

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Status Gizi

1. Pengertian

Status gizi adalah keadaan tubuh yang mencerminkan keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan tubuh serta kemampuan tubuh dalam memanfaatkan zat gizi tersebut. Status gizi yang baik dapat tercapai apabila tubuh memperoleh asupan nutrisi yang cukup dan mampu mengolahnya secara optimal. Kondisi ini berperan penting dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan fisik, fungsi otak, produktivitas, serta pemeliharaan kesehatan secara menyeluruh. Sebaliknya, apabila asupan zat gizi tidak mencukupi atau pemanfaatannya dalam tubuh terganggu, maka dapat mengakibatkan terjadinya berbagai masalah kesehatan dan gangguan status gizi. (Afdhal, Fitri & Arsi, Ranida 2023).

Status gizi juga dapat diartikan sebagai gambaran keseimbangan pada variabel tertentu. Selain itu, status gizi terbentuk akibat adanya keseimbangan antara konsumsi, penyerapan, dan pemanfaatan zat gizi di dalam tubuh, atau dapat disebut sebagai kondisi fisiologis yang dipengaruhi ketersediaan nutrisi di seluruh tubuh (Mowuta, H. 2023).

2. Penilaian Status Gizi

Ada 2 pendekatan yang dipakai untuk mengevaluasi status gizi, yakni penilaian tidak langsung dan penilaian langsung.

a. Penilaian status gizi secara tidak langsung

1). Survei asupan makanan

Survei asupan makanan merupakan salah satu metode penilaian status gizi secara tidak langsung yang dilakukan dengan mengumpulkan data mengenai jenis, jumlah, dan keragaman makanan yang dikonsumsi oleh individu maupun kelompok. Melalui metode ini, dapat diperoleh gambaran mengenai tingkat konsumsi zat gizi sehingga dapat digunakan untuk menilai kecukupan asupan gizi dalam suatu masyarakat.

2). Statistik vital

Penilaian status gizi melalui statistik vital dilakukan dengan menganalisis berbagai indikator kesehatan, seperti angka kematian berdasarkan kelompok umur, angka kesakitan, serta angka kematian yang disebabkan oleh penyakit atau kondisi tertentu. Selain itu, penilaian ini juga memanfaatkan data lain yang berkaitan dengan masalah gizi untuk memberikan gambaran mengenai status gizi suatu populasi.

1) Faktor ekologi

Menurut Bengoa, malnutrisi termasuk persoalan ekologi yang muncul akibat interaksi sejumlah faktor fisik, biologis, serta sosial-budaya. Ketersediaan pangan sangat dipengaruhi oleh kondisi ekologi, seperti keadaan iklim, karakteristik tanah, sistem pengairan (irigasi), serta berbagai faktor lingkungan lainnya.

b. Penilaian status gizi secara langsung

1) Antropometri

Istilah kata antropometri berasal dari bahasa Yunani, yaitu *Anthropos* yang memiliki arti manusia, sedangkan *metron* berarti ukuran atau pengukuran. Secara umum, antropometri merupakan metode pengukuran dimensi atau

ukuran tubuh manusia. Dalam bidang ilmu gizi, antropometri digunakan untuk menilai ukuran dan komposisi tubuh pada berbagai kelompok umur sebagai indikator status gizi seseorang. Metode ini berfungsi untuk mendeteksi adanya ketidakseimbangan antara asupan energi dan protein. Ketidakseimbangan tersebut dapat terlihat melalui perubahan pola pertumbuhan fisik serta komposisi tubuh, seperti proporsi lemak, massa otot, dan kandungan air dalam tubuh. (Mowuta, H. 2023).

Sandjaya 2009 dalam kamus gizi menjelaskan antropometri sebagai disiplin yang mengkaji beragam dimensi tubuh manusia. Pada ranah ilmu gizi, antropometri dipakai guna mengevaluasi status gizi. Indikator antropometri yang umum digunakan dalam penilaian status gizi meliputi berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U), lingkar lengan atas (LILA), rasio lingkar pinggang terhadap lingkar panggul (RLPP), serta indeks massa tubuh (IMT).

2) Klinis

Pemeriksaan klinis termasuk cara yang krusial untuk mengevaluasi status gizi masyarakat. Metode ini berlandaskan pada perubahan fisik yang muncul akibat kekurangan zat gizi.

3) Biokimia

Evaluasi status gizi lewat biokimia dilakukan dengan menguji sampel biologis secara laboratorium pada beragam jaringan tubuh.

4) Biofisik

Penentuan status gizi secara biofisik merupakan pendekatan untuk mengukur status gizi melalui pengamatan fungsi serta perubahan struktur jaringan tubuh.

3. Klasifikasi Status Gizi

Tabel. 1
Klafikasi Status Gizi

Indeks	Status Gizi	Z-Score
TB/U	Sangat pendek (severelystunted)	<-3 SD
	Pendek (stunted)	- 3 SD sd <- 2 SD
	Normal	-2 SD sd +1 SD
	Tinggi	>+3 SD

Sumber : Permenkes No.2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak

a. Berat Badan Menurut Umur (BB/U)

Berat badan merupakan salah satu indikator antropometri yang mencerminkan massa tubuh seseorang. Indikator ini sangat sensitif terhadap perubahan yang terjadi dalam waktu singkat, seperti infeksi, penurunan nafsu makan, atau berkurangnya jumlah makanan yang dikonsumsi. Berat badan dapat menggambarkan status gizi apabila terdapat keseimbangan antara asupan dan kebutuhan zat gizi serta kondisi kesehatan individu dalam keadaan baik. Dalam kondisi normal, berat badan akan mengalami peningkatan seiring dengan pertambahan usia. Karena mudah mengalami perubahan, indeks berat badan menurut umur (BB/U) lebih tepat digunakan untuk menilai status gizi pada saat dilakukan pengukuran atau status gizi saat ini (current nutritional status) (Kisnawaty, S.W. 2025).

b. Tinggi Badan Menurut Umur (TB/U)

Tinggi badan merupakan salah satu indikator antropometri yang menggambarkan pertumbuhan tulang seseorang. Pada kondisi normal, tinggi badan akan terus meningkat sesuai dengan bertambahnya usia.

Berbeda dengan berat badan, tinggi badan tidak mudah mengalami perubahan akibat kekurangan gizi dalam jangka pendek sehingga lebih mencerminkan status gizi dalam jangka Panjang. Dampak defisiensi zat gizi pada tinggi badan baru terlihat setelah periode yang cukup panjang. Mengacu pada sifat tersebut, indeks TB/U lebih menunjukkan status gizi pada periode sebelumnya (Madinah, Ulfia 2024).

c. Berat Badan Merurut Tinggi Badan (BB/TB)

Berat badan memiliki hubungan yang searah dengan tinggi badan. Dalam kondisi normal, peningkatan berat badan akan berlangsung seiring dengan pertumbuhan tinggi badan pada laju yang proporsional. (Vivit Vidiasari 2023).

