



Original Research/Systematic Review

Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Asupan Protein Hewani Dengan Sikap Ibu Untuk Pencegahan Stunting Pada Balita

Fitri Ratna Sari, Atiek Murharyati, Noor Fitriyani, S.Dwi Sulisetyawati

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta, Indonesia

ABSTRACT

Background: *stunting merupakan masalah gizi kronis pada balita akibat kurangnya asupan gizi kronis yang dapat dicegah melalui pemenuhan protein hewani yang kaya akan asam amino essensial. Pengetahuan ibu sangat penting untuk pembentukan sikap dalam pencegahan stunting.*

Methods: *penelitian kuantitatif dengan pendekatan scross-sectional ini bertujuan mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang asupan protein hewani dengan sikap ibu untuk pencegahan stunting pada balita. Melibatkan 43 responden ibu balita dengan menggunakan instrunment kuesioner, data dianalisis secara univariat dan bivariate menggunakan uji korelasi Spearmen Rank.*

Results: *Karakteristik responden didominasi oleh usia produktif 26-35 tahun (58,1%), berpendidikan SMA (62,8%), dan berstatus ibu rumah tangga (60,5%). Rata-rata skor pengetahuan ibu pada kategori baik dan rata-rata skor sikap berada pada kategori positif. Hasil uji bivariate menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan dengan kekuatan sedang antara pengetahuan ibu tentang asupan protein hewani dengan sikap ibu untuk pencegahan stunting pada balita didapatkan hasil $p\text{-value} = 0,000(0,05)$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima.*

Conclusion: *Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi pengetahuan ibu mengenai asupan protein hewani maka akan semakin positif sikap yang ditunjukkan dalam upaya pencegahan stunting pada balita.*

ARTICLE HISTORY

Received : 22 June 2026

Accepted : 30 June 2026

KEYWORDS

protein hewani; pengetahuan; sikap; stunting

CONTACT

Atiek Murharyati

dmurharyati@gmail.com

Universitas Kusuma Husada
Surakarta

INTRODUCTION

Stunting adalah masalah kesehatan global yang ditandai dengan gagal tumbuh kronis pada anak, di mana tinggi atau panjang badan mereka di bawah standar pertumbuhan normal yang ditetapkan. Dampak jangka pendek dari kondisi ini meliputi gangguan perkembangan kognitif, motorik, dan sosial anak, sementara dampak jangka panjang mencakup penurunan kapasitas belajar, peningkatan risiko penyakit tidak menular di usia dewasa, serta penurunan produktivitas ekonomi secara makro di masa depan. Berdasarkan data global (WHO, 2022) angka kejadian stunting dunia mencapai 22% atau sekitar 149,2 juta balita pada tahun 2020. Di Indonesia, data Survey Status Gizi Indonesia (SGGI) tahun 2022 menunjukkan prevalensi stunting berada pada angka 21,6%, meskipun menurun dibandingkan tahun sebelumnya (24,4%), angka ini tetap berada di atas target nasional tahun 2024 sebesar 12% serta batas toleransi maksimal WHO yakni di bawah 20%.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Fitriani & Darmawi (2022) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan umum mengenai stunting dengan kejadian stunting di tingkat pedesaan. Di sisi lain, studi yang dipublikasikan oleh Haryani et al., (2023) di Puskesmas Minggir menegaskan adanya hubungan erat antara jumlah asupan protein hewani secara riil dengan penurunan angka stunting pada balita, namun penelitian tersebut tidak menguji faktor internal psikologis ibu seperti tingkat pengetahuan dan sikap. Selain itu, Mutingah & Rokhaidah, (2021) meneliti hubungan pengetahuan dan sikap terhadap perilaku pencegahan stunting secara menyeluruh tanpa menspesifikasikan komponen zat gizi mikro dan makro tertentu.

Adanya kesenjangan (gap) penelitian inilah yang menjadi dasar kebaruan (novelty) dalam studi ini. Penelitian ini secara spesifik berfokus pada analisis domain pengetahuan ibu yang dikerucutkan pada asupan protein hewani (seperti daging, telur, ikan, dan susu) serta hubungannya langsung dengan pembentukan respon batin atau sikap dalam skema preventif stunting. Hal ini didukung oleh temuan studi pendahuluan di Posyandu Desa Munggur pada Juni 2025 yang mendapati masih terdapat 5 kasus stunting aktif, dimana mayoritas ibu (8 dari 15 ibu) menganggap konsumsi nasi dan sayur saja sudah cukup untuk mencegah stunting, serta kecenderungan pola asuh pemberian makanan yang monoton akibat kurangnya pemahaman mendalam tentang keunggulan biologis asam amino esensial yang terkandung dalam protein hewani.

Berdasarkan argumentasi logis di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang asupan protein hewani dengan sikap ibu pencegahan stunting pada balita? Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan positif yang signifikan antara kedua variabel tersebut..

MATERIALS AND METHOD

Penelitian ini menggunakan rancangan kuantitatif analitik korelasional dengan desain *cross-sectional*, di mana variabel independen (pengetahuan ibu tentang asupan protein hewani) dan variabel dependen (sikap ibu untuk pencegahan stunting pada balita) diukur secara bersamaan dalam satu periode waktu tertentu. Penelitian ini dilaksanakan di lingkungan Posyandu Desa Munggur, Mojogedang, Karanganyar pada bulan februari 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki balita di wilayah kerja Posyandu Desa Munggur. Menggunakan metode total sampling, seluruh anggota populasi yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan sampel penelitian, sehingga diperoleh sampel sebanyak 43 responden ibu balita.

Instrument pengumpulan data yang digunakan berupa kuesioner yang di bagi menjadi dua bagian utama. Kuesioner pengetahuan menggunakan skala *Guttam* yang terdiri atas 17 butir pertanyaan dengan pilihan (benar/salah), dan kuesioner sikap menggunakan skala *Likert* yang terdiri atas 20 pernyataan dengan pilihan (sangat tidak setuju hingga sangat setuju). Kedua instrument sudah melalui uji validitas dan uji reliabilitas menggunakan program SPSS versi 18. Hasil uji reliabilitas menunjukkan instrument pengetahuan memiliki nilai Cronbachs Alpha sebesar 0,861, sedangkan instrument sikap memiliki nilai Cronbachs Alpha sebesar 0,980. Kedua instrument dinyatakan sangat reliable karena nilai Alpha berada jauh di atas batas standar yaitu 0,60.

Prosedur pengumpulan data diawali dengan pengajuan izin studi pendahuluan, permohonan *ethical clearance*, dan izin penelitian formal kepada Dinas Kesehatan Karanganyar serta Puskesmas Mojogedang. Sebelum pengisian kuesioner, peneliti memberikan lembar persetujuan (*informed consent*) kepada responden. Data yang terkumpul diolah secara komputerisasi melalui tahapan *editing, coding, entry data*, dan *cleaning*. Analisis data meliputi analisis univariat untuk mendiskripsikan distribusi frekuensi karakteristik demografi responden (usia, pendidikan, pekerjaan) serta kategorisasi skor variabel. Analisis bivariate menggunakan uji statistic non-parametrik dengan korelasi *Spearmen Rank* mengingat skala data yang digunakan adalah ordinal.

RESULTS

Analisis univariat digunakan untuk mengidentifikasi karakteristik demografi dari 43 responden ibu balita di Posyandu Desa Munggur, Mojogedang Karanganyar. Berdasarkan olah data, mayoritas responden berada pada kelompok usia produktif yakni 26-35 tahun sebanyak 25 responden (58,1%). Dari tingkat pendidikan sebagian besar didominasi oleh lulusan SMA/SMK yaitu sebanyak 27 responden (62,8%). Dari status pekerjaan, sebagian besar responden menjadi ibu rumah tangga (IRT) yaitu sebanyak 26 responden (60,5%).

Tabel 1. Karakteristik Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Dan Sikap Ibu (n=43)

Variabel Penelitian	Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)	Rata-rata skor
Pengetahuan Asupan Protein Hewani	Sangat Baik	38	88%	15,56
	Kurang Baik	5	11,6%	
Sikap Pencegahan Stunting	Positif/Mendukung	39	90,7%	64,88
	Negatif/ Kurang Mendukung	4	9,3%	

Berdasarkan Tabel 1. Deskripsi tingkat pengetahuan menunjukkan hasil yang sangat memuaskan di mana terdapat 38 responden (88,4%) memiliki tingkat pengetahuan yang sangat baik mengenai pentingnya protein hewani dengan rata-rata akumulasi skor sebesar 15,56. Pada variabel sikap pencegahan stunting didapatkan sebanyak 39 responden (90,7%) menunjukkan respon positif dan mendukung dengan rata-rata skor sebesar 64,88.

Tabel 2. Hasil analisis korelasi *Spearman Rank* antara pengetahuan dengan sikap

Variabel Independent	Variabel Dependent	Koefisien Korelasi (r)	Nilai Signifikan (p)	Keterangan
Pengetahuan Asupan Protein Hewani	Sikap Pencegahan Stunting	0,521	0,000	H0 ditolak Ha diterima/Signifikan searah

Hasil pengujian hipotesis bivariate menggunakan koefisien korelasi *Spearman Rank* yang disajikan menunjukkan nilai probabilitas signifikan $p=0,000$ karena $p < 0,05$ maka secara statistik H0 ditolak dan Ha diterima. Angka koefisien korelasi menunjukkan nilai $r = 0,521$ yang mengindikasikan bahwa hubungan antara kedua variabel berada pada kategori sedang dengan arah korelasi positif (searah).

DISCUSSION

Penelitian ini membuktikan bahwa tingkat pengetahuan ibu balita di Posyandu Desa Munggur mengenai asupan protein hewani berada pada level yang sangat baik 88,4%). Pengetahuan yang tinggi ini dipengaruhi oleh karakteristik internal responden yang mayoritas berada pada usia matang produktif (26-35 tahun) Notoatmodjo, (2020) dan berpendidikan menengah keatas (SMA/SMK) Mediarti et al., (2021). Secara teoritis, individu dengan pendidikan yang lebih baik memiliki keterbukaan kognitif yang lebih tinggi untuk menyerap, memahami, dan memproses informasi kesehatan yang disampaikan tenaga medis maupun media komunikasi. Hal ini selaras dengan konsep Notoatmodjo, (2020) yang menyatakan bahwa tingkat kognitif tertinggi (evaluasi) dicapai ketika seseorang mampu memberikan pertimbangan rasional terhadap pentingnya suatu objek kesehatan bagi kehidupan sehari-hari.

Sikap ibu dalam pencegahan stunting juga menunjukkan angka positif yang sangat dominan (90,7%). Respon afektif yang tinggi ini tercermin melalui jawaban item instrument kuesioner nomor S1, di mana sebagian besar ibu menyatakan sangat percaya bahwa protein hewani merupakan komponen nutrisi krusial dan mendasar bagi akselerasi linier tinggi badan anak, bukan sekedar pelengkap pangan biasa. Sikap proaktif juga terindikasi pada item kuesioner nomor S20, di mana para ibu menunjukkan kesediaan psikologis yang tinggi untuk mencari informasi modifikasi menu makanan alternatif saat anak mengalami fase menolak makanan (GTM). Respon positif ini terbentuk akibat stimulasi penyuluhan terintegrasi yang didapatkan secara berkala di Posyandu, sehingga menumbuhkan rasa efikasi diri (*self-efficacy*) bahwa stunting dapat dicegah melalui tindakan pengasuhan yang tepat. Analisis bivariate menunjukkan nilai korelasi $r = 0,521$ dengan signifikan $p = 0,000$ yang berarti terdapat korelasi positif dengan tingkat kekuatan sedang. Makna dari hubungan searah ini terjadi peningkatan atau perbaikan pemahaman kognitif ibu mengenai keunggulan protein hewani, maka akan diikuti dengan penguatan sikap yang semakin positif dalam mengupayakan pencegahan stunting pada balita. Protein hewani dikenal memiliki kualitas *Digestible Indispensable Amino Acid Score* (DIAAS) yang jauh lebih tinggi dibandingkan protein nabati karena mengandung struktur asam amino esensial lengkap yang dibutuhkan untuk sintesis protein tubuh dan sekresi hormone pertumbuhan (*Growth Hormone*) Fifi Afifah, (2021).

