

JSPA : JURNAL STUNTING DAN APLIKASINYA

ISSN-e: 2828-4798

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG PADA IBU BALITA 12-59 BULAN DENGAN KEJADIAN STUNTING DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS CIBINGBIN KABUPATEN KUNINGAN TAHUN 2025**Cahyani¹, Enung Nur'Aisah ², Artitha³**¹ Program Studi Gizi Universitas Islam Al-Ihya Kuningan, Indonesia, Email :wiracahyani@yahoo.com² Program Studi Gizi Universitas Islam Al-Ihya Kuningan, Indonesia, Email :enungnuraisah7@gmail.com³ Program Studi Gizi Universitas Islam Al-Ihya Kuningan, Indonesia, Email :Artithayullyaa@gmail.com**Korespondensi** e-mail : wiracahyani@yahoo.com**RINGKASAN**

Poltekkes Kemenkes Kendari, Indonesia

ISSN: 2828-4798

jurnaldanhakcipta@poltekkes-kdi.ac.id

Kata kunci: Pengetahuan, Gizi Seimbang, Stunting

Keywords: Mothers' knowledge, Balanced nutrition, Stunting.

Funding source: Poltekkes Kemenkes Kendari

DOI: <https://doi.org/10.36990/jspa.v4i1.1711>URL: <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/jspa/article/view/1711>

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan kejadian stunting pada balita usia 12-59 bulan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Cibingbin,. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional untuk menilai hubungan antara variabel pada satu waktu pengukuran. Sampel sebanyak 64 responden diperoleh melalui teknik cluster random sampling. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki tingkat pengetahuan gizi seimbang dalam kategori kurang (75%). Balita yang mengalami stunting dalam kategori pendek sebesar 45,3% dan sangat pendek sebesar 54,7%. Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang bermakna secara statistik ($p = 0,032$; $r = -0,268$), dengan arah hubungan negatif

ABSTRACT

The prevalence of stunting in Cibingbin District has reached 8.9%, partly due to low family welfare levels, which serve as a major risk factor in fulfilling children's nutritional needs. This study aims to determine the relationship between mothers' level of knowledge about balanced nutrition and the incidence of stunting among children aged 12-59 months in the working area of UPTD Puskesmas Cibingbin, Kuningan Regency, particularly in the villages of Sukaharja, Ciangir, Cipondok, and Sindangjawa. The study employed a quantitative approach with a cross-sectional design to assess the relationship between variables at a single point in time. A total of 64 respondents were selected using the cluster random sampling technique.

Data collection instruments included a closed-ended questionnaire to measure mothers' knowledge of balanced nutrition and anthropometric measurements using height-for-age (TB/U) indicators to determine stunting status. The results showed that most mothers had low knowledge of balanced nutrition (75%). Among the children, 45.3% were categorized as stunted and 54.7% as severely stunted. Statistical analysis using the Spearman Rank test revealed a significant relationship between mothers' knowledge of balanced nutrition and stunting incidence ($p = 0.032$; $r = -0.268$), with a negative correlation.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang berdampak luas terhadap aspek fisik, kognitif, dan produktivitas anak di masa depan. Kondisi ini terjadi akibat kekurangan gizi dalam waktu lama, terutama selama periode 1.000 hari pertama kehidupan. Anak yang mengalami stunting berisiko lebih tinggi mengalami gangguan tumbuh kembang, penurunan daya tahan tubuh, hingga rendahnya kapasitas belajar dan prestasi akademik. Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi stunting nasional mencapai 30,8%, menjadikan Indonesia sebagai salah satu negara dengan jumlah balita stunting tertinggi di Asia Tenggara.

Pemerintah telah menetapkan penurunan angka stunting sebagai prioritas nasional melalui berbagai intervensi berbasis gizi dan kebijakan strategis. Salah satunya melalui Permenkes RI No. 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang dan Permenkes RI No. 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Namun, berbagai program tersebut belum sepenuhnya menyentuh akar persoalan di tingkat rumah tangga, khususnya pada aspek pengetahuan dan perilaku gizi ibu sebagai pengasuh utama anak. Rendahnya literasi gizi menjadi tantangan serius dalam penerapan pola makan yang sesuai kebutuhan anak.

Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang terbukti berperan penting dalam mencegah stunting. Penelitian sebelumnya oleh Darmini dkk. (2022) dan Arafat dkk. (2022) menunjukkan adanya hubungan positif antara pengetahuan gizi ibu dan status gizi anak. Temuan serupa dikemukakan oleh Anjani dkk. (2024) dan Fajriani dkk. (2020) yang menyimpulkan bahwa pendidikan kesehatan efektif meningkatkan pengetahuan serta perilaku gizi keluarga. Hasil-hasil tersebut memperlihatkan bahwa peningkatan literasi gizi dapat memberikan dampak nyata dalam upaya perbaikan status gizi anak di tingkat rumah tangga.

Namun demikian, kajian lokal mengenai hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dan kejadian stunting masih terbatas, terutama di wilayah pedesaan yang memiliki keterbatasan akses edukasi gizi. Kesenjangan ini menjadi celah penting untuk dilakukan intervensi berbasis penelitian sebagai dasar penyusunan kebijakan dan program yang lebih kontekstual dan tepat sasaran. Masyarakat pedesaan, dengan segala keterbatasannya, memerlukan pendekatan yang disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi sosial budaya lokal.

Kecamatan Cibingbin di Kabupaten Kuningan merupakan salah satu wilayah yang memiliki tingkat kemiskinan tinggi dan akses informasi kesehatan yang terbatas. Minimnya edukasi gizi berbasis komunitas membuat ibu balita di wilayah ini rentan melakukan kesalahan dalam praktik pemberian makan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan gizi seimbang ibu dengan kejadian stunting pada balita usia 12–59 bulan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Cibingbin. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar penguatan strategi promosi kesehatan dan intervensi gizi yang lebih tepat sasaran dan berkelanjutan di daerah prioritas.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analitik observasional *cross-sectional* untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi ibu dan kejadian stunting pada balita usia 12–59 bulan. Penelitian dilakukan di empat desa wilayah kerja UPTD Puskesmas Cibingbin, Kabupaten Kuningan, dengan 64 responden yang dipilih menggunakan teknik *cluster random sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner tertutup yang telah divalidasi untuk mengukur pengetahuan ibu, serta pengukuran tinggi badan menurut umur yang dikonversi ke Z-score sesuai standar WHO dan Permenkes RI No. 2 Tahun 2020. Analisis dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Spearman Rank dengan tingkat signifikansi 0,05.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Pengetahuan Gizi Seimbang Ibu

| Kategori Pengetahuan Gizi Ibu | Jumlah Responden | Persentase (%) |
|-------------------------------|------------------|----------------|
| Kurang | 48 | 75,0 |
| Cukup | 16 | 25,0 |
| Baik | 0 | 0,0 |

Sumber Data : Primer 2025

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas ibu memiliki tingkat pengetahuan gizi seimbang dalam kategori kurang, yaitu sebanyak 75%. Sebanyak 25% responden berada pada kategori cukup, dan tidak ada yang memiliki pengetahuan dalam kategori baik.

Hal ini mencerminkan masih rendahnya pemahaman ibu mengenai prinsip gizi seimbang, termasuk pemilihan makanan bergizi, penyusunan menu harian, dan pentingnya nutrisi dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Rendahnya pengetahuan

ini dapat dikaitkan dengan faktor pendidikan, akses informasi, serta keterbatasan program edukasi gizi yang efektif di tingkat masyarakat

Tabel 2. Distribusi Status Stunting Balita

| Kategori Stunting | Jumlah Balita | Persentase (%) |
|-------------------|---------------|----------------|
| Pendek | 29 | 45,3 |
| Sangat Pendek | 35 | 54,7 |

Sumber Data : Primer 2025

Berdasarkan Tabel 2, seluruh balita dalam penelitian mengalami stunting. Sebanyak 45,3% tergolong pendek, dan 54,7% tergolong sangat pendek berdasarkan indikator tinggi badan menurut umur (TB/U). Temuan ini menunjukkan tingkat keparahan stunting yang cukup tinggi dan mengindikasikan adanya permasalahan gizi kronis di masyarakat yang perlu mendapatkan perhatian khusus.