4. Faktor faktor yang mempengaruhi Status gizi

Status gizi dipengaruhi oleh dua kelompok faktor, yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung.

a. Faktor Langsung

1) Faktor Infeksi

Penyakit infeksi merupakan salah satu faktor langsung yang dapat memengaruhi status gizi. Infeksi dan kekurangan gizi memiliki hubungan yang erat serta saling memengaruhi. Infeksi dapat menyebabkan penurunan nafsu makan, kehilangan zat gizi akibat diare atau muntah, serta mengganggu proses metabolisme tubuh sehingga penyerapan dan pemanfaatan zat gizi menjadi tidak optimal. Sebaliknya, kekurangan gizi dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga seseorang lebih rentan mengalami infeksi. Selain itu, kondisi kemiskinan, sanitasi lingkungan yang buruk, dan rendahnya kebersihan

merupakan faktor yang dapat meningkatkan risiko terjadinya infeksi maupun masalah gizi. Penyakit infeksi juga dapat menghambat respons imun normal karena meningkatkan kebutuhan dan penggunaan cadangan energi tubuh. Gangguan gizi dan infeksi kerap saling terkait, dan bila terjadi bersamaan akan menghasilkan prognosis yang lebih jelek dibanding bila masing-masing faktor bekerja terpisah. Infeksi memperparah status gizi dan sebaliknya, masalah gizi melemahkan daya anak dalam melawan penyakit infeksi. Kuman yang relatif tidak berbahaya pada anak dengan gizi baik, dapat berakibat fatal pada anak dengan status gizi buruk (Rani Dian Saputri 2023).

2) Asupan Makan

Tujuan pemberian makan pada anak adalah untuk memenuhi kebutuhan zat gizi yang diperlukan guna menunjang kelangsungan hidup, mempercepat pemulihan kesehatan setelah sakit, serta mendukung proses pertumbuhan, perkembangan, dan aktivitas sehari-hari. Selain memenuhi kebutuhan gizi, pemberian makan juga bertujuan membentuk kebiasaan makan yang sehat sejak dini, sehingga anak terbiasa mengonsumsi makanan bergizi, menyukai pilihan makanan yang sehat, serta mampu mengonsumsi makanan dalam jumlah dan kualitas yang sesuai dengan kebutuhannya.

Pola makan sehari-hari yang direncanakan secara seimbang dapat memenuhi kebutuhan zat gizi tubuh sehingga berbagai fungsi fisiologis dapat berlangsung secara optimal. Sebaliknya, pola konsumsi yang kurang tepat berisiko menyebabkan kekurangan zat gizi esensial yang dibutuhkan tubuh. Oleh karena itu, konsumsi makanan yang beragam sangat dianjurkan karena dapat

membantu memenuhi kebutuhan berbagai zat gizi dan mencegah terjadinya defisiensi gizi. (E Yuliantini, K Kamsiah, 2022).

b. Faktor Tidak Langsung

1) Pelayanan Kesehatan

a. Puskesmas

Sebagai lembaga, Puskesmas memiliki beragam kegiatan. Salah satu kegiatannya yaitu posyandu, di mana posyandu berfungsi sebagai skrining awal untuk memantau status gizi balita, pelaksanaan penyuluhan gizi, distribusi PMT, pemberian Vitamin A, dan program lainnya (Luthfia, A. R., & Alkhajar, E. N. S, 2019). Posyandu berperan sebagai wadah pemantauan gizi dan tumbuh kembang anak yang ideal, sehingga kunjungan ke posyandu memungkinkan pengukuran kenaikan berat badan serta tinggi badan secara berkala setiap bulan. Kunjungan ke posyandu menjadi tolak ukur keterjangkauan layanan kesehatan dasar, yang mencakup pengawasan tumbuh kembang. Frekuensi kehadiran aktif di posyandu berdampak signifikan pada pemantauan status gizi, dan ibu balita yang hadir akan memperoleh info terkini seputar kesehatan yang berguna untuk menerapkan pola hidup sehat setiap hari. Balita yang hadir ke serta penimbangan rutin akan membuat status gizi dan kesehatannya terpantau (M Yusuf, AA Ilham, AW Paundu 2024).

Sedikit kunjungan ibu ke posyandu berakibat pada terbatasnya informasi mengenai kondisi balita. Akibatnya ibu tidak mendapat arahan dari tenaga medis ketika menghadapi persoalan kesehatan anak, dan pengawasan tumbuh kembang balita menjadi tidak maksimal. Padahal pertumbuhan balita dapat dipantau melalui KMS (Muchdatul Ayunda & Hanif, 2025).

Apabila ibu rutin berkunjung ke posyandu, maka tenaga kesehatan dapat memantau status gizi balita. Sebaliknya, ibu yang jarang hadir di posyandu akan mengalami kendala dalam memantau kondisi gizi anaknya (Kusumayati, A. 2025).

b. Rumah Sakit atau Fasilitas Kesehatan Lainnya

Data dari rumah sakit dapat menggambarkan kondisi gizi masyarakat. Akan tetapi bila sistem pendataan dan pelaporan di rumah sakit belum optimal, maka data tersebut tidak mencerminkan kondisi yang sebenarnya.

2) Sosial Budaya

a. Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan yang lebih tinggi umumnya berkorelasi dengan penghasilan yang lebih besar. Kenaikan jenjang pendidikan juga cenderung diikuti oleh peningkatan pendapatan. Kondisi ini berpengaruh terhadap kualitas dan kuantitas konsumsi pangan (Sutarto, dan Ratna, Dewi Puspita Sari, 2020). Individu berpendidikan tinggi lebih cepat dalam menyerap informasi serta lebih mudah mengakses informasi dari lingkungan sosial dan media massa. Dengan demikian, pendidikan memiliki hubungan erat dengan pengetahuan. Semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin luas wawasan yang dimilikinya. yang dimiliki (Ariani A, 2020).

b. Pendapatan

Besarnya pendapatan keluarga menggambarkan kemampuan membeli bahan pangan, yang selanjutnya memengaruhi kualitas pangan dan status gizi anggota keluarga. Keluarga dengan pendapatan tinggi memiliki kesempatan lebih besar menyediakan pangan bergizi, sehingga kebutuhan gizinya dapat tercukupi

(Faqih et al., 2025). Kemampuan beli pangan dipengaruhi oleh tingkat pendapatan dan harga pangan itu sendiri. Peningkatan pendapatan berdampak positif pada perbaikan status gizi. Saat pendapatan naik, jumlah dan keragaman pangan yang dikonsumsi juga meningkat. Semakin tinggi pendapatan, semakin besar alokasi dana untuk membeli pangan bergizi (Arranury, Z. F. 2024).

c. Tingkat pengetahuan

Pemahaman gizi yang cukup pada keluarga, terutama ibu, berperan penting dalam mencegah masalah gizi buruk. Sebaliknya, keterbatasan wawasan orang tua terkait gizi dan kesehatan menyebabkan kurangnya perhatian terhadap nilai gizi makanan keluarga, khususnya balita, termasuk kebersihan pangan. Hal ini berdampak langsung pada status gizi anak (Sabillah Leviana 2024).

d. Tradisi/Kebiasaan

Persepsi masyarakat terhadap pangan masih dipengaruhi oleh berbagai pantangan, mitos, serta tabu. Kondisi ini menyebabkan rendahnya konsumsi makanan bergizi dalam masyarakat (Eka Bima Christiana 2024).

