JOURNAL OF Community Health Issues
ISSN 2809-2511 (Print)
ISSN 2809-2724 (Online)
DOI : 10.56922
https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/chi

Submitted: July 29, 2026 Accepted: September 29, 2026 Published: September 30, 2026

Hubungan asupan protein dan frekuensi konsumsi *makrofauna akuatik* dengan status gizi balita usia 7–24 bulan di Kampung Gedung Karya Jitu

Ni Komang Nia Yuliana*, Adhi Nurhartanto, Dewi Woro Astuti

Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia
Korespondensi penulis: Ni Komang Nia Yuliana. *Email: nikomangniayuliana27@gmail.com

Abstract

Background: Although Kampung Gedung Karya Jitu has abundant fisheries and aquatic resources, field data indicate persistent growth problems, particularly stunting, as well as inadequate daily protein intake among toddlers.
Purpose: To determine the association between protein intake and the frequency of aquatic food consumption and nutritional status among toddlers aged 7–24 months in Kampung Gedung Karya Jitu.
Method: This quantitative study employed an analytic observational design with a cross-sectional approach. A total of 66 toddlers were selected using total sampling. Data were collected using a 24-hour dietary recall, Food Frequency Questionnaire (FFQ), and direct anthropometric measurements. Data were analyzed using the Chi-square test.
Results: Protein intake and aquatic food consumption frequency were significantly associated with height-for-age (HAZ) and stunting status (p=0.000). Protein intake was also significantly associated with weight-for-age (WAZ) (p=0.002). However, no significant association was found between these variables and BMI-for-age (BAZ).
Conclusion: Inadequate protein intake and low frequency of aquatic food consumption were associated with impaired linear growth, as reflected by stunting, but were not significantly associated with BMI-for-age. These findings highlight the potential importance of adequate protein intake and locally available aquatic foods in supporting optimal growth among toddlers.

Keywords: Aquatic Food Consumption; Nutritional Status; Protein Intake; Stunting; Toddlers.

Pendahuluan: Meskipun Kampung Gedung Karya Jitu memiliki potensi sumber daya perikanan dan perairan yang melimpah, data lapangan menunjukkan masih terdapat masalah pertumbuhan fisik (stunting) serta rendahnya rata-rata asupan protein harian balita yang belum memenuhi kebutuhan biologis.
Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara asupan protein dan frekuensi konsumsi makrofauna perairan dengan status gizi balita usia 7–24 bulan di wilayah tersebut.
Metode: Penelitian kuantitatif menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sampel terdiri atas 66 balita yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan melalui 24-hour Food Recall, Food Frequency Questionnaire (FFQ), dan pengukuran antropometri secara langsung. Analisis data dilakukan menggunakan uji Chi-square.
Hasil: Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein dan pola konsumsi pangan perairan dengan status tinggi badan menurut umur (TB/U) atau kejadian stunting (p=0,000). Asupan protein juga berhubungan signifikan dengan berat badan menurut umur (BB/U) (p=0,002). Namun, tidak ditemukan hubungan yang signifikan dengan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U).
Simpulan: Asupan protein yang tidak mencukupi dan rendahnya frekuensi konsumsi pangan perairan berhubungan dengan gangguan pertumbuhan linear pada balita yang ditunjukkan oleh kejadian stunting, tetapi tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan proporsi massa tubuh berdasarkan IMT/U.

Kata Kunci: Asupan Protein; Balita; Makrofauna Perairan; Status Gizi; Stunting.

DOI: https://doi.org/10.56922/chi.v3i4.4152

PENDAHULUAN

Status gizi balita merupakan salah satu indikator penting dalam menggambarkan kondisi kesehatan masyarakat dan kualitas sumber daya manusia pada masa mendatang. Hal ini menjadi semakin penting pada anak yang tinggal di wilayah pesisir, karena kondisi sosial ekonomi, pola konsumsi, serta ketersediaan dan pemanfaatan pangan lokal dapat memengaruhi pemenuhan kebutuhan gizi (Wati et al., 2024). Secara global, masalah malnutrisi pada anak balita masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat, termasuk di kawasan Asia yang masih memiliki beban stunting, wasting, dan masalah gizi lainnya yang cukup besar (UNICEF, WHO, & World Bank Group, 2020). Pemerintah Indonesia juga menempatkan peningkatan status gizi dan percepatan penurunan stunting sebagai bagian dari prioritas pembangunan kesehatan nasional (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Status gizi balita dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pengetahuan ibu mengenai gizi, praktik pemberian makan, kondisi sosial ekonomi, serta ketersediaan pangan di tingkat rumah tangga (Karimah et al., 2024).

Protein merupakan salah satu zat gizi makro yang berperan penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama selama periode awal kehidupan. Pada masyarakat pesisir, ikan dan hasil perairan lainnya berpotensi menjadi sumber protein hewani yang dapat dimanfaatkan sebagai bagian dari pola makan balita (Yustrina & Angkasa, 2011). Asupan protein yang tidak mencukupi dapat menghambat proses pertumbuhan dan perkembangan anak karena protein diperlukan untuk pembentukan dan pemeliharaan jaringan tubuh, termasuk massa otot dan berbagai fungsi fisiologis. Kekurangan asupan protein yang berlangsung dalam jangka panjang dapat berkontribusi terhadap terjadinya masalah gizi, termasuk berat badan kurang dan gangguan pertumbuhan linear (Sumarti et al., 2025). Gangguan pertumbuhan yang terjadi pada periode awal kehidupan juga dapat memberikan konsekuensi jangka panjang terhadap kesehatan dan kapasitas produktif individu pada masa dewasa (Helmyati et al., 2020).

Di Provinsi Lampung, stunting masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019a; 2019b). Kabupaten Tulang Bawang juga masih menghadapi permasalahan stunting pada balita, dengan prevalensi sebesar 18,3% pada tahun 2024 (Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Provinsi Lampung, 2025). Salah satu wilayah yang memiliki karakteristik menarik untuk dikaji adalah Kampung Gedung Karya Jitu, Kecamatan Rawajitu Selatan. Wilayah ini memiliki keterkaitan erat dengan sumber daya perairan, sehingga ikan dan hasil perairan lainnya berpotensi menjadi sumber pangan lokal, khususnya sumber protein hewani bagi masyarakat. Namun, ketersediaan sumber pangan di lingkungan tidak selalu menjamin bahwa pangan tersebut dikonsumsi secara optimal oleh balita. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kemungkinan kesenjangan antara potensi ketersediaan pangan lokal dan pemanfaatannya dalam memenuhi kebutuhan gizi anak (Sugiatmi et al., 2023).

Hasil pra-penelitian pada April 2026 menunjukkan bahwa konsumsi ikan dan hasil perairan pada balita di wilayah penelitian masih relatif rendah, yaitu sekitar 2–3 kali per minggu. Selain itu, rerata asupan protein harian yang diperoleh dari hasil pengukuran awal juga masih berada di bawah kebutuhan protein anak pada kelompok usia 7–24 bulan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Penilaian kebutuhan protein tersebut perlu mengacu pada Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang ditetapkan dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019, bukan menggunakan istilah "kecukupan biologis" (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Kondisi tersebut menunjukkan perlunya kajian lebih lanjut mengenai pola konsumsi sumber protein lokal dan hubungannya dengan status gizi balita.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat asupan protein dan frekuensi konsumsi ikan serta hasil perairan lainnya dengan status gizi balita usia 7–24 bulan di Kampung Gedung Karya Jitu, Kecamatan Rawajitu Selatan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai pemanfaatan sumber protein lokal sebagai salah satu faktor yang berkaitan dengan status gizi balita di wilayah yang memiliki potensi sumber daya perairan.

Ni Komang Nia Yuliana*, Adhi Nurhartanto, Dewi Woro Astuti

Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia
Korespondensi penulis: Ni Komang Nia Yuliana. *Email: nikomangniayuliana27@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.56922/chi.v3i4.4152

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif analitik observasional dengan desain cross-sectional untuk menganalisis hubungan antara asupan protein dan frekuensi konsumsi makrofauna akuatik dengan status gizi anak usia 7–24 bulan. Penelitian dilaksanakan pada Mei 2026 di Posyandu Kampung Gedung Karya Jitu, Kecamatan Rawajitu Selatan, Kabupaten Tulang Bawang.

Populasi penelitian adalah seluruh anak usia 7–24 bulan di Kampung Gedung Karya Jitu. Pengambilan sampel menggunakan total sampling, sehingga diperoleh 66 anak. Kriteria inklusi meliputi anak usia 7–24 bulan yang berdomisili di wilayah penelitian, memiliki ibu yang mampu berkomunikasi, dan bersedia mengikuti penelitian melalui *informed consent*. Kriteria eksklusi meliputi anak dengan penyakit kronis atau kelainan bawaan, sedang menjalani pengobatan, dan tidak hadir saat pengumpulan data.

Data dikumpulkan melalui pengukuran antropometri, 24-hour dietary recall, dan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) enam item. Panjang badan diukur menggunakan *length board/infantometer* dengan ketelitian 0,1 cm, sedangkan berat badan diukur menggunakan timbangan bayi digital dengan ketelitian 0,01 kg. Asupan protein dihitung berdasarkan *24-hour dietary recall* menggunakan NutriSurvey dan/atau Tabel Komposisi Pangan Indonesia, kemudian dibandingkan dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG) dan dikategorikan menjadi defisit (<80% AKG) dan adekuat (≥80% AKG). Frekuensi konsumsi makrofauna akuatik dinilai menggunakan FFQ dan dikategorikan menjadi jarang (<41,7% skor) dan sering (≥41,7% skor) berdasarkan *cut-off* yang telah ditentukan.

Status gizi ditentukan menggunakan aplikasi WHO Anthro berdasarkan indikator panjang badan menurut umur (PB/U), berat badan menurut umur (BB/U), dan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U). Status gizi berdasarkan PB/U dikategorikan menjadi stunting (<−2 SD) dan tidak stunting (≥−2 SD). Berdasarkan BB/U, status gizi dikategorikan menjadi berat badan kurang (<−2 SD) dan normal (≥−2 SD). Berdasarkan IMT/U, status gizi dikategorikan menjadi tidak normal (<−2 SD atau >+1 SD) dan normal (−2 SD sampai +1 SD).

Data diolah melalui tahap editing, coding, entry, dan cleaning. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi setiap variabel. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji Chi-square dengan tingkat kemaknaan α=0,05 untuk menganalisis hubungan antara asupan protein dan frekuensi konsumsi makrofauna akuatik dengan masing-masing indikator status gizi (PB/U, BB/U, dan IMT/U). Fisher's Exact Test digunakan apabila asumsi Chi-square tidak terpenuhi. Hubungan dinyatakan bermakna apabila p<0,05.

Ni Komang Nia Yuliana*, Adhi Nurhartanto, Dewi Woro Astuti

Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia
Korespondensi penulis: Ni Komang Nia Yuliana. *Email: nikomangniayuliana27@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.56922/chi.v3i4.4152

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden (N=66)

Variabel	Hasil
Usia (Mean±SD)(Rentang)(Bulan)	(15,42 ± 4,36)(7-24)
Jenis Kelamin (n/%)	
Laki-laki	26/39,4
Perempuan	40/60,6
PB/U (n/%)	
Normal	50/75,8
Pendek (stunting)	14/21,2
Tinggi	2/3,0
BB/U (n/%)	
BB Normal	52/78,8
BB Kurang (underweight)	9/13,6
Risiko BB Lebih	5/7,6
IMT/U (n/%)	
Gizi Normal	44/66,7
Gizi Kurang (wasted)	8/12,1
Gizi Lebih (overweight)	14/21,2
Asupan Protein (n/%)	
Defisit	14/21,2
Adekuat	52/78,8
Frekuensi Konsumsi *Makrofauna Akuatik* (n/%)	
Jarang	31/47,0
Sering	35/53,0

Berdasarkan tabel karakteristik subjek penelitian, sebanyak 66 balita usia 7–24 bulan berpartisipasi dalam penelitian. Rata-rata usia balita adalah 15,42 ± 4,36 bulan, dengan rentang usia 7–24 bulan. Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar balita berjenis kelamin perempuan, yaitu 40 balita (60,6%), sedangkan laki-laki sebanyak 26 balita (39,4%).

Berdasarkan indikator panjang badan menurut umur (PB/U), sebagian besar balita berada pada kategori normal, yaitu 50 balita (75,8%), sedangkan 14 balita (21,2%) termasuk kategori pendek (stunting) dan 2 balita (3,0%) termasuk kategori tinggi. Berdasarkan berat badan menurut umur (BB/U), sebanyak 52 balita (78,8%) memiliki berat badan normal, 9 balita (13,6%) termasuk kategori berat badan kurang (underweight), dan 5 balita (7,6%) berada pada kategori risiko berat badan lebih.

Berdasarkan indikator indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U), sebanyak 44 balita (66,7%) memiliki status gizi normal, 8 balita (12,1%) termasuk kategori gizi kurang (wasted), dan 14 balita (21,2%) termasuk kategori gizi lebih (overweight). Berdasarkan asupan protein, sebagian besar balita memiliki asupan protein yang adekuat, yaitu 52 balita (78,8%), sedangkan 14 balita (21,2%) memiliki asupan protein dalam kategori defisit. Berdasarkan frekuensi konsumsi *makrofauna akuatik*, 35 balita (53,0%) berada pada kategori sering dan 31 balita (47,0%) pada kategori jarang.

Ni Komang Nia Yuliana*, Adhi Nurhartanto, Dewi Woro Astuti

Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia
Korespondensi penulis: Ni Komang Nia Yuliana. *Email: nikomangniayuliana27@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.56922/chi.v3i4.4152

Tabel 2. Hubungan Asupan Protein dengan Status Gizi

Variabel	Asupan Protein		p-value
	Defisit (n=14)	Adekuat (n=52)	
PB/U (n/%)			
Normal	0/0	50/96,2	0,000
Pendek (stunting)	14/100	0/0	
Tinggi	0/0	2/3,8	
BB/U (n/%)			
BB Normal	7/50,0	45/86,5	0,002
BB Kurang (underweight)	6/42,9	3/5,8	
Risiko BB Lebih	1/7,1	4/7,7	
IMT/U (n/%)			
Gizi Normal	8/57,1	36/69,2	0,682
Gizi Kurang (wasted)	2/14,3	6/11,5	
Gizi Lebih (overweight)	4/28,6	10/19,2	

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan status gizi berdasarkan indikator PB/U (p=0,000). Seluruh balita dengan asupan protein defisit mengalami status PB/U pendek (stunting), yaitu 14 balita (100%). Sebaliknya, pada kelompok asupan protein adekuat, sebagian besar balita memiliki PB/U normal, yaitu 50 balita (96,2%), sedangkan 2 balita (3,8%) berada pada kategori tinggi.

Pada indikator BB/U, terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein dan status gizi (p=0,002). Pada kelompok asupan protein defisit, 7 balita (50,0%) memiliki berat badan normal, 6 balita (42,9%) termasuk kategori berat badan kurang, dan 1 balita (7,1%) berada pada kategori risiko berat badan lebih. Pada kelompok asupan protein adekuat, sebagian besar balita memiliki berat badan normal, yaitu 45 balita (86,5%), sedangkan 3 balita (5,8%) termasuk kategori berat badan kurang dan 4 balita (7,7%) berada pada kategori risiko berat badan lebih.

Sementara itu, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan status gizi berdasarkan IMT/U (p=0,682). Pada kelompok asupan protein defisit, 8 balita (57,1%) memiliki status gizi normal, 2 balita (14,3%) termasuk kategori gizi kurang, dan 4 balita (28,6%) termasuk kategori gizi lebih. Pada kelompok asupan protein adekuat, 36 balita (69,2%) memiliki status gizi normal, 6 balita (11,5%) termasuk kategori gizi kurang, dan 10 balita (19,2%) termasuk kategori gizi lebih.

Tabel 3. Hubungan Frekuensi Konsumsi *Makrofauna Akuatik* dengan Status Gizi

Variabel	Frekuensi Konsumsi *Makrofauna Akuatik*		p-value
	Jarang (n=31)	Sering (n=35)	
PB/U (n/%)			
Normal	17 (54,8%)	33 (94,3%)	0,000
Pendek (stunting)	14 (45,2%)	0 (0%)	
Tinggi	0 (0%)	2 (5,7%)	
BB/U (n/%)			
BB Normal	24 (77,4%)	28 (80%)	0,237
BB Kurang (underweight)	6 (19,4%)	3 (8,6%)	
Risiko BB Lebih	1 (3,2%)	4 (11,4%)	
IMT/U (n/%)			
Gizi Normal	22 (71,0%)	22 (62,9%)	0,636
Gizi Kurang (wasted)	4 (12,9%)	4 (11,4%)	
Gizi Lebih (overweight)	5 (16,1%)	9 (25,7%)	

Ni Komang Nia Yuliana*, Adhi Nurhartanto, Dewi Woro Astuti

Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia
Korespondensi penulis: Ni Komang Nia Yuliana. *Email: nikomangniayuliana27@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.56922/chi.v3i4.4152

Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi ikan dan hasil perairan lainnya dengan status gizi berdasarkan indikator PB/U (p<0,001). Pada kelompok dengan frekuensi konsumsi jarang, sebanyak 17 balita (54,8%) memiliki PB/U normal, sedangkan 14 balita (45,2%) termasuk kategori pendek (stunting). Sementara itu, pada kelompok dengan frekuensi konsumsi sering, sebanyak 33 balita (94,3%) memiliki PB/U normal dan 2 balita (5,7%) termasuk kategori tinggi.

Pada indikator BB/U, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi ikan dan hasil perairan lainnya dengan status gizi (p=0,237). Pada kelompok konsumsi jarang, sebanyak 24 balita (77,4%) memiliki berat badan normal, 6 balita (19,4%) termasuk kategori berat badan kurang, dan 1 balita (3,2%) berada pada kategori risiko berat badan lebih. Pada kelompok konsumsi sering, sebanyak 28 balita (80,0%) memiliki berat badan normal, 3 balita (8,6%) termasuk kategori berat badan kurang, dan 4 balita (11,4%) berada pada kategori risiko berat badan lebih.

Berdasarkan indikator IMT/U, juga tidak terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi ikan dan hasil perairan lainnya dengan status gizi (p=0,636). Pada kelompok konsumsi jarang, sebanyak 22 balita (71,0%) memiliki status gizi normal, 4 balita (12,9%) termasuk kategori gizi kurang, dan 5 balita (16,1%) termasuk kategori gizi lebih. Sementara itu, pada kelompok konsumsi sering, sebanyak 22 balita (62,9%) memiliki status gizi normal, 4 balita (11,4%) termasuk kategori gizi kurang, dan 9 balita (25,7%) termasuk kategori gizi lebih.

PEMBAHASAN

Hubungan Asupan Protein dengan Status Gizi Balita

Hasil penelitian menunjukkan bahwa asupan protein berhubungan signifikan dengan status gizi berdasarkan indikator panjang badan menurut umur (PB/U) dan berat badan menurut umur (BB/U), masing-masing dengan nilai p=0,000 dan p=0,002. Sebaliknya, hubungan antara asupan protein dan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) tidak menunjukkan signifikansi statistik (p=0,682). Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa seluruh balita dengan asupan protein yang tergolong defisit berada pada kategori stunting, sedangkan balita dengan asupan protein yang adekuat sebagian besar memiliki panjang badan sesuai umur. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kecukupan protein dalam pola makan balita lebih berkaitan dengan indikator pertumbuhan linear dan berat badan menurut umur dibandingkan dengan IMT menurut umur.

Protein merupakan zat gizi makro yang diperlukan untuk pertumbuhan, pembentukan jaringan, pemeliharaan massa tubuh, serta berbagai proses fisiologis selama masa pertumbuhan. Asupan protein yang tidak mencukupi dalam jangka panjang dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak serta meningkatkan risiko terjadinya masalah gizi (Sumarti et al., 2025). Penelitian mengenai asupan protein juga menunjukkan adanya hubungan antara kecukupan protein dengan kejadian stunting pada balita (Oktaviasari et al., 2024). Selain itu, konsumsi pangan sumber protein hewani dapat memberikan kontribusi terhadap pemenuhan kebutuhan asam amino esensial yang diperlukan dalam proses pertumbuhan anak (Sholikhah & Dewi, 2022).

Hubungan yang signifikan pada PB/U dapat dijelaskan karena indikator tersebut menggambarkan pertumbuhan linear yang berlangsung secara kumulatif dalam jangka panjang. Sebaliknya, IMT/U merupakan indikator yang menggambarkan proporsi berat badan terhadap panjang atau tinggi badan pada saat pengukuran, sehingga variasi berat dan panjang badan yang relatif proporsional dapat menyebabkan hubungan dengan asupan protein tidak terlihat secara statistik. Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara kecukupan protein dan pertumbuhan linear balita, tetapi tidak dapat diartikan bahwa rendahnya asupan protein secara langsung menyebabkan stunting karena penelitian menggunakan desain cross-sectional.

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Oktaviasari et al. (2024) yang menunjukkan pentingnya asupan protein ikan dalam kaitannya dengan pencegahan stunting pada balita (Oktaviasari et al., 2024). Penelitian Sholikhah dan Dewi (2022) juga menjelaskan bahwa protein hewani memiliki peran penting dalam mendukung

Ni Komang Nia Yuliana*, Adhi Nurhartanto, Dewi Woro Astuti

Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia
Korespondensi penulis: Ni Komang Nia Yuliana. *Email: nikomangniayuliana27@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.56922/chi.v3i4.4152

pertumbuhan anak dan pencegahan stunting (Sholikhah & Dewi, 2022; Sihite et al., 2021). Dengan demikian, pemenuhan protein melalui sumber pangan hewani yang tersedia secara lokal dapat menjadi salah satu aspek yang perlu diperhatikan dalam upaya pemenuhan kebutuhan gizi balita.

Hubungan Frekuensi Konsumsi Ikan dan Hasil Perairan dengan Status Gizi Balita

Hasil penelitian menunjukkan bahwa frekuensi konsumsi ikan dan hasil perairan lainnya tidak berhubungan signifikan dengan status gizi berdasarkan indikator BB/U (p=0,237) dan IMT/U (p=0,636). Namun, terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi ikan dan hasil perairan dengan indikator PB/U (p=0,000). Temuan ini menunjukkan bahwa frekuensi konsumsi sumber pangan perairan dalam penelitian ini lebih berkaitan dengan pertumbuhan linear balita dibandingkan dengan indikator berat badan dan proporsi berat badan terhadap panjang badan.

Ikan merupakan salah satu sumber protein hewani yang dapat memberikan asam amino esensial dan berbagai zat gizi lainnya yang diperlukan selama masa pertumbuhan. Pemanfaatan ikan sebagai sumber pangan juga relevan pada masyarakat pesisir karena ikan relatif mudah diperoleh dari lingkungan sekitar. Penelitian Yustrina dan Angkasa menunjukkan adanya hubungan antara asupan energi dan protein dengan status gizi anak usia 6–24 bulan di wilayah pesisir (Yustrina & Angkasa, 2011). Penelitian lain juga menunjukkan pentingnya asupan protein ikan dalam kaitannya dengan stunting pada balita (Oktaviasari et al., 2024; Puady & Sartika, 2024). Selain protein, ikan dapat menyediakan sejumlah zat gizi seperti mineral yang mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan anak (Nurilmala et al., 2020; Sari & Mutmainnah, 2024).

Tidak ditemukannya hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi ikan dan BB/U maupun IMT/U dapat disebabkan oleh status gizi balita yang tidak hanya dipengaruhi oleh satu jenis pangan. Berat badan juga dipengaruhi oleh total asupan energi, pola makan secara keseluruhan, penyakit infeksi, serta faktor sosial dan lingkungan. Oleh karena itu, meskipun ikan merupakan sumber protein yang penting, frekuensi konsumsinya tidak secara otomatis mencerminkan kecukupan seluruh kebutuhan energi dan zat gizi balita.

Hubungan yang signifikan dengan PB/U menunjukkan bahwa konsumsi ikan dan hasil perairan dalam penelitian ini berkaitan dengan pertumbuhan linear anak. Namun, hubungan tersebut perlu ditafsirkan secara hati-hati karena frekuensi konsumsi ikan tidak secara langsung menggambarkan jumlah protein atau zat gizi yang dikonsumsi. Jenis ikan, ukuran porsi, metode pengolahan, frekuensi konsumsi, serta konsumsi pangan lain juga dapat memengaruhi total asupan zat gizi. Oleh karena itu, temuan penelitian ini lebih tepat dipahami sebagai adanya hubungan antara pola konsumsi pangan sumber protein perairan dan status pertumbuhan linear, bukan sebagai bukti hubungan sebab-akibat.

Selain faktor asupan, karakteristik keluarga juga dapat berperan dalam status gizi balita. Penelitian Wati et al. pada balita di wilayah pesisir menunjukkan bahwa status gizi dapat berkaitan dengan berbagai karakteristik dan kondisi rumah tangga (Wati et al., 2024). Oleh karena itu, tidak adanya hubungan yang signifikan antara pendidikan ibu, pendapatan, dan pekerjaan kepala keluarga dalam penelitian ini tidak serta-merta menunjukkan bahwa faktor sosial ekonomi tidak penting. Faktor tersebut dapat berinteraksi dengan pengetahuan gizi, pola pengasuhan, pemilihan makanan, ketersediaan pangan, dan kebiasaan makan anak. Penelitian Karimah et al. juga menunjukkan bahwa pengetahuan ibu, tingkat pendapatan, pola asuh makan, dan ketersediaan pangan merupakan faktor yang perlu dipertimbangkan dalam status gizi balita (Karimah et al., 2024).

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan status gizi balita berdasarkan indikator panjang badan menurut umur (PB/U) (p=0,000) dan berat badan menurut umur (BB/U) (p=0,002), tetapi tidak terdapat hubungan yang signifikan dengan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) (p=0,682). Frekuensi konsumsi ikan dan hasil perairan lainnya juga berhubungan signifikan dengan

Ni Komang Nia Yuliana*, Adhi Nurhartanto, Dewi Woro Astuti

Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia
Korespondensi penulis: Ni Komang Nia Yuliana. *Email: nikomangniayuliana27@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.56922/chi.v3i4.4152

PB/U (p=0,000), tetapi tidak berhubungan signifikan dengan BB/U (p=0,237) dan IMT/U (p=0,636).

Seluruh balita dengan asupan protein dalam kategori defisit berada pada kategori stunting, sedangkan balita dengan asupan protein yang adekuat sebagian besar memiliki pertumbuhan linear dalam kategori normal. Secara keseluruhan, asupan protein serta frekuensi konsumsi ikan dan hasil perairan lainnya dalam penelitian ini menunjukkan keterkaitan yang lebih jelas dengan indikator pertumbuhan linear (PB/U) dibandingkan dengan BB/U dan IMT/U. Temuan ini mendukung pemanfaatan ikan dan hasil perairan lokal sebagai salah satu sumber protein hewani dalam upaya pemenuhan kebutuhan gizi balita usia 7–24 bulan di Kampung Gedung Karya Jitu, Kecamatan Rawajitu Selatan.

DAFTAR PUSTAKA

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019a). *Laporan nasional Riskesdas 2018*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/repository/id/eprint/3514/

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019b). *Laporan Provinsi Lampung Riskesdas 2018*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/repository/id/eprint/3875/

Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Provinsi Lampung. (2025). *Bappeda Provinsi Lampung perkuat peran pengendalian stunting melalui monitoring konvergensi di Tulang Bawang Barat*. https://bappeda.lampungprov.go.id/detail-post/bappeda-provinsi-lampung-perkuat-peran-pengendalian-stunting-melalui-monitoring-konvergensi-di-tulang-bawang-barat

Helmyati, S., Atmaka, D. R., Wigati, M., & Wisnusanti, S. U. (2020). *Stunting: Permasalahan dan penanganannya: Teori dan praktis*. Gadjah Mada University Press.

Karimah, S., Nurhamidi, N., & Sajiman, S. (2024). Hubungan pengetahuan ibu, tingkat pendapatan, pola asuh makan, dan ketersediaan pangan dengan kejadian balita underweight umur 24–59 bulan. *Jurnal Riset Pangan dan Gizi, 6*(2).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang angka kecukupan gizi yang dianjurkan untuk masyarakat Indonesia*. https://jdih.kemkes.go.id/documents/peraturan-menteri-kesehatan-nomor-28-tahun-2019

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2020 tentang Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2020–2024*. https://jdih.kemkes.go.id/documents/peraturan-menteri-kesehatan-nomor-21-tahun-2020.

Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan* (Edisi revisi). Rineka Cipta.

Nurilmala, M., Safithri, M., Pradita, F. T., & Pertiwi, R. M. (2020). Profil protein ikan gabus (*Channa striata*), toman (*Channa micropeltes*), dan betutu (*Oxyeleotris marmorata*). *Jurnal Pengolahan Hasil Perikanan Indonesia, 23*(3), 548–557. https://doi.org/10.17844/jphpi.v23i3.33924

Oktaviasari, D. I., Kurniasari, M. A., Mayhimamia, A., Zuliana, N., Jayanti, K. D., Wismaningsih, E. R., Hidayat, A. D., & Nurkhalim, R. F. (2024). Hubungan asupan protein ikan sebagai pencegahan stunting pada balita. *Jurnal Promotif Preventif, 7*(5), 988–993. https://doi.org/10.47650/jpp.v7i5.1525

Puady, A., & Sartika, A. N. (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), 8359–8369. https://doi.org/10.31004/jkt.v5i3.31685

Ni Komang Nia Yuliana*, Adhi Nurhartanto, Dewi Woro Astuti

Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia
Korespondensi penulis: Ni Komang Nia Yuliana. *Email: nikomangniayuliana27@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.56922/chi.v3i4.4152

Sari, R. W., & Mutmainnah, N. (2024). *Cegah stunting dengan pangan lokal: Manfaat ikan cakalang dan daun kelor untuk kesehatan anak*. Penerbit NEM.

Sholikhah, A., & Dewi, R. K. (2022). Peranan protein hewani dalam mencegah stunting pada anak balita. *JRST (Jurnal Riset Sains dan Teknologi), 6*(1), 95–100. https://doi.org/10.30595/jrst.v6i1.12012

Sihite, N. W., Nazarena, Y., Ariska, F., & Terati. (2021). Analisis ketahanan pangan dan karakteristik rumah tangga dengan kejadian stunting. *Jurnal Kesehatan Manarang, 7*(Khusus). https://doi.org/10.33490/jkm.v7iKhusus.550

Sugiatmi, S., Herlinah, L., Rudiatin, E., & Wredatami, P. (2023). Analisis faktor risiko malnutrisi pada balita daerah pesisir Jakarta tahun 2022. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan, 19*(1), 65–73. https://doi.org/10.24853/jkk.19.1.65-73

Sugiyono, S. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Edisi ke-2). Alfabeta.

Sumarti, S., Salma, W. O., Binekada, M. C., & Banudi, L. (2025). Hubungan pengetahuan dan asupan gizi mikro terhadap status gizi balita stunting di wilayah pesisir Kota Kendari. *Health Information: Jurnal Penelitian, 17*(2), 230–245. https://doi.org/10.36990/hijp.v17i2.1647

Syapitri, H., Amila, & Aritonang, J. (2021). *Buku ajar metodologi penelitian kesehatan*. Ahlimedia Book.

UNICEF, World Health Organization, & World Bank Group. (2020). *Levels and trends in child malnutrition: Key findings of the 2020 edition*. World Health Organization.

Wati, L., Atrie, U. Y., Pujiati, W., Widiastuti, L., Siagian, Y., & Indaryani, I. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada balita di wilayah pesisir Kelurahan Kampung Bugis. *Jurnal Riset Media Keperawatan, 7*(2), 20–30. https://doi.org/10.51851/jrmk.v7i2.463

Yustrina, A., & Angkasa, D. (2011). Asupan energi-protein dengan status gizi anak umur 6–24 bulan di daerah pesisir Tanjung Kait Tangerang. *NUTRIRE DIAITA, 3*(2).

Ni Komang Nia Yuliana*, Adhi Nurhartanto, Dewi Woro Astuti

Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia
Korespondensi penulis: Ni Komang Nia Yuliana. *Email: nikomangniayuliana27@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.56922/chi.v3i4.4152