

**HUBUNGAN ASUPAN KARBOHIDRAT, PROTEIN, LEMAK
DAN ASI EKSKLUSIF DENGAN KEJADIAN *STUNTING*
PADA ANAK USIA 12 – 59 BULAN DI PUSKESMAS BATU
BAJANJANG KECAMATAN TIGO LURAH KABUPATEN
SOLOK**

Karya Tulis Ilmiah

*Diajukan sebagai salah satu Ssyarat untuk menyelesaikan program
studi diploma DIII Gizi*



OLEH :

TANTRI YANTI

NIM : 2200232039

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PERINTIS INDONESIA
2025**

UNIVERSITAS PERINTIS INDONESIA

PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI

Karya Tulis Ilmiah, Agustus 2025

TANTRI YANTI

**“HUBUNGAN ASUPAN KARBOHIDRAT, PROTEIN, LEMAK DAN ASI
EKSKLUSIF DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA ANAK USIA 12-59
BULAN DIPUSKESMAS BATU BAJANJANG KECAMATAN TIGO
LURAH KABUPATEN SOLOK”**

(xii + 52 halaman + 11 tabel + 9 lampiran)

ABSTRAK

Stunting adalah masalah gizi kronis yang berdampak pada pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan produktifitas dimasa depan. Faktor penyebabnya meliputi pemberian ASI Eksklusif yang tidak optimal serta asupan zat gizi makro yang rendah. Mengetahui hubungan pemberian ASI Eksklusif, asupan karbohidrat, protein dan lemak dengan kejadian *Stunting* pada anak usia 12-59 bulan diwilayah kerja puskesmas batu bajanjang, kecamatan tigo lurah, kabupaten solok.

Penelitian cross-sectional pada 87 ibu balita yang dipilih secara accidental sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara, kuesioner, SQ-FFQ (food frequency questionnaire semi kuantitatif), dan –pengukuran antropometri TB/U. analisis univariat dan bivariate dilakukan uji chi-square ($p=0.05$).

Sebanyak 56,3% balita mengalami *Stunting*, 37,9% tidak mendapatkan ASI Eksklusif, 60,9% kekurangan karbohidrat, 52,9% kekurangan protein, dan 58,6% kekurangan lemak. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara ASI Eksklusif ($p=0,592$) dan asupan karbohidrat ($p=0,706$), protein ($p=0,409$) maupun lemak ($0,751$) dengan kejadian *Stunting*.

Prevalensi *Stunting* masih tinggi, namun variabel penelitian tidak berhubungan signifikan. Peningkatan edukasi. Peningkatan MP-ASI bergizi seimbang, pemantauan gizi balita, program pencegahan berbasis komunitas, dan dan penelitian dengan variabel lingkungan, sosial ekonomi, serta infeksi.

Kata kunci : *Stunting*, ASI Eksklusif, asupan zat gizi makro, balita

Daftar bacaan : 2020-2024

BAB I

PENDAHULU

1.1. Latar Belakang

Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. *Stunting* dapat terjadi mulai janin masih dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua tahun. (Kemenkes RI, 2022).

Stunting bukan hanya masalah kesehatan, tetapi juga berdampak sosial dan ekonomi. Anak-anak *Stunting* mengalami gangguan fisik dan perkembangan mental, kekebalan tubuh rendah, gangguan nutrisi dan kesehatan, prestasi akademik rendah, serta berdampak pada produktivitas dan ekonomi dalam jangka panjang (Putri sri eka, 2023)

Tahun 2019 prevalensi *Stunting* secara global adalah 21,3% (144 juta) anak usia di bawah 5 tahun mengalami *Stunting* (UNICEF, 2020). Sedangkan pada tahun 2020 prevalensi *Stunting* sebanyak 22% (149,2 juta) (UNICEF, 2021). Asia sekitar 54% anak usia dibawah 5 tahun mengalami *Stunting* dan dua per lima dengan prevalensi 40% tinggal di Afrika (UNICEF, 2020). Prevalensi *Stunting* di Timor Leste sebanyak 48,8% dan di Indonesia sebanyak 31,8% (UNICEF, 2021).

Kasus *Stunting* tetap menjadi permasalahan global yang penting untuk diatasi di seluruh dunia, sehingga *Stunting* dinobatkan sebagai salah satu fokus utama untuk target perbaikan gizi di dunia hingga tahun 2025 (Asri,

2022). WHO pada 2021, mengatakan bahwa angka kejadian *Stunting* di dunia telah mencapai 22% atau sebanyak 149,2 juta pada tahun 2020. Pada tahun tersebut, Indonesia merupakan negara yang kasus *Stunting* nya tertinggi nomor 2 di Asia Tenggara setelah Timor Leste dengan kasus *Stunting* di Indonesia yang cenderung mengalami penurunan. Berdasarkan data dari Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022, prevalensi *Stunting* di Indonesia penurunan dari 24,4% di tahun 2021 menjadi 21,6%. hal ini menunjukkan angka tersebut masih di atas target yang ditetapkan Badan Kesehatan Dunia (WHO), yaitu sebesar 20%.

Angka *Stunting* di Indonesia masih cukup tinggi yaitu 21,6% berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, walaupun terjadi penurunan dari tahun sebelumnya yaitu 24,4% tahun 2021, namun masih perlu upaya besar untuk mencapai target penurunan *Stunting* pada tahun 2024 sebesar 14%. *Stunting* dapat terjadi sejak sebelum lahir, hal ini dapat dilihat dari prevalensi *Stunting* berdasarkan kelompok usia hasil SSGI 2022, dimana terdapat 18,5% bayi dilahirkan dengan panjang badan kurang dari 48 cm. Dari data tersebut kita dapat melihat pentingnya pemenuhan gizi ibu sejak hamil. Hasil yang cukup memprihatinkan dari survei yang sama adalah risiko terjadinya *Stunting* meningkat sebesar 1,6 kali dari kelompok umur 6-11 bulan ke kelompok umur 12-23 bulan (13,7% ke 22,4%). Hal ini menunjukkan 'kegagalan' dalam pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) sejak usia 6 bulan, baik dari segi kesesuaian umur, frekuensi, jumlah, tekstur dan variasi makanan. Dimasa ini sangat penting untuk memperhatikan dan menjamin kecukupan energi dan protein pada anak untuk mencegah terjadinya *Stunting* .

Berdasarkan data yang dipublikasikan Kementerian Kesehatan pada tahun 2023, prevalensi *stunting* nasional tercatat sebesar 21,5 persen, turun 0,1 poin persentase dibandingkan dengan 21,6 persen pada tahun 2022. Lebih lanjut, berdasarkan temuan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), proporsi *stunting* pada balita dengan pertumbuhan *stunting* dan sangat *stunting* di Indonesia telah menurun dari 18,4 persen pada tahun 2022 menjadi 16 persen pada tahun 2023 (RISKESDAS, 2022).

Berdasarkan data survey status gizi Indonesia (SSGI), angka *Stunting* Sumatra barat tahun 2022 berada pada angka 25,2% atau diatas rata nasional yang tercatat 21,6%. Kabupaten solok menduduki peringkat ke-3 diprovinsi Sumatra barat dengan angka 8338 kasus (31,12%). Angka *Stunting* di kabupaten solok pada tahun 2023 adalah 12,11%. Dari data puskesmas batu bajaranjang tigo lurah, kabupaten solok diketahui kejadian *Stunting* pada balita tahun 2023 (11,26%).

Pola makan menjadi bahan terpenting dalam mengatasi masalah *Stunting* . Penerapan pola makan dengan gizi seimbang menekankan pola konsumsi pangan dalam jenis, jumlah dan prinsip keanekaragaman pangan untuk 5 mencegah masalah gizi. Komponen yang harus dipenuhi dalam penerapan pola makan gizi seimbang mencakup cukup secara kuantitas, kualitas, mengandung berbagai zat gizi (energi, protein, vitamin dan mineral), serta dapat menyimpan zat gizi untuk mencukupi kebutuhan tubuh (Suriany Simamora & Kresnawati, 2021)

Status Gizi Anak merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi, dimana zat gizi sangat dibutuhkan oleh

tubuh sebagai sumber energi, pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh, serta pengatur proses tubuh.(Amvina, 2022). Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi apabila tubuh mendapat asupan zat gizi yang cukup. Status gizi kurang dapat terjadi apabila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat gizi esensial. Status gizi lebih dapat terjadi apabila tubuh memperoleh zat gizi yang melebihi dari angka kecukupan, sehingga menimbulkan efek yang membahayakan bagi tubuh.(Okarniatif, 2021).

Peran kolostrum amatlah sangat besar sebagai pemberian ASI pertama pada bayi baru lahir, yaitu untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Namun, masih sering terjadi kesalah pahaman mengenai ASI pertama atau kolostrum untuk diberikan kepada bayi baru lahir. Banyak keluarga beranggapan, bahwa ASI yang diproduksi pertama kali ialah susu basi yang tidak layak dikonsumsi bayi dan dapat mengakibatkan bayi terserang diare atau penyakit lainnya (Ciselia, 2023).

ASI eksklusif merupakan makanan terbaik pada masa awal kehidupan. Pemberian ASI eksklusif dilakukan dengan pemberian ASI saja tanpa makanan atau minuman tambahan selama 6 bulan. ASI memiliki kandungan gizi yang lengkap untuk pemenuhan energi dan pembangun tubuh seperti laktosa, lemak, protein dan beberapa mineral (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Hal ini yang menjadikan alasan bagi penulis untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Pemberian Asupan Karbohidrat, Protein, Lemak Dan Asi Eksklusif Dengan Kejadian *Stunting* Pada Anak Usia 12-

59 Bulan dipuskesmas batu bajanjang kecamatan tigo lurah pada tahun 2024.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: Apakah ada hubungan antara pemberian Air Eksklusif dan asupan gizi dengan kejadian stunting pada anak usia 12-59 bulan di Puskesmas Batu Bajanjang Kecamatan Tigo Lurah Kabupaten Solok.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsumsi zat gizi dan ASI eksklusif dengan kejadian *Stunting* pada anak usia 12-59 bulan di puskesmas batu bajanjang, kecamatan tigo lurah, kabupaten solok.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui kejadian *Stunting* pada anak usia 12-59 bulan di puskesmas batu bajanjang, kecamatan tigo lurah, kabupaten solok.
2. Mengetahui distribusi tingkat asupan karbohidrat, protein, dan lemak pada anak usia 12-59 bulan di puskesmas batu bajanjan, kecamatan tigo lurah, kabupaten solok.
3. Mengetahui distribusi pemberian ASI Eksklusif pada anak usia 12-59 bulan di puskesmas batu bajanjan, kecamatan tigo lurah, kabupaten solok.

