

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Berdasarkan data Puskesmas Naioni Kota Kupang bulan Januari 2026, masih ditemukan berbagai masalah gizi pada balita dan ibu hamil. Masalah gizi yang paling banyak terjadi adalah berat badan kurang pada balita sebesar 20,28%, diikuti oleh stunting sebesar 15,42%. Selain itu, terdapat gizi kurang sebesar 9,05% dan gizi buruk sebesar 0,17% pada balita. Pada kelompok ibu hamil, ditemukan Kekurangan Energi Kronis (KEK) sebesar 2,89% dan anemia sebesar 5,79%.
2. Hasil Uji Univariabel

a. Gambaran kepatuhan ibu balita

Tabel 1. Persentase kepatuhan ibu

	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Sering	75	100.0
Total	75	100.0

Sumber : data primer 2026

Berdasarkan tabel kepatuhan ibu, diketahui bahwa seluruh responden sebanyak 75 orang (100%) berada pada kategori sering/patuh. Tidak terdapat responden yang masuk dalam kategori kurang patuh maupun tidak patuh. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tingkat kepatuhan ibu pada penelitian ini sangat baik, di mana seluruh ibu menunjukkan kepatuhan yang tinggi terhadap anjuran atau program yang diberikan. Hal ini ditunjukkan oleh persentase kepatuhan sebesar 100% dari total responden.

b. Gambaran Riwayat Kesehatan balita

Tabel 2 Persentase Riwayat Kesehatan balita

	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Pernah	11	14.7
Tidak	64	85.3
Total	75	100.0

Sumber : data primer 2026

Berdasarkan tabel Riwayat Kesehatan Balita yang melibatkan 75 responden, sebagian besar balita memiliki riwayat kesehatan baik, yaitu sebanyak 64 balita (85,3%). Sementara itu, balita dengan riwayat kesehatan buruk berjumlah 11 balita (14,7%).

c. Gambaran Tingkat kecukupan asupan karbohidrat

Tabel 3. Tingkat kecukupan karbohidrat

	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Defisit Berat	74	98.7
Defisit Ringan	1	1.3
Total	75	100.0

Sumber : data primer terolah 2026

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi di atas, diperoleh temuan yang sangat krusial di mana hampir seluruh balita yang menjadi responden dalam penelitian ini memiliki tingkat asupan karbohidrat yang buruk. Sebanyak 74 balita (98,7%) berada dalam kategori Defisit Berat, sementara hanya 1 balita (1,3%) yang berada dalam kategori Defisit Ringan. Tidak ditemukan sama sekali (0%) balita yang memiliki asupan karbohidrat dalam kategori normal atau terpenuhi dengan baik.

d. Gambaran Tingkat kecukupan asupan lemak

Tabel 4. Tingkat kecukupan asupan lemak

	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Defisit berat	75	100.0

Sumber : data primer terolah 2026

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi di atas, diperoleh temuan yang sangat ekstrem dan memprihatinkan, di mana seluruh balita responden (100,0%) berada dalam kategori Defisit Berat untuk asupan lemak harian mereka. Tidak ada satu pun balita (0%) yang berada dalam kategori defisit ringan, sedang, apalagi memenuhi standar kecukupan lemak yang normal.

e. Gambaran Tingkat kecukupan asupan protein

Tabel 5. Tingkat kecukupan asupan protein

	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Defisit Berat	35	46.7
Defisit Sedang	13	17.3
Defisit Ringan	7	9.3
Normal	17	22.7
Kelebihan	3	4.0
Total	75	100.0

Sumber : data primer terolah 2026

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi di atas, terlihat bahwa variasi tingkat kecukupan asupan protein pada responden balita cukup beragam, namun tetap didominasi oleh kondisi kekurangan gizi. Kelompok terbesar adalah balita dengan status Defisit Berat yaitu sebanyak 35 anak (46,7%). Jika diakumulasikan, total balita yang mengalami defisit protein (ringan, sedang, hingga berat) mencapai angka yang sangat tinggi, yaitu 55 anak (73,3%).

B. Pembahasan

1. Gambaran kepatuhan ibu

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden (100%) berada dalam kategori sering atau patuh terhadap kegiatan yang dianjurkan. Tingginya tingkat kepatuhan ibu dapat dipengaruhi oleh kesadaran ibu mengenai pentingnya pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita serta pemahaman tentang manfaat pelayanan kesehatan bagi anak. Kepatuhan ibu dalam mengikuti program kesehatan anak berperan penting dalam mendukung status kesehatan dan gizi balita.

