



HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU DAN PERILAKU PICKY EATING DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA STUDI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PURNAMA KOTA DUMAI

Muthia Trisdeaty¹, Nur Afrinis², Fitri Apriyanti³

^(1,2) Program Studi Gizi, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

⁽³⁾ Program Studi Kebidanan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

✉ Corresponding author:
muthiatrisdeaty05@gmail.com

Abstrak

Balita adalah masa penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, di mana stunting menjadi salah satu masalah utama yang sering terjadi. Stunting ditandai dengan tinggi badan yang kurang akibat kekurangan gizi, yang dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan ibu dan perilaku makan, seperti picky eating. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan ibu dan perilaku picky eating dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Purnama, Kota Dumai. Penelitian menggunakan desain cross-sectional dengan melibatkan 151 sampel yang dipilih secara acak sederhana. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan pengukuran antropometri, serta dianalisis menggunakan uji Chi-square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dan kejadian stunting, serta hubungan antara perilaku picky eating dengan kejadian stunting (p -value $< 0,05$). Kesimpulannya, baik pengetahuan ibu maupun perilaku picky eating berpengaruh terhadap kejadian stunting. Oleh karena itu, disarankan agar Puskesmas memberikan penyuluhan tentang pencegahan stunting dan pentingnya gizi seimbang untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang kesehatan balita.

Kata Kunci: Pengetahuan, *Picky Eating*, Stunting

Abstract

The toddler stage is a critical period for a child's growth and development, during which stunting is a common major issue. Stunting is characterized by short stature due to malnutrition, which is influenced by the lack of maternal knowledge and eating behaviors such as picky eating. This study aims to examine the relationship between maternal knowledge and picky eating behavior and the incidence of stunting among toddlers in the working area of Puskesmas Purnama, Dumai City. The research employed a cross-sectional design involving 151 randomly selected samples. Data were collected through questionnaires and anthropometric measurements and analyzed using the Chi-square test. The results showed a significant relationship between maternal knowledge and stunting, as well as between picky eating behavior and stunting (p -value < 0.05). In conclusion, both maternal knowledge and picky eating behavior are related to the incidence of stunting. Therefore, it is recommended that Puskesmas conduct educational sessions on stunting prevention and the importance of balanced nutrition to enhance maternal knowledge about child health.

Keywords: Knowledge, *Picky Eating*, Stunting

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu masalah utama yang sering terjadi pada balita, terutama pada masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat (Adhani, 2019). Stunting ditandai dengan tinggi badan yang kurang akibat kekurangan asupan gizi, yang sering kali disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi dan perilaku makan yang tidak tepat, seperti picky eating. Picky eating, atau perilaku pilih-pilih makanan, menjadi faktor yang dapat mempengaruhi status gizi balita dan meningkatkan risiko terjadinya stunting jika tidak ditangani dengan baik (Pebruanti & Rokhaidah, 2022). Masa balita, yang merupakan periode emas dalam perkembangan anak, sangat rentan terhadap masalah gizi seperti stunting yang dapat berdampak jangka panjang, termasuk penurunan kemampuan kognitif, motorik, dan kesehatan reproduksi di masa depan (Astuti & Fitria Ayuningtyas, 2018).

