

JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

Hubungan Asupan Protein Ikan Sebagai Pencegahan Stunting pada Balita

The Relationship between Fish Protein Intake as a Prevention of Stunting in Toddlers

Dianti Ias Oktaviasari, Mia Ashari Kurniasari, Arrsillaufiatma Mayhimamia,
Ni'matu Zuliana, Krisnita Dwi Jayanti, Endah Retnani Wismaningsih,
Andra Dwitama Hidayat, Ratna Frenty Nurkhalim

Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

Article Info

Article History

Received: 24 Sep 2024

Revised: 30 Sep 2024

Accepted: 04 Oct 2024

ABSTRACT / ABSTRAK

The condition of failure to grow that causes stunted growth in children is called stunting. Stunted toddlers have a lower posture. Protein intake is one of the substances that can affect the occurrence of poor growth. One of the food sources rich in protein is fish. In Lamongan Regency, the number of stunted toddlers is more found in non-coastal areas than in coastal areas. This study aims to analyze the relationship between fish protein intake in toddlers on coastal and non-coastal areas. The method used an analytical survey with a cross-sectional design, the technique used was purposive sampling with a sample of 90 toddlers. The results of the study showed, based on the Chi-Square statistical test, the P-Value was 0.002 (<0.05), which indicated a relationship between fish protein intake and stunting incidence in toddlers in coastal and non-coastal areas. The conclusion of this study is that there is a significant relationship between fish consumption in toddlers in coastal and non-coastal areas in stunting prevention.

Keywords: Stunting, Protein, Coastal and Non-Coastal Areas

Kondisi gagal tumbuh yang menyebabkan terhambatnya pertumbuhan pada anak disebut stunting. Balita stunting mempunyai postur tubuh yang lebih rendah. Asupan Protein merupakan salah satu zat yang dapat mempengaruhi terjadinya pertumbuhan yang buruk. Salah satu sumber makanan yang kaya protein adalah Ikan. Di Kabupaten Lamongan, jumlah balita stunting lebih banyak ditemukan di wilayah non-pesisir dibanding di pesisir. Penelitian ini mempunyai tujuan menganalisis hubungan asupan protein ikan pada balita di pesisir dan non-pesisir. Metode menggunakan *survey analitik* dengan desain *cross-sectional study*, Teknik sampling yang digunakan *purposive sampling* dengan sampel sebanyak 90 balita. Hasil penelitian menunjukkan, berdasarkan uji statistik Chi-Square, nilai P-Value sebesar 0,002 (<0,05), yang mengindikasikan adanya hubungan asupan protein ikan dan kejadian stunting pada balita di wilayah pesisir dan non pesisir. Kesimpulan dari penelitian ini adalah, terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi ikan pada balita di wilayah pesisir dan non-pesisir dalam pencegahan stunting.

Kata kunci: Stunting, Protein, Wilayah Pesisir dan Non pesisir

Corresponding Author:

Name : Mia Ashari Kurniasari

Affiliate : Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

Address : Jl. KH Wachid Hasyim No.65, Bandar Lor, Kediri, Kota Kediri, Jawa Timur 64114

Email : mia.ashari@iik.ac.id

PENDAHULUAN

Retardasi Pertumbuhan adalah kegagalan perkembangan anak di bawah usia lima tahun. Stunting disebabkan oleh kekurangan gizi kronis, oleh karena itu, bayi tersebut lebih kecil dibanding anak-anak seusianya. Kekurangan gizi terjadi ini bisa dimulai sejak dalam kandungan atau pada masa awal setelah kelahiran. Secara global 149,2 juta anak di bawah usia lima tahun terkena dampak stunting. Asia Tenggara mempunyai angka kejadian stunting tertinggi, dengan urutan pertama yaitu Indonesia dengan prevalensi mencapai 31,8%². Prevalensi stunting secara nasional menurun 3,3%, dari 27,7% pada tahun 2019 menjadi 24,4% pada tahun 2021. Di Provinsi Jawa Timur, angka stunting juga mengalami penurunan, dari 26,86% pada tahun 2019 menjadi 23,5% pada tahun 2021. Kabupaten Lamongan, yang berada di bagian Timur Jawa Timur termasuk dalam 100 Kabupaten atau Kota Prioritas untuk intervensi stunting di Provinsi tersebut (TNP2K, 2017).

Menurut Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Lamongan tahun 2021, wilayah non-pesisir dengan angka stunting tertinggi adalah Kecamatan Mantup, dengan Prevalensi sebesar 10,83% dan kasus terbanyak ditemukan di Desa Sukobendo. Sementara itu, wilayah pesisir, Kecamatan Brondong, tepatnya di Desa Sedayulawas, memiliki prevalensi stunting yang jauh lebih rendah, yaitu sebesar 0,25%.

Kasus stunting berhubungan dengan kurangnya asupan makanan bergizi. Protein adalah nutrisi yang berperan dalam mempengaruhi terjadinya hambatan pertumbuhan. Karena tubuh bayi membutuhkan Protein sebagai zat untuk membangun, memelihara, dan memperbaiki jaringan tubuh, maka kualitas dan kuantitas asupan protein berdampak besar terhadap asupan gizinya, sehingga bayi dengan asupan protein yang tidak mencukupi berisiko mengalami asupan protein yang buruk agar bayi mendapatkan cukup protein, karena mereka berisiko lebih tinggi mengalami stunting. (Hanum, Khosam and Masyarakat, 2014). Berdasarkan DBMP Indonesia, setiap ikan segar 50 Gram mempunyai kandungan 10 Gram protein. Maka dari itu, mengonsumsi ikan dapat menjadi solusi masalah stunting karena kandungan protein dalam ikan dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan pada balita. Dalam kandungan Ikan begitu banyak manfaatnya termasuk lipid, vitamin dan mineral yang baik serta dapat membantu pertumbuhan anak, ikan merupakan sumber hewani yang penting dalam mencukupi kebutuhan gizi masyarakat Indonesia (Djunaidah, 2017).

Menurut Aprilia pada tahun 2014 menyatakan balita wilayah pesisir dinilai lebih banyak mengonsumsi ikan dibandingkan dengan wilayah non pesisir. Asupan protein dari ikan berkaitan dengan kasus stunting, karena wilayah non pesisir lebih sedikit dalam mengonsumsi ikan maka berisiko lebih besar dibandingkan dengan wilayah pesisir. Berdasarkan uraian diatas, penelitian ini mempunyai tujuan apakah terdapat korelasi antara tingkat asupan protein ikan pada balita di wilayah pesisir dan non- pesisir dalam upaya pencegahan stunting di Kabupate Lamongan.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini berjenis kuantitatif. Metode penelitian menggunakan analitik observasional dengan *cross-sectional study*. Populasi terdiri dari 1.255 balita, yang terdiri dari 898 balita di Desa Sedayulawas Kecamatan Brondong daerah pesisir dan 357 balita di Desa Sukobendu Kecamatan Mantup daerah non pesisir. Setelah dihitung dengan rumus Slovin,

sampel penelitian diperoleh sebanyak 90 balita, yang terdiri dari 64 balita di Desa Sedayulawas Kecamatan Brondong dan 26 balita di Desa Sukobendu Kecamatan Mantup, Kabupaten Lamongan. Menggunakan Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan kriteria inklusi yang digunakan adalah 1). Balita berusia 6 bulan sampai 5 tahun, 2). Balita yang berdominisili di desa Sedayulawas dan Desa Sukobendo, 3). Ibu atau anggota keluarga yang berperan sebagai pengasuh, sedangkan untuk kriteria eksklusinya 1). Ibu Balita atau anggota keluarga yang mengasuh dengan cacat fisik dan mental, seperti tidak bisa mendengar maupun melihat serta keterbelakangan mental. Instrumen penelitian meliputi formulir FFQ-semi kuantitatif, pengukuran panjang badan, mikrotoice, dan kuesioner untuk data diri responden. Analisis data dilakukan dengan uji Chi-square. Sebelum penelitian dilaksanakan, uji etik dilakukan terlebih dahulu untuk menentukan kelayakan penelitian ini pada manusia, yang dilakukan di Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri dengan nomor etik 19/FTMK/EP/IX/2024.

HASIL

Karakteristik Responden

Data Karakteristik umum berdasarkan jenis kelamin, dan Jenis Pekerjaan Orang Tua, disajikan pada tabel 1:

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik		Pesisir		Non Pesisir	
		n	%	n	%
Jenis Kelamin Balita	Laki-laki	36	56,3	14	53,7
	Perempuan	28	43,8	12	46,2
Pekerjaan Orang Tua	PNS/Pegawai Swasta	1	1,6	1	3,8
	Buruh	0	0,0	0	0,0
	Petani/Nelayan	63	98,4	24	92,3
	Pedagang	0	0,0	1	3,8

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel di atas, dari 64 responden di wilayah pesisir, sebanyak 36 responden (56,3%) adalah laki-laki, sedangkan 28 responden (43,8%) adalah perempuan. Di wilayah non-pesisir, terdapat 14 responden (53,8%) yang berjenis kelamin laki-laki dan 12 responden (46,2%) yang berjenis kelamin perempuan. Dengan demikian, mayoritas responden adalah laki-laki. Dilihat dari karakteristik pekerjaan orang tua di wilayah pesisir sebanyak 1 (1.6%) bekerja sebagai PNS/Pegawai Swasta dan sebanyak 63 (98.4%) orang tua balita bekerja sebagai petani/nelayan. Sedangkan pada wilayah non pesisir dari 26 responden sebanyak 1 (3.8%) orang bekerja sebagai PNS/Pegawai Swasta, 24 (92.3%) bekerja sebagai petani dan 1 (3.8%) bekerja sebagai pedagang. Maka dari itu, mayoritas pekerjaan orang tua balita di wilayah pesisir adalah nelayan dan untuk wilayah non pesisir mayoritas bekerja sebagai petani.

Analisis Univariat

Hasil penelitian mengenai tingkat asupan protein dari ikan, dan kejadian stunting pada balita di wilayah pesisir dan non-pesisir adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Tingkat Asupan Protein Ikan dan Kejadian Stunting Pada Balita

Variabel		Pesisir		Non Pesisir	
		n	%	n	%
Tingkat Asupan Protein	Sangat Kurang (<80%)	1	1,6	1	1,6
	Kurang (80 - <100%)	1	1,6	6	23,1
	Normal (100 - <120%)	61	95,3	19	73,1
	Lebih (\geq 120%)	1	1,6	0	0,0
Kejadian Stunting	Stunting	2	3,1	7	26,9
	Tidak Stunting	62	96,9	19	73,1

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel diatas dari 64 balita di wilayah pesisir sebanyak 61 (95.3%) balita memiliki asupan protein dalam kategori normal (100- <120%). Kemudian di wilayah non pesisir dari 26 balita sebanyak 19 (73.1%) memiliki asupan protein dengan kategori normal (100-<120). Maka dapat disimpulkan bahwa balita di wilayah non pesisir memiliki tingkat asupan protein kategori kurang lebih banyak dibandingkan dengan wilayah pesisir.

Berdasarkan kejadian stunting, dari 64 balita yang berada di wilayah pesisir sebanyak 62 (96.9%) tidak mengalami stunting, sementara 2 (3.1%) balita mengalami stunting. Di wilayah non-pesisir, dari 26 balita, terdapat 19 balita (73,1%) yang tidak mengalami stunting dan 7 balita (26,9%) yang mengalami stunting. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa jumlah balita yang mengalami stunting di wilayah non-pesisir lebih banyak dibandingkan dengan di wilayah pesisir.

Analisis Bivariat

Hasil Analisis hubungan asupan protein dari ikan dengan kejadian stunting pada Balita sebagai berikut:

Tabel 3. Hubungan Asupan Protein Ikan dan Kejadian Stunting Pada Balita

Asupan Protein	Kejadian Stunting Pada Balita				Total		p-Value
	Stunting		Tidak Stunting		n	%	
	n	%	n	%			
Sangat Kurang	1	50.0	1	50.0	2	100	0,002
Kurang	4	57.1	3	42.9	7	100	
Normal	4	5.0	76	95.0	80	100	
Lebih	0	0.0	1	100.0	1	100	

Sumber: Data Primer (diolah), 2023

Berdasarkan tabel diatas didapatkan P-Value sebesar 0,002 (<0,05) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara asupan protein ikan dengan kejadian stunting pada balita.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa balita yang rutin mengonsumsi ikan cenderung jarang mengalami stunting. Hal ini sesuai dengan PGS (2014) menyebutkan bahwa untuk

mencapai gizi yang seimbang dibutuhkan konsumsi makanan berprotein dan dikonsumsi setiap hari sehingga akan menghasilkan gizi yang lebih baik dan lebih lengkap. Pernyataan ini diperkuat oleh Anggun (2018), yang mengungkapkan adanya hubungan signifikan antara prevalensi stunting dan konsumsi protein ikan. Ikan berperan penting sebagai sumber energi, protein, dan berbagai nutrisi esensial, sehingga mendukung pertumbuhan dan membantu kebutuhan nutrisi seseorang (Sa'adillah, 2014).

Menurut penelitian Aryani (2023), terdapat hubungan signifikan antara konsumsi ikan dan kejadian stunting. Penelitian ini menunjukkan bahwa protein yang terkandung dalam ikan kaya akan omega-3, yang sangat bermanfaat untuk kesehatan (Salman *et al.*, 2019). Selain itu, penelitian oleh Nirmala dkk (2022) juga menyatakan bahwa asupan nutrisi lokal adalah kunci untuk mendukung tumbuh kembang anak yang optimal, dan ketersediaan pangan ikan laut dapat memengaruhi terjadinya stunting. Pendapat ini juga didukung oleh Yuliantini E dkk (2022) menyebutkan adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi protein (ikan) dengan kejadian stunting di wilayah pesisir. Selain itu beberapa penelitian juga mengemukakan bahwa kejadian stunting dipicu atau didukung karena kurangnya asupan protein. Asupan protein mendukung penuh untuk pertumbuhan anak. Hal ini juga dikemukakan oleh Annisa & Pratiwi R (2017) mengemukakan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara konsumsi jenis ikan terhadap kejadian stunting.

Konsumsi ikan dapat diberikan kepada balita karena ikan mengandung asupan protein dan asam amino lengkap dalam menunjang tumbuh kembang anak Kardila (2019). Studi tambahan mengungkapkan bahwa anak-anak dibawah usia lima tahun yang tidak terpenuhi asupan proteinnya dengan baik memiliki kemungkinan 6,1 lebih besar menderita stunting dibandingkan dengan yang mendapatkan cukup protein Oktaviana *et al* (2018). hal ini juga didukung dengan penelitian dari Puady A & Santika A (2024) menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara asupan protein didalam kandungan ikan dengan kejadian stunting.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan signifikan antara asupan protein ikan dan kejadian stunting pada balita di wilayah pesisir dan non-pesisir. Sehingga dapat disimpulkan bahwa yang bertempat tinggal di daerah pesisir mempunyai potensi lebih rendah terkena stunting dibandingkan dengan di non pesisir dikarenakan di tempat pesisir banyak yang mengkonsumsi ikan, sehingga dapat mencegah kejadian stunting pada balita. Diharapkan kepada ibu memberikan olahan makanan dari ikan yang lebih beragam dan tetap mempertimbangkan nilai gizi serta bagi Pemerintah dan tenaga kesehatan yang berwenang dapat dibutakan program yang berkaitan dengan gemar makan ikan agar frekuensi konsumsi ikan di masyarakat terutama balita semakin baik sebagai upaya Pencegahan Stunting.

DAFTAR PUSTAKA

Anggun, R. (2018). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Ikan dan Asupan Protein Hewani dengan Kejadian Stunting Batita di Pulau Pasaran Kotamadya Bandar Lampung. *Jurnal Surya Medika*, 4(1), 67-71.

- Aprilia, F., Susilowati, A., & N.A. Darjono, U. (2014). Perbedaan Pola Konsumsi Ikan Dan Status Kesehatan Gigi Dan Mulut Pada Anak Usia Sekolah Dasar (7-12 Th) Di Daerah Pesisir Dan Non Pesisir Kabupaten Jepara Tahun 2012. *ODONTO: Dental Journal*, 1(1), 6.
- Aryani P Ni dkk. (2023). Hubungan Pemanfaatan Lahan Dan Konsumsi Protein Ikan Lele dengan Kejadian Stunting. *Jurnal Ilmiah Permas:Jurnal Ilmiah Stikes Kendal* 13(3).
- Djunaidah, I. S. (2017). Tingkat Konsumsi Ikan di Indonesia: Ironi di Negeri Bahari. *Jurnal Penyuluhan Perikanan Dan Kelautan*, 11(1), 12-24. <https://doi.org/10.33378/jppik.v11i1.82>
- Hanum, F., Khomsan, A., & Masyarakat, D. G. (2014). Hubungan Asupan Gizi dan Tinggi Badan Ibu dengan Status Gizi Anak Balita. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 9(1), 1-6.
- Kardilla. (2019). Hubungan Konsumsi Ikan dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 2-5 Tahun di Puskesmas Rubaru Sumenep.
- Nirmala R Intan & Octavia Lestari. (2022). Peran Makanan Laut Sumber Protein dan anak Stunting di Wilayah Pesisir. *Jurnal Stunting Pesisir dan Aplikasinya* 1(2). DOI: 10.36990/jspa.v1i2.707
- Oktaviani, A. C., Pratiwi, R., & Rahmadi, F. A. (2018). Asupan Protein Hewani Sebagai Faktor Risiko Perawakan Pendek Anak Umur 2-4 Tahun. *Jurnal Kedokteran Diponegoro (Diponegoro Medical Journal)*, 7(2), 977-989. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico/article/view/20846>
- Sa'dillah F. Ulasan Singkat FAO 2014: Peluang dan tantangan sektor perikanan [Internet]; 2014. [Cited 2016, January 21]; available from: [http://www.wpi.kkp.go.id/index.php/86-kilas-perdagangan-dunia/113-ulasan-singkat-fao-2014-peluang-dan-tantangan sector perikanan](http://www.wpi.kkp.go.id/index.php/86-kilas-perdagangan-dunia/113-ulasan-singkat-fao-2014-peluang-dan-tantangan-sector-perikanan)
- Salman, Y., Kadhijah, S., & Suryani, N. (2019). Analisis Kandungan Zat Gizi Makro Biskuit Dengan Formulasi Tepung Ikan Lele Dan Tepung Kedelai Dalam Upaya Mencegah Stunting. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, X (1).
- Paudy A & Sartika N Arindah. (2024). Hubungan Frekuensi Konsumsi ikan dan Asupan Protein Hewani dengan Kejadian Stunting Pada Balita di Wilayah Puskesmas Pulau Panggang Kepulauan Seribu. *Jurnal Kesehatan Tambusai* 5(3).
- TNP2K (2017) '100 Kabupaten/Kota Prioritas untuk Intervensi Anak Kerdil (Stunting): Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan', Jakarta, 2(c), p. 287.
- Yuliantini Emy, dkk. (2022). Asupan makanan dengan kejadian stunting pada keluarga nelayan di kota Bengkulu. *Action:Aceh Nutrition Journal* 7(1). DOI: <http://dx.doi.org/10.30867/action.v7i1.579>