


Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan dengan Kejadian Stunting Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sangurara Kota Palu

Abd Arafat^{1*}, Agnes Erlita Distriani Patade², Sisilia Rammang³

^{1,2,3}Universitas Widya Nusantara, Jl. Untad I, Tondo, Kec. Mantikulore, Kota Palu, Sulteng.

E-mail: arafatabd143@gmail.com

*Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.5785>

ARTICLE INFO

Article history:

Received: 22 Feb 2026

Revised: 28 Feb 2026

Accepted: 06 Mar 2026

Kata Kunci:

Balita, Pengetahuan Ibu, Pola Makan, Stunting.

Keywords:

Children Under Five, Maternal Knowledge, Feeding Patterns, Stunting.

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan ibu dan pola makan dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Sangurara Kota Palu. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah seluruh ibu yang memiliki balita usia 12–59 bulan yang terdaftar dan aktif di wilayah kerja Puskesmas Sangurara sebanyak 261 orang, dengan jumlah sampel 72 responden yang dipilih menggunakan teknik probability sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner untuk mengukur pengetahuan ibu dan pola makan balita, serta data KMS untuk menentukan kejadian stunting. Analisis data dilakukan menggunakan uji chi-square dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki tingkat pengetahuan yang baik, pola makan balita berada pada kategori cukup, dan mayoritas balita tidak mengalami stunting. Uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan kejadian stunting ($p = 0,043$) serta antara pola makan dengan kejadian stunting pada balita ($p = 0,000$). Penelitian ini menyimpulkan bahwa pengetahuan ibu dan pola makan memiliki hubungan yang bermakna dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Sangurara Kota Palu.

This study aimed to analyze the relationship between maternal knowledge and feeding patterns with the incidence of stunting among children under five in the working area of Sangurara Public Health Center, Palu City. This study employed a quantitative design with a cross-sectional approach. The study population consisted of all mothers who had children aged 12–59 months and were registered and actively involved in the working area of Sangurara Public Health Center, totaling 261 individuals, with a sample of 72 respondents selected using a probability sampling technique. Data were collected using questionnaires to assess maternal knowledge and child feeding patterns, as well as growth monitoring card (KMS) data to determine stunting status. Data analysis was conducted using the chi-square test with a significance level of $p < 0.05$. The results showed that most mothers had a good level of knowledge, the feeding patterns of children were mostly in the adequate category, and the majority of children were not stunted. Statistical analysis revealed a significant relationship between maternal knowledge and the incidence of stunting ($p = 0.043$), as well as between feeding patterns and stunting among children under five ($p = 0.000$). This study concludes that maternal knowledge and feeding patterns are significantly associated with the incidence of stunting among children under five in the working area of Sangurara Public Health Center, Palu City.



This is an open access article under the CC–BY-SA license.

How to Cite: Abd Arafat, et al. (2026). Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan dengan Kejadian Stunting Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sangurara Kota Palu, 4(4). <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.5785>

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang masih menjadi fokus utama pembangunan kesehatan, khususnya di negara berkembang seperti Indonesia. Stunting

didefinisikan sebagai kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, terutama pada periode seribu hari pertama kehidupan, yaitu sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun (Millati, 2021). Kondisi ini ditandai dengan panjang atau tinggi badan anak yang berada di bawah standar usianya dan berpotensi menimbulkan dampak jangka panjang terhadap kualitas sumber daya manusia (Makripuddin, 2021).

Secara global, stunting masih menjadi masalah serius. UNICEF melaporkan bahwa prevalensi stunting dunia masih berada di atas 20%, dengan sebagian besar kasus terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah (Unicef, 2023). Fakta ini menunjukkan bahwa stunting bukan hanya masalah individu, tetapi juga persoalan struktural yang membutuhkan perhatian lintas sektor.

Prevalensi stunting di Indonesia meskipun menunjukkan tren penurunan, namun masih berada pada angka yang memerlukan intervensi serius. Data nasional menunjukkan bahwa prevalensi stunting pada tahun 2023 masih sebesar 21,6%, dan pemerintah menargetkan penurunan hingga 14% pada tahun 2025 (Kemenkes RI, 2023). Provinsi Sulawesi Tengah termasuk wilayah dengan prevalensi stunting yang relatif tinggi dibandingkan rata-rata nasional, sehingga memerlukan upaya pengendalian yang lebih terarah dan berbasis bukti (Dinkes Sulteng, 2023).

