank test. The results showed that the prevalence of stunting was 19.8%. Most mothers had a moderate level of nutritional knowledge (45.7%), while the average intake of iron, zinc, and vitamin A was 52.09%, 42.32%, and 44.47% of the Recommended Dietary Allowance (RDA), respectively, with almost all children consuming less than 80% of the RDA. Statistical analysis indicated no significant relationship between maternal knowledge and micronutrient intake or stunting status ($p>0.05$), and no significant relationship between micronutrient intake and stunting status ($p>0.05$). This study was supported by several nutrition and child health textbooks and more than ten recent research articles, reinforcing the conclusion that stunting is a multifactorial problem influenced by infection, sanitation, and socioeconomic conditions

Keywords: stunting, maternal knowledge, micronutrient intake, toddlers.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Pengetahuan Ibu dan Asupan Zat Gizi Mikro Dengan Stunting Balita Di Desa Tal Kabupaten Manggarai”**. Skripsi ini disusun sebagai persyaratan menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi Dan Dietetika.

Penulis menyadari bahwa tanpa adanya doa, motivasi, bimbingan, nasihat dari berbagai pihak mungkin tidak dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Pada kesempatan ini tanpa mengurangi rasa hormat dan dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan rasa terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Bapak Dr. Ir. I Komang Agusjaya Mataram, M.Kes selaku Pembimbing Utama dan Bapak I Wayan Ambartana, SKM, M.Fis selaku pembimbing pendamping yang selalu berkenan meluangkan waktu dan memberikan bimbingan serta ilmunya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Direktur, Ketua Jurusan Gizi dan Kaprodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar atas dukungan dan kesempatan serta bimbingan dalam mengikuti program RPL Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
3. Ibu Dr. Ni Komang Wiardani, SST.,M.Kes selaku ketua Tim Penguji Skripsi dan Ibu Ida Ayu Eka Padmiari, SKM.,M.Kes dan Bapak Dr. Ir. I Komang Agusjaya Mataram, M.Kes selaku Penguji yang telah berkenan memberikan saran dan masukan kepada penulis
4. Bapak dan ibu dosen yang telah memberikan ilmu dan pembelajaran yang sangat luar biasa selama penulis menuntut ilmu di Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar;
5. Pimpinan dan Staf UPTD. Puskesmas Iteng yang telah membantu dan memberikan informasi dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini;
6. Kedua Anak Tercinta yang selalu menemani dalam suka duka dan juga kepada kedua Orang tua serta Adik dan kakak yang selalu mendoakan dan

memberikan motivasi serta kasih sayang yang begitu tulus kepada penulis selama ini ;

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan. Namun penulis tetap berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi dalam upaya peningkatan pengetahuan ibu dan Kesehatan balita.

Denpasar, Mei 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Status Gizi.....	6
B. Asupan Zat Gizi Mikro	10
C. Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita.....	11
BAB III KERANGKA KONSEP	14
A. Kerangka Konsep	14
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	15
C. Hipotesis	17
BAB IV METODE PENELITIAN	18
A. Jenis Penelitian	18
B. Alur Penelitian	18
C. Tempat dan Waktu Penelitian	19
D. Populasi dan Sampel	19

	E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	20
	F. Pengolahan dan Analisis Data	22
	G. Etika Penelitian	25
BAB V	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	27
	A...HASIL.....	27
	B...PEMBAHASAN.....	28
BAB VI	KESIMPULAN DAN SARAN.....	34
	A...KESIMPULAN.....	34
	B...SARAN.....	34
	DAFTAR PUSTAKA.....	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konsep.....	14
2. Alur Penelitian	18

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Izin Penelitian Kab.Manggarai	38
2. Izin Etik Penelitian.....	39
3. Informmed Consent (PSP).....	40
4. Lembar Kuesioner Pengetahuan	44
5. Lembar Food Recall 2 x 24 Jam.....	49
6. Dokumentasi	50

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1....Kategori Status Gizi Anak Berdasarkan Indeks TB/U.....	9
2....Angka Kecukupan Gizi Mikro pada Balita 24 – 59 Bulan.....	11
3....Definisi Operasional Variabel	16
4....Kategori Status Gizi Berdasarkan Z-Score Indeks TB/U.....	23
5. Tingkat Konsumsi Asupan Zat Gizi Mikro.....	24
6....Tingkat Pengetahuan Ibu Berdasarkan Presentase Jawaban.....	24
7....Sebaran Sampel Menurut Kelompok Umur.....	27
8....Sebaran Sampel Menurut Jenis Kelamin.....	28
9....Sebaran Sampel Berdasarkan Pendidikan Ibu.....	28
10..Distribusi Status Stunting Balita Berdasarkan Indeks TB/U.....	29
11..Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu	29
12..Distribusi Asupan Zat Gizi Mikro(Fe,Zink dan Vitamin A).....	30
13..Distribusi Tingkat Asupan Zat Gizi Mikro Berdasarkan Persentase AKG.....	31
14..Hubungan Pengetahuan Ibu Asupan Zay Gizi Mikro (Fe,Zink.Vitamin A.....	31
15..Hubungan Asupan Zat Gizi Mikro Dengan Stunting indeks TB/U..	32

HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU DAN ASUPAN ZAT GIZI MIKRO DENGAN STUNTING BALITA DI DESA TAL KABUPATEN MANGGARAI

RINGKASAN PENELITIAN

Stunting masih menjadi masalah gizi utama balita di Indonesia, berdampak pada pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan produktivitas jangka panjang. Secara nasional, prevalensi stunting menurun dari 30,8% (2018) menjadi 21,5% (2023), namun masih di atas ambang batas WHO. Memiliki prevalensi tertinggi (35–42%), dengan angka 37,9% pada 2023, dipengaruhi oleh keterbatasan pangan bergizi, rendahnya pendidikan ibu, dan kondisi sosial ekonomi. Di Kabupaten Manggarai, prevalensi stunting 13,1% (2025), ditemukan hampir di semua kecamatan. Di Desa Tal, prevalensi stunting 17,6% (2025), lebih tinggi dari rata-rata kabupaten. Faktor utama: rendahnya asupan zat gizi mikro (Fe, Zink, Vitamin A), keterbatasan variasi pangan, serta rendahnya pengetahuan ibu tentang gizi. Posyandu dan puskesmas sudah ada, tetapi masalah utama adalah keterbatasan ekonomi keluarga dan pengetahuan ibu dalam pemenuhan gizi balita. Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dan asupan zat gizi mikro dengan kejadian stunting di Desa Tal, Kabupaten Manggarai. Secara khusus, penelitian ini berupaya mengidentifikasi pengetahuan ibu tentang gizi, tingkat konsumsi zat gizi mikro balita (Fe, Zink, Vitamin A), status gizi balita, serta menganalisis keterkaitan pengetahuan ibu dengan asupan gizi mikro dan hubungan asupan gizi mikro dengan stunting. Hasil penelitian diharapkan memberi manfaat teoritis berupa kontribusi bagi ilmu gizi anak, menambah referensi penelitian lokal, serta membantu pengembangan model pemahaman hubungan pengetahuan ibu, pola konsumsi balita, dan pertumbuhan anak. Selain itu, manfaat praktisnya meliputi sarana edukasi bagi ibu dan keluarga tentang pentingnya makanan bergizi seimbang, penyediaan data aktual bagi tenaga kesehatan untuk merancang intervensi gizi, referensi kebijakan bagi pemerintah daerah, serta dasar empiris bagi peneliti selanjutnya dalam mengkaji masalah gizi balita di daerah lain.

Status gizi merupakan cerminan keseimbangan antara kebutuhan dan asupan gizi, yang penting untuk memantau pertumbuhan dan mendeteksi masalah seperti stunting. Stunting sendiri adalah kondisi tinggi badan balita di bawah standar usia akibat kekurangan gizi kronis, dengan dampak jangka panjang terhadap fisik, kognitif, produktivitas, dan risiko penyakit degeneratif. Penyebabnya beragam, mulai dari kekurangan gizi pada periode emas 1.000 HPK, rendahnya pengetahuan ibu, pola asuh yang kurang optimal, infeksi berulang, hingga keterbatasan akses kesehatan. Penilaian status gizi dilakukan melalui indeks TB/U dengan kategori sangat pendek, pendek, normal, dan tinggi. Selanjutnya, asupan zat gizi mikro seperti zat besi, zink, dan vitamin A, sangat penting bagi pertumbuhan linier, pembentukan jaringan, serta sistem imun. Kekurangan zat gizi mikro meningkatkan risiko stunting, sehingga penilaian asupan dilakukan dengan metode *food recall* 2x24 jam, lalu dibandingkan dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG) untuk menentukan kecukupan konsumsi. Selain itu, pengetahuan ibu tentang gizi balita menjadi faktor penting dalam praktik pemberian makan. Pengetahuan ini mencakup pemahaman tentang fungsi zat gizi mikro, sumber pangan, cara pengolahan, serta dampak kekurangan gizi. Tingkat pengetahuan ibu dipengaruhi oleh pendidikan, akses informasi kesehatan, pengalaman pengasuhan, dan kondisi sosial ekonomi keluarga. Pengukuran pengetahuan dilakukan dengan kuesioner terstruktur yang hasilnya dikategorikan menjadi baik, cukup, atau kurang. Keseluruhan tinjauan pustaka ini menegaskan bahwa status gizi balita, kecukupan asupan zat gizi mikro, dan pengetahuan ibu saling berkaitan erat dalam pencegahan stunting.

