

SKRIPSI

**GAMBARAN POLA MAKAN PADA BALITA STUNTING
USIA 24-59 BULAN DI WILAYAH
PUSKESMAS 1 MENDOYO**



Oleh :

Ida Ayu Putu Intan Chelsea Pratiwi

NIM. P07124222043

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2026**

SKRIPSI

**GAMBARAN POLA MAKAN PADA BALITA STUNTING
USIA 24-59 BULAN DI WILAYAH
PUSKESMAS 1 MENDOYO**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan Kebidanan**

Oleh:

IDA AYU PUTU INTAN CHELSEA PRATIWI

NIM. P07124222043

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**GAMBARAN POLA MAKAN PADA BALITA STUNTING
USIA 24-59 BULAN DI WILAYAH
PUSKESMAS 1 MENDOYO**

Oleh:

IDA AYU PUTU INTAN CHELSEA PRATIWI

NIM P07124222043

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama:



Bdn. Gusti Ayu Tirtawati, S.Si.T, M.Kes
NIP. 197406152006042001

Pembimbing Pendamping:



Bdn. Ni Ketut Somoyani, SST., M.Biomed
NIP.196904211989032001

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




Bdn. Ni Ketut Somoyani, SST., M.Biomed
NIP.196904211989032001

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**GAMBARAN POLA MAKAN PADA BALITA STUNTING
USIA 24-59 BULAN DI WILAYAH
PUSKESMAS 1 MENDOYO**

Oleh:

IDA AYU PUTU INTAN CHELSEA PRATIWI

NIM P07124222043

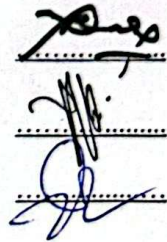
TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : JUMAT

TANGGAL : 22 MEI 2026

TIM PENGUJI

1. Dr. Bdn. Ni Komang Yuni Rahyani, S.SiT., M.Kes (Ketua)
2. Bdn. Gusti Ayu Tirtawati, S.SiT., M.Kes (Sekretaris)
3. Bdn. Ni Made Dwi Mahayati, SST., M.Keb (Anggota)



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

Bdn. Ni Ketut Soimoyani, SST., M.Biomed
NIP.196904211989032001

**DESCRIPTION OF DIETARY PATTERNS AMONG STUNTED TODDLERS
AGED 24–59 MONTHS IN THE WORKING AREA OF PUSKESMAS 1
MENDOYO**

ABSTRACT

Stunting is a chronic nutritional problem that remains a concern because it affects the growth and development of toddlers. One of the contributing factors is a dietary pattern that does not meet the principles of balanced nutrition. This study aims to describe the dietary patterns of stunted toddlers aged 24–59 months in the working area of Puskesmas 1 Mendoyo. This study used a descriptive design with a cross-sectional approach. The sample consisted of all stunted toddlers aged 24–59 months who met the inclusion criteria. Data were collected using a questionnaire assessing meal frequency, types of food, and dietary diversity. The results showed that the dietary patterns of stunted toddlers were still not optimal, indicated by meal frequency that did not meet recommendations and limited dietary diversity. Food intake was dominated by carbohydrate sources, while the consumption of animal protein, fruits, and vegetables was still limited. This condition indicates that nutrient intake has not met the requirements of balanced nutrition needed to support optimal growth. In conclusion, the dietary patterns of stunted toddlers in the working area of Puskesmas 1 Mendoyo have not fulfilled the principles of balanced nutrition in terms of frequency, quantity, and food variety. Therefore, efforts are needed to improve knowledge and feeding practices among parents or caregivers.

