

Kekurangan Gizi Pada Balita

Mutiara Putri Ruswandi, Rahmawati Suci Ranifah, Robi'atul Adawiah

Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung

putriuswandimutiara@gmail.com, sucirranifah@gmail.com, robiatuladawiah012@gmail.com

Histori Naskah:
Diajukan: Dec 19, 2023
Disetujui: Jul-5-2024
Publikasi: Nov 6, 2024

This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

Abstrak

Saat ini masalah kekurangan gizi dan stunting pada balita yang ada di Indonesia cukup tinggi. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor, ciri-ciri, serta cara pencegahan dari kekurangan gizi dan stunting. Metode pada penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan melakukan wawancara dengan narasumber Dr. Lingga Pradipta Sp.A di aplikasi halodoc. Dari penelitian ini, didapatkan hasil mengenai faktor utama stunting adalah kurangnya gizi dan nutrisi yang adekuat, keturunan genetik, serta akses pada fasilitas kesehatan yang kurang memadai, lalu ciri-ciri utama pada balita yang mengalami stunting ialah tinggi dan berat badan yang tidak sesuai dengan umur pertumbuhannya, badan yang kering, berat badan tidak normal, terlihat lemah lesu dan perkembangan yang tidak seperti balita pada umumnya, serta tahap awal pencegahan stunting pada balita yaitu memenuhi gizi sejak hamil, kemudian pemberian ASI dan MPASI sesuai umur yang ditentukan, menjaga kebersihan lingkungan, serta pemberian imunisasi dasar dan lanjutan. Penelitian ini berkontribusi pada pengetahuan masyarakat khususnya ibu pada masalah stunting dan kurang gizi pada balita.

Kata kunci: kekurangan gizi, stunting, balita

Pendahuluan

Stunting pada balita dipengaruhi oleh masalah gizi terutama energi dan protein. Masalah gizi ini bisa dilatarbelakangi oleh masalah sosial serta masalah ekonomi (Sihite & Chaidir, 2022). Penghasilan orang tua serta pendidikannya tentang gizi yang masih rendah menjadi latar belakang malnutrisi pada balita (Patty & Nugroho, 2019). Kekurangan nutrisi karena kekurangan gizi dapat menyebabkan kerusakan otak yang permanen. Kekurangan nutrisi ini dapat dilatar belakangi oleh kemiskinan, krisis ekonomi, serta kurangnya keterampilan (Anggaraeningsih & Yuliati, 2022). Karena berasal dari keluarga yang tidak mampu, serta tinggal di daerah pedesaan yang layanan sosialnya yang kurang memadai dapat menjadi faktor pendorong kekurangan gizi pada anak usia dini. (Ramlah, 2021). Saat gizi ibu hamil tidak terpenuhi asupan gizi maka akan berisiko melahirkan bayi yang mengalami stunting (Alfarisi et al., 2019).

Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), Indonesia di tahun 2018 memiliki nilai diatas 10 dan Jawa Timur mencapai nilai 15,20 dalam hal kekurangan gizi pada balita (Purwaningrum et al., 2021). Menurut Kementerian Kesehatan, Kesehatan Masyarakat (2022) angka stunting yang ada di Indonesia mencapai 21,6. Angka wasting (gizi kurang dan gizi buruk) berada pada 7,7. Berat badan yang berada dibawah ideal ada di angka 17,1. Menurut Kementerian Kesehatan, Kesehatan Masyarakat pada tahun 2022, gizi buruk pada balita dialami oleh 95.504 balita Indonesia (Kemkes, 2022). Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), di Kabupaten Lamongan tahun 2013, dari jumlah 85.472 balita terdapat 347 balita yang mengalami gizi buruk dengan persentase 0,41% (BPS, 2022).

Beberapa penelitian terdahulu seperti pengaruh pola asuh pada anak dapat berdampak pada anak yang stunting (LOLAN & SUTRIYAWAN, 2021). Kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi untuk balita (Amalia et al., 2021; Zogara et al., 2021). Stunting disebabkan salah satunya yaitu faktor pengetahuan ibu tentang pemberian asi eksklusif serta mpasi (makanan pendamping air susu ibu) (Wati et al., 2021). Kondisi sosial dan ekonomi menjadi faktor terhadap gizi buruk pada anak (Isnaini & Harianto, 2019). Masalah gizi sering terjadi karena kelebihan atau kekurangan zat gizi, maka oleh sebab itu pemenuhan gizi pada balita

harus benar benar di perhatikan karena perkembangan yang rentan gizi pada masa balita (Jasmawati, 2020). Perbedaan penelitian terdahulu yang kami kutip di atas dengan penelitian yang akan kami lakukan ialah berada pada apa saja faktor penyebab kekurangan gizi (jika di atas hanya memuat satu faktor, kami akan memaparkan faktor-faktor penyebab kekurangan gizi) dan apa saja upaya pencegahan agar kekurangan gizi khususnya pada balita dapat berkurang atau mungkin teratasi. Penelitian ini bertujuan agar permasalahan kekurangan gizi yang dialami masyarakat Indonesia dapat berkurang dan memberikan informasi untuk masyarakat tentang faktor kekurangan gizi agar dilakukan upaya pencegahannya.

