



PENGARUH PEMANFAATAN PANGAN LOKAL TERHADAP KEJADIAN *STUNTING* PADA BALITA

Sri Nurlian^{1*}, Nurbayani²

¹Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES IST Buton

²Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Marendeng

*Email Corresponding author : cahayaberlianlian@gmail.com

Keywords:

stunting, local food, toddlers

ABSTRACT

Stunting is a chronic nutritional problem that affects children's physical growth and cognitive development. Stunting occurs due to nutritional deficiencies during the first 1,000 days of a toddler's life. These nutritional deficiencies are caused by the lack of public knowledge regarding the dangers of stunting and how to prevent it. This is a matter that cannot be taken lightly, especially when we consider the long-term impacts of stunting. This study aims to analyze the effect of local food utilization on the incidence of stunting in children under five. The research design used a cross-sectional approach with a sample of 120 toddlers aged 24–59 months. Data analysis was conducted using univariate and bivariate methods (chi-square). The results show that local food utilization has a significant effect on the incidence of stunting ($p < 0.001$).

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis, terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Anak yang mengalami stunting berisiko mengalami gangguan perkembangan kognitif, produktivitas rendah, serta peningkatan risiko penyakit tidak menular di masa dewasa (Hartutik, Khotimah, and Pratiwi 2024)

Kementerian Kesehatan melakukan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) mendapati prevalensi stunting di Indonesia sebesar 24,4%, angka ini masih jauh di atas batas yang ditetapkan oleh WHO, yaitu di bawah 20% (SSGI 2022). Berdasarkan hasil SSGI tahun 2022 juga menunjukkan prevalensi stunting di Provinsi Sulawesi Barat sebesar 35.0%. Sementara kabupaten Majene memiliki

prevalensi stunting di atas rata-rata provinsi yaitu 40,6% di tahun 2022.

Pemanfaatan pangan lokal menjadi salah satu pendekatan strategis dalam pencegahan stunting karena kandungan gizinya yang tinggi, harga terjangkau, dan ketersediaannya yang melimpah di masyarakat. Pangan lokal seperti ikan, telur, tempe, kacang-kacangan, daun kelor, dan umbi-umbian terbukti mengandung protein, zat besi, seng, serta vitamin yang penting untuk pertumbuhan anak (Dewi 2022).

Namun, pemanfaatan pangan lokal di masyarakat masih belum optimal akibat keterbatasan pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh pemanfaatan pangan lokal terhadap kejadian stunting pada balita.

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian observasional analitik dengan desain cross-sectional.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja puskesmas Pamboang mulai dari 1 November 2025 sampai dengan 30 Januari 2026

Populasi dan Sampel.

Populasi penelitian adalah seluruh balita usia 24–59 bulan. Sampel sebanyak 120 balita, ditentukan dengan teknik simple random sampling

Pengumpulan Data

Pengumpulan data hasil penelitian yaitu menggunakan kuisioner frekuensi konsumsi pangan lokal dan melakukan pengukuran tinggi badan menggunakan standar WHO.

HASIL

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Pemanfaatan Pangan Lokal

Pemanfaatan Pangan Lokal	N	%
Baik	68	56,7
Kurang	52	43,3
Total	120	100

Sumber data : primer

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa dari 120 responden balita, sebagian besar berada pada kategori **pemanfaatan pangan lokal yang baik**, yaitu sebanyak **68 balita (56,7%)**. Sementara itu, **52 balita (43,3%)** berada pada kategori **pemanfaatan pangan lokal yang kurang**.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi

Status Gizi	n	%
Stunting	38	31,7
Tidak Stunting	82	68,3
Total	120	100

Sumber data : Data primer

Berdasarkan tabel di atas, dari total **120 balita** yang menjadi responden penelitian, terdapat **38 balita (31,7%)** yang mengalami stunting, sedangkan **82 balita (68,3%)** berada pada kategori tidak stunting.

