

PERAN PENGETAHUAN GIZI IBU DAN PEMBERIAN ASI EKSLUSIF DALAM PENCEGAHAN *STUNTING* PADA BALITA USIA 24-59 BULAN

*The Role of Maternal Nutrition Knowledge and Exclusive Breastfeeding in Preventing
Stunting in Toddlers Aged 24-59 Months*

Indy Pradita¹, Lilis Maghfuroh^{2*}, Harnina Samantha Aisyah³

¹Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan

^{2,3}Departemen Keperawatan Anak Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan

*E-mail: lilisahza99@gmail.com

ABSTRACT

Stunting occurs when toddler has length or height less than minus two standard deviations below the median child growth standard. This condition caused by chronic malnutrition that occurs since baby the womb and the early period after baby born which only appears when child is 2 years old. This study aims to determine relationship between maternal knowledge about nutrition and exclusive breastfeeding with incidence of stunting in toddlers aged 24-59 months. Research design used analytic correlation with a cross sectional approach. Population was 140 mothers and toddlers aged 24-59 months, using simple random sampling technique obtained as many 104 respondents. Research instrument used a questionnaire, stadiometer and height growth chart according to age. Based on results of study using Spearman Rank test, value of $p=0,000$ ($<0,05$) means that there is relationship between maternal knowledge and incidence of stunting in toddlers aged 24-59 months and results of Contingency Coefficient test obtained value of $p=0,000$ ($<0,05$) means that there is relationship between exclusive breastfeeding with incidence of stunting in toddlers aged 24-59 months. It is hoped that role of health workers such as midwives and nutritionists to provide education to mothers of toddlers about importance of exclusive breastfeeding and knowledge about nutrition.

Keywords: Exclusive Breastfeeding, Mother's Knowledge, Nutrition, Stunting, Toddlers.

ABSTRAK

*Stunting terjadi ketika balita memiliki panjang atau tinggi badan kurang dari minus dua standar deviasi dibawah median standar pertumbuhan anak. Kondisi tersebut disebabkan karena kekurangan gizi kronis yang terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir yang baru nampak ketika anak berusia 2 tahun. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian *stunting* pada balita usia 24-59 bulan. Desain penelitian menggunakan korelasi analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi sebanyak 140 ibu dan balita usia 24-59 bulan, menggunakan teknik *simple random sampling* didapatkan sebanyak 104 responden. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner, stadiometer dan grafik pertumbuhan tinggi badan menurut usia. Berdasarkan hasil penelitian menggunakan uji *Spearman Rank* didapatkan nilai $p=0,000$ ($<0,05$) artinya ada hubungan pengetahuan ibu dengan kejadian *stunting* pada balita usia 24-59 bulan dan hasil uji Koefisien Kontingensi didapatkan nilai $p=0,000$ ($<0,05$) artinya ada hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian *stunting* pada balita usia 24-59 bulan. Diharapkan adanya peran tenaga kesehatan seperti bidan dan ahli gizi untuk memberikan edukasi kepada ibu balita tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif dan pengetahuan tentang gizi.*

Kata kunci: ASI Eksklusif, Pengetahuan Ibu, Gizi, *Stunting*, Balita

PENDAHULUAN

Balita merupakan anak yang telah memasuki usia di atas satu tahun yang diperhitungkan berusia 12-59 bulan yang sering disebut dengan anak dibawah lima tahun. Balita termasuk kelompok usia yang rawan gizi serta mudah menderita kelainan gizi. Hal tersebut dikarenakan usia balita berada pada siklus pertumbuhan dan perkembangan yang memerlukan asupan zat gizi yang sesuai dengan kebutuhannya. Asupan zat gizi yang tidak memenuhi kebutuhan balita akan menyebabkan masalah gizi pada balita. Masalah gizi yang terjadi secara kronis akan menyebabkan balita berisiko mengalami tubuh pendek (*stunting*)⁽¹⁾.

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak berusia di bawah lima tahun (balita) akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir. Akan tetapi, kondisi *stunting* baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun. *Stunting* (pendek) didefinisikan sebagai indeks tinggi badan menurut usia jika dibandingkan dengan standar baku WHO-MGRS (*World Health Organization – Multicentre Growth Reference Study*), nilai Z-score kurang dari -2 SD (Standart Deviasi) dan dikategorikan sangat pendek jika nilai Z-score kurang dari -3 SD⁽²⁾.

Berdasarkan data yang dikumpulkan *UNICEF-World Health Organization* (WHO)-*The World Bank* pada tahun 2022, sekitar 148,1 juta (22,3%) anak dibawah usia 5 tahun mengalami *stunting* (pendek) di seluruh dunia. Lebih dari setengah balita *stunting* di dunia berasal dari Asia yaitu sebesar 22,3 % atau 76,5 juta balita. Dari jumlah balita *stunting* di Asia, proporsi terbanyak berasal dari Asia Selatan 30,5% dan proporsi paling sedikit di Asia Timur 7,7%. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI), prevalensi *stunting* di Indonesia pada tahun 2023 yaitu sebesar 21,5 % atau sekitar 6,3 juta balita dan hanya mengalami penurunan 0,1% dari tahun sebelumnya yang sebesar 21,6 %⁽³⁾. Data Provinsi Jawa Timur berdasarkan hasil Badan Pusat Statistik (BPS) 2023, menunjukkan prevalensi *stunting* berada pada angka 17,7% atau sekitar 600 ribu balita. Berdasarkan data SKI, pada tahun 2023 prevalensi *stunting* di Kabupaten Lamongan sebesar 9,4% atau sekitar 2.929 balita berada pada peringkat ke-30 di antara 38 Kabupaten/kota di Provinsi Jawa Timur⁽³⁾.