Saat ini Indonesia sudah bangkit sedikit demi sedikit dari jeratan masalah kesehatan kekurangan gizi dan masih harus berjuang secara keras. Namun agar kesejahteraan masyarakat dapat terwujud secara nyata haruslah ada upaya agar kekurangan gizi ini dapat berkurang. Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi terhadap pengetahuan masyarakat mengenai faktor kekurangan gizi yang ada di Indonesia, faktor, ciri, serta apa saja langkah yang dapat diambil agar terhindar dari kekurangan gizi dan stunting pada balita.

Metode Penelitian

Metode yang akan kami gunakan adalah metode penelitian kualitatif Strauss dan Corbin karena sumber-sumber yang kita peroleh berasal dari studi literatur atau jurnal. Sumber data primer yang kami dapatkan berasal dari studi terdahulu serta wawancara kepada dokter di aplikasi *halodoc*, dan sumber data sekundernya berasal dari website pemerintahan. Penelitian ini dilakukan di dalam sebuah aplikasi mengenai layanan kesehatan secara daring, yaitu *Halodoc* yang dapat diakses oleh berbagai kalangan masyarakat, sehingga memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data dari pengguna yang tersebar di berbagai daerah di Indonesia, memastikan bahwa penelitian ini memiliki jangkauan yang luas dan representatif. Penelitian ini menggunakan teknik penelitian pendekatan dari teori Strauss dan Corbin yang mana penelitian ini tidak memperoleh data melalui prosedur statistik dan atau bentuk hitungan lainnya (Strauss & Corbin, 2003).

Penelitian ini memiliki objek penelitian yaitu studi terdahulu dengan kriteria (jurnal) diatas tahun 2019. Pengambilan objek (jurnal) tersebut karena sumber yang berasal dari jurnal mencakup informasi yang luas, menyeluruh, serta menghemat waktu, dan biaya.

Penelitian ini berusaha menjawab beberapa pertanyaan, seperti: apa saja faktor-faktor yang dapat menyebabkan kekurangan gizi pada balita? Serta apa saja ciri-ciri balita yang memiliki kekurangan gizi? Untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan tersebut, kami membatasi ruang lingkup penelitian berupa umur balita (0-5 tahun) serta jurnal yang diunggah diatas tahun 2019. Jurnal yang akan kami ambil hanya jurnal yang meneliti kekurangan gizi dan stunting pada balita mencakup faktor “PEMENUHAN NUTRISI PADA BALITA STUNTING” (Sumanti & Retna, 2022), ciri “Bagaimana Diagnosis Stunting Pada Anak” (Telemed, 2021), serta apa saja langkah yang dapat diambil agar terhindar dari kekurangan gizi “Ketahuilah 5 Imunisasi Tambahan yang Bisa Diberikan pada Anak” (Makarim, 2021).

Hasil

Faktor-faktor akan terjadinya stunting dan kekurangan gizi didasari oleh banyak hal. Penyebab utama akan terjadinya stunting ialah kurangnya gizi dan nutrisi yang adekuat, keturunan genetik, serta akses pada fasilitas kesehatan yang kurang memadai. Pola makan juga dapat menjadi faktor terjadinya stunting pada balita karena anak harus mengonsumsi nutrisi yang cukup, entah itu berasal dari ASI atau susu formula dan MP-ASI; tanpa pola makan yang teratur, seluruh nutrisi tidak bisa diberikan secara keseluruhan. Kurangnya kebersihan dari makanan juga dapat menjadi faktor penyebab terjadinya stunting karena kebersihan makanan serta lingkungan dapat memicu penyakit, dan penyakit bisa menjadi dasar terjadinya kurang gizi. Stunting pada balita adalah gangguan tumbuh kembang yang tidak optimal, seperti berat badan dan tinggi badan yang tidak sesuai dengan umur pertumbuhannya. Stunting memiliki beberapa sebab yaitu kekurangan gizi kronis yang menyebabkan pertumbuhan fisik, kognitif dan psikososial anak terhambat. Anak yang menderita stunting cenderung pendiam, nafsu makan yang kurang. Stunting juga bisa mempengaruhi perilaku, seperti kurang ceria, kurang ceketan dan kurang kepercayaan diri. Stunting juga dapat menyebabkan kecemasan dan perilaku yang hiperaktif. Cara mendeteksi anak terkena stunting dapat

melakukan pemeriksaan pertumbuhan berat badan dan tinggi badan melalui metode naïve bayes. Pemeriksaan stunting diantaranya pengukuran tinggi badan, berat badan, lingkaran kepala dan lingkaran lengan jika hasilnya di bawah rata-rata standar balita maka balita itu terkena stunting. Dengan demikian stunting pada anak adalah masalah serius yang harus segera mendapatkan pengobatan dan pencegahan agar tidak terjadi stunting pada balita.

