

## STUNTING DI INDONESIA: TANTANGAN DAN SOLUSI DI ERA MODERN

Oslida Martony  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan  
oslida64@gmail.com

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki masalah stunting di Indonesia dan menganalisis tantangan serta solusi yang relevan dalam menghadapi permasalahan ini di era baru. Stunting, yang didefinisikan sebagai pertumbuhan terhambat pada anak di bawah usia lima tahun, telah menjadi masalah serius di Indonesia dengan dampak jangka panjang yang merugikan bagi kesehatan dan perkembangan anak. Metode yang digunakan adalah metode kualitatif dengan analisis deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stunting di Indonesia masih tinggi, meskipun ada penurunan dalam beberapa tahun terakhir. Tantangan yang dihadapi dalam upaya penurunan stunting meliputi kurangnya gizi dalam jangka waktu lama, pola asuh yang kurang efektif, pengetahuan yang kurang tentang pola makanan gizi seimbang, kurangnya perawatan pasca melahirkan, sakit infeksi terus menerus pada anak, serta sanitasi yang kurang baik. Dalam menghadapi tantangan ini, diperlukan solusi yang menyeluruh dan terintegrasi, meliputi intervensi spesifik dan sensitif, pendekatan lintas sektoral, pemberdayaan perempuan, dan Membuat kebijakan dan program yang mendukung penanggulangan stunting. Simpulan, stunting di Indonesia tetap menjadi permasalahan kompleks yang memerlukan kerjasama lintas sektor yang terkoordinasi. Dalam mengatasi tantangan ini di era modern, diperlukan strategi intervensi holistik dan berkelanjutan guna mengurangi prevalensi stunting serta memastikan pertumbuhan dan perkembangan optimal anak-anak di Indonesia.

Kata Kunci: Balita, Gizi, Prevalensi, Solusi, Stunting, Tantangan

### ABSTRACT

*This research aims to investigate the problem of stunting in Indonesia and analyze the relevant challenges and solutions in dealing with this problem in the new era. Stunting, which is defined as stunted growth in children under the age of five, has become a serious problem in Indonesia with long-term adverse effects on children's health and development. The method used is a qualitative method with descriptive analysis. The results of the study show that the stunting rate in Indonesia is still high, even though there has been a decline in recent years. The challenges faced in efforts to reduce stunting include long-term malnutrition, ineffective parenting styles, inadequate knowledge about balanced nutritional diets, lack of postpartum care, persistent infectious diseases in children, and poor sanitation. In facing this challenge, comprehensive and integrated solutions are needed, including specific and sensitive interventions, cross-sectoral approaches, empowering women, and making policies and programs that support stunting prevention. In conclusion, stunting in Indonesia remains a complex problem that requires coordinated cross-sector collaboration. In addressing*

*this challenge in the modern era, a holistic and sustainable intervention strategy is needed to reduce the prevalence of stunting and ensure optimal growth and development of children in Indonesia.*

*Keywords: Toddlers, Nutrition, Prevalence, Solutions, Stunting, Challenges*

## **PENDAHULUAN**

Indonesia memiliki peluang yang sangat berharga yang disebut sebagai 'dividen demografis' oleh para ekonom, dan peluang ini tidak boleh terlewatkan. Namun, agar dapat memanfaatkan bonus demografi ini, Indonesia perlu berinvestasi sekarang untuk generasi muda. Investasi ini harus dilakukan dalam bidang kesehatan, kesejahteraan dan sektor lain yang akan menentukan kemampuan generasi muda tersebut untuk mencapai potensi mereka secara penuh (Kristanti & Sebtalezy, 2019). Dalam rangka memanfaatkan kesempatan ini, perlu diberikan perhatian khusus pada kesehatan dan kesejahteraan generasi muda, serta menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan dan pemanfaatan potensi mereka (Rudianto, 2022).

Salah satu permasalahan utama dalam kesehatan pada generasi muda di Indonesia adalah tingginya prevalensi stunting. Stunting adalah kondisi dimana pertumbuhan anak balita terganggu sehingga tinggi badannya lebih pendek dari yang diharapkan sesuai dengan usianya (Fatoni, 2020). Stunting merupakan masalah gizi kronis yang disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk gizi buruk, gizi ibu saat hamil, kondisi ekonomi, asupan gizi yang tidak mencukupi pada bayi, dan faktor-faktor lainnya (Ariati, 2019). Untuk mengukur stunting, umumnya digunakan standar tinggi badan yang berada di bawah median pertumbuhan anak berdasarkan standar WHO. Misalnya, jika tinggi badan seorang anak laki-laki usia dua tahun adalah 87 cm, maka tinggi badan minimal yang diharapkan adalah 81 cm.

Stunting disebabkan oleh berbagai faktor, baik faktor langsung seperti asupan makanan bergizi yang tidak memadai dan penyakit infeksi, maupun faktor tidak langsung seperti pola asuh ibu, kerawanan pangan keluarga, dan pelayanan kesehatan lingkungan (Ruaida, 2018). Akar masalah dari stunting meliputi akses terbatas terhadap pelayanan kesehatan yang memadai, kondisi ekonomi keluarga yang buruk, serta faktor-faktor sosial, budaya, ekonomi, dan politik yang mempengaruhi lingkungan sekitar. Semua faktor ini saling berinteraksi dan berkontribusi dalam menyebabkan stunting pada balita (Mashar et al., 2021).

Selain itu, stunting juga memiliki dampak jangka pendek, menengah, dan panjang yang signifikan. Dampak jangka pendek meliputi penurunan daya tahan tubuh, peningkatan risiko terhadap berbagai penyakit, dan tingkat morbiditas serta mortalitas yang lebih tinggi. Dampak jangka menengah melibatkan gangguan kemampuan intelektual dan kognitif pada penderita stunting. Sedangkan dampak jangka panjang mencakup risiko lebih tinggi terkena penyakit degeneratif pada usia dewasa dan terhambatnya potensi sumber daya manusia (Archda & Tumangger, 2019). Oleh karena itu, stunting memiliki implikasi serius terhadap kesehatan dan perkembangan individu dalam jangka waktu yang lebih panjang.

Penelitian Islami & Khourah (2021), menjelaskan bahwa faktor-faktor yang mendasari terjadinya stunting dimasa pandemi covid 19 berupa faktor sosial dan ekonomi meliputi pekerjaan ibu, pendapatan, dan perilaku ibu. Sementara penelitian yang dilakukan oleh Ulfah & Nugroho (2020), bahwa faktor penyebab stunting adalah pernikahan dini, tingkat pendidikan yang rendah, serta masalah pekerjaan dan pendapatan. Penelitian lainnya oleh Lawaceng & Rahayu (2020), menjelaskan stunting

di Indonesia didominasi oleh tingkat pengetahuan ibu, pendapatan keluarga dan pengetahuan ibu sehinggasesolusi dalam pencegahan stunting di Indonesia adalah dengan pemberdayaan masyarakat dimasa adaptasi kebiasaan baru

Darii penelitian-penelitian terdahulu diatas maka terlihat bahwa penyebab stunting di Indonesia hanya berada di faktor gizi buruk, sosial dan ekonomi. Di era modern yang sarat akan perkembangan teknologi status gizi buruk tidak hanya dialami oleh keluarga yang miskin atau pra sejahtera tapi terkadang dialami oleh keluarga sejahtera. Akibat adanya pengaruh gaya hidup modern menyebabkan pola makan yang tidak sesuai dengan gaya pola hidup sehat. Dalam era modern ini, perubahan gaya hidup, budaya dan lingkungan menjadi tantangan tambahan dalam mengatasi stunting. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki tantangan dan solusi terkait masalah stunting di Indonesia dalam era modern. Dalam konteks ini, penelitian ini akan mengeksplorasi tantangan yang dihadapi dalam mengatasi stunting di Indonesia, serta mengidentifikasi solusi yang relevan dalam menghadapi tantangan tersebut.

