

**REVIEW: HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN STUNTING
PADA ANAK USIA 2-5 TAHUN DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS
CIMAHI TAHUN 2025**

Seli Salimah

Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Al-Ihya Kuningan
E-mail : sely.serra@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengkaji keterkaitan antara pola makan dan terjadinya stunting pada anak berusia 2-5 tahun di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Cimahi dengan memanfaatkan metode kuantitatif. Target populasi adalah anak-anak berusia 2-5 tahun yang termasuk dalam kategori stunting, dengan total sampel sebanyak 141 anak. Pengambilan sampel dilakukan melalui metode *random sampling*, sedangkan pengumpulan data dikerjakan dengan mengukur tinggi badan dan melakukan wawancara menggunakan kuesioner. Metode analisis data yang dipakai dalam kajian ini adalah Spearman Rank. Temuan penelitian menunjukkan adanya hubungan antara pola makan dan kejadian stunting, dengan tingkat signifikansi p value 0,001 yang diinterpretasikan α . Kesimpulan dari penelitian ini adalah pola makan tidak tepat pada anak akan berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan khususnya kejadian *stunting*. Pola asuh Orang tua dan keadaan lingkungan berpengaruh besar dalam keberhasilan pemberian pola makan yang sesuai dengan kebutuhan anak.

Kata kunci : Pola Makan, Pola Asuh, Kejadian *Stunting*

ABSTRACT

This study aims to analyze the relationship between diet and the incidence of stunting in children aged 2-5 years in the Working Area of UPTD Puskesmas Cimahi using a quantitative approach. The population used was children aged 2-5 years with the stunting category with a sample of 141 children. The method of sampling is by random sampling and the method of data collection is carried out by measuring height and interviewing using questionnaires. The data analysis used in this study is Spearman Rank. The results of the study showed the relationship between diet and the incidence of stunting with a significance level of p value of 0.001 with an interpretation of $\alpha < 0.05$, then H_a was accepted H_0 was rejected. This shows that there is a relationship between two variables, namely diet variables and stunting incidence. The conclusion of this study is that improper diet in children will affect growth and development, especially the incidence of stunting. Parenting and environmental conditions have a great influence on the success of providing a diet that suits the needs of children.

Keyword : Diet, Parenting, Stunting Incidence

doi: <https://doi.org/10.70476/jfkes.v5i1.011>

PENDAHULUAN

Masalah gizi pada balita dikarenakan berbagai faktor, diantaranya kekurangan asupan makanan bergizi dan atau seringnya terinfeksi penyakit menjadi penyebab langsung terjadinya masalah gizi. Selain kurangnya asupan energi dan protein, jenis

makanan yang diberikan pada balita juga kurang beragam. Pola makan dan asupan yang kurang dapat mempengaruhi status gizi balita salah satunya yaitu kekurangan gizi anak kronis seperti *stunting*.

Anak-anak yang mengalami malnutrisi kronis selama lebih dari enam bulan dapat mengalami *stunting*, suatu kondisi yang menyebabkan kegagalan pertumbuhan dan membuat mereka lebih pendek dari rata-rata usianya. Kondisi *stunting* baru akan terlihat setelah anak memasuki usia 2 tahun karena proses ini terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir. Balita dapat didiagnosis *stunting* jika tinggi badan (panjang/usia) atau tinggi badan (tinggi/usia) mereka berada dalam ambang batas (skor-Z) -3 SD hingga <-2 SD (pendek/*stunting*) dan <-3 SD (*stunting* berat) menurut standar Studi Referensi Pertumbuhan Multisenter (Organisasi Kesehatan Dunia, 2020).

Pada usia produktif, *stunting* akan mengakibatkan penurunan produksi ekonomi atau pendapatan (Anggryni dkk., 2021). Kebiasaan makan seseorang menentukan apa yang mereka makan, dan asupan gizi yang mereka konsumsi berdampak langsung pada tingkat potensi mereka. Status gizi ditentukan oleh pola makan, yang secara signifikan dipengaruhi oleh kebiasaan makan dan gizi (Briliannita dkk., 2022).

Asupan makanan harian balita ditentukan oleh pola makan mereka (Pratiwi, 2021). Masa balita adalah masa yang sangat penting dan perlu diperhatikan dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Anak berperan penting dalam pembentukan sumber daya manusia di masa depan. Anak termasuk kelompok yang paling rentan mengalami gangguan kesehatan dan gizi karena sistem kekebalan tubuh, pola makan, dan psikologinya masih berkembang. Kesehatan dan kualitas hidup anak sangat bergantung pada orang tua, terutama ibu dan ayahnya (Nyanyi et al., 2019).

