

## **PENGETAHUAN ORANG TUA TERHADAP PEMENUHAN GIZI SEIMBANG DALAM PENCEGAHAN STUNTING PADA BALITA DI DESA KUALA INDAH KECAMATAN SEI SUKA KABUPATEN BATU BARA**

**Rubino<sup>1)</sup>, Ainaya Nurfadillah<sup>2)</sup>, Octavia Chotimah<sup>3)</sup>,  
Siti Nurbaya<sup>4)</sup>, Siti Faridah<sup>5)</sup>, Harisa Fitrah<sup>6)</sup>**

<sup>1</sup> Fakultas Dakwah dan Komunikasi UINSU Medan,  
<sup>2,3,4,5,6)</sup> FITK UINSU Medan

*rubino@uinsu.ac.id, ainanurfadillah67@gmail.com, octaviachotimah@uinsu.ac.id,  
sitinurbaya@uinsu.ac.id, sf4221393@gmail.com, harisafitrah018@gmail.com*

### **Abstract**

Stunting is a condition of failure to thrive caused by poor nutrition in 1000 HPK children, starting from the womb until the age of 2 years. The problem is in the form of providing minimal nutritional intake for a relatively long grace period and consuming food that is not in line with nutritional needs. A child is said to be stunted if his height is below his age. The causes of stunting are not only poverty and food needs, but also in the form of child care and care. The main cause of stunting is low nutrition when pregnant women. Prevention of stunting is very necessary to prevent poor growth and development. One way that can be done to minimize the increase in stunting is the knowledge of parents about the fulfillment of balanced nutrition for their children. This can be done by providing guidance or education to change integrity which can focus on improving maternal and child nutrition. The results of the research conducted in Kuala Indah Village, Sei Suka District, Batu Bara Regency, obtained data that the knowledge of mothers regarding the fulfillment of balanced nutrition for toddlers was in the value of 11.2% with grade 10. Mothers who had integrity (+) scored 80.9% as much as 72 people and for integrity (-) it is worth 19.1% as many as 17 people. Mother's integrity in preventing stunting in toddlers who has a sufficient score with an attitude of (-) is 70.5% while in low respondents based on the graph it is 29.4% as many as 5 mothers..

*Keywords: Stunting, Balanced Nutrition, Knowledge.*

### **Abstrak**

Stunting ialah keadaan gagal tumbuh yang diakibatkan rendahnya gizi pada 1000 HPK anak, yakni mulai dari dalam kandungan sampai usia 2 tahun. Problem tersebut berupa pemberian asupan gizi yang minim untuk tenggang waktu relatif lama dan mengkonsumsi makanan yang tidak selaras dengan keperluan gizi. Seorang anak dikatakan menderita stunting jika tinggi badan berada dibawah anak seumurannya. Penyebab terjadinya stunting tidak sekedar kemiskinan serta kebutuhan pangan, akan tetapi dalam bentuk pemeliharaan dan pengasuhan pada anak. Pokok utama penyebab stunting ialah rendahnya gizi ketika ibu hamil. Pencegahan stunting amat perlu dilakukan agar tidak terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang buruk. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meminimalisir peningkatan stunting ialah pengetahuan orang tua terhadap pemenuhan gizi seimbang anaknya. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan bimbingan atau edukasi untuk mengubah integritas yang dapat memusatkan dalam meningkatkan gizi ibu dan anak. Hasil penelitian yang dilakukan di Desa Kuala Indah Kecamatan Sei Suka, Kabupaten Batu Bara diraih data bahwa pengetahuan ibu mengenai pemenuhan gizi seimbang untuk balita berada dalam nilai 11,2% dengan kelas 10. Ibu yang memiliki integritas (+) bernilai 80,9% sebanyak 72 orang dan untuk integritas (-) bernilai 19,1% sebanyak 17 orang. Integritas ibu dalam pencegahan stunting pada balita yang mempunyai nilai cukup dengan sikap (-) bernilai 70,5% sedangkan dalam responden rendah berdasarkan grafik bernilai 29,4% sebanyak 5 orang ibu..

