

Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Perilaku *Picky Eater* Anak dengan Kejadian Stunting pada Balita 1-5 Tahun

Zuraton Aini^{1*}, Nasrianti Syam²

^{1,2}Jurusan Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Teuku Umar, Aceh Barat

Abstrak

Penelitian ini membahas tentang stunting, pengetahuan ibu tentang gizi dan *picky Eater*, Stunting merupakan gangguan kondisi gizi kronis yang terjadi pada balita dan menjadi fokus perhatian sampai saat ini. Stunting juga dipengaruhi oleh pengetahuan ibu yang kurang tentang gizi anak dan perilaku makan anak seperti *picky Eater*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, menggunakan desain *Cross-sectional* dengan melibatkan 62 sampel. Data yang dikumpulkan melalui kuisioner dan pengukuran *Antropometri* secara langsung serta menganalisis data menggunakan uji *Chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang gizi (nilai $p = 0,000$) dan kejadian *Picky Eater* anak balita (nilai $p = 0,042$) dengan kejadian Stunting pada balita.

Kata kunci: Stunting, Pengetahuan ibu, dan *Picky eater*

Abstract

This study discusses stunting, maternal knowledge about nutrition and Picky eaters, Stunting is a chronic nutritional disorder that occurs in toddlers and has been the focus of attention until now. Stunting is also influenced by maternal knowledge that is lacking about child nutrition and children eating behavior such as picky eater. This study uses a quantitative method, using a cross-sectional design involving 62 samples. Data collected through questionnaires and direct anthropometric measurements and analyzing data using the Chi-square test. The results of the study showed that there was a significant relationship between maternal knowledge about nutrition (p value = 0.000) and the incidence of Picky Eaters in toddlers (p value = 0.042) with the incidence of Stunting in toddlers.

Keywords: Stunting, Maternal Knowledge, and Picky eater

Pendahuluan

Stunting merupakan gangguan kondisi gizi kronis yang terjadi pada balita dan menjadi fokus perhatian sampai saat ini. Anak yang mengalami stunting cenderung memiliki tubuh yang lebih pendek dibandingkan anak seumurannya. Kejadian stunting dapat terjadi di mulai sejak awal kehamilan dan akan terlihat saat anak berusia 3 tahun. Anak berusia 3-5 tahun beresiko mengalami stunting. Hal ini disebabkan masalah gizi buruk yang diakibatkan oleh beberapa faktor ⁽¹⁾.

Salah satu faktor penyebab tingginya masalah gizi balita di Indonesia disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang gizi. Kurangnya pengetahuan ibu terkait gizi balita akan berdampak pada pemenuhan nutrisi pada balita karena pengetahuan merupakan unsur yang sangat penting dari pembentukan perilaku seseorang, termasuk perilaku pemenuhan gizi.

Anak berperilaku *picky eater* jika tidak ditangani maka akan berdampak pada rendahnya asupan gizi dan mengganggu metabolisme sehingga menjadikan sebuah kebiasaan buruk yang dimiliki dan berakibat pada kekurangan atau kelebihan asupan gizi tertentu yang mempengaruhi standar angka kecukupan gizi serta dapat mempengaruhi status gizi seorang anak ⁽²⁾.

Anak dengan perilaku *picky eater* cenderung memilih milih makanan dengan melihat dari sisi tampilan warna yang tidak menarik, terasa pahit, pedas, masam dan sebageian besar menolak terhadap makanan yang bersifat keras dan cenderung memilih yang lunak. Prevalensi stunting di dunia pada anak di bawah 5 tahun sebesar 21,3%. *World Health Organization* (WHO) 2019 menyatakan secara global ditemukan 144 juta anak di bawah usia 5 tahun yang

*Korespondensi:

Zuraton Aini, Jurusan Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Teuku Umar, Jl. Alue Peunyareng, Ujong Tanoh Darat, Meureubo, Kabupaten Aceh Barat, Aceh 23681, E-mail: zurazuraton@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.70304/jmsi.v5i02.125>