Pada *survey* awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 28 Mei 2024, menunjukkan bahwa wilayah Puskesmas Turi berada di posisi ke-empat di antara 27 kecamatan di Kabupaten Lamongan dengan prevalensi balita *stunting* tertinggi sebesar 120 (4,28%) dari jumlah total 2805 balita. Namun, di wilayah Puskesmas Turi terdapat Desa Putat Kumpul yang berada di posisi pertama dengan prevalensi balita *stunting* terbanyak dibandingkan dengan semua desa yang berada di Kabupaten Lamongan. Jumlah balita pendek (*stunting*) di Desa Putat Kumpul yaitu sebanyak 37 dari jumlah total 231 balita. Untuk usia 24-59 bulan terdapat 147 balita, dari jumlah tersebut sebanyak 33 balita mengalami *stunting*.

Penyebab terjadinya *stunting* dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti pengetahuan ibu tentang gizi dan pemberian ASI eksklusif yang tidak adekuat. Pengetahuan ibu tentang gizi merupakan salah satu faktor yang mempunyai pengaruh pada kejadian *stunting*. Kurangnya pengetahuan ibu tentang keragaman bahan dan keragaman jenis makanan akan menimbulkan terganggunya proses pertumbuhan dan perkembangan balita terutama perkembangan otak.. Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya usia, pendidikan, pekerjaan, pengalaman, sumber informasi, lingkungan, dan sosial budaya. Jika seorang ibu memiliki pengetahuan yang baik tentunya akan mempengaruhi sikap yang baik juga dalam pemenuhan gizi⁽⁴⁾.

ASI eksklusif merupakan nutrisi yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama 6 bulan, tanpa menambahkan atau mengganti dengan makanan atau minuman lain. Pemberian ASI eksklusif sangat penting untuk kelangsungan hidup balita. Hal ini dikarenakan ASI eksklusif dapat mencegah kekurangan gizi pada bayi, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan

kemampuan kognitif dan melindungi balita dari berbagai penyakit yang berpotensi mematikan⁽⁵⁾.

Dampak buruk yang dapat ditimbulkan oleh *stunting* dalam jangka pendek diantaranya terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Sedangkan, dalam jangka panjang akibat buruk yang dapat ditimbulkan diantaranya penurunan kemampuan kognitif dan psikomotor terhambat, gangguan imunitas, penyakit sindrom metabolik serta kualitas kerja yang tidak kompetitif yang berakibat pada rendahnya produktivitas ekonomi⁽⁶⁾.

Upaya untuk mencegah dan menurunkan *stunting* memerlukan intervensi gizi terpadu, yang mencakup intervensi gizi spesifik dan gizi sensitif. Intervensi gizi spesifik mencakup pemenuhan gizi serta pelayanan kesehatan pada ibu hamil, promosi serta konseling bagi ibu menyusui, pemberian ASI eksklusif sampai 6 bulan pada bayi, konsumsi protein pada menu harian bagi balita usia di atas 6 bulan dan pemantauan pertumbuhan bayi dan balita. Dalam upaya intervensi gizi sensitif umumnya dilaksanakan di luar sektor kesehatan antara lain pendidikan gizi, ketahanan pangan dan gizi serta penyediaan air bersih dan sanitasi⁽⁷⁾. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dan pemberian asi eksklusif dengan kejadian *stunting* pada balita usia 24-59 bulan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan desain korelasi analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian ini dilakukan pada 11 Februari 2025 di Desa Putat Kumpul Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu dan balita usia 24-59 bulan di Desa Putat Kumpul Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan sebanyak 140 responden. Jumlah sampel yang digunakan yaitu ibu dan balita usia 24-59 bulan di Desa Putat Kumpul Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan sebanyak 104 responden yang telah dihitung menggunakan rumus Slovin dengan teknik *simple random sampling*.

Instrument yang digunakan terdiri dari 2 kuesioner dan *stadiometer* (untuk TB). Pada kuesioner pengetahuan ibu tentang gizi dengan jenis pertanyaan tertutup terdiri dari 20 item pertanyaan dengan 3 tingkatan pengetahuan antara lain (pengetahuan baik bila nilai 75-100, pengetahuan cukup bila nilai 56-74 dan pengetahuan kategori kurang bila nilai <56) sedangkan pada kuesioner pemberian ASI eksklusif dengan jenis pertanyaan tertutup terdiri dari 3 pertanyaan dengan 2 klasifikasi yaitu (apabila terdapat jawaban “ya” 3 maka ASI diberikan eksklusif namun apabila terdapat jawaban “ya” <3 maka ASI tidak diberikan eksklusif) Hasil uji validitas kuesioner pengetahuan ibu tentang gizi didapatkan nilai r hitung > r tabel (0,339) dan hasil uji reliabilitas diperoleh nilai Cronbach Alpha sebesar 0,726 (>0,6). Hasil uji validitas kuesioner pemberian ASI eksklusif didapatkan nilai r hitung > r tabel (0,339) dan hasil uji reliabilitas diperoleh nilai Cronbach Alpha sebesar 0,615 (>0,6). Pada variabel kejadian *stunting* diukur menggunakan alat stadiometer untuk mengukur tinggi badan kemudian diinterpretasikan ke dalam grafik pertumbuhan tinggi badan menurut usia (TB/U). Data yang diperoleh tidak melalui uji normalitas terlebih dahulu dikarenakan skala data menggunakan skala ordinal. Analisis data penelitian ini menggunakan uji *Spearman rank* untuk menguji hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian *stunting* dan uji Koefisien Kontingensi untuk menguji hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian *stunting*. Penelitian ini sudah lulus uji etik dengan nomor 018/EC/KEPK-S1/01/2025.

