

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan gizi yang dihadapi dunia. Berdasarkan data UNICEF,WHO, dan World Bank melalui Join Child Malnutrition Estimates (JME) 2025, prevalensi stunting pada anak usia di bawah lima tahun secara global mencapai 23,2% pada 2024.

Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024, prevalensi stunting di Indonesia mengalami penurunan dari 21,5% pada 2023 menjadi 19,8% pada 2024. Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) pada 2024 dilaporkan mencapai 37 %, menjadikan provinsi ini salah satu yang tertinggi di Indonesia menurut laporan Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI (2025). Sedangkan prevalensi stunting Tingkat Puskesmas Dintor 2025 mencapai 16,4% berdasarkan laporan aplikasi Elektronik-Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat (Eppgbm), dari target 14 %. Puskesmas Dintor mencakupi 7 Desa wilayah kerja. Dari tujuh Desa yang menduduki wilayah Puskesmas Dintor, Desa yang mencapai angka stunting tertinggi adalah Desa Satar Lenda. Untuk Desa Satar Lenda angka Stunting mencapai 17,7 % di 2025 dari target 14%. Masalah stunting masih menjadi prioritas kesehatan global karena dampaknya yang irreversibel terhadap kualitas sumber daya manusia, terutama pada periode kritis pertumbuhan balita usia prasekolah. Data ini

menunjukkan bahwa, disparitas prevalensi stunting di Satar Lenda masih dipengaruhi oleh pola konsumsi protein hewani (jenis, jumlah, frekuensi).

Selain pola konsumsi protein hewani terdapat beberapa faktor penyebab stunting pada balita, yaitu: Faktor ekonomi, BBLR, ASI eksklusif, asupan gizi, pendidikan dan sanitasi. Pola konsumsi, khususnya protein hewani, menjadi determinan utama dalam menentukan linearitas pertumbuhan tulang pada balita usia 2-5 tahun (Beal et al., 2023). Konsumsi protein hewani berhubungan signifikan dengan status stunting, di mana asupan protein hewani yang kurang meningkatkan risiko balita stunting secara signifikan. Protein hewani penting untuk pertumbuhan karena mengandung zat gizi lengkap yang mencegah hambatan pertumbuhan tinggi badan. Kurangnya konsumsi protein hewani menyebabkan risiko stunting meningkat drastis. Ketika masalah ini di biarkan secara terus menerus, maka masalah stunting pun tidak akan hilang. Protein hewani (ikan, telur, daging) kaya akan asam amino esensial yang diperlukan untuk pertumbuhan tulang dan jaringan, sehingga membantu mencegah stunting pada balita Kedua sumber protein ini memiliki karakteristik berbeda. Protein hewani umumnya mengandung semua asam amino esensial yang dibutuhkan tubuh, sehingga kualitasnya lebih tinggi secara biologis. Sementara protein nabati cenderung memiliki variasi asam amino yang lebih terbatas, sehingga perlu kombinasi dari beberapa sumber agar dapat memenuhi kebutuhan protein secara optimal (Ten Haaf et al., 2020).

Sementara itu, protein nabati, meskipun beberapa memiliki asam amino tidak lengkap, menawarkan manfaat kesehatan jangka panjang, rendah

kolesterol, tinggi serat, dan ramah lingkungan. Protein nabati diperoleh dari kacang-kacangan (tempe, tahu), biji-bijian, sayuran, dan produk olahan berbasis tumbuhan. Kombinasi berbagai sumber protein nabati dapat memastikan terpenuhinya seluruh asam amino esensial. Kesimpulannya, strategi pemenuhan protein harian yang optimal adalah dengan mengombinasikan protein hewani dan nabati, sehingga mendukung kualitas nutrisi yang tinggi, pertumbuhan dan fungsi tubuh yang optimal, serta kesehatan jangka panjang dan keberlanjutan lingkungan. Temuan ini menjadi referensi penting bagi masyarakat, ahli gizi, dan pembuat kebijakan dalam merancang pola makan sehat dan seimbang, Stunting yang tidak di tangani secara dini akan menimbulkan dampak jangka pendek dan jangka panjang bagi masyarakat. Karena stunting pada balita menyebabkan gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif sehingga menurunkan kemampuan belajar dan prestasi. Selain itu balita stunting memiliki daya tahan tubuh lebih rendah sehingga rentan terhadap penyakit infeksi. Dalam jangka panjang stunting berdampak pada menurunnya produktivitas kerja, kapasitas fisik, serta meningkatkan resiko penyakit tidak menular. Secara makro stunting yang tidak dapat di tangani dapat menurunkan kualitas sumber daya manusia, sehingga berpotensi memperpanjang siklus kemiskinan antargenerasi.

Penelitian longitudinal di beberapa negara berkembang seperti Nepal, Bangladesh, dan Uganda menunjukkan bahwa asupan makanan hewani yang berkelanjutan berhubungan dengan penurunan kejadian stunting pada balita di bawah usia 2 tahun; konsumsi dua atau lebih jenis makanan hewani

selama setahun menghasilkan penurunan stunting yang lebih besar dibandingkan konsumsi satu jenis saja (*Nutrition Reviews*, 2023).

Studi lokal di wilayah kerja Puskesmas Sigerongan, Lombok Barat juga mengamati hubungan antara frekuensi dan jumlah, mengonsumsi makanan hewani dan kejadian stunting pada balita pra-sekolah 4–5 tahun, menggaris bawahi pentingnya variasi dan frekuensi makanan hewani sebagai bagian dari pola makan balita (*Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 2023).

Dengan latar belakang tersebut, perlu dilakukan penelitian terhadap **hubungan pola konsumsi protein hewani dengan status stunting pada balita usia 2–5 tahun di Desa Satar Lenda Kabupaten Manggarai** sebagai dasar strategis intervensi gizi di komunitas.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut “Apakah ada hubungan pola konsumsi protein hewani dengan status stunting pada balita usia 2–5 tahun”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pola konsumsi protein hewani dengan status stunting pada balita usia 2–5 tahun di Desa Satar Lenda.

2. Tujuan Khusus

- a. Menentukan persentasi stunting pada balita di Desa Satar Lenda
- b. Menentukan pola konsumsi protein hewani pada balita.

- c. Menganalisis hubungan antara pola konsumsi protein hewani dengan status *stunting* pada balita.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoretis

Menambah wawasan dan referensi ilmiah mengenai hubungan pola konsumsi protein hewani dengan status *stunting* pada balita usia 2–5 tahun.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi orang tua balita: Sebagai informasi untuk memperbaiki pola konsumsi protein hewani dalam mendukung perkembangan dan pertumbuhan balita secara optimal.
- b. Bagi Tenaga Kesehatan: Sebagai bahan pertimbangan dalam pemberian edukasi gizi
- c. Sebagai referensi pengambilan kebijakan intervensi gizi balita.
- d. Sebagai bahan evaluasi Puskesmas dalam penyuluhan gizi.