

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA KONSUMSI PROTEIN HEWANI
DENGAN STATUS STUNTING PADA BALITA
USIA 2–5 TAHUN DI DESA SATAR LENDA
KABUPATEN MANGGARAI**



Oleh:
VINSENSIA GENI
NIM. P07131225130

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

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA KONSUMSI PROTEIN HEWANI
DENGAN STATUS STUNTING PADA BALITA
USIA 2–5 TAHUN DI DESA SATAR LENDA
KABUPATEN MANGGARAI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Pada Program Studi Gizi Dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Denpasar**

Oleh:

**VINSENSIA GENI
NIM. P07131225130**

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

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA KONSUMSI PROTEIN HEWANI
DENGAN STATUS STUNTING PADA BALITA
USIA 2–5 TAHUN DI DESA SATAR LENDA
KABUPATEN MANGGARAI**

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Oleh :

VINSENSIA GENI
NIM. P07131225130

Pembimbing Utama



Ida Ayu Eka Padmiari, SKM., M.Kes
NIP. 196404171986032023

Pembimbing Pendamping



Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes
NIP. 196308191986031004

Mengetahui

us an Gizi

Kemenkes Denpasar



... iati, SST., M.Erg.
32001122001

SKRIPSI DENGAN JUDUL :
HUBUNGAN POLA KONSUMSI PROTEIN HEWANI
DENGAN STATUS STUNTING PADA BALITA
USIA 2–5 TAHUN DI DESA SATAR LENDA
KABUPATEN MANGGARAI

Oleh :

VINSENSIA GENI
NIM. P07131225130

TELAH DISEMINARKAN DIHADAPAN TIM PEMBIMBING
SEMINAR

PADA HARI : Rabu

TANGGAL : 15 Juli 2026

TIM PENGUJI :

1. I Wayan Ambartana, SKM.,M.Fis Ketua ()
2. Ni Made Dewantari, SKM., M.FOr. Anggota I ()
3. Ida Ayu Eka Padmiari, SKM.,M.Kes Anggota II ()

Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar,



Dr. Ni Nengan Ariau, SST., M.Erg.
NIP.197311182001122001

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Vinsensia Geni

NIM : P07131225130

Program Studi : Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan

Jurusan : Gizi

Alamat : Desa Wongka, Kecamatan Satar Mese Barat, Kab

Manggarai

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi dengan judul " Hubungan pola konsumsi protein hewani dengan status stunting pada balita usia 2-5 tahun di Desa Satar Lenda Kabupaten Manggarai ” adalah benar karya sendiri atau bukan hasil plagiat hasil karya orang lain.
2. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa usulan penelitian ini bukan karya saya sendiri atau merupakan hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Ditior, 2026
Yang membuat pernyataan,



Vinsensia Geni
NIM. P07131225130

HUBUNGAN POLA KONSUMSI PROTEIN HEWANI DENGAN STATUS STUNTING PADA BALITA USIA 2–5 TAHUN DI DESA SATAR LENDA KABUPATEN MANGGARAI

ABSTRAK

Latar Belakang: Stunting merupakan masalah kekurangan gizi kronis yang berdampak buruk pada kualitas hidup anak. Di wilayah pedesaan dengan mayoritas ekonomi agraris seperti Desa Satar Lenda, aksesibilitas terhadap pangan berkualitas sering kali menjadi tantangan. Protein hewani memiliki keunggulan biologis berupa asam amino esensial lengkap yang krusial untuk menstimulasi hormon pertumbuhan linier balita. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pola konsumsi protein hewani (jenis, frekuensi, dan jumlah konsumsi) dengan status stunting pada balita usia 2–5 tahun di Desa Satar Lenda, Kabupaten Manggarai. Metode: Jenis penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif analitik dengan desain cross-sectional. Penelitian dilakukan di Desa Satar Lenda dengan sampel sebanyak 63 balita usia 2–5 tahun beserta orang tuanya yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Data pola konsumsi (jenis, frekuensi, jumlah) dikumpulkan melalui kuesioner Food Frequency Questionnaire (FFQ), sedangkan status stunting dinilai berdasarkan indikator antropometri TB/U atau PB/U. Analisis data menggunakan tabulasi silang (crosstabulation) dan uji statistik Chi-Square ($\alpha = 0,05$). Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas keluarga responden memiliki pendapatan rendah ($< \text{Rp } 1.500.000,-$) sebesar 73,0%. Prevalensi stunting pada balita di Desa Satar Lenda mencapai 38,1% (30,2% pendek dan 7,9% sangat pendek). Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara jenis konsumsi protein hewani dengan status stunting ($p = 0,003$), di mana 59,3% balita dengan jenis lauk tidak lengkap mengalami stunting. Hubungan yang sangat signifikan juga ditemukan pada variabel frekuensi konsumsi ($p = 0,000$) dan jumlah konsumsi protein hewani ($p = 0,000$). Seluruh kasus stunting (100%) terkonsentrasi pada balita yang mengonsumsi protein hewani dalam jumlah "Kurang" dari standar Angka Kecukupan Gizi (AKG). Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara pola konsumsi protein hewani (jenis, frekuensi, dan jumlah) dengan status stunting pada balita di Desa Satar Lenda. Rendahnya kuantitas (jumlah porsi) asupan menjadi faktor pembatas utama pertumbuhan anak. Disarankan bagi program puskesmas setempat untuk meningkatkan edukasi gizi yang berfokus pada kecukupan takaran porsi pangan hewani harian anak dengan memanfaatkan sumber daya pangan lokal terjangkau.

