

Hubungan Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro Dengan Kejadian Stunting Pada Balita

Inamah^{1*}, Ety Yuni Ristanti², Baharudin M. Subandi³, Khartini Kaluku⁴, Muayat Hahua⁵

^{1,2,3,4,5}Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku

Korespondensi: Email inamah76@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Stunting masih menjadi masalah dunia (WHO) Badan Kesehatan Dunia memperkirakan tingkat kejadian stunting pada anak balita di seluruh dunia pada tahun 2020 mencapai 22% yaitu sekitar 149,2 juta. Tingkat stunting tercatat sebesar 30,8%. Sedangkan Stunting adalah salah satu isu yang menjadi perhatian utama dalam penanganan masalah gizi anak usia dini di Indonesia. Asupan nutrisi menjadi salah satu faktor yang secara langsung memengaruhi keadaan gizi pada anak balita. Zat gizi makro adalah salah satu kebutuhan dasar yang sangat penting untuk mendukung kesehatan balita, di mana makanan berfungsi secara signifikan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak.

Tujuan: penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat konsumsi zat gizi makro dengan kejadian stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Sepa.

Bahan dan Metode: penelitian ini menggunakan rancangan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Lokasi penelitian Di Posyandu Cengkih Desa Sepa, Wilayah Kerja Puskesmas Sepa Kabupaten Maluku Tengah. Populasi penelitian adalah Balita (balita stunting dan tidak stunting) dengan sampel berjumlah 83 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Teknik accidental sampling*.

Hasil Penelitian: menunjukkan prevalensi stunting sebesar 48,2%. Angka ini lebih tinggi dibandingkan data nasional berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia tahun 2022 yaitu 21,6%, serta lebih tinggi dari rata-rata Provinsi Maluku (26,1%). Analisis *Chi-square* terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsumsi energi dengan kejadian stunting ($p=0,003$) sedangkan tingkat konsumsi protein ($P\text{-value } 0,104$), lemak ($P\text{-value } 0,231$) dan karbohidrat ($P\text{-value } 0,487$) menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting.

Kata kunci: Zat Gizi Makro, Stunting, Balita

The Relationship Between The Level Of Macronutrition Consumption And The Incidence Of Stunting In Toddlers

ABSTRACT

Background: Stunting remains a global problem (WHO) The World Health Organization estimates that the incidence of stunting in toddlers worldwide in 2020 reached 22%, or around 149.2 million. The stunting rate was recorded at 30.8%. Meanwhile, stunting is one of the issues that is a major concern in addressing early childhood nutrition problems in Indonesia. Nutritional intake is one of the factors that directly affects the nutritional status of toddlers. Macronutrients are one of the basic needs that are very important to support toddler health, where food functions significantly in the process of child growth and development.

Objective: The purpose of this study was to analyze the relationship between macronutrient consumption levels and stunting incidence in the Sepa Community Health Center Work Area. Materials and

Methods: The research method used an analytical observational research design with a cross-sectional approach. The research location was at the Cengkih Integrated Health Post (Posyandu) in Sepa Village, Sepa Community Health Center Work Area, Central Maluku Regency. The study population was toddlers (stunted and non-stunted toddlers) with a sample of 83 people. The sampling technique used an accidental sampling technique.

Results: The study results showed a stunting prevalence of 48.2%. This figure is higher than the national data based on the 2022 Indonesian Nutritional Status Survey, which is 21.6%, and higher than the average for Maluku Province (26.1%). Chi-square analysis results showed a significant relationship between energy consumption levels and stunting incidence ($p=0.003$), while protein (P -value 0.104), fat (P -value 0.231), and carbohydrate (P -value 0.487) consumption levels showed no significant relationship with stunting incidence.