*Kata kunci: Stunting, Gizi Seimbang, Pengetahuan.*

## PENDAHULUAN

Stunting menjadi suatu persoalan gizi yang amat kompleks diberbagai belahan dunia, terutama pada negara berkembang dan miskin salah satunya Indonesia. Stunting ialah permasalahan kurang gizi yang berat (Siswati, 2018). Hal ini disebabkan oleh rendahnya pasokan makanan bergizi. Kemenkes mengatakan bahwa, anak yang mengalami stunting dimulai saat dalam kandungan dan akan terlihat indikasinya ketika berumur 2 tahun (Edi Kurniawan, 2022). Dalam kabinet kerja *Joko Widodo-Jusuf Kalla*, persoalan stunting menjadi satu diantara program untuk membangun masyarakat sebagaimana RPJMN 2015 – 2019. Cakupan stunting amat luas yang terdiri dari eskalasi taraf gizi dan kesehatan masyarakat, pengembangan mutu serta lainnya.

Menurut Umeta dkk, faktor penyebab stunting yakni minimnya asupan gizi makanan dan penyakit infeksi (Umeta, 2003). Faktor lain ialah kurangnya pengetahuan ibu untuk memenuhi gizi anaknya, bentuk pengasuhan yang salah, kesiapan aseptik yang tidak baik, dan sedikitnya bantuan kesehatan yang diperoleh. Tidak hanya itu, faktor terjadinya stunting akibat dalam kandungan. Banyak masyarakat Indonesia yang belum mengerti relevannya pemenuhan gizi saat hamil sehingga berdampak pada gizi bayi.

Kebanyakan faktor penyebab stunting dipengaruhi oleh pola hidup yang tidak baik serta minimnya pengetahuan orang tua dan masyarakat mengenai pemenuhan gizi pada anak (Rahmadhita, 2020). Orang tua belum/kurang mengetahui pentingnya gizi pada anak dan bentuk pengasuhan yang baik. Keadaan ini akan menyebabkan anak terlalaikan, kesukaran nutrisi, akibatnya mengalami

tumbuh kembang yang gagal. Lingkungan juga berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Jika anak tumbuh di lingkungan yang kekurangan air bersih, minimnya akses makanan bergizi, anak akan mengalami gagal tumbuh.

Memandang berbagai faktor tersebut, persoalan stunting di Indonesia kerap terjadi bahkan dapat melonjak apabila tidak adanya usaha masyarakat untuk mencegah dan memecahkan stunting (Nurfatimah, 2021). Dalam upaya menyikapi stunting diberbagai negara, WHO membentuk target universal untuk menurunkan persoalan stunting anak yang berumur dibawah 5 tahun sebanyak 40% pada tahun 2025. Maka dari itu, diperlukan kolaborasi seluruh masyarakat Indonesia secara berkesinambungan. Upaya akselerasi pencegahan stunting dilakukan secara global dengan mengikutsertakan stakeholders secara terpadu baik dari desa, daerah, dan pusat. Pencegahan tersebut tidak hanya pada aspek kesehatan akan tetapi aspek pendidikan, suaka sosial, dan lainnya.

Dari hasil peninjauan kualitas Gizi Balita pada tahun 2018 terdapat 30,8% balita menderita stunting, sedangkan pada tahun 2019 angka tersebut turun menjadi 27,7%. Besaran tersebut melampaui tolak ukur yang ditentukan oleh WHO. WHO menentukan bahwa kelaziman stunting di sebuah negara tidak lebih dari 20%. Maka dari itu, pemerintah Indonesia berusaha untuk mengecilkan angka stunting menjadi 14% pada tahun 2024, memandang anak yang terpapar stunting mudah terkena penyakit dan mengalami kesulitan dalam aspek kecerdasan serta pertumbuhan dan perkembangannya. Dalam waktu yang cukup lama, kekurangan gizi dapat mengakibatkan turunnya fertilitas kerja, dan pemusatan belajar. Persoalan

stunting dapat terjadi di seluruh kalangan masyarakat Indonesia baik itu miskin maupun tidak. Karena menjadi suatu persoalan yang amat esensial, penindakan dan pencegahan stunting menjadi preferensi pembangunan nasional (Candra, 2020).

Hasil pengamatan kualitas gizi (Dinkes Batu Bara) tahun 2022 diperoleh data bahwa Desa Kuala Indah Kecamatan Sei Suka menempati urutan ke-9 persoalan stunting pada balita yang memiliki tubuh tinggi dengan jumlah 2 orang, bertubuh normal 52 orang, tubuh pendek 3 orang dan bertubuh amat pendek berjumlah 5 orang. Sesudah melaksanakan analisis dan wawancara terhadap kepala Bidan desa dan Staff ahli gizi setempat terdapat 10 orang ibu telah memahami pemenuhan gizi seimbang akan tetapi tidak memahami upaya dalam mencegah stunting, dan ditemukan 7 orang ibu tidak memahami pemenuhan gizi seimbang namun memahami adanya stunting, serta terdapat 72 orang ibu memahami akan pentingnya pemenuhan gizi seimbang dan stunting baik itu pencegahan dan pengendaliannya.

