



PERILAKU IBU DALAM PEMENUHAN NUTRISI PADA BALITA DENGAN STUNTING

Ade Susanty¹, Riska Letisya Daniel¹

¹Fakultas Ilmu keperawatan Universitas Muhammadiyah Surabaya

INFORMASI

Korespondensi:
adesusanti@um.surabaya.ac.id

Keywords: Mother Behavior, Nutrition, Stunting

ABSTRACT

Objective: to identify the behavior of mother in providing nutrition for toodler at risk of stunting

Methods: This research uses a quantitative descriptive design. Sampling was purposive sampling. Data collection techniques were carried out using observation and questionnaires. to determine the mother's behavior in fulfilling nutrition during pregnancy and breastfeeding.

Results: The research results showed that the majority of mothers aged 20-35 years (48.94%). The majority of mothers' education was high school (59.58%), their occupation was as a housewife (80.86%). The nutritional status of children under five found that stunting was more common at the age of 1-2 years (29.79). The behavior of fulfilling maternal nutrition during pregnancy found that the majority of mothers washed their hands before eating and after going to the toilet (100%), and the lowest was the milk consumption of pregnant women (6.38%). The highest maternal behavior when breastfeeding is consuming nutritious food during breastfeeding (95.75%), and continuing to breastfeed until the age of 2 years (91.49%) and the lowest is giving MPASI with snacks between meals (17.02%)

Conclusion: Mother's behavior in fulfilling nutrition during pregnancy is good in maintaining cleanliness, but consumption of pregnant milk is still very low. During the breastfeeding period, the mother has consumed nutritious food and provided breast milk for up to 2 years, but it is still very low to fulfill the complementary foods for breast milk schedule.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi pada balita balita di dunia. Sepanjang tahun 2017, hampir 151 juta balita di dunia mengalami stunting, lebih dari sepertiga (39%) tinggal di Afrika. Proporsi balita stunting di Asia terbanyak berasal dari Asia selatan sebesar 58,7% dan paling sedikit di Asia tengah sebesar 0,9% (Amazihon. 2021)

Prevalensi stunting di Indonesia masih sangat tinggi. Menurut Global Nutrition Report tahun 2018. Prevalensi stunting di Indonesia menempati urutan 108 dari 132 negara partisipan. Menurut data pada laporan Kinerja (LKj) Kementerian Kesehatan tahun 2022, target prevalensi stunting pada balita untuk tahun 2020 adalah 24,1% (5.543.000 Balita), Sementara laporan pada Aplikasi Pencatatan dan pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat (ePPGBM SIGIZI) per tanggal 20 Januari 2021, dari 34 provinsi menunjukkan bahwa dari 11.499

Masalah stunting disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor langsung, faktor tidak langsung. Kondisi stunting ini berawal dari kurangnya asupan nutrisi yang dikonsumsi. Penyebab langsung terjadinya stunting yaitu asupan makanan yang tidak memadai dan penyakit atau infeksi yang diderita oleh anak. Anak atau balita yang mendapatkan asupan nutrisi yang cukup tetapi sering mengalami infeksi seperti diare pada akhirnya dapat mengalami kekurangan gizi. Penyebab tidak langsung stunting adalah pengetahuan ibu, pola asuh, persediaan makanan, dan pelayanan kesehatan. Faktor tidak langsung dari stunting saling berkaitan dan bersumber dari akan permasalahan yaitu pendidikan dan ekonomi keluarga. (Sulistianingsih 2016)

Pencegahan stunting dapat dilakukan sejak sebelum kehamilan atau periode prakonsepsi, dimana periode ini merupakan tahap penting untuk menentukan kehamilan yang sukses. Sasarannya mulai dari remaja, calon pengantin dan ibu yang menunda kehamilan. Penanggulangan masalah stunting sebaiknya dilakukan sejak dini sebelum anak dilahirkan agar dapat memutus rantai stunting. Upaya pencegahan stunting dapat dilakukan melalui pemenuhan kebutuhan zat besi melalui pemberian tablet Fe kepada remaja dan calon pengantin (Rahayu 2018)

Pengetahuan perihal gejala stunting sangat diharapkan supaya dapat mencegah stunting sedini mungkin. Dengan deteksi dini maka dapat dilakukan penyembuhan dan pencegahan agar tidak semakin parah serta membahayakan anak. Tanda-tanda stunting merupakan anak mempunyai tubuh lebih pendek dibanding anak seusianya; proporsi tubuh yang cenderung normal tetapi anak terlihat lebih mungil asal usianya; berat badan yang rendah untuk anak seusianya; pertumbuhan tulang anak yang tertunda (Munir 2022).

Ibu yang mendapatkan informasi dari konsultasi petugas kesehatan memiliki pengetahuan yang lebih akurat dibandingkan dengan ibu yang mendapatkan informasi dari internet, Karena posyandu merupakan sumber pengetahuan tentang stunting, Dengan cara mencatat berat badan dan tinggi badan anak secara bulanan kemudian diinterpolasi sesuai dengan usia. (Shofiah 2022)

Pengetahuan orang tua tentang gizi pada anak berperan dalam memperbaiki status gizi anak sehingga pertumbuhan dapat tercapai dengan baik. Bila anak tidak sesuai tumbuh kembang dengan usianya maka akan mudah mengalami hambatan dan kelainan. Kemudian selain pengetahuan orang tua, Pola asuh juga berperan penting terkait tumbuh kembang anak. Pola asuh ibu yang baik yaitu mengetahui frekuensi serta waktu pemberian ASI dan MPASI, Memberi tahu tata cara makan yang baik, Memberi makanan kaya akan gizi, Mengontrol porsi makan anak, persiapan makan yang higienis, Serta pola makan yang baik sehingga asupan yang diterima anak telah cukup untuk kebutuhan gizinya akan tetapi pola asuh terkait makanan untuk anak harus variatif agar anak semakin senang dan tidak bosan terhadap makanannya. Pola asuh yang baik akan berpengaruh terhadap tinggi anak dibandingkan anak stunting dengan kondisi ekonomi yang sama namun pola asuh tidak baik (Rahmat 2016)

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif kuantitatif untuk menerangkan atau menggambarkan masalah yang terjadi lingkup individu atau suatu daerah tertentu, atau lingkup kelompok pada masyarakat di daerah tertentu. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan kuesioner. Pengambilan sampel secara purposive sampling dengan kriteria adalah

ibu yang memiliki anak usia balita dengan ambang batas (Z-score). Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang berisi 27 pertanyaan untuk mengetahui perilaku ibu dalam pemenuhan nutrisi selama hamil, menyusui dan pada balita. Uji validitas dinyatakan valid dengan korelasi pearson dan didapatkan hasil 27 pertanyaan pada kuesioner memiliki nilai r hitung lebih besar dari nilai r tabel. Uji reabilitas didapatkan 27 pertanyaan reliabel dengan nilai Cronbach alpha < 0,6.

HASIL

Karakteristik responden Berdasarkan Usia, Pendidikan, Pekerjaan Ibu

| Usia Ibu | Frekuensi | Persentase (%) |
|-------------|-----------|----------------|
| <20 tahun | 13 | 27,66 |
| 20-35 tahun | 23 | 48,94 |
| >35 tahun | 11 | 23,4 |
| Jumlah | 47 | 100 |

| Pendidikan Ibu | Frekuensi | Persentase (%) |
|------------------|-----------|----------------|
| SD | 12 | 25,53 |
| SMP | 4 | 8,51 |
| SMA/SMK | 28 | 59,58 |
| Perguruan Tinggi | 3 | 6,38 |
| Jumlah | 47 | 100 |

| Pekerjaan Ibu | Frekuensi | Persentase (%) |
|------------------|-----------|----------------|
| Wiraswasta | 5 | 10,63 |
| Swasta | 4 | 8,51 |
| Ibu Rumah Tangga | 38 | 80,86 |
| Jumlah | 47 | 100 |

Status Gizi Berdasarkan Usia

| Usia Balita | Status Gizi | | Frekuensi | Persentase (%) |
|-------------|-------------|---------------|-----------|----------------|
| | Pendek | Sangat Pendek | | |
| 0 – 1 tahun | 1 | 1 | 2 | 4,25 |
| 1 – 2 tahun | 7 | 7 | 14 | 29,79 |
| 2 – 3 tahun | 7 | 5 | 12 | 25,54 |
| 3 – 4 tahun | 5 | 6 | 11 | 23,40 |
| 4 – 5 tahun | 7 | 1 | 8 | 17,02 |
| Jumlah | 27 | 20 | 47 | 100 |

Perilaku Pemenuhan Nutrisi Ibu Ketika Hamil

| Pertanyaan | Ya | | Tidak | | Total | |
|------------------------------------|-----------|-------|-----------|-------|-----------|-----|
| | Frekuensi | % | Frekuensi | % | Frekuensi | % |
| Konsumsi Sayur | 16 | 34,04 | 31 | 65,96 | 47 | 100 |
| Konsumsi susu hamil | 3 | 6,38 | 44 | 93,62 | 47 | 100 |
| Konsumsi tahu, tempe dan kacang2an | 45 | 95,75 | 2 | 4,25 | 47 | 100 |
| Konsumsi daging, telur, ayam, ikan | 28 | 59,57 | 19 | 40,43 | 47 | 100 |
| Konsumsi tablet tambah darah | 24 | 51,06 | 23 | 48,94 | 47 | 100 |
| Konsumsi tablet asam folat | 24 | 51,06 | 23 | 48,94 | 47 | 100 |
| Mencuci tangan sebelum makan | 47 | 100 | 0 | 0 | 47 | 100 |
| Mencuci tangan setelah dari toilet | 47 | 100 | 0 | 0 | 47 | 100 |
| Menjaga kebersihan an kuku | 44 | 93,62 | 3 | 6,38 | 47 | 100 |

Perilaku Ibu Ketika Menyusui

| Pertanyaan | Ya | | Tidak | | Total | |
|---|-----------|-------|-----------|-------|-----------|-----|
| | Frekuensi | % | Frekuensi | % | Frekuensi | % |
| Pemberian kolostrum | 32 | 69,09 | 15 | 31,91 | 47 | 100 |
| Memberi ASI saja selama 6 bulan pertama | 25 | 53,19 | 22 | 46,81 | 47 | 100 |

| | | | | | | |
|---|----|-------|----|-------|----|-----|
| Mengkonsumsi makanan bergizi selama menyusui | 45 | 95,75 | 2 | 4,25 | 47 | 100 |
| Minum susu hamil | 28 | 59,57 | 19 | 40,43 | 47 | 100 |
| Memberikan MPASI saat anak telah berusia 6 bulan | 27 | 57,45 | 20 | 42,55 | 47 | 100 |
| Memberikan MPASI dengan menu bervariasi | 25 | 53,19 | 22 | 46,81 | 47 | 100 |
| Memberikan MPASI dengan diselingi snack di antara waktu makan | 8 | 17,02 | 39 | 82,97 | 47 | 100 |
| Tetap memberi asi sampai usia 2 tahun | 43 | 91,49 | 4 | 8,51 | 47 | 100 |

PEMBAHASAN
Karakteristik ibu

Hasil penelitian didapatkan mayoritas usia ibu adalah 20-34 tahun (48,94%), dimana usia produktif adalah usia yang sesuai untuk memiliki anak yang berusia balita. Namun mayoritas ibu memiliki angka <20 tahun dan >35 tahun, yaitu 51,06%. Menurut Stephenson & Schiff dalam Hasrun (2024) bahwa pada remaja putri yang masih mengalami fase pertumbuhan, akan terjadi persaingan dengan bayi dalam memperoleh nutrisi. Ini akan meningkatkan kejadian bati tidak berkembang di dalam rahim, dan melahirkan anak BBLR dan pendek. Secara psikologis juga ibu yang lebih muda masih belum memiliki pola pikir yang yang baik sehingga dapat memengaruhi pola asuh ibu dalam memenuhi nutrisi ibu (Hasrun 2024). Ibu dengan usia >35 tahun lebih beresiko 1,446 kali untuk mengalami stunting

disbanding dengan usia ibu 20-35 tahun (Fitriahadi 2023).

Pendidikan ibu mayoritas adalah SMA/SMK sejumlah 28 responden (59,58). Kesehatan anak ditentukan dari pendidikan ibu, dimana dengan pendidikan yang cukup ibu akan lebih mudah untuk mendapatkan informasi hingga lebih bisa memilih makanan yang baik dan mengelolanya dengan kreatif. Pendidikan ibu juga mempengaruhi pengetahuan ib utentang nutrisi, pola asuh, pola makan dan stimulasi tumbuh kembang. Ibu dengan Tingkat pendidikan yang rendah akan sulit menerima informasi dan arahan tentang pemenuhan nutrisi pada anak (Hasrun 2024).

Pekerjaan ibu mayoritas adalah ibu rumah tangga dengan 38 responden (80,86%). Pekerjaan tidak memiliki hubungan denga kejadian stunting. Dimana ibu yang tidak bekerja memiliki waktu yang lebih banyaj untuk memberi nutrisi anak dan membawa anak ke puskesma untuk pemantauan. Namun ibu yang bekerja dapat menamabha penghasilan keluarga hingga lebih leluasa dalam menyediakan nutrisi untuk anak ((Hasrun 2024)

Status Gizi Anak

Di dapatkan hasil Status gizi bahwa sebanyak 16 orang (32%) balita berusia 1-2 tahun di Desa Bukek,Pamekasan mengalami kurus). Stunting dapat muncul sebagai akibat dari keadaan yang berlangsung lama seperti pola asuh yang tidak tepat karena akibat orang tua yang sangat sibuk bekerja, pengetahuan ibu yang kurang baik tentang gizi akibat rendahnya pendidikan ibu (Dwi,2015). Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti kepada orang tua balita di dapatkan bahwa Dari hasil status gizi anak usia 12-24 bulan yang mengalami Tubuh pendek sebanyak 16 orang (32%) juga dapat disebabkan dari faktor sosial ekonomi orang tua yang mayoritas berpenghasilan kurang dari UMK Pamekasan.Hal ini sesuai dengan pendapat Sulistyoningsih bahwa meningkatnya pendapatan akan meningkatkan peluang untuk membeli pangan dengan kualitas dan kuantitas yang lebih baik,sebaliknya penurunan pendapatan akan menyebabkan menurunnya daya beli pangan yang baik secara kualitas maupun kuantitas. Karena keluarga dengan pendapatan terbatas akan meningkatkan risiko seseorang balita mengalami stunting.Hal ini dibuktikan oleh peneliti pada saat melakukan wawancara pada orang tua balita di desa Bukek yaitu penghasilan yang mereka hasilkan dalam berjualan sebulan tidak sebanyak pendapatan UMK yang ada di Kota Pamekasan.Oleh karena itu

keluarga dengan pendapatan terbatas akan meningkatkan risiko seseorang balita mengalami stunting

Perilaku Pemenuhan Nutrisi Ibu Saat Hamil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu telah baik dalam mengkonsumsi protein nabati berupa tahu, tempe dan kacang-kacangan sejumlah 95,75%. Namun masih ada ibu yang jarang atau tidak pernah mengkonsumsi protein hewani seperti daging, telur, ikan dan ayam sejumlah 40,43%. Perilaku ibu dalam menjaga kebersihan juga sudah baik dilihat dari 100% responden menyatakan mencuci tangan sebelum makan dan setelah dari toilet. Perilaku ibu makan sayur, tablet tambah darah dan tablet asam folat juga cukup rendah, sedangkan perilaku ibu untuk minum susu hamil sangat rendah (6,38%).

Asupan nutrisi ibu yang kurang baik selama kehamilan dapat menyebabkan asupan nutrisi untuk janin tidak mencukupi. Akibat gizi yang tidak tercukupi dapat berpengaruh pada pertumbuhan janin dan bisa terus berlanjut setelah kelahiran (Candra, 2020). Oleh karena itu kebutuhan nutrisi yang baik bagi ibu hamil sangat penting (Pratiwi, 2020). Perilaku kurangnya mengkonsumsi nutrisi berupa sayur yang belum optimal ini dapat mengakibatkan asupan nutrisi pada ibu hamil menjadi tidak seimbang. Karena pencegahan stunting mulai awal kehamilan harus dilakukan agar dapat menurunkan kejadian stunting. Hal ini sejalan dengan fakta yang didapatkan pada saat peneliti melakukan wawancara pada orang tua balita pada saat masa kehamilan, Orang tua balita tidak mengkonsumsi sayur pada masa kehamilan orang tua balita lebih dominan mengkonsumsi makanan seperti tahu, tempe dan juga olahan yang berasal dari ikan. Hal ini juga dikarenakan desa Bukek juga dekat dengan daerah pesisir pantai. Perilaku kurangnya mengkonsumsi nutrisi berupa sayur yang belum optimal ini dapat mengakibatkan asupan nutrisi pada ibu hamil menjadi tidak seimbang. Karena pencegahan stunting dimulai awal kehamilan harus dilakukan agar dapat menurunkan kejadian stunting

Perilaku Ibu Ketika Menyusui

Hasil Penelitian didapatkan ibu telah sangat baik dalam memenuhi makanan yang bergizi selama menyusui dan memberikan ASI sampai 2 tahun. Namun dalam pemberian kolostrum, pemberian ASI eksklusif, konsumsi susu menyusui, memberi mpasi saat bayi sudah 6 bulan, dan memberikan mpasi dengan makanan yang bervariasi, masih cukup banyak ibu yang tidak melakukannya. Dan untuk

perilaku pemberian mpasi yang sesuai dengan jadwal dan pemberian snak diantara waktu makan masih sangat rendah.