B. Stunting

1. Pengertian

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh kronis yang disebabkan oleh kekurangan asupan gizi dalam kurun waktu lama. Dampaknya berupa terhambatnya perkembangan fisik serta kognitif anak pada masa berikutnya. Anak stunting umumnya memiliki skor IQ di bawah rata-rata anak sebayanya (Rahmi & Rikayoni, 2023). Menurut definisi, stunting ditetapkan berdasarkan indikator tinggi badan menurut umur TB/U dengan z-score di bawah -2 standar deviasi. Hal ini menandakan anak bertubuh pendek atau sangat pendek akibat

pertumbuhan yang tidak optimal. Selain menghambat pertumbuhan, stunting juga meningkatkan risiko kematian, gangguan motorik, keterlambatan bicara, serta gangguan fungsi tubuh lainnya pada anak (Apriani, 2024). Stunting terjadi pada anak usia di bawah 5 tahun akibat kekurangan gizi kronis mulai dari dalam kandungan hingga awal kehidupan. Tanda-tandanya baru terlihat jelas setelah anak berusia 2 tahun (TNP2K, 2017). Kondisi ini menyebabkan tinggi badan anak berada di bawah standar usianya atau bertubuh pendek (Adia Reza Khaleda, 2023).

2. Penentuan Status Gizi Stunting Secara Antropometri

Pengukuran antropometri merupakan metode analisis data hasil pengukuran untuk mengidentifikasi individu atau kelompok yang berisiko atau telah mengalami masalah gizi. Penilaian status gizi umumnya dibagi menjadi dua kategori. Kategori pertama yaitu metode langsung yang meliputi empat jenis pengukuran: antropometri, klinis, biokimia, dan biofisik. Kategori kedua adalah metode tidak langsung yang mencakup survei konsumsi pangan, faktor lingkungan, serta data statistik vital (Sari, 2022). Dalam penilaian antropometri, status gizi ditentukan berdasarkan beberapa indikator, antara lain umur, berat badan, tinggi badan, lingkar lengan atas (LILA), lingkar kepala, lingkar dada, lingkar pinggul, serta ketebalan lemak bawah kulit. Indikator-indikator tersebut merupakan komponen utama yang digunakan untuk menilai status gizi seseorang (Ratnasari et al., 2024). Tinggi badan merupakan salah satu indikator antropometri yang mencerminkan pertumbuhan tulang. Dalam kondisi normal, tinggi badan akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Dibandingkan dengan berat badan, tinggi badan tidak mudah berubah akibat kekurangan gizi dalam jangka pendek sehingga lebih menggambarkan status gizi jangka panjang.

Dampak kekurangan zat gizi terhadap tinggi badan umumnya baru terlihat setelah berlangsung dalam waktu yang relatif lama (Azis, 2023). Penggabungan beberapa parameter antropometri menghasilkan indeks antropometri yang digunakan untuk menilai status gizi. Tiga indeks yang paling sering digunakan adalah berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U), dan berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) (Azis, 2023). Dalam penentuan kejadian stunting, indikator yang digunakan adalah tinggi badan menurut umur (TB/U). (Azis, 2023). Diagnosis stunting menggunakan indikator tinggi badan menurut umur TB/U. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak, antropometri merupakan metode pengukuran yang digunakan untuk menilai ukuran, proporsi, dan komposisi tubuh anak. Standar Antropometri Anak menyediakan nilai acuan ukuran dan proporsi tubuh yang digunakan sebagai dasar dalam menilai pertumbuhan dan status gizi anak. Permenkes tersebut juga menetapkan kategori "pendek" dan "sangat pendek" berdasarkan indikator panjang badan menurut umur PB/U untuk anak <24 bulan atau TB/U untuk anak ≥ 24 bulan. Kategori ini setara dengan istilah stunted dan severely stunted. Penentuan stunting pada balita dilakukan dengan mengukur panjang/tinggi badan lalu membandingkannya dengan standar baku. Balita dengan hasil pengukuran di bawah ambang batas normal dikategorikan stunting.

3. Penyebab Stunting

Stunting pada anak terjadi secara kumulatif, bukan seketika. Berdasarkan berbagai studi, proses ini sudah dimulai sejak masa kehamilan, berlanjut saat masa kanak-kanak, dan memengaruhi siklus hidup selanjutnya. Puncak risiko

stunting serta kemungkinan peningkatan kasusnya paling tinggi terjadi pada 2 tahun pertama kehidupan anak. Penyebab stunting bersifat multidimensi. Artinya, bukan hanya dipicu oleh masalah gizi pada ibu hamil dan balita saja. Oleh karena itu, upaya pencegahan yang paling efektif untuk menekan angka stunting harus difokuskan pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) anak. Lebih rinci, faktor-faktor penyebab stunting dapat diuraikan sebagai berikut (Anwar dkk.,2022).

- a. Pola pengasuhan yang belum optimal
- b. Terbatasnya akses layanan kesehatan, meliputi layanan ANC atau pemeriksaan kehamilan, layanan pasca persalinan, serta pendidikan anak usia dini yang berkualitas
- c. Akses keluarga terhadap pangan bergizi yang masih rendah
- d. Kurangnya akses terhadap air bersih dan fasilitas sanitasi yang layak.

4. Dampak Stunting

Efek yang muncul akibat stunting umumnya dikelompokkan menjadi dua kategori, yaitu dampak jangka pendek serta dampak jangka panjang (Aura Maharani, 2025).

1. Dampak Jangka Pendek

- a. Meningkatnya angka morbiditas dan mortalitas
- b. Aspek kognitif, motorik, serta kemampuan berbahasa anak tumbuh kurang maksimal
- c. Beban pengeluaran untuk layanan kesehatan jadi lebih tinggi.

2. Dampak Jangka Panjang

- a. Kondisi fisik saat dewasa tidak ideal, salah satunya tinggi badan di bawah rata-rata;
- b. Risiko mengalami obesitas dan berbagai penyakit degeneratif meningkat;
- c. Kualitas kesehatan reproduksi menurun;
- d. Kemampuan belajar dan prestasi akademik saat sekolah tidak maksimal;
- e. Daya kerja dan produktivitas saat dewasa tidak optimal.

Konsekuensi negatif dari gangguan gizi pada masa tersebut dapat dibagi ke dalam dua periode. Untuk jangka pendek, dampaknya meliputi terhambatnya perkembangan otak, penurunan tingkat kecerdasan dampak jangka pendek stunting meliputi terganggunya pertumbuhan fisik, gangguan metabolisme tubuh, serta berbagai masalah kesehatan lainnya. Adapun dampak jangka panjangnya antara lain penurunan kemampuan kognitif dan prestasi belajar, penurunan daya tahan tubuh yang menyebabkan meningkatnya kerentanan terhadap penyakit, serta meningkatnya risiko menderita penyakit tidak menular atau penyakit degeneratif, seperti diabetes melitus, obesitas, penyakit kardiovaskular, kanker, stroke, hingga terjadinya disabilitas pada usia lanjut., disertai dengan daya kerja yang kurang kompetitif sehingga menyebabkan produktivitas ekonomi menjadi rendah (Nurfaidah, N. 2024).