Berlandaskan penjabaran diatas, penelitian ini akan menjelaskan bagaimana pengetahuan orang tua terhadap pemenuhan gizi seimbang dalam pencegahan stunting pada balita di Desa Kuala Indah Kecamatan Sei Suka Kabupaten Batu Bara.

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan ialah survei melalui pendekatan kuantitatif. Ibrahim mengatakan bahwa pendekatan kuantitatif yakni sebuah teknik yang digunakan untuk menjawab persoalan yang diangkat dan terpaut dengan data berupa angka (statistik) (Ibrahim, 2017). Dalam pengumpulan data

dilakukan dengan wawancara dan kuesioner/angket. Variabel yang digunakan oleh peneliti untuk menyusun angket yakni berbentuk pertanyaan seputar pemahaman orang tua terhadap pemenuhan gizi seimbang balita dalam mencegah stunting.

Sampel penelitian ini ialah 89 ibu balita. Sampel ialah sebagian populasi yang mewakili untuk dijadikan sumber data. Penelitian ini memakai sampling jenuh. Sampling jenuh merupakan cara menentukan sampel dengan mengambil seluruh banyaknya populasi. Hal ini dikarenakan total populasi yang amat kecil. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Suharsimi Arikunto, jika subjek penelitian  $\leq 100$ , maka diambil keseluruhnya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

**Tabel. 1**  
**Pengetahuan Ibu Terhadap Pemenuhan Gizi Seimbang Balita**

Pengetahuan Ibu	(n)	(%)
Baik	72	80,9 %
Cukup	10	11,2 %
Kurang	7	7,9 %
Jumlah	89	100 %

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa pengetahuan ibu terhadap pemenuhan gizi seimbang balita di Kecamatan Sei Suka dengan kategori baik berada pada nilai 80,9% (sebanyak 72 orang), untuk kategori cukup bernilai 11,2% (sebanyak 10 orang), sedangkan kategori sedang dengan nilai 7,9% (sebanyak 7 orang).

**Tabel. 2**  
**Perilaku Ibu Terhadap Pencegahan Stunting Pada Balita**

Perilaku Ibu	(n)	(%)
Positif	72	80,9 %
Negatif	17	19,1 %
Jumlah	89	100 %

Dari tabel. 2 dapat diketahui bahwa integritas ibu dalam mencegah stunting pada balita di Kecamatan Sei Suka dengan sikap (+) bernilai 80,9%

sebanyak 72 orang, sedangkan untuk sikap (-) bernilai 19,1% dengan jumlah 17 orang.

**Tabel. 3**  
**Pengetahuan Ibu Terhadap Pemenuhan Gizi Seimbang Dalam Mencegah Pada Balita**

Pengetahuan Ibu Terhadap Pemenuhan Gizi Seimbang Balita	Perilaku ibu dalam pencegahan stunting pada balita					
	(+)		(-)			
	N	%	N	%	Jumlah	%
Baik	49	68 %	0	0 %	49	55 %
Cukup	21	29,16 %	12	70,5 %	33	37 %
Kurang	2	2,7 %	5	29,4 %	7	7,8 %
Jumlah	72	100 %	17	100 %	89	100 %

Dari tabel. 3 diraih data bahwa pengetahuan ibu terhadap pemenuhan gizi seimbang balita dalam mencegah stunting paling banyak dengan kategori cukup dan berperilaku (-) terdapat 12 ibu dengan nilai 70,5%, sedangkan untuk kategori kurang dan berperilaku (-) terdapat 5 ibu dengan nilai 29,4%.

### Pembahasan

Hasil data penelitian pada tabel.1 didapat bahwa pengetahuan ibu mengenai pemenuhan gizi seimbang pada balita di Desa Kuala Indah Kecamatan Sei Suka Kabupaten Batu Bara berkategori cukup baik dengan nilai 11,2% (sebanyak 10 orang). Yang mana, ibu balita tersebut memahami pemenuhan gizi seimbang terhadap anaknya baik itu faktor-faktor, dampak, upaya yang dapat dilakukan, dan lainnya. Penelitian ini searah dengan penelitian yang dilakukan oleh Nur Jannah bahwa taraf pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang balita di wilayah puskesmas Desa Kuala Indah berkategori cukup baik dengan 8 responden. Hasil penelitian tersebut juga searah dengan penelitian Tasania pada Maret 2022. Ia mengatakan bahwa jika ibu mempunyai pengetahuan yang baik terkait dengan pemenuhan gizi seimbang anaknya, maka anak tersebut

mempunyai tingkat gizi yang baik pula. Hal ini berkaitan erat dengan pemahaman orang tua akan manfaat asupan makanan bergizi pada balita yang berpengaruh terhadap tumbuh dan kembang anak.

