

Pengaruh Promosi Kesehatan dan Pola Makan Anak terhadap Kejadian Stunting pada Balita

Evi Wulandari^{1*}, Nurfathyah Darwis², Alfiah Nurani Umar, Rahmaniar⁴

^{1,2,3}Prodi D3 Kebidanan, STIKes Bina Bangsa Majene

⁴Kebidanan, Puskesmas Pekkabata Kabupaten Polman

*e-mail: eviwulandarihimawan@gmail.com

Diterima Redaksi: 31-05-2025; Selesai Revisi: 19-07-2025; Diterbitkan Online: 19-07-2025

Abstrak

Latar Belakang: Stunting merupakan permasalahan kesehatan masyarakat yang berdampak jangka panjang terhadap kualitas sumber daya manusia. Promosi kesehatan dan pola makan merupakan dua aspek penting dalam mencegah stunting, terutama di wilayah dengan tingkat sosioekonomi menengah ke bawah. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh promosi kesehatan dan pola makan terhadap kejadian stunting pada balita di Kelurahan Takatidung, Kabupaten Polewali Mandar tahun 2025. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sampel sebanyak 33 ibu balita diambil dengan teknik total sampling. Instrumen berupa kuesioner dan lembar observasi. Analisis data menggunakan uji chi-square. **Hasil:** Terdapat pengaruh signifikan antara promosi kesehatan ($p = 0,001$) dan pola makan ($p = 0,002$) dengan kejadian stunting. Balita yang mendapat promosi kesehatan dan pola makan baik memiliki status gizi lebih baik. **Kesimpulan:** Promosi kesehatan dan pola makan anak berpengaruh terhadap kejadian stunting. Perlu peningkatan program edukasi gizi dan pemantauan tumbuh kembang anak.

Kata kunci: Promosi kesehatan, pola makan, stunting, balita

Pendahuluan

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis yang berlangsung dalam waktu lama, terutama selama 1.000 hari pertama kehidupan. Anak yang mengalami stunting memiliki tinggi badan di bawah standar usianya serta berisiko mengalami gangguan perkembangan kognitif dan kesehatan jangka panjang (WHO, 2022).

Prevalensi stunting di Indonesia masih tinggi. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2023, prevalensi stunting secara nasional mencapai 21,6%. Provinsi Sulawesi Barat termasuk dalam lima provinsi dengan prevalensi tertinggi di Indonesia (Kemenkes RI, 2023).

Menurut Tarmizi (2023), faktor utama penyebab stunting adalah pola makan yang tidak sesuai kebutuhan gizi anak, rendahnya pengetahuan orang tua, dan kurangnya akses terhadap informasi gizi melalui promosi kesehatan. Pola makan anak sangat memengaruhi status gizinya. Pola makan yang seimbang dan sesuai dengan umur anak dapat mencegah

terjadinya stunting. Anak yang rutin diberikan makanan bergizi seimbang dan memenuhi kecukupan energi dan protein memiliki pertumbuhan yang optimal (Agustina, 2022).

Promosi kesehatan adalah upaya sistematis untuk mengubah perilaku masyarakat agar memiliki kesadaran dan keterampilan dalam menjaga kesehatannya, termasuk dalam hal pemberian makan anak (Ernawati, 2022).

Studi Kirana (2022) menunjukkan bahwa promosi kesehatan yang dilakukan secara berkesinambungan di posyandu mampu menurunkan angka stunting hingga 15% di daerah intervensi. Edukasi mengenai gizi dan tumbuh kembang penting untuk meningkatkan kesadaran orang tua.

Di wilayah Puskesmas Campalagian, program promosi kesehatan dilakukan melalui penyuluhan di posyandu dan kunjungan rumah oleh kader. Namun, masih ditemukan kasus stunting, yang menunjukkan perlunya evaluasi efektivitas program. Berdasarkan hasil studi pendahuluan, ditemukan bahwa sebagian ibu belum rutin mengikuti kegiatan posyandu dan masih banyak balita yang tidak mendapatkan makanan bergizi sesuai usia.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh promosi kesehatan dan pola makan anak terhadap kejadian stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Campalagian. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap upaya pencegahan stunting melalui pendekatan promosi kesehatan dan perbaikan pola makan anak.