Menurut data global, stunting pada balita masih menjadi masalah besar, dengan sekitar 22,3% anak di bawah usia lima tahun terkena stunting pada tahun 2022. Sebagian besar kasus stunting ini terjadi di Asia, termasuk Indonesia, yang memiliki prevalensi stunting yang tinggi (Menteri Kesehatan RI, 2020). Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, persentase balita yang mengalami stunting di Indonesia mencapai 21,5%, sementara di Provinsi Riau dan Kota Dumai angka stunting masih berada di atas target nasional, yaitu masing-masing 13,6% dan 14,9% (Kementerian PPN/ Bappenas, 2018). Kota Dumai sendiri, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Purnama, menunjukkan prevalensi balita stunting sebesar 3,43%, dengan 50 kasus tercatat pada tahun 2023. Meski angka stunting telah menurun, target penurunan stunting secara nasional masih harus terus dikejar untuk mencapai target 14% pada tahun 2024 (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Berbagai faktor mempengaruhi kejadian stunting pada balita, termasuk pengetahuan ibu mengenai gizi dan cara pemberian makan yang tepat. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang pola makan anak cenderung lebih mampu memberikan nutrisi yang cukup bagi anaknya, sehingga dapat mencegah terjadinya stunting (Hidayati & Citra Dewi Pratiwi, 2022). Sebaliknya, kurangnya pengetahuan ibu sering kali dikaitkan dengan kejadian stunting pada anak. Selain pengetahuan ibu, perilaku picky eating pada balita juga menjadi faktor penting yang mempengaruhi status gizi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa balita yang picky eating berisiko lebih besar mengalami kekurangan gizi, yang pada akhirnya dapat menyebabkan stunting jika tidak diatasi dengan tepat (Nadhirah et al., 2021).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di Puskesmas Purnama, 50% ibu memiliki pengetahuan yang kurang, sementara 60% balita menunjukkan gejala picky eating. Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan ibu dan perilaku picky eating dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Purnama, Kota Dumai.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *Comparative Study* dengan pendekatan *cross-sectional*, yang bertujuan untuk meneliti hubungan antara pengetahuan

ibu dan perilaku *picky eating* dengan kejadian stunting pada balita. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan ibu dan perilaku *picky eating*, sedangkan variabel dependennya adalah kejadian stunting pada balita.

Subjek / Objek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah ibu dan balita usia 24-59 bulan di wilayah kerja Puskesmas Purnama, Kota Dumai, yang berjumlah 927 balita. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *simple random sampling*, dengan jumlah sampel yang dihitung menggunakan rumus Lemeshow. Total sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 151 responden, yang terdiri dari ibu dan balita.

Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

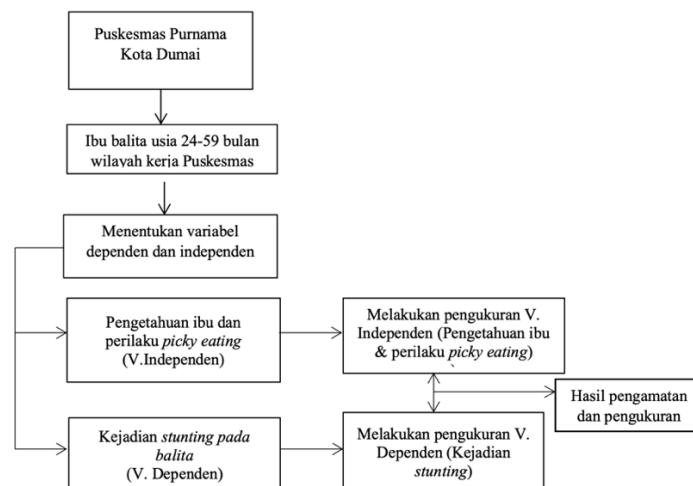
Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner dan pengukuran antropometri. Kuesioner digunakan untuk mengukur pengetahuan ibu mengenai stunting dan perilaku *picky eating* pada balita. Kuesioner pengetahuan ibu diadaptasi dari penelitian sebelumnya dengan 15 pertanyaan yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Sedangkan, perilaku *picky eating* dinilai menggunakan instrumen *Child Eating Behaviour Questionnaire* (CEBQ), dengan skala likert 1-5. Pengukuran antropometri dilakukan untuk menentukan status stunting balita, menggunakan alat *stadiometer*.

Analisis Data

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi setiap variabel, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk menguji hubungan antara variabel independen dan dependen. Hasil dianggap signifikan jika $p \leq 0,05$. Untuk mengetahui risiko kejadian stunting, digunakan perhitungan *Prevalence Odds Ratio* (OR) (Waafiroh et al., 2023).