Copyright © 2026, Jurnal Masyarakat Sehat Indonesia, E-ISSN: 2828-1381, P-ISSN: 2828-738X

mengalami stunting 47 juta anak mengalami kekurangan nutrisi (*wasted*) dan 38 juta anak mengalami kelebihan berat badan⁽³⁾. Stunting secara global mempengaruhi sekitar 22,2% atau 150,8 juta anak di bawah usia 5 tahun. Stunting menjadi target pertama dari 6 target WHO tahun 2025 untuk pengurangan 40% jumlah anak di bawah usia 5 tahun yang mengalami stunting. Indonesia menempati urutan ke-2 tertinggi dengan prevalensi stunting sebesar 36,4% di wilayah Asia Tenggara⁽³⁾. Kejadian stunting di seluruh provinsi Indonesia paling banyak terjadi di Nusa Tenggara Timur sebesar 42,6%, dan Provinsi yang paling rendah angka terjadinya stunting yaitu DKI Jakarta sebanyak 17,7%. Sementara itu anak yang menderita stunting di provinsi Jawa Timur pada tahun (2020) sebanyak 25,64% dan menurun hingga 23,5% di tahun (2021) meskipun demikian angka tersebut belum mendekati angka penurunan target stunting yaitu 14%⁽⁴⁾.

Dari data Dinas kesehatan (DINKES) Kabupaten Nagan Raya menyebutkan prevalensi stunting pada tahun 2021 sebanyak 32,5%, pada tahun 2022 sebanyak 28,8% pada tahun 2023 sebanyak 25,1%, dan pada tahun 2024 menurun menjadi 21,8%. Namun meskipun telah terjadi penurunan stunting masih menjadi masalah di Kabupaten Nagan Raya karena angka prevalensi Stunting pada balita masih di atas 20%, menurut kriteria WHO, sebuah wilayah dianggap baik jika prevalensi stunting sudah mencapai kurang dari 20% jika prevalensi tersebut mencapai 20% atau lebih maka wilayah tersebut dianggap memiliki masalah gizi yang bersifat akut dan kronis⁽⁴⁾.

Berdasarkan hasil data stunting di wilayah kerja UPTD Puskesmas uteun pulo menunjukkan angka stunting pada setiap tahun nya, dengan total keseluruhan balita di wilayah kerja UPTD Puskesmas uteun pulo sebanyak 1,266 balita, pada tahun 2021 sebanyak 41 balita yang mengalami stunting, pada tahun 2022 sebanyak 36 balita yang mengalami stunting, pada tahun 2023 sebanyak 42 balita yang mengalami stunting, dan pada tahun 2024 sebanyak 30 balita yang mengalami stunting. Berdasarkan data dari UPTD Psukesmas Uteun pulo di Desa Kabu Tunong pada tahun 2021 terdapat 3 balita yang mengalami stunting, pada tahun 2022 terdapat 2 balita yang mengalami stunting pada tahun 2023 terdapat 2 balita yang mengalami stunting dan pada tahun 2024 terdapat 4 orang balita yang mengalami stunting.

Berdasarkan hasil wawancara dengan kader posyandu Desa Kabu Tunong terdapat 4 balita yang mengalami stunting di Desa kabu Tunong, dengan mayoritas ibu berpendidikan tingkat SMA. Dari uraian permasalahan di atas banyak faktor yang berpengaruh terhadap terjadinya stunting pada balita yaitu, salah satunya yaitu faktor pengetahuan ibu tentang gizi dan perilaku *picky eater* pada anak mempunyai peranan penting dalam pencegahan terjadinya stunting. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dan sikap *picky eater* anak dengan kejadian stunting pada balita 1-5 tahun di Desa Kabu Tunong, Kabupaten Nagan Raya.

Metode

Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif, penelitian kuantitatif merupakan metode yang mengumpulkan dan menganalisis data dari angka dan pengukuran numerik. Metode ini bertujuan untuk menguji hubungan antar variabel dengan menggunakan analisis statistik dan memberikan deskripsi serta penjelasannya⁽⁵⁾. Variabel independen adalah karakteristik ibu, dan perilaku *picky eater* sedangkan variabel dependennya stunting pada balita usia 1-5 tahun yang di amati pada waktu yang sama. Penelitian ini di lakukan di Desa Kabu Tunong, Kecamatan Seunagan Timur, Kabupaten Nagan raya. Penelitian ini di mulai pada September 2024 – Oktober 2025 di Desa Kabu Tunong, Kabupaten Nagan Raya.

Penelitian ini menggunakan populasi dari semua balita usia 1-5 tahun di Desa Kabu Tunong, Kecamatan Senagan Timur, Kabupaten Nagan raya. sebanyak 62 balita yang memenuhi kriteria penelitian berdasarkan data satu bulan terakhir yakni pada bulan Agustus 2025. Sampel penelitian di ambil dari seluruh ibu yang memiliki balita usia 1-5 tahun di Desa

Kabu Tunong, Kabupaten Nagan raya. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan ibu tentang gizi dan perilaku *picky eater* anak sedangkan variabel dependennya adalah stunting pada balita.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner yang berisi pertanyaan yang telah di susun dengan baik dan menginginkan jawaban dari responden. Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner karakteristik ibu dan perilaku *picky eater* pada anak. Alat tulis instrumen pertama adalah pulpen dan buku tulis yang di pergunakan untuk menulis berbagai data atau info penting yang di peroleh saat penelitian lapangan. Timbangan injak digital timbangan berat badan merupakan alat yang digunakan untuk mengukur berat badan anak dengan hasil pengukuran dalam satuan kilogram (kg). 4. Microtoise merupakan perlengkapan yang digunakan peneliti untuk mengukur tinggi badan anak. Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar kuesioner dengan 3 bagian. Bagian pertama berupa data demografis, berisi nama ibu, umur ibu, umur balita, pendidikan, pekerjaan, jumlah anak, jenis kelamin anak, berat badan anak, tinggi badan anak. Bagian kedua berisi kuesioner perilaku *picky eater* dengan kategori Ya = 1 dan Tidak = 0. Total skor setiap responden akan di kategorikan menjadi *picky eater* (60-100%) dan tidak *picky eater* (0-50%). Bagian ketiga berisi kuesioner pengetahuan ibu tentang gizi dengan kategori Benar = 5 poin dan Salah = 0. Total skor setiap responden akan di kategorikan menjadi baik (60-100%) dan Kurang (10-50%)

Hasil

Penelitian ini dilakukan di Desa Kabu Tunong Nagan Raya. Nagan raya ialah suatu kabupaten yang luas wilayahnya sebesar 3.544,91 km. Kabupaten ini merupakan bentuk pemekaran dari Aceh Barat. Nagan Raya menaungi sebanyak 10 Kecamatan, 30 mukim dan 222 Desa. Karakteristik responden pada penelitian ini merujuk pada informasi yang digunakan untuk menggambarkan profil responden yang terlibat dalam penelitian. Adapun karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi umur responden, pendidikan, umur anak, dan jenis kelamin anak.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Variabel	Kategori	n	%
Umur ibu	25-35 tahun	59	95,2
	36-45 tahun	3	4,8
Pendidikan	SMP	5	8,1
	SMA	46	74,2
	D3	2	3,2
	S1	9	14,5
Umur anak	12-30 bulan	28	45,2
	31-60 bulan	34	54,8
Jenis kelamin anak	Laki-laki	32	51,6
	Perempuan	30	48,4

Berdasarkan tabel 1 hasil analisis distribusi frekuensi karakteristik responden secara umum, responden dalam penelitian ini di dominasi oleh ibu berusia 25-35 tahun, dengan latar belakang pendidikan SMA, yang memiliki balita usia prasekolah (31-60 bulan), dan anak mereka sedikit lebih banyak berjenis kelamin laki-laki.

Dari tabel 2, dapat diketahui bahwa secara keseluruhan terdapat 17 balita (27,4%) mengalami stunting dan 45 balita (72,6%) tidak mengalami stunting. Ditinjau dari tingkat pengetahuan ibu, mayoritas balita mengalami stunting adalah mereka yang ibunya memiliki pengetahuan kurang, yaitu sebanyak 14 balita (58,3%) dari 24 balita dalam kategori tersebut. Sebaliknya balita dengan ibu berpengetahaun baik memiliki prevalensi stunting terendah yaitu sebanyak 3 balita (7,5%) dari 28 balita dalam kategori tersebut. Hasil analisis *statistic* menggunakan uji chi-square menunjukkan nilai

p-value sebesar 0,00 (*p-value* < 0,05). Maka dari hasil uji *chi-square* tersebut dapat di simpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian stunting pada balita.

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dan Perilaku *picky eater* Anak dengan Kejadian Stunting pada Balita

Variabel	Kategori	Kejadian Stunting				Nilai p	OR
		Stunting		Tidak Stunting			
		n	%	n	%		
Pengetahuan ibu tentang gizi	Kurang	14	58,3	10	41,7	0,000	16,333
	Baik	3	7,9	35	92,1		
Perilaku <i>picky eater</i> anak	Picky eater	9	47,4	10	52,6	0,042	3,938
	Tidak picky eater	8	18,6	35	81,4		

Secara deskriptif anak-anak yang teridentifikasi sebagai *picky eater* memiliki proporsi stunting lebih tinggi yaitu sebesar 9 balita (47,4%) dari 19 balita dalam kelompok tersebut, di bandingkan dengan balita yang tidak *picky eater* yaitu sebanyak 8 balita (18,6%) dari 43 balita dalam kategori tersebut. Berdasarkan hasil analisis uji *chi-square* menunjukkan *p-value* sebesar 0,042 hal ini dapat di simpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan perilaku *picky eater* anak dengan kejadian stunting pada balita.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menghasilkan gambaran responden berdasarkan pengetahuan ibu tentang gizi yang di ketahui melalui wawancara tentang pengetahuan gizi ibu dengan menggunakan kuesioner pilihan ganda yang berjumlah 20 pertanyaan. Data pada tabel menyajikan distribusi frekuensi dan persentase kejadian stunting pada anak berdasarkan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi, serta hasil uji statistik (*p-value*).

Secara keseluruhan dari total 72,6% tidak mengalami stunting sedangkan sisanya 27,4% mengalami stunting. Jika di lihat berdasarkan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi, proporsi stunting cenderung lebih tinggi pada kategori ibu dengan pengetahuan yang kurang. Pada kelompok ibu dengan pengetahuan kurang terdapat 14 balita (58,3%) yang mengalami stunting, sementara yang tidak stunting adalah 10 anak (41,7%). Proporsi stunting ini merupakan yang tertinggi di bandingkan kategori pengetahuan lainnya. Pada kategori pengetahuan baik, proporsi stunting adalah 7,9% (3 balita) dan yang tidak stunting adalah 92,1% (35 anak). Meskipun terlihat adanya perbedaan proporsi stunting antar kelompok pengetahuan ibu, di mana persentase stunting tertinggi terdapat pada kelompok pengetahuan kurang. Berdasarkan Hasil uji statistik menunjukkan bahwa Nilai *p-value* adalah 0,042 lebih kecil dari 0,05 yang mana dapat di simpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian stunting.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Harni, berdasarkan hasil uji statistik dengan taraf signifikan = 0,05 di peroleh nilai *p-value* = 0,000 dengan nilai *expected count* = 6,75 karena nilai *p-value* < 0,05 maka secara statistik terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan kejadian stunting⁽⁷⁾. Penelitian Halimatun hasil uji statistik di peroleh nilai *p-value* 0,001 < 0,05 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan kejadian stunting.

Adanya perbedaan yang mencolok dalam proporsi kejadian stunting antara kelompok anak yang memiliki perilaku *picky eater* dan yang tidak *picky eater* dari total 62 responden, persentase keseluruhan stunting adalah 27,4% (17 anak) sementara yang tidak mengalami stunting adalah 72,6% (45 anak). Pada kelompok anak dengan perilaku *picky eater*, terjadi stunting pada 9 anak yang merepresentasikan 47,4% dari kelompok tersebut. Ini berarti hampir setengah dari anak-anak yang memiliki perilaku *picky eater* mengalami stunting. Sebaliknya anak-anak *picky eater* yang tidak stunting hanya berjumlah 10 anak (52,6%). Tingginya proporsi stunting pada kelompok ini menunjukkan bahwa perilaku pilih-pilih makanan secara signifikan membatasi asupan nutrisi penting, seperti protein, vitamin, mineral, yang sangat krusial untuk pertumbuhan linear normal.

Sementara itu pada kelompok anak yang tidak *picky eater* kejadian stunting jauh lebih rendah hanya 8 anak (18,6%) yang mengalami stunting, sedangkan mayoritas 35 anak (81,4%) tidak

mengalami stunting. Berdasarkan hasil uji *chi-square* di dapatkan p-value sebesar 0,042 nilai ini lebih kecil dari 0,05 oleh karena itu dapat di simpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan perilaku *picky eater* anak dengan kejadian stunting.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Pratiwi *et al.*, di ketahui hasil dari 38 responden dengan perilaku *picky eater* dengan kategori pengetahuan baik sebanyak 24 orang tidak mengalami stunting sedangkan responden dengan perilaku *picky eater* dengan kategori pengetahuan kurang baik sebanyak 15 orang yang mengalami stunting⁽⁸⁾. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku *picky eater* dengan kejadian stunting pada balita.

Penelitian Wulan menunjukkan bahwa dari 48 responden hampir seluruh responden berperilaku *picky eater* dan kejadian stunting sebanyak 41 responden⁽⁹⁾. Berdasarkan hasil uji *chi-square* dengan derajat kesalahan = 0,005 di dapatkan hasil nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,005$. Hal ini menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara perilaku *picky eater* anak dengan kejadian stunting.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dan perilaku *picky eater* dengan kejadian stunting pada balita usia 1–5 tahun di Desa Kabu Tunong, diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian stunting pada balita ($p < 0,05$). Selain itu, perilaku *picky eater* juga menunjukkan hubungan yang bermakna dengan kejadian stunting pada balita berdasarkan hasil analisis statistik ($p < 0,05$). Dengan demikian, pengetahuan ibu tentang gizi serta perilaku *picky eater* merupakan faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita usia 1–5 tahun di Desa Kabu Tunong.

Daftar Pustaka

1. Pebrianti P, Rokhaidah. Hubungan picky eating dengan kejadian stunting pada anak prasekolah di TKA Nurul Huda Tumaritis Kabupaten Bogor. *J Keperawatan Widya Gantari Indones*. 2022;6(1):1-11.
2. Afifah Nadya. Hubungan kebiasaan makan orang tua, kejadian picky eating terhadap status gizi anak prasekolah di TK Islam Al-Azhar Padang tahun 2019 [skripsi]. Padang: STIKes Perintis Padang; 2019.
3. World Health Organization, United Nations Children's Fund, World Bank. Levels and trends in child malnutrition: key findings of the 2019 edition. Geneva: World Health Organization; 2019.
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Buku saku hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tingkat nasional, provinsi, dan kabupaten/kota tahun 2021. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2021.
5. M Syahrani Jailani, Hasan Syahrizal. Jenis-jenis penelitian dalam penelitian kuantitatif dan kualitatif. *QOSIM J Pendidik Sos Hum*. 2023;1(1):13-23.
6. E Gunawan, Hasna, IS Lingga. Hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dan tingkat pendapatan dengan angka kejadian stunting anak usia balita di Puskesmas Arso 3 tahun 2024. *J Penelit Sains Kesehat Avicenna*. 2024;3(2).
7. Harni. Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi balita di Desa Bangsri Kecamatan Purwantoro Kabupaten Wonogiri [skripsi]. Surakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta; 2024.
8. WS Pratiwi, Y Andri, W Wahyu. Pengetahuan orang tua dan perilaku picky eating terhadap kejadian stunting pada balita. *J Ilmu Kedokt Kesehat*. 2021;8(4).
9. Hani Rahmawati, Inayatur Rosyidah, Wulan Sofiyah Ramdhani. Hubungan perilaku picky eating dengan kejadian stunting pada anak usia 3-5 tahun di Dusun Lebak RT 002/RW 002 Desa Pasongsongan Kecamatan Pasongsongan Madura. *J Keperawatan Sriwijaya*. 2024;11(1):8-14.