HASIL

Penelitian ini melibatkan ibu dan balita usia 24-59 bulan di Desa Putatkumpul Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan yang berjumlah 104 responden. Karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Ibu dan Balita Usia 24-59 Bulan di Lamongan Tahun 2025

Karakteristik Responden	n	%
Usia Ibu (Tahun)		
21-35	68	65,4
36-45	35	33,7
>45	1	1
Pendidikan Ibu		
SD/MI/Sederajat	5	4,8
SMP/MTS/Sederajat	27	26
SMA/MA/Sederajat	58	55,8
Universitas/Perguruan Tinggi	14	13,5
Pekerjaan Ibu		
Ibu Rumah Tangga	72	68,3
PNS/TNI/POLRI	1	1
Karyawan Swasta	17	16,3
Pedagang/Wiraswasta	13	12,5
Petani	2	1,9
Jumlah Anak		
1	29	27,9
2	53	51
3	20	19,2
>3	2	1,9
Jenis Kelamin Balita		
Laki-laki	43	41,3
Perempuan	61	58,7

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari data karakteristik responden dalam penelitian sebagian besar ibu berusia 21-35 tahun sebanyak 68 ibu (65,4%). Pendidikan terakhir ibu sebagian besar yaitu SMA/MA/Sederajat sebanyak 58 ibu (55,8%) dan sebagian besar memilih untuk bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 72 ibu (68,3%). jumlah anak yang dimiliki ibu sebagian besar memiliki 2 anak yaitu sebanyak 53 ibu (51%). Untuk jenis kelamin balita sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 61 balita (58,7%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Usia 24-59 Bulan di Lamongan Tahun 2025

Pengetahuan Ibu Tentang Gizi	n	%
Baik	46	44,2
Cukup	35	33,7
Kurang	23	22,1

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari data pengetahuan tentang gizi didapatkan sebagian besar ibu memiliki pengetahuan baik sebanyak 46 ibu (44,2%), cukup sebanyak 35 ibu (33,7%) dan kurang sebanyak 23 ibu (22,1%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pemberian ASI Eksklusif Balita Usia 24-59 Bulan di Lamongan Tahun 2025

Pemberian ASI Eksklusif	n	%
ASI Eksklusif	73	70,2
ASI Tidak Eksklusif	31	29,8

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari data pemberian ASI eksklusif didapatkan sebagian besar ibu memberikan ASI eksklusif sebanyak 73 ibu (70,2%) dan tidak memberikan ASI eksklusif sebanyak 31 ibu (29,8%)

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kejadian *Stunting* Pada Balita Usia 24-59 Bulan di Lamongan Tahun 2025

Kejadian <i>Stunting</i>	n	%
<i>Stunting</i>	24	23,1
Tidak <i>Stunting</i>	80	76,9

Tabel 4 menunjukkan bahwa dari data kejadian *stunting* didapatkan sebagian besar balita tidak *stunting* sebanyak 80 balita (76,9) dan *stunting* sebanyak 24 balita ibu (23,1%), cukup sebanyak 35 ibu (33,7%) dan kurang sebanyak 23 ibu (22,1%).

Tabel 5. Hasil Tabulasi Silang Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Kejadian *Stunting* pada Balita Usia 24-59 Bulan di Lamongan Tahun 2025

Pengetahuan Ibu Tentang Gizi	Kejadian <i>Stunting</i>				Total		P Value
	Tidak <i>Stunting</i>		<i>Stunting</i>		n	%	
	n	%	n	%			
Baik	43	93,5	3	5,7	46	100	0,000
Cukup	28	80	7	20	35	100	
Kurang	9	39,1	14	60,9	23	100	

Tabel 5 dapat dijelaskan dari hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan baik hampir seluruhnya balita tidak mengalami *stunting* sebanyak 43 balita (93,5%) dan sebagian kecil mengalami *stunting* sebanyak 3 balita (5,7%). Sedangkan ibu yang memiliki pengetahuan kurang sebagian besar balita mengalami *stunting* sebanyak 14 balita (60,9%) dan hampir setengahnya balita tidak mengalami *stunting* sebanyak 9 balita (39,1%).

Dari hasil analisis statistik uji *Spearman Rank* diperoleh nilai signifikan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian *stunting* pada balita usia 24-59 bulan.

Tabel 6. Hasil Tabulasi Silang Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian *Stunting* pada Balita Usia 24-59 Bulan di Lamongan Tahun 2025

Pemberian ASI Eksklusif	Kejadian <i>Stunting</i>				Total		P Value
	Tidak <i>Stunting</i>		<i>Stunting</i>				
	n	%	n	%	n	%	
ASI Eksklusif	69	94,5	4	5,5	73	100	0,000
Tidak ASI Eksklusif	11	35,5	20	64,5	31	100	

Tabel 6 dapat dijelaskan dari hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa ibu yang memberikan ASI eksklusif hampir seluruhnya balita tidak mengalami *stunting* sebanyak 69 balita (94,5%) dan sebagian kecil balita mengalami *stunting* sebanyak 4 balita (5,5%). Sedangkan ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif sebagian besar balita mengalami *stunting* sebanyak 20 balita (64,5%) dan hampir setengahnya balita tidak mengalami *stunting* sebanyak 11 balita (35,5%).