Masalah gizi, terutama stunting pada anak, dapat menghambat proses pertumbuhan dan perkembangan sehingga menimbulkan dampak yang berkelanjutan hingga masa dewasa. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa stunting berkaitan dengan rendahnya prestasi belajar, berkurangnya lama menempuh pendidikan, serta rendahnya pendapatan ketika memasuki usia produktif. Anak yang mengalami stunting memiliki risiko lebih tinggi untuk menjadi orang dewasa dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah, kondisi

kesehatan yang kurang baik, status sosial ekonomi yang rendah, serta lebih rentan terhadap penyakit tidak menular. Oleh karena itu, stunting dipandang sebagai salah satu indikator rendahnya kualitas sumber daya manusia yang pada akhirnya dapat mengurangi produktivitas dan daya saing suatu bangsa di masa depan. (Riska Pratiwi, Ria Setia Sari FR 2021). Stunting memberikan dampak ekonomi yang signifikan bagi laki-laki maupun perempuan, baik pada tingkat individu, rumah tangga, maupun masyarakat. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa individu dengan tinggi badan yang lebih pendek akibat stunting memiliki kecenderungan memperoleh pendapatan yang lebih rendah serta produktivitas kerja yang kurang optimal pada saat dewasa (Erwina Sumartini, 2020). Selain itu, anak yang mengalami stunting sering mengalami gangguan perkembangan perilaku sejak usia dini, memiliki kecenderungan untuk terlambat masuk sekolah, memperoleh prestasi akademik yang lebih rendah, serta menunjukkan kemampuan kognitif yang lebih rendah dibandingkan dengan anak yang memiliki pertumbuhan normal (Erwina Sumartini 2020). Stunting dapat menyebabkan penurunan kemampuan intelektual atau tingkat kecerdasan (IQ), sehingga berdampak pada rendahnya prestasi belajar dan berpotensi menghambat anak dalam melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Dampak stunting tidak hanya terlihat pada postur tubuh yang lebih pendek, tetapi juga memengaruhi kemampuan kognitif, produktivitas, dan prestasi individu pada masa dewasa. Kondisi tersebut pada akhirnya dapat memberikan beban sosial dan ekonomi bagi masyarakat maupun negara.

Selain berdampak pada aspek kesehatan dan produktivitas, stunting juga memengaruhi proporsi pertumbuhan fisik. Individu yang mengalami pertumbuhan tubuh secara proporsional umumnya memiliki penampilan fisik

yang lebih baik dibandingkan dengan individu yang mengalami gangguan pertumbuhan. Gagal tumbuh akibat kekurangan gizi pada masa 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dapat menimbulkan dampak yang bersifat permanen dan sulit diperbaiki pada tahap kehidupan berikutnya. Stunting merupakan salah satu indikator terjadinya kekurangan gizi kronis yang berlangsung dalam jangka panjang, terutama akibat kurangnya asupan energi, protein, dan berbagai zat gizi mikro.

5. Upaya Pencegahan dan Penanganan Stunting

Upaya penanggulangan stunting di Indonesia dilaksanakan melalui dua pendekatan utama, yaitu intervensi gizi spesifik dan intervensi gizi sensitif. (Panigoro, 2023).

1. Intervensi Gizi Spesifik

Intervensi ini difokuskan pada anak selama periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dan diperkirakan memberikan kontribusi sekitar 30% dalam upaya penurunan prevalensi stunting. Pelaksanaannya berada dalam lingkup sektor kesehatan serta lebih berorientasi pada intervensi jangka pendek, sehingga dampaknya dapat segera terlihat. Intervensi Gizi Spesifik mencakup beberapa kegiatan utama mulai masa kehamilan sampai anak berusia balita, yaitu:

- a) Intervensi pada ibu hamil
- b) Intervensi pada ibu menyusui dan anak usia 0-6 bulan
- c) Intervensi yang ditujukan kepada ibu menyusui serta anak usia 7–23 bulan

2. Intervensi Gizi Sensitif

Intervensi gizi sensitif merupakan upaya penanggulangan stunting yang dilaksanakan melalui berbagai program di luar sektor kesehatan dan

diperkirakan memberikan kontribusi sekitar 70% terhadap penurunan prevalensi stunting. Intervensi ini ditujukan kepada seluruh lapisan masyarakat, tidak hanya berfokus pada ibu hamil dan balita pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Pelaksanaannya melibatkan berbagai sektor melalui kerja sama lintas kementerian dan lembaga.

Beberapa kegiatan yang termasuk dalam intervensi gizi sensitif meliputi:

1. Menyediakan serta menjamin akses masyarakat terhadap air bersih.
2. Meningkatkan ketersediaan dan akses terhadap fasilitas sanitasi yang layak.
3. Melaksanakan fortifikasi bahan pangan untuk meningkatkan kandungan zat gizi.
4. Memperluas akses terhadap pelayanan kesehatan dan program Keluarga Berencana (KB).
5. Menyediakan kepesertaan dalam Program Jaminan Kesehatan Nasional (JKN).
6. Menyelenggarakan Program Jaminan Persalinan (Jampersal) bagi ibu hamil.
7. Memberikan pendidikan dan pembinaan mengenai pola pengasuhan kepada orang tua.
8. Memperluas penyelenggaraan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) secara merata.
9. Melaksanakan penyuluhan dan edukasi gizi kepada masyarakat.
10. Memberikan edukasi mengenai kesehatan reproduksi, kesehatan seksual, dan gizi kepada remaja.
11. Menyalurkan bantuan sosial dan jaminan sosial bagi keluarga kurang mampu.

12. Meningkatkan ketahanan pangan serta perbaikan gizi masyarakat.

Upaya pencegahan stunting pada balita dapat dimulai sejak masa kehamilan melalui pemenuhan kebutuhan gizi ibu hamil secara optimal, sehingga risiko terjadinya stunting pada anak dapat diminimalkan. Ibu hamil perlu mengonsumsi makanan bergizi seimbang, mengonsumsi tablet tambah darah Fe, serta menjalani pemeriksaan kesehatan secara berkala. Bayi baru lahir wajib diberikan ASI Eksklusif hingga usia 6 bulan, kemudian dilanjutkan dengan Makanan Pendamping ASI MPASI yang memadai jumlah dan mutunya setelah usia 6 bulan. Ibu pasca persalinan juga memerlukan asupan gizi seimbang dan suplementasi kapsul vitamin A. Stunting kronis pada balita dapat dipantau dan dicegah melalui pemantauan pertumbuhan yang rutin dan tepat. Pemantauan di posyandu berperan strategis dalam deteksi dini gangguan pertumbuhan sehingga pencegahan stunting dapat dilakukan lebih awal (Mardhiah, H. 2025).