Menanggulangi stunting utamanya adalah mengerti akan bahayanya stunting, menjaga kebersihan lingkungan, dan mengerti akan gizi seimbang yang diberikan pada balita. Agar sistem kekebalan tubuh balita meningkat, dibutuhkan 5 imunisasi dasar yang mencegah terjadinya stunting pada balita. Namun jika memungkinkan, agar sistem kekebalan tubuh balita bisa lebih meningkat lagi, dianjurkan melakukan imunisasi tambahan sesuai anjuran dokter. Tanggung jawab dari menghindarkan balita mengalami stunting adalah keluarga, yang terdekat orang tua. Peran orang tua sangat dibutuhkan, terutama ibu. Karena perkembangan balita adalah kewajiban orang tua, maka ayah pun ikut berperan dalam mencegah stunting. Dari semua itu tetap ada tantangan akan penanggulangan stunting yang dipengaruhi oleh beberapa faktor. Maka masyarakat harus sadar mengenai stunting karena akan berdampak pada kualitas generasi penerus bangsa.

Pembahasan

Faktor Kekurangan Gizi dan Stunting Pada Balita

Stunting adalah masalah gizi yang serius yang dihadapi oleh Indonesia (Archda & Tumangger, 2019). Stunting dapat dilihat saat balita berumur dua tahun, namun hal tersebut mulai terjadi sejak saat kehamilan (Hidaya, 2023). Perkembangan dan pertumbuhan balita sangat dipengaruhi oleh asupan nutrisi yang masuk (adekuat) (Sumanti & Retna, 2022). Keturunan genetik merupakan faktor utama balita mengalami stunting, namun bukan menjadi determinan utama (Setiyowati et al., 2021). Berdasarkan hasil wawancara kepada Dr. Lingga Pradipta Sp.A yang dilakukan di dalam aplikasi Halodoc, faktor utama penyebab stunting pada balita ialah karena nutrisi yang tidak adekuat (asupan protein dan energi yang tidak sesuai kebutuhan harian), stunting juga dapat terjadi karena keturunan genetik, serta akses kepada fasilitas kesehatan kurang ter-follow up.

Berdasar wawancara kepada Dr. Lingga Pradipta Sp.A, pola makan pada balita dapat mempengaruhi kekurangan gizi pada balita karena anak harus mengonsumsi nutrisi yang cukup, entah itu berasal dari ASI atau susu formula dan MP-ASI; tanpa pola makan yang teratur, seluruh nutrisi tidak bisa diberikan secara keseluruhan. Berdasarkan penelitian terdahulu oleh Dini dkk (2020), anak yang mendapat asupan energi yang kurang mendapat 1,495 kali risiko stunting. Risiko stunting dapat dikurangi dengan cara pemberian ASI eksklusif (SJMJ et al., 2020). Pemberian MP-ASI tanpa memperhatikan tekstur, serta frekuensi waktu dapat berhubungan pada stunting yang dialami balita (Anggryni et al., 2021). Nutrisi pada balita dapat dipengaruhi oleh pemberian ASI secara dini setelah kelahiran (Walters et al., 2019).

Dirujuk dari pernyataan Dr. Lingga Pradipta Sp.A, kurangnya kebersihan dari makanan dapat memicu penyakit, dan penyakit bisa menjadi dasar terjadinya kurang gizi. Seperti yang dirujuk pada penelitian terdahulu yang menyebutkan bahwa salah satu faktor akan terjadinya stunting pada balita ialah kebersihan dan sanitasi di lingkungan yang berdampak kronis bila mengonsumsi makanan tersebut secara berkelanjutan yang ditambah dengan masalah-masalah lingkungan yang terjadi (Mia & Sukmawati, 2021). Selain karena sanitasi makanan dan lingkungan, ternyata pola asuh yang dilakukan oleh keluarga terhadap balita dapat menyebabkan balita stunting (Rusdi, 2021). Selain karena sanitasi pada lingkungan dan makanan serta pola asuh keluarga, stunting juga dapat disebabkan karena asupan makanan yang kurang serta terdapatnya infeksi dalam tubuh balita karena infeksi tersebut dapat membuat metabolisme terganggu sehingga penyerapan nutrisi dapat terganggu (Lynawati, 2020). Pola pemberian makan juga dapat mempengaruhi stunting atau tidaknya seorang balita (Sari, 2022).

Stunting merupakan kekurangan gizi kronis yang dialami oleh balita atau bayi di bawah lima tahun (Qolbi et al., 2020). Kekurangan gizi yang menjadi penyebab stunting ini terjadi apabila kekurangan gizi terus berlanjut dalam kurun waktu yang tidak singkat dan akan terlihat dalam fisik si anak dalam usia 24-59 bulan (Rusdi, 2021). Agar balita dapat mencapai tumbuh kembang yang optimal, gizi yang diberikan

harus sangat amat diperhatikan oleh ibu kepada balita (Novikasari & Fitriana, 2021). Pendidikan atau pengetahuan ibu tentang gizi yang harus dikonsumsi anaknya ketika balita sangatlah vital bagi tumbuh kembang sang anak (Senudin, 2021). Seperti yang disebutkan pada penelitian terdahulu yang dicantumkan di atas, narasumber kami yaitu Dr. Lingga Pradipta Sp.A juga mengaminkan pernyataan-pernyataan tersebut dengan pernyataan faktor gizi sangat berperan besar dalam perkembangan stunting pada anak.

Ciri Kekurangan Gizi dan Stunting Pada Balita

Stunting yaitu gangguan pertumbuhan pada balita yang ditunjukkan melalui TB dan BB yang tidak optimal (Rahmawati et al., 2019). Balita yang mengalami stunting sering mengalami tanda seperti badan yang kering, berat badan tidak normal, terlihat lemah lesu dan perkembangan yang tidak seperti balita pada umumnya (Sapriatin & Sianturi, 2021). Balita yang mengalami stunting dengan kurun waktu yang lama akan memiliki tubuh yang pendek yang berada dibawah standar normal (Adelia & Lede, 2023). Ciri anak yang mengidap stunting yaitu organ tubuh yang tidak berfungsi secara baik dan otak yang mengalami perkembangan yang buruk (ARINA, 2023). Berdasarkan hasil wawancara kepada Dr. Lingga Pradipta Sp.A yang dilakukan di dalam aplikasi Halodoc ciri yang menonjol pada balita yang mengalami kekurangan gizi diantaranya bisa di lihat dari penambahan BB dan pertumbuhan TB yang tidak optimal per bulan paada 2 tahun pertama, nafsu makan anak yang semakin berkurang, dan penyakit yang mendasari kekurangan gizi. Sebagian besar balita yang mengalami stunting akan mempunyai tingkat konsumsi energi, lemak, protein, karbo, seng, dan zat besi yang bisa masuk pada kategori yang kurang (Azmy & Mundiastuti, 2018). Balita stunting yaitu termasuk kedalam masalah gizi kronik yang akan memiliki ciri seperti kesulitan mencapai perkembangan fisik yang optimal (Laksono & Megatsari, 2020). Banyak anak yang memiliki stunting karena jenis asupan yang di konsumsi, mayoritas anak yang mengalami stunting akan memiliki kondisi pendek ataupun statuts gizi yang kurang (Yuningsih, 2022). Stunting (kerdil) yaitu dimana kondisi balita memiliki tinggi badan yang kurang, miliki performa buruk pada memori belajar, gigi yang terlambat tumbuh (Noorhasanah et al., 2020). Berdasarkan hasil wawancara kepada Dr. Lingga Pradipta Sp.A yang dilakukan di dalam aplikasi Halodoc ciri fisik balita yang mengalami stunting yaitu bisa di lihat dari status gizi berdasarkan BB dan TB yang tidak optimal.

Stunting memiliki hubungan dengan perkembangan motorik pada balita yang dalam fase golden age, anak yang mengalami stunting membuat balita tidak ceria dan ceketan seperti balita lainnya (Sakti, 2020). Stunting tidak hanya berpengaruh pada fisik dan perkembangan anak tetapi stunting pun mempengaruhi psikologi anak yaitu anak yang mengalami stunting akan memiliki kepercayaan diri yang kurang, anak yang mengalami stunting pun akan mudah cemas dan gelisah, memiliki perilaku hiperaktif yang mengarah pada perilaku negatif (Mardiya, 2021). Pada kasus anak yang menderita stunting akan mengalami risiko difungsi psikososial di dibandingkan dengan anak yang tidak mengalami stunting (Rafika & Gz, 2019). Anak yang memiliki stunting mengalami pengaruh yang negatif pada kemampuan kognitif yang akan terlihat kurangnya prestasi belajar dsn iq yang rendah (Daracantika et al., 2021). Berdasarkan hasil wawancara kepada Dr. Lingga Pradipta Sp.A yang dilakukan di dalam aplikasi Halodoc, perubahan sikap pada balita yang mengalami stunting bisa menghalangi perkembangan otak anak dan mempengaruhi perilaku Anak. Deteksi stunting menjadi salah satu hal penting pada masa pertumbuhan anak, pemeriksaan stunting bisa di lakukan dengan metode naïve bayes (Maulana et al., 2022). Cara mendeteksi stunting dapat di lihat dari pertumbuhan berat badan dan tinggi badan menurut standar usia dibawah median kurve standar pertumbuhan anak WHO (dr. Anak Agung Ayu Windi Antari, 2019). Dalam mendiagnosa stunting dokter akan melakukan dengan di awali bertanya perihal pemberian ASI pada orang tua yang terkait, asupan gizi yang diberikan pada anaknya dan lingkungan tempat tinggal anak dan dokter pun akan melakukan pemeriksaan tinggi badan, berat badan, lingkak kepala, lingkak lengan. Anak yan terkena stunting tinggi badannya aka nada di bawah garis merah yang dilihat pada kurva pertumbuhan Organisasi Kesehatan Dunia (Telemed, 2021). Cara melihat anak stunting menurut KEMN Kes dapat dilhat melalui pengukuran Panjang atau tinggi balita, hasil pengukuran di bandingkan dengan ukuran standar (Stikes, 2022). Berdasarkan hasil wawancara kepada Dr. Lingga Pradipta Sp.A yang dilakukan di dalam aplikasi Halodoc, cara mendiagnosis balita terkena stunting yaitu dengan cara Screening dengan growth chart.

Cara Pencegahan Kekurangan Gizi dan Stunting Pada Balita

Tahap awal mengatasi stunting dimulai dari memenuhi kebutuhan gizi sejak hamil (Simbah, 2021). Lalu bayi diberi ASI hingga berusia 6 bulan karena ASI mengandung berbagai nutrisi yang dibutuhkan bayi (Promkes Kemkes, 2021). Di usia 6 bulan keatas bayi diberikan MPASI yang begizi dan kaya akan protein (UPK Kemenkes, 2022). Menjaga kebersihan juga perlu agar balita tidak terkena stunting (Truko, 2022). Pernyataan tersebut sesuai dengan pernyataan dari dr. Lingga Pradipta Sp.A berdasarkan wawancara melalui aplikasi Halodoc bahwa cara yang paling ampuh untuk agar balita tidak terkena stunting adalah optimalisasi nutrisi sejak lahir.

Imunisasi dasar untuk agar tumbuh kembang balita tidak terhambat yaitu meberi vaksin dasar, diantaranya vaksin hepatitis B, vaksin polio, vaksin campak, vaksin DPT-HB-Hib, dan vaksin BCG (Makarim, 2021). Tujuan dari imunisasi dasar pada balita untuk mencegah penyakit menular, mencegah bertambahnya angka suatu penyakit, menurunkan risiko infeksi, mencegah tertular penyakit yang mengakibatkan terhambat pertumbuhan dan perkembangan, dan meningkatkan kekebalan tubuh (Dinkes Aceh, 2023). Setelah melakukan imunisasi dasar, dianjurkan melakukan imunisasi tambahan dengan tujuan meningkatkan sistem kekebalan tubuh (Jaclyn, 2022). Imunisasi tambahan yang dianjurkan yaitu vaksin MMR, vaksin tifoid, vaksin rotavirus, vaksin pneumokokus (PCV), vaksin varicella, vaksin influenza, vaksin hepatitis A, vaksin HPV (NG, 2019). Berdasarkan hasil wawancara dr. Lingga Pradipta Sp.A melalui aplikasi Halodoc, imunisasi yang dapat mencegah stunting adalah imunisasi dasar. Namun jika kondisi balita memungkinkan, boleh menambahkan imunisasi tambahan.

Orang tua bertanggungjawab atas perkembangan anak (Vikra, 2023). Orang tua diwajibkan memperhatikan tumbuh kembang balita secara detail dan rutin, terutama tinggi dan berat badan balita (Promkes Kemkes, 2019). Peran orang tua, terutama ibu sangat penting dalam mencegah stunting yang bisa dilakukan dengan memberikan makanan bergizi pada balita (Mediacenter, 2022). Namun bukan hanya ibu, ayah pun berperan dalam menghindarkan balita dari stunting (Stunting Go, 2023). dr. Lingga Pradipta Sp.A melalui wawancara di aplikasi Halodoc menegaskan peran orang tua agar balita terhindar dari stunting adalah pemantauan dan tindak lanjut pertumbuhan dan perkembangan balita tiap bulan sejak lahir.

Mengubah pola pikir masyarakat akan pentingnya gizi pada balita menjadi suatu tantangan (Fadli, 2023). Ketidaktahuan orang tua balita tentang bahaya stunting disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan latar belakang pendidikan yang memadai (MBKM UNDIP, 2022). Stunting bukan hal sepele karena mengancam kualitas generasi penerus bangsa (Putra, 2022). Masyarakat harus sadar mengenai stunting karena berpengaruh pada kecerdasan serta kesehatan balita (KESMAS, 2019). Dalam wawancara dengan dr. Lingga Pradipta Sp.A di aplikasi Halodoc menegaskan tantangan penanggulangan stunting balita yaitu screening mengenai stunting pada balita hanya dilakukan, namun tidak ada kemajuan dalam tindak lanjut penanggulangan sehingga terjadi kesulitan dala penanggulangan stunting pada balita.

Kesimpulan

Kekurangan gizi dan stunting adalah satu masalah yang banyak dialami oleh balita Indonesia. Faktor utama stunting adalah kurangnya gizi dan nutrisi yang adekuat, keturunan genetik, serta akses pada fasilitas kesehatan yang kurang memadai; pola makan juga berpengaruh besar pada pertumbuhan balita. Ciri-ciri utama pada balita yang mengalami stunting ialah tinggi dan berat badan yang tidak sesuai dengan umur pertumbuhannya, penambahan BB dan TB yang tidak optimal pada 2 tahun pertama, nafsu makan anak yang semakin berkurang, penyakit yang mendasari kekurangan gizi, badan yang kering, berat badan tidak normal, terlihat lemah lesu dan perkembangan yang tidak seperti balita pada umumnya. Sebagian besar balita yang mengalami stunting akan mempunyai tingkat konsumsi energi, lemak, protein, karbo, seng dan zat besi yang masuk pada kategori yang kurang. Tahap awal pencegahan stunting pada balita yaitu memenuhi gizi sejak hamil, kemudian pemberian ASI dan MPASI sesuai umur yang ditentukan, menjaga kebersihan lingkungan, serta pemberian imunisasi dasar dan lanjutan. Cara mencegah stunting yang lainnya adalah pemantauan terhadap perkembangan balita dan optimalisasi gizi sejak lahir. Tantangan penanggulangan stunting yaitu kurangnya edukasi masyarakat serta kurangnya tindak lanjut terhadap stunting itu sendiri. Maka, dibutuhkan edukasi mengenai stunting agar balita terpenuhi gizinya. Yang

berperan penting dalam kasus stunting pada balita yaitu orang tua, terutama ibu. Namun, ayah juga ikut berperan pada penanggulangan dan pencegahan balita.

Referensi

- Adelia, V., & Lede, P. A. R. L. (2023). Sistem Pakar Deteksi Dini Stunting pada Balita. *Jurnal Publikasi Teknik Informatika*, 2(2), 20–37.
- Alfarisi, R., Nurmalasari, Y., Nabilla, S., Dokter, P. P., Kedokteran, F., & Malahayati, U. (2019). Status gizi ibu hamil dapat menyebabkan kejadian stunting pada balita. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(3), 271–278.
- Amalia, I. D., Lubis, D. P. U., & Khoeriyah, S. M. (2021). Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian stunting pada balita. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 12(2), 146–154.
- Anggaraeningsih, N. L. M. D. P., & Yuliati, H. (2022). HUBUNGAN STATUS GIZI BALITA DAN PERKEMBANGAN ANAK BALITA DI KELURAHAN LILIBA KECAMATAN OEBOBO. *Jurnal Health Sains*, 3(7), 830–836.
- Anggryni, M., Mardiah, W., Hermayanti, Y., Rakhmawati, W., Ramdhanie, G. G., & Mediani, H. S. (2021). Faktor pemberian nutrisi masa golden age dengan kejadian stunting pada balita di negara berkembang. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1764–1776.
- Archda, R., & Tumangger, J. (2019). Hulu-hilir penanggulangan stunting di Indonesia.
- ARINA, N. U. R. (2023). KESIAPSIAGAAN ORANGTUA MENGHADAPI STUNTING DI DESA LAKAWALI PANTAI KECAMATAN MALILI KABUPATEN LUWU TIMUR. Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo.
- Azmy, U., & Mundiastuti, L. (2018). Konsumsi Zat Gizi pada Balita Stunting dan Non-Stunting di Kabupaten Bangkalan *Nutrients Consumption of Stunted and Non-Stunted Children in Bangkalan*. *Amerta Nutr*, 292–298.
- BPS. (2022). Persentase balita gizi buruk Tahun 2010-2013. 2023. <https://lamongankab.bps.go.id/statictable/2015/03/26/406/persentase-balita-gizi-buruk-tahun-2010-2013-.html>
- Daracantika, A., Ainin, A., & Besral, B. (2021). Pengaruh negatif stunting terhadap perkembangan kognitif anak. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan (BIKFOKES)*, 1(2), 124–134.
- Dinkes Aceh. (2023). Pentingnya Imunisasi Pada Anak. 2023. <https://dinkes.acehprov.go.id/detailpost/pentingnya-imunisasi-pada-anak#:~:text=Tujuan pemberian imunisasi adalah membentuk,mudah terinfeksi virus penyebab penyakit>
- dr. Anak Agung Ayu Windi Antari, S. . (2019). STUNTING. 2023. <https://rsudmangusada.badungkab.go.id/promosi/read/102/stunting>
- Fadli, dr. R. (2023). Perubahan Pola Pikir, Tantangan Terbesar Mencegah Stunting. 2023. <https://www.halodoc.com/artikel/perubahan-pola-pikir-tantangan-terbesar-mencegah-stunting>
- Hidaya, N. (2023). Edukasi Pemenuhan Gizi dan Pencegahan Stunting pada masyarakat Desa. *Borneo Community Health Service Journal*, 3(2), 145–148.
- Isnaini, N., & Harianto, S. (2019). Kondisi Sosio-Ekonomi Keluarga Prasejahtera Dengan Balita Gizi Buruk. *Paradigma*, 7(4).
- Jaclyn, dr. A. (2022). Selain Imunisasi Wajib, Perlukah Imunisasi Tambahan untuk Anak Anda? 2023.
- Jasmawati, R. S. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Balita: Systematic Review. *Mahakam Midwifery Journal*, 15(402), 87–92.
- Kemkes. (2022). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. 2023. <https://kesmas.kemkes.go.id/assets/uploads/contents/attachments/09fb5b8ccfd0f88080f2521ff0b4374f.pdf>
- KESMAS. (2019). Cegah Stunting Itu Penting. 2023. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Warta-Kemas-Edisi-02-2018_1136.pdf
-

- Laksono, A. D., & Megatsari, H. (2020). Determinan balita stunting di Jawa Timur: Analisis data pemantauan status gizi 2017. *Amerta Nutrition*, 4(2), 109–115.
- LOLAN, Y. P., & SUTRIYAWAN, A. (2021). Pengetahuan Gizi dan Sikap Orang Tua tentang Pola Asuh Makanan Bergizi dengan Kejadian Stunting. *Journal of Nursing and Public Health*, 9(2), 116–124.
- Lynawati, L. (2020). Hubungan PHBS (Perilaku Hidup Bersih Sehat) terhadap stunting di Desa Kedung Malang Kabupaten Banyumas. *Jurnal HUMMANSI (Humaniora, Manajemen, Akuntansi)*, 3(1), 41–46.
- Makarim, dr. F. R. (2021). *Ketahui 5 Imunisasi Tambahan yang Bisa Diberikan pada Anak*. 2023.
- Mardiya, D. (2021). *Perkembangan Psikologis Anak Stunting*. 2023.
- Maulana, R., Panjaitan, Z., & Alhafiz, A. (2022). Penerapan Metode Naive Bayes Untuk Mendiagnosa Penyakit Stunting Pada Balita. *Jurnal Sistem Informasi Triguna Dharma (JURSI TGD)*, 1(4), 425–438.
- MBKM UNDIP. (2022). *TANTANGAN UTAMA PENCEGAHAN STUNTING DESA MUARADUA*. 2023. <http://kkn.undip.ac.id/?p=346661>
- Mediacenter. (2022). *Orang Tua Berperan Penting Dalam Mencegah Stunting Pada Anak*. 2023. <https://mediacenter.palangkaraya.go.id/orang-tua-berperan-penting-dalam-mencegah-stunting-pada-anak/>
- Mia, H., & Sukmawati, S. (2021). Hubungan Hygiene Dan Sanitasi Lingkungan Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita Di Desa Kurma. *Journal Peqguruang*, 3(2), 494–502.
- NG, dr. W. (2019). *Imunisasi Tambahan untuk Anak*. 2023. <https://linksehat.com/artikel/imunisasi-tambahan-untuk-anak>
- Noorhasanah, E., Tauhidah, N. I., & Putri, M. C. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Tatah Makmur Kabupaten Banjar. *Journal of Midwifery and Reproduction*, 4(1), 13–20.
- Novikasari, L., & Fitriana, L. E. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Feeding Practice Pada Ibu Dengan Balita Stunting Di Puskesmas Simpang Agung Kecamatan Seputih Agungkabupaten Lampung Tengah. *Malahayati Nursing Journal*, 3(1), 126–135.
- Nugraheni, D., Nuryanto, N., Wijayanti, H. S., Panunggal, B., & Syauqy, A. (2020). Asi Eksklusif Dan Asupan Energi Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Usia 6–24 Bulan Di Jawa Tengah. *Journal of Nutrition College*, 9(2), 106–113.
- Patty, S. R., & Nugroho, F. (2019). Kemiskinan dan malnutrisi pada anak balita dalam keluarga nelayan di wilayah pesisir kota Serang. *EMPATI: Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, 8(2), 109–125.
- Promkes Kemkes. (2019). *Pencegahan Stunting Pada Anak*. 2023.
- Promkes Kemkes. (2021). *Pencegahan Stunting Pada Anak*. 2023. <https://promkes.kemkes.go.id/pencegahan-stunting>
- Purwaningrum, O., Putra, Y. Y., & Arifiyanti, A. A. (2021). Penentuan Kelompok Status Gizi Balita dengan Menggunakan Metode K-Means. *J. Ilm. Teknol. Inf. Asia*, 15(2), 129–136.
- Putra, D. (2022). *Mencegah Stunting Anak dengan Edukasi*. 2023. <https://mediakeuangan.kemenkeu.go.id/article/show/mencegah-stunting-anak-dengan-edukasi>
- Qolbi, P. A., Munawaroh, M., & Jayatmi, I. (2020). Hubungan status gizi pola makan dan peran keluarga terhadap pencegahan stunting pada balita usia 24-59 bulan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 10(04), 167–175.
- Rafika, M., & Gz, S. (2019). Dampak stunting pada kondisi psikologis anak. *Buletin Jagaddhita*, 1(1).
- Rahmawati, A., Nurmawati, T., & Sari, L. P. (2019). Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan Orang Tua tentang Stunting pada Balita. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 6(3), 389–395.
- Ramlah, U. (2021). Gangguan kesehatan pada anak usia dini akibat kekurangan gizi dan upaya pencegahannya. *Ana’Bulava: Jurnal Pendidikan Anak*, 2(2), 12–25.
- Rusdi, P. H. N. (2021). Hubungan Pemberian Nutrisi Dan Sanitasi Lingkungan Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita. *Human Care Journal*, 6(3), 731–736.
- Sakti, S. A. (2020). Pengaruh Stunting pada tumbuh kembang anak periode golden age. *Biormatika: Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 6(1), 169–175.
-

- Sapriatin, B., & Sianturi, F. A. (2021). Penerapan Teorema Bayes Mendeteksi Stunting pada Balita. *Jurnal Media Informatika*, 3(1), 24–37.
- Sari, W. I. (2022). Keluarga dengan Balita Stunting di Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang: Family with Stunting Toddler in Kepanjen District Malang Regency. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 8(3), 1–9.
- Senudin, P. K. (2021). Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Ibu Balita Tentang Gizi Terhadap Kejadian Stunting Di Desa Belang Turi, Manggarai, NTT. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA*, 4(1), 142–148.
- Setiyowati, E., Purnamasari, M. De., & Setiawati, N. (2021). Penyebab Anak Stunting: Perspektif Ibu. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 196–204.
- Sihite, N. W., & Chaidir, M. S. (2022). Keterkaitan kemiskinan, kecukupan energi dan protein dengan kejadian stunting balita di Puskesmas 11 Ilir Palembang. *Darussalam Nutrition Journal*, 6(1), 37–47.
- Simbah, D. (2021). 5 CARA CEGAH STUNTING. 2023. <https://klepusanggar.kec-sruweng.kebumenkab.go.id/index.php/web/artikel/4/265>
- SJMJ, S. A. S., Toban, R. C., & Madi, M. A. (2020). Hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 448–455.
- Stikes. (2022). Cara Mengukur Stunting dan Ciri-Ciri Anak Stunting. 2023.
- Strauss, A., & Corbin, J. (2003). *Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Stunting Go. (2023). Bukan Hanya Ibu, Peran Ayah Sangat Penting dalam Pencegahan Stunting. 2023. <https://stunting.go.id/bukan-hanya-ibu-peran-ayah-sangat-penting-dalam-pencegahan-stunting/>
- Sumanti, R., & Retna, R. (2022). PEMENUHAN NUTRISI PADA BALITA STUNTING. *LINK*, 18(2), 81–85.
- Telemed. (2021). *Bagaimana Diagnosis Stunting Pada Anak*. 2023.
- Truko. (2022). RDS Truko Sehat Siap Atasi dan Cegah Stunting. 2023. <http://truko.desa.id/kabardetail/Tml2TUpweXlYZ1cyalMxVE9hVlh3QT09/rds-truko-sehat-siap-atasi-dan-cegah-stunting.html>
- UPK Kemenkes. (2022). No Title. 2023. <https://upk.kemkes.go.id/new/4-cara-mencegah-stunting>
- Vikra, Y. (2023). Peran Orang Tua Dalam Mencegah Stunting. 2023. <https://jurnalpost.com/peran-orang-tua-dalam-mencegah-stunting/51611/>
- Walters, C. N., Rakotomanana, H., Komakech, J. J., & Stoecker, B. J. (2019). Maternal determinants of optimal breastfeeding and complementary feeding and their association with child undernutrition in Malawi (2015–2016). *BMC Public Health*, 19, 1–12.
- Wati, S. K., Kusyanti, A., & Fitriyah, E. T. (2021). Pengaruh faktor ibu (pengetahuan ibu, pemberian ASI-eksklusif & MP-ASI) terhadap kejadian stunting pada anak. *Journal of Health Science Community*, 2(1), 40–52.
- Yuningsih, Y. (2022). Hubungan Status Gizi dengan Stunting pada Balita. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(2), 102–109.
- Zogara, A. U., Loaloka, M. S., & Pantaleon, M. G. (2021). Faktor Ibu dan waktu pemberian MPASI berhubungan dengan status gizi Balita di Kabupaten Kupang. *Journal of Nutrition College*, 10(1), 55–61.