



**GAMBARAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN ZAT GIZI
MIKRO PADA BALITA *STUNTING*: Literature Review**

SKRIPSI

MAGHFIRA FRYDA FAUZIA

1610714074

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA

2022



**GAMBARAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN ZAT GIZI
MIKRO PADA BALITA *STUNTING*: Literature Review**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

MAGHFIRA FRYDA FAUZIA

1610714074

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA

2022

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Maghfira Fryda Fauzia

NRP : 1610714074

Tanggal : 5 Juli 2022

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 5 Juli 2022

Yang Menyatakan,



(Maghfira Fryda Fauzia)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maghfira Fryda Fauzia
NRP : 1610714074
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Gizi Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **"Gambaran Asupan Zat Gizi Makro dan Zat Gizi Mikro pada Balita *Stunting*: *Literature Review*"**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada tanggal : 5 Juli 2022

Yang menyatakan,



(Maghfira Fryda Fauzia)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Maghfira Fryda Fauzia
NRP : 1610714074
Judul Naskah : Gambaran Asupan Zat Gizi Makro dan Zat Gizi Mikro
pada Balita *Stunting: Literature Review*

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



Lin Fatmawati, S.Gz., MPH

Ketua Penguji



Dian Luthfiana Sufyan, S.Gz., M.Gizi

Penguji II



Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom., MKM

Dosen Pembimbing



Dr. drg. Wahyu Sulistriadi, MARS

Kepala Prodi Gizi Program Sarjana



Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 5 Juli 2022

GAMBARAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN ZAT GIZI MIKRO PADA BALITA *STUNTING*: Literature Review

Maghfira Fryda Fauzia

Abstrak

Stunting adalah kondisi kurang gizi yang terjadi dalam waktu yang cukup lama, sehingga mengakibatkan gangguan pertumbuhan pada anak berupa panjang atau tinggi badan lebih rendah (pendek) dari standar usianya. Prevalensi *stunting* di Indonesia mengalami penurunan, namun masih belum mencapai target yakni penurunan sebesar 3% per tahun. Pada beberapa penelitian terdahulu terdapat inkonsistensi pada asupan zat gizi balita *stunting*. Penelitian ini dilakukan untuk mengidentifikasi dan menggambarkan asupan zat gizi makro dan zat gizi mikro pada balita *stunting*. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan *literature review* dengan desain *deskriptif*. Pencarian literatur dilakukan pada *database* Google Cendekia menggunakan kata kunci terkait topik penelitian yang diterbitkan dari tahun 2018 hingga 2022. Setelah dilakukan proses pencarian, *screening* dan penilaian, diperoleh 8 artikel yang sesuai kriteria inklusi. Berdasarkan analisis, asupan zat gizi makro balita *stunting* berada pada kategori cukup untuk protein (rata-rata asupan 24,12 gram), berada pada kategori kurang untuk lemak dan karbohidrat menurut rata-rata asupan energinya. Asupan zat gizi mikro balita *stunting* berada pada kategori lebih untuk vitamin A (rata-rata asupan 998,338 RE), dan vitamin D (rata-rata asupan 20,391 mcg), berada pada kategori kurang untuk kalsium (rata-rata asupan 537,53 mg), besi (rata-rata asupan 8,309 mg), dan zink (rata-rata asupan 4,215 mg).

Kata kunci: Asupan Zat Gizi Makro, Asupan Zat Gizi Mikro, Balita, *Stunting*

OVERVIEW OF MACRONUTRIENT AND MICRONUTRIENT INTAKE IN STUNTING TODDLERS: *Literature Review*

Maghfira Fryda Fauzia

Abstract

Stunting is a condition of malnutrition that occurs for a long time, resulting in growth disorders in children in the form of length or height lower (short) than their age standard. The prevalence of stunting in Indonesia has decreased, but it still has not reached the target of decreasing by 3% per year. In several previous studies, there were inconsistencies in the nutritional intake of stunting toddlers. This study was conducted to identify and describe the intake of macronutrients and micronutrients in stunting toddlers. This research uses a literature review approach method with a descriptive design. Literature search were conducted on the Google Scholar database using keywords related to research topics published from 2018 to 2022. After the search, screening and assessment process was carried out, 8 articles were obtained that matched the inclusion criteria. Based on the analysis, the macronutrient intake of stunting toddlers is in the sufficient category for protein (average intake of 24.12 grams), is in the category of insufficient for fats and carbohydrates according to their average energy intake. The intake of micronutrients for stunting toddlers is in the excessive category for vitamin A (average intake of 998,338 RE), and vitamin D (average intake of 20,391 mcg), is in the insufficient category for calcium (average intake of 537.53 mg), iron (average intake of 8,309 mg), and zinc (average intake of 4,215 mg).

Keywords: Macronutrient Intake, Micronutrient Intake, Stunting, Toddlers

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Judul yang dipilih oleh penulis dalam penelitian ini adalah Gambaran Asupan Zat Gizi Makro dan Zat Gizi Mikro pada Balita *Stunting: Literature Review*. Penulis dengan segala ketulusan hati ingin menyampaikan terima kasih kepada Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom., MKM. selaku Kepala Program Studi Gizi Program Sarjana sekaligus Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, perhatian dan kesabarannya dalam membimbing selama proses pembuatan skripsi ini. Terima kasih kepada Ibu Dian Luthfiana Sufyan, S.Gz., M.Gizi dan Ibu Iin Fatmawati, S.Gz., MPH. selaku Penguji Skripsi atas masukan dan sarannya, serta terima kasih kepada tim Dosen Program Studi Gizi Program Sarjana UPN Veteran Jakarta atas ilmu yang diberikan selama penulis mengenyam pendidikan sarjana.

Di samping itu, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada keluarga penulis yaitu Ibu Eneng Rahmawati, S.Pd, M.Pd., Bapak Agus Muslim, dan adik-adik penulis yang selalu sabar dan setia memberi doa serta dukungannya kepada penulis. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada teman-teman terdekat penulis yang selalu mendukung yaitu Fira, Pryanka, Adela, Desiana dan Rezma, serta kepada seluruh teman-teman Gizi 2016 terutama Vira, Widya, Azza, Imiel, Laras, Uli, Yule dan Hana yang telah menemani penulis selama perkuliahan. Terima kasih penulis juga ucapkan kepada kelompok WINNER yang memberi semangat kepada penulis melalui karyanya dan semua pihak atas bantuan dan dukungan yang diberikan dalam penyelesaian skripsi ini. Akhir kata, penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan adanya kritik dan saran yang membangun dari semua pihak.

Jakarta, 5 Juli 2022

Penulis

Maghfira Fryda Fauzia

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	5
I.3 Tujuan Penelitian	5
I.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Balita.....	7
II.2 Stunting.....	10
II.3 Asupan Zat Gizi dan <i>Stunting</i>	14
II.4 Zat Gizi Makro	18
II.5 Zat Gizi Mikro	24
II.6 Kerangka Teori	33
II.7 Kerangka Konsep.....	34
II.8 Matriks Penelitian Terdahulu	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	44
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	44
III.2 Desain Penelitian	44
III.3 Pengumpulan Data.....	44
III.4 Definisi Operasional	50
III.5 Analisis Data.....	56
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	57
IV.1 Hasil.....	57
IV.2 Pembahasan	69
IV.3 Keterbatasan Penelitian	87
BAB V PENUTUP.....	88
V.1 Simpulan.....	88
V.2 Saran	88
DAFTAR PUSTAKA	90

RIWAYAT HIDUP
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kebutuhan Zat Gizi Makro Balita.....	10
Tabel 2 Kebutuhan Zat Gizi Mikro Balita	10
Tabel 3 Baku Rujukan Antropometri Indeks PB/U atau TB/U.....	13
Tabel 4 Kategori Tingkat Kecukupan Zat Gizi.....	16
Tabel 5 Matriks Penelitian Terdahulu.....	35
Tabel 6 Implementasi PEOS dalam Penyusunan Kata Kunci.....	45
Tabel 7 Alternatif Bahasa dalam Penggunaan Kata Kunci	46
Tabel 8 <i>Framework</i> PEOS dalam Perumusan Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	47
Tabel 9 Definisi Operasional	50
Tabel 10 Telaah Artikel yang Digunakan dalam <i>Literature Review</i>	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Pembahasan Stunting di Indonesia	15
Gambar 2 Kerangka Teori.....	33
Gambar 3 Kerangka Konsep Penelitian	34
Gambar 4 Diagram <i>Flow Literature Review</i>	49
Gambar 5 Halaman Pertama Hasil Pencarian	57
Gambar 6 Halaman Akhir Hasil Pencarian.....	58

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Kartu Monitor Bimbingan
- Lampiran 2 Artikel-artikel yang Digunakan
- Lampiran 3 STROBE *Checklist*
- Lampiran 4 Form *Critical Appraisal*
- Lampiran 5 Hasil Penilaian Artikel
- Lampiran 6 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 7 Hasil Turnitin