

HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI SUSU DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 2 BULAGI KABUPATEN BANGGAI KEPULAUAN

Meiny Rumondor¹, Cicilia Lariwu², Marniati Ndekano³

^{1,2,3} *Fakultas Keperawatan Universitas Pembangunan Indonesia Manado*

*E-mail coressponding author:
meiny.rumondor@unpi.ac.id*

ABSTRAK

Stunting adalah suatu kondisi di mana ketinggian seseorang lebih pendek dari ketinggian orang lain di usia umum. Stunting terjadi oleh banyak faktor, termasuk malnutrisi, genetika, kelainan endokrin, penyakit menular, faktor keluarga dan rumah tangga, dan berat lahir rendah (LBW). Kebiasaan konsumsi susu adalah perilaku minum susu seseorang setidaknya 2 gelas per hari (setara dengan 480 ml) yang rutin dilakukan setiap waktu. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisa Apakah ada hubungan antara kebiasaan konsumsi susu dan kejadian stunting di kelas VII siswa sekolah menengah negeri Bulagi 2 di Kabupaten Kepulauan Banggai. Jenis penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah penelitian analisis deskriptif dengan pendekatan kontrol kasus. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas tujuh dari Bulagi State Middle School 2 Banggai Kepulauan Kabupaten berjumlah 64 siswa, 32 mahasiswa kelompok kasus dan 32 siswa kelompok normal. Sampel dalam penelitian ini adalah untuk menggunakan total populasi. Data dianalisis menggunakan tes Statistik Chi-Square dengan tingkat signifikansi 95% ($\alpha = 0,05$). Berdasarkan hasil tes statistik menggunakan Chi-Square diperoleh p-Value = 0,000 yang lebih kecil dari nilai signifikan α (0,05). Itu berarti bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan konsumsi susu dan kejadian stunting di kelas VII mahasiswa Bulagi Public Middle School 2 Banggai Kepulauan Kabupaten.

Kata Kunci: stunting, konsumsi susu, kebiasaan

ABSTRACT

Stunting is a condition where a person's height is shorter than the height of other people in general age. Stunting occurs by many factors including malnutrition, genetics, endocrine disorders, infectious diseases, family and household factors, and low birth weight (LBW). Milk consumption habits are the behavior of drinking someone milk at least 2 glasses per day (equivalent to 480 ml) which is routinely done every time. The purpose of this study was to analyze whether there was a relationship between milk consumption habits and the incidence of stunting in Class VII students of Bulagi State Middle School 2 Banggai Kepulauan Regency. The type of research used in this study is descriptive analytic research with a case control approach. The population in this study were seventh grade students of Bulagi State Middle School 2 Banggai Kepulauan Regency totaling 64 students, 32 case group students and 32 normal group students. The sample in this study is to use the total population. Data was analyzed using chi-square statistical tests with a significance level of 95% ($\alpha = 0.05$). Based on the results of statistical tests using chi-square obtained p-value = 0.000 which is smaller than the significant value α (0.05). It means that H_0 is rejected and H_a is accepted, which means that there is a significant relationship between milk consumption habits and the incidence of stunting in class VII students of Bulagi Public Middle School 2 Banggai Kepulauan Regency.

Keywords : *Stunting, milk consumption, habits*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa tahap pertumbuhan dan perkembangan baik secara fisik, perilaku, sosial serta emosional. Remaja membutuhkan zat gizi yang baik untuk mencapai pertumbuhan yang maksimal. Jika zat gizi tidak terpenuhi dengan baik maka akan mengakibatkan masalah gizi pada remaja (Soetjiningsih, 2010). Masalah gizi yang terjadi pada remaja akan berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia (SDM). Gizi mempunyai peran untuk mencapai SDM yang berkualitas (Khomsan dkk, 2012).

Salah satu indikator penentuan kualitas gizi pada remaja adalah tinggi badan. Faktor yang mempengaruhi tinggi badan adalah genetik dan intake gizi. Persoalan tinggi badan pada remaja yang terjadi di Indonesia merupakan cerminan rendahnya konsumsi pangan hewani (daging, ikan, telur, dan susu) sebagai sumber protein dan kalsium. Kurangnya konsumsi pangan hewani akan menyebabkan tinggi badan berkurang (stunting) (Khomsan dkk, 2012). Stunting pada remaja merupakan retardasi pertumbuhan linier akibat masalah gizi kronis yaitu dari asupan gizi yang kurang di masa lampau dan masa kini karena makanan yang dikonsumsi tidak memenuhi kebutuhan gizi (Riskesdas, 2013).

