

LAPORAN TUGAS AKHIR
HUBUNGAN POLA ASUH IBU DALAM PEMBERIAN MAKAN
DAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN KEJADIAN
STUNTING PADA BALITA DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS
SIKUMANA KOTA KUPANG



ANITA TRIYANI UTOMO

PO5303241231177

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI DIIT-GIZI
ANGKATAN XVIII

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

**HUBUNGAN POLA ASUH IBU DALAM PEMBERIAN MAKAN DAN
ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA
BALITA DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS SIKUMANA KOTA
KUPANG**

DISUSUN

ANITA TRIYANI UTOMO
PO5303241231177

Telah disetujui untuk diperiksa dan dipertahankan di hadapan Tim
Penguji pada tanggal 22 April 2026

Pembimbing



Yohanes Don Bosko Demu, SKM, M.P.H
NIP. 197110091994031008

Mengetahui

Ketua Prodi Gizi
Poltekkes Kemenkes Kupang



Juni Gressilda L. Sine, S.TP., M.Kes
NIP. 198006012009122001

HALAMAN PENGESAHAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

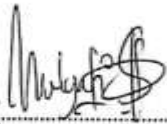
HUBUNGAN POLA ASUH IBU DALAM PEMBERIAN MAKAN DAN
ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA
BALITA DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS SIKUMANA KOTA
KUPANG

DISUSUN

ANITA TRIYANI UTOMO
PO5303241231177

Telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji
pada tanggal 2 Juli 2026

Penguji I Asmulyati S Saleh, SST., M.Gz
NIP. 198906172014202004

()

Penguji II Yohanes Don Bosko Demu, SKM, M.P.H
NIP. 197110091994031008

()

Mengetahui

Ketua Prodi Gizi

Poltekkes Kemenkes Kupang

()
Juni Gressilda L. Sine, STP, M.Kes
NIP. 198006012009122001

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : Anita Triyani Utomo

NIM : PO5303241231177

Tanda Tangan : 

Tanggal : 11 September 2026

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN
PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Kupang, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anita Triyani Utomo

NIM : PO5303241231177

Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Kupang Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty- Free Right) atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul : hubungan pola asuh ibu dalam pemberian makan dan asupan zat gizi makro dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja puskesmas sikumana kota kupang

Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Poltekkes Kemenkes Kupang berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Kupang

Pada tanggal : 11 September 2026

Yang menyatakan




(Anita Triyani Utomo).

BIODATA



DATA PRIBADI

Nama	: Anita Triyani Utomo
Tempat Tanggal Lahir	: Ba'a, 30 Mei 2005
Alamat	: Saindule, RT/001,RW/006
Jenis Kelamin	: Perempuan
Kewarganegaraan	: Indonesia
Agama	: Islam
Email	: anitatriyaniiii3005@gmail.com
Telepon	: 081238298392

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. Lulusan TKK Negeri Dharma Wanita BA'Tahun 2011
2. Lulusan SD Negeri 1 BA'A Tahun 2017
3. Lulusan SMP Negeri 1 Lobalain Tahun 2020
4. Lulusan SMA Negeri 1 Rote Barat Laut Tahun 2023

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya Dia mendapat (pahala) dari (kebajikan) yang dikerjakannya dan mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya.”

(Q.S Al-Baqarah:286)

“Allah tidak mengatakan hidup ini mudah. Tetapi Allah berjanji, bahwa sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

(Q.S Al-Insyirah: 5-6)

“Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melewatkanmu tidak akan pernah menjadi takdirku, dan apa yang ditakdirkan untukku tidak akan pernah melewatkanmu.”

(Umar Bin Khatab)

“Aku membahayakan nyawa ibu untuk melahirkanku, ayah menghabiskan tenaganya untuk masa depanku dan aku memiliki kakak yang selalu mendukung dalam diam. Maka tidak ada alasan bagiku untuk menyerah, karena aku ingin memastikan setiap pengorbanan mereka tidak sia-sia.”

(Gefira Dwi Saputri)

PERSEMBAHAN

Laporan Tugas Akhir ini penulis persembahkan untuk Bapa dan mama, yang mungkin tidak selalu melihat setiap air mata dan lelahnya perjuangan ini, tetapi selalu ada dalam setiap doa penulis. Untuk kakak, terima kasih telah menjadi penguat di saat penulis hampir menyerah. Dan untuk teman-teman seperjuangan, terima kasih telah berjalan bersama, melewati hari-hari penuh lelah, tangis, dan tawa. Jika akhirnya penulis sampai di titik ini, kalian adalah bagian dari alasan mengapa penulis mampu bertahan.