Kondisi ini erat kaitannya dengan praktik pemberian makan yang tidak sesuai kebutuhan gizi anak, yang kemungkinan besar dipengaruhi oleh rendahnya pengetahuan ibu.

Tabel 3. Hasil Uji *Spearman Rank*

| Variabel | Nilai p | Nilai r | Interpretasi |
|------------------------------|---------|---------|-----------------------------|
| Pengetahuan Ibu dan Stunting | 0,032 | -0,268 | Hubungan negatif signifikan |

Sumber Data : Primer 2025

Tabel 3 menunjukkan adanya hubungan yang bermakna secara statistik antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dan kejadian stunting ($p = 0,032$; $r = -0,268$). Korelasi negatif ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi pengetahuan ibu, maka semakin rendah kemungkinan anak mengalami stunting. Meskipun kekuatan hubungan tergolong lemah, hasil ini tetap relevan dan sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya yang menekankan pentingnya edukasi gizi dalam pencegahan stunting.

Secara keseluruhan, hasil ini menegaskan bahwa pengetahuan ibu memiliki kontribusi penting dalam upaya penurunan angka stunting. Oleh karena itu, program intervensi yang berfokus pada peningkatan literasi gizi ibu melalui penyuluhan, pelatihan kader, dan kampanye berbasis komunitas perlu dioptimalkan, khususnya di wilayah dengan tingkat kerentanan gizi yang tinggi.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu balita di wilayah kerja UPTD Puskesmas Cibingbin memiliki tingkat pengetahuan gizi seimbang dalam kategori kurang (75%). Rendahnya pengetahuan ini mencerminkan masih terbatasnya pemahaman terhadap prinsip gizi seimbang, seperti pentingnya asupan protein hewani, zat besi, dan penyusunan menu yang sesuai kebutuhan anak. Kondisi ini diduga dipengaruhi oleh faktor

pendidikan, akses informasi yang terbatas, serta minimnya kegiatan edukasi gizi yang menjangkau langsung masyarakat. Seluruh balita responden dalam penelitian ini mengalami stunting, dengan proporsi sangat pendek (54,7%) lebih besar dibanding kategori pendek (45,3%). Hal ini menunjukkan bahwa stunting masih menjadi masalah gizi kronis yang cukup serius, yang berkaitan erat dengan rendahnya literasi gizi ibu.

Hasil analisis uji Spearman Rank menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan ibu dan kejadian stunting ($p = 0,032$; $r = -0,268$), dengan arah korelasi negatif. Artinya, semakin tinggi pengetahuan ibu, semakin rendah risiko anak mengalami stunting. Meskipun hubungan bersifat lemah, temuan ini sejalan dengan penelitian Darmini dkk. (2022), Arafat dkk. (2022), dan Anjani dkk. (2024), yang menegaskan bahwa pengetahuan gizi ibu berpengaruh terhadap praktik pemberian makan anak. Oleh karena itu, diperlukan intervensi edukatif yang berkelanjutan, seperti pelatihan kader, penyuluhan berbasis keluarga, serta optimalisasi media lokal, untuk memperkuat peran ibu sebagai pengambil keputusan gizi di tingkat rumah tangga dan mendukung upaya penurunan angka stunting secara berkelanjutan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu balita di wilayah kerja UPTD Puskesmas Cibingbin memiliki tingkat pengetahuan gizi seimbang dalam kategori rendah. Seluruh balita yang menjadi subjek penelitian mengalami stunting, dengan proporsi tertinggi pada kategori sangat pendek. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dan kejadian stunting pada balita usia 12-59 bulan ($p = 0,032$; $r = -0,268$). Semakin tinggi pengetahuan ibu, semakin rendah risiko anak mengalami stunting. Hal ini menegaskan bahwa pengetahuan ibu merupakan salah satu faktor penting dalam upaya pencegahan stunting.