Keywords: Macronutrients, Stunting, toddlers

LATAR BELAKANG

Balita merupakan anak usia 12-59 bulan. Masa bayi dan balita (1000 HPK) adalah fase awal kehidupan yang dimulai saat janin dalam rahim dan berlanjut hingga anak berusia dua tahun. Periode ini sangat penting karena akan menentukan kesehatan, kesuksesan, dan kesejahteraan anak di masa depan⁽¹⁾. Fase balita merupakan waktu yang krusial atau dikenal sebagai masa emas untuk perkembangan dan pertumbuhan anak. Selama fase ini, anak mengalami pertumbuhan dan aktivitas yang sangat cepat, sehingga kebutuhan gizi mereka akan meningkat. Kebutuhan gizi, khususnya energi dan protein, yang tidak terpenuhi pada balita dapat mengakibatkan masalah pada perkembangan mereka⁽²⁾.

Setiap anak berhak atas akses yang setara untuk mendapatkan nutrisi terbaik demi keberlangsungan hidup serta perkembangan mereka. Anak-anak yang mendapatkan asupan gizi yang baik akan mampu tumbuh kembang maksimal mencapai potensi mereka. Sepuluh tahun terakhir ini sangat krusial untuk meningkatkan asupan gizi demi kesehatan ibu dan anak. Nutrisi yang baik adalah faktor penentu dari mutu kehidupan, kesehatan, dan pertumbuhan⁽³⁾. Stunting adalah kondisi tubuh anak dengan tinggi badan lebih rendah dibandingkan dengan tinggi badan anak seusianya. Hal ini terlihat jelas secara fisik terutama ketika anak berusia 24-59 bulan. Anak yang mengalami stunting ditandai dengan indeks panjang badan berdasarkan umur (PB/U) atau tinggi badan berdasarkan umur (TB/U) dengan z-score kurang dari -2 SD ⁽⁴⁾.

Stunting masih menjadi masalah dunia (WHO) Badan Kesehatan Dunia memperkirakan tingkat kejadian stunting pada anak balita di seluruh dunia pada tahun 2020 mencapai 22% yaitu sekitar 149,2 juta. Tingkat stunting tercatat sebesar 30,8%. Sedangkan Stunting adalah salah satu isu yang menjadi perhatian utama dalam penanganan masalah gizi anak usia dini di Indonesia. Data dari Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, mengindikasikan bahwa angka stunting di Indonesia mencapai 21,6% dan Provinsi Maluku mencapai 26,1% sedangkan untuk Kabupaten yaitu Maluku Tengah 27,0% hal ini masih jauh dari target penurunan angka stunting secara nasional yaitu 14% ditahun 2024⁽⁵⁾.

Asupan nutrisi menjadi salah satu faktor yang secara langsung memengaruhi keadaan gizi pada anak balita. Nutrisi tersebut dapat diperoleh dari berbagai jenis zat gizi, termasuk di dalamnya adalah zat gizi makro. Zat gizi makro adalah salah satu kebutuhan dasar yang sangat penting untuk mendukung kesehatan balita, di mana makanan berfungsi secara signifikan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Balita membutuhkan asupan nutrisi yang cukup seperti energi dan protein. Zat gizi makro sendiri terdiri dari karbohidrat, protein, dan lemak⁽⁶⁾. Faktor lain penyebab Kasus stunting pada balita di negara-negara berkembang bisa disebabkan oleh faktor keturunan serta lingkungan yang kurang mendukung. Secara garis besar, penyebab stunting dapat dibagi menjadi tiga kategori individu, keluarga, dan masyarakat. Pada tingkat keluarga, kurangnya jumlah dan kualitas makanan yang tersedia, pendapatan keluarga yang rendah, cara pengasuhan yang tidak sesuai, serta pelayanan kesehatan dasar yang kurang memadai juga menjadi faktor penentu⁽⁷⁾.