Dari hasil analisis statistik uji Koefisien Kontingensi diperoleh nilai signifikan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian *stunting* pada balita usia 24-59 bulan.

BAHASAN

Pengetahuan Ibu tentang Gizi Balita Usia 24-59 Bulan

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 menunjukkan bahwa dari data pengetahuan ibu tentang gizi diketahui sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik sebanyak 46 (44,2%). pengetahuan tentang gizi dapat dikatakan baik jika ibu dapat memahami jenis makanan dan zat gizi serta kemampuan dalam memilih makanan bergizi yang sesuai dengan kebutuhan balita⁽⁸⁾.

Pengetahuan ibu yang baik tentang gizi dapat dipengaruhi oleh faktor usia, yang berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar usia ibu yaitu 26-35 tahun. Pada usia tersebut tergolong usia dewasa awal seseorang. Terjadi perubahan pada diri dewasa baik secara fisik maupun psikis yang secara tidak langsung dapat mempengaruhi pola pikir dalam menerima informasi dan memahami pengetahuan baru sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin baik. Menurut Imazuliatin (2025), menjelaskan bahwa pada usia 26-35 tahun tergolong masa dewasa awal. Pada usia tersebut dapat dikatakan sebagai masa tenang, dimana seseorang mengalami stabilitas yang lebih besar. Pada usia ini tingkat berfikir seseorang sudah cukup matang, semakin cukup usia seseorang maka tingkat kematangan dalam berfikir akan lebih matang sehingga ilmu pengetahuan yang diperolehnya akan semakin baik⁽⁹⁾.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri et al, (2022), menurut penelitian tersebut pengetahuan mempengaruhi ibu dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi balita. Sebagian besar ibu dengan pengetahuan gizi yang baik memiliki perilaku yang baik dalam memberikan asupan makanan yang bergizi bagi balita. Asupan gizi yang cukup pada balita dapat memberikan manfaat pertumbuhan dan perkembangan balita sehingga dapat mencegah balita dari terjadinya *stunting*⁽¹⁰⁾. Penelitian lain yang dilakukan oleh Anugerah et al, (2022), menjelaskan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan baik terkait gizi cenderung lebih menentukan kebutuhan gizi anak, memberikan makanan dengan tepat dan merawat anak dengan baik. Tingkat pengetahuan ibu yang baik memungkinkan ibu untuk melakukan pembaruan serta meningkatkan pengetahuan yang telah dimiliki, sehingga lebih tidak sulit bagi mereka untuk menerima informasi terkini yang sesuai dengan fakta serta memiliki sumber yang valid⁽¹¹⁾.

Pengetahuan ibu tentang gizi sangat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan balita karena ibu adalah seseorang yang paling besar keterikatannya terhadap anak. Semakin baik pengetahuan ibu tentang gizi maka akan semakin baik pula perilaku ibu dalam menyediakan makanan dengan jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan balita. Oleh karena itu, pengetahuan yang dimiliki ibu menjadi kunci utama kebutuhan gizi balita tercukupi, pengetahuan yang didasari dengan pemahaman yang baik dapat menumbuhkan perilaku yang baik pula.

Pemberian ASI Eksklusif Balita Usia 24-59 Bulan

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3 menunjukkan bahwa dari data pemberian ASI eksklusif diketahui sebagian besar ibu memberikan ASI eksklusif sebanyak 73 ibu (70,2%). ASI eksklusif merupakan pemberian ASI pada bayi tanpa tambahan minuman atau cairan lain (seperti susu formula, air jeruk, madu, air teh, air putih, air gula) dan tanpa tambahan makanan padat (seperti pisang, papaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi/tim) yang dimulai sejak lahir sampai dengan usia 6 bulan⁽⁵⁾.

Faktor yang dapat mempengaruhi pemberian ASI eksklusif yaitu pendidikan dan pekerjaan ibu. Berdasarkan pada tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu berpendidikan SMA/MA/Sederajat dan sebagian besar pekerjaan ibu sebagai ibu rumah tangga. Pendidikan dapat mempengaruhi pekerjaan ibu, semakin tinggi pendidikan ibu maka kesempatan untuk mendapatkan pekerjaan juga semakin besar. Ibu dengan lulusan SMA/MA/Sederajat seringkali menghadapi keterbatasan dalam mendapatkan pekerjaan, berbeda dengan lulusan universitas/ perguruan tinggi yang memiliki banyak peluang di berbagai sektor pekerjaan. Oleh karena itu, dalam penelitian ini sebagian besar ibu yang berpendidikan SMA memilih untuk tidak bekerja melainkan menjadi ibu rumah tangga yang lebih fokus untuk mengurus anak dan keluarganya di rumah. Sehingga ibu mempunyai lebih banyak waktu untuk memberikan ASI secara eksklusif pada balitanya. Menurut Ulfah & Nugroho (2020), menjelaskan bahwa pekerjaan ibu dan tingkat pendidikan saling mempengaruhi. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka kesempatan untuk mendapat pekerjaan juga semakin besar⁽¹²⁾. Jenis pekerjaan ibu juga akan berpengaruh pada pemberian ASI eksklusif, ibu yang memilih tidak bekerja melainkan menjadi ibu rumah tangga akan mempunyai waktu yang lebih banyak sehingga akan memungkinkan untuk memberikan ASI secara eksklusif⁽¹³⁾.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Latifah et al, (2020), sebagian besar ibu yang memberikan ASI secara eksklusif memiliki balita yang tidak mengalami *stunting*. Hal ini karena didalam ASI terdapat kandungan protein dan kolostrum yang dinilai mampu meningkatkan sistem kekebalan tubuh bayi sehingga bayi terhindar dari penyakit seperti diare⁽¹⁴⁾. Ketika bayi sakit, pemenuhan nutrisi akan terganggu sehingga berisiko bayi mengalami gizi tidak seimbang dan mempengaruhi pertumbuhan bayi dan bisa menyebabkan *stunting*⁽¹⁵⁾. Penelitian lain menunjukkan bahwa ASI eksklusif dalam 6 bulan pertama kehidupan dapat meningkatkan pertumbuhan dan mengurangi kejadian *stunting*. Secara signifikan, ASI eksklusif memberikan nutrisi yang optimal bagi bayi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan⁽¹⁶⁾.

