

Pengaruh Perilaku Keluarga Sadar Gizi, Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita di Kecamatan Sangia Wambulu Kabupaten Buton Tengah

Shola Shobrina Sukarya^{1*} | Wa Ode Salma¹ | Jafriati¹

¹ Jurusan Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia

* Corresponding Author: Shola.shobrinas@gmail.com

ARTICLE INFORMATION

Article history

Received 17 August 2025

Revised 27 September 2025

Accepted 30 September 2025

Keywords

Kadarzi behavior, PHBS, toddlers,
family, stunting

Kata Kunci

Perilaku kadarzi, PHBS, balita,
keluarga, stunting

ABSTRACT

Introduction: Stunting is a significant nutritional problem in Indonesia, especially in remote areas such as Sangia Wambulu District, Central Buton Regency. Nutrition-conscious family behavior is believed to have an influence on the incidence of stunting.

Objectives: This study aims to analyze the behavior of nutrition-conscious families toward stunting in Sangia Wambulu Subdistrict, Central Buton Regency. **Methods:**

This research is an observational study with a cross-sectional study design. The sample size was 87 respondents with purposive sampling technique, and data collection tools using questionnaires. Data were analyzed using chi-square test and logistic regression test, with SPSS version 25.0 application. **Results:** The results of the study indicate that nutrition-conscious family behaviors, such as regular weight monitoring ($p = 0.053$), exclusive breastfeeding ($p = 0.583$), and consuming a variety of foods ($p = 0.001$), using iodized salt ($p = 1.000$), and consuming nutritional supplements ($p = 1.000$). **Conclusions:** Consuming a varied diet has a significant effect on the incidence of stunting in toddlers, while regular weighing, exclusive breastfeeding, consumption of iodized salt, and consumption of nutritional supplements are not associated with the incidence of stunting in toddlers. Therefore, programs that increase mothers' knowledge about nutrition and healthy lifestyles should be strengthened to reduce stunting rates in the region.

ABSTRAK

Pendahuluan: Stunting merupakan masalah gizi yang signifikan di Indonesia, terutama di daerah-daerah terpencil seperti Kecamatan Sangia Wambulu, Kabupaten Buton Tengah. perilaku keluarga sadar gizi diyakini memiliki pengaruh terhadap kejadian stunting. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perilaku keluarga sadar gizi, terhadap kejadian stunting di Kecamatan Sangia Wambulu Kabupaten Buton Tengah. **Metode:** Penelitian ini merupakan sebuah studi observasional dengan desain penelitian *cross sectional study*. Dengan jumlah sampel sebanyak 87 responden dengan teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*, alat pengumpulan data menggunakan kuesioner. Data di analisis menggunakan uji *chi square*, dan uji regresi logistik, dengan aplikasi spss versi 25.0. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku keluarga sadar gizi, seperti menimbang berat badan rutin ($p = 0,053$), pemberian ASI eksklusif ($p = 0,583$), dan konsumsi makanan beragam ($p = 0,001$), menggunakan garam beryodium ($p = 1,000$), dan mengkonsumsi suplemen gizi ($p = 1,000$). **Kesimpulan:** mengkonsumsi makanan yang beragam memiliki pengaruh signifikan terhadap kejadian stunting pada balita, sedangkan menimbang berat badan secara rutin, memberikan asi eksklusif, konsumsi garam beryodium dan konsumsi suplemen gizi tidak memiliki hubungan dengan kejadian stunting pada balita. Oleh karena itu, program-program yang meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi dan PHBS harus diperkuat untuk menurunkan angka stunting di daerah tersebut

1. Pendahuluan

Masa balita akan menjadi penentu kesejahteraan suatu bangsa, dimana balita yang memiliki perkembangan dan pertumbuhan yang optimal, akan menjadi generasi penerus yang dapat membangun bangsa (Wigati et al., 2022). Pemenuhan asupan makanan yang mengandung gizi tinggi sangatlah penting terutama pada anak yang masih berumur kurang dari 5 tahun, sebab pada masa ini pertumbuhan dan perkembangan terjadi sangat cepat. Selain itu, perkembangan otak pada masa balita pula sangat cepat yang disebut brain growth spurt (Agustin et al., 2019). Balita sangat rentan mengalami malnutrisi yang dapat memperbesar risiko kematian akibat infeksi, meningkatkan frekuensi dan tingkat keparahan infeksi tersebut, dan memperlambat pemulihan. Salah satu masalah gizi pada anak balita saat ini adalah stunting (Yulianti & Tepi, 2021)