Pola pemberian makanan berfungsi sebagai metode yang diterapkan oleh ibu untuk memenuhi kebutuhan gizi anak balita agar asupan gizi mereka terpenuhi secara optimal, baik dari segi kuantitas maupun kualitas zat gizinya. Prinsip pemberian makanan yang benar dan sesuai akan menghasilkan status gizi yang memadai sehingga anak balita bisa tumbuh dan mengoptimalkan potensi genetik yang mereka miliki; mengingat anak balita sangat bergantung pada orang tua untuk kebutuhan

makan mereka. Tanggung jawab orang tua adalah memastikan kecukupan gizi bagi anak mereka, khususnya pada masa balita. Asupan gizi yang diberikan kepada balita harus selaras dengan kebutuhan nutrisi mereka. Nutrisi yang diberikan harus mencakup kecukupan energi, karbohidrat, protein, dan lemak yang merupakan nutrisi vital bagi pertumbuhan dan perkembangan balita⁽²⁾

Berdasarkan studi awal bahwa didapatkan dari Puskesmas Sepa Posyandu Cengkih t anak balita keseluruhan berjumlah 105 orang, dengan prevalensi balita stunting 41 orang (39%), dengan sebagian besar berjenis kelamin, laki-laki 29 orang (71%), dan perempuan 12 orang (29,26%). Alasan mengalisis hubungan tingkat konsumsi zat gizi makro dengan kejadian stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Sepa khususnya pada Posyandu Cengkih, karena prevalensi masing tinggi di wilayah tersebut.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian menggunakan rancangan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data dalam satu kali pada satu waktu yang dilakukan pada variabel terikat dan variabel bebas. Lokasi penelitian dilaksanakan di Di Posyandu Cengkih Desa Sepa, Wilayah Kerja Puskesmas Sepa Kabupaten Maluku Tengah. Penelitian dilaksanakan selama 3 bulan dimulai sejak Bulan Juli s.d September 2025. Populasi penelitian adalah Balita (balita stunting dan tidak stunting) berjumlah 105 orang. Sampel dihitung menggunakan rumus Slovin sehingga didapat 83 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Teknik accidental sampling*.

Pengumpulan data mengenai hubungan Konsumsi Zat Gizi Makro dilakukan melalui wawancara secara langsung menggunakan kuesioner form recall 24 jam dan FFQ. Data antropometri diperoleh melalui pengukuran tinggi badan dan umur. Alat untuk mengukur tinggi badan adalah *microtoise* dengan ketelitian 0,1 cm. Penentuan status gizi balita berdasarkan Indeks Tinggi Badan terhadap umur (TB/U). TB/U dihitung berdasarkan tinggi badan anak terhadap umur. Adapun kategori status gizi berdasarkan TB/U menurut PMK nomor 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak menggunakan *z-score* dengan kategori sangat pendek (saberely stunted) (< -3 SD), Pendek (Stunted) (-3 SD sd < -2 SD), Normal (-2 SD sd $+3$ SD), Tinggi ($> +3$ SD). Perhitungan *z-score* dilakukan menggunakan *software WHO AthroPlus*.

Pengolahan dan analisis data dilakukan dengan analisis univariat dan bivariat menggunakan *software* pengolah data IBM *Statistical Package for Social Sciene* (SPSS). Analisis univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi pada setiap variabel yang diteliti terkait hubungan tingkat konsumsi Zat Gizi Makro dan Kejadian Stunting. Analisis bivariat dilakukan untuk melihat hubungan Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro

dengan Kejadian Stunting. Uji statistik menggunakan *Chi-square* dengan tingkat kesalahan *alpha* 5%.

HASIL

Distribusi berdasarkan karakteristik (umur, status gizi) dan tingkat konsumsi energi dan zat gizi makro (Protein, Lemak & karbohidrat) responden pada tabel 1.

Tabel 1.
Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Kelompok Umur, Status Gizi, Tingkat Konsumsi Energi & Zat Gizi Makro (Protein, Lemak & Korbokhidrat)

Variabel	Kategori	N (83)	% (100)
Kelompok Umur (Bulan)	1 - 24	53	64
	25 - 48	30	36
Jenis Kelamin	Laki	50	60
	Perempuan	33	40
Status Gizi (TB/U)	Normal	43	51,8
	Pendek (Stunting)	40	48,2
Tingkat Asupan Energi	Baik	71	85,5
	Kurang	12	14,5
Tingkat Asupan Protein	Baik	38	45,8
	Kurang	45	54,2
Tingkat Asupan Lemak	Baik	40	48,2
	Kurang	43	51,8
Tingkat Asupan Karbohidrat	Baik	59	71,1
	Kurang	24	28,9