Pengetahuan menurut Eka Oktavia et al., (2024) ini mengubah paradigma berpikir ibu, dari yang awalnya berpandangan tradisional bahwa konsumsi nasi dan sayur sudah cukup kini berubah menjadi pemahaman modern yang memprioritaskan pemenuhan lauk pauk berbasis hewani seperti telur dan ikan sebagai investasi jangka panjang kesehatan balita. Pengetahuan disini bertindak sebagai faktor predisposisi utama yang menjembatani terbentuknya sikap kokoh yang mendukung perilaku kesehatan. Kekuatan hubungan yang bersifat sedang ($r = 0,521$) mengindikasikan bahwa sikap positif ibu tidak hanya mutlak ditentukan oleh pengetahuan kognitif semata, melainkan terdapat faktor-faktor eksternal lain yang turut berkontribusi membentuk kecenderungan sikap tersebut, seperti ketersediaan pendapatan keluarga, dukungan sosial suami, serta kemudahan aksesibilitas geografis terhadap pasar bahan pangan segar yang menyediakan protein hewani.

CONCLUSION

Kesimpulan dari penelitian ini adalah hubungan positif yang signifikan dengan kekuatan sedang antara pengetahuan ibu tentang asupan protein hewani dengan sikap ibu untuk pencegahan stunting pada balita di Posyandu Munggur Mojogedang Karanganyar ($p = 0,000$, $r = 0,521$). Ibu balita menunjukkan profil kognitif yang sangat baik dan respon sikap yang sangat mendukung program pencegahan stunting.

REFERENCES

- Eka Oktavia, Yulia Vanda Editia, & Mahardika Primadani. (2024). Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Pada Balita Di Indonesia Tahun 2024. *Jurnal Ventilator*, 2(1), 158–168. <https://doi.org/10.59680/ventilator.v2i1.988>
- Fifit Afifah, D. (2021). Social Impact Of Social Media Use Intensity On Mental Health in Form Of Apathetic Attitude. *Cyber and It Service Management*, 2.
- Fitriani, F., & Darmawi, D. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Desa Arongan Kecamatan Kuala Pesisir Kabupaten Nagan Raya. *Jurnal Biology Education*, 10(1), 23–32. <https://doi.org/10.32672/jbe.v10i1.4114>
- Haryani, V. M., Putriana, D., & Hidayati, R. W. (2023). Asupan Protein Hewani Berhubungan dengan Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Minggir. *Amerta Nutrition*, 7(2), 139–146. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2SP.2023.13>
- Mediarti, Sulastri, & Handayani, S. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perolehan Pengetahuan Ibu Mengenai Pemberian Zat Gizi Optimal pada Balita. *Keperawatan Dan Kebidanan*, 45–56.
- Mutingah, Z., & Rokhaidah, R. (2021). The Relationship of Mother's Knowledge and Attitudes with Stunting Prevention Behavior in Toddler. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 5(2), 49–57. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v5i2.3172>
- Notoatmodjo. (2020). Metodologi Penelitian Kesehatan. *Kesehatan*.