Desain Penelitian

Desain penelitian ini ditunjukkan pada gambar berikut:



Gambar 1. Desain Penelitian

Sumber: (Hidayat, 2018)

Gambar di atas menunjukkan alur penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Purnama, Kota Dumai. Subjek penelitian adalah ibu dan balita berusia 24-59 bulan, dengan variabel independen berupa pengetahuan ibu dan perilaku *picky eating*,

serta variabel dependen berupa kejadian stunting pada balita. Penelitian menentukan variabel-variabel tersebut, kemudian dilakukan pengukuran terhadap variabel independen, yaitu pengetahuan ibu dan perilaku *picky eating*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Purnama, Kecamatan Dumai Barat, yang mencakup dua kelurahan, yaitu Kelurahan Purnama dan Kelurahan Bagan Keladi. Berdasarkan karakteristik responden, dari 151 ibu balita yang berpartisipasi, mayoritas (50,3%) memiliki pendidikan tingkat SMA dan sebagian besar (82,8%) berprofesi sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT). Sebanyak 65,6% keluarga memiliki pendapatan di bawah Rp 3.867.295 per bulan. Dari balita yang diteliti, 55,6% adalah perempuan dan 54,3% berusia antara 24-36 bulan.

Tabel 1. Karakteristik Ibu dan Balita Usia 24 – 59 Bulan

Distribusi Responden	Frekuensi	%
Tingkat Pendidikan Ibu		
SD	22	14,6
SMP	28	18,5
SMA	76	50,3
D III	10	6,7
S1	15	9,9
Pekerjaan Ibu		
IRT	125	82,8
Honorer	8	5,2
Guru	1	0,7
Karyawan Swasta	17	11,3
Pendapatan Keluarga		
< Rp 3.867.295	99	65,6
≥ Rp 3.867.295	52	34,4
Jenis Kelamin Anak		
Laki- Laki	67	44,4
Perempuan	84	55,6
Umur Anak		
24-36 Bulan	82	54,3
≥ 36- 59 Bulan	69	45,7
Total	151	100

Analisis Univariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Variabel Dependen dan Independen

Variabel Dependen	n	%
<i>Kejadian Stunting Stunting</i>		
Tidak Stunting	36	23,8
	115	76,2
Variabel Independen		
	n	%
Pengetahuan Kurang	34	22,5
Baik	117	77,5
<i>Perilaku Picky Eating</i>		
Tidak Picky Eating	47	31,1
	104	68,9
Total	151	100

Dari analisis univariat, ditemukan bahwa 76,2% balita di wilayah kerja Puskesmas Purnama tidak mengalami stunting, dan 77,5% ibu balita memiliki pengetahuan baik

tentang stunting. Selain itu, 68,9% balita tidak menunjukkan perilaku *picky eating*.

Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Purnama

Pengetahuan Ibu	Kejadian Stunting						P value	POR (95%CI)
	Stunting		Tidak Stunting		Total			
	n	%	n	%	n	%		
Kurang	31	91,2	3	8,8	34	100	0,000	231,476 (52,397-1022,526)
Baik	5	4,3	112	95,7	117	100		
Total	36	23,8	115	76,2	151	100		

Analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dan kejadian stunting (p-value 0,000), dengan Prevalence Odds Ratio (POR) sebesar 231,476. Hal ini berarti bahwa ibu dengan pengetahuan rendah memiliki risiko 231 kali lebih besar untuk memiliki balita yang mengalami stunting.

Tabel 4. Hubungan Perilaku Picky Eating dengan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Purnama

Perilaku Picky Eating	Kejadian Stunting						P value	POR (95%CI)
	Stunting		Tidak Stunting		Total			
	n	%	n	%	n	%		
Picky Eating	32	68,1	15	31,9	47	100	0,000	53,333 (16,510-172,282)
Tidak Picky Eating	4	3,8	100	96,2	104	100		
Total	36	23,8	115	76,2	151	100		

Selain itu, ada hubungan signifikan antara perilaku *picky eating* dan stunting (p-value 0,000), dengan anak *picky eating* berisiko 53 kali lebih besar mengalami stunting dibandingkan anak yang tidak mengalami *picky eating*.

