



Upaya Penurunan Angka Stunting pada Balita Melalui Deteksi Dini dan Intervensi Nutrisi

Ni'matul Fauziah ^{1*}, Ika Hepi Maidayanti ², Heni Amilia Putri ³, Brelianti Nevy Tyara C. P. ⁴, Chindy Elsa Ramadhani ⁵, Ferdiana Putri Gita V. ⁶

^{1,2,3,4,5,6} Prodi S1 Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Anwar Medika, Sidoarjo, Indonesia

Korespondensi Penulis : nimatulfauziah35@gmail.com

Abstract Stunting is a condition that occurs due to a lack of nutritional intake over a long period of time, thus inhibiting a child's growth. As the next generation of the nation, children need special attention in terms of their growth and development. Fulfillment of nutrition must begin before pregnancy, continued with exclusive breastfeeding after the baby is born, and continued with balanced nutritious food according to the stage of growth. This study was conducted using a literature study method to collect data related to efforts to reduce stunting rates in toddlers. The results of the study showed that community education through counseling and health education can increase understanding of nutrition and good parenting patterns. In addition, programs such as providing eggs in villages and the involvement of integrated health post cadres in early detection have also proven effective in reducing stunting rates in toddlers.

Keywords : Stunting In Toddlers, Balanced Nutrition, Reducing Stunting Rates.

Abstrak Stunting adalah kondisi yang terjadi akibat kurangnya asupan nutrisi dalam waktu yang panjang, sehingga menghambat pertumbuhan anak. Sebagai generasi penerus bangsa, anak-anak perlu mendapatkan perhatian khusus dalam hal tumbuh kembangnya. Pemenuhan gizi harus dimulai sejak sebelum kehamilan, dilanjutkan dengan pemberian ASI eksklusif setelah bayi lahir, dan diteruskan dengan makanan bergizi seimbang sesuai dengan tahap pertumbuhannya. Penelitian ini dilakukan dengan metode studi literatur untuk mengumpulkan data yang berkaitan dengan upaya penurunan angka stunting pada balita. Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi masyarakat melalui penyuluhan dan pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pemahaman tentang gizi dan pola asuh yang baik. Selain itu, program seperti pemberian telur di desa-desa serta keterlibatan kader posyandu dalam deteksi dini juga terbukti efektif dalam menurunkan angka stunting pada balita.

Kata Kunci : Stunting Pada Balita, Gizi Seimbang, Penurunan Angka Stunting.

1. PENDAHULUAN

Anak-anak merupakan generasi penerus yang berhak mendapatkan perhatian penuh agar dapat berkembang secara kognitif dan sosial. Sebagai calon pemimpin masa depan, tumbuh kembang anak perlu diperhatikan dengan serius. Pertumbuhan mengacu pada peningkatan ukuran fisik seperti tinggi dan berat badan, sementara perkembangan mencakup peningkatan kemampuan fungsional tubuh, seperti bayi yang awalnya hanya bisa berguling, lalu mulai duduk, berdiri, dan akhirnya berjalan. Secara global, ada beberapa masalah utama dalam pertumbuhan anak, yaitu stunting wasting (kekurangan berat badan), overweight (kelebihan berat badan). Berdasarkan data dari World Health Organization WHO (2022), sekitar 149,2 juta anak balita mengalami stunting, 45,4 juta anak mengalami kekurangan berat badan, dan 38,9 juta mengalami obesitas.

Agar anak dapat tumbuh serta berkembang dengan baik, maka sebagai orang tua harus memperhatikan asupan makanan yang dikonsumsi sejak dini. Pemenuhan gizi bahkan harus direncanakan sejak sebelum kehamilan, kemudian dilanjutkan dengan pemberian ASI eksklusif

setelah bayi lahir, dan diteruskan dengan makanan bergizi seimbang sesuai dengan tahapan pertumbuhannya. Jika aspek gizi ini diabaikan, berbagai gangguan pertumbuhan dapat terjadi, seperti stunting, kekurangan gizi, gizi buruk, defisiensi vitamin A (KVA), serta bayi lahir dengan berat badan rendah (BBLR).

