

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pola makan yang tidak adekuat secara kuantitas maupun kualitas dapat menyebabkan kekurangan zat gizi esensial dalam jangka panjang. Pola makan yang tidak seimbang, khususnya rendah energi, protein, serta mikronutrien penting seperti zat besi, zinc, kalsium, vitamin A, dan vitamin D, berdampak langsung pada proses pertumbuhan linier anak, sehingga meningkatkan risiko terjadinya stunting. Stunting merupakan keadaan dimana tinggi badan anak lebih rendah dari usianya dengan indikator tinggi badan menurut umur (TB/U) di bawah minus dua standar deviasi (< -2 SD) dari standar pertumbuhan anak WHO.¹ Kondisi ini bukan hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga mempengaruhi perkembangan kognitif, sosial, dan emosional anak, yang pada akhirnya menurunkan kualitas hidup mereka di masa depan.²

Secara global, masalah stunting masih menjadi tantangan besar. Berdasarkan laporan WHO, UNICEF, dan *World Bank Joint Child Malnutrition Estimates* (JME) tahun 2024, sebanyak 23,2% anak di bawah usia lima tahun di dunia mengalami stunting. Artinya, hampir satu dari empat anak balita di dunia tidak mencapai pertumbuhan optimal akibat kekurangan gizi.¹ Indonesia juga masih menghadapi beban masalah stunting yang tinggi, berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi stunting di Indonesia tercatat sebesar 21,6%, menurun dibandingkan tahun 2021 yang mencapai 24,4%, namun angka ini masih jauh dari target nasional sebesar 14% pada tahun 2024.³ Prevalensi stunting

di Provinsi DIY pada tahun 2024 yakni 16,5%, di Kabupaten Bantul pada tahun 2024 jumlah balita stunting sebanyak 3.417 (7,01%), Puskesmas Pandak II, prevalensi balita stunting pada tahun 2023 (7,4%) dan mengalami kenaikan pada tahun 2024 (8,25%) dan pada Januari-Agustus 2025 prevalensi stunting 7,36%. Kenaikan jumlah balita stunting mengindikasikan bahwa di Puskesmas Pandak II perlu dilakukan penelitian bagaimana pola makan balita sehingga bisa mengalami stunting yang berdampak pada kualitas hidup balita.⁴

Kualitas hidup balita dipengaruhi pola makan karena pola makan menentukan kecukupan energi dan zat gizi yang dibutuhkan tubuh untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal. Pola makan yang tidak adekuat, khususnya asupan yang kurang bervariasi dan kurangnya zat gizi esensial seperti protein, vitamin, dan mineral akan berkontribusi pada status gizi yang kurang baik, yang kemudian berdampak pada kesehatan dan kemampuan fungsional anak, termasuk perkembangan fisik maupun psikososialnya. Pola makan yang buruk tidak hanya menghambat pertumbuhan linear tetapi juga berkontribusi pada gangguan kesehatan dan perkembangan yang menurunkan kualitas hidup balita. Kualitas hidup balita juga dipengaruhi oleh multifaktor, yaitu: pekerjaan, pendidikan, pendapatan, pola asuh, dan riwayat penyakit.

Pemerintah telah melakukan berbagai upaya untuk menurunkan angka stunting, antara lain melalui Gerakan Nasional Percepatan Penurunan Stunting (GNP2S), program intervensi gizi spesifik dan sensitif, serta penguatan layanan Posyandu dan Puskesmas. Di tingkat lokal, Puskesmas Pandak II juga telah melaksanakan program pencegahan stunting dengan pendekatan berbasis

masyarakat, seperti pemantauan pertumbuhan, penyuluhan gizi, dan pemberian makanan tambahan untuk balita gizi kurang. Namun, keberhasilan program ini sangat bergantung pada pemahaman dan perilaku gizi keluarga, serta kesadaran masyarakat terhadap pentingnya gizi seimbang dalam meningkatkan kualitas hidup anak. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Pola Makan dengan Kualitas Hidup Balita Stunting di Puskesmas Pandak II Kabupaten Bantul”.

B. Rumusan Masalah

Stunting menyebabkan berbagai dampak negatif terhadap tumbuh kembang anak, termasuk gangguan pertumbuhan fisik, keterlambatan perkembangan motorik dan kognitif, penurunan daya tahan tubuh, serta keterbatasan kemampuan anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari, bermain, dan berinteraksi sosial. Kondisi tersebut pada akhirnya berdampak pada menurunnya kualitas hidup balita stunting, baik dari aspek fisik, psikologis, maupun sosial. Oleh karena itu, upaya untuk mengoptimalkan kualitas hidup balita stunting memerlukan intervensi yang berfokus pada pemenuhan kebutuhan gizi melalui pola makan yang adekuat dan berkualitas.

Pola makan merupakan salah satu faktor penting dalam pembentukan kualitas hidup balita karena memiliki keterkaitan langsung dengan status kesehatan fisik, perkembangan motorik, kapasitas kognitif, serta kemampuan fungsional anak. Balita dengan pola makan yang tidak adekuat, khususnya yang ditandai oleh rendahnya asupan protein hewani dan mikronutrien esensial, cenderung mengalami defisit energi, peningkatan kerentanan terhadap penyakit, serta gangguan

pertumbuhan dan perkembangan, yang secara kumulatif memperburuk kualitas hidup balita stunting. Hasil survei pendahuluan di wilayah kerja Puskesmas Pandak II juga mengindikasikan adanya permasalahan dalam praktik pola makan keluarga, antara lain terbatasnya variasi konsumsi protein hewani, ketidakteraturan frekuensi dan waktu makan balita, serta keterbatasan akses dan ketersediaan pangan bergizi pada sebagian rumah tangga. Kondisi tersebut memperkuat dasar pemikiran peneliti bahwa pola makan berperan penting dalam mendukung optimalisasi kualitas hidup balita stunting.

Berdasarkan masalah tersebut, maka dapat dilakukan perumusan masalah penelitian yaitu apakah terdapat hubungan pola makan dengan kualitas hidup balita stunting di Puskesmas Pandak II Kabupaten Bantul?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kualitas hidup balita stunting di Puskesmas Pandak II Kabupaten Bantul.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik balita (usia, pendidikan orang tua dan pekerjaan) dan variabel luar (riwayat penyakit dan pola asuh) stunting di Puskesmas Pandak II Kabupaten Bantul.
- b. Diketahui distribusi frekuensi pola makan balita stunting di Puskesmas Pandak II Kabupaten Bantul.
- c. Diketahui distribusi frekuensi kualitas hidup balita stunting di Puskesmas Pandak II Kabupaten Bantul.

- d. Diketahui analisis hubungan pola makan dengan kualitas hidup balita stunting di Puskesmas Pandak II Kabupaten Bantul.

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini memiliki ruang lingkup yang dibatasi agar fokus dan terarah.

1. Ruang Lingkup Subjek

Subjek penelitian adalah balita stunting di Puskesmas Pandak II Kabupaten Bantul pada periode penelitian.

2. Ruang Lingkup Lokasi

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Pandak II Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta, yang merupakan salah satu wilayah dengan angka prevalensi stunting yang masih cukup tinggi pada tahun 2024 yaitu sebesar 8,25%. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada adanya peningkatan kasus stunting meskipun telah dilakukan berbagai program gizi, seperti pemberian PMT olahan lokal dan penyuluhan gizi oleh petugas Puskesmas.

3. Ruang Lingkup Waktu

Penelitian dilaksanakan pada September 2025 sampai dengan April 2026.

4. Ruang Lingkup Variabel

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pola makan, yang diukur berdasarkan tingkat kecukupan energi, protein, zat besi, dan zat gizi lainnya yang diperoleh dari konsumsi harian balita. Variabel dependen adalah kualitas hidup balita stunting, yang diukur melalui dimensi kesehatan fisik,

aktivitas, emosi, interaksi sosial, dan kesejahteraan umum menggunakan kuesioner terstandar seperti *PedsQL™ Toddler Module*.

5. Ruang Lingkup Substansi

Penelitian ini termasuk dalam bidang kesehatan masyarakat, khususnya pada gizi masyarakat dan tumbuh kembang anak. Fokus penelitian diarahkan untuk mengetahui hubungan antara nutrisi (asupan gizi makro dan mikro) dengan kualitas hidup balita stunting. Kualitas hidup dalam konteks ini meliputi dimensi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan yang mempengaruhi kesejahteraan anak.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang kesehatan masyarakat dan gizi anak. Secara teoritis, penelitian ini dapat menambah wawasan ilmiah mengenai hubungan antara status nutrisi dengan kualitas hidup balita stunting, sehingga dapat memperkaya teori tentang pengaruh gizi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, menjadi referensi ilmiah bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan intervensi gizi, kualitas hidup, dan pencegahan stunting, terutama di wilayah dengan kondisi sosial ekonomi yang serupa, dan memberikan landasan akademik bagi pengembangan konsep dan model intervensi berbasis gizi yang dapat meningkatkan kualitas hidup balita di masa pertumbuhan emas (*golden age*).

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Puskesmas Pandak II

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi terhadap program penanggulangan stunting yang telah berjalan, seperti pemberian PMT, penyuluhan gizi, dan pemantauan tumbuh kembang. Temuan penelitian juga dapat digunakan sebagai dasar dalam perencanaan program intervensi gizi yang lebih efektif dan terarah sesuai kebutuhan masyarakat setempat.

b. Bagi Tenaga Kesehatan dan Kader Posyandu

Penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman tenaga kesehatan dan kader mengenai pentingnya nutrisi dalam menunjang kualitas hidup anak stunting, sehingga mereka dapat memberikan edukasi dan konseling gizi yang lebih tepat sasaran kepada orang tua atau pengasuh balita.

c. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan motivasi bagi orang tua untuk memperhatikan kualitas dan kuantitas asupan gizi anak, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya peran gizi dalam mendukung tumbuh kembang dan kualitas hidup anak secara menyeluruh.

d. Bagi Pemerintah Daerah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam pengambilan kebijakan atau penyusunan program strategis di tingkat daerah, guna mempercepat penurunan angka stunting dan meningkatkan kesejahteraan anak di Kabupaten Bantul.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian terkait kualitas hidup balita stunting. Peneliti selanjutnya disarankan meneliti faktor lain yang belum diteliti, seperti pengetahuan gizi ibu, pendapatan keluarga, sanitasi lingkungan, riwayat ASI eksklusif, dan dukungan keluarga, serta menggunakan desain penelitian yang lebih beragam untuk memperoleh hasil yang lebih komprehensif.

F. Keaslian Penelitian

Dari judul “Hubungan pola makan dengan kualitas hidup balita stunting di Puskesmas Pandak II Kabupaten Bantul” yang diambil peneliti, terdapat penelitian yang hampir serupa peneliti sajikan pada tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Keaslian Penelitian.

No	Penelitian/ Jurnal/Studi	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
1	Rahmawati, D., & Setiawan, H. (2023). Hubungan Asupan Gizi dengan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Jetis II Bantul. <i>Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia</i> , 5(2), 112–120. ⁵	Jenis Penelitian: Penelitian dengan desain cross sectional. Waktu dan Tempat Penelitian: Dilaksanakan pada tahun 2023 di wilayah kerja Puskesmas Jetis II Bantul, Yogyakarta. Populasi dan Sampel: Populasi seluruh balita usia 24–59 bulan, dengan sampel 80 balita yang dipilih menggunakan teknik <i>simple random sampling</i>. Instrumen Penelitian: Kuesioner karakteristik responden, formulir food recall 24 jam, serta pengukuran antropometri menggunakan microtoise dan timbangan digital.	Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan gizi dengan kejadian stunting pada balita ($p < 0,05$). Balita dengan asupan gizi kurang memiliki risiko lebih tinggi mengalami stunting dibandingkan balita dengan asupan gizi cukup.	Persamaan: 1. Desain penelitian: cross sectional 2. Variabel dependen: kejadian stunting 3. Teknik sampling: <i>simple random sampling</i> 4. Kuesioner FFQ dan pengukuran antropometri 5. Uji statistik dengan uji <i>chi square</i> Perbedaan: 1. Variabel independen: asupan gizi sedangkan penelitian saya pola makan 2. Variabel dependen: kejadian stunting, penelitian saya

No	Penelitian/ Jurnal/Studi	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
		Analisis Data: Analisis univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square.		kualitas hidup balita stunting 3. Populasi: seluruh balita usia 24-59 bulan dan sampel 80 orang, penelitian saya populasi semua balita stunting dan sampel balita stunting yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi
2	Fitriani, N., & Lestari, P. (2023). Hubungan Status Gizi dengan Kualitas Hidup Anak Usia 2–5 Tahun di Kota Yogyakarta. <i>Jurnal Keperawatan Anak Indonesia</i> , 11(1), 55–63. ⁶	Jenis Penelitian: Penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Waktu dan Tempat Penelitian: Tahun 2023 di Kota Yogyakarta. Populasi dan Sampel: Populasi anak usia 2–5 tahun di wilayah penelitian, dengan sampel 72 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen Penelitian: Kuesioner Pediatric Quality of Life Inventory (PedsQL) untuk mengukur kualitas hidup serta pengukuran status gizi menggunakan indikator antropometri. Analisis Data: Analisis univariat dan bivariat menggunakan uji Spearman Rank.	Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kualitas hidup anak usia 2–5 tahun ($p < 0,05$). Anak dengan status gizi normal memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan anak dengan status gizi kurang.	Persamaan: 1. Desain penelitian: cross sectional 2. Variabel dependen: kualitas hidup 3. Alat ukur kualitas hidup: PedsQL Perbedaan: 1. Variabel independen: status gizi, sedangkan penelitian saya pola makan 2. Populasi anak usia 2-5 tahun dengan sampel 72, penelitian saya populasi semua balita stunting dan sampel balita stunting yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi 3. Analisa data: uji rank spearman, penelitian saya uji chi square 4. Teknik sampling: <i>purposive sampling</i> , penelitian saya <i>simple random sampling</i>
3	Susanti, R., et al. (2024). Analisis Pola Konsumsi dan Status Gizi terhadap Pertumbuhan	Jenis Penelitian: Penelitian kuantitatif analitik dengan desain cross sectional. Waktu dan Tempat Penelitian: Tahun 2024 di	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola konsumsi dan status gizi memiliki hubungan yang signifikan dengan pertumbuhan balita.	Persamaan: 1. Desain: cross sectional 2. Analisis data: uji chi square 3. Kuesioner konsumsi makan:

No	Penelitian/ Jurnal/Studi	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
	Balita di Kabupaten Sleman. <i>Jurnal Ilmiah Gizi Indonesia</i> , 7(1), 22–31. ⁷	Kabupaten Sleman, Yogyakarta. Populasi dan Sampel: Populasi seluruh balita di wilayah penelitian dengan sampel 90 balita menggunakan teknik cluster sampling. Instrumen Penelitian: Kuesioner pola konsumsi makanan, formulir food frequency questionnaire (FFQ), dan pengukuran antropometri. Analisis Data: Analisis univariat, bivariat menggunakan uji Chi-Square dan analisis multivariat menggunakan regresi logistik.	Balita dengan pola konsumsi yang baik memiliki pertumbuhan yang lebih optimal dibandingkan balita dengan pola konsumsi yang kurang baik.	FFQ dan pengukuran antropometri 4. Variabel independen: pola konsumsi Perbedaan: 1. Teknik sampling: <i>cluster sampling</i> , penelitian saya <i>simple random sampling</i> 2. Populasi seluruh balita dengan sampel 90 balita, penelitian saya populasi semua balita stunting dan sampel sebagian yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi 3. Variabel dependen: pertumbuhan balita, penelitian saya kualitas hidup
4	Wulandari, A., & Pramono, S. (2024). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Kualitas Hidup Balita Stunting di Kabupaten Klaten. <i>Jurnal Kesehatan Masyarakat Nusantara</i> , 9(2), 101–109. ⁸	Jenis Penelitian: Penelitian kuantitatif analitik dengan desain cross sectional. Waktu dan Tempat Penelitian: Tahun 2024 di Kabupaten Klaten, Jawa Tengah. Populasi dan Sampel: Populasi ibu yang memiliki balita stunting, dengan sampel 65 responden menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen Penelitian: Kuesioner pengetahuan ibu tentang gizi dan kuesioner kualitas hidup anak. Analisis Data: Analisis univariat dan bivariat menggunakan uji Spearman Rank.	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan kualitas hidup balita stunting ($p < 0,05$). Semakin baik pengetahuan ibu tentang gizi maka kualitas hidup balita stunting cenderung lebih baik.	Persamaan: 1. Desain: cross sectional 2. Variabel dependen: kualitas hidup Perbedaan: 1. Populasi semua ibu yang memiliki balita stunting dengan sampel 65 orang, penelitian saya populasi semua balita stunting dengan sampel balita stunting yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi 2. Teknik sampling: purposive sampling, penelitian saya <i>simple random sampling</i>

No	Penelitian/ Jurnal/Studi	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
5	Nuraini, L., & Dewi, M. (2025). Hubungan Asupan Makronutrien dan Mikronutrien dengan Kualitas Hidup Anak Stunting di Puskesmas Karanganyar. <i>Journal of Public Health Nutrition Research</i> , 3(1), 41–50. ⁹	Jenis Penelitian: Penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Waktu dan Tempat Penelitian: Tahun 2025 di Puskesmas Karanganyar. Populasi dan Sampel: Populasi anak stunting usia 24–59 bulan dengan sampel 70 responden yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Instrumen Penelitian: Food recall 24 jam untuk menilai asupan makronutrien dan mikronutrien serta kuesioner PedsQL untuk mengukur kualitas hidup anak. Analisis Data: Analisis univariat dan bivariat menggunakan uji Spearman Rank.	Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan makronutrien dan mikronutrien dengan kualitas hidup anak stunting ($p < 0,05$). Anak stunting dengan asupan gizi yang lebih baik memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi.	Persamaan: 1. Variabel dependen: kualitas hidup 2. Instrumen kualitas hidup: PedsQL 3. Kuesioner asupan: FFQ Perbedaan: 1. Variabel independen: asupan makronutrien dan mikronutrien, penelitian saya pola makan 2. Populasi anak stunting usia 24-59 bulan dengan sampel 70 responden, penelitian saya populasi semua balita stunting dengan sampel balita stunting yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi 3. Teknik sampling: total sampling, penelitian saya simple random sampling 4. Analisis data: rank spearman, penelitian saya chi square