**Hubungan Asupan Protein Hewani Dengan Status Gizi (TB/U) pada Anak Balita di Dusun Pondok Prasi Kelurahan Bintaro Ampenan Kota Mataram**

**Nurhidayah1, Endy Bebasari Ardhana Putri2, Asri Indah Lestari3 1,2,3** Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mataram (STIKES) Mataram

# Email: endymiftahurrohman2994@gmail.com

**Abstrak**

Salah satu sumber nutrisi yang penting untuk pertumbuhan anak adalah protein. Protein adalah bahan pembangun jaringan tubuh, protein membantu memperbaiki dan memelihara jaringan vital,serta sangat penting untuk pertumbuhan tinggi badan dan semua sistem organ termasuk tulang dan otot. Di Provinsi NTB masih ditemukan balita yang berpostur pendek dan sangat pendek (stunting). Berdasarkan data hasil pekan penimbangan tahun 2020, ditemukan balita stunting di Provinsi NTB sebanyak 77.037 balita. Di Pondok Prasi Kelurahan Bintaro jumlah balita yang tinggi badannya sangat pedek menjadi urutan kedua setelah Ampenan Utara di wilayah kerja Puskesmas Ampenan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan asupan protein hewani dalam makanan pendamping ASI dengan status gizi (TB/U) pada anak balita di Dusun Pondok Prasi Kelurahan Bintaro Wilayah Kerja Puskesmas Ampenan. Desain studi penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 55 balita dengan menggunakan teknik *accidental sampling.* Instrumen untuk mengumpulkan data menggunakan kuesioner dan alat ukur tinggi badan (*Microtoise*), serta menggunakan uji statistik *Chi- Square*. Hasil analisis data diperoleh nilai p value=0,009<0,05. Sebagian besar anak balita yang ada di Dusun Pondok Prasi Kelurahan Bintaro mengalami tinggi badan normal (50,9%) dan asupan protein hewani yang cukup (34,5%) disebabkan oleh makanan yang mengandung protein hewani disana sangat tinggi karena cenderung dengan tempat tinggal lingkungan yang dekat dengan pantai. Terdapat hubungan antara asupan protein hewani dalam makanan pendamping ASI dengan status gizi (TB/U) pada anak balita, karena semakin bagus asupan protein hewaninya maka semakin bagus pula pertumbuhan tinggi badannya.

**Kata kunci**: Asupan protein, Status gizi (TB/U), Stunting.

**Abstract**

One of the important sources of nutrition for children’s growth and development is protein. Protein is the building block of body tissues, helps repair and maintain vital tissues, and it is essential for the growth of height and all organ systems including bones and muscles. In NTB Province, there are still children who are categorized stunting. Based on the data from the weighing week on 2020, it was found that there were 77.037 stunting children. In the working area of Ampenan Health Center, Pondok Prasi, Bintaro Village, ranked the second after North Ampenan to have children whose heights were very short and considered stunting. This study aimed at determining the relationship between animal protein intake in supplement food with nutritional status (TB/U) in children in Pondok Prasi Hamlet, Bintaro Village, Ampenan Health Center Work Area.

This research was designed as a cross sectional research. The sample in this study were

55 children aged 2-5 years taken through *accidental sampling* technique. Questionnaire and a height measuring instrument (*Microtoise*) were used as instruments to collect data. The Chi-Square statistical test was also used to process the data.

Based on data analysis, it was obtained that p value was 0.009 <0.05. Most of the children in Pondok Prasi Hamlet, Bintaro village had height of normal (50.9%) and consumed adequate intake of animal protein (34.5%). This is due to the supplements they consumed contained animal protein that was very high as they lived close to the beach that produced fish.

This result suggests that there was a relationship between animal protein intake in complementary foods and nutritional status (TB/U) in the children, inasmuch as the better the animal protein intake, the better the height growth.

***Key words****: protein intake, nutritional status, children,stunting,*

# Pendahuluan

Pada masa balita, anak mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, mental, maupun sosoial. Anak memerlukan gizi dari makanan sehari- hari dalam jumlah yang tepat dan kualitas yang baik karena gizi yang baik sangat penting untuk kelangsungan hidup anak, proses tumbuh kembang, pemeliharaan dan pemulihan kesehatan. Masalah gizi terbesar terjadi di dunia pada balita mencapai 51 juta balita. Kematian balita akibat gizi sebesar 2,8 juta jiwa dan mengalami defisiensi mikronutrien sebesar 2 miliar (WHO, 2018).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan tahun 2018 dapat ditunjukkan bahwa 17,7% anak usia 2-5 tahun (Balita) masih mengalami masalah gizi. Angka tersebut terdiri atas balita yang mengalami gizi buruk sebesar 3,9% dan yang menderita gizi kurang sebesar 13,8% (Kemenkes, 2018).

Rencana Pembanguna Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2019, bayi yang mengalami masalah gizi di targetkan turun menjadi 17%. Adapun prevalensi balita yang mengalami *stunting* (tinggi badan dibawah standar menurut usia) sebesar 30,8%, turun dibanding hasil Riskesdes 2013 sebesar 37,2%

(Kemenkes, 2018).

Pada tahun 2020, di Provinsi NTB masih ditemukan balita yang berpostur pendek dan sangat pendek (stunting). Berdasarkan data hasil pekan penimbangan Tahun 2020 ditemukan balita stunting di Provinsi NTB sebesar 77.037 balita, kasus tertinggi ada di Kabupaten Lombok Tengah dengan 20.513 balita stunting dan terendah ditemukan di Kota Bima sebanyak 285 balita stunting. Meski angka prevalensi stunting di NTB saat ini masih tercatat 33,5% sudah jauh lebih baik dibandingkan tahun-tahun sebelumnya namun angka tersebut masih diatas angka nasional sebesar 29,6%. Mengatasi masalah tersebut NTB terus mengembangkan 4 strategi dan sejumlah program aksi penanganan stunting secara terintegrasi, yakni peningkatan SDM,

peningkatan kualitas PMBA, peningkatan edukasi gizi, dan penguatan intervensi gizi di Puskesmas dan Posyandu (Profil Dinas Kesehatan Provinsi NTB, 2021).

Dinas Pengendalian Pnduduk dan Keluarga Berencana (DP2KB) Kota Mataram menyebutkan kasus balita pendek atau “*stunting*” di Mataram saat ini tercatat sebanyak 4.721 balita atau (8,18%) dari 38.567 balita, angka tersebut berada di bawah nasional sebesar 27% (Dinas Kesehatan Kota Mataram, 2021).

Berdasarkan data di Puskesmas Ampenan Kota Mataram tahun 2019, jumlah balita mencapai 3928 balita. Status gizi balita dengan indikator PB/U atau TB/U tahun 2019 yaitu balita dengan postur sangat pendek berjumlah sebanyak 54,76%. Balita dengan postur pendek sebanyak 38,10%. Balita dengan postur normal sebanyak 7,14%. Balita dengan postur tinggi sebanyak 0%. Sedangkan data tahun 2020 Status gizi balita dengan indikator PB/U atau TB/U yaitu balita dengan postur sangat pendek berjumlah sebanyak 35,71%, balita dengan postur pendek sebanyak 53,57%, balita dengan postur normal sebanyak 10,71%, balita dengan postur tinggi sebanyak 0% (Profil Puskesmas Ampenan Tahun 2019-2020).

Berdasarkan hasil data studi pendahuluan jumlah kelurahan diwilayah kerja Puskesmas Ampenan sebanyak 4 Kelurahan. Salah satunya di Posyandu Pondok Prasi Kelurahan Bintaro yang letaknya sebelah utara Kabupaten Lombok Barat dengan luas wilayah Kelurahan Bintaro sekitar ±81,767 Ha serta Jumlah penduduk sebanyak 10,907 jiwa. Di Pondok Prasi Kelurahan Bintaro jumlah balita yang tinggi badannya sangat pedek menjadi urutan kedua (60,00%) pada tahun 2020 setelah Ampenan Utara (66,67%), Kelurahan Bintaro paparan informasinya masih kurang karena letaknya dipaling utara dan wilayahnya dipedalaman dibandingkan dengan ampenan utara yang letaknya perkotaan (Profil Kelurahan Bintaro,2020).

Peneliti melakukan wawancara secara langsung dengan kader pada bulan Maret 2021.

Informasi yang diperoleh adalah terdapat 86 balita yang berkunjung ke posyandu. Dari anak balita tersebut, terdapat status gizi kurang seperti tinggi badan yang pendek (stunting).

Berdasarkan data dan fenomena tersebut calon peneliti ingin melihat apakah ada hubungan asupan protein hewani dalam makanan pendamping ASI dengan status gizi (TB/U) pada anak balita di Dusun Pondok Prasi Kelurahan Bintaro Wilayah Kerja Puskesmas Ampenan.

# Bahan Dan Metode

Desain penelitian yang digunakan peneliti ini adalah desain studi menggunakan pendekatan *cross sectional* dengan rancangan penelitian *corelational* yaitu penelitian mencari hubungan antara dua variabel pada satu situasi atau kelompok subjek (Nursalam, 2014).

Populasi dalam penelitian adalah keseluruhan balita yang ada di Dusun Pondok Prasi Kelurahan Bintaro sebanyak 86 balita dari bulan Maret-Juli 2021. Penelitian menggunakan sampel sebanyak 55 anak balita yang memenuhi kriteria meliputi umur 24 – 60 bulan dan tidak sedang menderita penyakit dalam 2 minggu terakhir. Sampel yang didapatkan melalui tehnik *accidental sampling* saat hadir kegiatan penimbangan dan pengukuran status gizi di posyandu setempat.

Instrumen penelitian ini adalah kuesioner *Food History* untuk mengukur frekuensi asupan makanan protein hewani dalam 1 hari dan alat ukur tinggi badan (*microtoise*) untuk mengukur tinggi badan balita*.*

Uji statistik yang digunakan adalah Chi square dengan α = 0.05. Data diperoleh dari pengumpulan data yang dilaksanakan selama 1 minggu, mulai tanggal 29 Agustus sampai tanggal 5 September 2021 di Kelurahan Bintaro Dusun Pondok Prasi.

# Hasil

1. **Data Umum**

Data umum dalam penelitian ini adalah karakteristik anak balita di Dusun Pondok Prasi dimana meliputi variabel umur dan jenis

kelamin. Jumlah seluruh anak balita yang diteliti sebanyak 55 anak balita yang berumur antara 24 -60 bulan, dimana sudah dapat melakukan konsumsi makanan keluarga. Data karakteristik anak balita diperoleh melalui wawancara dengan ibu atau pengasuh yang membawa anak balita tersebut ke posyandu.

# Tabel 1. Distribusi Anak Balita Di Dusun Pondok Prasi berdasarkan karakteristik

Berdasarkan tabel 1 dapat ditunjukkan

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| No | Variabel | Jumlah (n) | Persen (%) |
| 1 | Jenis kelamin |  |  |
|  | Laki-laki | 25 | 45,5 |
| Perempuan | 30 | 54,5 |
| Total | 55 | 100 |
| 2 | Umur (Bulan) |  |  |
|  | 24-36 | 13 | 23,6 |
| 36-48 | 21 | 38,2 |
| 48-60 | 21 | 38,2 |
| Total | 55 | 100 |

bahwa sebagian besar anak balita di Dusun Pondok Prasi berjenis kelamin perempuan yaitu berjumlah 30 anak (54,5%), dan masing-masing yang berumur 36-48 bulan yang berjumlah 21 anak balita (38,2%) sama dengan yang berumur 48-60 bulan (38,2%).

# Data Khusus

Data khusus dalam penelitian ini terdiri atas variable Asupan Protein hewani dalama makanan pendamping ASI, status gizi anak balita, serta hubungan antara kedua variabel tersebut.

