



PENCEGAHAN TINGGINYA ANGKA STUNTING PADA USIA BALITA DENGAN POLA ASUH YANG BAIK

Siwi Hartini

Perwakilan BKKBN provinsi Jawa Tengah

Email: siwihartini@gmail.com

ABSTRAK

Penyebab utama terjadinya stunting pada balita adalah masalah asupan gizi yang kurang baik saat ibu mengandung dan rendahnya pemberian nutrisi saat bayi sudah dilahirkan, kejadian ini tidak lepas dari minimnya pengetahuan ibu tentang pemberian nutrisi yang baik, tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah pola asuh yang baik mampu mencegah peningkatan angka stunting pada anak usia balita. Jenis penelitian yang digunakan merupakan metode kualitatif deskriptif. Menurut hasil penelitian karakteristik pola asuh dan asupan balita dalam kondisi yang baik sehingga dapat mencegah terjadinya stunting pada balita, Kurang baiknya pola asuh yang orang tua berikan disebabkan kurangnya pengalaman dalam mengasuh bayinya. Pengalaman yang dimaksud mungkin kurangnya pengetahuan akan makanan bergizi dan cara mengajak komunikasi bayinya. Karena jika sudah terjadi interaksi keduanya maka akan memudahkan ibu dalam memberikan rasa nyaman dan perhatian pada anaknya sehingga ini sangat mendukung dalam upaya pemeliharaan status gizi balita. Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa bayi yang berada di kecamatan Begalen sudah mendapatkan pola asuh yang baik, para ibu sudah paham pemberian asupan makanan pada saat balita MP-ASI dengan kandungan protein yang tinggi, dan pertumbuhan bayi sesuai dengan usianya pada indikator berat badan dan panjang bayi.

Kata kunci: Stunting; Balita; Pola Asuh

ABSTRACT

The main cause of stunting in toddlers is the problem of poor nutritional intake when the mother is pregnant and low nutrition when the baby is born. This incident cannot be separated from the lack of knowledge of mothers about providing good nutrition. prevent an increase in stunting rates in children under five. The type of research used is a descriptive qualitative method. According to the results of research on the characteristics of parenting and intake of toddlers in good condition so as to prevent stunting in toddlers, the poor parenting style given by parents is due to a lack of experience in caring for their babies. The experience in question may be a lack of knowledge about nutritious food and how to invite the baby to communicate. Because if there is interaction between the two, it will make it easier for the mother to provide a sense of comfort and attention to her child so that this is very supportive in efforts to maintain the nutritional status of toddlers. the mother already understands the provision of food intake during toddlers MP-ASI with a high protein content, and the baby's growth is according to his age on the indicators of baby's weight and length.

Keywords: Stunting; Toddler; Parenting

PENDAHULUAN

Kasus gizi buruk pada balita mengakibatkan kondisi balita pendek ataupun biasa disebut dengan istilah

stunting. Kasus balita yang mengalami stunting sekarang ini banyak terjadi di seluruh dunia. Tercatat ketika tahun 2017 ada 22,2% ataupun sekitar 150,8 juta balita yang ada dunia terjadi kondisi stunting. Pada

tahun 2017, benua Asia menduduki angka stunting tertinggi sekitar 55% kemudian disusul dari benua Afrika sekitar 39%. Di benua Asia tertinggi pada Asia Selatan adalah 58,7% dan yang paling minim Asia Tengah 0,9%. Berdasarkan data WHO tahun 2017 prevalensi data stunting pada anak balita dari tahun 2005 hingga 2017, prevalensi rata-rata sebesar 36,4% menempatkan Indonesia di urutan ketiga Asia Tenggara. Hal ini menunjukkan bahwa satu anak dari tiga anak di Indonesia mempunyai tinggi badan di bawah rata-rata dan pertumbuhan yang kurang optimal. Menurut Rahmad (2013), Indonesia memiliki tingkat prevalensi yang lebih tinggi stunting pada anak-anak dibandingkan Myanmar (35%), Vietnam (23%), serta Thailand (16%), menempatkannya di urutan kelima di dunia.