Stunting adalah kondisi yang terjadi akibat kurangnya asupan nutrisi dalam waktu yang panjang. Hal ini umumnya disebabkan oleh pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi anak. Anak yang stunting memiliki tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan standar yang ditetapkan oleh WHO-MGRS (Multicentre Growth Reference Study). Karena stunting merupakan indikator malnutrisi kronis, kondisi ini mencerminkan kurangnya asupan gizi dalam waktu lama dan menggambarkan situasi gizi anak di masa lalu (Dwihestie *et al.*, 2021).

Masa awal kehidupan seorang anak, terutama dalam 1.000 hari pertama, sangat krusial dalam menentukan kualitas hidupnya di masa depan. Dalam dunia kesehatan dan gizi, periode ini dikenal sebagai 1.000 Hari Pertama Kehidupan (1.000 HPK). Oleh karena itu, perhatian khusus harus diberikan pada anak balita dalam fase ini agar mereka tidak mengalami stunting. Jika masalah stunting tidak ditangani dengan baik, dampaknya bisa sangat serius. Selain menghambat pencapaian target pembangunan nasional, stunting juga membebani negara karena menurunkan kualitas sumber daya manusia (SDM) yang kurang kompetitif. Indonesia sendiri berencana memanfaatkan bonus demografi pada tahun 2030 dan mewujudkan visi Indonesia Unggul pada tahun 2045. Namun, target ini sulit tercapai jika permasalahan stunting tidak segera diatasi.

2. METODE

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode studi literatur untuk mengumpulkan data yang relevan terkait upaya penurunan angka stunting pada balita. Dilakukan penelusuran dengan cara menelaah berbagai artikel atau jurnal yang diterbitkan pada rentang tahun 2020-2024. Sumber data diperoleh melalui pencarian pada basis data akademik, seperti Google Scholar, dengan menggunakan kata kunci “stunting pada balita, gizi seimbang, penurunan angka stunting, pengukuran antropometri balita”.

3. HASIL

No.	Penulis	Judul Jurnal	Metode	Hasil
1.	Ghiffari <i>et al.</i> , (2023)	Surveilans Kejadian Stunting Pada Kegiatan Posyandu Di Desa	Edukasi dan surveilans	Diketahui bahwa 1 anak mengalami stunting, 4 anak lainnya beresiko tinggi.
2.	Mikawati <i>et al.</i> , (2023)	Deteksi Dini Stunting Melalui Pengukuran Antropometri Pada Anak Usia Balita	Pelatihan pengukuran status gizi dan edukasi	Dari 15 balita, ada 2 balita gizi kurang serta 3 balita mengalami gizi yang sangat kurang.
3.	Paramitha <i>et al.</i> , (2024)	Gambaran Kejadian Stunting Berdasarkan Karakteristik Ibu Pada Balita Usia 24-59 Bulan	Penelitian observasional	Balita kelompok laki-laki yang stunting yaitu 23 orang dan pada balita perempuan yaitu 12 orang (34%).
4.	Taurusta <i>et al.</i> , (2024)	Upaya Pencegahan Stunting Melalui Program Pengukuran Antropometri pada Balita dan Penyuluhan Ibu Hamil di Desa Jatijejer Trawas	Pengabdian masyarakat berupa pengukuran antropometri	Dari 75 balita, terdapat 57 balita memiliki gizi yang cukup, dan terdapat 7 balita memiliki gizi buruk.
5.	Rahmawati, <i>et al.</i> , (2023)	Penyuluhan Pencegahan Stunting dan Pengukuran Antropometri di Posyandu Cempaka RW “A” Kelurahan Kemirimuka, Kecamatan Beji, Depok-Jawa Barat	penyuluhan untuk mencegah stunting serta memantau status gizi balita dengan pengukuran antropometri.	Sebanyak 29 orang, memiliki status gizi baik (normal) (64%). Yang beresiko gizi lebih, gizi kurang serta obesitas yaitu sebanyak 9 orang (20%), 5 orang (11,11%) dan 2 orang.

4. PEMBAHASAN

Stunting merupakan satu dari beberapaindikator status gizi yang ditandai dengan tinggi badan atau panjang badan anak yang lebih rendah dari -2.0 standar deviasi (SD) yang dibandingkan dengan rata-rata populasi. Status ini dihitung dengan membandingkan tinggi atau panjang badan anak sesuai dengan usianya, berdasarkan grafik z-score yang dikeluarkan oleh Badan Kesehatan Dunia (WHO, 2018). Stunting menjadi isu kesehatan masyarakat yang sangat serius karena dapat berdampak pada kualitas sumber daya manusia dalam satu generasi. Data dari WHO (2017) mencatat bahwa sekitar 155 juta balita di seluruh dunia mengalami stunting, menunjukkan betapa besarnya skala permasalahan ini.

Pada penelitian Ghiffari *et al.*, (2023) menunjukkan pentingnya survilans deteksi dini dalam mencegah stunting, diketahui bahwa surveilans stunting yang dilakukan melalui kegiatan Posyandu di Desa Lubuk Makmur, Kecamatan Lempuing Jaya berhasil mengidentifikasi satu anak mengalami stunting dan empat anak lainnya berisiko tinggi

mengalami kekurangan berat dan tinggi badan. Dari temuan ini, disarankan agar anak dengan risiko stunting diberikan makanan tambahan yang lebih bergizi, serta diadakan edukasi berkelanjutan bagi ibu-ibu agar lebih memahami pentingnya asupan nutrisi yang cukup bagi anak. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi salah satu upaya dalam menurunkan angka stunting di wilayah tersebut melalui peningkatan kesadaran masyarakat dan pemantauan kesehatan anak secara berkala.

Pada jurnal Mikawati *et al.*, (2023) deteksi dini stunting sangat penting karena semakin cepat anak yang mengalami gizi buruk terdeteksi, semakin besar kemungkinan mereka mendapatkan penanganan yang tepat sebelum stunting semakin parah. melalui pengukuran antropometri. Dari 15 anak yang diperiksa, ditemukan 5 anak terdapat dalam kategori pendek dan sangat pendek. Sehingga menunjukkan bahwa terdapat banyak anak yang memiliki risiko tinggi mengalami stunting, dan penting untuk mendeteksi mereka lebih awal agar dapat diberikan intervensi yang sesuai. Beberapa strategi yang bisa diterapkan untuk meningkatkan efektivitas deteksi dini ini meliputi:

1. Pelatihan bagi Kader Posyandu: Agar mereka dapat melakukan pengukuran dengan benar dan memahami cara menginterpretasikan hasilnya.
2. Edukasi bagi Orang Tua: Agar mereka memahami pentingnya pemantauan pertumbuhan anak secara rutin.
3. Kolaborasi dengan Layanan Kesehatan: Agar anak-anak yang terindikasi mengalami stunting dapat dirujuk ke layanan kesehatan untuk mendapatkan intervensi lebih lanjut.

Pada jurnal penelitian Paramitha *et al.*, (2024) menunjukkan bahwa kejadian stunting pada balita di Puskesmas Kedungwuni II memiliki hubungan erat dengan karakteristik ibu, terutama usia, pendidikan, pekerjaan, dan status ekonomi. Sebagian besar balita yang mengalami stunting berasal dari ibu berusia 31-35 tahun (43%), yang menunjukkan bahwa usia ibu yang lebih matang belum tentu menjamin kondisi gizi anak yang lebih baik. Selain itu, banyak ibu dengan tingkat pendidikan SMA/SMK (49%), yang bertentangan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa ibu yang memiliki pendidikan lebih tinggi akan lebih mengetahui pentingnya gizi seimbang. Dari segi pekerjaan, 94% ibu dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, yang mengindikasikan bahwa meskipun tidak bekerja, faktor ekonomi tetap menjadi kendala dalam pemenuhan gizi anak. Hal ini diperkuat dengan temuan bahwa seluruh responden memiliki pendapatan di bawah Rp 2.334.886 (100%), yang menunjukkan bahwa keterbatasan finansial berperan besar dalam keterjangkauan pangan bergizi dan layanan kesehatan yang optimal. Selain itu, penelitian ini juga menemukan bahwa balita laki-laki lebih banyak mengalami stunting (66%) dibandingkan perempuan (34%).

Keseluruhan hasil penelitian ini menegaskan bahwa pencegahan stunting memerlukan pendekatan yang komprehensif, tidak hanya melalui edukasi gizi tetapi juga peningkatan kesejahteraan ekonomi keluarga untuk memastikan anak-anak mendapatkan asupan gizi yang cukup.

Stunting terjadi akibat kekurangan gizi kronis sejak dalam kandungan hingga usia dua tahun, yang menyebabkan pertumbuhan anak terhambat. Identifikasi stunting dilakukan dengan membandingkan tinggi badan anak terhadap standar pertumbuhan. Faktor utama yang mempengaruhi kondisi ini adalah kurangnya asupan nutrisi selama kehamilan dan awal kehidupan bayi. Dampak stunting tidak hanya sebatas pertumbuhan fisik yang terhambat, tetapi juga berpengaruh pada daya tahan tubuh, perkembangan kognitif, serta risiko penyakit metabolik di masa depan. Pada penelitian Taurusta *et al.*, (2024) hasil pengukuran antropometri tersebut diketahui 7 balita memiliki status gizi kurang. Oleh karena itu, deteksi dini dan pemantauan rutin di Posyandu sangat penting. Masyarakat perlu lebih aktif dalam kegiatan pemantauan gizi, sehingga intervensi dapat dilakukan lebih cepat untuk mencegah dampak jangka panjang stunting.

Pemeriksaan fisik untuk mengidentifikasi stunting dilakukan melalui pengukuran antropometri, salah satunya dengan membandingkan berat badan dan tinggi badan (BB/TB). Status gizi anak dikategorikan menjadi enam kelompok, yaitu gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, berisiko gizi lebih, gizi lebih, dan obesitas. Pada penelitian Rahmawati, *et al.*, (2023) menunjukkan bahwa mayoritas responden, yakni 29 anak (64%), memiliki status gizi normal, dengan distribusi 35,56% perempuan dan 28,89% laki-laki. Sementara itu, 9 anak (20%) berisiko mengalami gizi lebih, 5 anak (11,11%) mengalami gizi kurang, dan 2 anak (4,44%) mengalami obesitas. Stunting pada balita memiliki keterkaitan erat dengan berat dan panjang badan saat lahir. Diketahui bahwa bayi dengan berat lahir rendah lebih rentan mengalami gangguan pertumbuhan sejak dalam kandungan, sehingga perkembangannya lebih lambat dibandingkan bayi dengan berat lahir normal. Kondisi ini dapat menghambat pencapaian pertumbuhan optimal di masa balita. Sehingga pencegahan stunting perlu dilakukan sejak kehamilan dengan memastikan ibu mendapatkan asupan gizi yang cukup serta melakukan pemantauan tumbuh kembang bayi secara rutin.

4. KESIMPULAN

Stunting merupakan masalah kesehatan yang berdampak besar pada pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan daya tahan tubuh anak. Berdasarkan beberapa penelitian diatas, faktor utama yang berkontribusi terhadap stunting adalah kurangnya asupan gizi sejak dalam

kandungan, keterbatasan ekonomi keluarga, serta kurangnya edukasi mengenai pentingnya nutrisi dan pemantauan tumbuh kembang anak. Sehingga dilakukan deteksi dini melalui surveilans di Posyandu dan pengukuran antropometri terbukti efektif dalam mengidentifikasi anak yang berisiko mengalami stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajwani-Ramchandani, R., Figueira, S., de Oliveira, R. T., Jha, S., Ramchandani, A., & Schuricht, L. (2021). Towards a circular economy for packaging waste by using new technologies: The case of large multinationals in emerging economies. *Journal of Cleaner Production*, 281, 125139, 1–16.
- Aprilia, A. (2021, October). Waste management in Indonesia and Jakarta: Challenges and way forward. *Proceeding of 23rd ASEF Summer University*, ASEF Education Department, Virtual 20.
- Fahriani, F., Hambali, R., & Yofianti, D. (2022). Improvement of quality environment at TPA Parit 6 Pangkalpinang using the sanitary landfill method. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 1108(1), 012048.
- Forum Group Discussion pengelolaan sampah. (2019, April 16). Retrieved February 2, 2024, from <https://pslb3.menlhk.go.id>
- Capaian kinerja pengelolaan sampah. (2024). Retrieved February 2, 2024, from <https://sipsn.menlhk.go.id/>
- Komposisi sampah. (2024). Retrieved February 2, 2024, from <https://sipsn.menlhk.go.id/>
- Israel, B. A., Eng, E., Schulz, A., & Parker, E. A. (2005). *Methods in community-based participatory research for health*. San Francisco: John Wiley & Sons.
- Kabeyi, M. J. B., & Olanrewaju, O. A. (2022). Biogas production and applications in the sustainable energy transition. *Journal of Energy*, 1, 8750221, 1–43.
- Katan, L., & Gram-Hansen, K. (2021). 'Surely I would have preferred to clear it away in the right manner': When social norms interfere with the practice of waste sorting: A case study. *Cleaner and Responsible Consumption*, 3, 10036, 1–9.
- Khan, S., Anjum, R., Raza, S. T., Bazai, N. A., & Ihtisham, M. (2022). Technologies for municipal solid waste management: Current status, challenges, and future perspectives. *Chemosphere*, 288, 132403, 1–12.
- Muhashiby, M. I. N., Hasibuan, H. S., & Wahyono, S. (2021). Waste management in Jakarta recycle centre: Case study of Pesangrahan, Jakarta. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 940(1), 012034.
- Pluskal, J., Šomplák, R., Nevrlý, V., Smejkalová, V., & Pavlas, M. (2021). Strategic decisions leading to sustainable waste management: Separation, sorting and recycling possibilities. *Journal of Cleaner Production*, 278, 123359, 1–16.