Masalah stunting merupakan isu gizi yang kompleks, terutama di negara-negara dengan tingkat kemiskinan dan perkembangan yang rendah. Menurut World Health Organization (WHO), stunting adalah kondisi gangguan pertumbuhan dan perkembangan yang disebabkan oleh kekurangan gizi, infeksi yang sering terjadi, serta kurangnya stimulasi psikososial yang memadai. Seorang anak dikategorikan stunting jika tinggi badannya terhadap usia berada di bawah -2 standar deviasi (SD) berdasarkan kurva pertumbuhan WHO (WHO, 2020). Kekurangan gizi pada masa tumbuh kembang anak usia balita akan mengakibatkan terhambatnya perkembangan fisik, kesakitan meningkat, terhambatnya perkembangan mental anak, hingga dapat menyebabkan kematian. Dalam jangka panjang stunting dapat mengakibatkan timbulnya resiko penyakit (Masan, 2021)

United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) bersama WHO dan *World Bank* melaporkan prevalensi stunting secara global pada tahun 2020 adalah 22,7%, pada tahun 2021 terjadi penurunan menjadi 22,5% dan pada tahun 2022 kembali menurun menjadi 22,3% atau sebanyak 148,1 juta anak dengan stunting (UNICEF, 2023). WHO melaporkan pada tahun 2022, 43 persen kasus stunting dunia terdapat di Afrika dan 52 persen berada di kawasan Asia termasuk Indonesia (WHO, 2020)

Prevalensi stunting di Indonesia cenderung menurun setiap tahunnya, hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan melaporkan pada tahun 2021 prevalensi stunting di Indonesia yaitu 24,4% dan mengalami penurunan pada tahun 2022 menjadi 21,6% (Kemenkes, 2023). Pada tahun 2023 Survei Kesehatan Indonesia (SKI) melaporkan prevalensi stunting di Indonesia menjadi 21,5%. Angka ini belum sesuai dengan target prevalensi stunting tahun 2023 yaitu 17,8. Salah satu faktor penyebab ketidaksesuaian dengan target dikarenakan pemerintah dan masyarakat lebih fokus melakukan intervensi pada bayi dan balita yang mengalami stunting dari pada pencegahan stunting yang dilakukan sejak dalam kandungan (Kemenkes, 2023)

Prevalensi stunting di Provinsi Sulawesi Tenggara adalah 30,2%, tahun 2022 terjadi penurunan menjadi 27,7%. Pada tahun 2023, dan mengalami peningkatan menjadi 30% tahun 2024 (Dinkes Provinsi Sultra, 2024). Prevalensi stunting di Kabupaten Buton Tengah menurut laporan SSGI pada tahun 2023 yaitu 42,7% dan menurun pada tahun 2022 menjadi 41,6 % dan tercatat sebagai Kabupaten dengan angka stunting tertinggi di Provinsi Sulawesi Tenggara. Salah satu kabupaten yang ada di Sulawesi Tenggara dengan stunting tertinggi Adalah Kabupaten Buton Tengah sebesar 27,4%, tahun 2021, menurun pada 2022 menjadi 25,3% dan 15,6% pada tahun 2023 (Dinas Kesehatan Kab. Buton Tengah, 2023; TPPS Prov. Sultra, 2024).

Upaya pemerintah dalam menurunkan angka stunting telah dilakukan melalui berbagai program seperti *Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi (GNPG)* dan *Program Keluarga Sadar Gizi (KADARZI)*. KADARZI merupakan strategi promosi kesehatan yang menekankan peran aktif keluarga dalam mengenali, mencegah, dan mengatasi masalah gizi di rumah tangga (Mutingah & Rokhaidah, 2021). Lima indikator utama KADARZI meliputi

menimbang berat badan secara teratur, memberikan ASI eksklusif, mengonsumsi makanan beraneka ragam, menggunakan garam beryodium, serta melakukan perilaku hidup bersih dan sehat. Namun, implementasi perilaku sadar gizi di tingkat keluarga masih belum merata, terutama di daerah pedesaan dan terpencil seperti Kecamatan Sangia Wambulu, yang memiliki keterbatasan akses informasi dan fasilitas Kesehatan (Inzaghi et al., 2022)

Pemenuhan gizi makronutrien dan mikronutrien berdampak langsung pada pertumbuhan dan kesehatan anak. Pemberian vitamin A, vitamin D, suplemen zinc, suplemen zat besi serta yodium berpengaruh pada peningkatan pertumbuhan linier pada anak (Di India, anemia, defisiensi vitamin A dan stunting sangat tinggi pada balita, ini terjadi karena rendahnya asupan sayur-sayuran hijau serta susu dan olahannya (Meshram et al., 2021). Upaya untuk mencegah dan mengurangi stunting pada balita dapat dilakukan dengan mendukung perilaku kesehatan ibu (Campos et al., 2020). Oleh karena itu, Ibu memiliki pengaruh penting terhadap perilaku sadar gizi dalam sebuah keluarga karena kebutuhan makanan dalam rumah tangga diatur oleh ibu, selain itu ibu juga bertanggungjawab terhadap pola pengasuhan pada anak (Oktaviani et al., 2020a)