Pembahasan

Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Kejadian Stunting pada Balita

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai stunting lebih mampu menjaga status gizi anak mereka, sehingga balita mereka cenderung tidak mengalami stunting (Dedo, 2019). Pengetahuan merupakan faktor penting dalam menjaga asupan nutrisi yang memadai, karena ibu yang berpengetahuan baik dapat mengatur pola makan balita secara lebih efektif (Hardianti et al., 2018). Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (Hidayati & Citra Dewi Pratiwi, 2022) yang juga menemukan adanya hubungan antara pengetahuan ibu dengan kejadian stunting. Namun, meskipun pengetahuan ibu baik, faktor sosial ekonomi, akses terhadap layanan kesehatan, dan praktik dalam pemberian makanan juga memainkan peran penting dalam mencegah stunting (Kamumu & Winaria, 2023). Faktor lain seperti lingkungan yang tidak higienis dan seringnya balita mengalami infeksi juga dapat mempengaruhi kejadian stunting, meskipun ibu memiliki pengetahuan yang cukup.

Hubungan Perilaku Picky Eating dengan Kejadian Stunting pada Balita

Picky Eating adalah salah satu faktor penyebab meningkat atau menurunnya status kesehatan pada balita. *Picky eating* atau perilaku pilih-pilih makanan merupakan suatu

keadaan dimana balita tidak bersedia atau menolak untuk makan, atau mengalami kesulitan dalam mengkonsumsi makanan dan minuman (Almahera, 2019). Perilaku *picky eating* terbukti memiliki dampak signifikan terhadap kejadian stunting pada balita. Anak yang *picky eating* cenderung mengalami kekurangan asupan nutrisi yang diperlukan untuk tumbuh kembang optimal, sehingga berisiko lebih tinggi mengalami stunting. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian (Hidayati & Citra Dewi Pratiwi, 2022) dan (Pebruanti & Rokhaidah, 2022) yang menemukan bahwa anak-anak dengan perilaku *picky eating* memiliki risiko lebih besar mengalami stunting. Selain itu, penelitian ini mengindikasikan bahwa balita non *picky eater* juga dapat berisiko stunting jika tidak mendapatkan asupan gizi yang memadai, akibat dari ketidaktahuan ibu atau keterbatasan ekonomi keluarga dalam menyediakan makanan yang beragam dan bergizi (Aritonang, 2021).

Hal tersebut berkesesuaian dengan penelitian (Yunelda, 2023), yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pola asuh orang tua dan sanitasi lingkungan dengan kejadian stunting pada balita. Dalam penelitian tersebut, dari 72 responden dengan pola asuh orang tua yang tidak baik, sebanyak 73,6% balita mengalami stunting, sementara dari 73 responden dengan pola asuh yang baik, hanya 31,5% balita yang mengalami stunting. Selain itu, penelitian juga menemukan bahwa 64% balita dengan sanitasi lingkungan yang tidak baik mengalami stunting, dibandingkan dengan 40% balita yang stunting dalam kondisi sanitasi lingkungan yang baik. Hal ini mengindikasikan bahwa pola asuh dan sanitasi lingkungan berperan penting dalam mencegah stunting pada balita (Yunelda, 2023).

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan pentingnya pengetahuan ibu dan perilaku makan balita dalam pencegahan stunting. Faktor lain seperti sanitasi lingkungan, akses terhadap layanan kesehatan, dan dukungan sosial juga turut mempengaruhi risiko stunting pada balita.

SIMPULAN

Penelitian ini menjelaskan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan ibu dan perilaku *picky eating* dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Purnama, Kota Dumai. Ibu yang memiliki pengetahuan baik mengenai gizi dan stunting mampu mencegah stunting pada anaknya, sedangkan balita dengan perilaku *picky eating* berisiko lebih tinggi mengalami stunting akibat asupan gizi tidak optimal. Pengetahuan ibu dan pola makan anak merupakan faktor penting dalam pencegahan stunting, namun faktor lain seperti kondisi sosial ekonomi, akses terhadap layanan kesehatan, dan kualitas lingkungan juga perlu diperhatikan. Penelitian lebih lanjut disarankan untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mempengaruhi stunting, seperti pola asuh dan sanitasi lingkungan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, serta bantuan selama proses penyusunan jurnal penelitian ini.

