



## Penilaian Status Gizi Balita Berdasarkan IMT dan LiLA Dalam Upaya Deteksi Dini Stunting

Nisa Ardhaningtyas<sup>1</sup>, Rury Narulita Sari<sup>2</sup>, Anindita Hasniati Rahmah<sup>3</sup>, Sundari<sup>4</sup>  
<sup>1234</sup> Universitas Muhammadiyah Madiun, Jl. Mayjend Panjaitan No. 18, Madiun  
Email : nisaardhaningtyas@gmail.com

### ABSTRAK

**Pendahuluan.** Stunting adalah gangguan pertumbuhan balita yang menyebabkan pertumbuhan anak yang lebih lambat dari normal dan memiliki efek jangka pendek dan jangka panjang. Salah satu upaya pemerintah dalam menangani kasus stunting adalah dengan peningkatan dan perbaikan status gizi. Pengukuran status gizi balita diperlukan untuk mendeteksi stunting pada balita. Ini dapat dilakukan dengan mengukur Indeks Masa Tubuh balita dan lingkar lengan atasnya, yang kemudian menghasilkan klasifikasi status gizi. **Tujuan.** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui status gizi balita berdasarkan ukuran lingkar lengan atas dan Indeks Masa Tubuh. **Metode.** Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Penelitian ini dilaksanakan di PAUD Al Hasanah Kabupaten Magetan pada tanggal 7 Januari 2025 dengan sampel penelitian berjumlah 20 anak. Dalam melaksanakan penelitian ini menggunakan instrument penelitian berupa pita lingkar lengan atas, grafik indeks masa tubuh terhadap usia, serta wawancara sebagai instrument pelengkap. **Hasil.** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak yaitu 18 anak (80%) memiliki status gizi yang baik dan 2 anak (20%) lainnya memiliki status gizi kurang. Dari hasil wawancara didapatkan bahwa anak yang memiliki status gizi yang baik mempunyai pola makan yang baik juga serta pola asuh dan social ekonomi yang baik sehingga menunjang pemberian gizi seimbang pada anak, begitu sebaliknya dengan anak gizi kurang. Orang tua perlu mendapatkan sosialisasi terkait dengan kondisi status gizi anak sehingga bisa memantau serta mencegah terjadinya stunting pada anak.

**Kata kunci :** stunting; IMT; LiLA; status gizi; deteksi dini

### ABSTRACT

*Stunting is a growth disorder in toddlers that causes the child's growth to be slower than normal and has short-term and long-term effects. One of the government's efforts in dealing with stunting cases is to increase and improve nutritional status. Measuring the nutritional status of toddlers is needed to detect stunting in toddlers. This can be done by measuring the toddler's Body Mass Index and upper arm circumference, which then produces a classification of nutritional status. The purpose of this study was to determine the nutritional status of toddlers based on the size of the upper arm circumference and Body Mass Index. The type of research used is quantitative descriptive research with a cross-sectional approach. This research was conducted at PAUD Al Hasanah, Magetan Regency on January 7, 2025 with a research sample of 20 children. In carrying out this study, research instruments were used in the form of upper arm circumference tape, body mass index graphs against age, and interviews as complementary instruments. The results showed that most children, namely 18 children (80%) had good nutritional status and 2 children (20%) had poor nutritional status. From the interview results, it was found that children who have good nutritional status also have good eating patterns as well as good parenting and socio-economic patterns that support the provision of balanced nutrition to children, and vice versa with children with malnutrition. Parents need to get*



*socialization related to the condition of their child's nutritional status so that they can monitor and prevent stunting in children.*

**Keywords:** *stunting; BMI; LILA; nutritional status; scrinning*

## Pendahuluan

Stunting adalah gangguan pertumbuhan balita yang menyebabkan pertumbuhan anak yang lebih lambat dari normal dan memiliki efek jangka pendek dan jangka panjang. Salah satu masalah yang menarik perhatian orang di seluruh dunia adalah stunting (Kusparlina & Ardhaningtyas, 2020). Statistik PBB menunjukkan bahwa pada tahun 2020 terdapat sekitar 150 juta kasus stunting di seluruh dunia, dengan 6,3 juta balita di antaranya. Tahun 2022, jumlah kasus stunting di Indonesia adalah 21,6%, meskipun pemerintah memiliki target untuk menurunkan jumlah stunting hingga 14%. UNICEF menyatakan bahwa kekurangan gizi adalah salah satu penyebab stunting di beberapa Negara (Hidayati, 2020).

Salah satu upaya pemerintah dalam menangani kasus stunting adalah dengan peningkatan dan perbaikan status gizi. Targetnya tidak hanya balita tetapi juga remaja, ibu hamil, ibu menyusui. Remaja putri perlu memperhatikan pola makan dalam pemenuhan status gizinya, karena di usia remaja perlu adanya upaya menjaga kesehatan reproduksi guna mempersiapkan kehamilan di masa mendatang (Ardhianingtyas, 2024). Organ reproduksi yang sehat dapat menunjang tumbuh kembang janin yang maksimal. Kandungan nutrisi yang berperan penting dalam mencegah terjadinya stunting adalah karbohidrat, protein, zat besi, dan kalsium. Dalam efek jangka pendek dan jangka panjang, stunting berdampak pada pertumbuhan fisik anak, sehingga mereka lebih rendah daripada rata-rata anak seusianya. Dalam hal perkembangan kognitif, terganggunya perkembangan otak, yang dapat mengakibatkan penurunan kecerdasan anak, juga merupakan efek jangka pendek.

Pengukuran status gizi balita diperlukan untuk mendeteksi stunting pada balita. Ini dapat dilakukan dengan mengukur Indeks Masa Tubuh balita dan lingkaran lengan atasnya, yang kemudian menghasilkan klasifikasi status gizi. Pengukuran ini dapat

dilakukan secara teratur di posyandu untuk melacak status gizi balita dan mendeteksi stunting dini (Septikasari, 2018).

Penelitian ini dilakukan di PAUD Al Hasanah Desa Sumberagung Kec. Plaosan, Kab. Magetan, di mana ada anak stunting dan belum ada sosialisasi tentang stunting. Hasil observasi awal yang dilakukan peneliti pada beberapa ibu di PAUD Al Hasanah Desa Sumberagung Kec. Plaosan, Kab. Magetan, menunjukkan bahwa beberapa ibu tidak merasa khawatir dengan adanya stunting balita mereka, yang menyebabkan mereka merasa lebih baik. Beberapa ibu yang lain berusaha untuk mempertahankan status gizi yang lebih baik agar tumbuh kembang buah hati sesuai dengan usia. Bagaimana orang tua melihat dan menangani kasus stunting bervariasi. Problem balita akan dipengaruhi oleh berbagai macam keadaan ekonomi. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Penentuan Status Gizi Balita Berdasarkan Indeks Masa Tubuh dan Ukuran Lingkaran Lengan Atas" dalam upaya mendeteksi kasus stunting yang semakin meningkat di seluruh dunia.

## Metode

Desain penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan rancangan cross sectional. Penelitian ini dilaksanakan di PAUD Al Hasanah Kabupaten Magetan pada tanggal 7 Januari 2025. Penelitian dilakukan pada peserta didik di PAUD Al Hasanah kabupaten Magetan sebagai populasi dan sampel sampel dengan jumlah 20 anak. Jumlah peserta didik di bawah 100, sehingga teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling.

Terdapat beberapa variabel dalam penelitian ini diantaranya jenis kelamin, usia, tinggi badan, berat badan, lingkaran lengan atas, indeks masa tubuh, serta status gizi. Dalam mengukur beberapa variabel tersebut, memerlukan instrument penelitian yaitu pita lingkaran lengan balita, grafik indeks masa



tubuh balita serta wawancara guna mengetahui pola makan balita.

Semua responden menyatakan persetujuannya yaitu dengan menandatangani form persetujuan yang dilakukan oleh orang tua, sehingga peneliti bisa mengambil data dengan cara mengukur berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas serta wawancara sebagai pelengkap. Semua data tersebut di plot ke dalam kategori status gizi yaitu gizi baik, gizi kurang, dan gizi buruk.

### Hasil

Pengambilan data dilakukan pada semua variabel dengan mendistribusikan dalam bentuk tabel untuk menghitung jumlah dan persentasenya. Status gizi anak dapat dianalisis dari distribusi frekuensi dari semua variabel yang diukur seperti jenis kelamin, tinggi badan, berat badan, lingkaran lengan atas, indeks masa tubuh, serta status gizi anak. Berikut tabel distribusi frekuensi yang telah diukur :

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
Laki-Laki	8	40
Perempuan	12	60
Total	20	100

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia

Usia (Bulan)	Jumlah	Presentase
36-47	1	5
48-60	19	95
Total	20	100

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Berat Badan

Usia (Bulan)	Jumlah	Presentase
36-47	1	5

48-60	19	95
Total	20	100

**Tabel 4.** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Berat Badan

Tinggi Badan (Cm)	Jumlah	Presentase
90-99,9	4	20
100-120	16	80
Total	20	100

**Tabel 5.** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Lingkaran Lengan Atas (LILA)

LILA (Warna)	Jumlah	Presentase
Hijau	18	90
Kuning	2	10
Merah	0	0
Total	20	100

**Tabel 6.** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Indeks Masa Tubuh (IMT)

IMT	Jumlah	Presentase
-2SD sd +1SD	18	80
-3 SD sd <-2 SD	2	20
<-3 SD	0	0
Total	20	100

**Tabel 7.** Distribusi Frekuensi Status Gizi

Status gizi	Jumlah	Presentase
Baik	18	80
Kurang	2	20
Buruk	0	0
Total	20	100



## Pembahasan

Berdasarkan distribusi frekuensi diatas didapatkan hasil yaitu dari 20 anak 8 anak (40%) diantaranya berjenis kelamin laki-laki dan 12 anak (60%) lainnya berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan usia, didapatkan 1 anak (5%) berusia 36-47 bulan dan 19 anak (95%) lainnya berusia 48-60 bulan. Berdasarkan berat badan, 4 anak (20%) memiliki berat 10-15,9 kg dan 16 anak (80%) lainnya memiliki berat 16-20 kg. berdasarkan tinggi badan, 4 anak (20%) memiliki tinggi badan rata-rata 90-99,9 cm dan 16 anak (80%) lainnya memiliki tinggi badan rata-rata 100-120 cm. berdasarkan ukuran lingkaran lengan atas, ada 18 anak (90%) memiliki ukuran LiLA di kategori hijau, dan 2 anak lainnya di kategori kuning. Berdasarkan Indeks Masa Tubuh (IMT), terdapat 18 anak (90%) berada pada -2 SD sampai dengan +1 SD dan 2 anak (10%) lainnya berada pada -3 SD sampai dengan <-2 SD. Status gizi anak sebagian besar dalam kondisi baik yaitu sejumlah 18 anak (90%) dan 2 anak (10%) lainnya dalam kondisi kurang.

Terdapat beberapa kendala dalam melaksanakan penelitian ini yaitu :

1. Ada beberapa anak menangis saat dilakukan pengukuran, sehingga memerlukan waktu lama.
2. Dalam mengukur berat badan, anak bergerak-gerak sehingga hasil pengukuran kurang maksimal.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak dinilai status gizi baik. Dilihat dari hasil penelitian bahwa banyak anak dengan kondisi lingkaran lengan atas berada di area warna hijau dan Indeks Masa Tubuh (IMT) berada pada area -2 SD sampai dengan +1 SD.

Massa otot dan cadangan lemak subkutan diwakili oleh Lingkaran Lengan Atas (LiLA). Ukuran LiLA pada anak-anak, terutama pada usia 6 hingga 59 bulan, dipengaruhi oleh pertumbuhan, asupan gizi, kondisi kesehatan, dan kondisi lingkungan (Istiqomah, 2024). Menurut WHO dan Kemenkes RI, klasifikasi gizi untuk anak usia 6 hingga 59 bulan berdasarkan LiLA adalah:

LiLA (cm)	Kode Warna	Kategori
<11,5	Merah	Gizi Buruk

11,5 - <12,5	Kuning	Gizi Kurang
≥12,5	Hijau	Gizi Normal

Faktor-faktor yang mempengaruhi ukuran lingkaran lengan atas anak sesuai usia adalah, asupan nutrisi, status kesehatan, usia anak, kondisi sosial ekonomi, pola asuh dan jenis kelamin (Naziyah, 2020).

Dari hasil pengukuran Indeks Masa Tubuh didapatkan sebagian besar anak berada pada area normal yaitu -2 SD sampai dengan +1 SD. Indeks Massa Tubuh (IMT), yang digunakan untuk menilai status gizi, adalah perbandingan berat badan terhadap tinggi badan. IMT untuk anak-anak dihitung berdasarkan IMT per usia (IMT/U), yang dihitung menggunakan kurva pertumbuhan CDC atau WHO, dan dibandingkan dengan z-score (Indriani, 2022).

Tabel IMT/U anak menurut WHO (Z-Score)

Z-Score	Kategori
< -3 SD	Gizi buruk
-3 SD - -2 SD	Gizi kurang
-2 SD - +1 SD	Normal
>+1 SD - +2 SD	Risiko overweight
>+2SD - +3 SD	Overweight
>+3 SD	Obesitas

Faktor-faktor yang mempengaruhi Indeks Masa Tubuh Anak adalah nutrisi, pola makan, aktivitas, status kesehatan, perkembangan fisik, pola asuh, dan kondisi sosial ekonomi (Anggraini, 2019).

Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua anak, bahwa anak yang memiliki status gizi yang baik mempunyai pola makan yang baik juga, seperti pemberian karbohidrat, protein, sayur dan buah serta cairan yang cukup. Jadwal makan 3 kali sehari tanpa memilih-milih makanan. Selain pola makan, pola asuh juga sangat mempengaruhi status gizi anak. Orang tua cenderung memberikan pengertian kepada anak pentingnya makan sayur dan buah serta memperbanyak minum air putih, tanpa adanya paksaan tetapi dengan adanya pembiasaan yang dicontohkan oleh orang tua.

Selanjutnya dari hasil wawancara dengan orang tua anak yang terdeteksi memiliki status gizi kurang bahwa anak





cenderung memilih-milih makanan yang disukai saja. Hal ini juga didukung oleh pola asuh orang tua yang kurang tegas dalam memberikan edukasi mengenai pentingnya makanan bergizi dengan dalih yang penting kondisi tubuh anak saat ini sehat walaupun dalam keadaan gizi kurang. Selain itu kurangnya pengetahuan orang tua tentang pentingnya pemberian nutrisi seimbang dalam meningkatkan tumbuh kembang anak untuk pencegahan stunting. Status ekonomi juga digunakan orang tua sebagai alasan pemberian gizi seimbang.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Putri dengan judul “Gambaran status gizi pada balita di puskesmas Karang Harja Bekasi” bahwa status gizi anak tergantung pada asupan nutrisi yang diberikan. Jika asupan nutrisi diberikan secara seimbang maka status gizi akan baik. Kekurangan asupan gizi dari makanan dapat menyebabkan tubuh menggunakan cadangan, yang dapat menyebabkan kerusakan jaringan (Putri, 2021). Penurunan berat badan atau penghentian pertumbuhan tinggi badan adalah tanda kemerosotan jaringan ini (Khodijah 2024).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Izhar dengan judul “Hubungan antara pengetahuan ibu dengan pola asuh makan terhadap status gizi anak” terdapat hubungan antara pola asuh orang tua dengan pola makan anak. Sebagian besar penyebab gangguan gizi adalah kurangnya pengetahuan tentang nutrisi atau kemampuan untuk menerapkan informasi tentang nutrisi dalam kehidupan sehari-hari (Izhar, 2017). Ekonomi keluarga juga memengaruhi pola asuh yang buruk. Orang-orang yang memiliki pengetahuan yang baik namun kurang dalam penerapan pola asuh makan pada balita berproduksi kurang dari standar kebutuhan, sehingga mereka tidak memiliki cukup makanan untuk

memenuhi kebutuhan sehari-hari mereka (Pramardika, 2022).

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan kesimpulan bahwa rata-rata anak memiliki ukuran lingkaran lengan atas normal yaitu  $> 12,4$  cm, rata-rata anak memiliki Indeks Masa Tubuh normal yaitu di area  $-2$  SD sampai dengan  $+1$  SD, ukuran lingkaran lengan atas (LiLA) dan Indeks Masa Tubuh (IMT) normal menunjukkan status gizi yang normal.

### Daftar Pustaka

- Anggraini, L., & Mexitalia, M. (2019). Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 3(1), 115667.
- Angkasa, D., Sitoayu, L., & Dewanti, L. P. (2020). Buku studi kasus program gizi masyarakat. *Universitas Esa Unggul*.
- Ardhiantyas, N. (2024). Implementation of Effective Communication by Midwives in Increasing Patient Compliance in Carrying out Antenatal Care. *Jurnal Midwifery*, 6(1), 7–11.  
<https://doi.org/10.24252/jmw.v6i1.44141>
- Hidayati, T., Hanifah, I., & Sary, Y. N. E. (2020). *Pendamping Gizi Pada Balita*. Deepublish.
- Indriani, P. S. (2022). Asupan Nutrisi, Indeks Masa Tubuh (IMT) dan Lingkaran Lengan Atas (LiLA) Ibu Menyusui berhubungan dengan Status Gizi dan Pemberian ASI Eksklusif Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Interprofesi Kesehatan Indonesia*, 2(1), 192-202.
- Istiqomah, N., & Widyawati, M. N. (2024). Gambaran Status Gizi Balita Usia 0-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Bandarharjo Kota Semarang. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 16(2), e1487-e1487.
- Izhar, M. D. (2017). Hubungan antara pengetahuan ibu dengan pola asuh makan terhadap status gizi anak di Kota Jambi. *Jurnal Kesmas Jambi*, 1(2), 61-75.



- Khodijah, K., Widhiastuti, R., Muryani, S., Dewi, N. A. K., Wibowo, N. Y., Widyanoro, W., ... & Hendra, A. L. (2024). Skrining Status Gizi Anak Balita Di Desa Samiran. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(7), 2818-2823.
- Kusparlina, E. P., & Ardhaningtyas, N. (2020). Pengetahuan Ibu Tentang Stimulasi Dini dan Perkembangan Motorik Anak Usia 6-24 Bulan. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 11(April), 65. <https://doi.org/10.33846/sf11nk212>
- Naziyah, N., Choirunnisa, R., & Khoirunnisa, D. (2020). Penyuluhan Gizi Sehat dan Pengukuran Antropometri pada Bayi dan Balita di Posyandu Caraka Nanda III Kelurahan Pondok betung Tangerang Selatan. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 3(1), 20-26.
- Nomleni, D. S., Nahak, M. P. M., & Goa, M. Y. (2021). Studi Deskriptif: Pengetahuan Dan Peran Kader Dalam Penilaian Status Gizi Balita Di Puskesmas Alak. *CHMK Applied Scientific Journal*, 4(1), 29-40.
- Nurmadinisia, R. (2024). GAMBARAN PEMERIKSAAN STATUS GIZI BALITA DI POSYANDU SRIKAYA, RANGKAPAN JAYA KOTA DEPOK. *Jurnal Mitra Masyarakat (JMM)*, 5(1), 8-16.
- Pramardika, D. D., Kasaluhe, M. D., Tooy, G. C., & Bajak, C. M. A. (2022). *Buku Ajar Gizi dan Diet*. Penerbit NEM.
- Putri, N. E., & Andarini, M. Y. (2021). Gambaran Status Gizi pada Balita di Puskesmas Karang Harja Bekasi Tahun 2019. *Jurnal Riset Kedokteran*, 14-18.
- Septikasari, M. (2018). *Status gizi anak dan faktor yang mempengaruhi*. Uny Press.