ABSTRAK
HUBUNGAN POLA ASUH IBU DALAM PEMBERIAN MAKAN DAN
ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA
BALITA DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS SIKUMANA KOTA
KUPANG

Anita Triyani Utomo
(Dibimbing Oleh Yohanes Don Bosko Demu, SKM, M.P.H)
anitatriyaniiii3005@gmail.com

Latar Belakang : Stunting merupakan masalah gizi kronis yang disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain pola asuh ibu dalam pemberian makan dan kecukupan asupan zat gizi makro. Meskipun prevalensi stunting di Indonesia terus menurun, angka kejadiannya masih cukup tinggi, termasuk di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana Kota Kupang. Oleh karena itu, diperlukan penelitian untuk mengetahui hubungan pola asuh ibu dalam pemberian makan dan asupan zat gizi makro dengan kejadian stunting pada balita.

Tujuan Penelitian : Mengetahui hubungan antara pola asuh ibu dalam pemberian makan dan asupan zat gizi makro (protein, lemak, dan karbohidrat) dengan kejadian stunting pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana Kota Kupang

Metode Penelitian : Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain observasional analitik menggunakan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian berjumlah 41 balita usia 12–24 bulan yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data pola asuh ibu dikumpulkan menggunakan kuesioner pola asuh pemberian makan, sedangkan data asupan zat gizi makro diperoleh melalui metode *food recall* 3×24 jam. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$).

Hasil Penelitian : Sebagian besar ibu memiliki pola asuh pemberian makan kategori negatif (46 responden; 70,3%), sedangkan pola asuh positif sebanyak 20S responden (29,7%). Sebagian besar balita memiliki asupan protein, lemak, dan karbohidrat dalam kategori defisit tingkat berat. Kejadian stunting pada balita terdiri atas kategori normal sebanyak 39 balita (60,9%), *stunted* sebanyak 17 balita (26,6%), dan *severely stunted* sebanyak 8 balita (12,5%). Hasil *uji Chi-Square* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pola asuh ibu dalam pemberian makan dengan kejadian stunting ($p=0,016$). Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan protein dengan kejadian stunting ($p=0,005$), sedangkan asupan lemak ($p=0,606$) dan asupan karbohidrat ($p=0,365$) tidak berhubungan dengan kejadian stunting.

Kesimpulan : Asupan protein berhubungan dengan kejadian stunting pada balita, sedangkan pola asuh ibu dalam pemberian makan, asupan lemak, dan asupan karbohidrat tidak berhubungan secara signifikan dengan kejadian stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana Kota Kupang.

Kata Kunci : stunting, pola asuh pemberian makan, protein, lemak, karbohidrat, balita.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan tuntunan-Nya, penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir dengan judul “Hubungan Pola Asuh Ibu Dalam Pemberian Makan Dan Asupan Zat Gizi Makro Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Diwilayah Kerja Puskesmas Sikumana”.

1. Maria Hilaria, S.Si., S.Farm., Apt., M.Si selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang.
2. Juni Gresilda Louisa Sine, STP., M.Kes selaku Ketua Prodi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang.
3. Yohanes Don Bosko Demu, SKM, M.P.H selaku pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi sehingga laporan tugas akhir ini dapat terwujud.
4. Asmulyati S Saleh, SST., M.Gz selaku penguji yang telah berkenan meluangkan waktu untuk menguji serta memberikan saran dan masukan yang membangun demi penyempurnaan laporan tugas akhir ini.
5. Cinta pertama dan panutanku, Bapak Dalil S. Utomo, terima kasih atas setiap doa, pengorbanan, dan perjuangan yang tak pernah terlihat oleh penulis. Jika hari ini penulis mampu sampai di titik ini, itu karena doa Bapak yang selalu mengiringi. Maaf karena penulis belum mampu membalas semuanya. Semoga pencapaian kecil ini menjadi alasan Bapak untuk tersenyum dan bangga.
6. Pintu surgaku, Ibunda Nurhayati terima kasih atas doa, kasih sayang, pengorbanan, dan cinta yang tak pernah putus untuk penulis. Setiap langkah dan pencapaian penulis tidak lepas dari dukungan serta ketulusan Ibu. Laporan Tugas Akhir ini penulis persembahkan sebagai ungkapan cinta, rasa syukur, dan terima kasih atas segala yang telah Ibu berikan
7. Teruntuk saudari tercinta, Wiwik N. Ramadhany, S.Tr.Keb., yang tidak hanya menjadi seorang kakak, tetapi juga panutan dan sosok yang memiliki peran besar dalam membentuk penulis menjadi pribadi seperti saat ini. Terima kasih karena telah mengajarkan bahwa seorang perempuan

harus berani bermimpi, mandiri, & kuat menghadapi setiap tantangan. *I love you more than words can ever express*