C. Karakteristik Ibu

Status gizi dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik secara langsung maupun tidak langsung. Salah satu faktor tidak langsung yang berperan adalah karakteristik keluarga. Karakteristik keluarga, terutama karakteristik ibu, memiliki hubungan yang erat dengan proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Sebagai pengasuh utama, ibu berperan penting dalam memenuhi kebutuhan gizi anak melalui pemberian makanan yang sesuai. Oleh karena itu, kondisi status gizi anak sangat dipengaruhi oleh karakteristik yang dimiliki ibu. Beberapa karakteristik ibu yang diketahui berhubungan dengan kejadian stunting pada anak antara lain sebagai berikut:

1. Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan merupakan jenjang pendidikan formal tertinggi yang telah diselesaikan oleh seseorang dan dibuktikan dengan kepemilikan ijazah. Pendidikan merupakan salah satu indikator sosial yang berperan penting dalam membentuk pengetahuan, sikap, dan perilaku individu, serta berkontribusi terhadap peningkatan status sosial di Masyarakat. Pendidikan juga diartikan sebagai proses bimbingan untuk mengembangkan potensi seseorang mencapai tujuan tertentu. Semakin tinggi pendidikan, semakin besar peluang memperoleh pekerjaan dan pendapatan. Sebaliknya, pendidikan rendah menghambat penerimaan terhadap nilai dan informasi baru (Rangkuty, 2023). Terkait stunting, pendidikan ibu berperan dalam menentukan pengetahuan gizi, praktik pemberian makan, serta kepatuhan terhadap anjuran petugas kesehatan sehingga berdampak pada status gizi anak.

Pendidikan ibu menjadi faktor penting dalam meningkatkan perekonomian keluarga. Ibu dengan pendidikan tinggi memiliki peluang kerja yang lebih baik dan pendapatan lebih tinggi. Selain berdampak ekonomi, pendidikan ibu juga berperan dalam penyusunan menu keluarga. Ibu yang berpendidikan cenderung mampu menyiapkan makanan bergizi seimbang bagi anaknya (Setyawan, 2022). Tingkat pendidikan yang tinggi umumnya berkorelasi dengan pendapatan yang lebih tinggi. Pendapatan yang lebih besar akan mempengaruhi daya beli keluarga terhadap bahan pangan, sehingga kualitas dan kuantitas konsumsi makanan anak menjadi lebih baik dan berisiko stunting lebih rendah. (Oktarindasarira Z, 2020).

Semakin tinggi tingkat pendidikan yang dimiliki seseorang, semakin besar kemampuannya dalam menerima, memahami, dan mengolah berbagai informasi. Individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi umumnya lebih mudah memperoleh informasi, baik melalui interaksi dengan orang lain maupun dari berbagai media. Oleh karena itu, pendidikan memiliki hubungan yang erat dengan tingkat pengetahuan, karena semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin luas pula wawasan dan pengetahuan yang dimilikinya. (Sutrisno, S., 2023).

Ibu yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung lebih mudah memperoleh dan memahami informasi mengenai kesehatan. Pengetahuan yang dimiliki tersebut dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam upaya menjaga kesehatan dan memenuhi kebutuhan gizi keluarga. Sebaliknya, ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah umumnya memiliki keterbatasan dalam mengakses serta memahami informasi kesehatan, sehingga kemampuan dalam mengelola kesehatan keluarga menjadi kurang optimal dan dapat berdampak pada menurunnya kondisi kesehatan anggota keluarga. (Annastasia S.2024). Tingkat pendidikan berperan dalam menentukan kemampuan seseorang untuk menerima, memahami, dan mengaplikasikan pengetahuan mengenai gizi dan kesehatan. Pengetahuan gizi merupakan tahap awal dalam pembentukan perilaku yang mendukung perbaikan status gizi, sehingga menjadi salah satu faktor internal yang memengaruhi perubahan perilaku kesehatan. Pengetahuan ibu mengenai gizi sangat berpengaruh terhadap cara ibu dalam memilih, mengolah, dan menyediakan makanan bagi keluarganya. Ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik cenderung mampu menyediakan

makanan dengan jenis, jumlah, dan kualitas yang sesuai untuk memenuhi kebutuhan gizi serta menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak. Sebaliknya, rendahnya pengetahuan ibu tentang gizi dapat menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya stunting pada anak. (Rauf, Fitrah Hi et a 2023). Penelitian Ristiani, R.,(2023) Penelitian tersebut juga menyatakan bahwa tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu memiliki hubungan dengan kejadian stunting pada anak. Rendahnya tingkat pendidikan ibu dapat memengaruhi pola pengasuhan, perawatan anak, serta kemampuan dalam memilih dan menyajikan makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizinya. Upaya penyediaan bahan makanan dan penyusunan menu yang tepat untuk balita dalam rangka meningkatkan status gizi sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan gizi yang dimiliki ibu. Ibu dengan tingkat pendidikan yang rendah cenderung mengalami keterbatasan dalam menerima dan memahami informasi mengenai gizi, sehingga dapat meningkatkan risiko terjadinya stunting pada anak.

2. Pekerjaan

Pekerjaan merupakan kegiatan yang dilakukan seseorang sebagai mata pencaharian untuk memperoleh penghasilan guna memenuhi kebutuhan hidup. Secara umum, waktu kerja berkisar antara 6–8 jam per hari atau sekitar 40–50 jam per minggu, sedangkan waktu di luar jam kerja dimanfaatkan untuk menjalankan peran dalam keluarga, bermasyarakat, beristirahat, dan aktivitas lainnya. Bekerja menjadi salah satu kebutuhan manusia untuk mencapai kondisi kehidupan yang lebih baik dan meningkatkan kesejahteraan.

Semakin luasnya kesempatan kerja mendorong perempuan untuk berpartisipasi dalam berbagai bidang pekerjaan, baik di sektor pemerintahan

maupun swasta. Kondisi tersebut memberikan dampak positif berupa peningkatan pendapatan keluarga. Namun, bagi ibu yang telah memiliki anak, pekerjaan juga dapat menimbulkan tantangan dalam membagi waktu antara pekerjaan dan tanggung jawab mengurus keluarga.

Ibu yang bekerja dituntut mampu menjalankan peran ganda sebagai pencari nafkah sekaligus pengasuh anak. Apabila pembagian waktu dan tanggung jawab tidak dikelola dengan baik, perhatian terhadap pemenuhan kebutuhan anak, seperti pemberian makan, stimulasi psikososial, serta pemantauan pertumbuhan dan perkembangan, dapat berkurang (Khairunnisa C., 2021). Oleh karena itu, pembagian peran yang seimbang di dalam rumah tangga sangat diperlukan agar beban kerja ibu dapat dikurangi sehingga kesehatan ibu, anak, dan keluarga tetap terjaga.

Pendapatan merupakan salah satu faktor yang berperan penting dalam menentukan kemampuan keluarga untuk memenuhi kebutuhan pangan yang berkualitas dan bergizi, sehingga berpengaruh terhadap status gizi anggota keluarga. Keluarga dengan tingkat pendapatan yang lebih tinggi umumnya memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memilih dan menyediakan makanan yang beragam serta bergizi seimbang. Sebaliknya, keluarga dengan pendapatan yang rendah sering kali mengalami keterbatasan dalam memenuhi kebutuhan gizi, sehingga dapat berdampak pada penurunan status gizi dan kondisi kesehatan anggota keluarga. (Fadlan, R.2023).