ASI eksklusif memiliki kontribusi yang besar terhadap tumbuh kembang dan daya tahan tubuh balita. Ibu mempunyai peran penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif, balita yang mendapatkan ASI eksklusif dari sejak lahir sampai usia 6 bulan lebih cenderung memiliki pertumbuhan yang normal dan terhindar dari penyakit. Sebaliknya balita yang tidak diberikan ASI eksklusif akan berisiko mengalami kekurangan gizi dan lebih rentan terkena penyakit sehingga berdampak pada pertumbuhan yang terhambat. Oleh karena itu, pemberian ASI eksklusif menjadi salah satu upaya untuk mencegah balita dari terjadinya *stunting*.

Kejadian *Stunting* pada Balita Usia 24-59 Bulan

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4 menunjukkan bahwa dari data kejadian *stunting* diketahui hampir seluruhnya balita tidak mengalami *stunting* sebanyak 60 balita (76,9%). Balita yang tidak mengalami *stunting* berarti tinggi badannya sesuai dengan usia balita dan tumbuh kembangnya tidak mengalami keterlambatan.

Faktor yang mempengaruhi tidak terjadinya *stunting* yaitu jumlah anak, pada tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar ibu memiliki 2 anak. Jumlah anak yang tidak banyak dapat mengontrol pengeluaran yang tidak berlebihan sehingga ibu masih bisa memberikan asupan gizi yang sesuai kebutuhan balitanya. Menurut Fauziah et al, (2023), jumlah anak yang tidak banyak dapat mengontrol pengeluaran yang tidak berlebihan sehingga ibu masih bisa memberikan asupan gizi yang sesuai kebutuhan balitanya⁽¹⁷⁾. Faktor lain yang mempengaruhi tidak terjadinya *stunting* yaitu jenis kelamin balita, pada tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar balita berjenis kelamin perempuan. Menurut Kuswanti & Rochmawati (2023), menjelaskan bahwa balita perempuan cenderung tidak berisiko mengalami *stunting* dibandingkan dengan balita laki-laki. Hal ini dikarenakan pertumbuhan fisik dan motorik antara laki-laki dan perempuan berbeda. Anak laki-laki memiliki proporsi tubuh lebih besar dan pola aktivitas lebih berat sehingga kebutuhan nutrisi lebih banyak. Kebutuhan energi dan protein pada anak laki-laki juga lebih banyak sehingga lebih berisiko mengalami kekurangan gizi apabila kebutuhannya tidak terpenuhi⁽¹⁸⁾.

Hasil penelitian ini juga didapatkan bahwa sebagian kecil balita mengalami *stunting* sebanyak 24 balita (23,1%). Balita pendek (*stunted*) adalah status gizi yang didasarkan pada indeks Tinggi Badan menurut Usia (TB/U) dimana dalam standar antropometri penilaian status gizi anak, hasil pengukuran tersebut berada pada ambang batas (Z-score). Faktor yang mempengaruhi terjadinya *stunting* diantaranya yaitu praktek pengasuhan yang kurang baik termasuk kurangnya pengetahuan ibu mengenai gizi, pemberian ASI (Air Susu Ibu) eksklusif yang kurang tepat, pemberian MP-ASI (Makanan Pendamping ASI) yang tidak adekuat, masih terbatasnya layanan kesehatan ANC (*Ante Natal Care*) dan *Post Natal Care*, terbatasnya pembelajaran dini yang berkualitas, masih kurangnya akses rumah tangga atau keluarga ke makanan bergizi, dan kurangnya akses ke air bersih dan sanitasi⁽²⁾.

Masalah *stunting* ini mengindikasikan adanya masalah gizi kronis yang dipengaruhi dari kondisi ibu, masa ketika janin dalam masa kehamilan, dan masa bayi/ balita, termasuk penyakit yang diderita selama masa balita. Balita yang mengalami *stunting* tidak hanya berdampak dalam jangka pendek, apabila tidak diatasi dengan benar akan berdampak dalam jangka panjang siklus kehidupannya seperti terganggunya perkembangan mental, penurunan kemampuan kognitif dan psikomotor terhambat serta rentan terhadap penyakit kronis ketika dewasa⁽¹⁹⁾.