Tabel 3 Pengaruh pemanfaatan pangan Lokal terhadap Kejadian Stunting

Pemanfaatan Pangan Lokal	Stunting n (%)		Tidak Stunting n (%)		Total		p-value
	n	%	n	%	n	%	
Kurang	26	50	26	50	52	100	0,001
Baik	12	17,6	56	82,4	68	100	
Total	38	31,7	82	68,3	120	100,0	

Sumber data : primer

Pada kelompok balita dengan pemanfaatan pangan lokal kurang, sebanyak 26 balita (50,0%) mengalami stunting. Sementara itu, pada kelompok balita dengan pemanfaatan pangan lokal baik, hanya 12 balita (17,6%) yang mengalami stunting. Hasil ini menunjukkan bahwa balita yang berasal dari keluarga dengan pemanfaatan pangan lokal yang kurang memiliki proporsi stunting yang lebih tinggi dibandingkan balita dengan pemanfaatan pangan lokal yang baik

Berdasarkan hasil analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square, diperoleh nilai p-value = 0,001 (p < 0,05), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pemanfaatan pangan lokal dengan kejadian stunting pada balita.

PEMBAHASAN

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori pemanfaatan pangan lokal yang baik, yaitu sebanyak 68 responden (56,7%),

sedangkan 52 responden (43,3%) berada pada kategori pemanfaatan pangan lokal yang kurang. Temuan ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh keluarga responden telah memanfaatkan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi balita.

Pemanfaatan pangan lokal yang baik mencerminkan ketersediaan dan pemilihan bahan makanan yang berasal dari potensi lokal seperti ikan, telur, tempe, kacang-kacangan, sayuran hijau, dan umbi-umbian. Pangan lokal tersebut merupakan sumber zat gizi makro dan mikro yang berperan penting dalam pertumbuhan linear anak, terutama protein, zat besi, zinc, dan vitamin A (Acharya 2024)

Namun demikian, masih terdapat proporsi responden yang cukup besar dengan pemanfaatan pangan lokal yang kurang. Kondisi ini dapat disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan ibu mengenai nilai gizi pangan lokal, kebiasaan konsumsi keluarga, serta kurangnya variasi dalam pengolahan pangan lokal. Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa rendahnya pemanfaatan pangan lokal berhubungan dengan rendahnya kualitas konsumsi pangan balita, yang berpotensi meningkatkan risiko terjadinya stunting (Puspita et al. 2024)

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa dari 120 balita yang diteliti, terdapat 38 balita (31,7%) yang mengalami stunting, sedangkan 82 balita (68,3%) tidak mengalami stunting. Prevalensi stunting sebesar 31,7% menunjukkan bahwa stunting masih menjadi masalah gizi kronis yang cukup serius di lokasi penelitian.

Angka tersebut sejalan dengan laporan Organisasi Kesehatan Dunia yang menyatakan bahwa prevalensi stunting di atas 20% masih dikategorikan sebagai masalah kesehatan masyarakat (World Health Organization, 2023). Stunting mencerminkan kondisi kekurangan gizi kronis yang terjadi dalam jangka panjang, terutama akibat ketidakcukupan asupan zat gizi selama periode kritis pertumbuhan anak, yaitu 1.000 Hari Pertama Kehidupan (Unicef 2021)

Stunting tidak hanya dipengaruhi oleh faktor asupan makanan, tetapi juga oleh faktor lain seperti pendidikan ibu, status sosial ekonomi keluarga, sanitasi lingkungan, serta riwayat penyakit infeksi. Meskipun demikian, kecukupan asupan gizi melalui pemanfaatan pangan lokal yang bergizi merupakan salah satu

faktor protektif yang dapat menurunkan risiko stunting pada balita (WHO 2023)

Hasil pembahasan univariat menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar keluarga telah memanfaatkan pangan lokal dengan baik, prevalensi stunting masih relatif tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa pemanfaatan pangan lokal perlu dioptimalkan tidak hanya dari aspek ketersediaan, tetapi juga dari aspek kualitas gizi, variasi menu, dan frekuensi konsumsi. Edukasi gizi yang berkelanjutan kepada ibu balita dan pemberdayaan masyarakat dalam pengolahan pangan lokal menjadi strategi penting dalam upaya percepatan penurunan stunting (Eliyah, Setyaningsih, and Wahyani 2025).