Stunting disebabkan oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi, baik faktor langsung maupun tidak langsung. Salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap kejadian stunting adalah ketidakcukupan asupan gizi dalam jangka panjang, baik dari segi kualitas maupun kuantitas (Adriani, 2022). Asupan gizi yang tidak memadai ini sering kali dipengaruhi oleh pola asuh dan praktik pemberian makan yang diterapkan oleh orang tua, terutama ibu sebagai pengasuh utama anak (Nurhayati, 2022).

Pengetahuan ibu memegang peranan penting dalam menentukan kualitas pengasuhan dan pemenuhan kebutuhan gizi anak. Pengetahuan yang baik mengenai gizi, stunting, dan kesehatan anak akan memengaruhi keputusan ibu dalam memilih jenis makanan, frekuensi makan, serta pola pemberian makanan pendamping ASI yang tepat (Kamiliyana, 2021). Sebaliknya, keterbatasan pengetahuan ibu dapat menyebabkan praktik pemberian makan yang tidak sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang anak (Wahyuni, 2022).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan orang tua merupakan prediktor yang konsisten terhadap kejadian stunting. Studi yang dilakukan oleh Juniantari (2024) menyimpulkan bahwa pengetahuan orang tua, praktik pemberian makan, sanitasi, dan akses layanan kesehatan merupakan determinan utama pertumbuhan anak. Temuan ini memperkuat bahwa peningkatan pengetahuan ibu menjadi salah satu strategi penting dalam upaya pencegahan stunting.

Selain pengetahuan, pola makan balita merupakan faktor krusial yang secara langsung memengaruhi status gizi anak. Pola makan mencakup jenis makanan, jumlah, frekuensi, serta cara pemberian makanan kepada balita (Adriani, 2022). Pola makan yang tidak seimbang, monoton, dan rendah zat gizi mikro dapat menyebabkan defisiensi gizi kronis yang berujung pada terhambatnya pertumbuhan linier anak (Hasibuan, 2022).

Hasil penelitian di Indonesia menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian stunting. Penelitian Octavia et al (2023) menemukan bahwa balita dengan pola pemberian makan yang kurang tepat memiliki risiko stunting lebih tinggi dibandingkan balita dengan pola makan yang baik. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Rosyida (2023) yang menyatakan bahwa kualitas pola makan berpengaruh langsung terhadap status gizi dan pertumbuhan balita.

Studi pendahuluan yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Sangurara Kota Palu menunjukkan masih ditemukannya kasus stunting yang cukup signifikan, disertai dengan keterbatasan pengetahuan ibu serta praktik pemberian makan yang belum optimal. Wawancara awal dengan beberapa ibu balita mengungkapkan bahwa sebagian besar ibu hanya memahami stunting secara umum, namun belum mengetahui secara mendalam mengenai penyebab, dampak, serta pola makan balita yang sesuai dengan prinsip gizi seimbang.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan penelitian yang mampu mengkaji hubungan antara pengetahuan ibu dan pola makan dengan kejadian stunting pada balita secara sistematis dan berbasis data. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam perumusan intervensi edukatif dan promotif di tingkat pelayanan kesehatan primer, khususnya dalam upaya percepatan penurunan stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Sangurara Kota Palu.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain analitik menggunakan pendekatan *cross sectional*, yang bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan ibu dan pola makan dengan kejadian stunting pada balita. Penelitian dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Sangurara Kota Palu pada tanggal 15 September hingga 15 Oktober 2025. Populasi penelitian adalah seluruh ibu yang memiliki balita usia 12–59 bulan dan terdaftar serta aktif di wilayah kerja Puskesmas Sangurara sebanyak 261 orang. Sampel penelitian berjumlah 72 responden yang ditentukan menggunakan teknik *probability sampling* dengan metode *cluster sampling*, di mana sampel diambil secara proporsional dari lima posyandu yang berada di wilayah kerja Puskesmas Sangurara. Kriteria inklusi meliputi ibu yang memiliki balita usia 12–59 bulan, mampu membaca dan menulis, serta bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi adalah ibu yang memiliki balita dengan kelainan kongenital atau penyakit kronis.