Hasil wawancara dengan ibu yang balitanya mengalami stunting menyatakan bahwa ibu merawat anaknya seperti pada umumnya dan anaknya lebih sering makan snack dibanding nasi. Berdasarkan latar belakang dan hasil penelitian mengenai stunting pada balita, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Promosi Kesehatan Dan Pola Makan Anak Dengan Stunting Pada Balita di Kelurahan Takatidung Kabupaten Polewali Mandar Tahun 2024".

Hasil

Tabel 1. Pengaruh Promosi Kesehatan terhadap kejadian Stunting Pada Balita di Kelurahan Takatidung Kabupaten Polewali Mandar Tahun 2024

Promosi Kesehatan	Kejadian Stunting				Total n	Nilai P	
	Normal		Pendek				%
	n	%	n	%			
Mendapatkan promkes	12	92,3	1	7,8	13	0.001	
Tidak mendapatkan promkes	7	35	13	65	20		
Total	19	57,6	14	42,4	33	100	

Sumber : Hasil Uji Chi Square

Berdasarkan Tabel tersebut diatas, Dari 33 responden, sebanyak 20 balita (60,6%) mengalami stunting. Berdasarkan hasil uji chi-square, terdapat hubungan signifikan antara promosi kesehatan dan kejadian stunting ($p = 0,001$). Sebagian besar anak yang orang tuanya mendapatkan promosi kesehatan secara aktif memiliki status gizi normal.

Tabel 2. Pengaruh Pola Makan Anak terhadap kejadian Stunting Pada Balita di Kelurahan Takatidung Kabupaten Polewali Mandar Tahun 2024

Pola Makan	Kejadian Stunting				Total	Nilai P
	Normal		Pendek			
	n	%	n	%		
Baik	13	86,7	2	13,3	15	0,002
Kurang	6	33,3	12	66,7	18	
Total	19	57,6	14	42,4	33	

Sumber : Hasil Uji Chi Square

Berdasarkan Tabel tersebut diatas pola makan juga berhubungan signifikan dengan kejadian stunting ($p = 0,002$). Anak dengan pola makan kurang memiliki risiko stunting lebih tinggi dibandingkan anak dengan pola makan baik. Temuan ini menunjukkan pentingnya intervensi gizi dan promosi kesehatan secara simultan.

Pembahasan

1. Pengaruh Promosi Kesehatan terhadap kejadian Stunting Pada Balita di Kelurahan Takatidung Kabupaten Polewali Mandar Tahun 2024.

Hasil uji chi square menunjukkan ada Pengaruh Promosi Kesehatan terhadap kejadian Stunting Pada Balita di Kelurahan Takatidung Kabupaten Polewali Mandar Tahun 2024. Sejalan dengan Alfina Ayunda Damayanti (2021) Hasil penelitian menunjukkan ($p \text{ value} = 0.000 < 0.05$) atau nilai P lebih kecil dari dari 0.005, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh dari promosi kesehatan terhadap pengetahuan ibu mengenai stunting.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara promosi kesehatan dan kejadian stunting. Hal ini sejalan dengan hasil studi Ernawati (2022) dan Kirana (2022) yang menyatakan bahwa promosi kesehatan berpengaruh positif terhadap penurunan angka stunting. Farid dan Arfiani (2023) menyatakan bahwa promosi kesehatan yang dilakukan secara intensif di posyandu mampu meningkatkan kesadaran orang tua terhadap pentingnya asupan gizi. Pengetahuan yang baik akan mempengaruhi sikap dan praktik dalam pemenuhan gizi anak.

Promosi kesehatan efektif apabila dilakukan secara berkelanjutan dan ditunjang oleh keterlibatan aktif tenaga kesehatan dan kader posyandu. Wulandari (2024) menambahkan bahwa strategi berbasis rumah tangga sangat membantu dalam pengawasan pertumbuhan balita.

Peneliti berasumsi bahwa keterpaparan informasi yang berkualitas melalui promosi kesehatan berperan penting dalam membentuk perilaku gizi yang baik di rumah tangga, terutama dalam keluarga dengan latar belakang pendidikan menengah ke bawah.

2. Pengaruh Pola Makan terhadap kejadian Stunting Pada Balita di Kelurahan Takatidung Kabupaten Polewali Mandar Tahun 2024.