Kata Kunci : Balita, Frekuensi, Jenis, Jumlah, Protein Hewani, Stunting

THE CORRELATION BETWEEN ANIMAL PROTEIN CONSUMPTION PATTERNS AND STUNTING STATUS AMONG TODDLERS AGED 2–5 YEARS IN SATAR LENDA VILLAGE, MANGGARAI REGENCY

ABSTRACT

Background: Stunting is a chronic malnutrition problem that adversely affects children's quality of life. In rural areas with predominantly agricultural economies like Satar Lenda Village, accessibility to quality food is often a challenge. Animal protein has biological advantages, containing complete essential amino acids crucial for stimulating the linear growth hormone in toddlers. Objective: This study aimed to analyze the relationship between animal protein consumption patterns (type, frequency, and amount of consumption) and stunting status among toddlers aged 2–5 years in Satar Lenda Village, Manggarai Regency. Methods: This quantitative descriptive-analytic study used a cross-sectional design. The study was conducted in Satar Lenda Village with a sample of 63 toddlers aged 2–5 years and their parents, selected using the total sampling technique. Data on consumption patterns (type, frequency, amount) were collected through a Food Frequency Questionnaire (FFQ), while stunting status was assessed using HAZ (Height-for-Age Z-score) anthropometric indicators. Data analysis used crosstabulation and the Chi-Square statistical test ($\alpha = 0,05$). Results: The results showed that the majority of respondents' families had a low income ($< \text{IDR } 1,500,000$) at 73.0%. The prevalence of stunting among toddlers in Satar Lenda Village reached 38.1% (30.2% stunted and 7.9% severely stunted). Bivariate analysis showed a significant relationship between the type of animal protein consumption and stunting status ($p = 0.003$), where 59.3% of toddlers with incomplete types of side dishes experienced stunting. Highly significant relationships were also found in the consumption frequency variable ($p = 0.000$) and the amount of animal protein consumption ($p = 0.000$). All stunting cases (100%) were concentrated among toddlers who consumed animal protein in "Inadequate" amounts compared to the Recommended Dietary Allowance (RDA). Conclusion: There is a significant relationship between animal protein consumption patterns (type, frequency, and amount) and stunting status among toddlers in Satar Lenda Village. Inadequate intake quantity (portion size) serves as the primary limiting factor for child growth. It is recommended that local community health center (Puskesmas) programs enhance nutritional education, specifically emphasizing the adequacy of daily animal protein portion sizes using affordable local food resources.

Keywords: Toddlers, Frequency, Type, Amount, Animal Protein, Stunting

RINGKASAN PENELITIAN

Stunting masih menjadi masalah gizi yang penting, termasuk di Desa Satar Lenda, Kabupaten Manggarai. Berdasarkan data yang dicantumkan dalam skripsi, prevalensi stunting di Desa Satar Lenda pada tahun 2025 mencapai 17,7%, lebih tinggi dari target 14%. Salah satu faktor yang menjadi perhatian adalah pola konsumsi protein hewani, karena protein hewani mengandung asam amino esensial yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain konsumsi pangan, stunting juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti kondisi ekonomi, BBLR, ASI eksklusif, asupan gizi, pendidikan, dan sanitasi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan pola konsumsi protein hewani yang meliputi jenis, frekuensi, dan jumlah konsumsi dengan status stunting pada balita usia 2–5 tahun di Desa Satar Lenda. Hasil penelitian diharapkan dapat menambah wawasan mengenai gizi serta menjadi bahan pertimbangan bagi orang tua, tenaga kesehatan, dan Puskesmas dalam upaya pencegahan stunting.