- Săvescu, R. F. (2024). Developing a community-based participatory research program: From concept to outcomes. *Studies in Business and Economics*, 19(2), 199–214.
- Setiawan, A. (2021, February 23). Membenahi tata kelola sampah nasional. Retrieved February 2, 2025, from <https://indonesia.go.id>
- Siddiqua, A., Hahladakis, J. N., & Al-Attiya, W. A. K. (2022). An overview of the environmental pollution and health effects associated with waste landfilling and open dumping. *Environmental Science and Pollution Research*, 29(39), 58514–58536.
- Wallerstein, N., Duran, B., Oetzel, J. G., & Minkler, M. (Eds.). (2018). *Community-based participatory research for health: Advancing social and health equity*. San Francisco: John Wiley & Sons.
- Wijekoon, P., Koliyabandara, P. A., Cooray, A. T., Lam, S. S., Athapattu, B. C., & Vithanage, M. (2022). Progress and prospects in mitigation of landfill leachate pollution: Risk, pollution potential, treatment, and challenges. *Journal of Hazardous Materials*, 421, 126627, 2–18.
- Wilson, D. C., Rogero, A. C., Rodic, L., Modak, P., Soos, R., Iyer, M., Velis, K., & Simonett, O. (2015). *Global waste management outlook*. Osaka: UNEP.
- World Bank. (2018). *What a waste 2.0: A global snapshot of solid waste management to 2050*. Washington DC: World Bank.
- Taurusta, C., Solicha, A., Sari, I., Puspita Sari, K., & Amilya, W. I. (2024). Upaya pencegahan stunting melalui program pengukuran antropometri pada balita dan penyuluhan ibu hamil di Desa Jatijejer Trawas. *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 5(2), 479–497. <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v5i2.1679>
- Dwihestie, L. K., & Hidayati, R. W. (2021). Pemberdayaan kader dalam upaya deteksi dini stunting di Kutu Kembangan Sidomulyo Bambanglipuro Bantul. *Jurnal Inovasi Abdimas Kebidanan (JIAK)*, 1(2), 55–59. <https://doi.org/10.32536/jiak.v1i2.174>
- Ghiffari, A., Utama, B., Niswa, K., Nurjannah, S., Yolanda, W., Olivia, Y., & Fadhillah, Y. (2023). Surveilans kejadian stunting pada kegiatan posyandu di desa. *Batara Wisnu Journal: Indonesian Journal of Community Services*, 3(3), 549–554. <https://doi.org/10.53363/bw.v3i3.209>
- Mikawati, L., Suriyani, S., Muaningsih, M., & Pratiwi, R. (2023). Deteksi dini stunting melalui pengukuran antropometri pada anak usia balita. *AKM: Aksi Kepada Masyarakat*, 4(1), 277–284. <https://doi.org/10.36908/akm.v4i1.862>
- Paramitha, I. A., Arifiana, R., Pangestu, G. K., & Rahayu, N. A. (2024). Gambaran kejadian stunting berdasarkan karakteristik ibu pada balita usia 24–59 bulan. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 15(1), 37–48.
- Rahmawati, F., Bintang, M., & Yang, A. J. E. S. (2023). Penyuluhan pencegahan stunting dan pengukuran antropometri di Posyandu Cempaka RW "A" Kelurahan Kemirimuka, Kecamatan Beji, Depok-Jawa Barat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5.

World Health Organization (WHO). (2022). *Overview burden WHO response*. Retrieved from https://www.who.int/health-topics/nutrition#tab=tab_1