Pola makan anak balita sering kali mengalami masalah karena dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti persepsi dan pengetahuan kesehatan keluarga, budaya yang dianut, kondisi lingkungan sekitar, ketersediaan makanan, serta sumber informasi yang digunakan. Pada usia balita, kebanyakan anak hanya menyukai satu jenis makanan. Peran keluarga yang kurang perhatian dalam memantau pola makan anak menyebabkan makanan yang diberikan tidak memenuhi kebutuhan gizi anak (Friyayi. & Asthiningsih, 2021)

Berdasarkan data Survei Kesehatan Gizi Indonesia Tahun I 2023 asupan makan masuk ke dalam faktor determinan terjadinya *stunting*. Proporsi makan beragam pada balita sebesar 60,9% dan proporsi konsumsi MPASI sumber hewani sebesar 78,4% (SSGI 2023). Sedangkan capaian bayi balita yang mendapat MPASI baik di Kabupaten Kuningan yaitu sebesar 83% dan di Kecamatan Cimahi sebesar 76% (angka kecukupan yang dianjurkan yaitu minimal 80%).

Meskipun Indonesia sudah ada banyak kemajuan di bidang kesehatan dalam beberapa tahun terakhir, masalah *stunting* masih terjadi dengan banyak kasus. Pertumbuhan *stunting* menunjukkan bahwa ada kegagalan dalam pertumbuhan tubuh seseorang secara linear, yang seharusnya bisa tercapai. Masalah ini disebabkan oleh kurangnya kesehatan dan gizi yang buruk (Atmaja et al. , 2020).

Satu dari 5 balita di Indonesia mengalami *stunting* dengan kasus terbanyak

kelpompok usia 24 sampai 35 bulan. Prevalensi *stunting* Indonesia Tahun 2023 yaitu sebesar 21,5%, di Jawa Barat sebesar 21,7% yang dipengaruhi oleh beberapa faktor - faktor seperti pada periode prenatal dan periode kelahiran hingga postnatal serta faktor rumah tangga seperti akses air minum dan *sanitasi higienie* dasar (Survei Kesehatan Indonesia, 2023).

Menurut data aplikasi EPPGBM (Elektronik Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat) kasus *stunting* pada tahun 2023 di Kabupaten Kuningan yaitu sebesar 7,8% dan Kecamatan Cimahi 7%. Terjadi kenaikan di tahun 2024 yaitu sebesar 7,9% untuk tingkat Kabupaten Kuningan dan 7,9% untuk Kecamatan Cimahi. Prevalensi *stunting* di Tingkat Kabuptaten maupun Kecamatan Cimahi masih dibawah nilai rujukan yaitu sebesar 14%. Namun dilihat dari jumlah kasus setiap bulannya, terjadi kenaikan jumlah *stunting* yang signifkikan di Kecamatan Cimahi dari bulan Agustus – Desember 2024 yaitu dari 152 anak menjadi 172 anak, kemudian di bulan Januari 2025 meningkat kembali menjadi 192 kasus (EPPGBM, 2024/2025).

Penyebab kejadian *stunting* pada balita di Kabupaten Kuningan disebabkan oleh karena kekurangan asupan nutrisi, dan kurangnya pemahaman masyarakat tentang nilai gizi balita, dalam hal ini secara tidak langsung berhubungan dengan adanya peran keluarga sebagai motivator, pembimbing, dan penfasilitator dalam memberikan pola makan yang baik kepada anggota keluarga yang mengalami *stunting* sangat membantu meningkatkan kesehatan keluarga (Supariasa & Purwaningsih, 2019). Maka dari itu keluarga juga bertugas agar memastikan bahwa anggota keluarganya mendapatkan asupan makanan dan kebutuhan gizi yang cukup (Kemenkes, 2020). Masalah *stunting* bisa terjadi karena akses makanan yang kurang dalam jumlah dan kualitasnya, serta jenis makanan yang tidak beragam.

UPTD Puskesmas Cimahi adalah instansi kesehatan milik pemerintah di tingkat Kabupaten Kuningan yang terletak di daerah perdesaan, dengan jumlah 10 desa. Tingkat pendapatan penduduk di Kecamatan cimahi yaitu kategori menengah ke bawah. Akses terhadap perbelanjaan bahan pangan cukup jauh sehingga daya beli bahan pangan terbatas, hal ini tentu berkaitan dengan kejadian *stunting* yang naik setiap bulannya, kenaikan tersebut merupakan salah permasalahan yang perlu di analisa. Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul Hubungan Pola Makan dengan Kejadian *Stunting* Pada Anak Usia 2-5 tahun di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Cimahi.

METODE

Jenis penelitian ini termasuk penelitian deskriptif korelasional menggunakan pendekatan *Cross-Sectional* dalam bentuk pendekatan kasus. Sampel dalam penelitian ini yaitu anak *stunting* usia 2-5 tahun sebanyak 141 orang yang didapatkan dari rumus solvin. Cara pengambilan sampel dilakukan dengan teknik Random Sampling (Nursalam, 2017). Variabel independen pada studi kasus ini ialah pola makan, sedangkan variabel dependen yaitu kejadian *stunting*.

Teknik pengumpulan diperoleh langsung dari responden berupa perilaku pola

makan anak melalui proses wawancara yang dilakukan dua kali kunjungan. Sedangkan untuk kejadian stunting diperoleh dari data puskesmas yang kemudian dilakukan pengukuran ulang tinggi badan oleh peneliti. Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data yaitu kuisioner dan alat antropometri yang dituangkan ke dalam google form.

Karakteristik anak yang diteliti yaitu usia anak, usia ibu, pekerjaan ibu, jenis kelamin dan anak ke berapa.

Hasil pengukuran pola makan dikategorikan menjadi dua yaitu Tepat jika nilainya 55-100% dan tidak Tepat jika nilainya <55%. Sedangkan kejadian stunting dikategorikan menjadi pendek (- 3,0 SD s/d <-2,0 SD) & sangat pendek (< -3,0 SD). Analisis hubungan antar variabel independen dan dependen menggunakan uji rank Spearman untuk melihat hubungan signifikan antar variabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari studi kasus sebanyak berjenis kelamin perempuan sebesar 59%. Hasil penelitian berdasarkan anak ke-berapa menunjukkan bahwa mayoritas anak kedua sebesar 48% dan yang terendah anak kelima sebesar 0,7%. Berdasarkan tinggi badan menunjukkan presentase tertinggi terdapat pada tinggi badan antara 80-89 cm sebesar 46%. Dari pekerjaan ibu menunjukkan paling banyak sebagai ibu rumah tangga pada persentase 67%.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Umur		
- 2 tahun	8	6
- > 2-5 tahun	133	94
Jenis Kelamin		
- Laki-laki	58	41
- Perempuan	83	59
Anak Ke- berapa		
- Ke-1	50	35
- Ke-2	68	48
- Ke-3	20	14
- Ke-4	2	1,3
- Ke-5	1	0,7
Tinggi Badan		
- 70-79	13	9
- 80-89	65	46
- 90-99	63	45

Lanjutan Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Pekerjaan Orang Tua		
- Petani	9	6,4
- Pedagang	7	5
- IRT	95	67
- Guru	2	1,4
- Wiraswasta	2	1,4
- Karyawan	26	18
Usia Ibu		
- < 22 tahun	0	0
- >22 tahun	14	100

Tabel 2. Pola makan anak usia 2-5 tahun di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Cimahi

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tepat	56	39,7
Tidak tepat	85	60,3
Total	141	100.0

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas anak mendapat pola makan yang tidak tepat sebesar 60,3%.

Tabel 3. Kejadian Stunting anak usia 2-5 tahun di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Cimahi

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Pendek	112	79,4
Sangat Pendek	29	20,6
Total	141	100.0

Mayoritas kejadian stunting dengan kategori pendek sebesar 79,4%.

Tabel 4. Analisis statistik hubungan pola pola makan dengan kejadian stunting pada anak usia 2-5 tahun di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Cimahi

Pola Makan	Kejadian Stunting				Total		p value	Correlation Coefficient
	Pendek		Sangat Pendek					
	n	%	n	%	n	%		
Tepat	52	36,9	4	2,8	56	39,7	0.001	0.270**
Tidak Tepat	60	42,5	25	29,4	85	60,3		

Total	112	79,4	29	20,6	141	100		
-------	-----	------	----	------	-----	-----	--	--

Pola makan pada kejadian stunting pada anak usia 2-5 tahun yaitu presentase kejadian stunting pendek 79,4% dan kejadian stunting sangat pendek 20,6%. Sedangkan kategori anak mendapat pola makan tepat sebesar 39,7% terdiri dari kejadian stunting pendek 36,9% dan kejadian stunting sangat pendek 2,8%. Kemudian untuk anak yang mendapat pola makan tidak tepat sebesar 60,3% yang terdiri dari kejadian stunting pendek 42,5% dan kejadian stunting sangat pendek 29,4%.

Hasil analisis statistik hubungan pola makan dengan kejadian stunting dengan menggunakan rumus *Rank Spearman* yaitu p hasil 0,001 (p value 0,005) dengan Kesimpulan terdapat hubungan signifikan pola makan dengan kejadian stunting pada anak usia 2-5 tahun di wilayah kerja UPTD Puskesmas Cimahi.

Hasil perhitungan $r_{hitung} = .271$ menunjukkan Pola makan yang tepat pada anak berhubungan positif dengan penurunan risiko stunting. Sebaliknya, jika pola makan tidak tepat, risiko stunting meningkat.

Koefisien Korelasi dalam penelitian ini cukup lemah (0,271) dimana ambang batas nya terdapat di antara Nilai 0,2 sampai dengan 0,399 yang menandakan hubungan yang lemah, hal ini berkaitan dengan Peraturan Presiden No. 71 Tahun 2021 tentang Perecepatan Penurunan Stunting, dimana banyak faktor yang mempengaruhi stunting diantaranya intervensi spesifik dengan kontribusi 30% dan intervensi sensitif dengan kontribusi 70%. Sedangkan pola makan termasuk ke ranah intervensi spesifik yang cukup rendah kontribusi nya terhadap angka kejadian stunting, tentu saja dalam penurunan stunting perlu adanya kerjasama dengan berbagai sektor seperti BKKBN, Dinas Sosial, Dinas PUPR dan Kementerian Kesehatan.

Pemberian makanan yang diberikan oleh ibu bisa memengaruhi proses pertumbuhan & perkembangan balita, yang bisa menyebabkan kurang gizi (Friyayi & Asthiningsih, 2021). Pemenuhan kebutuhan gizi anak sebaiknya dilakukan sejak 1.000 hari pertama kehidupan anak, dimana sejak awal kehamilan hingga anak berusia 2 tahun, masa ini dikenal sebagai golden age, ialah masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat pada anak. Sesudah anak berusia di atas 2 tahun, pemenuhan asupan zat gizi tetap diperhatikan sebab usia balita ialah usia yang rawan pada berbagai penyakit & masalah gizi (Nugroho et al., 2021).

Penelitian ini menunjukkan bahwa stunting adalah masalah nutrisi yang berlangsung lama karena asupan makanan tidak memadai, sehingga menyebabkan pertumbuhan tubuh yang tidak normal dan tinggi badan tidak sesuai dengan usia. Pentingnya menjaga pola makan yang seimbang untuk mencegah stunting dan memastikan tubuh mendapat nutrisi cukup, sehingga mengurangi risiko terjadinya stunting.

KESIMPULAN

Berdasarkan penjabaran hasil penelitian diatas ditarik kesimpulan bahwa Pola makan anak usia 2-5 tahun di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Cimahi sebesar 60,3% dengan karegori tidak tepat dan 39.7% dengan kategori tepat. Kejadian *stunting* pada

anak usia 2-5 tahun paling dengan kategori pendek sebesar 79,4% dan kategori sangat pendek sebesar 20,6%. Terdapat hubungan signifikan antara pola makan dengan kejadian *stunting* pada anak usia 2-5 tahun di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Cimahi dengan nilai p hasil 0,001 (p value 0,005).