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang yang ditandai dengan tinggi atau panjang badan menurut umur berada di bawah standar. Faktor yang berkaitan dengan stunting antara lain asupan gizi yang kurang, penyakit infeksi, BBLR, ASI eksklusif, tinggi badan ibu, pendidikan ibu, pendapatan keluarga, dengan status gizi ibu hamil. Stunting dapat berdampak pada perkembangan kognitif, sistem imun, kapasitas fisik, produktivitas, serta dapat berlanjut menjadi masalah antargenerasi. Pola konsumsi terdiri atas jenis, jumlah, dan frekuensi makanan, yang dipengaruhi oleh pengetahuan, ketersediaan pangan, kondisi sosial ekonomi, dan budaya. Dalam kajian penelitian terdahulu, konsumsi protein hewani yang cukup dan beragam, termasuk telur, susu, dan daging, dikaitkan dengan pertumbuhan linear anak yang lebih baik, sehingga pola konsumsi protein hewani menjadi salah satu aspek yang penting dalam penelitian ini.

Pola konsumsi protein hewani sebagai variabel independen terdiri atas tiga komponen, yaitu jenis, frekuensi, dan jumlah konsumsi, sedangkan status stunting sebagai variabel dependen ditentukan berdasarkan indikator tinggi badan menurut umur sesuai standar antropometri. Jenis konsumsi dinilai berdasarkan keragaman sumber protein hewani, yaitu ikan/hasil laut, daging, unggas, telur, serta susu dan produk olahannya. Jumlah konsumsi dihitung dalam gram per hari dan dibandingkan dengan kebutuhan protein berdasarkan AKG, sedangkan frekuensi dinilai berdasarkan seberapa sering anak mengonsumsi sumber protein hewani. Penelitian ini memiliki tiga hipotesis, yaitu terdapat hubungan antara jenis, frekuensi, dan jumlah konsumsi protein hewani dengan status stunting pada balita usia 2–5 tahun.

Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional, yaitu pengukuran variabel independen dan dependen dilakukan pada waktu yang sama. Penelitian dilaksanakan di Desa Satar Lenda dengan populasi 135 balita usia 24–60 bulan dan sampel sebanyak 63 balita yang dipilih menggunakan proportionate stratified random sampling berdasarkan wilayah posyandu. Data primer diperoleh melalui wawancara mengenai identitas dan pola konsumsi protein hewani menggunakan Food Frequency Questionnaire (FFQ), serta pengukuran tinggi badan menggunakan stadiometer, sedangkan data sekunder berasal dari laporan Puskesmas Dintor. Pola konsumsi dianalisis berdasarkan jenis, frekuensi, dan jumlah protein hewani, sementara status stunting ditentukan melalui pengukuran antropometri TB/U. Analisis dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik data dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kemaknaan 0,05 untuk mengetahui hubungan pola konsumsi protein hewani dengan status stunting. Penelitian juga memperhatikan etika berupa informed consent, keadilan, kerahasiaan data, serta keamanan dan perlindungan responden.

Penelitian terhadap 63 balita menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia 48–60 bulan, dengan distribusi jenis kelamin yang relatif seimbang. Sebanyak 73,0% keluarga memiliki pendapatan kurang dari Rp1.500.000 per bulan. Berdasarkan pola

konsumsi, 57,1% balita mengonsumsi jenis protein hewani yang cukup beragam, 60,3% mengonsumsi protein hewani dengan frekuensi sering, tetapi 65,1% masih memiliki jumlah konsumsi yang kurang. Prevalensi stunting dalam sampel penelitian sebesar 38,1%, terdiri dari 30,2% pendek dan 7,9% sangat pendek. Hasil uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan antara jenis konsumsi protein hewani dengan status stunting ($p=0,003$), frekuensi konsumsi dengan status stunting ($p=0,000$), dan jumlah konsumsi dengan status stunting ($p=0,000$). Temuan yang paling menonjol terdapat pada jumlah konsumsi, karena dari 41 balita yang mengonsumsi protein hewani dalam jumlah kurang, 24 balita mengalami stunting, sedangkan seluruh balita yang mengonsumsi dalam jumlah cukup atau lebih berada dalam kategori normal. Pembahasan menekankan bahwa persoalan konsumsi protein hewani pada responden terutama berkaitan dengan kecukupan porsi, meskipun frekuensi dan keragaman konsumsi pada sebagian besar balita sudah cukup baik.