Dari 72 responden dalam penelitian ini dengan kategori pengetahuan baik adalah ibu berlatar pendidikan SMA dan S1, sedangkan untuk responden yang berkategori kurang dan cukup berlatar pendidikan SD dan SMP. Hasil data membuktikan bahwa tingkat pengetahuan mengenai sebuah persoalan dipengaruhi oleh pendidikan yang ditempuh oleh ibu. Depdiknas mengatakan bahwa pendidikan merupakan proses mengubah tingkah laku seseorang dalam upaya mendewasakan lewat pelatihan dan pengajaran. Taraf atau tingkat pendidikan orang tua amat berpengaruh terhadap pertumbuhan balita. Taraf pendidikan mempengaruhi asupan pangan lewat pemilihan bahan pangan. Orang yang berpendidikan tinggi akan cenderung memilih bahan makanan yang lebih baik dalam aspek kualitas dan mutunya. Maka dari itu, semakin orang tua berpendidikan tinggi maka semakin baik gizi anaknya karena orang yang berpendidikan tinggi akan memberikan reaksi yang lebih logis dibandingkan orang yang berpendidikan

rendah atau tidak. Jika seseorang berlatar pendidikan tinggi maka akan mudah mengembangkan serta menerima pengetahuan dan teknologi untuk memajukan produktivitas keluarganya (Rahayu, 2018).

Pengetahuan dan taraf pendidikan amat berpengaruh terhadap kinerja ibu dalam mengolah essentials keluarga untuk mencukupi asupan makanan yang diperlukan dan tingkat pelayanan kesehatan gizi agar dapat digunakan dengan sebaiknya bagi keluarga. Rendahnya pendidikan ibu tentunya berpengaruh terhadap pemahaman ibu untuk mengoptimalkan perkembangan anaknya. Bagi masyarakat yang memiliki taraf pendidikan rendah cenderung menjaga dan mempertahankan tradisi yang berkaitan dengan makanan sehingga sukar menerima berita baru dalam aspek gizi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahayu di Kota Banjarbaru, Kalimantan Selatan pada tahun 2016 menunjukkan bahwa taraf pengetahuan ibu berkaitan erat dengan masalah stunting pada balita ( $p < 0,05$ ). Tidak hanya ibu, taraf pendidikan ayah juga memiliki andil. Jika ayah berpendidikan tinggi maka akan memperoleh lapangan kerja yang baik sehingga dapat meningkatkan status ekonomi dan mampu mencukupi makanan bergizi untuk keluarganya.

Gizi seimbang ialah seluruh asupan makanan yang mengandung nilai gizi dengan jumlah dan jenis yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Hasil penelitian didapat bahwa faktor yang mempengaruhi pemenuhan gizi seimbang balita ialah tingkat pendidikan dan kepedulian ibu akan esensialnya asupan nutrisi yang dikonsumsi oleh balita dan informasi yang dapat diraih dari dinkes setempat serta penyuluhan mengenai asupan gizi seimbang pada balita.

Dari tabel. 2, didapat bahwa integritas ibu dalam mencegah stunting pada balita di Kecamatan Sei Suka Kabupaten Batu Bara bernilai 19,1% dengan jumlah 17 orang yang mempunyai sikap (-) dalam mencegah stunting. Hal ini dipengaruhi oleh minimnya pengetahuan ibu terhadap pencegahan stunting. Tribowo mengatakan bahwa terdapat 3 faktor yang berpengaruh terhadap perilaku seseorang. Diantaranya:

1. Lingkungan. Lingkungan amat berpengaruh bagi seluruh aspek kehidupan masyarakat, salah satunya mengenai stunting. Pola pengasuhan, memberi makan bergizi seimbang, dan dorongan untuk membawa anak ke posyandu dapat dipengaruhi oleh lingkungan sekitar. Jika ibu hidup di lingkungan yang memiliki tingkat kedisiplinan tinggi akan hal itu, maka dapat menjadi salah satu upaya dalam mencegah stunting.
2. Pendidikan. Pendidikan erat kaitannya dengan pemahaman dan tingkat kecerdasan dalam berfikir. Perilaku, sikap, dan pengetahuan ibu terhadap perkembangan dan pertumbuhan anak untuk seluruh aspek dipengaruhi oleh pendidikan yang ditempuh. Ibu yang memiliki tingkat pendidikan rendah, kurang mengetahui gejala balita yang mengalami stunting sehingga tidak ada upaya yang dapat dilakukan.
3. Media informasi. Media informasi berpengaruh terhadap daya tarik ibu mengenai ilmu, berita-berita,

dan pendapat orang lain dalam mencegah stunting

Stunting ialah keadaan anak yang lebih pendek dari anak seumurannya. Hal ini menjadi gangguan tumbuh saat bayi dan kekurangan gizi dalam waktu yang lama sehingga berdampak pada tumbuh dan kembang anak. Kekurangan gizi ini berlangsung sejak anak berada dalam kandungan ibu, namun keadaan stunting dapat dilihat secara kasat mata ketika anak berusia 2 tahun. Penyebab utama stunting adalah gangguan kesehatan jangka panjang dan kekurangan gizi sebelum bayi lahir ataupun sesudah bayi lahir. Pengaruh yang disebabkan pada faktor genetik hanya mempengaruhi  $\leq 20-30\%$  (Setiawan, 2018). Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor yang menyebabkan ibu meraih nilai (-) karena minimnya pengetahuan ibu terhadap stunting dan pencegahannya sehingga balita tidak memperoleh gizi seimbang.

Data penelitian menunjukkan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan kurang mengenai pemenuhan gizi seimbang pada balita cenderung mencapai angka yang rendah. Faktor yang mendasari hal tersebut setelah dilihat dari hasil kuesioner yaitu kebanyakan para ibu cukup memahami cara pemenuhan gizi seimbang anaknya, menu apa saja yang dibutuhkan agar gizi balita tercukupi dan seimbang. Sedangkan untuk ibu yang berperilaku (-) dalam mencegah stunting pada balita juga memperoleh angka yang rendah. Jika dilihat dari hasil kuesioner yang didapatkan perilaku ini terlihat dari sebagian orang ibu yang kerap kali membawa balitanya mengikuti Posyandu secara rutin, hal ini tentunya memudahkan kader untuk mendapatkan data perkembangan para balita yang terdapat di lingkungan desa.

## SIMPULAN

Stunting ialah gagal tumbuh yang dialami anak akibat kurang gizi, dan infeksi secara berulang. Salah satu faktor yang mempengaruhi pemenuhan gizi seimbang pada balita yakni kesadaran dan tingkat pendidikan ibu akan pentingnya pemenuhan nutrisi yang seimbang dan informasi dari pihak dinkes setempat mengenai pemberian gizi seimbang pada balita. Sedangkan, faktor yang menyebabkan ibu meraih nilai (-) dikarenakan minimnya pengetahuan ibu dan usaha mencari informasi tentang stunting dan bentuk pencegahan yang dapat dilakukan.

## Saran

Adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan stimulus bagi tenaga kesehatan guna meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai faktor yang berpengaruh terhadap tumbuh dan kembang anak lewat advertensi kesehatan. Serta dapat bermanfaat bagi orang tua yang memiliki balita untuk meminimalisir dan mencegah stunting terhadap anaknya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Candra, A. (2020). *Epidemiologi Stunting*. Semarang: Fakultas Kedokteran Undip Semarang.
- Edi Kurniawan, d. (2022). *Pencegahan Dan Penanganan Stunting*. Semarang: LPMM UNNES.
- Ibrahim. (2017). *Pemaparan Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Republika.
- Nurfatimah. (2021). Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Terkait Gizi Seimbang Balita Untuk Mencegah Stunting Melalui Penyuluhan. *Community Empowerment*, 49.

- Rahayu, A. (2018). *Study Guide-Stunting Dan Upaya Pencegahannya*. Yogyakarta: CV Mine.
- Rahmadhita, K. (2020). Stunting Problems And Prevention. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 226.
- Setiawan, B. (2018). *Faktor-Faktor Penyebab Stunting Pada Anak Usia Dini*. Jawa Barat: Yayasan Rumah Komunitas Kreatif.
- Siswati, T. (2018). *Stunting*. Yogyakarta: Husada Mandiri Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Umata, d. (2003). Factors Associated With Stunting In Infants Aget 5-11 Month In The DodotaSire District. *Journal Nutrition*, 1064.