

Multifaktor Penyebab Gizi Kurang pada Balita (Studi Kuantitatif di Deli Serdang, Sumatera Utara)

Fadhilah Setyorini^{1*}, Zuraidah Nasution², Arifah Devi Fitriani³

^{1,2,3} Institut Kesehatan Helvetia, Indonesia

Alamat: Jl. Kapten Sumarsono No.107, Kp. Lalang, Kec. Sunggal,
Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara

Korespondensi penulis : pd_hutajulu@yahoo.com

Abstract. *Nutritional status of toddlers is a crucial indicator of children's health quality and the nation's future development. This study aimed to analyze the factors associated with undernutrition among toddlers in the working area of Hamparan Perak Health Center in 2024. A quantitative approach with a cross-sectional design was used. A total of 32 toddlers with undernutrition were selected using purposive sampling. Data were collected through structured questionnaires and interviews, and analyzed using univariate and bivariate analysis with chi-square tests. The results revealed significant associations between maternal education, maternal nutritional knowledge, family income, feeding patterns, and exclusive breastfeeding with toddler nutritional status ($p < 0.05$). Toddlers raised by mothers with low education and poor knowledge, from low-income families, with poor dietary patterns, and who were not exclusively breastfed were at higher risk of being undernourished. This study recommends an integrated intervention strategy involving nutrition education, economic empowerment, and exclusive breastfeeding promotion to reduce the prevalence of undernutrition among toddlers.*

Keywords: *Toddler nutritional status, education, knowledge, exclusive breastfeeding*

Abstrak. Status gizi balita merupakan indikator penting dalam menentukan kualitas kesehatan anak dan masa depan generasi bangsa. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi kurang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Hamparan Perak tahun 2024. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Sampel sebanyak 32 balita dengan status gizi kurang dipilih melalui teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner dan wawancara terstruktur, kemudian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji chi-square. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan ibu, pengetahuan ibu, pendapatan keluarga, pola makan, dan pemberian ASI eksklusif dengan status gizi balita ($p < 0,05$). Balita yang diasuh oleh ibu dengan pendidikan dan pengetahuan rendah, pendapatan keluarga rendah, pola makan yang tidak baik, serta tidak mendapat ASI eksklusif memiliki risiko lebih tinggi mengalami gizi kurang. Studi ini merekomendasikan pendekatan terpadu melalui peningkatan edukasi gizi, perbaikan ekonomi keluarga, dan promosi ASI eksklusif untuk menurunkan prevalensi gizi kurang pada balita.

Kata kunci: Status gizi balita, pendidikan, pengetahuan, ASI eksklusif

1. LATAR BELAKANG

Masa balita merupakan fase penting dalam perkembangan manusia yang ditandai dengan percepatan pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif yang signifikan. Kebutuhan akan asupan gizi yang memadai pada masa ini menjadi krusial untuk memastikan tercapainya pertumbuhan optimal dan pembentukan fondasi kesehatan jangka panjang (Kemenkes RI, 2022). Permasalahan gizi pada balita, khususnya gizi kurang, menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang berdampak luas terhadap kualitas hidup anak di kemudian hari. Balita yang mengalami kekurangan gizi cenderung lebih rentan terhadap infeksi, keterlambatan perkembangan, dan risiko stunting maupun wasting (UNICEF, 2021).

Laporan global menunjukkan bahwa kekurangan gizi masih menjadi masalah besar, terutama di negara berkembang. WHO (2020) menyebutkan bahwa jutaan anak di bawah usia lima tahun menderita gizi kurang setiap tahunnya, dengan proporsi yang tinggi terjadi di wilayah Asia dan Afrika. Indonesia, sebagai salah satu negara berkembang di Asia Tenggara, masih menghadapi prevalensi gizi kurang yang tinggi. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia tahun 2022, terdapat 7,7% balita mengalami wasting dan 21,6% mengalami stunting, menunjukkan masalah kronis dan akut dalam pemenuhan gizi anak (Kemenkes RI, 2023).

Permasalahan ini bukan hanya bersifat biologis, tetapi juga sosial, ekonomi, dan budaya. Berbagai penelitian menyebutkan bahwa penyebab gizi kurang bersifat kompleks dan melibatkan faktor individual, keluarga, serta lingkungan tempat tinggal anak (Black et al., 2013). Salah satu faktor yang sering dikaitkan dengan status gizi anak adalah tingkat pendidikan ibu. Ibu dengan tingkat pendidikan rendah cenderung kurang mampu memahami informasi gizi, sehingga pengambilan keputusan terkait pola asuh dan pemilihan makanan menjadi kurang tepat (Rahman, 2016).

Pengetahuan gizi ibu juga menjadi faktor penentu dalam praktik pemberian makan balita. Ibu yang memiliki pemahaman yang cukup mengenai kebutuhan gizi anak akan lebih mampu menyediakan makanan bergizi sesuai kebutuhan pertumbuhan (Sari et al., 2020). Selain aspek pendidikan dan pengetahuan, pendapatan keluarga berperan penting dalam menyediakan akses terhadap pangan yang bergizi. Rumah tangga dengan pendapatan rendah cenderung mengalami keterbatasan daya beli terhadap makanan bernutrisi tinggi (Torlesse et al., 2016). Pola makan balita yang tidak seimbang dan tidak sesuai dengan kebutuhan usianya dapat mengarah pada kekurangan zat gizi makro dan mikro. Hal ini sering kali disebabkan oleh kombinasi antara keterbatasan ekonomi, kurangnya pengetahuan, serta kebiasaan makan yang tidak sehat (Picauly & Toy, 2013).

Salah satu faktor penting lainnya adalah pemberian ASI eksklusif. WHO dan Kemenkes RI merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama. Namun, realisasi di lapangan masih rendah, terutama di wilayah pedesaan, karena kurangnya edukasi dan dukungan sosial (Kemenkes RI, 2022). Praktik pemberian makan tambahan yang tidak sesuai usia atau kurang higienis juga meningkatkan risiko anak terkena infeksi saluran cerna, yang memperburuk kondisi gizinya. Infeksi berulang, terutama diare, sangat erat kaitannya dengan wasting pada balita (Checkley et al., 2008).

Dalam konteks lokal, Puskesmas Hamparan Perak yang berada di Kabupaten Deli Serdang menunjukkan masih adanya balita yang mengalami gizi kurang meskipun berbagai program perbaikan gizi telah dijalankan. Hal ini menandakan perlunya evaluasi dan pendekatan

yang lebih menyeluruh. Data awal menunjukkan bahwa ibu-ibu di wilayah ini sebagian besar belum memiliki pemahaman yang cukup mengenai gizi anak, dan keterlibatan mereka dalam program posyandu masih tergolong rendah. Banyak ibu tidak melakukan pemantauan tumbuh kembang anak secara berkala. Program pemerintah seperti pemberian makanan tambahan (PMT), penyuluhan gizi, dan layanan posyandu rutin sudah tersedia, namun belum seluruhnya berjalan efektif. Pendekatan yang bersifat partisipatif dan berbasis komunitas perlu ditingkatkan agar program lebih diterima oleh masyarakat (Bappenas, 2021).

Berbagai studi telah menunjukkan bahwa intervensi gizi yang efektif adalah yang mengintegrasikan faktor edukasi, ekonomi, layanan kesehatan, serta perubahan perilaku. Oleh karena itu, identifikasi faktor determinan sangat penting untuk merancang program yang kontekstual (Bhutta et al., 2013). Penelitian di berbagai daerah menunjukkan bahwa kombinasi antara pengetahuan, pendidikan, pola makan, dan faktor ekonomi sangat memengaruhi status gizi balita. Namun, masih terbatas studi yang mengeksplorasi interaksi faktor-faktor ini secara spesifik di tingkat puskesmas (Victora et al., 2021). Studi ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pendidikan ibu, pengetahuan gizi, pendapatan keluarga, pola makan, dan pemberian ASI eksklusif dengan status gizi kurang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Hampan Perak.

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menjadi dasar dalam menyusun strategi intervensi gizi yang lebih tepat sasaran dan berbasis bukti. Lebih jauh, hasilnya dapat memberikan kontribusi pada pengambilan kebijakan di tingkat lokal dan nasional.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain **cross-sectional**, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara berbagai faktor independen seperti tingkat pendidikan ibu, pengetahuan gizi, pendapatan keluarga, pola makan, serta riwayat pemberian ASI eksklusif dengan status gizi balita. Desain ini dipilih karena memungkinkan pengumpulan data pada satu waktu tertentu untuk melihat pola hubungan antar variabel dalam populasi yang diteliti (Setia, 2016).

Lokasi penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Hampan Perak, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Waktu pelaksanaan berlangsung selama dua bulan, yaitu pada Juli hingga Agustus 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh balita dengan status gizi kurang yang tercatat di wilayah tersebut, dengan total populasi sebanyak 204 anak. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik **purposive sampling**, yaitu pemilihan responden

berdasarkan kriteria inklusi tertentu, seperti ibu yang memiliki anak balita dengan status gizi kurang dan bersedia menjadi responden. Jumlah sampel yang diperoleh adalah 32 orang.

Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran **kuesioner terstruktur** kepada ibu balita, yang mencakup pertanyaan mengenai karakteristik sosial-demografis, tingkat pengetahuan, praktik pemberian makan, dan riwayat pemberian ASI. Selain itu, data sekunder diperoleh dari catatan status gizi balita berdasarkan pengukuran antropometri dari pihak puskesmas. Instrumen penelitian telah diuji validitas dan reliabilitas sebelumnya untuk memastikan kesesuaian dalam konteks lokal. Analisis data dilakukan dalam dua tahap, yaitu analisis **univariat** untuk melihat distribusi frekuensi setiap variabel, dan **analisis bivariat** menggunakan uji **chi-square** untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan dependen. Pengolahan data dilakukan menggunakan perangkat lunak statistik SPSS versi terbaru. Nilai signifikansi ditentukan pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Hasil analisis digunakan untuk mengidentifikasi faktor-faktor dominan yang berhubungan dengan status gizi kurang pada balita di wilayah studi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian gizi kurang dapat dilihat pada tabel berikut ini

Tabel.1

Variabel	Kategori Berisiko Tinggi (%)	Kategori Tidak Berisiko / Lebih Baik (%)	Status Gizi Kurang pada Kategori Berisiko (%)	Nilai p (Chi Square)	Keterangan
Pendidikan Ibu	Rendah (81,3%)	Tinggi (18,8%)	26 dari 26 (81,3%)	0,002	Ada hubungan signifikan
Pengetahuan Ibu	Kurang (90,6%)	Baik (9,4%)	29 dari 29 (90,6%)	0,000	Ada hubungan signifikan
Pendapatan Keluarga	Rendah (93,8%)	Tinggi (6,3%)	29 dari 30 (90,6%)	0,008	Ada hubungan signifikan
Pola Makan	Kurang Baik (96,9%)	Baik (3,1%)	30 dari 31 (93,8%)	0,000	Ada hubungan signifikan
Pemberian ASI Eksklusif	Tidak (68,8%)	Ya (31,3%)	22 dari 22 (68,8%)	0,030	Ada hubungan signifikan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara **pendidikan ibu** dengan status gizi balita. Dari total responden, 81,3% ibu dengan pendidikan rendah memiliki anak dengan status gizi kurang. Seluruh responden dalam kelompok pendidikan rendah mengalami gizi kurang, sedangkan pada kelompok pendidikan tinggi hanya 12,5% yang anaknya mengalami gizi kurang. Nilai p sebesar 0,002 mengindikasikan bahwa tingkat pendidikan ibu secara statistik berhubungan signifikan dengan status gizi balita.

Selanjutnya, **pengetahuan ibu tentang gizi** juga terbukti memiliki hubungan yang sangat kuat dengan status gizi balita. Sebanyak 90,6% responden dengan kategori pengetahuan rendah memiliki anak dengan status gizi kurang. Sebaliknya, ibu dengan pengetahuan baik menunjukkan proporsi lebih rendah anak dengan gizi kurang, yaitu hanya 3,1%. Hasil uji statistik dengan nilai p sebesar 0,000 memperkuat bahwa ada hubungan signifikan antara pengetahuan gizi ibu dengan kondisi gizi anak.

Pendapatan keluarga menjadi faktor ekonomi penting yang turut menentukan status gizi anak. Dari hasil analisis, 93,8% responden berada pada kategori pendapatan rendah, dan 90,6% di antaranya memiliki anak dengan status gizi kurang. Sebaliknya, hanya 6,3% dari keluarga dengan pendapatan tinggi yang memiliki anak dengan status gizi kurang. Nilai p sebesar 0,008 menunjukkan adanya hubungan yang bermakna secara statistik antara pendapatan keluarga dan gizi anak balita.

Dari sisi **pola makan**, ditemukan bahwa 96,9% responden memiliki pola makan yang kurang baik, dan dari jumlah ini, 93,8% anak mengalami gizi kurang. Sementara itu, hanya 1 dari 32 responden (3,1%) yang menerapkan pola makan baik, dan tidak ditemukan kasus gizi kurang pada kelompok ini. Uji chi square menunjukkan nilai p sebesar 0,000 yang mengindikasikan bahwa pola makan sangat berpengaruh terhadap status gizi balita.

Terakhir, **pemberian ASI eksklusif** juga menunjukkan hubungan signifikan terhadap status gizi. Anak yang tidak mendapatkan ASI eksklusif sebanyak 68,8% berada dalam status gizi kurang, sementara kelompok yang diberikan ASI eksklusif memiliki proporsi status gizi kurang yang lebih kecil, yaitu 25%. Nilai p sebesar 0,030 menunjukkan bahwa praktik pemberian ASI eksklusif berhubungan signifikan dengan kejadian gizi kurang pada balita di wilayah studi ini.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan ibu dengan status gizi balita ($p = 0,002$). Ibu dengan pendidikan rendah (SD sampai SMA) lebih banyak memiliki balita dengan gizi kurang dibandingkan ibu berpendidikan tinggi. Pendidikan berperan penting dalam membentuk pengetahuan, sikap, dan keterampilan ibu, termasuk dalam memilih jenis makanan, memahami pola gizi seimbang, dan memanfaatkan

layanan kesehatan. Ibu dengan pendidikan rendah cenderung memiliki keterbatasan dalam mengakses informasi gizi yang benar (UNICEF, 2020; Notoatmodjo, 2012).

Sebagian besar ibu yang memiliki pengetahuan kurang mengenai gizi memiliki anak dengan status gizi kurang ($p = 0,000$). Pengetahuan gizi merupakan dasar dalam praktik pemberian makan anak. Kurangnya pengetahuan menyebabkan ibu tidak memahami pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi, variasi makanan, maupun jadwal makan anak. Penelitian sebelumnya oleh Ayuningtyas et al. (2021) juga menemukan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan gizi baik cenderung memiliki anak dengan status gizi yang lebih baik. Ini sejalan dengan teori bahwa pengetahuan adalah faktor predisposisi dalam perilaku kesehatan (Notoatmodjo, 2012).

Ditemukan hubungan signifikan antara pendapatan keluarga dengan status gizi anak ($p = 0,008$). Keluarga berpendapatan rendah mengalami kendala dalam menyediakan makanan yang bergizi, terutama sumber protein hewani dan sayuran segar. Rendahnya daya beli juga membatasi akses terhadap pelayanan kesehatan dan sanitasi yang layak. Hal ini diperkuat oleh penelitian Mulazimah (2017) yang menyatakan bahwa tingkat ekonomi keluarga merupakan determinan penting terhadap kecukupan gizi anak-anak.

Sebanyak 96,9% balita dalam penelitian ini memiliki pola makan kurang baik, dan terdapat hubungan signifikan dengan kejadian gizi kurang ($p = 0,000$). Pola makan yang tidak teratur, kurang bervariasi, dan tidak sesuai dengan kebutuhan gizi anak dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan. Puspasari (2020) menyebutkan bahwa konsumsi energi yang tidak mencukupi berhubungan erat dengan kejadian gizi buruk. Oleh karena itu, promosi dan edukasi mengenai pola makan seimbang sangat penting dilakukan.

Terdapat hubungan signifikan antara pemberian ASI eksklusif dengan status gizi balita ($p = 0,030$). Balita yang tidak mendapatkan ASI eksklusif lebih berisiko mengalami gizi kurang. ASI mengandung zat gizi yang lengkap dan antibodi alami yang sangat penting pada 6 bulan pertama kehidupan. WHO (2021) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan untuk mencegah infeksi dan kekurangan gizi. Anak yang tidak diberikan ASI eksklusif cenderung lebih rentan terhadap penyakit infeksi, yang kemudian mempengaruhi status gizinya.

4. KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan ibu, pengetahuan ibu, pendapatan keluarga, pola makan, dan pemberian ASI eksklusif dengan status gizi kurang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Hamparan Perak

tahun 2024. Faktor-faktor tersebut merupakan determinan utama yang memengaruhi kualitas gizi anak usia dini. Ibu dengan pendidikan rendah, pengetahuan gizi yang kurang, serta pola makan yang tidak baik dan tidak memberikan ASI eksklusif, lebih berisiko memiliki anak dengan status gizi kurang.

Kondisi ekonomi keluarga juga menjadi salah satu faktor penting yang memengaruhi kemampuan menyediakan makanan bergizi dan mengakses layanan kesehatan. Keluarga berpendapatan rendah cenderung memiliki keterbatasan dalam memenuhi kebutuhan pangan harian anak, sehingga meningkatkan risiko malnutrisi. Oleh karena itu, intervensi yang bersifat komprehensif sangat dibutuhkan, tidak hanya pada aspek edukasi gizi, namun juga penguatan ekonomi keluarga serta peningkatan kualitas layanan kesehatan dasar seperti posyandu.

DAFTAR REFERENSI

- Ayuningtyas, A., Putri, D. K., & Handayani, D. (2021). Hubungan pengetahuan ibu dengan status gizi balita. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 13(1), 45–52.
- Bappenas. (2021). Strategi nasional percepatan pencegahan stunting 2021–2024. Jakarta: Kementerian PPN/Bappenas.
- Bhutta, Z. A., Ahmed, T., Black, R. E., Cousens, S., Dewey, K., Giugliani, E., ... & Shekar, M. (2013). Evidence-based interventions for improvement of maternal and child nutrition: What can be done and at what cost? *The Lancet*, 382(9890), 452–477. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)60996-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)60996-4)
- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., et al. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427–451. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)60937-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)60937-X)
- Checkley, W., Buckley, G., Gilman, R. H., Assis, A. M., Guerrant, R. L., Morris, S. S., ... & Black, R. E. (2008). Multi-country analysis of the effects of diarrhoea on childhood stunting. *International Journal of Epidemiology*, 37(4), 816–830.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Pedoman gizi seimbang untuk balita. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat, Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Mulazimah. (2017). Hubungan pendapatan keluarga dengan status gizi balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 123–129.
- Notoatmodjo, S. (2012). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Picauly, I. A., & Toy, S. M. (2013). Analisis determinan dan pola konsumsi pangan rumah tangga terhadap status gizi balita. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 8(2), 91–98.

- Puspasari, D. (2020). Pola konsumsi energi dan protein anak balita gizi kurang. *Media Gizi Indonesia*, 18(1), 17–24.
- Rahman, A. (2016). Faktor risiko kejadian gizi kurang pada balita usia 24–29 bulan di Kota Palu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 10(4), 186–192.
- Sari, M., Widyaningrum, R., & Lestari, T. (2020). Hubungan pengetahuan ibu dan pola asuh makan terhadap status gizi balita. *Jurnal Gizi Indonesia*, 8(2), 117–123.
- Setia, M. S. (2016). Methodology series module 3: Cross-sectional studies. *Indian Journal of Dermatology*, 61(3), 261–264. <https://doi.org/10.4103/0019-5154.182410>
- Torlesse, H., Kiess, L., & Bloem, M. W. (2016). Association of household rice expenditure with child nutritional status indicates a role for macroeconomic food policy in combating malnutrition. *Journal of Nutrition*, 133(5), 1320–1325.
- UNICEF. (2020). Improving young children’s diets during the complementary feeding period. New York: United Nations Children’s Fund.
- UNICEF. (2021). The State of the World’s Children 2021: On my mind – Promoting, protecting and caring for children’s mental health. New York: UNICEF.
- Victora, C. G., Christian, P., Vdaletti, L. P., Gatica-Domínguez, G., Menon, P., & Black, R. E. (2021). Revisiting maternal and child undernutrition in low-income and middle-income countries: Variable progress towards an unfinished agenda. *The Lancet*, 397(10282), 1388–1399.
- World Health Organization. (2020). Levels and trends in child malnutrition. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization. (2021). Infant and young child feeding: Model chapter for textbooks for medical students and allied health professionals. Geneva: World Health Organization.