Diperlukan upaya peningkatan edukasi gizi secara intensif dan berkelanjutan kepada ibu balita, terutama di daerah dengan kerentanan ekonomi tinggi. Program penyuluhan di posyandu, pelatihan kader kesehatan, serta pemanfaatan media edukatif berbasis lokal perlu diperkuat untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang. Selain itu, kolaborasi antara puskesmas, pemerintah desa, dan institusi pendidikan diperlukan untuk merancang intervensi gizi yang terarah, berkelanjutan, dan mudah diterima oleh masyarakat.

KEKURANGAN KAJIAN

Kekurangan dari kajian ini terletak pada ruang lingkup penelitian yang terbatas pada wilayah kerja UPTD Puskesmas Cibingbin dengan jumlah sampel yang relatif kecil, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan untuk populasi yang lebih luas. Selain itu, pendekatan *cross-sectional* hanya menggambarkan hubungan antarvariabel pada satu titik waktu, sehingga tidak dapat menjelaskan hubungan kausal secara mendalam. Instrumen yang digunakan juga hanya mengandalkan kuesioner tertutup dan pengukuran

antropometri, tanpa disertai observasi langsung terhadap praktik pemberian makan atau wawancara mendalam yang dapat memperkaya data kualitatif.

PERNYATAAN

Ucapan Terimakasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama proses penelitian hingga penulisan artikel ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada UPTD Puskesmas Cibingbin, khususnya para kader dan petugas lapangan yang telah membantu proses pengumpulan data. Penulis juga menghargai partisipasi seluruh responden, khususnya ibu-ibu balita, yang telah bersedia meluangkan waktu dan berbagi informasi dalam penelitian ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi upaya peningkatan status gizi masyarakat.

Pendanaan

Mandiri

Kontribusi Setiap Penulis

Kontribusi penulis dalam artikel ini adalah sebagai berikut: Artitha Inayah Yuliani bertanggung jawab dalam merancang topik dan tujuan penelitian, menyusun instrumen, mengumpulkan data di lapangan, menganalisis hasil, serta menulis naskah awal hingga revisi akhir artikel. Pembimbing I berkontribusi dalam memberikan arahan metodologis, membantu dalam analisis data, serta menyunting substansi isi artikel. Sementara itu, Pembimbing II memberikan masukan konseptual, telaah teori, serta koreksi akademik terhadap struktur penulisan artikel secara keseluruhan.

Pernyataan Konflik Kepentingan

Tidak ada konflik kepentingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anjani, D. M., Nurhayati, S., & Immawati, I. (2024). Penerapan Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Metro Utara. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(1), 62–69.
- Arafat, A., Rosita, R., Rabia, R., & Siti, S. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan dengan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sangurara Kota Palu. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 5(9), 618–626.
- Darmini, N. W., Fitriana, L. B., & Vidayanti, V. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 2–5 Tahun. *Coping Community Publ Nurs*, 10(2), 160.

- Fajriani, Aritonang, E. Y., & Nasution, Z. (2020). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Gizi Seimbang Keluarga dengan Status Gizi Anak Balita Usia 2-5 Tahun. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1-11.
- Haskas, Y. (2020). Gambaran Stunting di Indonesia: Literatur Review. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(2), 154-157.
- Huljannah, N., & Rochmah, T. N. (2022). Program Pencegahan Stunting di Indonesia: A Systematic Review. *Media Gizi Indonesia*, 17(3), 281-292.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*.
- Permenkes RI. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak*.
- Database Peraturan. Permenkes RI. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI