

ANALISIS DAMPAK KECUKUPAN PROTEIN TERHADAP RISIKO STUNTING PADA ANAK DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GARUDA

Wiwi Sartika¹, Sara Herlina^{2,*}, Siti Qomariah³

¹²³Profesi Bidan Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan
Universitas Abdurrah, Pekanbaru, Indonesia

Email: wiwi.sartika@univrab.ac.id, sara.herlina@univrab.ac.id, siti.qomariah@univrab.ac.id,
wiwi.sartika@univrab.ac.id

Abstrak

Indonesia masih memiliki banyak permasalahan gizi yang belum terselesaikan, antara lain gizi kurang, gizi buruk, dan gizi lebih. Permasalahan gizi seperti malnutrisi masih menjadi masalah global, dengan sekitar 45% kematian anak di bawah usia 5 tahun disebabkan oleh malnutrisi (WHO, 2016). Asupan energi dan protein yang rendah secara terus-menerus pada anak kecil meningkatkan risiko kekurangan berat badan atau malnutrisi sebesar 1,8 kali lipat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui analisis dampak kecukupan protein terhadap risiko stunting pada anak di wilayah kerja puskesmas garuda. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif analitik korelasi dengan. Penelitian ini menggunakan desain penelitian cross-sectional. Populasi dari penelitian adalah semua anak yang berkunjung dipuskesmas Garuda. Teknik pengumpulan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling*. Hasil penelitian terdapat hubungan kecukupan protein terhadap risiko stunting pada anak di wilayah kerja puskesmas garuda dengan hasil signifikan atau p -value 00.0 dimana ($p > 0.05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecukupan protein terhadap resiko stunting di puskesmas Garuda. Diharapkan dengan penelitian ini dapat memberikan informasi dalam mengevaluasi latar belakang kejadian stunting.

Kata kunci : *Kecukupan Protein, Stunting, Anak*

Abstract

Indonesia still has many unresolved nutritional problems, including malnutrition, poor nutrition and overnutrition. Nutritional problems such as malnutrition are still a global problem, with around 45% of deaths of children under 5 years of age caused by malnutrition (WHO, 2016). Persistent low energy and protein intake in young children increases the risk of being underweight or malnourished by 1.8 times. The aim of this research is to analyze the impact of protein adequacy on the risk of stunting in children in the Garuda Community Health Center working area. This research is a type of correlation analytical quantitative research with. This research uses a cross-sectional research design. The population of the study was all children who visited the Garuda health center. The sample collection technique in this research used accidental sampling technique. The research results show a relationship between protein adequacy and the risk of stunting in children in the working area of the Garuda health center with significant results or p -value 00.0 where ($p > 0.05$) so it can be concluded that there is a significant relationship between protein adequacy and the risk of stunting in the Garuda health center. It is hoped that this research can provide information in evaluating the background of stunting incidents.

Keywords: *Protein, Stunting, children*

Pendahuluan

Keadaan gizi yang baik dan sehat pada masa balita (umur bawah lima tahun) merupakan fondasi penting bagi kesehatannya di masa depan. Anak umur 0-3 tahun memiliki laju pertumbuhan yang cepat, oleh sebab itu ketersediaan zat gizi harus memenuhi kebutuhan untuk pertumbuhan anak yang optimal. Masa 2-3 tahun pertama kehidupan seorang anak adalah masa kritis (*window opportunity*) yang merupakan masa emas untuk pertumbuhan seorang anak. Kondisi yang berpotensi mengganggu pemenuhan zat gizi terutama energi dan protein pada anak usia 0-3 tahun akan menyebabkan masalah gangguan pertumbuhan (*growth faltering*) [9]

Indonesia masih memiliki banyak permasalahan gizi yang belum terselesaikan, antara lain gizi kurang, gizi buruk, dan gizi lebih. Permasalahan gizi seperti malnutrisi masih menjadi masalah global, dengan sekitar 45% kematian anak di bawah usia 5 tahun disebabkan oleh malnutrisi (WHO, 2016). Status gizi bayi dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain asupan energi dan protein (Fitri, Fatimah, Rahfiludin, 2017). Defisiensi zat gizi seperti asupan energi dan protein dalam jangka panjang dapat menyebabkan masalah gizi pada anak kecil, termasuk sindrom defisiensi energi protein (CEP) (Supriasa, 2017).

Jumlah protein yang cukup asalkan mengandung semua jenis asam amino esensial dalam jumlah yang cukup serta mudah dicerna dan diserap tubuh. Asam amino yang dibutuhkan anak di bawah usia 5 tahun adalah lisin, leusin, isoleusin, valin, treonin, fenilalanin, tirosin, metionin, sistein, triptofan, histidin, dan arginin yang sebagian besar bersifat esensial. Oleh karena itu, sebagian besar protein yang dikonsumsi anak kecil harus berkualitas tinggi, seperti protein hewani, karena lebih mudah dicerna dan kandungan asam amino esensialnya lebih lengkap dibandingkan protein nabati (Diniyah, 2017).

Berdasarkan data Risksudas tahun 2018, proporsi balita gizi buruk (berat badan menurut umur) di Indonesia mengalami penurunan sebesar 14% pada tahun 2017 menjadi 13,8%; meningkat dari 2,8% menjadi 3,5% (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan data pemantauan status gizi tahun 2017, terdapat 43,2 liter yang masih kekurangan energi dan 31,9 liter yang kekurangan protein (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Asupan energi dan protein yang rendah secara terus-menerus pada anak kecil meningkatkan risiko kekurangan berat badan atau malnutrisi sebesar 1,8 kali lipat (Soumokit, 2017).

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang bersifat multifaktorial dan terjadi lintas generasi. Di Indonesia, lambatnya pertumbuhan sering dianggap sebagai faktor genetik. Akibat kesalahpahaman yang ada di masyarakat, untuk mengentaskan permasalahan ini tidaklah mudah dan memerlukan upaya yang besar dari pemerintah dan berbagai departemen terkait. Penelitian menunjukkan bahwa faktor genetik hanya mempunyai pengaruh sebesar 15%, dengan faktor penyumbang terbesar adalah masalah makan, hormon pertumbuhan, dan terjadinya infeksi berulang (Kemenkes, 2017).

Faktor langsung yang menyebabkan terhambatnya pertumbuhan antara lain asupan makanan dan infeksi. Asupan energi menunjukkan hubungan yang signifikan dengan frekuensi kejadian stunting. Selain itu, asupan protein, seng, dan zat besi juga berkontribusi terhadap hal ini. Protein berfungsi sebagai jenis jaringan baru selama pertumbuhan dan perkembangan tubuh, serta memelihara, memperbaiki, dan mengganti jaringan yang rusak. Anak-anak yang mendapat cukup energi tetapi kekurangan protein dalam jangka waktu lama akan mengalami pertumbuhan terhambat (Adani, 2017).

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian analitik korelasi dengan menggunakan metode *cross sectional*, dilakukan di Puskesmas Garuda Pekanbaru. Instrument yang digunakan adalah kuesioner. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 225 responden dengan kriteria inklusi dan eksklusi, pengambilan sampel menggunakan probability sampling dengan metode simpel *random sampling*. Analisis data yang digunakan univariat dan bivariat sebelum melakukan uji bivariat dilakuakn uji *spearman's rho*.

Hasil dan Pembahasan

Karakteristik Umum Responden Penelitian

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Asupan Protein Dan Stunting

Kategori	Frekuensi (n)	Presentasi (%)
Asupan Protein		
Tercukup	140	62,2 %
Tidak Tercukupi	85	37,8 %
Total	225	100.0
Stunting		
Normal	61	27,1 %
Tidak Normal	164	72,9%
Total	225	100.0

Berdasarkan tabel 4.1 dari 225 responden mayoritas responden Asupan Protein tercukupi sebanyak 140 orang (62,2%) dan mengalami stunting 164 (72,9%).

Tabel 2. Pengaruh Penggunaan Smartphone terhadap Perkembangan Bahasa

Kategori Asupan Protein	Normal	Tidak Normal	Total	<i>P Value</i>
Tidak Sering	5	56	61	00,0
Sering	135	29	164	
Total	140	85	225	

Berdasarkan Tabel 4.2 hasil analisa bivariat Analisis kecukupan Asupan Protein terhadap stunting dengan uji statistik Spearman'rho menyatakan bahwa terdapat hubungan Penggunaan Smartphone terhadap Perkembangan Bahasa, dengan hasil signifikan atau p -value 00.0 dimana ($p > 0.05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan .

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian di Kecamatan Tamalate kota Makasar yang terdapat hubungan antara protein ($p = 0,014$) dengan status gizi TB/U pada anak balita usia 24-59 bulan. Anindita (2012) dalam penelitiannya juga menemukan hubungan antara

asupan protein dengan stunting pada balita di Semarang. Pada penelitian ini tingkat kecukupan protein memiliki hubungan bermakna dengan kejadian stunting dikarenakan jumlah balita yang tingkat kecukupan proteinnya rendah paling banyak pada balita stunting. Pada Balita stunting terdapat 20 dari 33 balita yang tingkat kecukupan proteinnya belum tercukupi sedangkan, pada balita normal yang belum tercukupi hanya 10 dari 33 balita.

Asupan protein merupakan asupan nutrisi penting bagi anak kecil. asupan protein berhubungan dengan status gizi anak kecil (BB/TB) [6]. Protein membantu membentuk antibodi. Asupan protein yang rendah membuat anak kecil lebih rentan terkena infeksi dan mempengaruhi status gizinya. Namun penelitian ini berbeda dengan penelitian Putri, Sakung, dan Suleiman (2016) dan Soumokil (2017) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara asupan protein dengan status gizi anak kecil (BB/TB). Nafsu makan, asupan energi, sosial ekonomi, dan pengetahuan gizi pada anak kecil. Asupan protein yang tidak mencukupi dapat menyebabkan masalah gizi dan masalah lainnya. Asupan protein berhubungan dengan status gizi bayi (Adani, 2017).

Asupan protein yang rendah pada anak kecil meningkatkan risiko malnutrisi sebesar 1,8 kali dibandingkan anak kecil yang asupan proteinnya cukup [7]. Penelitian lain tidak menemukan hubungan antara asupan protein dengan status gizi pada bayi (BB/U) karena beberapa bayi mempunyai asupan protein yang kurang namun status gizinya normal. Pasal menyatakan bahwa untuk menjaga status gizi bayi, energi harus dihasilkan melalui asupan karbohidrat dan lemak agar cadangan energi tubuh tetap mencukupi untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Hal tersebut wajar saja (Permatasari, 2020).

Baik pria maupun wanita lebih mungkin menderita stunting, namun stunting sebenarnya dapat dicegah jika Anda melakukan lebih dari sekedar pola asuh dan pola makan yang baik. Meskipun jumlah anak laki-laki lebih banyak dibandingkan anak perempuan, proporsi bayi yang menderita stunting hampir sama. Permasalahan ini dapat disebabkan oleh faktor eksternal yang mempunyai dampak besar terhadap stunting, seperti asupan (Permatasari, 2020).

Kesimpulan

Terdapat hubungan tingkat dampak kecukupan protein terhadap risiko stunting pada anak, dengan hasil signifikan atau p -value 0.552 dimana ($p > 0.05$).

Referensi

- Adani, F. Y., Nindya, T. S. 2017. *Perbedaan asupan energi, protein, zink, dan perkembangan pada balita stunting dan non stunting*. Amerta Nutrition. 1(2): 46-51.
- Diniyyah, S. R., & Nindya, T. S. (2017). *Asupan Energi, Protein dan Lemak dengan Kejadian Gizi Kurang pada Balita Usia 24-59 Bulan di Desa Suci, Gresik*. Amerta Nutrition, 1(4), 341. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i4.7139>
- Putri WW, Sakung J, Suleiman R. *Hubungan Tingkat Konsumsi Energi Dan Protein Dengan Status Gizi Anak Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Talise Kecamatan Mantikulore Kota Palu*. Promot J Kesehat Masy. 2017;6(2):103.
- Permatasari, R. H., Yogisutanti, G., & Sobariah, E. (2020). *Faktor-Faktor yang*



Berhubungan dengan Status Gizi Balita pada Usia 12-23 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Citeureup Kota Cimahi. Kesmas Indonesia, 12(1), 16.
<http://jos.unsoed.ac.id/index.php/kesmasindo/article/view/1705/1355>

Kementrian Kesehatan RI. 2018. Profil Kesehatan Indonesia 2017. Jakarta: Kemenkes RI. Diakses pada tanggal 31 Januari 2019 dari
<http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profilkesehatanindonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-tahun-2017.pdf>

Rusyantia, A. 2016. *Hubungan Asupan Energi, Protein dan Protein Ikan Dengan Status Gizi Anak Balita Di Desa Rangai Tri Tunggal Kecamatan Katibung Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2014*. Jurnal Kebidanan. 2(2): 65-73.

Soumokil, O. (2017). *Hubungan Asupan Energi dan Protein Dengan Status Gizi Anak Balita di Kecamatan Nusalaut Kabupaten Maluku Tengah*. Global Health Science, 2(4), 341-350.

Supariasa & Hardinsyah. 2017. *Ilmu Gizi : Teori dan Aplikasi*. Jakarta: EGC.

Prihatini S, Gizi P, Litbangkes B, Ri K. *Gambaran Keragaman Makanan Dan Sumbangannya Terhadap Konsumsi*