Kesimpulan penelitian adalah pola konsumsi protein hewani pada balita terdiri atas jenis yang cukup/beragam sebesar 57,1%, frekuensi sering sebesar 60,3%, dan jumlah konsumsi kurang sebesar 65,1%. Prevalensi stunting pada 63 balita yang diteliti adalah 38,1%, dan hasil analisis menunjukkan adanya hubungan antara jenis konsumsi protein hewani dengan status stunting ($p=0,003$), frekuensi konsumsi dengan status stunting ($p<0,000$), serta jumlah konsumsi dengan status stunting ($p<0,000$). Berdasarkan hasil tersebut, saran penelitian ditujukan kepada orang tua agar meningkatkan variasi dan kecukupan konsumsi protein hewani, kepada Puskesmas dan tenaga kesehatan agar memperkuat edukasi gizi, pemantauan tumbuh kembang, serta pengenalan menu berbasis protein hewani, dan kepada peneliti selanjutnya agar mengembangkan penelitian dengan mempertimbangkan faktor lain yang dapat memengaruhi kejadian stunting serta variasi olahan pangan sumber protein hewani.

Daftar Pustaka: 22 (2021 – 2025)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul " Hubungan pola konsumsi protein hewani dengan status stunting pada balita usia 2-5 tahun di Desa Satar Lenda Kabupaten Manggarai " tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan, arahan, dukungan, serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di institusi ini.
2. Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar atas dukungan dan fasilitas yang diberikan selama masa pendidikan.
3. Ida Ayu Eka Padmiari, SKM., M.Kes selaku Pembimbing Utama yang telah penuh kesabaran memberikan bimbingan, masukan, dan arahan yang sangat berharga dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes selaku Pembimbing Pendamping yang telah banyak memberikan saran, kritik membangun, dan bimbingan demi kesempurnaan skripsi ini.
5. I Wayan Ambartana, SKM., M.Fis. dan Ni Made Dewantari, SKM., M.FOr. selaku Tim Penguji yang telah memberikan masukan, koreksi, dan arahan demi perbaikan laporan penelitian ini.
6. Kepala UPTD Puskesmas Dintor beserta seluruh staf, bidan koordinator, dan tenaga kesehatan yang telah memberikan izin, bantuan data, dan kerja sama yang baik selama proses pengumpulan data penelitian.

7. Kedua orang tua dan seluruh keluarga tercinta yang senantiasa memberikan doa, dukungan moral kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
8. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Gizi dan Dietetika Angkatan 2025 serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah membantu memberikan semangat dan kerja sama.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan karena keterbatasan kemampuan dan pengetahuan yang penulis miliki. Namun dengan segala keterbatasan yang ada, penulis tetap berharap, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan di bidang gizi kesehatan, khususnya bagi program pelayanan kesehatan ibu dan balita.

Denpasar, 2026

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
RINGKASAN PENELITIAN.....	vii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
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 Konsumsi.....	16
C. Hubungan Stunting Dengan Pola Konsumsi Protein Hewani.....	21
BAB III KERANGKA KONSEP	23
A.Kerangka Konsep	23
B.Variabel dan Definisi Operasional Variabel.....	24
C.Hipotesis Penelitian.....	26
BAB IV METODE PENELITIAN	27
A.Jenis Penelitian.....	27

B. Alur Penelitian.....	27
C. Tempat dan Waktu Penelitian	28
D. Populasi dan Sampel	28
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	32
F. Pengolahan dan Analisis Data	35
G. Etika Penelitian	42
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	45
A. Hasil Penelitian.....	45
B. Pembahasan.....	61
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	69
A. Kesimpulan.....	69
B. Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN.....	74

DAFTAR TABEL

Halaman

1. Definisi Operasional Variable.....	24
3. Kategori Status Gizi.....	39
14. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	48
15. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	49
16. Karakteristik Ibu Responden Berdasarkan Pendidikan.....	50
17. Karakteristik Ayah Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	51
18. Karakteristik Berdasarkan Pendapatan Keluarga.....	52
19. Jenis Konsumsi Protein Hewani	53
20. Frekuensi Konsumsi Protein Hewani.....	54
21. Jumlah Konsumsi Protein Hewani	55
22. Pengukuran Stunting	56
23. Analisis Data Hubungan Jenis Konsumsi Protein Hewani Dengan status Stunting Pada Balita.....	58
24. Analisis Data Hubungan Frekuensi Konsumsi Protein Hewani Dengan status Stunting Pada Balita.....	59
25. Analisis Data Hubungan Jumlah Konsumsi Protein Hewani Dengan status Stunting Pada Balita.....	60

DAFTAR GAMBAR

	halaman
1. Kerangka Konsep	23
2. Gambar Alur Penelitian.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

	halaman
1. Ijin Penelitian	76
2. Etik Penelitian	74
3. Persetujuan Setelah Penjelasan	77
4. Kuisisioner Penelitian	79
5. Dokumentasi	103
6. FFQ.....	81
7. Cara pengolahan data.....	99