Sumber : Data Primer Terolah Tahun 2024

Berdasarkan tabel 1. diketahui bahwa dari 83 responden yang diteliti, sebagian besar Balita berada kelompok umur 1 – 24 bulan berjumlah 83 balita (64%), berjenis kelamin laki-laki sebanyak 50 balita (60%) dan sisanya perempuan sebanyak 33 balita (40%). Hal ini menunjukkan bahwa proporsi jumlah laki-laki lebih besar daripada proporsi jumlah perempuan. Dan berdasarkan pengukuran status gizi (TB/U) normal 43 balita (51,8%), pendek (stunting) 40 balita (48,2%), sedangkan berdasarkan tingkat kecukupan konsumsi energi dan zat gizi makro bahwa kecukupan energi sebagian besar baik 71 balita (85,5%), kurang 12 balita (14,2%), dan konsumsi protein sebagian besar kurang 45 balita (54,2%), tingkat asupan lemak 43 balita (51,8) dan untuk tingkat asupan karbohidrat sebagian besar baik 59 balita (71,1%).

Tabel 2.
Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Kelompok Umur Dengan
Tingkat Asupan Energi & Zat Gizi Makro (Protein, Lemak & Karbohidrat)

Variabel (Kelompok Umur (Bulan))	Asupan			
	Baik		Kurang	
	n	%	n	%
Kebutuhan Energi				
1 - 24	43	61	10	83
25 - 48	28	39	2	17
Total	71	100	12	100
Kebutuhan Energi				
1 - 24	29	76	24	53
25 - 48	9	24	21	47
Total	38	100	45	100
Kebutuhan Energi				
1 - 24	27	68	26	60
25 - 48	13	33	17	40
Total	40	100	43	100
Kebutuhan Energi				
1 - 24	37	63	16	67
25 - 48	22	37	8	33
Total	59	100	24	100

Sumber : Data Primer Terolah Tahun 2024

Hasil penelitian pada tabel 2 menunjukkan bahwa berdasarkan kelompok umur responden dengan tingkat asupan energi dan zat gizi makro (Protein, lemak & karbohidrat) memiliki persentase tertinggi tingkat konsumsi energi baik pada kelompok umur 1 – 24 bulan 43 balita (61%), Protein 29 balita (76%), lemak 27 balita (68%), dan karbohidrat 37 balita (63%) dan tingkat konsumsi kurang pada asupan energi pada kelompok umur 1 – 24 bulan 16 orang (67%), tingkat konsumsi protein 24 balita (53%), tingkat konsumsi lemak 26 balita (60%) dan tingkat konsumsi karbohidrat 16 balita (60%).

Tabel 3.							
Hubungan Tingkat Asupan Energi & Zat Gizi Makro (Protein, Lemak & Karbohidrat) Dengan Status Gizi (TB/U)							
Jenis Variabel	Status Gizi (TB/U)				Total		<i>p-value*</i>
	Normal		Pendek (Stunting)				
	n	%	n	%	n	%	
Tingkat Konsumsi Energi							
Baik	32	45	39	55	71	100	0,003
Kurang	11	92	1	8	12	100	

Tingkat Konsumsi Protein							
Baik	16	42	22	58	38	100	0,104
Kurang	27	60	18	40	45	100	
Tingkat Konsumsi Lemak							
Baik	18	45	22	55	40	100	0,231
Kurang	25	58	18	42	33	100	
Tingkat Konsumsi Karbohidrat							
Baik	32	54	27	46	59	100	0,487
Kurang	11	46	13	54	24	100	

***Chi Square Test**

Berdasarkan hasil analisis statistik hubungan tingkat konsumsi energi dan zat gizi makro dengan kejadian stunting menunjukkan $p\text{-value} > 0.05$ yaitu masing-masing diantaranya, tingkat konsumsi energi $p=0.003$, tingkat konsumsi protein $p=0.104$, tingkat konsumsi lemak $p=0.231$, konsumsi lemak jajanan $p=0.487$. Hal ini berarti hipotesis yang di terima pada tingkat asupan energi mempunyai hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting dan untuk hipotesis yang ditolak atau tidak ada hubungan yang signifikan antara antara tingkat konsumsi zat gizi makro (protein, lemak & karbohidrat) dengan kejadian stunting (Tabel 3).