3. Jumlah anak

Menurut Clarisa Mutia Huda (2024), fertilitas merupakan bagian dari suatu sistem yang kompleks karena dipengaruhi oleh interaksi berbagai faktor sosial, biologis, dan lingkungan. Tingkat fertilitas dalam suatu keluarga

ditentukan melalui keputusan pasangan suami istri atau keluarga, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tingkat pendidikan, pendapatan, pekerjaan, norma yang berlaku dalam keluarga, usia saat menikah, serta kondisi lingkungan.

Status gizi merupakan hasil dari keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan tubuh. Permasalahan gizi bersifat multidimensional karena dipengaruhi oleh berbagai faktor, tidak hanya faktor kesehatan, tetapi juga faktor sosial, ekonomi, budaya, pola asuh, tingkat pendidikan, dan kondisi lingkungan (Nurhalimah Batubara, 2025). Faktor budaya, misalnya adanya pantangan makanan, kepercayaan, atau tabu terhadap jenis makanan tertentu, dapat memengaruhi pola konsumsi keluarga. Selain itu, jarak kelahiran yang terlalu dekat serta jumlah anak yang banyak juga dapat memengaruhi pembagian pangan dalam keluarga, sehingga berpotensi mengurangi kecukupan asupan zat gizi bagi setiap anggota keluarga. (Fina dwi aryanti eka 2024).

Menurut Egidia Angel Threesilia (2024) Jumlah anak dalam keluarga dapat memengaruhi tingkat konsumsi pangan, baik dari segi jumlah maupun distribusi makanan di dalam rumah tangga. Apabila jumlah anak banyak dan pembagian makanan tidak dilakukan secara merata, kebutuhan gizi balita berisiko tidak terpenuhi secara optimal, sehingga dapat menghambat proses pertumbuhan dan perkembangannya.

Selain itu, semakin banyak jumlah anak dalam keluarga, semakin besar pula perhatian dan kasih sayang orang tua yang harus dibagi kepada setiap anak. Kondisi ini akan semakin berat apabila keluarga memiliki tingkat

ekonomi yang rendah, karena sumber daya yang tersedia harus dibagi untuk memenuhi kebutuhan pangan maupun kebutuhan lainnya. Akibatnya, kemampuan keluarga dalam menyediakan makanan bergizi menjadi terbatas dan waktu yang dapat diberikan orang tua untuk merawat serta memperhatikan kebutuhan anak juga berkurang. Kondisi tersebut pada akhirnya dapat berdampak negatif terhadap status gizi anak (Anike Novita D. Mirin 2024).

D. Frekuensi kunjungan ke Posyandu

Kehadiran balita di posyandu bertujuan untuk memperoleh berbagai pelayanan kesehatan dasar, seperti penimbangan berat badan, imunisasi, pemberian kapsul vitamin A, penyuluhan gizi, serta layanan kesehatan lainnya. Kunjungan ke posyandu sangat penting karena berfungsi sebagai sarana pelayanan kesehatan tingkat pertama untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan balita, khususnya dalam mendeteksi secara dini masalah gizi dan gangguan pertumbuhan. Peran ibu sangat menentukan dalam meningkatkan keaktifan kunjungan balita ke posyandu. Salah satu bentuk partisipasi tersebut adalah dengan membawa balita secara rutin untuk ditimbang dan memantau pertumbuhannya menggunakan Kartu Menuju Sehat (KMS). Pemantauan yang dilakukan secara berkala memungkinkan pertumbuhan balita dievaluasi secara berkesinambungan sehingga apabila ditemukan penyimpangan, penanganan dapat segera dilakukan. Arismawati dkk., (2022).

Frekuensi kunjungan balita ke posyandu menunjukkan tingkat keteraturan ibu dalam membawa balitanya untuk memperoleh pelayanan kesehatan dasar. Keaktifan tersebut dinilai berdasarkan jumlah kunjungan balita ke posyandu dalam satu tahun. Melalui kunjungan tersebut, balita

memperoleh berbagai layanan kesehatan, seperti penimbangan berat badan, imunisasi, pemberian vitamin A, makanan tambahan, penyuluhan gizi, serta pelayanan kesehatan lainnya. Idealnya, balita mengikuti kegiatan posyandu setiap bulan atau sebanyak 12 kali dalam satu tahun. Namun, frekuensi kunjungan minimal yang dianggap baik adalah sebanyak 8 kali dalam setahun. Posyandu dengan frekuensi kunjungan balita kurang dari 8 kali per tahun masih dikategorikan memiliki cakupan kunjungan yang rendah, sedangkan frekuensi kunjungan sebanyak 8 kali atau lebih dalam satu tahun dinilai sudah baik, meskipun pelaksanaannya dapat disesuaikan dengan jenis posyandu (Yuni Antika Antika, 2024). Berdasarkan ketentuan tersebut, ibu balita dikatakan memiliki partisipasi yang baik dalam kegiatan posyandu apabila membawa balitanya berkunjung minimal 8 kali dalam satu tahun. Sebaliknya, apabila frekuensi kunjungan kurang dari 8 kali per tahun, maka partisipasi ibu dalam kegiatan posyandu dikategorikan kurang baik. Kunjungan ke posyandu dilakukan sesuai jadwal yang telah ditetapkan, yaitu satu kali setiap bulan, sebagai upaya pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita serta pemberian berbagai pelayanan kesehatan dasar secara berkesinambungan (Dewi, Khofifah Lilia 2024).

Anak balita yang rutin ke posyandu akan memperoleh edukasi kesehatan, layanan kesehatan dasar, serta penimbangan berkala. Tujuannya Pemantauan kondisi gizi secara berkala bertujuan untuk mendeteksi dan mencegah terjadinya masalah gizi pada anak sejak dini. Balita yang tidak rutin mengikuti kegiatan posyandu berisiko tidak memperoleh pemantauan pertumbuhan dan perkembangan secara optimal, sehingga faktor-faktor

penyebab stunting dapat tidak terdeteksi lebih awal atau bahkan memperburuk kondisi yang telah ada dalam keluarga.

E. Hubungan Frekuensi kunjungan ke Posyandu dengan Stunting

Stunting merupakan kondisi kekurangan gizi kronis yang terjadi akibat tidak terpenuhinya kebutuhan zat gizi dalam jangka waktu yang panjang. Kondisi ini dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga berdampak pada kemampuan fisik maupun kognitif di masa mendatang. Anak yang mengalami stunting umumnya memiliki kemampuan intelektual atau tingkat kecerdasan (Intelligence Quotient/IQ) yang lebih rendah dibandingkan dengan anak yang memiliki pertumbuhan normal. (Paramitha, I. A, 2024).