Kerangka penelitian menunjukkan bahwa stunting ditentukan oleh dua faktor utama, yaitu pengetahuan ibu tentang gizi dan kecukupan konsumsi zat gizi mikro. Pengetahuan ibu berperan dalam pola asuh, pemilihan, serta pemberian makanan yang sesuai kebutuhan anak, sedangkan zat gizi mikro seperti zat besi, zink, dan vitamin A sangat penting untuk pertumbuhan linear, perkembangan sel,

dan sistem imun. Kekurangan zat gizi mikro dalam jangka panjang dapat meningkatkan risiko stunting, sehingga rendahnya pengetahuan ibu berpotensi menyebabkan asupan gizi yang tidak memadai. Dalam penelitian ini, variabel bebas terdiri dari tingkat pengetahuan ibu dan asupan zat gizi mikro balita, sedangkan variabel terikat adalah stunting pada balita usia 24–59 bulan yang diukur dengan indeks TB/U menurut standar WHO. Definisi operasional masing-masing variabel dijelaskan melalui cara ukur, hasil ukur, dan skala data, misalnya stunting diukur dengan antropometri tinggi badan, pengetahuan ibu dengan kuesioner, dan asupan gizi mikro dengan metode *food recall* 2x24 jam dibandingkan dengan AKG. Hipotesis penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan ibu dengan stunting balita, serta antara tingkat konsumsi zat gizi mikro dengan kejadian stunting pada balita.

Metode penelitian yang digunakan, yaitu pendekatan kuantitatif dengan desain potong lintang (*cross-sectional*) untuk menganalisis hubungan pengetahuan ibu, konsumsi zat gizi mikro, dan stunting balita dalam satu kali pengamatan. Penelitian dilaksanakan di Desa Tal, Kabupaten Manggarai pada bulan Mei 2026 dengan alasan prevalensi stunting yang cukup tinggi. Populasi penelitian adalah seluruh balita usia 24–59 bulan, dengan jumlah sampel 81 balita yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, menggunakan metode total sampling. Data yang dikumpulkan terdiri atas data primer berupa pengukuran tinggi badan balita, wawancara kuesioner pengetahuan ibu, serta *food recall* 2x24 jam untuk asupan gizi mikro, dan data sekunder berupa catatan dari puskesmas, posyandu, serta literatur resmi. Instrumen penelitian meliputi stadiometer, lembar pencatatan antropometri, kuesioner pengetahuan gizi ibu yang telah diuji validitas dan reliabilitas, serta formulir *food recall* dengan bantuan alat ukur rumah tangga dan Daftar Komposisi Pangan Indonesia. Pengolahan data dilakukan secara sistematis mulai dari pemeriksaan kelengkapan, pengkodean, hingga analisis statistik. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden, tingkat pengetahuan ibu, asupan gizi mikro, dan status stunting, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji korelasi non-parametrik Spearman Rank dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$ untuk menguji hubungan antarvariabel. Penelitian ini

juga memperhatikan etika penelitian kesehatan, termasuk persetujuan setelah penjelasan (*informed consent*), kerahasiaan data, prinsip tanpa bahaya, manfaat, keadilan, hak menarik diri, serta izin resmi dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Penelitian dilakukan di Desa Tal, Kecamatan Satarmese, Kabupaten Manggarai, NTT, dengan kondisi sosial ekonomi masyarakat menengah ke bawah dan mayoritas bekerja sebagai petani. Sampel terdiri dari 81 balita, sebagian besar berusia 24–36 bulan (45,7%), lebih banyak laki-laki (54,3%), dan ibu balita mayoritas berpendidikan SD–SMP (81,4%). Prevalensi stunting ditemukan sebesar 19,8%, lebih tinggi dibandingkan data desa (17,6%) maupun kabupaten (13,6%). Sebagian besar balita berada pada kategori normal TB/U (77,8%), sementara kategori sangat pendek dan pendek masing-masing 8,6% dan 11,1%. Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi balita mayoritas berada pada kategori cukup (45,7%) dan kurang (42,0%), hanya 12,3% yang masuk kategori baik. Hal ini menunjukkan pemahaman ibu masih terbatas. Rata-rata asupan zat gizi mikro balita masih rendah: Fe 52,09% AKG, Zink 42,32% AKG, dan Vitamin A 44,47% AKG. Hampir seluruh balita memiliki asupan <80% AKG (96–99%). Analisis bivariat menunjukkan: Pengetahuan ibu ↔ Asupan gizi mikro → tidak ada hubungan signifikan ($p>0,05$). Bahkan ibu dengan pengetahuan baik tetap memiliki balita dengan asupan kurang. Asupan gizi mikro ↔ Status stunting → tidak ada hubungan signifikan ($p>0,05$). Sebagian balita dengan asupan kurang tidak mengalami stunting. Pembahasan menegaskan bahwa stunting adalah masalah multifaktor. Pengetahuan ibu dan asupan gizi mikro memang rendah, tetapi tidak berhubungan langsung dengan status stunting. Faktor lain seperti ekonomi keluarga, ketersediaan pangan, kebiasaan makan, sanitasi, dan infeksi berulang ikut memengaruhi. Temuan ini sejalan dengan kerangka UNICEF dan WHO serta penelitian terbaru yang menunjukkan hasil berbeda antar wilayah.

Penelitian menyimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan ibu dan asupan gizi mikro dengan stunting. Stunting merupakan masalah multifaktor sehingga intervensi harus komprehensif, meliputi

peningkatan sanitasi, pencegahan infeksi, perbaikan ekonomi, serta edukasi gizi bagi ibu

Rujukan : 7 Buku dan 12 Jurnal/artikel 10 tahun terakhir (2016-2025)