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini proporsi jumlah balita berdasarkan jenis kelamin balita laki-laki lebih besar 50 balita (60%) dari pada balita perempuan 33 balita (40%). Kategori umur sebagian besar berada pada kelompok 1–24 bulan berjumlah 53 balita (64%) dan kelompok umur 25 – 48 bulan 30 balita (36%), hal ini menunjukkan kelompok yang sangat rawan lebih besar, kelompok umur ini sangat membutuhkan dalam penelitian ini yang merupakan anak Sekolah Dasar adalah kelompok usia yang rentan gizi. Pada umumnya, kelompok ini berkaitan dengan proses pertumbuhan yang cepat atau *growth spurt* sehingga memerlukan zat-zat gizi dalam jumlah relatif besar ⁽⁸⁾. Dan juga kelompok usia 1–24 bulan merupakan periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK), yaitu fase kritis pertumbuhan dan perkembangan anak. Kekurangan zat gizi pada periode ini dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan linier yang bersifat permanen.

Hasil penelitian juga menunjukkan prevalensi stunting sebesar 48,2%. Angka ini lebih tinggi dibandingkan data nasional berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia tahun 2022 yaitu 21,6%, serta lebih tinggi dari rata-rata Provinsi Maluku (26,1%). Hal ini menunjukkan bahwa wilayah penelitian masih memiliki masalah gizi kronis yang serius. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa balita dengan kecukupan energi kurang ini hasil uji statistik terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsumsi energi dengan kejadian stunting ($p=0,003$). Hasil ini ditunjang oleh beberapa hasil penelitian

lainnya bahwa energi yang diperoleh dari konsumsi makanan dapat berasal dari nutrisi makro seperti karbohidrat, lemak, dan protein yang diperlukan untuk proses metabolisme tubuh serta aktivitas fisik. Energi yang diterima oleh tubuh harus seimbang dengan jumlah energi yang dibutuhkannya. Energi merupakan kebutuhan utama untuk pertumbuhan. Apabila asupan energi tidak mencukupi, tubuh akan menggunakan protein sebagai sumber energi sehingga fungsi protein untuk pertumbuhan jaringan menjadi terganggu. Kekurangan energi kronis pada anak dapat menyebabkan hambatan pertumbuhan linier karena tubuh beradaptasi dengan menurunkan kecepatan pertumbuhan untuk mempertahankan fungsi vital. Dan juga penelitian ini sejalan dengan teori bahwa defisit energi dalam jangka panjang berkontribusi terhadap terjadinya stunting, karena energi berperan dalam metabolisme basal, aktivitas fisik, dan pertumbuhan sel⁽²⁾.

Penelitian lain menunjukkan Stunting merupakan keadaan di mana anak balita gagal tumbuh, atau bayi yang berusia di bawah lima tahun, akibat dari kekurangan nutrisi dalam waktu lama, sehingga anak menjadi lebih pendek dari seharusnya untuk usia mereka. Bayi yang kekurangan gizi sejak di dalam rahim dan pada bulan-bulan pertama setelah kelahiran, namun stunting hanya terlihat setelah bayi mencapai usia dua tahun. Terdapat berbagai faktor yang menyebabkan hal ini, seperti kondisi sosial ekonomi, nutrisi ibu selama kehamilan, penyakit yang diderita bayi, dan kurangnya asupan gizi pada bayi, sehingga stunting pada balita menjadi masalah gizi yang berlangsung lama. Selain itu, praktik pengasuhan yang tidak efektif dan terbatasnya akses ke layanan kesehatan selama seribu hari pertama kehidupan juga meningkatkan risiko stunting. Di masa mendatang, balita yang mengalami stunting akan menghadapi kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang seharusnya⁽⁸⁾.