Prosedur penelitian dimulai dengan pengurusan izin penelitian, dilanjutkan dengan pemberian penjelasan dan informed consent kepada responden, serta pengumpulan data. Data yang dikumpulkan terdiri dari data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui pengisian kuesioner pengetahuan dan pola makan oleh responden, sedangkan data sekunder diperoleh dari catatan KMS balita untuk menentukan kejadian stunting berdasarkan indeks TB/U sesuai standar antropometri. Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan dan kuesioner pola makan yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Data dianalisis melalui analisis univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi setiap variabel dan analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat signifikansi 0,05 untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan ibu dan pola makan dengan kejadian stunting pada balita.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini sebanyak 72 responden dan data disajikan dalam bentuk tabel dengan pengelompokan berdasarkan usia ibu, pendidikan terakhir ibu, status pekerjaan ibu dan jenis kelamin balita, serta distribusi frekuensi untuk masing-masing variabel.

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia ibu, pendidikan terakhir ibu, status pekerjaan ibu

Karakteristik Subjek	Frekuensi (<i>f</i>)	Persentase (%)
Usia ^b		
26-35 Tahun (Dewasa awal)	40	55,6
36-45 Tahun (Dewasa akhir)	32	44,4
Pendidikan Terakhir Ibu		
SMP	2	2,8
SMA	59	81,9
S1	11	15,3
Status Pekerjaan Ibu		
Swasta	16	22,2
IRT	56	77,8

Sumber: Data primer (2025)

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa responden dengan usia paling banyak berusia 26-35 Tahun (Dewasa awal) yakni 40 (55,6%) dan paling sedikit berusia 36-45 Tahun (Dewasa akhir) yakni 32 (44,4%). Responden dengan pendidikan terakhir terbanyak SMA yakni 59 (81,9%) dan paling sedikit SMP yakni 2 (2,8%). Responden dengan status pekerjaan terbanyak IRT yakni 56 (77,8%) dan paling sedikit swasta yakni 16 (22,2%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi pengetahuan ibu

Pengetahuan Ibu	Frekuensi (<i>f</i>)	Persentase (%)
Baik	49	68,1
Cukup	23	31,9
Jumlah	72	100

Sumber: Data primer (2025),

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa responden dengan usia paling banyak berusia 26-35 Tahun (Dewasa awal) yakni didapatkan hasil sebagian besar pengetahuan ibu kategori baik sebanyak 49 responden (68,1%) dan pengetahuan ibu kategori cukup sebanyak 23 responden (31,9%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi pola makan anak

Pola Makan Anak	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	25	34,7
Cukup	47	65,3
Jumlah	72	100

Sumber: Data primer (2025),

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil sebagian besar pola makan anak cukup sebanyak 47 responden (65,3%) dan pola makan anak baik sebanyak 25 responden (34,7%).

Tabel 4. Distribusi frekuensi kejadian stunting

Kejadian STunting	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Stunting	27	37,5
Tidak Stunting	45	62,5
Jumlah	72	100

Sumber: Data primer (2025),

Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil sebagian besar tidak stunting sebanyak 45 (62,5%) dan stunting sebanyak 27 (32,5%).

Tabel 5. Hubungan pengetahuan dengan kejadian stunting pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sangurara Kota Palu

Pengetahuan Ibu	Kejadian Stunting				Total		P Value
	Stunting		Tidak Stunting		f	%	
	f^b	%^c	f	%			
Baik	14	3 19,4	1 35	148,6	49	68,1	0,043 ^d
Cukup	13	18,18,1	10	9 13,9	23	31,9	
Jumlah	27	1 37,5	45	62,5	72	100	

^aTotal sampel keseluruhan. ^bf = frekuensi. ^c% = persentase. ^dUji continuity correction signifikan p<0.05. Sumber: Data primer (2025)

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa dari 49 (68,1%) responden yang memiliki pengetahuan baik, dengan stunting sebanyak 14 (19,4%), dan tidak stunting sebanyak 35 (148,6%). Kemudian dari 23 (31,9%) responden yang memiliki pengetahuan cukup, dengan kejadian stunting sebanyak 13 (18,1%), dan tidak stunting sebanyak 10 (13,9%). Hasil uji statistik chi-square dapat dilihat bahwa nilai p=0,043 (p < 0,05) yang artinya Ha diterima, ada hubungan pengetahuan dengan kejadian stunting pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sangurara Kota Palu.

