

## UPAYA PENCEGAHAN STUNTING PADA BALITA (LITERATURE REVIEW)

### STUNTING PREVENTION EFFORTS IN TODDLERS

Sri Mulia Astuti<sup>1</sup>, Lilis Suryani<sup>2</sup>, Dea Ananda Putri<sup>3</sup> Jihan Fadilla Arsyad<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Prodi S1 Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Palopo

\*) jihanfadhilah@umpalopo.ac.id)

#### ABSTRACT

*Stunting is a chronic malnutrition problem caused by chronic lack of nutritional intake. Many factors cause stunting, namely low socioeconomic status, food insecurity, nutritional status of mothers during pregnancy, low birth weight, parenting, nutritional status, sanitation and water availability. This study aims to determine how to prevent stunting in toddlers. Methods, this review is carried out in stages: determining PICO questions (Problem, Intervention, Comparison, Outcome), case control, article search, assessment of relevant articles, and article analysis and synthesis. Relevant articles are searched through an electronic database, namely Google Scholar using the keyword "stunting prevention in toddlers" in Indonesian and English Twelve articles were selected based on inclusion criteria: the date of publication was 5 years old. The years 2018 to 2023 discuss "Efforts to Prevent Stunting in Toddlers". In English and Indonesian, full text, open access, and is an academic journal. In conclusion, the prevention and reduction of stunting rates is a joint responsibility of all parties, namely parents, health workers and the government. Therefore, maternal knowledge, parenting, and nutritional status are modifiable factors, while low birth weight can be prevented.*

**Keywords** : Prevention, Stunting, Toddlers

#### ABSTRAK

Stunting merupakan masalah kekurangan gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi secara kronis. Banyak faktor yang menyebabkan stunting yaitu status sosial ekonomi rendah, kerawanan pangan, status gizi ibu saat hamil, berat badan bayi lahir rendah, pola asuh, status gizi, sanitasi dan ketersediaan air. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui cara pencegahan stunting pada balita. Metode, tinjauan ini dilakukan dengan tahapan: menentukan pertanyaan PICO (*Problem, Intervention, Comparison, Outcome*), *case control*, pencarian artikel, penilaian terhadap artikel yang relevan, serta analisis dan sintesis artikel. Artikel yang relevan dicari melalui database elektronik yaitu Google Cendekia dengan menggunakan kata kunci "pencegahan stunting pada balita" dalam Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris Dua belas artikel dipilih berdasarkan kriteria inklusi: tanggal publikasinya 5 tahun terakhir. Tahun 2018 hingga 2023 membahas tentang "Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita". Berbahasa Inggris dan Indonesia, teks lengkap, open access, dan merupakan jurnal akademi. Kesimpulan, upaya pencegahan dan penurunan angka stunting merupakan tanggung jawab bersama semua pihak yaitu orang tua, tenaga kesehatan dan pemerintah. Oleh karena itu, pengetahuan ibu, pola asuh, dan status gizi merupakan faktor yang dapat dimodifikasi, sedangkan berat badan lahir rendah dapat dicegah.

Kata kunci : Pencegahan, Stunting, Balita

#### PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah kekurangan gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi secara kronis. Stunting merupakan masalah kesehatan yang harus ditangani sejak dini, karena mempengaruhi tingkat kecerdasan, produktivitas, dan kekebalan terhadap penyakit, yang berdampak pada perlambatan pertumbuhan ekonomi dan memperburuk kemiskinan dan ketimpangan yang telah berlangsung lama. Implikasi jangka panjang bagi pasien, keluarga, dan pemerintah negara bagian. (Rahma, Kurniasari, 2023).

Kenaikan angka stunting di Indonesia cukup mengkhawatirkan karena

telah masuk ke Asia Tenggara dengan prevalensi stunting tertinggi ketiga, dengan rata-rata prevalensi 36,4%. Kesehatan gizi anak tergantung pada kesehatan gizi ibu sebelum dan selama kehamilan. Ketika seorang wanita muda yang kekurangan gizi dan anemia mulai menjadi seorang ibu, kondisinya menjadi lebih buruk ketika dia hamil ketika kondisi tubuhnya tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya, yang dapat berdampak negatif pada janin. Jika janin tidak mendapat nutrisi yang cukup di dalam kandungan, ada risiko keterlambatan perkembangan. Bayi yang lahir dengan pertumbuhan terhambat tumbuh lebih pendek, lebih rentan terhadap penyakit, dan berisiko terkena penyakit degeneratif di

kemudian hari. Keterlambatan perkembangan mempengaruhi kecerdasan anak serta kesehatan. (Rahma, Kurniasari, 2023).

Keterlambatan perkembangan merupakan topik yang memerlukan perhatian semua kalangan mengingat dampak yang ditimbulkannya. Stunting bertanggung jawab atas kematian 1 juta anak setiap tahun. Untuk anak yang bertahan hidup, stunting dikaitkan dengan peningkatan morbiditas, kinerja kognitif yang buruk, perawakan pendek, peningkatan risiko kematian perinatal dan neonatal, penurunan produktivitas dewasa, dan peningkatan penyakit kronis.(Yanti, dkk, 2020).

Banyak faktor yang menyebabkan stunting yaitu status sosial ekonomi rendah, kerawanan pangan, status gizi ibu saat hamil, berat badan bayi lahir rendah, pola asuh, status gizi, sanitasi dan ketersediaan air. Padahal, pemerintah telah berupaya mencegah dan mengatasi masalah stunting pada anak kecil melalui berbagai program gizi, baik yang spesifik maupun sensitif, seperti pemberian tablet darah pada ibu hamil, promosi ASI eksklusif, pemberian bantuan makanan cashless sebagai suplemen makro dan mikronutrien. Namun, hasilnya tidak bisa menyelesaikan masalah deformasi.(Wardita, dkk, 2021).

Menurut Sunatrya dan Muniroh (2019), faktor keterlambatan perkembangan di bagi menjadi dua, yaitu faktor langsung maupun tidak langsung. Faktor langsung stunting antara lain gizi ibu saat hamil, penyakit infeksi, gizi anak sendiri, dll, sedangkan faktor tidak langsung dapat terjadi dari berbagai aspek. Salah satu penyumbang tidak langsung stunting adalah air, sanitasi, dan *higiene* (WASH), yang meliputi sumber air minum, kepemilikan jamban dan *higiene*, praktik cuci tangan. WASH mempengaruhi status gizi balita stunting yaitu melalui penyakit infeksi yang dialaminya. Contohnya adalah kejadian diare pada anak kecil.(Sunatrya dan Muniroh, 2019).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui cara pencegahan stunting pada balita.

## METODE

Tinjauan ini dilakukan dengan tahapan: menentukan pertanyaan PICO (*Problem, Intervention, Comparison,*

*Outcome*), *case control*, pencarian artikel, penilaian terhadap artikel yang relevan, serta analisis dan sintesis artikel. Artikel yang relevan dicari melalui database elektronik yaitu Google Cendekia dengan menggunakan kata kunci “pencegahan stunting pada balita” dalam Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris Dua belas artikel dipilih berdasarkan kriteria inklusi: tanggal publikasinya 5 tahun terakhir. Tahun 2018 hingga 2023 membahas tentang “Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita”. Berbahasa Inggris dan Indonesia, teks lengkap, open access, dan merupakan jurnal akademi.

## HASIL

Nama Penulis, Jurnal dan Tahun	Hasil Penelitian
Grisvia Zain Rahmah dan Ratih Kurniasari, Literature Review: Pengaruh Bentuk Media Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu dalam Upaya Pencegahan Stunting pada Anak, 2023	Berdasarkan 3 jurnal yang memenuhi kriteria inklusi dalam diskusi ini diketahui peningkatan yang paling besar adalah media kartu sebagai media informasi keterlambatan perkembangan yang terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu dengan metode bermain kartu. Pada uji keefektifan ketiga media tersebut terbukti berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang stunting.
Nova Dwi Yanti, Feni Betriana dan Imelda Rahmayunia Kartika, Faktor Penyebab Stunting Pada Anak: Tinjauan Literatur, 2020	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu dan pola asuh orang tua, asupan gizi, BBLR, dan status ekonomi diindikasikan sebagai faktor penyebab stunting di usia emas anak.
Yulia Wardita, Emdat Suprayitno dan Eka Meiri Kurniyati, Determinan Kejadian Stunting	Hasil penelitian menunjukkan bahwa riwayat kehamilan ibu, status gizi anak, pola asuh, pengetahuan ibu dan

pada Balita, 2021	pemberian ASI eksklusif berpengaruh signifikan terhadap kejadian stunting di Kecamatan Saronggi Kabupaten Sumenep.
Alfadhila Khairil Sinatrya dan Lailatul Muniroh, Hubungan Faktor Water, Sanitation, and Hygiene (WASH) dengan Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Kotakulon, Kabupaten Bondowoso, 2019	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan cuci tangan ( $p > 0,001$ ; $OR = 0,12$ ) adalah faktor risiko dari stunting pada balita dengan besar risiko 0,12 kali lebih tinggi bagi ibu yang memiliki kebiasaan cuci tangan kurang baik, sedangkan sumber air minum ( $p = 0,415$ ), kualitas fisik air minum ( $p = 0,58$ ), kepemilikan jamban ( $p = 0,22$ ) bukan merupakan faktor risiko dari stunting

## PEMBAHASAN

Stunting merupakan masalah kekurangan gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi secara kronis. Stunting merupakan masalah kesehatan yang harus ditangani sejak dini, karena mempengaruhi tingkat kecerdasan, produktivitas, dan kekebalan terhadap penyakit, yang berdampak pada perlambatan pertumbuhan ekonomi dan memperburuk kemiskinan dan ketimpangan yang telah berlangsung lama.

Banyak faktor yang menyebabkan stunting diantaranya status sosial ekonomi rendah, kerawanan pangan, status gizi ibu saat hamil, berat badan bayi lahir rendah, pola asuh, status gizi, sanitasi dan ketersediaan air. Upaya pencegahan dan penurunan angka stunting merupakan tanggung jawab bersama semua pihak yaitu orang tua, tenaga kesehatan dan pemerintah.

Sebuah ketidaktahuan itu muncul karena pengetahuan yang diberikan tidak diterima dengan baik dan media sosialisasinya kurang tepat, sehingga pendidikan gizi untuk ibu membutuhkan

media yang kreatif, edukatif dan inovatif. Oleh karena itu, pengetahuan ibu, pola asuh, dan status gizi merupakan faktor yang dapat dimodifikasi, sedangkan berat badan lahir rendah dapat dicegah. Banyak program yang ditujukan untuk meningkatkan pengetahuan orang tua dan mencegah BBLR, seperti pemeriksaan kehamilan, gizi ibu selama hamil, dan asupan gizi anak, sangat dianjurkan. Selain itu, perbaikan dalam praktik pengasuhan anak, termasuk praktik penanganan dan pemberian makanan, praktik kebersihan pribadi dan lingkungan, dan penggunaan fasilitas sanitasi, direkomendasikan.

Ada banyak tantangan dalam memberikan pendidikan gizi kepada ibu karena pada dasarnya sebagian besar orang dewasa sudah memiliki konsep dasarnya sendiri, yang mungkin sulit untuk diubah, dan sudah menjadi bagian dari kebiasaan sebagai tolok ukur untuk memutuskan tindakan dan setiap orang juga memiliki sel khusus yang menerima dan memproses sensasi dari lingkungan, dan tugas sel ini adalah memusatkan perhatian pada rangsangan yang dianggap menarik dan membuang rangsangan yang tidak menarik.

Untuk memudahkan pemberian pendidikan kepada ibu ataupun orang dewasa, program yang komprehensif diperlukan untuk secara optimal mempengaruhi pengetahuan gizi pada pengelolaan stunting. Pendidikan gizi ini berperan dalam meningkatkan pengetahuan ibu dengan tujuan mengubah perilaku anak yaitu kebiasaan makan dan pola pengasuhan gizi. Status gizi dan tumbuh kembang anak sangat dipengaruhi oleh pengetahuan ibu.

## KESIMPULAN

Stunting merupakan masalah kekurangan gizi kronis yang disebabkan oleh kekurangan asupan gizi secara kronis. Banyak faktor yang menyebabkan stunting diantaranya status sosial ekonomi rendah, kerawanan pangan, status gizi ibu saat hamil, berat badan bayi lahir rendah, pola asuh, status gizi, sanitasi dan ketersediaan air. Status gizi dan tumbuh kembang anak sangat dipengaruhi oleh pengetahuan ibu. Oleh karena itu banyak program yang ditujukan untuk meningkatkan pengetahuan orang tua dan mencegah BBLR, seperti pemeriksaan kehamilan, gizi

ibu selama hamil, dan asupan gizi anak, sangat dianjurkan.

Upaya pencegahan dan penurunan angka stunting merupakan tanggung jawab bersama semua pihak yaitu orang tua, tenaga kesehatan dan pemerintah. Oleh karena itu, pengetahuan ibu, pola asuh, dan status gizi merupakan faktor yang dapat dimodifikasi, sedangkan berat badan lahir rendah dapat dicegah.

#### **SARAN**

Bagi ibu dalam perencanaan kehamilan agar memperhatikan asupan nutrisi serta rutin melakukan pemeriksaan kehamilan untuk mencegah berat badan lahir rendah pada bayi. Petugas kesehatan juga harus meningkatkan program edukasi kesehatan khususnya tentang stunting agar pengetahuan ibu dapat meningkat dan masalah stunting dapat segera diatasi.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Alfadhila K. S., & Lailatul M. (2019). Hubungan Faktor Water, Sanitation, and Hygiene (WASH) dengan Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Kotakulon, Kabupaten Bondowoso. *Amerta Nutrion*, 3(3): 164-170.
- Grisvia Z. R., & Ratih K. (2023). *Literature Review: Pengaruh Bentuk Media Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu dalam Upaya Pencegahan Stunting pada Anak*. *Jurnal Gizi dan Kesehatan (JGK)*, 15(1): 131-139.
- Nova D. Y., Feni B., & Imelda R. K. (2020). Faktor Penyebab Stunting Pada Anak: Tinjauan Literatur. *REAL in Nursing Journal (RNJ)*, 3(1): 1-10.
- Yulia W., Emdat S., & Eka M. K. (2021). Determinan Kejadian Stunting pada Balita. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 6(1): 7-12.