# Tabel 2 Distribusi Anak Balita Berdasarkan Asupan protein hewani

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| No | Asupan Protein Hewani | Jumlah (n) | Persentase (%) |
| 1 | Buruk | 4 | 7,3 |
| 2 | Kurang | 20 | 38,2 |
| 3 | Cukup | 19 | 32,7 |
| 4 | Lebih | 12 | 21,8 |
| Total | 55 | 100 |

Berdasarkan tabel 2 di atas, dapat diketahui bahwa sebagian besar balita yang

mengkonsumsi asupan protein hewani kurang sebanyak 20 balita (38,2%), bahkan terdapat yang asupannya buruk sebanyak 7,3%.

# Tabel 3 Distribusi Anak Balita Berdasarkan Status gizi (TB/U)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| No | Status Gizi(TB/U) | Jumlah(n) | Persen(%) |
| 1 | Normal | 28 | 50,9 |
| 2 | Pendek | 18 | 32,7 |
| 3 | Sangat Pendek | 9 | 16,4 |
| Total | 55 | 100 |

Berdasarkan tabel 3 di atas dapat diketahui bahwa berdasarkan tinggi badan menurut umur, balita di Pondok Prasi sebagian besar memiliki status gizi normal sebanyak 28 balita (50,9%). Hampir setengahnya anak balita tersebut memiliki tinggi badan di bawah normal menurut umur (49,1%).

# Tabel 4 Analisis Hubungan Asupan Protein Dengan Status Gizi (TB/U) Anak Balita

Keterangan: n = jumlah

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Status Gizi (TB/U) | Asupan Protein Hewani | Total |
| Buruk | Kurang | Cukup | Lebih |
| n | % | n | % | n | % | n | % | n | % |
| Pendek | 3 | 6 | 9 | 16 | 4 | 7 | 2 | 4 | 18 | 33 |
| SangatPendek | 1 | 2 | 6 | 11 | 1 | 2 | 1 | 2 | 9 | 16 |
| Normal | 0 | 0 | 5 | 9 | 14 | 25 | 9 | 16 | 28 | 51 |
| Total | 4 | 8 | 20 | 36 | 19 | 34 | 12 | 22 | 55 | 100 |

sebanyak 6 responden (10,9%), dan buruk

sebanyak 1 responden (1,8%).

# Tabel 5 Analisa data Uji statistik Chi-Square

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Value | df | Asymp. Sig. (2- sided) |
| Pearson Chi- Square | 17.178a | 6 | .009 |
| Likelihood Ratio | 19.197 | 6 | .004 |
| Linear-by- Linear Association | 11.180 | 1 | .001 |
| N of Valid Cases | 55 |  |  |

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji C*hi-Square* diketahui nilai *p* = 0,009 (α = 0,05). Karena nilai p value 0,009 lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa Ha diterima. Artinya ada hubungan antara asupan protein hewani dengan status gizi (TB/U) anak balita di Dusun Pondok Prasi.

# Pembahasan

**Karakteristik Anak Balita di Dusun Pondok Prasi**

bahwa

% = persen

Berdasarkan tabel 5 dapat ditunjukkan dari 28 balita yang status gizi (TB/U)

Tabel 1 menunjukkan bahwa jumlah anak balita laki-laki lebih sedikit dari perempuan. Balita di Pondok Prasi sebagian besar yang mengalami status gizi pendek dan sangat pendek (*stunting*) adalah balita yang jenis

normal yang mengkonsumsi asupan protein lebih sebanyak 9 responden (16,4%), cukup

sebanyak 14 responden (2 5,5%), kurang

sebanyak 5 responden (9,1%). Dari 18 balita yang status gizi (TB/U) pendek yang mengkonsumsi asupan protein lebih sebanyak 2 responden (3,6%), protein cukup sebanyak 4

responden (7,3%), protein kurang sebanyak 9 responden (16,4%), dan protein buruk sebanyak 3 responden (3,3%).

Dari 9 balita yang status gizi (TB/U) sangat pendek yang mengkonsumsi asupan protein lebih sebanyak 1 responden (1,8%),

cukup sebanyak 1 responden (1,8%), kurang

kelamin laki-laki. Pernyataan ini didukung oleh

penelitian Rahayu dan Casnuri (2020), dimana anak laki-laki lebih mudah mengalami malnutrisi dibandingkan anak perempuan dan anak perempuan juga akan lebih dahulu mengalami peningkatan kecepatan pertumbuhan.

Kecepatan pertumbuhan perempuan lebih cepat dibandingkan laki-laki karena anak perempuan memasuki usia puber lebih awal dan otak perempuan membangun dan berkembang koneksi di dalamnya lebih cepat dibandingkan anak laki-laki. Secara general rata-rata anak perempuan mulai memasuki masa puber pada umur 8-13

tahun, sedangkan anak laki-lakimengalami masa puber ketika ia berusia 9-15 tahun (Oswarida, 2005).

# Asupan Protein Hewani Anak Balita di Dusun Pondok Prasi

Berdasarkan Tabel 2, dapat ditunjukkan bahwa dari 55 sampel yang diteliti di Dusun Pondok Prasi, jumlah balita yang asupan proteinnya buruk sebanyak 4 balita (7,3%), asupan protein kurang sebanyak 20 balita (36,4%), asupan protein cukup sebanyak 19 balita (34,5%) dan asupan proteinnya lebih sebanyak 12 balita (21,8%).

Anak balita yang memiliki asupan protein cukup atau lebih umumnya mengkonsumsi telur, daging ayam, dan ikan. Balita dengan kategori buruk sebagian besar mengkonsumsi makanan seperti tahu, tempe, sayur sehingga asupan protein hewaninya tidak terpenuhi, hal ini disebabkan oleh pengaruh faktor ekonomi.

Dalam penelitian ini, anak balita dikategorikan memiliki asupan protein buruk apabila tidak mengkonsumsi makanan yang mengandung protein hewani dalam satu hari. Protein hewani bagi anak dalam masa pertumbuhan sangat diperlukan dalam makana kesehariannya terutama sumber protein hewani. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Azmy dan Mundiastuti (2018) dimana ada hubungan konsumsi protein dengan status gizi (TB/U). Konsumsi protein yang baik terdapat pada kelompok anak balita yang tidak menderita stunting atau tinggi badannya normal menurut umur. Anak balita memiliki resiko 1,6 kali lebih besar mengalami stunting jika mengkonsumsi zat gizi protein hewani yang kurang.

Hasil serupa juga ditunjukkan oleh Sulistianingsih, et al (2015) terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein hewani dengan status gizi (TB/U) pada balita, dimana balita yang kekurangan protein hewani dalam makanannya akan berisiko 17,5 kali mengalami stunting.

Asupan protein yang baik biasanya menghasilkan status gizi yang baik pula karena

Protein salah satu zat gizi makro yang berfungsi sebagai zat pembangun dalam pertumbuhan dan perkembangan otak. Konsumsi makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang, status gizi baik atau status gizi optimal terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat gizi. Status gizi kurang terjadi bila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat gizi esensial (Almatsier, 2009).

Kebutuhan asupan protein setiap anak dipengaruhi oleh usia. Pada anak usia 1-3 tahun biasanya membutuhkan sekitar 16 gram protein perhari. Untuk anak usia 4-5 tahun membutuhkan sekitar 24 gram protein perhari. Sedangkan anak usia 7-10 tahun membutuhkan sekitar 28 gram protein perhari. Disarankan untuk memberikan 2,5-3 g/kg BB bagi bayi dan 1,5-2 g/kg BB bagi anak sekolah sampai adolesensia. Jumlah protein yang di berikan dianggap adekuat jika mengandung semua asam amino esensial dalam jumlah yang cukup, mudah dicerna dan di serap oleh tubuh, maka protein yang di berikan harus sebagian berupa protein yang berkualitas tinggi seperti protein hewani (Arisman, 2004).

# Status Gizi (TB/U) Anak Balita di Dusun Pondok Prasi

Berdasarkan Tabel 3, dapat dilihat bahwa dari 55 sampel yang di teliti terdapat 28 balita (50,9%) dengan status gizi (TB/U) normal, pendek sebanyak 18 balita (32,7), dan sangat pendek sebanyak 9 balita (16,4%).

Faktor yang dapat mempengaruhi status gizi anak adalah pola makan, penyakit infeksi, dan faktor sosial ekonomi keluarga. Dalam penelitian ini tidak diketahui latar belakang sosial ekonomi keluarga anak balita sebagai sampel.

Namun, terlepas orang tua anak tersebut memiliki kondisi ekonomi yang baik atau tidak, jika pola makannya lebih sering mengkonsumi makanan nabati daripada makanan hewani, dapat dipastikan bahwa orang tua sebagai pengasuh kurang memiliki pengetahuan tentang makanan sehat untuk anak dan cara pemberian makan yang benar.

Menurut penelitian Harahap dan Amelia (2017), terdapat hubungan pengetahuan

ibu tentang gizi dengan pola makan anak. Pengetahuan ibu yang baik akan memahami bagaimana pemberian makanan sesuai kebutuhan anak sehingga memperoleh pola makan anak yang baik pula yaitu dengan tercukupinya asupan zat gizi makro maupun mikro. Protein merupakan zat gizi makro dimana bersumber dari makanan hewani dan makanan nabati. Makanan hewani yaitu telur, ikan, daging, dan produk olahannya seperti keju dan youghurt. Makanan nabati yang mengandung protein salah satunya adalah kacang kedelai dan produk olahannya seperti tempe, tofu, dan tahu.

# Hubungan Asupan Protein Hewani dengan Status Gizi (TB/U) Anak Balita di Dusun Pondok Prasi

Berdasarkan tabel 4, ditunjukkan bahwa dari 18 anak balita yang mengalami status gizi pendek, lebih banyak memiliki asupan protein hewani yang kurang atau buruk. Menurut Rosa dan Halidi (2019), protein hewani merupakan protein yang lebih unggul daripada nabati karena mengandung asam amino lebih lengkap dan lebih banyak mengandung mikro nutrien, sehingga diperlukan dalam masa pertumbuhan anak.

Protein hewani mengandung zat gizi mikro yang berperan penting dalam pertumbuhan tulang seperti zat besi, kalsium, dan vitamin D (Almatsier, 2009).

Berdasarkan Tabel 5 hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Chi-Square* diketahui nilai p value = 0,009 (α= 0,05). Karena nilai p value 0,009 lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa Ha diterima. Artinya ada hubungan antara asupan protein hewani dengan status gizi (TB/U) balita di Dusun Pondok Prasi Kelurahan Bintaro.

Hal ini membuktikan bahwa asupan protein hewani sangat berperan penting di dalam sel, dimana peran protein adalah untuk pembentukan struktur sel, membantu sel menjalankan fungsinya dan membantu meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak karena protein hewani menyediakan asam amino esensial yang lebih tepat dibandingkan

dengan protein nabati, sedangkan protein nabati tidak memiliki asam amino esensial. Asan amino esensial merupakan salah satu jenis nutrisi yang berperan penting dalam tumbuh kembang anak (Samsudin, Arjatmo, 2011).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Ardhyati dkk (2015) yang berjudul Hubungan konsumsi pangan protein hewani dengan status gizi anak di Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo. Dari penelitian ini dengan menggunakan uji korelasi *pearson product moment* menemukan adanya hubungan antara asupan protein pangan hewani dengan status gizi pada anak (*p*=0,003).

Penelitian dari Oktaviani dkk (2018) yang mengemukakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara asupan protein hewani kurang dengan tubuh perawakan pendek pada anak usia 2-4 tahun di wilayah kerja puskesmas Rowosari Kota Semarang. Protein adalah zat gizi makro yang fungsi utamanya berperan dalam pertumbuhan anak (Almatsier, 2009).

# Kesimpulan

Terdapat hubungan antara asupan protein hewani dalam makanan yang dikonsumsi dengan status gizi (TB/U) anak balita (*p* = 0,009). Semakin tinggi asupan protein dalam makanan yang dikonsumsi anak balita di Kelurahan Bintaro, maka semakin tinggi status gizinya yang diukur pada tinggi badan menurut umur. Protein yang bersumber dari makanan hewani lebih baik daripada protein dari makanan nabati. Jika anak balita memiliki asupan protein hewani yang cukup setiap harinya, maka pertumbuhan tinggi badannya akan optimal.

# Rujukan

Almatsier, S. 2009. *Prinsip Dalam Ilmu Gizi.*

Jakarta: Gramedia Pustaka

Utama

Ardhyati, dkk. 2015. Hubungan Konsumsi Pangan Hewani dengan Status Gizi Anak SD Negeri Kudu 02 Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo. <http://eprints.ums.ac.id/39783/>. Sitasi: 1

Juli 2022

Arisman.2004.*Gizi Dalam Daur Kehidupan.*Jakarta:Buku

Kedokteran EGC

Azmy dan Mundiastuti. 2018. Konsumsi Zat Gizi pada Balita Stunting dan Non Stunting di Kabupaten Bangkalan. e- journal.unair.ac.id. Sitasi: 10 November 2021

Harahap dan Amelia. 2017. Hubungan Pnegetahuan dan Sikap Ibu tentang Gizi Seimbang dengan Pola Makan Anak Usia 24-59 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Matsum Kecamatan Meda Area. [https://repositori.usu.ac.id/handle/1234](https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/2167) [56789/2167](https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/2167). Sitasi: 2 Juli 2022.

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.

Profil Kesehatan Indonesia 2018. Jakarta: Departemen Kesehatan

Republik Indonesia; 2018.

Nursalam. 2014. *Metode Penelitian.* Jakarta:Buku Panduan Penelitian.ECG Oktaviani dkk. 2018. Asupan Protein Hewani sebagai Faktor Risiko Perawakan

Pendek Anak Umur 2-4 Tahun. Jurnal Kedokteran Diponegoro. Vol 2, No.2. ejournal3.undip.ac.id. Sitasi: 3 Juli 2022

Oswarida. 2005. *Tumbuh Kembang Otak Bayi.*Surabaya:ECG

Profil Dinas Kesehatan Kota Mataram. 2021

Laporan Tahunan Data Prevalensi Status Gizi.

Profil Dinas Kesehatan Provinsi NTB. 2021 Laporan Tahunan Data Prevalensi

Status Gizi.

Profil Kelurahan Bintaro Kecamatan Ampenan Kota Mataram

Profil Puskesmas Ampenan,2019- 2020.*Laporan Tahunan Data Prevalesnsi Status Gizi*

Rahayu dan Casnuri. 2020. Perbedaan Risiko Stunting berdasarkan Jenis Kelamin. [https://prosiding.respatiac.id/index.php/](https://prosiding.respatiac.id/index.php/PSN/article/download/274/266) [PSN/article/download/274/266.](https://prosiding.respatiac.id/index.php/PSN/article/download/274/266) Sitasi: 1 Juli 2022

Rossa dan Halidi. 2019. Protein Hewani Lebih Unggul Dibanding Protein Nabati, Ini Alasannya.

[https://www.suara.com/health/2019/11/](https://www.suara.com/health/2019/11/05/093722/protein-hewani-lebih-unggul-dibanding-protein-nabati-ini-alasannya) [05/093722/protein-hewani-lebih-](https://www.suara.com/health/2019/11/05/093722/protein-hewani-lebih-unggul-dibanding-protein-nabati-ini-alasannya) [unggul-dibanding-protein-nabati-ini-](https://www.suara.com/health/2019/11/05/093722/protein-hewani-lebih-unggul-dibanding-protein-nabati-ini-alasannya) [alasannya](https://www.suara.com/health/2019/11/05/093722/protein-hewani-lebih-unggul-dibanding-protein-nabati-ini-alasannya). Sitasi: 2 Juli 2022.

Samsudin dan Arjatmo,Tjokronegoro. 2011. *Gizi dan Tumbuh Kembang.* Jakarta: Balai Penerbit FKUI

*World Health Organization*,2018. *World Health Statistics.*