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perilaku keluarga sadar gizi berhubungan erat dengan status gizi anak. Keluarga yang memiliki tingkat kesadaran gizi tinggi cenderung lebih mampu menyediakan makanan bergizi, memantau pertumbuhan anak, dan melakukan tindakan pencegahan terhadap penyakit infeksi. Sebaliknya, keluarga dengan perilaku gizi yang rendah seringkali lalai dalam memperhatikan kebutuhan gizi anak, sehingga meningkatkan risiko stunting. Hal ini memperlihatkan bahwa intervensi berbasis keluarga menjadi kunci penting dalam upaya pencegahan stunting yang berkelanjutan. (Fitriah et al., 2021)

Berdasarkan survei awal di Dinas Kesehatan Kabupaten Buton Tengah, pada tahun 2023 Kecamatan dengan kejadian stunting tertinggi yaitu di Kecamatan Sangia Wambulu. Pada tahun 2021 prevalensi stunting di kecamatan Sangia wambulu sebesar 26%, terjadi penurunan pada tahun 2022 menjadi 21.4%, dan mengalami peningkatan 0,1% di tahun 2023 menjadi 21,5%. Dari tujuh kecamatan di Kabupaten Buton tengah, kecamatan sangia wambulu menjadi satu-satunya dengan prevalensi stunting masih di atas 20%. Dikutip dari laman Portal Buton Tengah, faktor determinan yang menjadi kendala penurunan stunting di Kabupaten Buton tengah yaitu faktor determinan air bersih, penggunaan jamban sehat, dan faktor deteminan merokok, serta riwayat ibu hamil (Diskominfo Kab. Buton Tengah, 2023).

Dengan demikian, penelitian ini sangat penting untuk mengeksplorasi sejauh mana perilaku keluarga sadar gizi dapat mempengaruhi kejadian stunting pada balita di Kecamatan Sangia Wambulu. Melalui pemahaman yang lebih dalam mengenai perilaku gizi keluarga, diharapkan dapat ditemukan solusi yang lebih efektif dalam mengurangi angka stunting di daerah ini dan meningkatkan kualitas gizi anak-anak di masa depan.

2. Metode

Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan menggunakan desain yang cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah orang tua balita berusia 0-59 bulan di Kecamatan Sangia Wambulu Kabupaten Buton Tengah yang berjumlah 285 dengan jumlah sampel sebanyak 87 orang yang dihitung menggunakan rumus slovin. Sampel diambil menggunakan Teknik purposive sampling. Pada penelitian ini, kriteria inklusi meliputi:

1. Keluarga yang memiliki balita usia 24–59 bulan yang berdomisili di wilayah Kecamatan Sangia Wambulu.
2. Keluarga yang bersedia menjadi responden dan menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*).

3. Ibu atau pengasuh utama balita yang tinggal serumah dan mengetahui pola makan serta perilaku kesehatan anak sehari-hari.
4. Balita dengan data antropometri lengkap (berat badan, tinggi badan, usia, dan jenis kelamin) yang dapat digunakan untuk penentuan status gizi menurut standar WHO.
5. Keluarga yang dapat berkomunikasi dengan baik dan mampu mengikuti proses wawancara atau pengisian kuesioner dengan lengkap.

Kriteria eksklusi meliputi:

1. Balita yang menderita penyakit kronis atau kelainan kongenital (misalnya kelainan metabolik, jantung bawaan, atau sindrom genetik) yang dapat memengaruhi pertumbuhan.
2. Keluarga yang tidak hadir saat pengambilan data berlangsung atau tidak melengkapi kuesioner penelitian secara penuh.
3. Balita yang baru pindah domisili ke wilayah penelitian kurang dari 6 bulan, sehingga belum mencerminkan perilaku gizi keluarga setempat.
4. Keluarga yang menolak dilakukan pengukuran antropometri atau tidak bersedia diwawancarai ulang untuk klarifikasi data.

Variabel penelitian ini terdiri dari variabel independent yaitu pengetahuan, perilaku KADARZI, DAN PHBS sedangkan variabel *dependen* adalah kejadian stunting. Instrument yang digunakan berupa kuesioner yang telah tervalidasi. uji validitas dan reabilitas dilakukan kepada 30 responden (Ibu yang memiliki balita) yang ada di Kecamatan sangia Wambulu, dan didapatkan nilai p-value sebesar 0,002 dan uji reabilitas diperoleh nilai 0,973. Data hasil penelitian dianalisis menggunakan uji chi-square dan regresi logistic dengan menggunakan aplikasi spss versi 25.0 dengan Tingkat signifikansi 95%. Penelitian ini telah mendapatkan surat layak etik dari Universitas Halu Oleo, dengan nomor surat L 178/KEPK-IAKMI/VII/2024.

3. Hasil dan Pembahasan

a. Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	n	%
Karakteristik Ibu		
Usia (tahun)		
< 20	2	2,3
20 – 35	64	73,6
>35	21	24,1
Pendidikan		
SD	4	4,6
SMP	9	10,3
SMA	39	44,8
D3	24	27,6
S1	11	12,6
Pekerjaan		
PNS	14	16,1
Wiraswasta	2	2,3
IRT	71	81,6
Karakteristik Balita		
Jenis kelamin		
Laki-laki	52	59,8
perempuan	35	40,2

Karakteristik Responden	n	%
Usia		
0 – 12 bulan	22	25,3
13 – 36 bulan	44	50,6
37 – 59 bulan	21	24,1
Total	87	100

b. Hubungan Perilaku KADARZI dengan kejadian stunting di wilayah kerja Puskesmas Sangia Wambulu

Tabel 2. Hubungan Perilaku KADARZI dengan kejadian stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Sangia Wambulu Tahun 2024

Perilaku Kadarzi	Status gizi						p-value	OR CI 95%
	Normal		Stunting		Total			
	n	%	n	%	n	%		
Belum Kadarzi	33	37,93	28	32.19	61	70,12	0,001	9,780 2,850 – 14,344
Kadarzi	21	24.13	5	5.74	26	29,87		
Jumlah	54	62.06	33	37.93	78	100,0		

Tabel 3. Hubungan Perilaku KADARZI dengan kejadian stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Sangia Wambulu Tahun 2024

KADARZI	Status gizi				Total		p-value	OR CI 95%
	Normal		Stunting					
	n	%	n	%	n	%		
Menimbang Berat badan rutin	48	55.17	24	27.59	72	82.76	0,053	0,33 0,023 – 2,376
Baik	6	6.90	9	10.34	15	17.24		
Belum Baik								
Memberikan ASI Eksklusif	39	44.83	22	25.28	61	70.11	0,583	0,76 0,067 – 2,778
Baik	15	17.24	11	12.65	26	29.89		
Belum Baik								
Mengonsumsi Makanan Beragam	49	56.32	9	10.35	58	66.67	0.001	6,78 2,890 – 9,643
Baik	5	5.74	24	27.59	29	33.33		
Belum Baik								
Menggunakan Garam Beryodium	52	59.77	32	36.78	84	96.55	1.000	0,246 0,036 -3,460
Baik	2	2.30	1	1.15	3	3.45		
Belum Baik								
Mengonsumsi Suplemen gizi							1.000	0,432 0,126 -5,330
Baik	53	60.92	32	36.78	85	97.70		
Belum Baik	1	1.57	1	1.15	2	2.30		

Berdasarkan hasil penelitian, perilaku keluarga sadar gizi terhadap kejadian stunting pada balita didapatkan nilai *p-value* 0,001 dan OR = 9,780. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel perilaku keluarga sadar gizi dengan kejadian stunting di Kecamatan Sangia Wambulu Kabupaten Buton Tengah. Ibu yang belum berperilaku keluarga sadar gizi (Kadarzi) berpeluang 9.780 kali memiliki balita dengan stunting dibandingkan ibu yang sudah berperilaku keluarga sadar gizi. Dengan demikian disimpulkan

bahwa semakin banyak ibu berperilaku keluarga sadar gizi maka dapat mencegah kejadian stunting pada balita.

Keluarga yang tidak menerapkan perilaku KADARZI secara optimal cenderung tidak memperhatikan asupan gizi anak, sehingga anak berisiko mengalami kekurangan zat gizi makro maupun mikro yang berperan penting dalam pertumbuhan. Misalnya, tidak melakukan penimbangan berat badan secara rutin menyebabkan keterlambatan deteksi dini gangguan pertumbuhan. Selain itu, pola konsumsi makanan yang tidak beragam dapat mengakibatkan defisiensi zat gizi seperti protein, zat besi, dan seng yang diketahui berhubungan erat dengan proses pertumbuhan linear anak

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh wijayanti, menunjukkan adanya hubungan antara perilaku kardarzi dengan status gizi balita menurut BB/U dan TB/U (Wijayanti, 2017). Pada telaah yang dilakukan utami (2021) juga menemukan hasil yang sama, dimana perilaku keluarga sadar gizi berpengaruh terhadap status gizi balita (Utami, 2021). Manifestasi perilaku ini dalam konteks keluarga tidak diragukan lagi dipengaruhi oleh variabel termasuk pencapaian pendidikan, status pekerjaan, pendapatan rumah tangga, kesadaran gizi ibu, dan keterlibatan para kader posyandu.

Pada indikator menimbang berat badan rutin dikatakan berkriteria baik jika balita ditimbang berat badannya setiap bulan (≥ 4 kali dalam enam bulan), sebanyak 72 (82,8%) responden sudah memenuhi kriteria baik tersebut dan 15 responden dengan kriteria belum baik. Pada uji statistik, didapatkan p value 0,053 ($> 0,05$) yang dapat diartikan tidak terdapat hubungan antara indikator menimbang berat badan rutin dengan kejadian stunting di Kecamatan Sangia Wambulu. Menurut Kementerian Kesehatan, penimbangan balita secara rutin di posyandu merupakan kegiatan kunci dalam pengawasan tumbuh kembang anak. Praktik ini bertujuan untuk mengumpulkan data kesehatan anak, yang memungkinkan pemantauan berkelanjutan dengan tujuan utama identifikasi dini masalah kesehatan atau gizi. Upaya deteksi dini ini sangat penting dalam mencegah perkembangan penyakit atau kekurangan gizi yang berkaitan dengan peningkatan risiko kematian pada anak usia dini. (Nurfirda & Herdiani, 2022)

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muliah, tidak terdapat hubungan antara frekuensi penimbangan bayi dengan status gizi balita di Provinsi Jawa Timur (Muliah dkk., 2017). Namun berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Diagama dkk, dalam penelitiannya didapatkan hasil adanya hubungan kunjungan posyandu dengan status gizi (Diagama dkk., 2019)

Banyak faktor yang mendasari keaktifan ibu dalam menimbang balitanya setiap bulan. Pada telaah yang dilakukan oleh Nurfirda (2022), menjelaskan adanya keterkaitan antara keaktifan ibu-ibu mengikuti program posyandu dengan Tingkat pengetahuan ibu balita. Selain itu, pada penelitian lain, didapatkan adanya hubungan pendidikan, pengetahuan ibu dan motivasi ibu dengan kunjungan penimbangan balita di posyandu (Bora dkk., 2023). Pemahaman tentang tujuan dan manfaat penimbangan balita, yang diperoleh melalui konseling, memudahkan ibu untuk berpartisipasi dalam penimbangan balita bulanan di posyandu. (Nurfirda & Herdiani, 2022).

Pada responden dengan kriteria belum baik pada indikator ini, tidak menimbang secara rutin dikarenakan responden sibuk bekerja dan tidak ada yang bisa mengantar ke posyandu serta tidak datang karena anak sakit. Beberapa ibu juga beralasan jika menimbang dapat dilakukan di rumah saja dan pergi ke posyandu hanya saat jadwal pemberian vaksin dan vitamin atau saat kegiatan yang dilakukan di posyandu atau puskesmas.

Indikator pemberian ASI eksklusif didapatkan hasil sebanyak 61 (70,1%) responden yang memperoleh ASI Eksklusif dari ibunya dan sebanyak 26 (29,9%) responden dikatakan kategori belum baik. Analisis statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan secara statistik antara pemberian ASI eksklusif dan kejadian stunting. Meskipun pemberian ASI

eksklusif diakui memiliki dampak positif terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, anak-anak yang tidak menerima ASI eksklusif berisiko lebih tinggi mengalami stunting dibandingkan dengan anak-anak yang mendapatkan ASI eksklusif. (Wahid et al., 2020)

ASI memainkan peran penting dalam meningkatkan kesehatan dan kelangsungan hidup bayi, karena bayi yang mendapat ASI eksklusif cenderung menunjukkan perlindungan kekebalan tubuh yang lebih baik dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif. Namun demikian, masih banyak ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif pada bayi. Beberapa faktor yang memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif antara lain berkaitan dengan kualitas pelayanan yang diterima di fasilitas bersalin, dukungan dari anggota keluarga di rumah, serta kurangnya pengetahuan yang memadai pada ibu mengenai teknik menyusui yang benar dan manajemen laktasi. (Aidha et al., 2024). Dalam wawancara yang dilakukan, responden yang tidak memberikan ASI eksklusif di antaranya karena ibu bekerja, produksi ASI yang tidak cukup sehingga harus dibantu dengan pemberian susuformula, dan ASI berhenti pada bulan awal setelah melahirkan.

Indikator mengonsumsi makanan beranekaragam menurut kemenkes termasuk kriteria baik bila setiap hari balita makan lauk yang bersumber dari hewan serta buah. Pada penelitian ini untuk lebih mengetahui konsumsi keanekaragaman makanan responden. Dilakukan juga wawancara *food recall* 2x24 jam dan dihitung menggunakan *dietary diversity score* (DDS) yang terdiri dari 7 kelompok makanan didasari penuntun *Infant and Young Children Feeding Practice (IYCF)* dari WHO. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara mengonsumsi makanan yang beragam dengan kejadian stunting ($p = 0,001$) dengan OR = 6,78. artinya bahwa ibu yang tidak mengonsumsi makanan beragam saat hamil berisiko 6,78 anaknya akan mengalami stunting saat lahir dibandingkan dengan ibu yang mengonsumsi makanan beragam

Keragaman pola makan merupakan indikator kualitas gizi makanan yang dikonsumsi anak usia dini. Asupan zat besi yang berlebihan dari sumber makanan mengakibatkan penumpukan zat besi di jaringan otot dan sumsum tulang belakang. Sebaliknya, jika asupan zat besi tidak mencukupi, cadangan zat besi yang tersimpan di sumsum tulang belakang akan dimobilisasi untuk memfasilitasi sintesis hemoglobin.

Jika kondisi ini berlanjut, dapat menyebabkan anemia defisiensi besi dan melemahkan sistem kekebalan tubuh, sehingga meningkatkan kerentanan anak terhadap penyakit menular. Seiring waktu, masalah kesehatan ini dapat berdampak buruk pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Hasil telaah yang dilakukan oleh Susilawati, keragaman pangan menjadi salah satu faktor terjadinya stunting, dimana pada balita yang tidak mengonsumsi makanan beragam berisiko mengalami stunting (Susilawati et al., 2023).

Pada wawancara dan observasi yang dilakukan saat penelitian, responden yang memiliki balita dengan masalah gizi mendapatkan makanan tambahan dalam program Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Pada program ini balita yang memiliki masalah gizi (gizi kurang dan berat badan kurang) diberikan makanan sebagai pencegahan dan penurunan stunting. Selama 1 minggu, balita dengan masalah gizi diberikan 1 hari makanan utama dengan *double* protein hewani, dan 6 hari lainnya diberikan kudapan dengan kandungan gizi seimbang.

Hasil penelitian menunjukkan semua responden balita makan kelompok makanan sereal (nasi, mie), protein hewani utamanya ikan menjadi terbanyak kedua dikonsumsi sebab wilayah kecamatan sangia wambulu sebagian besar termasuk wilayah pesisir. Sayur kelor, bayam, pepaya muda menjadi sayuran yang banyak dikonsumsi, wortel yang terdapat dalam sayur sop menjadi salah satu sayuran yang mengandung vitamin A yang anak konsumsi. Susu dan olahannya seperti eskrim, serta susu dalam kemasan sangat disukai anak-anak di daerah tersebut. Anak dengan status gizi kurang telah diberikan juga makanan tambahan yang telah menjadi program. Namun banyak anak yang memang hanya menyukai 1 jenis makanan hingga

kebutuhan gizinya tidak terpenuhi. Dari sini diperlukan kesabaran ibu untuk memperkenalkan ragam makanan dan tekstur pada anak agar pelan-pelan anak dapat menyukai jenis makanan lainnya.

Selanjutnya, pada indikator menggunakan garam beryodium dilakukan uji sederhana dengan tes yodina. Kriteria baik jika garam berubah ungu (beryodium), dan belum baik jika tidak berubah warna atau berwarna ungu muda (tidak beryodium). Sebanyak 84 (96,3%) responden menggunakan garam beryodium dan 3 (3,4%) responden belum menggunakan garam beryodium. Kebutuhan tubuh akan iodium sangat kecil, sekitar 90 µg. Penggunaan garam beryodium dalam rumah tangga berhubungan dengan kecukupan asupan iodium. Anak-anak dengan masalah gizi kurang (BB/TB) lebih sering ditemukan di keluarga yang mengonsumsi garam beryodium dalam jumlah terbatas. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa kekurangan konsumsi garam beryodium berhubungan dengan kejadian stunting. (Oktaviani dkk., 2020).

Pada hasil penelitian dan observasi hanya 3 responden yang menggunakan garam dengan kadar yodium yang rendah (garam berwarna ungu muda). Ada beberapa faktor yang dapat mengurangi kadar yodium dalam garam konsumsi antara lain wadah, lokasi dan cara penyimpanan garam. Untuk menjaga kadar yodium dalam garam, perlu disimpan dalam wadah kedap udara, tidak terpapar panas dan disimpan secara tertutup (Wijawati & Asiarini, 2017). Garam yang digunakan dan dijual di Kecamatan Sangia Wambulu sudah memiliki keterangan sebagai garam beryodium, namun cara penyimpanan yang salah dapat menyebabkan berkurangnya kadar yodium dalam garam tersebut. Salah satu responden membiarkan garam yang digunakan sehari-hari dalam keadaan terbuka, hingga menyebabkan garam tersebut berair.

Pada indikator pemberian suplemen gizi sesuai anjuran, didapatkan hasil responden dengan kriteria baik sebanyak 85 (97,7%) dan 2 responden dengan kriteria belum baik. Vitamin A merupakan salah satu zat gizi mikro yang termasuk ke dalam vitamin yang dapat larut dalam lemak. Manfaat suplementasi vitamin A untuk balita dan anak-anak meliputi peningkatan kemampuan sistem kekebalan tubuh untuk melawan berbagai penyakit, termasuk campak dan diare, serta pencegahan penyakit menular. Selain itu, vitamin A berperan penting dalam fungsi penglihatan, memfasilitasi adaptasi mata terhadap perubahan kondisi cahaya, seperti transisi dari lingkungan terang ke gelap. Vitamin A juga berkontribusi pada pemeliharaan kesehatan jaringan epitel, sehingga mencegah gangguan membran mukosa, xeroftalmia, kerusakan mata, dan potensi kebutaan. Anak-anak yang menderita Malnutrisi Energi Protein (KEP) atau bentuk malnutrisi lainnya sering mengalami defisiensi vitamin A, yang seringkali disebabkan oleh asupan nutrisi yang tidak memadai, termasuk konsumsi makanan kaya vitamin A yang tidak mencukupi (Choirunnisa dkk., 2023).

Rumah tangga yang tidak memberikan suplementasi gizi yang memadai, khususnya vitamin A, cenderung memiliki prevalensi anak prasekolah dengan berat badan kurang yang lebih tinggi. Studi Muliah menunjukkan adanya hubungan antara suplementasi vitamin A dan kejadian status berat badan kurang, yang menunjukkan bahwa balita yang menerima suplementasi vitamin A biru sejak usia enam bulan memiliki kemungkinan 37% lebih rendah untuk mengalami berat badan kurang dibandingkan dengan balita yang tidak menerima suplementasi tersebut pada usia yang sama. (Muliah dan Mahmudiono, 2017). Menurut hasil wawancara dan observasi responden, tingginya ibu yang memberikan suplemen vitamin A pada anak merupakan peran aktif posyandu memberikan informasi manfaat dari pemberian suplemen vitamin A pada masa balita.

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa makanan beraneka ragam berpengaruh terhadap kejadian stunting di kecamatan Sangia Wambulu Kabupaten Buton Tengah. Pada pelaksanaan perilaku keluarga sadar gizi sangatlah membutuhkan dukungan dari semua pihak terutama oleh keluarga dekat yang tinggal serumah dengan ibu, agar Keluarga sadar gizi dapat

teraplikasikan dengan baik. Faktor lain yang memengaruhi perilaku keluarga dalam menjaga kesadaran gizi adalah tingkat pendapatan dan pengetahuan ibu. Namun, dalam penelitian ini, meskipun pengetahuan ibu baik, hal itu tidak selalu berhubungan langsung dengan perilaku keluarga dalam menerapkan pola makan sehat. Keberhasilan program Kadarzi juga sangat dipengaruhi oleh peran tenaga kesehatan dan kualitas layanan kesehatan. Program keluarga sadar gizi dalam penelitian ini masih belum optimal karena indikator pemberian makanan beragam belum tercapai secara maksimal.

4. Kesimpulan

Perilaku keluarga sadar gizi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kejadian stunting pada balita di Kecamatan Sangia Wambulu, Kabupaten Buton Tengah, terutama pada indikator mengkonsumsi makanan yang beragam. Sedangkan menimbang berat badan, memberikan ASI eksklusif, konsumsi garam beryodium dan konsumsi zat besi tidak berpengaruh terhadap kejadian stunting. Oleh karena itu, penting bagi pemerintah dan instansi terkait untuk meningkatkan penyuluhan mengenai perilaku sadar gizi kepada Masyarakat terutama pola konsumsi makanan yang beragam dan bergizi saat hamil, serta memperkuat dukungan terhadap keluarga untuk menerapkan perilaku gizi yang sehat. Hal ini diharapkan dapat mengurangi angka stunting dan meningkatkan kualitas kesehatan balita di Kecamatan Sangia Wambulu secara signifikan.

Acknowledgments

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penyelesaian penelitian ini, terutama kepada Puskesmas Sangia Wambulu yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian. Saran dan masukan diharapkan dapat mendukung perbaikan penelitian selanjutnya.

Daftar Pustaka

- Adiiba Dzakiyah Choirunnisa, Aviana Gita Lara, & Akas Yekti Pulih Asih. (2023). Gambaran Pemberian Vitamin A di Bulan Februari 2023 pada Balita Usia 6-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Jagir Surabaya. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 272–278. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v2i2.1668>
- Agustin, S., Darma Setiawan, B., & Fauzi, M. A. (2019). *Klasifikasi Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) Pada Bayi Dengan Metode Learning Vector Quantization (LVQ)* (Vol. 3, Issue 3). <http://j-ptiik.ub.ac.id>
- Aidha, Z. A., Panjaitan, N. W., Putri, D. M., Hasibuan, A. N. R., Andika, W., Adinda, F., Octavelia, A. T., Mazid, R. A., Nasution, Y. A., & Oktapianti, W. A. O. (2024). Evaluasi program asi eksklusif di wilayah kerja puskesmas padang bulan. *Medic nutricia, Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(4), 25–31.
- Bora, M. M., Nayoan, C. R., & Ndoen, E. M. (2023). Tingkat Pendidikan, Pengetahuan Dan Motivasi Ibu Dengan Kunjungan Penimbangan Balita Ke Posyandu Di Puskesmas Manutapen Kecamatan Alak Kota Kupang Tahun 2023. *Medika Tadulako (Jurnal Ilmiah Kedokteran)*, 8(2), 41–46.
- Campos, A. P., Vilar-Compte, M., & Hawkins, S. S. (2020). Association between breastfeeding and child stunting in Mexico. *Annals of Global Health*, 86(1), 1–14. <https://doi.org/10.5334/aogh.2836>

- Fitriah, D. A., Indah Permatasari, L., & Wardin, I. (2021). Hubungan Perilaku Keluarga Sadar Gizi (Kadarzi) Dengan Kejadian Stunting Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Wangunharja Kecamatan Jamblang Kabupaten Cirebon. In *Indonesian Journal of Health Research* (Vol. 4, Issue 2).
- Inzaghi, E., Pampanini, V., Deodati, A., & Cianfarani, S. (2022). The Effects of Nutrition on Linear Growth. In *Nutrients* (Vol. 14, Issue 9). MDPI. <https://doi.org/10.3390/nu14091752>
- Kemenkes, R. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Masan, L. (2021). Penyuluhan Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 58–62. <https://doi.org/10.25008/altifani.v1i1.121>
- Meshram, I. I., Neeraja, G., & Longvah, T. (2021). Vitamin a deficiency, anemia, and nutritional status of under 5-year children from Northeast India. *Indian Journal of Community Medicine*, 46(4), 673–679. https://doi.org/10.4103/ijcm.IJCM_62_21
- Michelle, E. (2024). *HUBUNGAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DENGAN STATUS GIZI BALITA: STUDI LITERATUR*. 5(1).
- Muliah, N., Wardoyo, A. S., & Mahmudiono, T. (2017). Hubungan Frekuensi Penimbangan, Penggunaan Garam Beryodium, Dan Pemberian Vitamin A Dengan Kejadian Underweight Pada Balita Di Provinsi Jawa Timur. *Media Gizi Indonesia*, 12(1), 40–46.
- Mutingah, Z., & Rokhaidah, R. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Perilaku Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 5(2), 49. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v5i2.3172>
- Nurfirda, V. A., & Herdiani, N. (2022). *Literature Review: Maternal Knowledge With Toddler Weighing Activeness* (Vol. 4, Issue Februari). <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>
- Oktaviani, P. P., Djafar, M., & Fayasari, A. (2020a). Penerapan Perilaku Keluarga Sadar Gizi (KADARZI) dan Status Gizi Balita Usia 24-59 Bulan di Puskesmas Kranji Bekasi. *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan Dan Aplikasinya*, 3(2), 115. <https://doi.org/10.21580/ns.2019.3.2.3421>
- Oktaviani, P. P., Djafar, M., & Fayasari, A. (2020b). Penerapan Perilaku Keluarga Sadar Gizi (KADARZI) dan Status Gizi Balita Usia 24-59 Bulan di Puskesmas Kranji Bekasi. *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan Dan Aplikasinya*, 3(2), 115. <https://doi.org/10.21580/ns.2019.3.2.3421>
- Susilawati, B., Oktaviani, S., & Ginting, B. (2023). Faktor-Faktor Resiko Penyebab Terjadinya Stunting Pada Balita Usia 23. *IJOH: Indonesian Journal of Public Health*, 01(01), 70–78. <https://jurnal.academiacenter.org/index.php/IJOH>
- UNICEF. (2023). *The State of the World's Children 2020: In Children's Nutrition*. UNICEF.

- Wahid, A., Hannan, M., Ratna Sari Dewi, S., & Hariyati Hidayah, R. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 92–102. <https://www.ejournalwiraraja.com/index.php/JIK2356-5284>
- WHO. (2020). *Reducing stunting: WHO report*.
- Wigati, A., Yulia, F., Sari, K., & Suwanto, T. (2022). Pentingnya Edukasi Gizi Seimbang Untuk Pencegahan Stunting Pada Balita. In *Jurnal Abdimas Indonesia* (Vol. 4).
- Wijawati, A., & Asiarini, W. D. (2017). Pengaruh Wadah , Kondisi Dan Cara Penyimpanan Terhadap Perubahan Kadar Iodium Dalam Garam. In *Jurnal Ilmu Kesehatan* (Vol. 9, Issue 1). <http://www.chem-is-try.org>
- Yulianti, S., & Tepi, D. (2021). Stunting dan Perkembangan Motorik Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Kemumu Kabupaten Bengkulu Utara. *Journal of Nutrition College*, 5(1), 1–5. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/>