8. Terima kasih kepada teman seperjuangan penulis, Angel Margareth Fangidae dan Dina Angelina Missa, yang telah menemani perjalanan penulis sejak masa PKKMB hingga akhirnya bersama-sama mencapai titik ini. Terima kasih atas setiap kebersamaan, dukungan, tawa, dan semangat yang telah menjadi bagian dari setiap proses.
9. Teruntuk sahabat terkasih penulis sejak kecil, Laily Nandya Purnamasari dan Mutiara Riska Putri Muhamad, terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis. Terima kasih atas persahabatan yang tulus, doa, dukungan, dan kebersamaan yang selalu menguatkan. Semoga persahabatan kita tetap terjaga dan terus menjadi cerita indah sepanjang waktu.
10. Kepada sahabat penulis sejak bangku SMP, Fitri Kiah, Yuni Ndolu, Delon Pelo, James Ndolu, dan Fester Ketty, terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan penulis sejak masa remaja hingga hari ini. Terima kasih atas kebersamaan, tawa, dan dukungan yang telah menjadi kenangan berharga.
11. Terakhir, kepada diri sendiri, Anita Triyani Utomo. Terima kasih telah bertahan, berjuang, dan tidak menyerah meskipun perjalanan ini tidak selalu mudah. Terima kasih telah tetap melangkah di tengah lelah, air mata, dan keraguan hingga akhirnya mampu menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini. Teruslah belajar, bersyukur atas setiap nikmat yang Allah berikan, dan percaya bahwa setiap proses akan selalu membawa pada tujuan yang indah. Hari ini adalah bukti bahwa semua usaha, doa, dan perjuanganmu tidak pernah sia-sia

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa Laporan Tugas Akhir ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis tetap mengharapkan kritikan dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan tugas akhir ini. Semoga tugas ini bermanfaat bagi pembaca dan terkhususnya bagi penulis.

Kupang, 02 Juli 2026

DAFTAR ISI

	Halaman
COVER	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
BIODATA.....	v
MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	3
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Stunting	7
B. Pola Asuh Pemberian Makan	11
C. Pengukuran Pola Asuh Pemberian Makan	16
D. Asupan Zat Gizi Makro.....	17
E. Metode <i>Food Recall</i> 24 Jam	20
F. Kerangka Teori.....	22
G. Kerangka Konsep.....	23
H. Hipotesis.....	23
BAB III METODE PENELITIAN	24
A. Jenis Penelitian.....	24

B. Waktu Dan Lokasi Penelitian.....	24
C. Populasi Dan Sampel	24
D. Variabel Penelitian	26
E. Definisi Operasional.....	27
F. Pengumpulan Data	28
G. Metode Pengolahan Dan Analisis Data.....	29
H. Etika Penelitian	31
BAB IV PEMBAHASAN.....	33
A. Hasil	33
B. Pembahasan.....	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	49
A. Kesimpulan	49
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA.....	51

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian	5
Tabel 2. Kategori Dan Ambang Batas Status Gizi Anak.....	8
Tabel 3. Angka Kecukupan Gizi	19
Tabel 4. Definisi Operasional.....	27
Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	33
Tabel 6. Distribusi Responden Berdsarkan Umur.....	34
Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan pendidikan Ibu	34
Tabel 8. Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu	34
Tabel 9. Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi.....	35
Tabel 10. Distribusi Responden Berdasarkan Pola Asuh Ibu.....	35
Tabel 11. Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Protein.....	35
Tabel 12. Distribusi Responden Berdsarkan Asupan Lemak	36
Tabel 13. Distribusi Responden Berdsarkan Asupan Karbohidrat.....	36
Tabel 14. Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Kejadian Stunting	37
Tabel 15. Hubungan Asupan Protein Dengan Kejadian Stunting	38
Tabel 16. Hubungan Asupan Lemak Dengan Kejadian Stunting.....	39
Tabel 17. Hubungan Asupan Karbohidrat Dengan Kejadian Stunting	40

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori.....	22
Gambar 2. Kerangka Konsep	23
Gambar 3. Pengukuran Antropometri	64
Gambar 4. Wawancara Responden.....	64
Gambar 5. <i>Recall</i> 24 Jam	64

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Formulir Pernyataan Kesedian Responden.....	56
Lampiran 2. Formulir Pengumpulan Data	57
Lampiran 3. Kuesioner Pola Asuh Pemberian Makan	58
Lampiran 4. Lampiran <i>Food Recall</i>	60
Lampiran 5. Hasil <i>Recall</i> Hari Pertama	60
Lampiran 6. Hasil <i>Recall</i> Hari-2	61
Lampiran 7. Hasil <i>Recall</i> Hari-3	62
Lampiran 8. Dokumentasi.....	64
Lampiran 9. Surat Ijin Penelitian	65
Lampiran 10. Etik Penelitian.....	66
Lampiran 11. Analisis Data.....	67
Lampiran 12. Master Tabel	74
Lampiran 13. Logbook.....	76
Lampiran 14. Surat Keterangan Hasil Cek Plagiasi.....	77