Kejadian stunting pada anak merupakan proses yang berlangsung secara kumulatif sejak masa kehamilan, berlanjut pada masa bayi dan anak, hingga sepanjang siklus kehidupan. Periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), terutama dua tahun pertama setelah kelahiran, merupakan masa yang paling kritis karena pada periode inilah risiko terjadinya stunting paling besar (Anugrahini, 2024). Gangguan pertumbuhan pada anak umumnya disebabkan oleh asupan makanan yang tidak mencukupi kebutuhan gizi, disertai dengan penyakit infeksi yang terjadi berulang. Kondisi tersebut dapat meningkatkan kebutuhan metabolisme tubuh, menurunkan nafsu makan, serta menghambat kenaikan berat badan, sehingga pertumbuhan anak menjadi tidak optimal. Kondisi ini makin menyulitkan penanganan gangguan pertumbuhan yang pada akhirnya memicu risiko stunting. Menurut Pribadi, E. (2024), menyatakan bahwa faktor yang berasal dari ibu termasuk Salah satu faktor yang

berkontribusi terhadap terjadinya stunting pada balita adalah karakteristik ibu, seperti tingkat pendidikan, pekerjaan, dan jumlah anak dalam keluarga. Tingkat pendidikan berperan penting dalam menentukan kemampuan ibu untuk menerima, memahami, dan menerapkan informasi mengenai gizi dan kesehatan. Pengetahuan gizi yang dimiliki ibu menjadi dasar dalam membentuk perilaku yang mendukung perbaikan status gizi, termasuk dalam memilih, mengolah, dan menyediakan makanan yang sesuai dengan kebutuhan anak. Ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik cenderung mampu memenuhi kebutuhan gizi anak sehingga pertumbuhan dan perkembangannya dapat berlangsung secara optimal. Di sisi lain, meningkatnya kesempatan kerja bagi perempuan memberikan manfaat berupa tambahan pendapatan untuk memenuhi kebutuhan keluarga. Namun, bagi ibu yang memiliki anak, pekerjaan juga dapat menjadi tantangan karena harus menjalankan peran ganda sebagai pekerja sekaligus pengasuh. Apabila pembagian waktu tidak dikelola dengan baik, perhatian terhadap anak, seperti pemberian makan, stimulasi psikososial, serta pemantauan pertumbuhan dan perkembangan, dapat berkurang. Selain itu, jumlah anak dalam keluarga juga dapat memengaruhi risiko terjadinya stunting. Semakin banyak jumlah anak, semakin besar pula pembagian perhatian, kasih sayang, waktu, dan sumber daya yang harus diberikan oleh orang tua kepada setiap anak. Kondisi ini akan semakin berat apabila keluarga memiliki tingkat ekonomi yang rendah, karena keterbatasan pendapatan menyebabkan pemenuhan kebutuhan pangan bergizi dan kebutuhan dasar lainnya harus dibagi kepada seluruh anggota keluarga. Akibatnya, kecukupan asupan gizi anak dapat terganggu dan berpotensi meningkatkan risiko terjadinya stunting. Frekuensi kunjungan ke posyandu

diukur berdasarkan jumlah kehadiran balita dalam 6 bulan terakhir yang diperoleh dari buku KIA atau wawancara ibu kemudian dikategorikan menjadi rutin (> 8 kali / tahun) dan tidak rutin (< 8 kali/tahun). Posyandu merupakan salah satu sarana pelayanan kesehatan masyarakat yang berperan penting dalam memantau status gizi, pertumbuhan, dan perkembangan balita. Melalui kunjungan rutin ke posyandu, berat badan dan tinggi badan balita dapat diukur secara berkala setiap bulan sehingga kondisi pertumbuhannya dapat dipantau secara berkesinambungan kehadiran balita di posyandu juga mencerminkan keterjangkauan terhadap pelayanan kesehatan dasar, terutama dalam pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak. Keaktifan ibu dalam membawa balita ke posyandu berperan penting dalam mendukung pemantauan status gizi serta deteksi dini terhadap masalah kesehatan dan gangguan pertumbuhan. Selain itu, ibu yang rutin mengikuti kegiatan posyandu akan memperoleh informasi dan penyuluhan mengenai gizi, kesehatan, serta pola pengasuhan yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, balita yang secara teratur datang ke posyandu akan memperoleh pemantauan status gizi dan kondisi kesehatan yang lebih optimal. (Purba, A. 2024).

Arlenti, L. (2025) Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki frekuensi kunjungan ke posyandu yang aktif, yaitu sebanyak 80 responden (93%), sedangkan responden dengan frekuensi kunjungan yang tidak aktif berjumlah 6 responden (7%). Analisis statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara frekuensi kunjungan ke

posyandu dengan status gizi balita, yang dibuktikan dengan nilai *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$).

Sejalan dengan penelitian tersebut, Ardi Oematan (2021) melaporkan bahwa balita yang mengalami stunting cenderung memiliki frekuensi kunjungan ke posyandu yang lebih rendah dibandingkan balita dengan status gizi normal. Posyandu merupakan sarana pelayanan kesehatan yang berperan penting dalam pemantauan status gizi, pertumbuhan, dan perkembangan balita. Melalui kunjungan rutin, berat badan dan tinggi badan balita dapat diukur setiap bulan sehingga setiap perubahan pertumbuhan dapat dipantau secara berkesinambungan. Kehadiran balita di posyandu juga mencerminkan akses terhadap pelayanan kesehatan dasar, terutama dalam pemantauan pertumbuhan dan perkembangan. Hasil penelitian Ardi Oematan (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi kunjungan ke posyandu dengan status gizi balita. Keaktifan ibu dalam membawa balita ke posyandu tidak hanya mendukung pemantauan status gizi secara berkala, tetapi juga memberikan kesempatan bagi ibu untuk memperoleh informasi dan penyuluhan mengenai gizi, kesehatan, serta pola pengasuhan yang tepat. Pengetahuan tersebut diharapkan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal. Menurut penelitian Sambo, M. (2024), frekuensi kunjungan ke posyandu dan kenaikan berat badan memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting pada balita. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa rendahnya frekuensi kunjungan ke posyandu merupakan faktor yang paling dominan dalam meningkatkan risiko stunting pada anak usia 3–5 tahun. Balita yang

tidak rutin menghadiri posyandu memiliki risiko sekitar 3,1 kali lebih besar mengalami stunting dibandingkan dengan balita yang aktif mengikuti kegiatan posyandu. Hasil analisis statistik menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,013 ($p < 0,05$) dengan nilai *Odds Ratio* (OR) sebesar 3,1, yang mengindikasikan adanya hubungan yang bermakna antara frekuensi kunjungan ke posyandu dan kejadian stunting.

F. Tingkat Konsumsi Protein

Protein merupakan salah satu zat gizi makro yang berperan penting dalam mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan tubuh. Selain itu, protein berfungsi dalam pembentukan serta perbaikan jaringan tubuh, serta berperan dalam sintesis enzim, hormon, dan berbagai komponen penting lainnya yang diperlukan untuk menjaga fungsi tubuh secara optimal. Tingkat konsumsi protein menggambarkan kecukupan asupan protein individu dibandingkan dengan kebutuhan fisiologisnya berdasarkan usia dan tahap pertumbuhan. Asupan protein yang memadai sangat diperlukan terutama pada masa pertumbuhan, karena berperan langsung dalam pertumbuhan linear anak.