Menyusui adalah intervensi gizi paling efektif untuk menyelamatkan hidup. Jika di praktikkan secara optimal, pemberian Air Susu Ibu (ASI) dapat mencegah 823.000 kematian tahunan pada anak-anak dibawah 5 tahun dan 20.000 kematian tahunan akibat kanker payudara (Victoria, 2016). Pemberian ASI juga memiliki peran penting dalam pencegahan berbagai bentuk kekurangan gizi pada masa kanak-kanak, termasuk defisiensi stunting, kekurangan berat badan dan zat gizi mikro (Hidayat, 2020). Maka dari itu pemberian ASI Eksklusif secara baik dalam enam bulan pertama kehidupan bayi dapat mencegah terjadinya stunting. Sebab ASI sendiri banyak mengandung nutrisi dan Vitamin.

Perilaku pemberian mpasi juga meningkatkan resiko kejadian stunting. Pemberian mpasi yang terlalu dini beresiko lebih tinggi untuk kejadian stunting. Selain itu jenis makanan yang diberikan sebagai mpasi pada bayi juga bisa menimbulkan resiko kejadian stunting. Pada dasarnya mpasi dapat diberikan saat anak berusia 6 bulan dengan persiapan, penyajian dan pemberiannya dilakukan dengan higienis. Namun tetap harus memperhatikan asupan energi yang cukup untuk pertumbuhannya (Handayani 2021)

KESIMPULAN

Perilaku ibu dalam pemenuhan nutrisi pada saat kehamilan sudah baik dalam menjaga kebersihan, namun konsumsi susu hamil masih sangat rendah. Dalam masa menyusui ibu telah mengkonsumsi makanan bergizi dan memberikan ASI sampai 2 tahun, namun masih sangat rendah untuk memenuhi jadwal pemberian MPASI

SARAN

1. Bagi Puskesmas.

Diharapkan menjadi masukan untuk menyusun materi untuk penyuluhan yang berkaitan dengan perilaku ibu dalam pencegahan stunting sejak dari dalam kandungan

2. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai dasar penelitian tentang stunting di terkait pembuatan bahan ajar untuk meningkatkan perilaku pencegahan stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Amazihon., Harefa. 2021. Hubungan Sosial Ekonomi dan Karakteristik Ibu dengan Keladlan Stunting pada Anak Balita. *Jurnal Ilmiah PANNMED* 235-242.
- Arnita, S., Rahmadhani, D. Y., & Sari, M. T. 2020. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Upaya Pencegahan Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 7-14.
- Fatmawati, T. Y. 2022. Upaya deteksi dini perkembangan anak berdasarkan pengetahuan orang tua. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Ilmu*, 1(2), 55-64.
- Fitriahadi, E., Arintasari,F., Merida,Y. 2023. "Karakteristik Ibu dengan Kejadian Stunting." *Jurnal Keperawatan* 41-50.
- Handayani, U., Fujiana, F., Murtilita. 2021. "Pemberian Makanan pendamping ASI Dini Terhadap Kejadian Stunting pada BALita : Literatur Review." *Jurnal ProNers* 1-7.
- Hasrun, N. 2024. "Hubungan Karakteristik Ibu dengan Kejadian Stunting pada Anak Balita di Kota Kendari." *Jurnal Gizi Ilmiah* 35-41.
- Munir, Z., & Audyna, L. 2022. "Pengaruh edukasi tentang stunting terhadap pemgetahuan dan sikap ibu yang mempunyai anak stunting." *Jurnal Keperawatan Profesional* 29-54.
- Rahayu, A., Yuilidasari, F., Octaviana, A., Anggraini, L. 2018. *Study Guide - Stunting dan Upaya Pencegahannya* . Yogyakarta: CV Mine.
- Rahmat, a.h & Miko, A. 2016. "Kajian Stunting pada Anak balita berdasarkan Pola Asuh dan Pendapatan Keluarga di Kota Banda Aceh." *Jurnal Kesmas indonesia* 63-79.
- Setyowati, H. 2022. Hubungan Pola Asuh Ibu Dan Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 12-24 Bulan Di Pandeglang, Banten Dan Tinjauan Menurut Pandangan Islam. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 2(11), 938-951
- Shofiah, P.N., Muthia, G., Fitri, Y., Mardiah, A. 2022. "Penerapan Edukasi MP-ASI dalam Upaya Pencegahan Stunting pada bayi Y." *Jurnal Ilmiah Permas* 55-60.
- Sulistianingsih, A., Yanti, D.A.M. 2016. "Kurangnya Asupan Makan Sebagai Penyebab Kejadian balita Pendek (Stunting)." *Jurnal Dunia Kesehatan* 71-75.