Oleh karena itu, ibu harus memberikan perhatian khusus dalam pemenuhan gizi balita. Setiap ibu harus memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi dan dalam pemberian ASI eksklusif. Jika balita mendapatkan ASI eksklusif sejak lahir dan asupan gizi sesuai kebutuhan maka akan berpengaruh pada pertumbuhan balita sehingga balita bisa terhindar dari kejadian *stunting*.

Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Kejadian *Stunting* pada Balita Usia 24-59 Bulan

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji Spearman Rank diperoleh p value=0,000 ($p<0,05$) yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian *stunting* pada balita usia 24-59 bulan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sholihah et al, (2023), menjelaskan bahwa adanya hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian *stunting* pada balita. Hal ini karena asupan gizi yang sesuai dengan kebutuhan akan membantu pertumbuhan dan perkembangan balita, sebaliknya asupan gizi yang kurang

dapat menyebabkan kekurangan gizi salah satunya dapat menyebabkan risiko *stunting*⁽²⁰⁾. Hal lain yang mempengaruhi kondisi balita yang berisiko *stunting* adalah komposisi dari makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi, ibu yang tidak dapat memberikan gizi terbaik untuk balitanya adalah ibu yang memiliki pengetahuan kurang tentang gizi sehingga tidak dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Perilaku ibu dalam memberikan asupan gizi kepada balita, akan menentukan pertumbuhan balita saat dewasa.

Hasil penelitian lainnya dapat dilihat pada penelitian Salamiah et al, (2022), yang menyatakan adanya hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian *stunting* pada balita. Pengetahuan ibu tentang gizi dapat membantu memperbaiki status gizi pada balita untuk mencapai kematangan pertumbuhan. Ibu yang memiliki pengetahuan baik tentang gizi balita, maka ada kecenderungan ibu untuk memberikan asupan gizi yang sesuai dengan kebutuhan balita yang akan membantu pertumbuhan balita. Sedangkan ibu dengan pengetahuan yang kurang tentang kebutuhan gizi balita maka ada kecenderungan ibu tidak memperhatikan asupan gizi balita sehingga kebutuhan gizi balita tidak tercukupi yang nantinya akan menyebabkan kekurangan gizi salah satunya risiko terjadinya *stunting*⁽²¹⁾.

Zat gizi merupakan faktor utama yang mendukung terjadinya proses metabolisme di dalam tubuh. Gizi berperan dalam pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Gizi atau nutrisi merupakan komponen yang harus ada dan keberadaannya sangat diperlukan oleh tubuh terutama dalam proses tumbuh kembang fisik, sistem saraf dan otak serta tingkat intelektualitas dan kecerdasan manusia. Pemenuhan kebutuhan gizi (nutrien) merupakan faktor utama untuk mencapai hasil tumbuh kembang agar sesuai dengan potensial genetik. Pertumbuhan adalah setiap perubahan tubuh yang dihubungkan dengan bertambahnya ukuran tubuh secara fisik dan struktural. Sedangkan perkembangan adalah bertambahnya kemampuan dalam struktur dan fungsi tubuh anak yang lebih kompleks⁽²²⁾.

Anak yang mempunyai status gizi yang baik atau normal akan memiliki pertumbuhan yang normal, berkembang sesuai dengan usianya, nafsu makannya baik, tubuhnya sehat dan dapat menyesuaikan dengan lingkungan. Gizi yang baik akan memperlancar metabolisme, meningkatkan tumbuh kembang anak, meningkatkan imunitas, regenerasi sel otak dan membantu anak untuk melakukan aktivitasnya sehari-hari. Kekurangan atau kelebihan zat gizi akan mempengaruhi keseimbangan endokrin sehingga akan berdampak pada peningkatan resiko penyakit. Kekurangan gizi akan menyebabkan pertumbuhan dan pematangan organ menjadi terlambat sehingga ukuran tubuh menjadi lebih pendek⁽²³⁾.

Pengetahuan ibu tentang gizi merupakan salah satu faktor yang secara tidak langsung dapat menyebabkan kejadian *stunting* pada balita. pengetahuan ibu tentang gizi dapat berpengaruh terhadap perilaku ibu dalam memberikan makanan pada balita. pengetahuan gizi yang baik pada ibu diharapkan mampu menyediakan makanan dengan jenis dan jumlah yang tepat sesuai dengan kebutuhan usia pertumbuhan balita sehingga balita dapat tumbuh secara optimal dan tidak mengalami masalah dalam masa pertumbuhannya. Kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi akan berdampak negatif pada pertumbuhan balita sehingga berisiko mengalami tubuh pendek (*stunting*). Pengetahuan ibu yang kurang tentang gizi dapat dicegah dengan pemberian penyuluhan tentang gizi pada balita. Penyuluhan tersebut harus mencakup semua hal yang berhubungan tentang gizi pada balita sehingga dapat meningkatkan pemahaman ibu tentang gizi balita⁽²⁴⁾.

Oleh karena itu, peranan ibu sangat penting dalam pemenuhan gizi balita dalam menghadapi pertumbuhan dan perkembangan balita yang sangat cepat. Untuk pemenuhan gizi balita diperlukan pengetahuan ibu tentang gizi yang baik. Ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik dapat mempengaruhi perilaku ibu dalam menyediakan makanan sehari-hari dengan menu gizi yang seimbang sehingga kebutuhan gizi balita tercukupi dan dapat terhindar dari risiko terjadinya *stunting*.

Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian *Stunting* pada Balita Usia 24-59 Bulan

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji Spearman Rank diperoleh $p\text{-value}=0,000$ ($p<0,05$) yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pemberian ASI eksklusif dengan kejadian *stunting* pada balita usia 24-59 bulan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Windi et al, (2023), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pemberian ASI eksklusif dengan kejadian *stunting* pada balita. Ibu yang memberikan ASI eksklusif maka akan semakin berkurang kejadian *stunting* pada balita, hal ini menunjukkan rendahnya pemberian ASI eksklusif menjadi salah satu pemicu terjadinya *stunting* pada balita. pemberian ASI yang baik oleh ibu akan membantu menjaga keseimbangan gizi anak sehingga tercapai pertumbuhan anak yang normal. Hal ini disebabkan karena balita yang mendapatkan ASI eksklusif dapat memaksimalkan pertumbuhan yang baik serta terhindar dari penyakit infeksi dan juga berpeluang kecil daripada balita yang tidak mendapatkan ASI eksklusif⁽²⁵⁾.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian oleh Retna et al, (2023), yang menunjukkan bahwa balita yang mendapatkan ASI secara eksklusif sebagian besar tidak mengalami *stunting*. Hal ini dikarenakan ASI memiliki kadar kalsium, fosfor, natrium, dan kalium yang lebih rendah daripada susu formula sedangkan tembaga, kobalt, dan selenium terdapat dalam kadar yang lebih tinggi. Kandungan ASI ini sesuai dengan kebutuhan bayi sehingga dapat memaksimalkan pertumbuhan bayi termasuk tinggi badan. Hal tersebut dapat dipastikan bahwa kebutuhan bayi terpenuhi dan status gizinya terpenuhi baik tinggi badan maupun berat badan jika bayi mendapatkan ASI eksklusif⁽²⁶⁾.

ASI merupakan makanan bayi yang paling sempurna baik secara kualitas maupun kuantitas. ASI sebagai makanan tunggal akan cukup memenuhi kebutuhan tumbuh kembang bayi dari sejak lahir sampai usia 6 bulan. Badan kesehatan dunia (WHO) menyarankan pemberian ASI eksklusif pada enam bulan pertama usia bayi tanpa menambahkan makanan (seperti pisang, bubur, biskuit, nasi) dan minuman (seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih). Karena ASI memiliki kandungan energi dan nutrisi yang dibutuhkan oleh bayi. Setelah bayi berusia enam bulan, barulah bayi diberikan makanan pendamping ASI dengan ASI tetap diberikan sampai usia bayi 2 tahun⁽²⁶⁾. Salah satu manfaat ASI eksklusif yaitu mendukung pertumbuhan bayi terutama tinggi badan karena kalsium pada ASI lebih efisien untuk diserap dibandingkan dengan susu formula. Sehingga bayi yang diberikan ASI eksklusif cenderung memiliki tinggi badan yang lebih tinggi dan sesuai dengan kurva pertumbuhan dibandingkan dengan bayi yang diberikan susu formula⁽²⁷⁾.

ASI sangat dibutuhkan dalam masa pertumbuhan bayi agar kebutuhan gizinya tercukupi. Pemberian ASI eksklusif yang baik oleh ibu akan membantu menjaga keseimbangan gizi balita sehingga tercapainya pertumbuhan balita yang normal. Oleh karena itu, ibu harus memberikan ASI kepada bayi sejak lahir sampai berumur 6 bulan tanpa menambahkan makanan dan minuman lain atau mengganti dengan susu formula. ASI juga dapat dilanjutkan sampai bayi berusia 2 tahun dengan didampingi pemberian MP-ASI agar dapat memenuhi gizi pada balita.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian *stunting* pada balita usia 24-59 bulan. Diharapkan dengan adanya hasil penelitian ini orangtua lebih perhatian dan peduli terhadap kebutuhan gizi anaknya, karena status gizi anak dapat mempengaruhi masa pertumbuhan dan perkembangannya. Pada penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan peninjauan lebih dalam lagi terkait faktor yang berhubungan dengan kejadian *stunting* selain

dari factor pengetahuan orangtua dan pemberian ASI eksklusif. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini yaitu proses pengambilan data hanya memberikan kuesioner pengetahuan tentang gizi dan pemberian ASI eksklusif dengan di check list tanpa melakukan wawancara kepada responden secara langsung.

SARAN

Diharapkan bagi orang tua khususnya ibu untuk lebih meningkatkan pengetahuan tentang gizi dan pentingnya pemberian ASI eksklusif yang nantinya akan mempengaruhi perilaku ibu dalam memenuhi gizi balita. bagi tenaga kesehatan seperti bidan dan ahli gizi setempat diharapkan juga untuk memberikan edukasi kepada ibu balita tentang pengetahuan gizi dan pemberian ASI eksklusif dalam upaya perbaikan gizi balita untuk mencegah *stunting*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Rektor Universitas Muhammadiyah Lamongan, Ketua Lembaga Penelitian & Pengabdian Masyarakat dan Ketua Prodi Keperawatan yang telah memberikan izin melaksanakan penelitian. Pihak puskesmas Turi yang telah memberikan izin penelitian pada salah satu desa di wilayah kerjanya serta responden yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