DAFTAR PUSTAKA

- Alfiah, S. N., & Setiyabudi, R. (2020). Hubungan Pola Asuh Pemberian Makan Dan Status Ekonomi Dengan Kejadian Balita Pendek. *Human Care Journal*, 5(3), 742. <https://doi.org/10.32883/hcj.v5i3.767>
- Anggryni, M., Mardiah, W., Hermayanti, Y., Rakhmawati, W., Ramdhanie, G. G., & Mediani, H. S. (2021). Faktor Pemberian Nutrisi Masa Golden Age dengan Kejadian Stunting pada Balita di Negara Berkembang. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1764–1776. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.967>
- Atmaja, B. P. (2020). Kejadian Stunting Pada Anak Umur 1-5 Tahun Di Desa Rantau Panjang Hilir. *Jhecds*, 06(02).
- Briliannita, A., (2022). Pengaruh Pemberian Makanan Padat Gizi Terhadap Perubahan Berat Badan Anak Sekolah Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, Vol.163 6 No. 2. https://www.researchgate.net/publication/366833164_Pengaruh_Pemberian_Makanan_Padat_Gizi_Terhadap_Perubahan_Berat_Badan_Anak_Sekolah_Usia_5-6_Tahun
- Danita, F. (2018). Pengaruh Pola Pemberian Makanan Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita. *The Indonesian Journal of Health Science*, 10(1), 15–24.
- Darmawi. (2022). Hubungan Pola Pemberian Makan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 12-59 Bulan Di Desa Arongan. *Jurnal Biology Education*, 10(01).
- Dayuningsih, Permatasari, T.A.E. and Supriyatna, N. (2020) ‘Pengaruh Pola Asuh Pemberian Makan Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita’, *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 14(2), pp. 3–11. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.24893/jkma.v14i2>.
- Dwi Ayu Rahmawati, Via Zakiah, Rizka Mutmaina. (2023). Hubungan Pendidikan dan Pekerjaan Ibu dengan Kejadian Stunting Pada Balita 24-60 Bulan di UPTD Puskesmas Landon. *The Indonesian Journal Ners universitas Pahlawan*. <https://www.researchgate.net/publication>
- Friyayi, A. (2021). Hubungan Pola Pemberian Makan Dan Pendapatan Keluarga Dengan Kejadian Stunting Pada Balita : Literature Review. *Borneo Student Research*, 03(01).
- Harjatno TP, Par'i HM, Wiyono S.(2017). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI (2023). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) ‘Infodatin - Situasi dan Analisis Gizi’, Kemenkes RI, Pusat data dan informasi.
- Migang, Y. W. (2021). Status Gizi Stunting Terhadap Tingkat Perkembangan Anak Usia Balita. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 319–327. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v5i1.1646>
- Notoadmodjo. (2017). *Metode penelitian kesehatan*. rineka cipta.
- Nugroho, M. R. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Pada Anak Usia Dini Di Indonesia. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. In *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis* (P.P.Lestari (ed.); 5th ed.). Salemba Medika.
- Ni Putu Anggi Pradana (2021). *Metedologi Penelitian Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 3-5 Tahun*.
- Survei Status Gizi Indonesia (2023). *Hasil Survei Kesehatan Indonesia*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>
- Nyanyi, M. F. A., Wahyuni, T. D., & Swaidatul, M. A. (2019). Pola asuh ibu yang

- mempengaruhi perilaku sulit makan pada anak prasekolah (4-6 tahun). *Ilmiah Keperawatan*, 4(1), 1–10.
<https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/1434>
- Peraturan Presiden No 21 (2021). Kebijakan Intervensi Pencegahan dan Penurunan Stunting.
- Pratiwi, D. (2021). Pengetahuan Dan Tingkat Pendidikan Masyarakat Dengan Kepatuhan Melakukan Protokol Kesehatan: Penggunaan Masker Di Era.
<http://repository.stikesnhm.ac.id/id/eprint/1020/>
- Pujiati, W. (2021). Pola Pemberian Makan Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Umur 1–36 Bulan. *Jurnal Menara Medika*, 04(01).
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.253>
- Satria A, Darmawan A. (2021). Penilaian Status Gizi pada Balita. Penerbit Ardi
- Sujianti, & Pranowo, S. (2021). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Stunting pada Usia toddler. *Indonesian Journal of Nursing Health Science*, 6(2), 104– 112.
- Supriasa, D. N., & Purwaningsih, H. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Balita di Kabupaten Malang. Karta Rahardja, *Jurnal Pembangunan Dan Inovasi*, 1(2), 55–64. <http://ejurnal.malangkab.go.id/index.php/kr>
- Swarjana. (2020). statistik kesehatan. andi. Metodologi Penelitian Kesehatan (M. Bendatu (ed.)). Penerbit Andi.
- Wahyuni, N., Ihsan, H., & Mayangsari, R. (2019). Faktor Risiko Kejadian Stunting pada? Balita Usia 24-36 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Kolono. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 212–218
- Widyaningsih, N. N., Kusnandar, K., and Anantanyu, S., 2018. Keragaman pangan, pola asuh makan dan kejadian stunting pada balita usia 24-59 bulan. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*
- WHO. 2020. *WHO Child Growth Standards*. WHO, Geneva