Menurut World Health Organization, keterlibatan orang tua, khususnya ibu, dalam pemantauan kesehatan anak merupakan faktor penting dalam pencegahan masalah gizi dan penyakit pada balita. Penelitian yang dilakukan oleh Notoatmodjo (2022) juga menjelaskan bahwa perilaku kesehatan seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, dan dukungan lingkungan sehingga semakin baik pengetahuan ibu maka semakin tinggi kepatuhannya dalam memanfaatkan pelayanan kesehatan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari dkk. (2022) yang menemukan bahwa ibu dengan tingkat pengetahuan yang baik cenderung lebih patuh dalam membawa balitanya ke fasilitas kesehatan untuk pemantauan pertumbuhan dan imunisasi secara rutin.

2. Gambaran Riwayat Kesehatan Balita

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar balita tidak memiliki riwayat penyakit dalam periode tertentu yaitu sebanyak 64 balita (85,3%), sedangkan 11 balita (14,7%) memiliki riwayat penyakit. Kondisi ini menunjukkan bahwa mayoritas balita berada dalam keadaan kesehatan yang relatif baik

Riwayat penyakit pada balita dapat memengaruhi status gizi karena saat sakit terjadi peningkatan kebutuhan energi dan penurunan nafsu makan yang dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan. Menurut United Nations Children's Fund (2023), infeksi berulang pada balita merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya gangguan pertumbuhan dan masalah gizi.

Penelitian oleh Prendergast dan Humphrey (2022) menyatakan bahwa anak yang sering mengalami infeksi memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan pertumbuhan dibandingkan anak yang jarang sakit. Oleh karena itu, kondisi kesehatan yang baik pada sebagian besar balita dalam penelitian ini merupakan faktor yang mendukung pertumbuhan optimal.

3. Gambaran Tingkat Kecukupan Asupan Karbohidrat

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh balita mengalami defisit asupan karbohidrat, yaitu 98,7% termasuk kategori defisit berat dan 1,3% kategori defisit ringan. Tidak terdapat balita yang memiliki tingkat kecukupan karbohidrat normal.

Karbohidrat merupakan sumber energi utama yang dibutuhkan tubuh untuk mendukung aktivitas dan proses pertumbuhan. Kekurangan asupan karbohidrat dalam jangka panjang dapat menyebabkan tubuh menggunakan cadangan protein dan lemak sebagai sumber energi sehingga berpotensi mengganggu pertumbuhan balita.

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020), kebutuhan energi balita sebagian besar berasal dari karbohidrat yaitu sekitar 45–65% dari total kebutuhan energi harian. Penelitian oleh Hardinsyah (2017) juga menjelaskan bahwa rendahnya konsumsi karbohidrat dapat menyebabkan ketidakseimbangan energi yang berdampak pada penurunan berat badan dan pertumbuhan anak.

Tingginya proporsi balita dengan defisit karbohidrat pada penelitian ini menunjukkan perlunya edukasi kepada orang tua mengenai pentingnya

pemberian makanan sumber karbohidrat seperti nasi, kentang, ubi, jagung, dan sereal dalam jumlah yang sesuai dengan kebutuhan balita.

4. Gambaran Tingkat Kecukupan Asupan Lemak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh balita (100%) mengalami defisit berat asupan lemak. Temuan ini mengindikasikan adanya ketidakseimbangan konsumsi zat gizi yang berpotensi memengaruhi status gizi dan pertumbuhan anak.

Lemak memiliki peran penting sebagai sumber energi padat, membantu penyerapan vitamin larut lemak (A, D, E, dan K), serta mendukung perkembangan otak pada masa balita. Menurut World Health Organization (2023), lemak merupakan komponen penting dalam pola makan anak karena berkontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan neurologis.

Penelitian oleh Dewey (2020) menyebutkan bahwa kekurangan asupan lemak dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan pertumbuhan, penurunan berat badan, dan keterlambatan perkembangan kognitif. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menunjukkan perlunya perhatian khusus terhadap konsumsi sumber lemak sehat seperti ikan, telur, susu, alpukat, dan minyak nabati.

5. Gambaran Tingkat Kecukupan Asupan Protein

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir tiga perempat balita (73,3%) mengalami defisit protein, dengan proporsi terbesar berada pada kategori defisit berat (46,7%). Hanya 22,7% balita yang memiliki asupan protein normal dan 4,0% yang mengalami kelebihan protein.

Protein merupakan zat gizi yang berfungsi sebagai bahan pembangun jaringan tubuh dan sangat diperlukan dalam proses pertumbuhan balita. Kekurangan protein dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan, penurunan sistem imun, serta meningkatkan risiko terjadinya masalah gizi kronis.

Menurut Food and Agriculture Organization dan World Health Organization, protein merupakan nutrisi esensial yang dibutuhkan untuk

pembentukan sel, jaringan, enzim, hormon, dan sistem kekebalan tubuh. Penelitian oleh Black dkk. (2021) menunjukkan bahwa asupan protein yang tidak mencukupi berhubungan dengan meningkatnya risiko stunting dan gangguan pertumbuhan pada anak usia balita.