Indonesia menempati urutan tertinggi kelima stunting dan urutan keempat jumlah anak dengan wasting (WHO, 2015). Menurut Riskesdas tahun 2018, prevalensi stunting pada remaja usia 13 sampai 15 tahun tertinggi di Provinsi Papua yaitu 46% (kategori pendek 20,0 %, kategori sangat pendek 26,0 %), dan terendah di Provinsi Bali yaitu 9,2% (kategori pendek 8,2%, kategori sangat pendek 1,0%) sedangkan prevalensi stunting di Provinsi Sulawesi Tengah sebanyak 36% (kategori pendek 29,3%, kategori sangat pendek 6,7%).

Dampak buruk dari stunting dalam jangka pendek bisa menyebabkan terganggunya otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Dampak jangka panjang yang dapat ditimbulkan adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, risiko tinggi munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke dan disabilitas pada usia tua, serta kualitas kerja yang tidak kompetitif yang berakibat pada rendahnya produktifitas ekonomi (Kemenkes RI, 2016).

Pada saat usia sekolah kebutuhan gizi meningkat karena terjadinya proses pertumbuhan yang cepat dan aktivitas fisik yang tinggi (Almatsier, 2009). Hal tersebut dapat dipenuhi dengan mengkonsumsi menu makanan yang bervariasi seperti sumber karbohidrat berupa nasi, mie, roti, umbi, juga sumber protein seperti telur, tempe, olahan daging atau ikan, sayuran dan buah disertai dengan susu. Susu dan hasil olahannya (yoghurt, keju, dan lain - lain) merupakan minuman dan makanan dengan kandungan gizi yang cukup lengkap. Konsumsi ikan, telur, dan susu bagi usia 6 sampai 19 tahun sangat membantu pertumbuhan dan perkembangan (Kementrian Kesehatan RI, 2014). Selain untuk pertumbuhan dan perkembangan pada usia ini anak sekolah juga sangat baik menyerap kalsium untuk kesehatan tulang. Agar tulang menjadi kuat diperlukan asupan zat gizi yang cukup terutama kalsium. Sumber kalsium yang utama adalah berasal dari susu dan produk olahannya seperti keju, mentega, yoghurt, eskrim, dan lain sebagainya (Almatsier, 2009).

Konsumsi susu masyarakat Indonesia hanya 16,5 liter/kapita/tahun. Angka ini sangat kecil di bandingkan dengan data USDA Foreign Agricultural Service 2016 (FAS) untuk Malaysia (50 liter), Thailand (33,7 liter), dan Filipina (22,1 liter). Meskipun susu memiliki manfaat yang baik bagi kesehatan manusia namun tingkat konsumsi susu di Indonesia masih sangat rendah. Rendahnya budaya konsumsi susu bisa berdampak pada rendahnya kualitas gizi seseorang (BPS, 2017). Berdasarkan pengambilan data awal, jumlah siswa stunting kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan yaitu 32 siswa. Menurut penuturan beberapa siswa, kebiasaan konsumsi susu siswa kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi termasuk dalam kategori tidak biasa (kurang dari 2 kali sehari). Hal ini dikarenakan faktor biaya dan kurangnya pengetahuan siswa terhadap manfaat susu. Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan kebiasaan konsumsi susu dengan kejadian stunting pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi susu dengan kejadian stunting pada siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan. Dengan manfaat penelitian menambah sumber kepustakaan bagi institusi pendidikan, memberikan informasi bagi pihak sekolah dan bahan referensi dan pembelajaran bagi peneliti selanjutnya tentang hubungan antara kebiasaan konsumsi susu dengan kejadian stunting.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan case control dimana penelitian akan dilakukan dengan membandingkan antara dua kelompok yaitu kelompok kasus dan kelompok kontrol (Notoatmodjo, 2010). Waktu dan tempat penelitian ini yaitu dilaksanakan pada bulan Mei sampai Juni 2019 di SMP Negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan Provinsi Sulawesi Tengah.

Populasi dalam penelitian ini terdiri dari dua populasi yaitu populasi kasus, siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi yang stunting berjumlah 32 siswa stunting dan populasi kontrol yaitu siswa SMP Negeri 2 Bulagi yang memiliki tinggi badan yang normal berjumlah 32 siswa. Pengambilan sampel menggunakan total populasi dengan matching sesuai jenis kelamin dan usia. Rasio antara kelompok kasus dan kelompok kontrol 1:1.