RUJUKAN

1. Sakinah U, Ula Z, Budiati E, Sudasman FH, Sgizi PS, Pahlawan U, et al. Hubungan Pengetahuan , Sikap , Dan Penyakit Infeksi Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan. 2023;7.
2. Tobing ML, Pane M, Harianja E, Badar SH, Supriyatna N, Mulyono S, et al. 100 Kabupaten/Kota Prioritas untuk Intervensi Anak Kerdil (Stunting). PREPOTIF J Kesehat Masy. 2021;13(1):238–44.
3. BPS. Dalam Angka Dalam Angka. Kota Kediri Dalam Angka. 2018;1–68.
4. Fitriani F, Darmawi D. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Desa Arongan Kecamatan Kuala Pesisir Kabupaten Nagan Raya. J Biol Educ. 2022;10(1):23–32.
5. Pendidikan HT, Pada E, Di B, Gintungkerta D, Level R, Education O, et al. S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Singaperbangsa Karawang Email : 1910631220003@student.unsika.ac.id. 2024;14(1):60–8.
6. Oktaviani NPW, Lusiana SA, Sinaga TR, Simanjuntak RR, Louis SL, Andriani R, et al. Siaga Stunting di Indonesia. Yayasan Kita Menulis; 2022.
7. Kementerian Kesehatan RI. Laporan Kinerja Direktorat Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Menular Tahun 2022. Menteri Kesehat Republik Indones. 2022;1–119.
8. Nindyna Puspasari, Merryana Andriani. Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Asupan Makan Balita dengan Status Gizi Balita (BB/U) Usia 12-24 Bulan. Amerta Nutr. 2017;1(4):369–78.
9. Primanita R et al. Jurnal surya. Media Komun Ilmu Kesehat. 2020;12(02):70–6.
10. Putri NP, Lestari RM, Ningsih F. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Gizi terhadap Kejadian Stunting pada Balita. J Surya Med. 2022;8(2):218–21.
11. Anugerah NMAN, Gede Pradnyawati L, Eka Pratiwi A. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dengan Kejadian Stunting Balita 12-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Tegallalang 1. Aesculapius Med J |. 2024;4(2):275–81.
12. Ulfah HR, Nugroho FS. Hubungan usia, pekerjaan dan pendidikan ibu dengan

- pemberian asi eksklusif. Intan Husada J Ilm Keperawatan. 2020;8(1):9–18.
13. Hana Rosiana Ulfah, Farid Setyo Nugroho. Hubungan Usia, Pekerjaan Dan Pendidikan Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif. Intan Husada J Ilmu Keperawatan. 2020;8(1):9–18.
14. Latifah U, Prastiwi RS, Baroroh U. The Responsive feeding behavior and stunting incident on toddlers. J Kebidanan. 2020;10(2):143–8.
15. Tahun PB, Ma A, Purwanti LE, Sukamto FI, Kesehatan FI, Ponorogo UM. Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 menyatakan Air Susu Ibu (ASI) eksklusif adalah ASI yang diberikan menambahkan atau dalam jangka panjang Stunting mengakibatkan penurunan dapat kemampuan kognitif dan prestasi belajar , menurunnya dan sehingga muda. 2020;4(1).
16. Putri AD, Ayudia F. Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 6-59 Bulan Di Kota Padang. J Kesehat Med Saintika. 2020;11(2):91–6.
17. Fauziyah N, Africia F, Dinastiti VB. Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Jumlah Anak Dengan Pola Asuh Dalam Kejadian Stunting. J Penelit keperawatan. 2023;9(2):200–5.
18. Kuswanti I, Rochmawati L. Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Ditinjau Dari Jenis Kelamin, Berat Badan Lahir Dan Panjang Badan Lahir. J Kebidanan Indones. 2024;15(1):121–9.
19. Inamah I, Ahmad R, Sammeng W, Rasako H. Hubungan Sanitasi Lingkungan dengan Stunting pada Anak Balita di Daerah Pesisir Pantai Puskesmas Tumalehu Tahun 2020. J Kesehat Terpadu (Integrated Heal Journal). 2021;12(2):55–61.
20. Sholihah W, Ambariani A, Pujiati P. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dan Riwayat Asi Eksklusif Dengan Risiko Terjadinya Stunting Balita Usia 12-59 Bulan Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Posyandu Cempaka Bogor 2023. SINERGI J Ris Ilm. 2024;1(7):418–34.
21. Salamiah., Suhrawardi., Tunggal, T. M. Hubungan Pengetahuan Ibu dan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting di Puskesmas Padang Luas Kabupaten Tanah Laut 2024. J Kesehat Masyarakat., 2(2), 513-.
22. Mayar F, Astuti Y. Peran gizi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. J Pendidik Tambusai. 2021;5(3):9695–704.
23. Fikawati, S., Syafiq, A., & Veratamala A. Gizi Anak dan Remaja. Depok: PT Raja Grafindo Persada.
24. Amalia ID, Lubis DPU, Khoeriyah SM. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Relationship Between Mother’S Knowledge on Nutrition and the Prevalence of Stunting on Toddler. J Kesehat Samodra Ilmu. 2021;12(2):146–54.
25. Nurdiawati D. Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Blud Uptd Puskesmas Langensari 1 Kota Banjar. 2024;25–9.
26. Putri EGA, Wahyurianto Y, Retna T. Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Semanding. J Inov Glob. 2023;1(1):50–9.
27. Trihandayani Y, Supriatin T. The Relationship Of Exclusive Breastfeeding With Stunting Incidents In Toddler Ages (1 -5 Years) In Sampiran Village , Talun District , Cirebon Regency). 2020;3793–9.