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pemanfaatan pangan lokal dengan kejadian stunting pada balita, dengan nilai p -value = 0,001 ($p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa pemanfaatan pangan lokal memiliki peran penting dalam menentukan status gizi balita, khususnya kejadian stunting.

Berdasarkan hasil penelitian, proporsi balita yang mengalami stunting lebih tinggi pada kelompok dengan pemanfaatan pangan lokal kurang, yaitu sebesar 50,0%, dibandingkan pada kelompok dengan pemanfaatan pangan lokal baik yang hanya sebesar 17,6%. Perbedaan proporsi ini menunjukkan bahwa balita yang berasal dari keluarga dengan pemanfaatan pangan lokal yang kurang memiliki risiko lebih besar mengalami stunting.

Pemanfaatan pangan lokal di wilayah kerja puskesmas pamboang adalah singkong, pemilihan singkong karena Sebagian besar hasil pertanian adalah singkong. Singkong diolah menjadi berbagai kudapan yang tidak dicampur bahan pengawet maupun pewarna buatan. Secara teoritis, pemanfaatan pangan lokal berperan dalam pemenuhan kebutuhan zat gizi makro dan mikro yang esensial bagi pertumbuhan anak. Pangan lokal seperti ikan, telur, tempe, singkong, dan sayuran hijau merupakan sumber protein, zat besi, zinc, dan vitamin yang berperan dalam pembentukan jaringan tubuh serta pertumbuhan linear anak. Ketidakcukupan asupan zat gizi tersebut dalam jangka panjang dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan yang berujung pada stunting (Julita et al. 2023)

Singkong adalah umbi lokal yang kaya karbohidrat (35,7%), vitamin C, folat, kalium, dan serat yang efektif sebagai alternatif MP-ASI murah bergizi. Pemanfaatan singkong (terutama diolah menjadi nugget atau dicampur protein hewani) membantu mencegah stunting dengan menyediakan energi dan zat gizi mikro. Optimalisasi pemanfaatan pangan lokal atau pangan yang ada di sekitar masyarakat merupakan salah satu alternatif dalam mengatasi terbatasnya akses pangan keluarga. Dengan adanya upaya pemanfaatan pangan lokal, masyarakat desa khususnya kelas ekonomi menengah ke bawah dapat meminimalisir alokasi pendapatan keluarga untuk membeli pangan. Hasil penelitian menyebutkan bahwa pangan lokal yang ditanam di pekarangan atau taman rumah mampu mengatasi kerawanan pangan dan kekurangan gizi serta (Husnah et al. 2022)

Hasil penelitian ini sejalan dengan (Kasim and Yusuf 2025) yang menyatakan bahwa keluarga dengan pemanfaatan pangan lokal yang rendah memiliki kecenderungan lebih besar untuk memiliki balita stunting dibandingkan keluarga yang memanfaatkan pangan lokal secara optimal. Penelitian juga menemukan adanya hubungan signifikan antara pola konsumsi pangan lokal dengan status gizi balita, di mana rendahnya variasi dan frekuensi konsumsi pangan lokal berkaitan dengan peningkatan kejadian stunting (Nissa and Mustafidah 2022).

Selain itu, UNICEF (2021) menegaskan bahwa ketahanan pangan keluarga dan pemanfaatan sumber pangan lokal merupakan faktor protektif utama dalam pencegahan stunting, terutama di wilayah dengan keterbatasan akses terhadap pangan komersial bergizi. Pemanfaatan pangan lokal yang baik memungkinkan keluarga memenuhi kebutuhan gizi anak secara berkelanjutan dan ekonomis.

Meskipun demikian, hubungan antara pemanfaatan pangan lokal dan stunting juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti tingkat pendidikan ibu, pendapatan keluarga, pola asuh, serta kejadian penyakit infeksi. Namun, hasil analisis bivariat ini menunjukkan bahwa pemanfaatan pangan lokal tetap memiliki peran yang signifikan terhadap kejadian stunting, sehingga perlu menjadi fokus utama dalam intervensi gizi berbasis masyarakat (WHO 2023).

Peningkatan pemanfaatan pangan lokal dapat menjadi salah satu strategi efektif dalam upaya pencegahan stunting pada balita. Intervensi yang dapat dilakukan meliputi edukasi gizi kepada ibu balita, pelatihan pengolahan pangan lokal bergizi, serta penguatan ketahanan pangan keluarga berbasis potensi lokal. Pendekatan ini diharapkan mampu menurunkan proporsi stunting secara signifikan di tingkat masyarakat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Adanya hubungan yang signifikan antara pemanfaatan pangan lokal dan kejadian stunting pada balita (p -value = 0,001). Balita yang berasal dari keluarga dengan pemanfaatan pangan lokal yang kurang memiliki proporsi kejadian stunting yang lebih tinggi dibandingkan balita dengan pemanfaatan pangan lokal yang baik.

Disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan desain longitudinal atau eksperimen serta menambahkan variabel lain seperti pola asuh, sanitasi lingkungan, dan riwayat penyakit infeksi guna memperoleh gambaran faktor determinan stunting yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Acharya, Ganga Dutta. 2024. "Accelerating the Process of Transformation for Sustainable and Nutrition Sensitive Food Systems in South Asia." *Accelerating the Process of Transformation for Sustainable and Nutrition Sensitive Agri-Food Systems in South Asia*: 1.
- Dewi, Shanty Kartika. 2022. "Strategi Segmenting, Targeting, Dan Positioning Dalam Rangka Percepatan Penurunan Stunting Di Provinsi Banten." *Repository Untirta*.
- Eliyah, Ida, Sulasyi Setyaningsih, and Anggray Duvita Wahyani. 2025. "Hubungan Tingkat Kepatuhan Konsumsi PMT Lokal Dengan Status Gizi Balita Wasting Di Puskesmas Bulakamba Brebes." *Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan (JIGK)* 7(01).
- Hartutik, S, N Khotimah, and L N Pratiwi. 2024. "Upaya Pencegahan Stunting Di Kalurahan Tegalharjo Surakarta." *Jurnal Peduli Masyarakat* 6(1): 15–22.
- Husnah, Husnah, Sakdiah Sakdiah, Azis Khairul Anam, Asmaul Husna, and

- Ghina Mardhatillah. 2022. "Peran Makanan Lokal Dalam Penurunan Stunting." *Jurnal Kedokteran Nanggroe Medika* 5(3): 47–53.
- Julita, Julita, Arief Riva'i Marwan, Dwi Angraini, Ibnu Mahidsa Vianto, Isnaini Isnaini, Lula Mutia Lestari, M Nur Rizky, et al. 2023. "Upaya Pencegahan Stunting Dengan Pemanfaatan Singkong Sebagai Sumber Pangan Lokal." *COMSEP: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 4(2): 178–82.
- Kasim, Vivien Novarina A, and Nur Ayun R Yusuf. 2025. "Pencegahan Stunting Melalui 'Rumah Gizi' Untuk Meningkatkan Literasi Dan Ketahanan Pangan Di Piloliyanga, Boalemo." *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Kepulauan Lahan Kering* 6(2): 162–70.
- Nissa, Choirun, and Ilmiatul Mustafidah. 2022. "Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dan Pola Konsumsi Protein Berbasis Pangan Lokal Pada Anak Baduta Stunting." *Amerta Nutrition* 6.
- Puspita, Veny, Sintia Safrianti, Wahyu Alfanda, Dwi Oktavallyan, Janusi Waliamin, and Risnita Tri Utami. 2024. "Manajemen Keluarga Dalam Upaya Percepatan Penurunan Risiko Stunting Melalui PEMANFAATAN PANGAN LOKAL BERBASIS Remunggai Dalam Olahan Mp-Asi." *Pakdemas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 4(1): 167–74.
- SSGI. 2022. *BUKU SAKU Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*.
- Unicef. 2021. "Improving Child Nutrition: The Achievable Imperative for Global Progress." *New York: UNICEF* 114.
- WHO. 2023. *UNICEF/WHO Low Birthweight Estimates: Levels and Trends 2000-2020*. World Health Organization.