Tingginya kasus stunting di benua Asia sudah sewajarnya mendapatkan perhatian khusus dari pemerintah setempat dan masyarakat sekitar (Pakpahan, 2021). Penyebab utama terjadinya stunting pada balita adalah masalah asupan gizi yang kurang baik saat ibu mengandung dan rendahnya pemberian nutrisi saat bayi sudah dilahirkan, kejadian ini tidak lepas dari minimnya pengetahuan ibu tentang pemberian nutrisi yang baik dan terbatasnya penyuluhan dan pelayanan terkait antenatal, postnatal, dan masih rendahnya sanitasi serta penggunaan air bersih dilingkungan masyarakat (Kemendesa, 2017).

Dampak dari stunting akan mempengaruhi kondisi anak hingga mereka dewasa karena akan mengganggu perkembangan fisik serta kognitifnya. Jika diuraikan dampak jangka pendek akan terjadinya penurunan daya pikir untuk anak karena kurangnya kemampuan kognitif. Sementara itu untuk dampak jangka panjang dapat menurunkan kualitas hidup saat anak beranjak dewasa karena akan mempengaruhi peluangnya untuk mendapatkan pendidikan dan pekerjaan yang diinginkan. Selain itu balita yang mengalami stunting cenderung memiliki tubuh yang obesitas sehingga dapat meningkatkan resiko terkena penyakit hipertensi, diabetes, kanker, dan lain sebagainya. Selain itu juga akan berdampak

pada sektor ekonomi, kemiskinan akan meningkat, dan ketimpangan akan meningkat sebagai akibat dari peningkatan laju stunting. Kinerja pembangunan Indonesia dalam hal pertumbuhan ekonomi, kemiskinan, serta ketimpangan dapat dirugikan apabila situasi ini tidak diselesaikan. Bukti dan pengalaman dari seluruh dunia memastikan bahwa stunting bisa menghambat pertumbuhan ekonomi serta menurunkan produktivitas pasar tenaga kerja, yang mengakibatkan hilangnya 11% PDB (Produk Domestik Bruto) serta penurunan pendapatan pekerja dewasa sebesar 20% pendapatan selama hidupnya dan kemiskinan antar generasi (Nirmalasari, 2020).

Protein adalah senyawa alami yang memiliki fungsi luar biasa bagi tubuh yang terdiri dari 20 jenis asam amino berbeda yang disatukan. Karena tubuh tidak dapat menghasilkan asam amino tertentu, mereka dikatakan sebagai asam amino esensial. Asam amino diperlukan untuk pertumbuhan sebab mereka bertindak sebagai pembawa, aktivator, pengatur, ekspresi genetik, neurotransmitter, penguat struktural, penguat kekebalan, dan katalis untuk proses biokimia tubuh. Menurut Komariyah (2011), struktur DNA, RNA, membran sel, kreatin, hemoglobin, dan protein ekstraseluler akan terbentuk dalam pola yang khas oleh susunan asam amino. Anak-anak membutuhkan bahan pangan yang tinggi protein untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang sehat. Protein yang dibutuhkan bagi balita ada 2 jenis yaitu protein hewani yang berawal dari hasil produksi ternak misalnya daging, ayam, telur, serta susu. Selain itu juga ada protein nabati dari hasil tanaman pangan yang produknya berupa kedelai yang dapat diolah menjadi tempe ataupun tahu dan sebagainya.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka penulis ingin mengambil judul yang berkaitan dengan stunting pada anak usia balita yaitu "Pencegahan Tingginya Angka Stunting Pada Usia Balita Dengan Pola Asuh Yang Baik".