Hasil analisis tingkat konsumsi protein (P-value 0,104), lemak (P-value 0,231) dan karbohidrat (P-value 0,487) dengan kejadian stunting pada tabel 3 menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting, hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Suryani (2022) yang dimana hasil uji statistik dengan menggunakan uji chi-square didapatkan p-value 0.386 hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara zat gizi Karbohidrat dengan Kejadian Stunting Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Beringin Raya Kota Bengkulu Tahun 2022, dari hasil wawancara food recall 3x24 jam sebagian besar balita yang tidak stunting mengalami kekurangan asupan zat gizi karbohidrat oleh karena itu tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan zat gizi karbohidrat dengan kejadian stunting pada balita⁽⁹⁾.

Gambaran asupan diatas menunjukkan bahwa selain faktor asupan makanan, stunting juga erat kaitannya dengan faktor lain seperti penyakit infeksi. Tingginya kejadian sakit pada balita dapat disebabkan karena balita tidak mendapat imunisasi dasar lengkap. Anak yang tidak mendapatkan imunisasi tidak memiliki kekebalan

tubuh terhadap penyakit infeksi tertentu, sehingga anak akan mudah sakit, dapat menyebabkan turunnya status gizi. Hal ini karena penyakit infeksi dan fungsi kekebalan saling berhubungan erat satu sama lain, dan pada akhirnya akan mempengaruhi status gizi berupa penurunan status gizi pada anak⁽¹⁰⁾. Penyakit infeksi akan menyebabkan gangguan gizi melalui beberapa cara yaitu menghilangkan beberapa bahan makanan melalui muntah-muntah dan diare. Selain itu penyakit infeksi seperti infeksi saluran pernafasan dapat juga menurunkan nafsu makan. Berdasarkan kesehatan dunia WHO kematian anak disebabkan oleh keadaan gizi yang buruk akibat penyakit penyerta infeksi saluran pernafasan, pneumonia, diare dan campak⁽¹¹⁾.

Mengonsumsi makanan yang beragam sangat baik untuk keberlangsungan hidup seseorang atau sekelompok orang. Hal ini disebabkan oleh fungsi dari makanan yang beragam dapat melengkapi zat-zat gizi yang diperlukan oleh tubuh sehingga mampu meningkatkan kualitas kerja dan terhindar dari penyakit kekurangan gizi. Sebab kejadian stunting juga dipengaruhi oleh kualitas dan kuantitas makanan. Kualitas makanan berhubungan dengan variasi makanan anak dan kuantitas makanan berhubungan dengan pola makan anak, sedangkan kualitas dan kuantitas anak ditentukan oleh jumlah asupan makanan anak. Anak yang mengonsumsi makanan bervariasi disertai pola makan sesuai anjuran maka dengan sendirinya akan meningkatkan jumlah asupan makanannya dan terhindar dari defisiensi zat gizi baik makro dan mikro. keragaman pola makan terdapat hubungan dengan stunting⁽¹¹⁾.

Stunting dapat pula dipengaruhi oleh status sosial ekonomi keluarga, berikut hasil penelitian keterkaitan antara sosial ekonomi keluarga dengan kejadian stunting pada balita usia 24-59 bulan. Hasil p-value dari penelitian ini adalah 0.037 dan untuk nilai Odds ratio sebesar 3.051. Hasil dari uji tersebut dapat memberikan petunjuk bahwa adanya hubungan antara sosial ekonomi keluarga dengan kejadian stunting di wilayah kerja Puskesmas Gajah 1 Kecamatan Gajah Kabupaten Demak karena menunjukkan bahwa p-value < 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa keluarga dengan sosial ekonomi buruk beresiko 3.051 kali lebih besar untuk memiliki anak balita stunting dibandingkan dengan keluarga yang memiliki sosial ekonomi baik, sehingga selain faktor makanan juga harus memperhatikan faktor risiko tidak langsung⁽³⁾.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa balita dengan kecukupan energi terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsumsi energi dengan kejadian stunting ($p=0,003$) sedangkan hasil analisis tingkat konsumsi protein (P -value 0,104), lemak (P -value 0,231) dan karbohidrat (P -value 0,487) tidak terdapat hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting pada anak balita di Posyandu Cengkeh Desa Kecamatan Amahai Kabupaten Maluku Tengah.