Pembahasan

Pengetahuan Ibu

Sebagian besar responden memiliki pengetahuan dalam kategori baik. Menurut asumsi peneliti, kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu telah memiliki kesadaran dan pemahaman yang baik mengenai stunting beserta faktor-faktor yang memengaruhinya, seperti asupan gizi, pola asuh, dan perawatan kesehatan ibu dan anak. Tingginya tingkat pengetahuan tersebut diduga dipengaruhi oleh pengalaman pribadi, kebiasaan mencari informasi kesehatan, serta interaksi ibu dengan tenaga kesehatan. Namun demikian, ibu dengan pengetahuan kategori cukup pada dasarnya telah memahami konsep dasar stunting, tetapi belum mampu mengimplementasikan atau memperdalam pengetahuan tersebut secara optimal, yang kemungkinan dipengaruhi oleh tingkat pendidikan responden yang sebagian besar SMA serta keterbatasan akses informasi formal.

Secara teoritis, pengetahuan ibu mengenai gizi, kesehatan, dan perawatan anak merupakan komponen penting dalam praktik pengasuhan (Nurhayati, 2022)(Kemenkes ditjen penkes, 2022). Pengetahuan yang memadai tidak hanya mencerminkan pemahaman ibu terhadap kebutuhan dasar anak, tetapi juga menentukan kualitas pengambilan keputusan dalam kehidupan sehari-hari, khususnya terkait pemenuhan gizi dan perawatan kesehatan (Millati, 2021). Tingkat pendidikan berperan besar dalam kemampuan seseorang untuk menerima, memahami, dan mengolah informasi kesehatan. Semakin tinggi

tingkat pendidikan, semakin besar pula kapasitas kognitif individu dalam menyerap pengetahuan baru dan menerapkannya secara tepat. Sebaliknya, keterbatasan pendidikan dan akses informasi dapat berdampak pada kurang optimalnya pemahaman ibu terhadap upaya pencegahan stunting (Sairah, 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wahyuni (2022) yang menyatakan bahwa ibu dengan pengetahuan baik memiliki pemahaman yang lebih komprehensif mengenai konsep, penyebab, dan dampak stunting, sehingga lebih siap dalam mengambil keputusan terkait kesehatan dan gizi anak. Temuan ini juga didukung oleh penelitian Fikriya (2024), yang menyebutkan bahwa ibu dengan pengetahuan kategori cukup umumnya telah memahami dasar pertumbuhan dan gizi anak, namun belum memperoleh edukasi mendalam mengenai indikator stunting, faktor penyebab yang kompleks, serta langkah intervensi yang tepat. Rendahnya literasi kesehatan dan keterbatasan akses informasi menjadi faktor penghambat peningkatan pengetahuan, sehingga upaya pencegahan stunting belum dapat dilakukan secara optimal.

Pola Makan

Sebagian besar anak memiliki pola makan dalam kategori cukup. Menurut asumsi peneliti, kondisi ini menunjukkan bahwa upaya orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi anak telah dilakukan, namun pada sebagian responden belum optimal. Pola makan kategori cukup dapat dipengaruhi oleh perilaku makan anak yang sulit dikendalikan serta keterbatasan pemahaman orang tua mengenai komposisi gizi seimbang, sementara pola makan kategori baik mencerminkan adanya keterlibatan orang tua dalam mengatur jenis makanan, porsi, serta frekuensi makan anak secara teratur. Kondisi ini menunjukkan bahwa peran orang tua sangat menentukan kualitas pola makan anak sehari-hari.

Secara teori, pola makan anak dipengaruhi oleh kebiasaan keluarga, lingkungan sosial, serta tingkat pengetahuan orang tua mengenai gizi. Pola makan kategori cukup menandakan bahwa kebutuhan energi dan zat gizi makro sebagian telah terpenuhi, namun kualitas dan keragaman makanan belum sepenuhnya optimal untuk mendukung pertumbuhan maksimal (Fauziah, 2022). Sebaliknya, pola makan yang baik ditandai dengan keteraturan waktu makan, keseimbangan jenis makanan, serta kecukupan zat gizi sesuai kebutuhan tubuh anak. Pembiasaan pola makan sehat sejak dini menjadi faktor penting karena berperan sebagai dasar tumbuh kembang optimal dan pencegahan masalah gizi di kemudian hari.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Astika Tria (2020), yang menyatakan bahwa pola makan kategori cukup umumnya berkaitan dengan status gizi normal, namun tetap memerlukan penguatan pola asuh pemberian makan agar dapat ditingkatkan menuju kategori baik. Selain itu, penelitian (Hasibuan, 2022) juga menunjukkan bahwa pola makan anak kategori baik mencerminkan keberhasilan intervensi dan pembiasaan pemberian makanan pada balita, dimana orang tua telah mampu memilih jenis makanan yang tepat serta memenuhi jumlah asupan yang dibutuhkan anak. Temuan ini menegaskan bahwa peningkatan kualitas pola makan anak melalui edukasi dan pendampingan orang tua sangat penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal.

Kejadian Stunting

Sebagian besar anak berada dalam kategori tidak stunting. Menurut asumsi peneliti, kondisi ini menunjukkan bahwa secara umum pertumbuhan anak di wilayah penelitian telah sesuai dengan tahapan usia, yang mencerminkan adanya perubahan positif dalam pola asuh keluarga, khususnya perhatian ibu terhadap pemenuhan gizi dan pola makan anak sehari-hari. Meskipun demikian, masih adanya anak yang mengalami stunting mengindikasikan bahwa masalah gizi kronis tetap menjadi perhatian penting, terutama akibat asupan gizi yang tidak terpenuhi secara berkelanjutan, pola makan yang kurang seimbang, serta riwayat penyakit infeksi berulang.

Secara teoritis, pertumbuhan anak dipengaruhi oleh interaksi kompleks antara faktor genetik, lingkungan, dan nutrisi (Pertiwi, 2022). Nutrisi yang cukup dan seimbang berperan penting dalam mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan anak agar berlangsung optimal. Stunting sendiri merupakan kondisi akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi sejak masa kehamilan hingga dua tahun pertama kehidupan, yang tidak hanya berdampak pada tinggi badan anak, tetapi juga berpotensi memengaruhi perkembangan kognitif (Flora, 2021). Upaya pencegahan stunting perlu dilakukan secara komprehensif melalui pemenuhan gizi yang adekuat, pemantauan pertumbuhan secara rutin, serta perubahan perilaku ibu dan keluarga dalam pengasuhan anak (Arbain, 2022).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Vaivada (2020), yang menyatakan bahwa sebagian besar anak memiliki status tinggi badan menurut umur (TB/U) di atas ambang batas stunting sebagai

hasil dari pemenuhan gizi yang baik dan pemantauan tumbuh kembang secara rutin. Namun, temuan ini juga didukung oleh penelitian Birch (2001), yang menunjukkan bahwa kejadian stunting pada anak usia bawah lima tahun masih cukup tinggi, sehingga menandakan bahwa intervensi gizi dan kesehatan yang telah dilakukan perlu terus diperkuat agar kejadian stunting dapat ditekan secara lebih optimal.

Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Stunting

Hasil uji chi-square menunjukkan nilai $p = 0,043$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu dengan kejadian stunting. Menurut asumsi peneliti, kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun pengetahuan ibu sudah baik, kejadian stunting tetap dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti praktik pemberian makan yang belum optimal, kondisi sosial ekonomi keluarga, serta riwayat penyakit infeksi pada anak. Semakin baik pengetahuan ibu maka semakin besar peluang anak tumbuh normal sesuai usianya.

Teori promosi dan pendidikan kesehatan menyatakan bahwa pengetahuan merupakan faktor dominan yang memengaruhi perilaku kesehatan seseorang (Millati, 2021). Pengetahuan yang baik akan mendorong individu, khususnya ibu, untuk menerapkan perilaku positif dalam pemberian gizi, pengasuhan, serta pemantauan tumbuh kembang anak (Febriyeni, 2023). Pemahaman ibu mengenai pentingnya asupan gizi seimbang, pola makan teratur, dan perawatan kesehatan sejak dini menjadi landasan utama dalam upaya pencegahan stunting pada balita (Zahra, 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Juniantari (2024) yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan pendidikan ibu berpengaruh signifikan terhadap kejadian stunting, dimana anak yang diasuh oleh ibu dengan pengetahuan gizi baik memiliki risiko stunting yang lebih rendah. Temuan ini juga didukung oleh penelitian Wahyuni (2022) yang menyatakan bahwa ibu dengan pengetahuan gizi yang baik cenderung mampu menerapkan praktik pengasuhan dan pemberian makan yang lebih tepat, sehingga anak memiliki status gizi dan pertumbuhan yang lebih baik dibandingkan dengan ibu yang berpengetahuan cukup atau kurang.

Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Stunting

Hasil uji statistik chi-square menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menandakan adanya hubungan antara pola makan dengan kejadian stunting. Menurut asumsi peneliti, pola makan yang baik berkontribusi langsung terhadap rendahnya kejadian stunting karena mampu memenuhi kebutuhan zat gizi makro dan mikro yang dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal. Sebaliknya, pola makan yang kurang tepat dalam hal jenis, jumlah, dan frekuensi masih berperan terhadap terjadinya stunting di wilayah penelitian.

Secara teoritis, ilmu gizi menyatakan bahwa pola makan yang baik harus memenuhi prinsip gizi seimbang dengan memperhatikan variasi jenis makanan, kecukupan jumlah, serta keteraturan frekuensi makan (Millati, 2021). Ketidakseimbangan asupan nutrisi yang terjadi secara berkelanjutan dapat menghambat pertumbuhan linier anak dan meningkatkan risiko terjadinya stunting. Oleh karena itu, perbaikan pola makan anak menjadi salah satu fokus utama dalam upaya pencegahan stunting, khususnya pada masa emas pertumbuhan (Febriyeni, 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Octavia et al (2023), yang menyatakan bahwa anak dengan pola makan yang baik memiliki peluang lebih besar untuk tidak mengalami stunting dibandingkan anak dengan pola makan kurang baik. Selain itu, penelitian Rosyida (2023) juga menunjukkan bahwa anak yang memperoleh pola makan seimbang cenderung memiliki pertumbuhan tinggi badan sesuai usia, sedangkan anak dengan pola makan tidak teratur dan kurang bergizi lebih rentan mengalami hambatan pertumbuhan. Temuan ini menegaskan pentingnya peran pola makan dalam mencegah kejadian stunting pada balita.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu dan pola makan dengan kejadian stunting pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sangurara Kota Palu, yang menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan ibu serta semakin tepat pola makan balita, maka risiko terjadinya stunting semakin rendah. Temuan ini menegaskan bahwa pengetahuan ibu dan praktik pemberian makan merupakan faktor penting yang berperan dalam pertumbuhan dan perkembangan balita. Oleh karena itu, diperlukan upaya berkelanjutan berupa peningkatan edukasi gizi, pendampingan keluarga, serta penguatan peran posyandu dan tenaga

kesehatan dalam memberikan informasi dan bimbingan terkait pola makan seimbang sebagai langkah strategis dalam pencegahan stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Universitas Widya Nusantara Palu, khususnya Fakultas Kesehatan Program Studi Ilmu Keperawatan, atas kesempatan dan dukungan akademik yang telah diberikan selama proses pendidikan dan penyusunan skripsi ini. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada Puskesmas Sangurara Kota Palu sebagai tempat praktik dan lokasi penelitian yang telah memberikan izin, bantuan, serta kerja sama yang sangat baik selama pelaksanaan penelitian. Selain itu, penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang setulusnya kepada dosen pembimbing yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, arahan, motivasi, serta saran yang konstruktif sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

REFERENSI

- Adriani, P. (2022). Stunting Pada Anak. In Oktavianis (Ed.), *PT Global Eksekutif Teknologi* (Cetakan Pe, Vol. 124, Issue November). PT Global Eksekutif Teknologi. <https://www.researchgate.net/publication/364952626>
- Arbain, T. (2022). Stunting Dan Permasalahannya. In *CV Mine*. CV. Mine.
- Astika Tria, S. N. (2020). Pengaruh Pola Asuh Pemberian Makan Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita 0-59 Bulan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 14(2), 3–11. <http://jurnal.fkm.unand.ac.id/index.php/jkma/>
- Birch, L. (2001). The child feeding questionnaire (CFQ) an instrument for assessing parental control in child feeding. In *Appetite* (Vol. 36, Issue 3, pp. 201–210).
- Dinkes Sulteng. (2023). *Penyelenggaraan Percepatan Penurunan Stunting Provinsi Sulawesi Tengah*.
- Fauziah, F. U. (2022). Hubungan faktor sosial ekonomi dengan kejadian stunting. *Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang*, 33(1), 1–12.
- Febriyeni, C. (2023). Stunting. In L. O. Alifariki (Ed.), *Pustaka Aksara*. Pustaka Aksara. <https://doi.org/10.1002/9781118584538.ieba0223>
- Fikriya, A. (2024). Pengetahuan ibu terkait stunting pada balita: A literature review. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 18(6), 756–764. <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i6.375>
- Flora, R. (2021). Stunting Dalam Kajian Molekular. In *Universitas Sriwijaya* (Cetakan Pe, Vol. 01). Usri Press.
- Hasibuan, F. S. (2022). *Hubungan Pola Pemberian Makanan dengan kejadian stunting pada balita usia 24-59 bulan di Desa Aek Nauli Kecamatan Hulu Sihapas Kabupaten Padang Lawas Utara*. 8.5.2017, 2003–2005.
- Juniantari. (2024). Hubungan Pengetahuan Ibu Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Abang I. *STIKES Bina Usaha Bali*.
- Kamiliyana. (2021). Penerapan Pendidikan Kesehatan Pada Ibu Tentang Pengetahuan Tumbuh Kembang Anak UsiA. *Jurnal Cendekia Muda*, 1(September), 401–406.
- Kemendes ditjen penkes. (2022). *mengenal apa itu stunting*.
- Kemendes RI. (2023). *prevelensi stunting di indonesia*.
- Makripuddin, L. (2021). *Kebijakan Dan Strategi Percepatan Penurunan Stunting di Indonesia* (Issue 112). Badan Kesehatan Keluarga Berencana Nasional.
- Millati, N. A. (2021). Cegah Stunting sebelum Genting. In Yoseph (Ed.), *Kepustakaan Populer Gramedia*. Kepustakaan Populer Gramedia.
- Nurhayati. (2022). Peran kader posyandu dalam pencegahan stunting di pedesaan. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 10(3), 150–158.
- Octavia, S. P., Muftiana, E., & Mas`udah, A. F. (2023). Hubungan Pola Pemberian Makan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Posyandu Balita Desa Pudak Kulon Kecamatan Pudak. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 7(2), 83–90. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v7i2.5899>
- Pertiwi, C. (2022). STOP STUNTING. In Rapotan Hasibuan (Ed.), *Universitas Islam Negeri Sumatera Utara*.

- Rosyida. (2023). Pola Pemberian Makanan Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 1-5 Tahun. *Jurnal Ilmu Kebidanan*.
- Sairah. (2023). Analisis Penyebab Kejadian Stunting pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 3840–3849. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4717>
- Unicef. (2023). *Low Birthweight*.
- Vaivada, T. (2020). Stunting in childhood: An overview of global burden, trends, determinants, and drivers of decline. *American Journal of Clinical Nutrition*, 112, 777S-791S. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqaa159>
- Wahyuni, R. S. (2022). Gambaran Pengetahuan Ibu tentang Stunting pada Ibu Memiliki Balita di Wilayah UPT Puskesmas Sitinjak Tahun 2021. *Padang*, 1–76.
- Zahra, N. F. (2023). Hubungan Pernikahan Usia Dini, Pengetahuan Ibu Dan Pendapatan Keluarga Terhadap Kejadian Stunting Di Desa Sukadana Kecamatan Pujut Kabupaten Lombok Tengah. *Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram*, 01(02), 193–206.