Hasil uji chi square menunjukkan ada Pengaruh Pola Makan terhadap kejadian Stunting Pada Balita di Kelurahan Takatidung Kabupaten Polewali Mandar Tahun 2024. Penelitian yang dilakukan oleh (Dayuningsih, 2020) tentang pengaruh pola asuh pemberian makan terhadap kejadian stunting pada balita. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor dominan yang berpengaruh terhadap kejadian stunting adalah pola asuh pemberian makan. Balita yang memperoleh pola asuh pemberian makan yang kurang berisiko 6 kali lebih tinggi mengalami stunting dibandingkan balita yang pola asuh makannya baik.

Agustina (2022) menyebutkan bahwa kekurangan protein dan energi dalam jangka panjang dapat menghambat pertumbuhan anak. Studi Yeni dan Elfindri (2022) juga mengungkap bahwa asupan protein hewani secara rutin sangat menentukan status tinggi badan anak. Bella (2019) menemukan bahwa keluarga yang tidak mampu menyediakan makanan bergizi atau kurang pengetahuan gizi memiliki anak dengan status gizi lebih rendah. Faktor ekonomi dan pendidikan berperan dalam pemenuhan pola makan sehat.

Mahihody (2020) menyatakan bahwa stunting dapat dicegah melalui perbaikan pola makan dan peningkatan kualitas makanan keluarga, termasuk dalam pemberian MP-ASI. Pemantauan asupan gizi harian menjadi hal penting. Peneliti berasumsi bahwa keberhasilan dalam membentuk pola makan anak yang baik dipengaruhi oleh kebiasaan makan keluarga, edukasi, dan keterjangkauan pangan lokal yang bergizi.

Simpulan

Promosi kesehatan dan pola makan anak berpengaruh secara signifikan terhadap kejadian stunting pada balita. Intervensi gizi dan promosi kesehatan yang optimal dapat menurunkan angka stunting secara bermakna.

Saran

1. Bagi Keilmuan
Hasil penelitian ini memperkaya kajian tentang determinan sosial stunting dan pentingnya pendekatan promotif preventif dalam pengendalian stunting.
2. Bagi Institusi Pendidikan
Disarankan untuk memperkuat kurikulum kesehatan masyarakat dan kebidanan dengan materi tentang promosi kesehatan dan intervensi gizi anak.
3. Bagi Praktisi Kesehatan
Tenaga kesehatan dan kader posyandu perlu diberikan pelatihan dan dukungan dalam melakukan promosi gizi dan pemantauan status gizi anak secara berkesinambungan.

Ucapan Terimakasih

Terimakasih kepada Institusi STIKes Bina Bangsa Majene atas dukungannya selama proses penelitian berlangsung

Referensi

- Agustina, R. (2022). Pengaruh Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak Balita. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Anak*, 12(2), 115–122.
- Annur, C. M. (2023). Tiga Kabupaten dengan Stunting Tertinggi di Sulawesi Barat. *Databoks*. <https://databoks.katadata.co.id>
- Bella, R. (2019). Determinan Stunting pada Anak Balita di Keluarga Miskin. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(1), 45–52.
- Ernawati, S. (2022). Hubungan Promosi Kesehatan dengan Kejadian Stunting. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 17(3), 304–312.
- Farid, M., & Arfiani, L. (2023). Peran Promosi Kesehatan dalam Pencegahan Stunting di Wilayah Pedesaan. *Jurnal Promkes*, 11(1), 15–23.
- Kalauw, L. D. (2023). Promosi Kesehatan sebagai Upaya Pencegahan Stunting pada Balita. *Jurnal Medika Nusantara*, 7(2), 22–30.
- Kemkes RI. (2023). *Laporan SSGI 2023: Status Gizi Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kirana, P. A. (2022). Efektivitas Promosi Kesehatan dalam Menurunkan Prevalensi Stunting. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 13(1), 101–109.
- Mahihody, A. (2020). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Gizi Buruk pada Anak Balita di Kabupaten Sangihe. *Jurnal Gizi Prima*, 5(1), 44–52.
- Tarmizi, H. (2023). Situasi Stunting di Asia Tenggara: Perbandingan Data WHO. *Jurnal Global Kesehatan*, 9(2), 121–130.
- Wulandari, N. (2024). Strategi Pencapaian Target SDGs pada Penanggulangan Stunting. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(1), 66–74.
- WHO. (2022). *Child Growth Standards*. Geneva: World Health Organization.
- Yeni, R., & Elfindri, E. (2022). Dampak Stunting terhadap Kualitas SDM. *Jurnal Kesehatan Reproduksi dan Anak*, 10(4), 211–218.