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa kekurangan asupan protein dalam jangka panjang dapat mengganggu proses pertumbuhan dan perkembangan anak serta meningkatkan risiko terjadinya stunting. Kekurangan protein menyebabkan berkurangnya pembentukan jaringan tubuh dan massa otot, sehingga berdampak pada terhambatnya penambahan tinggi badan. Sejalan dengan hal tersebut, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menegaskan bahwa rendahnya konsumsi protein, khususnya protein hewani yang memiliki kandungan asam amino esensial lengkap dan daya cerna

tinggi, merupakan salah satu faktor risiko utama terjadinya stunting pada balita Septiawati, D., (2021).

Konsumsi protein yang tidak adekuat pada masa 1.000 Hari Pertama Kehidupan dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan yang bersifat kronis dan sulit diperbaiki. Oleh karena itu, pemenuhan kebutuhan protein yang cukup dan berkualitas sangat penting dalam upaya pencegahan stunting. Tingkat konsumsi protein dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kondisi sosial ekonomi keluarga, tingkat pendidikan dan pengetahuan gizi ibu, kebiasaan makan, serta ketersediaan dan akses terhadap pangan bergizi. Protein merupakan zat gizi makro yang berperan penting dalam pertumbuhan, perbaikan jaringan, pembentukan enzim dan hormon, serta peningkatan daya tahan tubuh. Tingkat konsumsi protein menggambarkan jumlah protein yang dikonsumsi sering ditemukan pada keluarga dengan kondisi sosial ekonomi rendah, Dengan demikian, tingkat konsumsi protein merupakan salah satu faktor penting yang berkontribusi terhadap status gizi dan pertumbuhan anak, sehingga perlu mendapat perhatian dalam upaya pencegahan masalah gizi, khususnya stunting.

Dalam konteks Indonesia, *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia* menekankan pentingnya pemenuhan asupan protein khususnya protein hewani (seperti daging, ikan, telur, dan susu) karena mengandung asam amino esensial lengkap yang mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan anak serta dapat mencegah terjadinya stunting. Kampanye nasional gizi seperti tema Hari Gizi Nasional “MP-ASI Kaya Protein Hewani Cegah Stunting” pada tahun 2024 menegaskan urgensi konsumsi protein

berkualitas bagi bayi dan balita sebagai salah satu upaya menurunkan prevalensi stunting (Suhaimi, A., Harianto, Y., & Alpisah. (2022) Ada beberapa faktor tidak langsung sebagai berikut:

a) Tingkat Pendidikan Ibu

Tingkat pendidikan ibu merupakan jenjang pendidikan formal yang telah ditempuh dan mencerminkan kemampuan ibu dalam memahami serta mengolah informasi, termasuk informasi mengenai kesehatan dan gizi. Ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi umumnya memiliki kapasitas yang lebih baik dalam mengambil keputusan terkait pemilihan bahan makanan, pengolahan makanan bergizi, serta pemanfaatan layanan kesehatan untuk mendukung tumbuh kembang anak.

b) Pengetahuan Gizi Ibu

Pengetahuan gizi ibu adalah tingkat pemahaman ibu mengenai kebutuhan gizi anak, pemahaman mengenai prinsip gizi seimbang serta penerapan praktik pemberian makan yang sesuai dengan usia anak. Pengetahuan gizi yang baik akan mendorong ibu untuk menyediakan makanan yang beragam dan bergizi, sehingga berkontribusi terhadap pemenuhan kebutuhan zat gizi anak, termasuk protein.

c) Kondisi Sosial Ekonomi

Kondisi Sosial Ekonomi mencerminkan kemampuan keluarga dalam memenuhi kebutuhan dasar, termasuk pangan, kesehatan, dan lingkungan tempat tinggal yang layak. Status sosial ekonomi yang rendah sering dikaitkan dengan keterbatasan daya beli dan akses terhadap pangan bergizi serta pelayanan kesehatan, yang secara tidak langsung dapat meningkatkan risiko

terjadinya masalah gizi kronis seperti stunting. Dengan demikian, karakteristik ibu sebagai faktor tidak langsung berperan penting dalam menentukan pola asuh dan tingkat konsumsi gizi anak, yang pada akhirnya memengaruhi pertumbuhan dan kejadian stunting. Menurut Mitro Subroto (2021), tingkat konsumsi protein adalah besarnya asupan protein balita yang diperoleh dari makanan dan minuman dalam satu hari, yang diukur melalui *recall* 24 jam, dihitung dalam satuan gram per hari, kemudian dibandingkan dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG) untuk menentukan kategori konsumsi kurang, cukup, atau lebih.

G. Hubungan Antar Variabel

Berdasarkan penelitian, hubungan antar variabel dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Hubungan Frekuensi Kunjungan ke Posyandu dengan Kejadian Stunting

Frekuensi kedatangan ke posyandu merupakan variabel independen (bebas), sedangkan kejadian stunting merupakan variabel dependen (terikat). Secara teori, semakin sering balita datang ke posyandu, semakin besar peluang pertumbuhan dan status gizinya dipantau secara rutin. Melalui kegiatan posyandu, balita memperoleh penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, pemantauan pertumbuhan, imunisasi, pemberian vitamin A, serta penyuluhan gizi kepada ibu. Pelayanan tersebut diharapkan dapat mendeteksi gangguan pertumbuhan sejak dini sehingga risiko terjadinya stunting dapat diminimalkan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi kunjungan ke posyandu dengan kejadian stunting ($p > 0,05$). Hasil ini sejalan dengan penelitian Hanifah dan Anggraeni (2024) yang juga menganalisis hubungan frekuensi kunjungan posyandu dengan kejadian stunting pada balita.

2. Hubungan Tingkat Konsumsi Protein dengan Kejadian Stunting

Tingkat konsumsi protein juga merupakan variabel independen, sedangkan kejadian stunting merupakan variabel dependen. Protein berperan penting dalam pembentukan dan perbaikan jaringan tubuh, pertumbuhan tulang, pembentukan hormon dan enzim, serta mendukung sistem kekebalan tubuh. Kecukupan asupan protein, terutama protein berkualitas tinggi, sangat diperlukan pada masa pertumbuhan balita untuk mendukung pertumbuhan linier yang optimal.

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *Chi-Square*, diperoleh nilai *p-value* $< 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsumsi protein dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Oepoi. Hasil ini menunjukkan bahwa balita dengan tingkat konsumsi

protein yang kurang cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami stunting dibandingkan balita dengan konsumsi protein yang cukup. Protein merupakan zat gizi makro yang berperan penting dalam proses pertumbuhan, pembentukan jaringan tubuh, perbaikan sel yang rusak, serta mendukung pertumbuhan tulang dan otot. Kekurangan asupan protein dalam waktu yang lama dapat menghambat pertumbuhan linear anak sehingga meningkatkan risiko terjadinya stunting.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Aisyah dan Yunianto (2024) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan kejadian stunting pada balita. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa balita dengan asupan protein yang tidak mencukupi memiliki risiko lebih besar mengalami gangguan pertumbuhan dibandingkan balita yang kebutuhan proteinnya terpenuhi. Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan bahwa asupan protein berhubungan secara signifikan dengan kejadian stunting pada balita, karena protein berfungsi sebagai zat pembangun yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak.