



Hubungan Pengetahuan Ibu Gizi Seimbang dengan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Desa Jambu Kecamatan Mlonggo Kabupaten Jepara

Yuanita Kusuma Ningrum^{1*}, Ratna², Akbar Amin Abdullah³

¹⁻³Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Safin, Indonesia

*Email: Kusumaningrum100@gmail.com

Alamat: Jl. Raya Pati - Tayu No.Km 13, Ketanen, Kec. Trangkil, Kabupaten Pati, Jawa Tengah, Indonesia 59153

*Penulis Korespondensi

Abstract. *The prevalence of stunting globally in 2021 reached 171 million to 314 million. In Indonesia, the results of the Indonesian Nutritional Status Survey (SSGI) showed that the stunting rate in 2019 was 27.7%, in 2021 it was 24.4%, and in 2022 it was 21.4%. Child stunting is a health concern in Indonesia. Causes of stunting in children include poor nutrition, low exclusive breastfeeding rates, low birth weight (LBW), and maternal factors in providing nutrition from pregnancy to 59 months of age. Research reports that stunting is influenced by parents' lack of knowledge about balanced nutrition. Knowledge plays a vital role in the life and development of individuals and society. Purpose This study aims to determine the relationship between maternal knowledge about balanced nutrition and the incidence of stunting in toddlers in the Jambu Village area, Mlonggo District, Jepara City. Method This research is a quantitative correlational study with a cross-sectional design. The population in this study were mothers with toddlers in the Jambu Village area, Mlonggo District. The sampling technique used total sampling to obtain a sample of 34 respondents. Measurement of the level of knowledge of nutritional balance by providing questions with multiple choices of true and false and for stunting using Microtois and Anthropometric Table. Data processing using SPSS with a computer using the Spearman Rho statistical test. The results of the study showed that the majority of respondents had good nutritional balance knowledge, amounting to 16 (47.1%), while 17 (50.0%) respondents did not experience stunting. There is a relationship between maternal knowledge about balanced nutrition and the incidence of stunting in toddlers in Jambu Village, Mlonggo District, Jepara Regency.*

Keywords: *Balanced Nutrition; Jambu Village; Mother's Knowledge; Stunting; Toddlers.*

Abstrak. Prevalensi stunting di dunia pada tahun 2021 mencapai 171 juta hingga 314 juta. Di Indonesia hasil survei status gizi indonesia (SSGI) angka terjadinya stunting pada tahun 2019 sebesar 27,7%, pada tahun 2021 sebesar 24,4% dan 21,4% pada tahun 2022. Hasil penelitian melaporkan kejadian stunting dipengaruhi oleh pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang yang kurang. Pengetahuan berperan penting terhadap kehidupan dan perkembangan individu dan Masyarakat. Tujuan Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan kejadian stunting pada Balita di Wilayah Desa Jambu Kecamatan Mlonggo Kabupaten Jepara. Metode Penelitian ini merupakan jenis kuantitatif korelasional dengan desain cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang mempunyai anak balita di Wilayah Desa Jambu Kecamatan Mlonggo. Teknik pengambilan sampel dengan total sampling didapatkan sampel sebanyak 34 responden. Pengukuran tingkat pengetahuan keseimbangan gizi dengan memberikan pertanyaan dengan pilihan ganda benar dan salah dan untuk stunting menggunakan Microtois dan Tabel Antropometri. Pengolahan data menggunakan SPSS dengan computer menggunakan uji statistic Spearman Rho. Hasil Penelitian Hasil penelitian mayoritas responden pengetahuan keseimbangan gizi baik sebanyak 16 (47.1%). Kejadian Stunting yang tidak mengalami stunting berjumlah 17 (50.0%) responden. ada hubungan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan kejadian stunting pada Balita di Wilayah Desa Jambu Kecamatan Mlonggo Kabupaten Jepara.

Kata kunci: Balita; Desa Jambu; Gizi Seimbang; Pengetahuan Ibu; Stunting.

1. LATAR BELAKANG

Prevalensi stunting di dunia pada tahun 2021 mencapai 171 juta hingga 314 juta (Global Nutrition Report, 2021). Pada tahun 2024, terdapat 194,2 juta atau 23.3% dari semua anak di bawah usia 5 tahun mengalami stunting (World Health Organization (WHO), 2024). Di Indonesia hasil survei status gizi indonesia (SSGI) angka terjadinya stunting pada tahun 2019 sebesar 27,7%, pada tahun 2021 sebesar 24,4% dan 21.4% pada tahun 2022, walaupun setiap tahun mengalami penurunan, namun masih perlu upaya besar untuk mencapai target penurunan stunting di indonesia pada tahun berikutnya. Prevalensi stunting di Jawa Tengah pada tri wulan 2021 tercatat 20.9% dan pada tahun 2022 tercatat 20.8% yang mengalami stunting (Kemenkes RI, 2022).

Balita merupakan masa setelah dilahirkan sampai sebelum berumur 59 bulan. Tahap ini dikenal dengan tahap emas (golden age), karena pada usia ini banyak mengalami perkembangan dan pertumbuhan yang pesat dalam menciptakan berbagai kemungkinan. Sehingga pada usia ini balita membutuhkan gizi yang cukup (Sudargo et al., 2021).

Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak menyatakan bahwa setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, tumbuh, dan berkembang sehingga perlu dilakukan upaya kesehatan anak secara terpadu, menyeluruh, dan berkesinambungan. Upaya kesehatan anak dilakukan sejak janin dalam kandungan hingga anak berusia 18 (delapan belas) tahun (Kementrian Kesehatan, 2021). Anak yang mengalami gizi kurang maka pertumbuhan dan perkembangannya pun akan terganggu, yang mana kondisi secara fisik dapat terlihat kecil atau biasa disebut dengan stunting (Kementrian Kesehatan RI, 2021).

Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronik yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan menurut usia yang berada dibawah -2 standar deviasi pada kurva pertumbuhan WHO yang ditetapkan oleh Peraturan Menteri Kesehatan RI No.2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Masalah stunting pada anak merupakan kondisi kesehatan yang harus diwaspadai di Indonesia. Faktor penyebab stunting pada anak antara lain kondisi gizi yang kurang, rendahnya pemberian ASI eksklusif dan kejadian BBLR serta faktor ibu dalam pemberian gizi mulai dari kandungan sampai usia 59 bulan (Kementrian Kesehatan RI, 2021).

Berdasarkan data survei pendahuluan yang dilakukan oleh Dinas kesehatan Kabupaten Jepara tahun 2025 yaitu dari jumlah anak sebanyak 93.257 jiwa balita terdapat 18.2% anak mengalami stunting (DinKes Kab.Jepara, 2023). Data dibulan Januari-Desember 2024 di Puskesmas Mlonggo sebanyak 252 jiwa anak mengalami stunting dan

paling tinggi kejadian stunting berada di Desa Jambu Kec.Mlonggo sebanyak 64 (27,2%). Hasil observasi 10 anak stunting di Puskesmas Mlonggo hasil pengamatan didapatkan sekitar 80% anak yang mengalami stunting pengetahuan ibu tentang gizi seimbang rendah.

2. KAJIAN TEORITIS

Balita

Balita merupakan anak usia 0-59 bulan. Pada periode ini, terjadi percepatan pertumbuhan yang sangat pesat sehingga diperlukan asupan zat gizi yang optimal dari sisi kualitas dan kuantitas. Kelompok balita berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan yang bersifat unik, artinya memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan fisik (koordinasi motorik halus dan motorik kasar), kecerdasan (daya pikir, daya cipta, kecerdasan emosi, kecerdasan spiritual), sosial-emosional (sikap dan perilaku serta agama), bahasa dan komunikasi yang khusus sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan yang dilalui oleh anak (Kemenkes, 2022).

Masa balita adalah tahap emas dalam pertumbuhan fisik, mental, dan emosional anak. Untuk kelangsungan hidup anak agar optimal sebagai generasi selanjutnya perlu mendapatkan kebutuhan dasar anak akan asah, asih, dan asuh. Dimana Kebutuhan dasar ini akan memberikan kesehatan bagi anak agar tidak ada hambatan atau gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak selanjutnya, the golden age adalah sebutan lain yang artinya tidak akan terulang lagi masa tersebut. Oleh sebab itu usia balita perlu mendapatkan perhatian lebih dalam memenuhi kebutuhan gizi mereka (Sudargo et al., 2021).

Stunting

Stunting adalah Anak usia 0-59 bulan yang memiliki tinggi badan kurang dari minus dua Standar Deviasi (<-2SD) dari standar median WHO (Kementrian Kesehatan RI, 2021). *Stunting* adalah kondisi anak di bawah usia 5 tahun yang diakibatkan oleh kurangnya asupan makanan sehat secara terus-menerus dan ditandai dengan tubuh pendek. Ketika mereka mencapai usia 2 tahun, anak yang mengalami *stunting* akan terlihat (BAPPEDA LITBANG, 2020).

Stunting pada anak adalah kondisi yang diakibatkan oleh kurangnya asupan gizi yang sehat selama seribu hari pertama kehidupan. Kondisi ini berdampak lama hingga anak tersebut dewasa dan lanjut usia. Tumbuh kembang anak terganggu yang disebabkan oleh faktor kekurangan gizi sejak dalam kandungan (Kemendikbud, 2022). *Stunting* merupakan masalah kesehatan yang terkait dengan masalah perkembangan motorik dan mental serta peningkatan resiko mordibitas, dan mortalitas. Stunting disebabkan karena *growth faltering* dan tidak

adekuatnya *catch up growth* akan menunjukkan ketidakberhasilan dalam mencapai pertumbuhan yang optimal (Rahmadhita, 2020).

Stunting adalah ketidakmampuan untuk tumbuh secara normal akibat sering sakit dan kekurangan nutrisi pada masa kanak-kanak. Hal ini dapat menghambat perkembangan mental maupun fisik anak dan menyebabkan kerugian yang lama (UNICEF, 2023).

Jadi, *stunting* merupakan kondisi malnutrisi anak yang dibawah umur 5 tahun yang diukur melalui Z-skore, kondisi tersebut dapat mempengaruhi masa depan kehidupan bila kejadian stunting tidak dicegah.

Pengetahuan Keseimbangan Gizi

Pengetahuan adalah merupakan hasil dari tahu, dan hal ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap sesuatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia yaitu indra penglihatan, pendengaran, penciuman, raba, dan rasa. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata, telinga. Pengetahuan atau ranah kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behavior*) (Notoatmodjo, 2021).

Gizi seimbang adalah kombinasi menu makanan sehari-hari yang mengandung seluruh zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Pada dasarnya, tak ada satu pun bahan makanan yang mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh, sehingga kita harus mengonsumsi aneka ragam makanan untuk memenuhi kebutuhan akan zat gizi makro, seperti karbohidrat, protein, lemak dan serat, serta zat gizi mikro, yaitu vitamin dan mineral. Selain jenis makanan, jumlah makanan dan jadwal makan yang teratur juga penting (Kementrian Kesehatan RI, 2024a).

Keseimbangan gizi adalah susunan asupan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Tujuannya adalah untuk menjaga kesehatan, pertumbuhan yang optimal, dan fungsi tubuh yang berjalan optimal. Gizi seimbang berarti asupan makanan yang cukup dalam kuantitas dan kualitas, serta mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan tubuh (Hardinsyah & Supariasa, 2023).

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian adalah kuantitatif korelasional dengan desain cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang mempunyai anak balita di Wilayah Desa Jambu Kecamatan Mlonggo. Teknik pengambilan sampel dengan total sampling didapatkan sampel sebanyak 34 responden. Pengukuran tingkat pengetahuan keseimbangan gizi dengan memberikan pertanyaan dengan pilihan ganda benar dan salah dan untuk stunting

menggunakan Microtois dan Tabel Antropometri. Pengolahan data menggunakan SPSS dengan computer menggunakan uji statistic Spearman Rh

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik

Tabel 1. Distribusi Umur Ibu Di Desa Jambu, Jepara 2025 (n=34).

Umur ibu	Frekuensi	Presentase /%
25-35 Tahun	20	58.8
36-45 Tahun	11	32.4
46-55 Tahun	3	8.8
Total	34	100
Umur balita	Frekuensi	Presentase /%
1-11 Bulan	1	2.9
12-59 bulan	33	97.1
Total	34	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa mayoritas ibu yang mempunyai balita mayoritas pada rentang usia 25-35 tahun sebanyak 20 (58.8%), disusul yang berusia 36-45 tahun sebanyak 11 (32.4%) dan paling sedikit sebanyak 46-55 Tahun sebanyak 3 (8.8%) . pada umur balita diketahui bahwa mayoritas balita pada rentang usia 12-59 bulan sebanyak 33 (97.1%).

Tabel 2. Distribusi Jenis Kelamin Balita Di Desa Jambu, Jepara 2025 (n=34).

Jenis kelamin	Frekuensi	Presentase /%
Laki-laki	16	47.1
Perempuan	18	52.9
Total	34	100

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa diketahui mayoritas jenis kelamin responden yaitu perempuan berjumlah 18 orang dengan presentase (52.9%) dan yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 16 orang dengan presentase 47.1%.

Tabel 3. Distribusi Pendidikan Ibu Di Desa Jambu, Jepara 2025 (n=34).

Pendidikan	Frekuensi	Presentase /%
SD	4	11.8
SMP	11	32.4
SMA	14	41.2
PT	5	14.7
Total	34	100

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa diketahui pendidikan responden paling banyak pada jenjang SMA berjumlah 14 (41.2%) responden kemudian disusul dengan jenjang SMP

sebanyak 11 (32.4%) responden, Perguruan Tinggi sebanyak 5 (14.7%) dan yang paling sedikit tidak tamat SD sebanyak 4 (11,8%).

Analisa Univariat

Tabel 4. Distribusi Berdasarkan Pengetahuan Keseimbangan Gizi Pada Ibu Di Desa Jambu, Jepara 2025 (n=34).

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase %
Baik	16	47.1
Cukup	12	35.3
Kurang	6	17.6
Total	34	100

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa mayoritas responden pengetahuan keseimbangan gizi baik sebanyak 16 (47.1%), responden yang mempunyai pengetahuan cukup sebanyak 12 (35.3%) dan responden yang mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 6 (17.6%).

Tabel 5. Distribusi Berdasarkan Kejadian Stunting Pada Balita Di Desa Jambu, Jepara 2025 (n=34).

Kejadian <i>stunting</i>	Frekuensi	Presentase %
Normal	17	50.0
Pendek	13	38.2
Sangat pendek	4	11.8
Total	34	100

Berdasarkan tabel 5 didapatkan bahwa mayoritas balita di Desa jambu yang tidak mengalami stunting berjumlah 17 (50.0%) responden, yang mengalami stunting kategori pendek sebanyak 13 (38.2%) dan yang mengalami stunting kategori sangat pendek sebanyak 4 (11.8%) responden.

Tabel 6. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Wilayah Desa Jambu Kecamatan Mlonggo Kabupaten Jepara 2025 (n=34).

Pengetahuan ibu	Kejadian Stunting						Total		P Value
	Normal		Pendek		Sangat Pendek		N	%	
	N	%	N	%	N	%			
Baik	15	44.1	1	2.9	0	0	16	47.1	0.000
Cukup	2	5.9	8	23.5	2	5.9	12	35.3	
Kurang	0	0	4	11.8	2	5.9	6	17.6	
Jumlah	17	50.0	13	38.2	4	11.8	34	100	

Tabel 6 didapatkan bahwa dari 34 responden pengetahuan keseimbangan gizi ibu baik yang tidak mengalami stunting kategori sebesar 15 responden (44.1%), yang mengalami kejadian stunting pendek sebesar 1 responden (2.9%). Pada ibu yang mempunyai pengetahuan

keseimbangan gizi cukup mengalami stunting kategori pendek sebesar 8 (23.5%) dan yang kategori sangat pendek 2 (5.9%). Pada ibu yang mempunyai pengetahuan keseimbangan gizi kurang mengalami stunting kategori pendek sebesar 4 responden (11.8%) dan yang kategori sangat pendek 2 responden (5.9%).

Hasil Uji statistik dengan menggunakan uji *Spearman Rho* didapatkan nilai *p value* sebesar $0,000 < (\alpha = 0,05)$ dan nilai *korelasi* sebesar 0.807* dengan hubungan kuat. Hasil ini menunjukkan ada hubungan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan kejadian *stunting* pada Balita di Wilayah Desa Jambu Kecamatan Mlonggo Kabupaten Jepara, hal tersebut bahwa ibu yang mempunyai pengetahuan keseimbangan gizi kurang beresiko lebih tinggi mengalami kejadian *stunting*.

Pembahasan

Pengetahuan keseimbangan gizi ibu

Hasil penelitian yang didapatkan setelah dilakukan pengukuran menunjukkan bahwa mayoritas responden pengetahuan keseimbangan gizi baik sebanyak 16 (47.1%). Berdasarkan observasi menunjukkan ibu saat dilakukan pengukuran antusias dan hampir secara keseluruhan terlihat tidak ada kesulitan. Menurut asumsi peneliti hasil ini menunjukkan bahwa ibu di desa Jambu Kecamatan Mlonggo mayoritas mendekati pemahaman tentang kebutuhan nutrisi yang tepat, pemilihan makanan bergizi, dan cara mengolahnya akan berdampak positif pada tumbuh kembang anak serta kesehatan ibu itu sendiri.

Penelitian yang dilakukan oleh (Gracela et al., 2024) pengetahuan gizi ibu tergolong baik (39,4%), Pemahaman tentang kebutuhan gizi yang tepat, baik selama kehamilan maupun setelah melahirkan, akan membantu ibu memberikan asupan yang optimal untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Studi yang dilakukan oleh (Sulistiyanti et al., 2024) menunjukkan hal yang sama bahwa pengetahuan ibu tentang keseimbangan gizi untuk mencegah stunting kategori baik sebanyak (27,5%) dan cukup (42,5%).

Hasil ini juga didukung oleh karakteristik responden yang mayoritas pendidikan jenjang SMA (41.2%), hal ini menunjukkan Ibu dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung lebih mudah memahami informasi kesehatan dan gizi, serta lebih mampu menerapkan pengetahuan tersebut dalam praktik sehari-hari, seperti memilih makanan yang bergizi seimbang untuk anak (Hardinsyah & Supariasa, 2023).

Selain itu rata-rata usia ibu pada rentang usia 25-35 tahun sebanyak 20 (58.8%), usia tersebut termasuk dalam usia ibu yang lebih matang dan cenderung memiliki pengalaman dan pengetahuan yang lebih baik dalam merawat anak, termasuk dalam pemberian nutrisi yang tepat. Namun, usia ibu saja tidak menjamin bebas terhadap anak kurang gizi, diperlukan

pemahaman tentang gizi seimbang dan praktik pemberian makan yang baik (Marlani et al., 2021).

Keseimbangan gizi merupakan susunan asupan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Tujuannya adalah untuk menjaga kesehatan, pertumbuhan yang optimal, dan fungsi tubuh yang berjalan optimal. Gizi seimbang berarti asupan makanan yang cukup dalam kuantitas dan kualitas, serta mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan tubuh (Hardinsyah & Supariasa, 2023).

Berdasarkan hal tersebut peneliti menyimpulkan bahwa Pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang pada balita sangat penting untuk memastikan pertumbuhan dan perkembangan anak optimal. Ibu yang memiliki pengetahuan baik tentang gizi akan cenderung memberikan makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi balita, sehingga ibu perlu memahami jenis dan jumlah zat gizi yang dibutuhkan anak, serta cara mengolah makanan yang tepat agar sesuai dengan kebutuhan gizi anak.

Kejadian Stunting

Berdasarkan hasil pengukuran menunjukkan bahwa mayoritas kejadian *stunting* pada balita di Wilayah Desa Jambu Kecamatan Mlonggo yang tidak mengalami *stunting* berjumlah 17 (50.0%) responden, yang mengalami *stunting* kategori pendek sebanyak 13 (38.2%) dan yang mengalami *stunting* kategori sangat pendek sebanyak 4 (11.8%) responden. pada hal ini peneliti berasumsi bahwa balita yang mengalami stunting pada kategori pendek maupun sangat pendek rata-rata di usia 40 bulan hasil ukur kurang dari 89 cm. Nilai tersebut tergolong rendah dibandingkan dengan nilai antropometri yang sudah ditetapkan yaitu normal TB atau PB pada usia 40 bulan adalah 93,8-101.7 cm. Sedangkan pada balita yang tidak mengalami *stunting* menunjukkan hasil pengukuran yang sudah sesuai tabel antropometri.

Hasil penelitian diatas didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Juniana et al., 2024) didapatkan balita 63.6% tidak mengalami stunting, berdasarkan analisisnya menunjukkan hasil faktor yang dominan mengalami stunting pemberian Asi Eksklusif 64% kurang. Sedangkan yang tidak stunting tercukupi. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Dewi & Primadewi, 2021) menunjukkan hasil 45.3% balita tidak mengalami stunting, hal ini menunjukan hampir setengah dari total responden TB balita dalam kategori normal.

Studi yang dilakukan oleh (Maryati et al., 2023) mengemukakan faktor yang dominan mengalami stunting berat badan lahir 77%, riwayat penyakit 63%, intake energi dan protein 53%, Riwayat pemberian Asi eksklusif 43% dan status ekonomi keluarga 30%. Faktor dominan

ini menunjukkan penyebab stunting berat badan lahir, hal itu menunjukkan ke arah pemenuhan keseimbangan zat gizi saat hamil.

Stunting pada anak balita adalah kondisi gagal tumbuh pada anak usia di bawah lima tahun, di mana tinggi badan anak lebih pendek dari standar usianya. Kondisi ini disebabkan oleh kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, serta kurangnya stimulasi psikososial. Stunting dapat berdampak negatif pada perkembangan fisik, kognitif, dan kesehatan anak secara keseluruhan (Kementrian Kesehatan RI, 2024). *Stunting* dapat dicegah sejak dalam kandungan dengan pemenuhan kebutuhan gizi pada ibu hamil, memberikan Asi eksklusif sampai 6 bulan dan orang tua perlu terus memantau tumbuh kembang anak mereka, terutama dari tinggi dan berat badan anak (Rahmadhita, 2020).

Berdasarkan hasil diatas peneliti menyimpulkan berdasarkan pengukuran dan pengamatan kejadian stunting pada balita menunjukkan bahwa stunting merupakan masalah gizi kronis yang ditandai dengan tinggi badan anak yang lebih pendek dari standar usianya. Stunting pada balita dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk pengetahuan keseimbangan gizi ibu serta asupan nutrisi yang kurang memadai.

Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan kejadian *stunting*

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan kejadian *stunting* pada Balita di Wilayah Desa Jambu Kecamatan Mlonggo Kabupaten Jepara. didapatkan nilai *p value* sebesar $0,000 < (\alpha = 0,05)$ Hasil ini menunjukkan ada hubungan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan kejadian *stunting* pada Balita di Wilayah Desa Jambu Kecamatan Mlonggo Kabupaten Jepara. Peneliti berasumsi bahwa semakin baik pengetahuan ibu mengenai prinsip gizi seimbang, semakin tepat pula ibu dalam memilih, mengolah, dan memberikan makanan yang sesuai kebutuhan tumbuh kembang anak. Pengetahuan yang memadai dapat mempengaruhi perilaku pemberian makan, frekuensi makan, serta keberagaman jenis makanan yang dikonsumsi balita, sehingga risiko stunting dapat diminimalkan. Sebaliknya, kekurangan pengetahuan gizi dapat menyebabkan pola makan tidak seimbang.

Hasil dari tabulasi silang menunjukkan hasil ibu yang mempunyai pengetahuan keseimbangan gizi ibu baik yang mengalami stunting kategori pendek sebesar 1 (2.9%), serta pada itu yang mempunyai pengetahuan keseimbangan gizi cukup mengalami stunting kategori pendek sebesar 8 (23.5%) dan yang kategori sangat pendek 2 (5.9%). Hal tersebut bahwa ibu yang mempunyai pengetahuan keseimbangan gizi kurang beresiko lebih tinggi mengalami kejadian *stunting*.

Studi yang dilakukan oleh (Kuswanti, Ina Azzahra, 2022) didapatkan hasil p value $0,000 < \alpha = 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa H_a diterima, sehingga hipotesis penelitian ini menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikansi antara tingkat pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi seimbang pada balita dengan perilaku ibu dalam pencegahan stunting pada balita. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Murti et al., 2021) didapatkan hasil bahwa responden yang memiliki pengetahuan kurang tentang gizi balita anaknya mengalami stunting sebanyak (68,3%). Hasil p value $< \alpha (0,05)$ Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang gizi balita dengan kejadian stunting anak.

Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang memiliki peran penting dalam mencegah kejadian stunting pada anak. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi seimbang cenderung lebih mampu memberikan makanan yang tepat dan bergizi bagi anak-anak mereka, sehingga dapat mengurangi risiko stunting (Kementrian Kesehatan RI, 2024).

Stunting pada anak memiliki dampak jangka pendek dan jangka panjang yang signifikan pada kesehatan, perkembangan kognitif, perkembangan sosial dan potensi masa depan anak terganggu. Anak yang mengalami kekurangan makanan bergizi cenderung menjadi lemah dan tidak aktif, sehingga terjadi penurunan interaksi dengan lingkungannya dan menyebabkan adanya perkembangan yang buruk, ditandai dengan aktivitas yang menurun, lebih rewel dan tidak merasa bahagia, serta tidak begitu menunjukkan rasa ingin tahu (naluri eksplorasi). Hal tersebut dapat menghambat anak untuk mengembangkan potensinya untuk beradaptasi dengan lingkungan sosialnya (Yuwanti et al., 2021).

Stunting disebabkan karena *growth faltering* dan tidak adekuatnya *catch up growth* akan menunjukkan ketidakberhasilan dalam mencapai pertumbuhan yang optimal, kondisi tersebut dapat memengaruhi masa depan kehidupan bila kejadian stunting tidak dicegah (Rahmadhita, 2020). Pengaruh gizi pada otak yang sedang berkembang telah dipelajari dan ditetapkan bahwa kekurangan gizi terutama selama janin dan dua tahun pertama kehidupan pascakelahiran, merupakan faktor risiko utama pada perkembangan saraf yang buruk. Dampak dari hal tersebut

dapat menyebabkan keterlambatan perkembangan motorik, kognitif dan bicara, serta masalah perilaku dan ketidakmampuan belajar (Fathadhika et al., 2023).

Berdasarkan hasil diatas peneliti menyimpulkan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi seimbang memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting pada balita. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi cenderung lebih mampu memberikan makanan yang sesuai dengan kebutuhan anak, sehingga dapat mengurangi risiko stunting.

5. KESIMPULAN

Kesimpulan dari pembahasan di atas adalah bahwa pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting pada balita. Ibu yang memiliki pengetahuan baik tentang gizi seimbang cenderung lebih mampu memberikan makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi anak, yang dapat membantu mencegah terjadinya stunting. Sebaliknya, ibu yang memiliki pengetahuan kurang tentang gizi berisiko lebih tinggi untuk menyebabkan stunting pada anak mereka. Pengetahuan yang memadai mengenai prinsip gizi seimbang dapat mempengaruhi perilaku pemberian makan, frekuensi makan, dan keberagaman makanan yang dikonsumsi anak, yang pada gilirannya dapat mengurangi risiko stunting. Oleh karena itu, penting bagi ibu untuk mendapatkan pendidikan dan informasi yang cukup mengenai gizi seimbang agar dapat mendukung tumbuh kembang optimal bagi balita. Stunting, yang merupakan masalah gizi kronis, dapat memiliki dampak jangka panjang pada kesehatan, perkembangan kognitif, dan sosial anak, sehingga pencegahannya melalui peningkatan pengetahuan gizi ibu sangat penting untuk masa depan anak-anak tersebut.

DAFTAR REFERENSI

- Amalia, I. D., Lubis, D. P. U., & Khoeriyah, S. M. (2024). Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian stunting pada balita. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 12(2), 146–154. <https://doi.org/10.55426/jksi.v12i2.153>
- Dewi, N. L. M. A., & Primadewi, N. N. H. (2021). Kejadian stunting pada balita usia 12-36 bulan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(1), 55. <https://doi.org/10.26714/jkj.9.1.2021.55-60>
- DinKes Kab. Jepara. (2023). Cakupan pelayanan kesehatan balita. https://data.jatengprov.go.id/km/dataset/cakupan-pelayanan-anak-balita-kabupaten-jepara-tahun-2021/resource/05e18ca3-7d34-4fb4-9fd5-7d4f310bfc2a?inner_span=True
- Fathadhika, S., Redatin, S., & Pudjiati, R. (2023). Pengaruh stimulasi psiko-sosial terhadap perkembangan sosio-emosional pada anak stunting di Aceh Tengah. *Psycho-social stimulation effect on socio-emotional development of stunted children in Central Aceh Abstrak Pendahuluan*, 8(1), 61–69.
- Global Nutrition Report. (2021). Cari - Laporan Gizi Global.

- Gracela, E., Wilmart, A. C., & Muniroh, L. (2024). Relationship between the level of mother's nutritional knowledge and the diversity of animal protein intake in toddlers at Tertek village. *Media Gizi Indonesia*, 19(3), 304–310. <https://doi.org/10.20473/mgi.v19i3.304-310>
- Hardinsyah, P., & Supariasa, I. D. N. (2023). *Ilmu Gizi: Teori Aplikasi*. EGC.
- Juniana, Harokan, A., & Priyanto, A. D. (2024). Analisis kejadian stunting pada anak balita di Puskesmas Seri Tanjung Kabupaten Ogan Ilir. *Cendekia Medika: Jurnal STIKES Al-Ma'arif Baturaja*, 9(2), 326–336.
- Kemendes RI. (2022). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. Kemendes, 1–150.
- Kementerian Kesehatan. (2021). *PROFIL KESEHATAN INDONESIA TAHUN 2020*. In IT - Information Technology (Vol. 48, Issue 1). <https://doi.org/10.1524/itit.2006.48.1.6>
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). Mengenal stunting dan gizi buruk. Penyebab, gejala, dan mencegah. Kemendes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). Panduan kegiatan MP-ASI kaya protei cegah stunting. *Sustainability*, 11(1), 1–14. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Kuswanti, I. A., & Azzahra, S. K. (2022). Hubungan pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi seimbang dengan perilaku pencegahan stunting pada balita. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(1), 15–22.
- Marlani, R., Neherta, M., & Deswita, D. (2021). Gambaran karakteristik ibu yang mempengaruhi kejadian stunting balita usia 24-59 bulan di Puskesmas Talang Banjar Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(3), 1370. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i3.1748>
- Maryati, I., Annisa, N., & Amira, I. (2023). Faktor dominan terhadap kejadian stunting balita. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 2695–2707. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4419>
- Milah, A. S., & Zaqiah, A. (2023). Kebutuhan pemenuhan gizi seimbang balita dengan kejadian stunting pada upaya rencana aksi nasional (Ran) percepatan penurunan stunting di wilayah kerja Desa Pasirbatang Kabupaten Tasikmalaya melalui metode penyuluhan tahun 2023. *Abdimas Galuh*, 5(2), 1566. <https://doi.org/10.25157/ag.v5i2.11771>
- Murti, L. M., Budiani, N. N., Widhi, M., & Darmapatni, G. (2021). Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi balita dengan kejadian stunting anak umur 36-59 bulan. *The Journal of Midwifery*, 8(2), 3–10.
- Nafi'ah, R., Ahmad, A., Gizi, J., Kesehatan, P., & Aceh, K. (2022). Faktor penyebab kejadian stunting pada anak usia 24-59 bulan. *Jurnal Riset Gizi*, 10(2), 2022.

- Notoatmodjo, S. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan stunting dan pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.253>
- Sudargo, T., A., & A, A. (2021). *1000 Hari Pertama Kehidupan*. Gadjah Mada University Press.
- Sulistiyanti, A., Ifalagma, D., & Yuliana, A. (2024). Pengetahuan tentang gizi seimbang balita dengan perilaku ibu mencegah stunting. *OVUM: Journal of Midwifery and Health Sciences*, 4(1), 1–8. <https://doi.org/10.47701/ovum.v4i1.3827>
- Tomi Jepisa, L. W. (2023). Faktor yang berisiko kejadian stunting pada balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(8), 96. <https://journal-mandiracendikia.com/jikmc>
- World Health Organization (WHO). (2024). Joint child malnutrition estimates. *WHO*. <https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/joint-child-malnutrition-estimates-unicef-who-wb>
- Yuwanti, Y., Mulyaningrum, F. M., & Susanti, M. M. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi stunting pada balita di Kabupaten Grobogan. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(1), 74. <https://doi.org/10.31596/jcu.v10i1.704>