Keywords: dietary patterns, toddlers, stunting, balanced nutrition

GAMBARAN POLA MAKAN PADA BALITA STUNTING USIA 24-59 BULAN DI WILAYAH PUSKESMAS 1 MENDOYO

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang masih menjadi perhatian karena berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan balita. Salah satu faktor yang berperan adalah pola makan yang belum memenuhi prinsip gizi seimbang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pola makan pada balita stunting usia 24–59 bulan di wilayah kerja Puskesmas 1 Mendoyo. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian adalah seluruh balita stunting usia 24–59 bulan yang memenuhi kriteria inklusi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang menilai frekuensi makan, jenis makanan, dan keberagaman konsumsi pangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola makan balita stunting masih belum optimal, ditandai dengan frekuensi makan yang belum sesuai anjuran serta konsumsi makanan yang kurang beragam. Asupan makanan didominasi oleh sumber karbohidrat, sedangkan konsumsi protein hewani, buah, dan sayur masih terbatas. Kondisi ini menunjukkan bahwa asupan zat gizi belum memenuhi kebutuhan gizi seimbang untuk mendukung pertumbuhan optimal. Kesimpulannya, pola makan balita stunting di wilayah kerja Puskesmas 1 Mendoyo masih belum memenuhi prinsip gizi seimbang dari segi frekuensi, jumlah, dan variasi makanan. Diperlukan peningkatan pengetahuan dan praktik pemberian makan pada orang tua atau pengasuh.

Kata kunci: pola makan, balita, stunting, gizi seimbang

RINGKASAN PENELITIAN

GAMBARAN POLA MAKAN PADA BALITA STUNTING USIA 24-59 BULAN DI WILAYAH PUSKESMAS 1 MENDOYO

OLEH : IDA AYU PUTU INTAN CHELSEA PRATIWI

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang masih menjadi perhatian penting karena dapat berdampak pada pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta kualitas hidup anak di masa depan. Salah satu faktor yang berperan dalam terjadinya stunting adalah pola makan balita. Pola makan yang tidak seimbang, baik dari segi frekuensi, jenis, maupun kecukupan zat gizi, dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan dalam jangka panjang. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pola makan pada balita stunting usia 24–59 bulan di wilayah kerja Puskesmas 1 Mendoyo.

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian berjumlah 60 balita stunting usia 24–59 bulan yang diambil menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner untuk menilai pola makan, serta pengukuran antropometri untuk menentukan status stunting berdasarkan indeks tinggi badan menurut umur (TB/U). Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi karakteristik responden, pola makan, dan tingkat keparahan stunting.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar balita stunting memiliki pola makan yang tergolong baik yaitu sebanyak 45 responden (75%), sedangkan 15 responden (25%) memiliki pola makan kurang. Berdasarkan tingkat keparahan stunting, sebanyak 45 balita (75%) termasuk kategori stunting dan 15 balita (25%) termasuk kategori severe stunting. Meskipun sebagian besar balita memiliki pola makan yang baik, kondisi stunting tetap terjadi yang menunjukkan bahwa faktor lain seperti riwayat gizi sebelumnya, penyakit infeksi, dan kondisi sosial ekonomi juga berperan dalam kejadian stunting. Selain itu, masih terdapat balita dengan pola makan kurang yang ditandai dengan frekuensi makan tidak teratur dan kurangnya variasi serta asupan zat gizi penting.

Pembahasan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar balita stunting memiliki pola makan yang tergolong baik, kejadian stunting tetap ditemukan, yang mengindikasikan bahwa pola makan saat ini bukan satu-satunya faktor penentu. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh pengaruh faktor lain yang bersifat jangka panjang, seperti riwayat kekurangan gizi pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), riwayat penyakit infeksi berulang, serta kondisi sosial ekonomi keluarga yang memengaruhi kualitas asupan gizi. Selain itu, pola makan yang dinilai baik dalam penelitian ini belum tentu sepenuhnya memenuhi prinsip gizi seimbang, terutama dalam hal variasi makanan dan kecukupan zat gizi mikro. Temuan ini menegaskan bahwa upaya penanggulangan stunting tidak hanya berfokus pada perbaikan pola makan saat ini, tetapi juga memerlukan pendekatan komprehensif melalui peningkatan edukasi gizi kepada orang tua, pemantauan pertumbuhan secara rutin, serta perbaikan faktor lingkungan dan kesehatan lainnya guna mendukung pertumbuhan optimal balita.