Ucapan terima kasih khusus disampaikan kepada pihak universitas dan lembaga yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas bagi terlaksananya penelitian ini. Terima kasih pula kepada pihak yang telah mendukung secara finansial, menjadikan penelitian ini dapat berjalan dengan lancar. Apresiasi yang mendalam diberikan kepada para pembimbing yang telah memberikan waktu, arahan, dan bimbingan penuh selama proses penyusunan jurnal. Bantuan dari para rekan sebagai *peer review* juga sangat berarti dalam penyempurnaan hasil penelitian ini. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada pihak yang telah memberikan izin dan memfasilitasi pengumpulan data di lapangan, khususnya dari Dinas Kesehatan Kota Dumai, Puskesmas Purnama, dan seluruh staf yang terlibat.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Adhani, D. N. (2019). Peran Orang Tua terhadap anak usia dini (usia 2 tahun) yang mengalami Picky Eater. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 2(1), 38–43. <https://doi.org/10.31004/aulad.v2i1.18>
- [2] Almahera, E. (2019). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Perilaku Picky Eater pada Anak Usia 24-59 Bulan di Desa Lubuk Sakti Indralaya. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 1–15. <https://repository.unsri.ac.id/2091/>
- [3] Aritonang, A. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Dengan Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Wek I. <https://repository.unar.ac.id/jspui/handle/123456789/196%0Ahttps://repositor y.unar.ac.id/jspui/bitstream/123456789/196/1/Mery-dikompresi.pdf>
- [4] Astuti, E. P., & Fitria Ayuningtyas. (2018). Perilaku Picky Eater Dan Status Gizi Pada Anak Toddler. *Midwifery Journal*, 3(1), 81–85.
- [5] Dedo, S. P. I. (2019). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Pemberian Makanan Pendamping Asi Dengan Status Gizi Baduta Usia 6-24 Bulan Di Desa Tablolong. *Karya Tulis Ilmiah Poltekkes Kemnekes Kupang Jurusan Gizi 2019*, 1–61.
- [6] Hardianti, R., Dieny, F. F., & Wijayanti, H. S. (2018). Picky eating dan status gizi pada anak prasekolah. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(2), 123–130. <https://doi.org/10.14710/jgi.6.2.123-130>
- [7] Hidayati, T., & Citra Dewi Pratiwi, R. (2022). The Correlation Between Feeding Patterns And The Incidence Of Stunting In Children Aged 0-59 Months. *Journal of Health Sciences*, 15(02), 126–131. <https://doi.org/10.33086/jhs.v15i02.2732>
- [8] Kamumu, F., & Winaria, I. (2023). Hubungan picky eating dengan kejadian stunting pada anak usia prasekolah di kecamatan lau kabupaten maros.
- [9] Kementerian Kesehatan RI. (2018). Strategi Komunikasi Perubahan Perilaku Dalam Percepatan Pencegahan Stunting. *Kementerian Kesehatan RI*, 11(1), 1–80.
- [10] Kementerian PPN/ Bappenas. (2018). Pedoman Pelaksanaan Intervensi Penurunan Stunting Terintegrasi di Kabupaten/Kota. *Rencana Aksi Nasional Dalam Rangka Penurunan Stunting: Rembuk Stunting, November*, 1–51. <https://www.bappenas.go.id>
- [11] Menteri Kesehatan RI. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020*.

- [12] Nadhirah, F., Taufiq, S., & Hernita. (2021). Hubungan Perilaku Picky Eater dengan Status Gizi pada Anak Usia Pra Sekolah di Taman Kanak-Kanak. *Darussalam Indonesian Journal of Nursing and Midwifery*, 1(1), 30-38. <http://jurnal.sdl.ac.id/index.php/dij/>
- [13] Pebruanti, P., & Rokhaidah. (2022). Hubungan Picky Eating Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Prasekolah Di Tka Nurul Huda Tumaritis Kabupaten Bogor. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 6(1), 1-11. <https://ejournal.upnvj.ac.id/Gantari/article/view/3181>
- [14] Waafiroh, B., Iriyani, E., & Sejati, A. (2023). Pengaruh Berat Dan Panjang Badan Lahir Rendah Terhadap Kejadian Stunting Pada Anak Usia 1-5 Tahun. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 10(1), 7-13. <https://doi.org/10.48092/jik.v10i1.216>
- [15] Yunelda. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dan Sanitasi Lingkungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24- 59 Bulan Di Desa Tembilahan Hilir Wilayah Kerja Puskesmas Gajah Mada. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and ...)*, 4, 257-265. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia/article/view/64710>