4. Mengetahui hubungan pemberian karbohidrat, protein, lemak dengan kejadian stunting pada anak usia 12-59 bulan di puskesmas batu bajaran kecamatan tigo lurah kabupaten solok.
5. Mengetahui hubungan pemberian ASI Eksklusif dengan kejadian *Stunting* pada anak usia 12-59 bulan di puskesmas batu bajaran, kecamatan tigo lurah, kabupaten solok.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti

Dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan dalam melakukan penelitian serta menambah informasi mengenai hubungan Asupan Karbohidrat, Protein, lemak dan Asi Eksklusif dengan kejadian *Stunting* pada anak balita.

b. Bagi masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat dan diharapkan dapat menambah wawasan khususnya ibu yang memiliki balita di puskesmas batu bajaran kecamatan tigo lurah kabupaten solok tentang pentingnya memberikan asupan Karbohidrat, Protein, lemak dan ASI Eksklusif agar dapat mengurangi kejadian *Stunting*.

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan dapat menjadi masukan terhadap petugas kesehatan agar memberikan pelayanan dan konseling terbaik tentang Asupan karbohidrat, protein, lemak dan ASI Eksklusif terhadap balita.

1.4.2. Manfaat Teroritas

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah wawasan tentang pentingnya Asupan Karbohidrat, Protein, Lemak dan ASI Eksklusif, dapat membantu beragam hasil penelitian dalam dunia pendidikan serta bisa dijadikan referensi bagi pembaca yang ingin mengadakan penelitian yang lebih kompleks.

1.5. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini mempunyai ruang lingkup tentang hubungan asupan Karbohidrat, Protein, Lemak dan ASI Eksklusif dengan kejadian *Stunting* pada anak usia 12-59 bulan di puskesmas batu bajaranjang. Penelitian ini dilakukan hanya pada anak balita, untuk dapat mengetahui hubungan pemberian ASI Eksklusif dan konsumsi zat gizi dengan kejadian *stunting*.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di puskesmas batu bajaran kecamatan tigo lurah kabupaten solok

1. Didapatkan frekuensi *Stunting* pada anak balita di puskesmas batu bajaran kecamatan tigo lurah kabupaten solok sebanyak 49 orang.
2. Distribusi pemberian ASI Eksklusif di puskesmas batu bajaran sebagian besar sudah baik, hanya (37.9%) pemberian ASI Eksklusif yang kurang.
3. Konsumsi asupan karbohidrat pada anak balita di puskesmas batu bajaran kecamatan tigo lurah kabupaten solok masih kurang yaitu sebanyak (60.9%).
4. Konsumsi asupan protein pada anak balita di puskesmas batu bajaran kecamatan tigo lurah kabupaten solok masih banyak yang kurang yaitu sebanyak (52.9%).
5. Konsumsi asupan lemak pada anak balita di puskesmas batu bajaran kecamatan tigo lurah kabupaten solok masih banyak yang kurang yaitu sebanyak (58.6%).

6. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pemberian ASI Eksklusif dengan kejadian *Stunting* pada anak balita di puskesmas batu bajanjang
7. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi asupan karbohidrat dengan kejadian *Stunting* pada anak balita di puskesmas batu bajanjang
8. Tidak ada hubungan yang signifikan antara konsumsi asupan protein dengan kejadian *stunting* pada balita di Puskesmas Batu Bajanjang.

1.2. Saran

1.2.1. Keluarga

Khususnya untuk para ibu balita, diharapkan lebih memperhatikan pola makan anak dengan menyediakan makanan kaya zat gizi makro (karbohidrat, protein dan lemak), dan tetap memberikan ASI Eksklusif hingga usia 6 bulan, lalu dilanjutkan dengan makan pendamping ASI yang bergizi.

1.2.2. Untuk Tenaga Kesehatan

Meningkatkan edukasi kepada ibu hamil dan menyusui mengenai pentingnya ASI Eksklusif dan kecukupan asupan zat gizi makro, terutama hewani dan nabati, dalam mencegah terjadinya *Stunting*.

1.2.3. Pemerintah Dan Puskesmas

Menguatkan program promosi ASI Eksklusif dan pemberian makanan tambahan yang bergizi seimbang kepada balita, serta rutin melakukan pemantauan pertumbuhan anak di posyandu.

1.2.4. Untuk peneliti selanjutnya

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan pendekatan longitudinal untuk melihat hubungan antara pola asupan gizi jangka panjang dan *Stunting*, serta mempertimbangkan faktor lain seperti infeksi berulang dan status ekonomi.