Simpulan dari penelitian ini adalah pola makan balita stunting di wilayah kerja Puskesmas 1 Mendoyo masih belum optimal secara keseluruhan, terutama dalam hal keberagaman makanan dan kecukupan zat gizi. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan edukasi kepada orang tua mengenai pemberian makan yang sesuai dengan prinsip gizi seimbang serta pendampingan dari tenaga kesehatan guna mendukung perbaikan status gizi dan pencegahan stunting secara berkelanjutan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena atas segala berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Gambaran Pola Makan pada Balita Stunting Usia 24–59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas 1 Mendoyo” sesuai rencana dengan tepat waktu. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti mendapat banyak dukungan, bantuan, bimbingan serta fasilitas dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Dr. Erika Yulita Ichwan, SST., M.Keb, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan pada mahasiswa untuk melakukan penelitian.
2. Bdn. Ni Ketut Somoyani, S.ST., M. Biomed, selaku Ketua jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan pada mahasiswa untuk melakukan penelitian serta selaku pembimbing pendamping yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan,serta masukan kepada peneliti.
3. Bdn. Ni Wayan Armini, S.ST., M.Keb, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
4. Bdn. Gusti Ayu Tirtawati, S.Si.T, M.Kes selaku pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan, arahan dan masukan kepada peneliti.

5. Kepala Puskesmas 1 Mendoyo, yang telah memberikan ijin melakukan penelitian.
6. Seluruh staf pegawai di Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah membantu dalam pengurusan administrasi.
7. Orang tua, keluarga, serta kerabat penulis yang telah memberikan dukungan, motivasi, doa serta semangat tiada henti.
8. Seluruh pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi.

Skripsi ini jauh dari kata sempurna baik dari segi isi, penyusunan maupun teknik penulisan karena keterbatasan pengetahuan yang peneliti miliki. Sehubungan dengan itu, dengan kerendahan hati peneliti mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun dari pembaca demi kesempurnaan penyusunan skripsi. Akhir kata peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah banyak memberikan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Denpasar, Mei 2026

Peneliti

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ida Ayu Putu Intan Chelsea Pratiwi
NIM : P07124222043
Program Studi : Sarjana Terapan
Jurusan : Kebidanan
Tahun Akademik : 2026
Alamat : Banjar Tibu Tanggang, Desa Penyariangan,
Kecamatan Mendoyo, Kabupaten Jembrana,
Bali

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi dengan judul Gambaran Pola Makan pada Balita Stunting Usia 24–59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas 1 Mendoyo adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir 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, 07 Mei 2025

Ida Ayu Putu Intan Chelsea Pratiwi



NIM P07124222043

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	vi
RINGKASAN PENELITIAN.....	vii
KATA PENGANTAR	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Pola Makan.....	8
B. Stunting.....	11
BAB III KERANGKA KONSEP	16
A. Kerangka Konsep.....	16
B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel.....	16
BAB IV	19
METODE PENELITIAN.....	19
A. Jenis Penelitian	19
B. Alur Penelitian.....	19
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	21
D. Populasi dan Sampel.....	21
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	22
G. Etika Penelitian.....	25

BAB V	27
HASIL DAN PEMBAHASAN	27
A. Hasil Penelitian	27
B. Pembahasan.....	31
C. Kelemahan Penelitian	38
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bagan Kerangka Konsep Penelitian.....	20
Gambar 2. Bagan Alur Penelitian.....	26

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi Operasional.....	20
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	35
Tabel 3. Distribusi Distribusi Frekuensi Pola Makan Balita.....	36
Tabel 4. Distribusi Distribusi Frekuensi Kejadian Stunting Balita.....	37
Tabel 5. Distribusi Silang pola makan dengan kejadian stunting	23

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Permohonan Responden.....	45
Lampiran 2 Surat Persetujuan Responden	46
Lampiran 3 Kuisisioner	49
Lampiran 4 Kuisisioner	50
Lampiran 5 Lembar catatan perkembangan	52
Lampiran 6 Rencana Anggaran Penelitian.....	53
Lampiran 7 Jadwal Pelaksanaan Penelitian	56
Lampiran 8 Analisis Data SPSS.....	58
Lampiran 9 Surat Rekomendasi Penelitian	60
Lampiran 10 Lampiran Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian.....	61
Lampiran 11 Persetujuan Etik.....	62
Lampiran 12 Dokumentasi.....	63