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan merupakan kualitatif deskriptif. Metode ini digunakan karena peneliti memiliki maksud

untuk menerangkan kondisi berdasarkan fakta yang tampak dilapangan. Penelitian deskriptif memiliki arti melukiskan kondisi nyata yang tampak apa adanya. Menurut pendapat Nawawi dan Martini (1996), menjelaskan bahwa penelitian deskriptif kualitatif mampu mendeskripsikan semua gejala akan kondisi yang sebenarnya yang ada dilapangan saat penelitian berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di kecamatan Bagelan, maka penulis dapat menuangkan hasil dalam bentuk tabel terkait karakteristik Pola Asuh dan, Pola Asuh Balita, Asupan Balita, Usia Balita, Berat Badan, dan Panjang Badan.

Berdasarkan Tabel 1, inisiasi menyusui dini (IMD) mayoritas ibu (90,58%) telah sadar akan pentingnya ASI, dan juga diikuti dengan pemberian ASI eksklusif sebesar 85,71%. Selain itu, status kenaikan berat badan balita di KMS cenderung memiliki perbandingan sama antara status yang sesuai dan tidak sesuai. Namun, kesesuaian status kenaikan berat badan yang sesuai lebih unggul 4.76%. Selain itu, secara umum orang tua sudah memberikan makan kepada anaknya yang lebih dari 6 bulan baik sesuai porsi, frekuensi makan, tekstur, dan variasi dengan persentase 75%. Persentase ini (75%) juga sesuai dengan Pelatihan Konseling Pemberian Makanan Bayi dan Anak (PMBA). Status sosial ekonomi keluarga 85,71% dinyatakan mampu atau dapat memenuhi kebutuhan sehari-hari.

Tabel 1 Karakteristik Pola Asuh dan Asupan Balita

		Frekuensi	Presentase(%)
IMDSaat Lahir	Ya	19	90,48
	Tidak	2	9,52
	Total	21	100
Mendapat Asi Eksklusif	Ya	18	85,71
	Tidak	3	14,29
	Total	21	100
Status Kenaikan Berat Badan Batura di KMS	Sesuai	11	52,38
	Tidak Sesuai	10	47,62
	Total	21	100
Pola Makan Tinggi Protein	Sesuai	16	75,00
	Cukup Sesuai	1	5,00
	Tidak Sesuai	4	20,00
	Total	21	100,00
Pemberian Makan Balita Lebih Dari 6 Bulan	Sesuai	16	75,00
	Tidak Sesuai	5	25,00
	Total	21	100,00
Sosial Keluarga Ekonomi	Mampu	18	85,71
	Kurang Mampu	3	14,29
	Mampu		
	Total	21	100,00

Sumber: Olah Data (2022)

Berdasarkan tabel 2. secara mayoritas pola asuh anak oleh orang tua kandung dengan persentase 76,19% dianggap baik. Namun sisanya (23,81%)

masih belum memenuhi baik dengan berbagai alasan seperti orang tua terutama ibu yang memang kurang pengalaman dalam mengasuh bayinya.

Berdasarkan tabel 3. berat badan

tertinggi responden dari balita adalah 3,35 kg. Dimana modus terbanyak dengan rentang 2,625-2,86 kg dan 3,115-3,35 kg

yang masing-masing sebanyak 5 bayi (23,8%).

Tabel 2 Berat Badan

Interval	Frekuensi	Persentase (%)
1,89 - 2,125	1	4,761905
2,135 - 2,37	4	19,04762
2,38 - 2,615	2	9,52381
2,625 - 2,86	5	23,80952
2,87 - 3,105	4	19,04762
3,115 - 3,35	5	23,80952
Total	21	100

Sumber: Olah Data (2022)

Balita adalah 49 cm. Modus panjang bayi terbanyak berada di rentang

48 cm sampai 49,5 cm sebanyak 11 anak (52,38%)

Tabel 3 Panjang Badan

Interval	Frekuensi	Persentase (%)
40 - 41,5	1	4,761905
41,6 - 43,1	0	0
43,2 - 44,7	4	19,04762
44,8 - 46,3	2	9,52381
46,4 - 47,9	3	14,28571
48 - 49,5	11	52,38095
Total	21	100

Sumber: Olah Data (2022)

Berdasarkan tabel 5. usia balita pada penelitian ini dimulai dari 0.21 tahun (2 - 3 bulan) hingga 2 tahun lebih. Rentang

usia responden balita terbanyak adalah bayi yang berusia 1,29 tahun (1 tahun 3-4 bulan) sampai 1,68 tahun (1 tahun 5-6 bulan).

Tabel 4 Usia Balita

Interval	Frekuensi	Persentase (%)
0,21 - 0,55	4	19,04762
0,57 - 0,91	2	9,52381
0,93 - 1,27	3	14,28571
1,29 - 1,63	8	38,09524
1,65 - 1,99	3	14,28571
2,01 - 2,35	1	4,761905
Total	21	100

Sumber: Olah Data (2022)

B. Pembahasan

Menurut hasil penelitian karakteristik pola asuh dan asupan balita dalam kondisi yang baik sehingga dapat mencegah terjadinya stunting pada balita. Hal ini diperjelas dengan pendapat dari Permatasari (2019), bahwa perilaku pola asuh mencakup pemberian ASI yang eksklusif, pemberian makanan pendamping

MP-ASI yang tinggi akan protein untuk tumbuh kembang bayi, cara pemberian makanan yang sehat, dan mengontrol porsi makan dapat meningkatkan status gizi anak.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang memilih untuk mengasuh bayinya sendiri sebanyak 100% hal ini menunjukkan bahwa orang tua dikecamatan Begalen

mampu mengasuh bayinya namun pola asuh yang baik 79,16% dan tidak baik 23,8%. Kurang baiknya pola asuh yang orang tua berikan disebabkan kurangnya pengalaman dalam mengasuh bayinya. Pengalaman yang dimaksud mungkin kurangnya pengetahuan akan makanan bergizi dan cara mengajak komunikasi bayinya. Karena jika sudah terjadi interaksi keduanya maka akan memudahkan ibu dalam memberikan rasa nyaman dan perhatian pada anaknya sehingga ini sangat mendukung dalam upaya pemeliharaan status gizi balita. Menurut Bella et al. (2019), bahwa secara tidak langsung pola asuh yang tepat dari orang tua akan mempengaruhi status gizi, tumbuh, dan kembang anak.

Pada masa pertumbuhan balita ada hal yang lebih menjadi indikator prioritas untuk menentukan pertumbuhan bayinya normal atau mengalami permasalahan seperti stunting. Indikator tersebut adalah berat badan, panjang badan, dan usia balita. Pertumbuhan balita akan seimbang dengan penambahan usianya. Menurut Anggraeni et al. (202), bahwa indikator pertumbuhan paling cepat pada bayi adalah usia 6 bulan pertama. Jika dalam usia 6 bulan pertama pertumbuhan bayi normal makan akan terhindar dari kejadian stunting pada diusia selanjutnya

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa bayi yang berada di Kecamatan Bagelen yang mengalami stunting rendah, hal ini disebabkan karena pengetahuan ibu akan pola asuh sudah baik, para ibu sudah paham pemberian asupan makanan pada saat balita MP-ASI dengan kandungan protein yang tinggi, dan pertumbuhan bayi sesuai dengan usianya pada indikator berat badan dan panjang bayi.

DAFTAR PUSTAKA

Anggraeni, Z.E.Y.,Kurniawan,H., Yasin, M., dan Aisyah, D.A. 2020. Hubungan Berat Badan Lahir, Panjang Badan Lahir dan Jenis Kelamin dengan Kejadian Stunting. *The Indonesian Journal of Health Science*. 12(1): 51-

56.

- Bappenas R.I. 2019. Rencana Aksi Nasional Pangan Dan Gizi. Bappenas Republik Indonesia. Jakarta.
- Bella, F.D., Fajar, N.A., dan Misnamiarti. 2019. Hubungan Pola Asuh Dengan Kejadian Stunting Balita Dari Keluarga Miskin Di Kota Palembang. *Jurnal Gizi Indonesia*. 8(1): 31 – 39.
- Fitriahadi E. 2018. Hubungan tinggi badan ibu dengan kejadian stunting pada balita usia 24-59 bulan. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan Aisyiyah*. 14(1):15-24.
- Gibson, R.S. 2005. Principles of nutritional assessment. 2nd ed. New York: Oxford University Press.
- Hayati, A.W. 2020. Gizi Seimbang Anak: Cegah Stunting. EGC: Jakarta.
- Henningham, H. B. dan S.G. McGregor, S. G. 2009. Gizi dan perkembangan anak. In Gibney, M. J. (Eds.), Gizi kesehatan masyarakat. ECG: Jakarta.
- Kemendesa. 2017. Buku Saku Desa dalam Penanganan Stunting. Jakarta.
- Komariah, A.D.S. 2011. Metode Penelitian Kualitatif. Alfabeta: Bandung.
- Nasikhah R, dan A. Margawati. 2012. Faktor risiko keja- dian stunting pada balita usia 24-36 bulan di kecamatan Semarang Timur. *Journal of Nutrition College*. 1(1):176-184.
- Ni'mah K, dan S.R. Nadhiroh. 2015. Faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita. *Media Gizi Indonesia*. 10(1):13-19.
- Nirmalasari, N. O. 2020. Stunting Pada Anak : Penyebab dan Faktor Risiko Stunting di Indonesia. *Qawwam: Journal For Gender Mainstreaming*. 14(1): 19–28.
- Pakpahan, J.M. 2021. Cegah Stunting Dengan Pendekatan Keluarga. Gavamedia: Yogyakarta.
- Permatasri, T.A.E. 2019. Penguatan Kapasitas Kader Melalui Gerakan 'Aisyiyah Sehat (Grass) Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular Dan Stunting, Serta Peningkatan Kesehatan Ibu Dan Anak Di Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Pengabdian UMJ*. 1: 1 – 4.
- Rahmad, A. 2013. Kajian Stunting Pada Anak Balita Ditinjau dari Pemberian Asi

Eksklusif Mp-Asi, Status Imunisasi Dan Karakteristik Keluarga di Kota Banda Aceh Stunting Study on Children Viewed From Exclusive Breast Feeding, Complementary Breastfeeding, Immunization S. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Nasuwakes*. 6(2): 169–184.

Renyoet, B. S, V. Hadju, dan Rochimiwati. 2012. Hubungan Pola Asuh Dengan Kejadian Stunting Anak Usia 6– 23 Bulan Di Wilayah Pesisir Kecamatan Tallo Kota Makassar. Skripsi. Universitas Hassanudin. Makassar

Sari et al. 2016. Asupan Protein, Kalsium, dan Fosfor pada Anak Stunting dan Tidak Stunting Usia 24-59 Bulan. *Journal Gizi Klinik Indonesia*. 12 (4):152-159.

Setiawan, B. 2018. Faktor-Faktor Penyebab Stunting Pada Anak Usia Dini. Yayasan Rumah Komunitas Kreatif: Bekasi.

Sjahmien, M. 2003. Ilmu gizi jilid 2. PT Bharatara Niaga Media: Jakarta.

Soetjiningsih, dan R.I.N. Gde. 2013. Tumbuh kembang anak Edisi 2. EGC: Jakarta.

Sutarto, D. M. dan R. Indriyani. 2018. Stunting, Faktor Resiko dan Pencegahannya. *Jurnal Agromedicine* 5(1): 540-545.