HASIL PENELITIAN

Gambaran Umum dan Letak Geografis SMP Negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan.

SMP Negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan adalah sekolah negeri yang berstatus kepemilikan pemerintah daerah yang berdiri pada tahun 2005 diatas lahan seluas 2000 meter persegi. Terletak di kelurahan Peling Seasa Kabupaten Banggai Kepulauan Provinsi Sulawesi Tengah dengan letak geografis 1.2831 Lintang dan 123.127 Bujur.

Karakteristik Responden

Setelah melakukan penelitian, di peroleh jumlah sampel responden berjumlah 64 siswa (kelompok kasus (stunting) berjumlah 32 siswa dan kelompok kontrol (normal) berjumlah 32 siswa) dengan karakteristik responden sebagai berikut:

a. Usia

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan usia siswa kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan

		Kasus	Kontrol	Total
Usia	12	9 28,1%	10 31,3%	19 29,7%
	13	19	18	37

	59,3%	28,1%	57,8%
14	4	4	8
	12,5%	12,5%	12,5%
Total	32	32	64
	100%	100%	100%

Dilihat dari distribusi responden berdasarkan umur pada table 1 menunjukkan responden yang berumur 12 tahun berjumlah 19 responden (29,7%), 13 tahun berjumlah 37 responden (57,8%) dan 14 tahun berjumlah 8 responden (12,5%).

b. Jenis Kelamin

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Siswa kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi Banggai Kepulauan

		Kasus	Kontrol	Total
Jenis Kelamin	Laki- laki	11	9	20
		34,3%	28,1%	31,2%
	Perempuan	21	23	44
		65,7%	71,9%	68,8%
Total		32	32	64
		100%	100%	100%

Dilihat dari distribusi responden berdasarkan jenis kelamin pada tabel 2 menunjukkan responden laki - laki berjumlah 20 responden (31,2%), perempuan berjumlah 44 responden (68,8%).

Analisa Univariat

a. Kebiasaan Konsumsi Susu

Kebiasaan konsumsi susu siswa dalam penelitian ini terdiri dari 2 kategori yaitu biasa dan tidak biasa. Data hasil penelitian tentang kebiasaan konsumsi susu dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Konsumsi Susu pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan.

		Kasus	Kontrol	Total
Kebiasaan Konsumsi Susu	Tidak Biasa	26	12	38
		81,3%	37,5%	59,4%
	Biasa	6	20	26
		18,8%	62,5%	40,6%
Total		32	32	64
		100%	100%	100%

Berdasarkan distribusi kebiasaan konsumsi susu responden pada siswa kelas VII SMP negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan diperoleh kebiasaan konsumsi

susu pada kategori tidak biasa berjumlah 38 siswa (59,4%), sedangkan pada kategori biasa yaitu 26 siswa (40,6%).

b. Kejadian Stunting

Kejadian stunting pada penelitian ini terdiri dari dua kategori yaitu stunting dengan normal. Data hasil penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Stunting Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan

Kejadian <i>Stunting</i>	n	Presentase
<i>Stunting</i>	32	100%
Normal	32	100%
Total	64	100%

Berdasarkan distribusi kejadian stunting diperoleh responden kategori normal berjumlah 32 siswa (100%) dan kategori stunting berjumlah 32 siswa (100%). Cara mengukur kejadian stunting responden yaitu dengan mengukur tinggi badan responden lalu di hitung dengan rumus Z Score untuk mengetahui apakah responden termasuk dalam kategori stunting atau tidak stunting.

Berikut adalah rumus Tinggi Badan/Umur:

$$Z \text{ Score} : \frac{\text{Nilai Individu Subjek} - \text{Nilai Median}}{\text{Nilai Simpangan Baku Rujukan}}$$

Nilai simpangan baku rujukan adalah selisih kasus dengan standarnya. Apabila hasil pengukuran lebih kecil dari nilai median maka nilai simpangan baku rujukan diperoleh dari nilai median – (-1), sebaliknya jika hasil pengukuran lebih besar dari nilai median maka 1 – median. Nilai median dapat di lihat dalam lampiran 4 skripsi ini. Setelah di ketahui nilai simpangan baku rujukan maka masukkan semua nilai sesuai rumus. Setelah itu di hitung dengan cara nilai individu subjek (nilai pengukuran dalam cm) di kurangi nilai median lalu di bagi dengan hasil dari nilai simpangan baku rujukan.

Analisa Bivariat

a. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Susu Dengan Kejadian Stunting Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan.

Analisa statistik untuk melihat hubungan kebiasaan konsumsi susu dengan kejadian stunting pada siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan dilakukan dengan menggunakan uji Chi Square.

Tabel 5.5 Hubungan Kebiasaan Konsumsi Susu Dengan Kejadian Stunting Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan

Kebiasaan Konsumsi Susu	Kejadian <i>Stunting</i>		Total	<i>p value</i>	OR
	Kasus	Kontrol			
Tidak Biasa	26 81,3%	12 37,5%	38 59,4%	0,000	7,222
Biasa	6 18,8%	20 62,5%	26 40,6%		
Total	32 100%	32 100%	64 100%		

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa kebiasaan konsumsi susu siswa pada siswa pada kategori tidak biasa yaitu 38 siswa (59,4%) pada kelompok kasus 26 siswa (81,3%) dan yang kasus 12 siswa (37,5%) sedangkan kebiasaan konsumsi susu pada kategori biasa yaitu 26 siswa (81,3%) pada kelompok kasus sebanyak 6 siswa (18,8%) dan kelompok kontrol sebanyak 20 siswa (62,5%),

Berdasarkan hasil uji hipotesis seperti terlihat pada tabel 5.5 dengan menggunakan uji chi-square pada tingkat kepercayaan 95% diperoleh nilai *p* dalam penelitian ini adalah 0,000 yang lebih kecil dari nilai signifikan α (0,05). Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan konsumsi susu dengan kejadian stunting pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan. Nilai OR dalam penelitian ini yaitu 7,222 atau 7. Jika siswa biasa mengkonsumsi susu maka akan 7 kali tidak menderita stunting sebaliknya jika siswa tidak biasa mengkonsumsi susu maka akan 7 kali menderita stunting.

PEMBAHASAN

Analisa univariat

a. Kebiasaan konsumsi susu

Berdasarkan tabel 5.3 diperoleh kebiasaan konsumsi susu kategori biasa paling banyak yaitu pada siswa yang memiliki tinggi badan normal berjumlah 20 siswa (78%), sedangkan paling banyak pada kategori tidak biasa yaitu pada siswa yang stunting berjumlah 26 siswa (68%).

Kebiasaan konsumsi susu adalah perilaku minum susu seseorang minimal 2 gelas perhari (setara dengan 480 ml) yang dilakukan secara rutin setiap hari (Almatsier

2009). Konsumsi susu dapat mempengaruhi tinggi badan anak usia sekolah. Susu mengandung kalsium yang dibutuhkan untuk formasi tulang dan menopang tinggi badan ideal. Kalsium berperan sebagai penyusun sel tulang, mendukung kerja osteoblas (sel pembentuk tulang) mengeraskan dan menguatkan tulang. Pada usia anak sekolah atau masa pertumbuhan, sekitar 50 - 70% kalsium yang dicerna diserap oleh tubuh. Satu gelas susu (setara dengan 240 ml) mengandung lebih dari 270 mg kalsium, hampir sepertiga dari kebutuhan kalsium harian sehingga kalsium dalam susu sangat baik dikonsumsi untuk anak usia sekolah karena dapat membantu pertumbuhan tinggi badan anak (Fahrin N, 2017).

Teori ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Kim et al. tahun 2013 terhadap 664 remaja di Korea bahwa konsumsi susu dan produk olahannya meningkatkan densitas tulang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ernawati (2013) tentang hubungan konsumsi susu dengan tinggi badan anak sekolah TK. Hasil uji korelasi menunjukkan hasil yang signifikan antara frekuensi minum susu, jumlah konsumsi susu, total protein dan kalsium susu dengan tinggi badan ($p < 0,05$). Hasil uji beda menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tinggi badan antar setiap anak yang mengonsumsi susu setiap hari dengan yang tidak mengonsumsi susu setiap hari. Anak yang setiap hari mengonsumsi susu mempunyai kurang lebih 4,29 cm lebih tinggi daripada anak yang tidak setiap hari minum susu.

Asumsi peneliti terhadap hasil penelitian ini yaitu kebanyakan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi tidak biasa mengonsumsi susu dikarenakan masih kurangnya pengetahuan siswa tentang manfaat susu bagi tinggi badan. Siswa mengetahui bahwa manfaat susu hanya membuat anak cerdas.

b. Kejadian Stunting

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa responden kategori normal berjumlah 32 siswa (50%) dan kategori stunting berjumlah 32 siswa (50%). Tinggi badan normal adalah keadaan dimana tinggi badan sesuai dengan umur (Supriasa, 2010). Tinggi badan merupakan salah satu indikator penentuan kualitas gizi pada seseorang. Seseorang yang memiliki tinggi badan normal dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kecukupan gizi. Asupan gizi yang sesuai dengan kebutuhan akan membantu pertumbuhan dan perkembangan. Sebaliknya asupan gizi yang kurang dapat menyebabkan kekurangan gizi yang salah satunya dapat menyebabkan stunting.

Stunting merupakan kondisi kronis yang menggambarkan terhambatnya pertumbuhan karena malnutrisi jangka panjang yang ditandai dengan indeks panjang badan dibanding umur (PB/U) atau tinggi badan dibanding umur (TB/U) dengan batas Z-score kurang dari -2 SD (Depkes RI, 2010).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Channy.N.C (2017) tentang hubungan asupan protein dengan kejadian stunting pada remaja menunjukkan hubungan positif antara asupan protein dengan kejadian stunting pada remaja dengan nilai $p = 0,001$ yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara asupan protein dengan kejadian stunting.

Menurut Soetjiningsih (2010) faktor yang menyebabkan terjadinya stunting yaitu status gizi saat hamil. Status gizi ibu saat hamil menunjukkan kecukupan nutrisi yang diperoleh anak sejak dalam kandungan yang akan sangat berpengaruh terhadap terjadinya kekurangan gizi saat anak lahir nanti. Asupan gizi yang kurang adekuat saat masa kehamilan menyebabkan gangguan pertumbuhan pada janin sehingga dapat menyebabkan bayi dengan lahir pendek. Hal ini didukung oleh penelitian Sartono (2013) di Yogyakarta yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil dengan kejadian stunting usia 6 sampai 24 bulan dengan nilai $p = 0,042$; OR : 1,74 yang menunjukkan bahwa Kekurangan Energi Kronis meningkatkan faktor resiko kejadian stunting.

Faktor lain yang mempengaruhi stunting selain status gizi ibu saat hamil, juga BB dan PB saat lahir. Teori mengatakan seorang anak yang mengalami BBLR kelak juga akan mengalami deficit pertumbuhan (ukuran antropometri yang kurang) di masa dewasanya. Berdasarkan penelitian Rahayu dkk di Kabupaten Banjar yang menemukan bahwa balita yang terlahir dengan BBLR memiliki resiko mengalami stunting (Rahayu, A., et al 2015). Faktor lingkungan rumah berupa stimulasi dan aktivitas anak yang tidak adekuat, perawatan yang kurang, sanitasi dan pasokan air yang tidak adekuat, akses dan ketersediaan pangan yang kurang, alokasi dalam rumah tangga yang tidak sesuai dan edukasi pengasuh yang rendah dapat menyebabkan terjadinya stunting (WHO, 2013).

Teori ini didukung oleh penelitian oleh Nadiyah et al (2014) pada anak 0 - 23 Bulan Di Provinsi Bali, Jawa Barat dan Nusa Tenggara Timur yang didapatkan hasil uji statistik bahwa berat badan lahir rendah 2,21% menjadi faktor resiko terjadinya stunting, tinggi badan ibu kurang dari 150 cm 1,77% menjadi faktor resiko terjadinya

stunting, sanitasi kurang baik 1,46% menjadi faktor resiko terjadinya stunting, dan pemberian makanan pre-lakteal 1,47% menjadi faktor resiko terjadinya stunting.

Asumsi peneliti terhadap hasil penelitian ini yaitu tingginya angka stunting pada siswa SMP kelas VII Negeri 2 Bulagi disebabkan karena sebagian orang tua siswa berekonomi rendah sehingga keadaan gizi siswa tidak tercukupi dengan baik.

Analisis Bivariat

a. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Susu Dengan Kejadian Stunting

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam kelompok kasus yang tidak biasa mengkonsumsi susu berjumlah 26 siswa (81,3%) sedangkan pada kelompok kontrol hanya 12 siswa (32%). Responden dalam kelompok kontrol sebagian besar biasa mengkonsumsi susu 20 siswa (77%) sedangkan pada kelompok kasus yang biasa mengkonsumsi susu hanya berjumlah 6 siswa (23%).

Hubungan kebiasaan konsumsi susu dengan kejadian stunting pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000$ yang lebih kecil dari nilai signifikan $\alpha (0,05)$. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan konsumsi susu dengan kejadian stunting pada siswa SMP Negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan.

Susu merupakan bahan makanan yang sangat penting untuk kebutuhan manusia, karena mengandung zat yang sangat diperlukan oleh tubuh seperti protein, karbohidrat, lemak, vitamin dan mineral. Susu merupakan makanan alami yang hampir sempurna. Sebagian zat gizi esensial ada dalam susu, di antaranya yaitu protein, kalsium, fosfor, vitamin A, dan tiamin (vitamin B1). Susu merupakan sumber kalsium paling baik, karena disamping kadar kalsium yang tinggi, laktosa di dalam susu membantu absorpsi susu di dalam saluran pencernaan (Wahyudi, 2009). Kekurangan kalsium pada bayi dapat menyebabkan rakitis, sedangkan pada anak – anak dan remaja dapat menyebabkan terhambatnya pertumbuhan (Peacock, 2010). Keadaan dan status gizi merupakan bagian dari pertumbuhan anak. Gizi yang cukup memiliki peranan penting selama usia sekolah untuk menjamin bahwa anak mendapatkan pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan yang maksimal (Almatatsier 2009). Susu dan hasil olahannya (yoghurt, keju, dan lain - lain) merupakan minuman dan makanan dengan kandungan gizi yang cukup lengkap. Konsumsi ikan, telur, dan susu bagi usia 6 sampai

19 tahun sangat membantu pertumbuhan dan perkembangan (Kementrian Kesehatan RI, 2014).

Selain untuk pertumbuhan dan perkembangan, pada usia anak sekolah juga baik dalam menyerap kalsium untuk kesehatan tulang. Agar tulang menjadi kuat diperlukan asupan zat gizi yang cukup terutama kalsium. Sumber kalsium yang utama adalah berasal dari susu dan produk olahannya seperti keju, mentega, yoghurt, es krim, dan lain sebagainya (Almatsier, 2009). Teori ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ria. S et al (2014) tentang hubungan pola konsumsi makanan dan konsumsi susu dengan tinggi badan pada anak usia 6 sampai 12 tahun diperoleh hasil tabulasi silang antara kecukupan kalsium dari konsumsi susu dengan tinggi badan anak dengan nilai p value = 0,017 yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi kalsium dari susu dengan tinggi badan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Valentino J.M et al. (2017) pada 40 siswa sekolah dasar 20 orang kelompok perlakuan dan 20 orang kelompok kontrol. Dalam penelitian tersebut kelompok perlakuan diberikan 250 ml susu low fat high calcium setiap hari selama 60 hari sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan asupan susu. Hasil penelitian mendapatkan nilai Sig.(2-tailed) $<0,05$ yang berarti terdapat perbedaan bermakna rerata kenaikan tinggi badan pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sehingga dapat dikatakan bahwa asupan susu berpengaruh terhadap pertumbuhan tinggi badan.

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Serli.M, et al. (2016) tentang hubungan jumlah konsumsi susu formula standar terhadap kejadian stunting pada anak usia 2 sampai 5 tahun. Dalam penelitian ini ada 106 responden yang terbagi mejadi dua kelompok 53 anak stunting dan 53 anak berperawakan normal. Hasil analisi menunjukkan terhadap hubungan yang signifikan antara kejadian stunting pada anak usia 2 sampai 5 tahun dengan jumlah konsumsi susu formula standar dengan nilai p value = 0,048; OR = 2,190.

Asumsi peneliti terhadap hasil penelitian ini yakni ada hubungan kebiasaan konsumsi susu dengan kejadian stunting pada siswa SMP kelas VII Negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan dikarenakan siswa dengan kategori stunting paling banyak tidak biasa mengkonsumsi susu. Hal ini disebabkan karena faktor ekonomi keluarga yang rendah dan kurangnya pengetahuan siswa terhadap manfaat susu bagi tinggi badan.

KESIMPULAN

Kebiasaan konsumsi susu siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi paling banyak tidak biasa mengonsumsi susu. Kejadian stunting pada siswa di Kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan baik stunting maupun normal jumlahnya sama. Ada hubungan kebiasaan konsumsi susu dengan kejadian stunting pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Bulagi Kabupaten Banggai Kepulauan.

DAFTAR PUSTAKA

- Atika R, Fahrini Y, Andini OP, Lia A, 2018. Stunting Dan Upaya Pencegahannya. Banjar Baru.
- Badan Pusat Statistik, 2017. Survei Sosial Ekonomi Nasional. Direktorat Jenderal Peternakan dan Kesehatan Hewan Kementan. Jakarta. Diakses online : 12 Maret 2019.
- Canny N. C, 2017. Jurnal Penelitian Hubungan asupan protein dengan kejadian stunting pada Remaja Di Sukoharjo Jawa Tengah. <http://eprints.ums.ac.id>. Diakses online 21 Juni 2019.
- Departemen Kesehatan RI, 2010. Daftar Komposisi Bahan Makanan. Jakarta. <http://gizi.depkes.go.id>. Diakses online: 12 Mei 2019.
- Departemen Kesehatan RI, 2010. Rencana Strategis Kementrian Kesehatan Tahun 2010 – 2014. Jakarta. <https://www.nationalplaninncycles.org.files.pdf>. Diakses online: 15 Maret 2019.
- Dewey KG dan Begum K, 2011. Long-term Consequences Of Stunting In Early Life. Blackwell Publishing Ltd Maternal and Child Nutrition. NCBI. Available from:<http://www.ncbi.nlm.nih.gov>. Diakses online: 20 Maret 2019.
- Ernawati, 2013. Jurnal Penelitian Hubungan Konsumsi Susu Dengan Tinggi Badan Pada Anak Sekolah TK. <https://respiratory.ipb.ac.id>. Diakses online 22 Juni 2019.
- Fahrin Nisa, 2017. Dalam skripsi Hubungan Konsumsi Susu Dengan Tinggi Badan Dan Prestasi Belajar Pada Siswa/I Di Sekolah Dasar Muhammadiyah 02 Kampung Dadap Medan. <http://repository.usu.ac.id.pdf>. Diakses online: 16 Mei 2019.

- Hasanuddin, Sri D, Endang T.W. Maharani, 2018. Profil Protein Berbasis SDS-Page Pada Susu Sapi dan Susu Kambing Etawa Pasteurisasi dan Mendidih. <http://repository.unimus.ac.id>. Diakses online: 16 Mei 2019.
- Isni Utami I, 2009. Dalam Skripsi Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Ibu Mengenai Susu Dan Faktor Lainnya dengan Riwayat Konsumsi Susu Selama Masa Usia Sekolah Dasar Pada Siswa Kelas 1 SMP Negeri 102 dan SMPI PB Sudirman Jakarta Timur. Depok. <http://lib.ui.ac.id/file.pdf>. Diakses online: 16 Mei 2019.
- Kikafunda JK, Walker AF, Collet D, Tumwine JK, 2010. Risk Factor For Early Childhood Malnutrition in Uganda. *Pediatrics* 102 (4): 1 – 8.
- Kementrian Kesehatan RI, 2014. Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta. <https://gizi.depkes.go.id/download.pedoman.gizi.seimbang.pdf>. Diakses online: 16 Mei 2019.
- Kementrian Kesehatan RI, 2016. Pusat Data dan Informasi. Jakarta. <https://www.depkes.go.id/download/Buletin/Stunting.pdf>. Diakses online: 25 Maret 2019
- Kementrian Desa, 2017. Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi. Jakarta. https://siha.depkes.go.id/portal/files_upload.pdf. Diakses Online: 16 Mei 2019.
- Kementrian Kesehatan RI, 2018. Cegah Stunting dengan Perbaikan Pola Makan , Pola Asuh dan Sanitasi. Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat. Jakarta (<http://www.depkes.go.id/article/view18040700002/cegah-stunting-dengan-perbaikan-pola-makan-pola-asuh-dan-sanitasi-2-.html>.) diakses online: 11 Maret 2019.
- Keino S, Plasqui G, Ettyang G, Borne DVB, 2014. Determinants of stunting and overweight among young children and adolescents in sub-Saharan Africa. *Food and Nutrition Bulletin*. 35 (2).
- Kim SH, Kim WK, Kang MH, 2013. Effect of milk and milk products consumption on physical growth and bone mineral density in Korean adolescent. *Nutr Res Pract*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov>. Diakses online : 20 Juni 2019
- Millenium Challenge Account Indonesia, 2015. Stunting dan Masa Depan Indonesia. <https://www.mca-indonesia.go.id>. Diakses online: 11 Maret 2019.
- Nadiyah, Dodik Briawan, Drajat Martianto, 2014. Faktor Resiko Stunting Pada Anak Usia 0 – 23 Bulan Di Provinsi Bali Jawa Barat Dan Nusa Tenggara Timur.

- <https://jurnal+penelitian+hubungan+BBLR+dengan+kejadian+stunting+pada+anak+0+23+bulan+oleh+Nadyah+2014>. Diakses online : 30 Juni 2019.
- Nashikah R dan Margawati A, 2012. Faktor Resiko Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24 – 36 Bulan di Kecamatan Semarang Timur. *Journal Of Nutrition College*. <http://ejournal3.undip.ac.id>jnc>view.pdf>. Diakses online: 25 Maret 2019.
- Notoadmojo S, 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta. Selemba Medika.
- Peacock M, 2010. Kalsium metabolisme in health and disease. *Clin J Am Soc Nephrol*, 23 – 30.)
- Putra, 2015. Pengaruh bblr terhadap kejadian stunting pada anak usia 12-60 bulan di wilayah kerja puskesmas pauh pada tahun 2015. <http://scholar.unad.ac.id/12188/5/TA%20UTUH.pdf>. Diakses online: 11 Maret 2019.
- Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A.O, Rahman, F, 2015. Riwayat Berat Badan Lahir dengan kejadian Stunting Pada Anak Usia Bawah Dua Tahun. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*.
- Rahmawati, 2017. Dalam Publikasi Ilmiah Perbedaan Kecukupan Protein, Zinc, Kalsium, dan Vitamin D Pada Remaja Puteri Stunting dan Non-Stunting Di SMP N 1 Nguter Kabupaten Sukaharjo. Diakses online : 15 Maret 2019.
- Ria. S et al, 2014. hubungan pola konsumsi makanan dan konsumsi susu dengan tinggi badan pada anak usia 6 – 12 tahun. <https://jurnal.usu.ac.id>. Diakses online 21 Juni 2019.
- Riskesdas, 2013. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI. Jakarta. <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013.pdf>. Diakses online: 05 April 2019.
- Riskesdas, 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI. Jakarta. <https://dinkes.kalbarprov.go.id/wp-content/uploads/2019/03/Laporan-Riskesdas-2018-Nasional.pdf>. Diakses online 01 April 2019.
- Sanam, A.B., Bagus, I. & Swacita, N, 2014. Ketahanan Susu Kambing Peranakan Ettawah Post-Thawing pada Penyimpanan Lemari Es Ditinjau dari Uji Didih dan Alkohol.

- Sartono, 2013. Jurnal Penelitian Hubungan Kurang Energi Kronis Ibu Hamil Dengan Kejadia Stunting Pada Anak Usia 6 – 24 Bulan Di Kota Yogyakarta. <http://etd.repository.ugm.ac.id>. Diakses online : 29 Juni 2019.
- Saryono, 2011. Metodologi Penelitian Kualitatif dalam Kesehatan. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Semba RD et al, 2009. Effect of parental formal education on risk of child stunting in Indonesia and Bangladesh: a cross-sectional study. Diakses melalui www.thelancet.com pada tanggal 14 Maret 2019.
- Sherli M., Rina P, 2016. Jurnal Kedokteran Hubungan Jumlah Konsumsi Susu Formula Terhadap Kejadian Stunting Pada Anak Usia 2 – 5 Tahun. <https://www.neliti.com>. Diakses online 22 Juni 2019.
- Soetjningsih, 2010. Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Jakarta: Sagung Seto.
- Supariasa, 2010. Penilaian Status Gizi. Jakarta : ECG.
- Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan, 2017. 100 Kabupaten/Kota Prioritas Untuk Intervensi Anak Kerdil. Jakarta. http://www.tnp2k.go.id/images/uploads/downloads/Binder_Volume1.pdf. Diakses online: 28 Maret 2019.
- Trihono, et al, (2015). Pendek (Stunting) di Indonesia, Masalah dan Solusinya. Jakarta: Balitbangkes.
- Valentino J. M., Herlina I.S.W., Ivvonny.S, 2017. Jurnal e-Biomedik(eBm) Pengaruh Asupan Susu Terhadap Tinggi Badan dan Berat Badan Anak Sekolah Dasar. <https://ejournal.unsrat.ac.id/download.pdf>. Diakses online :20 junu 2019.
- Widanti, A, 2013. Survey Jaringan Peduli Perempuan dan Anak Jawa Tengah. Juli, 3, 2013. <http://digilib.unnes.ac.id>. Diakses online: 15 Maret 2019.
- World Health Organization, 2007. Growth Reference 5 - 19 years. https://www.who.int/growthref/who2007_height_for_age/en. Di akses online 28 Maret 2019.
- World Health Organization, 2013. Child growth indicators and their interpretation. <http://www.who.int/nutgrowthdb/about/introduction/en/index2.html>. Diakses online 05 Maret 2019.