SARAN

Diharapkan orang tua balita lebih meningkatkan perhatiannya lagi terhadap pola makan balita terutama memperhatikan keaneka ragaman pangan terutama sumber protein hewani. Pentingnya dari pihak Puskesmas bekerjasama dengan pihak lain misalnya Desa dalam hal ini kader lebih ditingkatkan lagi keterampilannya dalam memberikan edukasi gizi kepada orang tua balita dan melakukan sosialisasi dan dukungan yang kuat untuk keluarga atau orang terdekat agar pemenuhan gizi seimbang pada anak pada anak balita dapat tercapai maksimal.

Diharapkan semua pihak dapat memberikan dukungan terhadap pemenuhan gizi seimbang guna mencegah terjadinya gizi kurang atau gizi lebih. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor-faktor lain seperti sosial ekonomi budaya terhadap kejadian stunting. Dan diharapkan orang tua dalam ini ibu balita dapat menyiapkan makanan anak-anaknya berpedoman pada konsep gizi seimbang.

REFERENSI

1. Inamah EYR dkk. Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan [Internet]. Vol. 3, deepublish. 2024. 1–15 p. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.bpj.2015.06.056%0Ahttps://academic.oup.com/bioinformatics/article-abstract/34/13/2201/4852827%0Ainternal-pdf://semisupervised-3254828305/semisupervised.ppt%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.str.2013.02.005%0Ahttp://dx.doi.org/10.10>
2. Adella Anggyta Maynaputri, Choirul Anna Nur Afifah. Hubungan Antara Pola Pemberian Makanan, Asupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Balita Usia 25–59 Bulan di Desa Karangasri Kabupaten Ngawi. *Antigen J Kesehat Masy dan Ilmu Gizi*. 2025;3(2):186–99.
3. Ayu B, Sari K. Hubungan Sosial Ekonomi Keluarga Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Gajah 1. 2025;19–40.
4. Sa'adah N, Afrinis N, Isnaeni LMA. The Hubungan Asupan Protein, Asupan Kalsium dan Riwayat Penyakit Tuberkulosis dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 24-59 Bulan di Desa Pulau Bayur Kuantan Singingi. *J Ilmu Gizi dan Diet*. 2024;3(3):216–22.
5. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Kementerian Kesehatan. Status Gizi SSGI 2022. 2022;1–156.
6. Faradiba. Analisis Hubungan Antara Asupan Gizi Makro Dengan Kejadian Gizi Kurang (Wasting) Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pekkabata. 2024;(November):1–23.
7. Rahmawati D, Astria N. Hubungan Asupan Gizi dan Pola Asuh Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita Usia 2-5 Tahun. *Muhammadiyah J Midwifery*. 2024;5(1):40–9.
8. Faidha AN, Akbar IZ, Belva A-ZAM, Alifia NZ, Oktavina DR. Analisis Faktor

- Penyebab Stunting Pada Balita. *J Sains Student Res* [Internet]. 2024;2(2):142–7. Available from: <https://doi.org/10.61722/jssr.v2i2.1185>
9. Anzi NKYL, Kencana I Ketut, Ambartana I Wayan. Hubungan Asupan Protein Karbohidrat dan Zat Besi dengan Stunting Pada Balita Di Wilayah Puskesmas Gianyar 1. *Jurna Ilmu Gizi J Nutr Sci*. 2024;13(2):128–36.
 10. Putu Emi N, Komang Agusjaya Mataram KI, Nursanyoto H. Hubungan Antara Tingkat Konsumsi Zat Gizi Mikro, Status Imunisasi, dan Stunting Pada Balita Usia 12-24 Bulan di Desa Sangkan Gunung Sidemen Kabupaten Karangasem. *J Nutr Sci*. 2024;13(2):100.
 11. Retni R, Arfianti M. Analisis Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Balita Di Puskesmas Teras Terunjam Kabupaten Muko-Muko. *J Nurs Public Health*. 2024;12(1):72–80.