Melalui penelitian ini, dapat ditemukan wawasan mendalam mengenai faktor-faktor pendorong tingginya tingkat stunting, baik dari segi kesehatan, sosial, ekonomi, budaya dan lingkungan. Dengan pemahaman yang lebih mendalam tentang tantangan yang dihadapi, penelitian ini dapat memberikan landasan untuk mengembangkan solusi yang lebih efektif dan terarah. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi yang sangat berharga bagi pemerintah, organisasi kesehatan, dan lembaga terkait untuk merancang dan mengimplementasikan program intervensi yang tepat guna. Dengan pemahaman yang lebih mendalam tentang tantangan yang dihadapi, penelitian ini dapat memberikan landasan untuk mengembangkan solusi yang lebih efektif dan terarah. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi yang sangat berharga bagi pemerintah, organisasi kesehatan, dan lembaga terkait untuk merancang dan mengimplementasikan program intervensi yang tepat guna.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif dengan studi pustaka untuk mengumpulkan informasi teknis. Metode analisis yang digunakan adalah deskriptif-kualitatif, artinya data dijelaskan secara rinci sebelum dianalisis untuk ditarik kesimpulan. Penelitian ini bersifat deskriptif, sehingga tidak berusaha untuk memperlakukan, mengubah, atau memanipulasi variabel yang dilihatnya. Sebaliknya, ia mencoba menggambarkan bagaimana keadaan saat ini. Pengamatan, percakapan, dan pencatatan adalah semua cara untuk mendapatkan informasi. Setelah data terkumpul, dilakukan langkah-langkah analisis, yaitu: 1) Menggali semua data yang telah terkumpul dari berbagai sumber, baik primer maupun sekunder; 2) Mengorganisasikan data ke dalam unit-unit masalah berdasarkan bagaimana masalah itu dinyatakan; 3) Menganalisis bagian-bagian argumentasi yang digunakan untuk membicarakan masalah; dan 4) Menarik kesimpulan dari hasil analisis permasalahan yang telah dibicarakan.

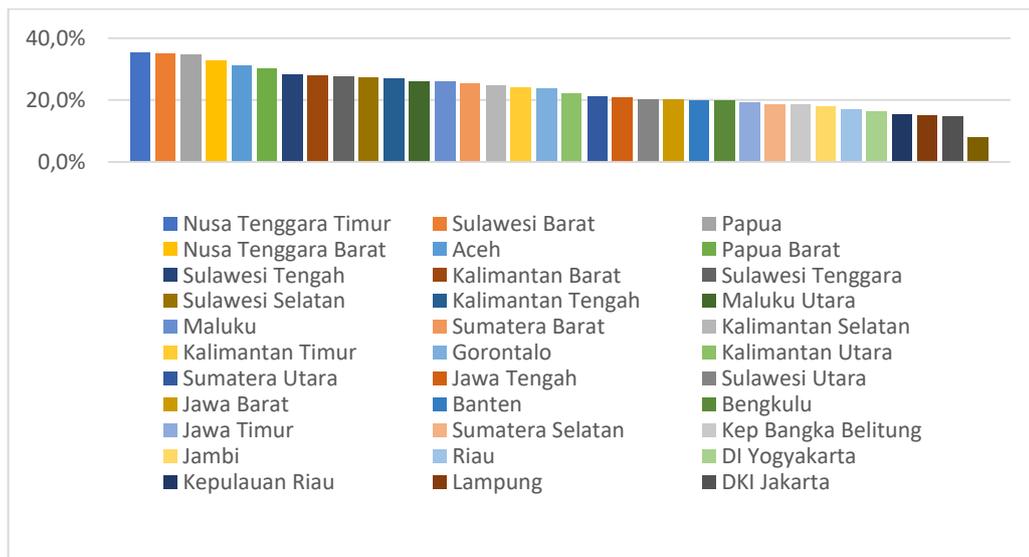
## **HASIL PENELITIAN**

Indonesia telah mencapai tonggak penting dalam perjalanannya menuju status berpenghasilan menengah. Ini termasuk penurunan yang luar biasa dalam angka kematian bayi dan peningkatan pendaftaran di sekolah dasar. Namun, kemajuan dalam peningkatan status gizi anak masih terbatas. Jutaan anak dan remaja Indonesia masih berisiko mengalami stunting dan wasting, beban ganda malnutrisi yang ditandai dengan kekurangan gizi dan kelebihan gizi.

Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan pada tahun 2022, ditemukan bahwa persentase balita yang mengalami stunting mencapai 21,6% (Handayani, 2023). Angka ini melebihi standar yang ditetapkan oleh World Health Organization (WHO), di mana hanya dua dari 10 anak yang seharusnya mengalami stunting. Data tersebut menunjukkan bahwa masalah stunting masih menjadi isu yang signifikan dalam kesehatan masyarakat Indonesia, karena angka prevalensinya masih melebihi batas 20% yang dianggap tinggi (Wiguna et al., 2021). Terlihat dari gambar 1 yang disajikan bahwa zona kuning yang mengindikasikan prevalensi stunting masih mendominasi di berbagai daerah di Indonesia, termasuk di Pulau Jawa yang dianggap sebagai pusat pembangunan dan perekonomian.



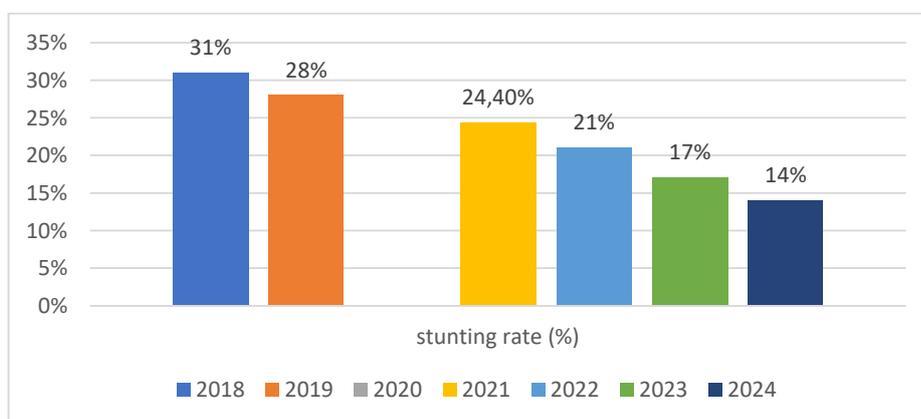
Gambar 1.  
Prevalensi Stunting di Indonesia Tahun 2021  
(Sumber Kementerian Kesehatan RI)



Gambar 2.  
Angka prevalensi stunting pada Balita perprovinsi di Indonesia 2022  
Sumber SSGI/Kementerian Kesehatan, 2022

Jika kita memperhatikan data yang lebih rinci berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) terbaru tahun 2022 (gambar 2), hampir semua provinsi di Indonesia, kecuali provinsi Bali, memiliki persentase stunting yang melebihi batas yang ditetapkan oleh WHO. Provinsi Sulawesi Barat memiliki tingkat stunting tertinggi sebesar 39,7%, diikuti oleh Nusa Tenggara Timur dengan tingkat 38,7% (Kemenkes, 2023). Provinsi Bali berhasil menurunkan prevalensi stunting dari 10,9% menjadi 8%. Hal ini bisa dihubungkan dengan alokasi anggaran khusus yang dilakukan oleh Pemerintah Provinsi Bali untuk intervensi yang bertujuan mengatasi penyebab langsung terjadinya stunting. Meskipun anggaran yang dialokasikan hanya sebesar 0,53%, Bali menjadi provinsi yang paling tinggi dalam mengalokasikan anggaran untuk intervensi khusus terhadap kasus stunting dibandingkan dengan provinsi lainnya (mediabali, 2023).

Pemerintah Indonesia telah menetapkan target percepatan penurunan stunting menjadi sekitar 14% pada tahun 2024. Presiden Joko Widodo telah mencanangkan penurunan angka stunting sebesar 4% pada tahun 2023. Data menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia mengalami penurunan dari 24,4% pada tahun 2021 menjadi 21,6% pada tahun 2022.



Gambar 3.  
Angka Stunting 2018-2022 dan Estimasi Tahun 2024  
Summer SSGI Kementerian Kesehatan 2022

Kementerian Kesehatan telah mengidentifikasi stunting secara khusus sebagai bahaya yang signifikan bagi kesehatan penduduk Indonesia. Ini tidak hanya menghambat pertumbuhan fisik, tetapi juga mengganggu perkembangan mental, yang berdampak negatif pada kemampuan dan prestasi anak-anak yang terkena dampak. Selain itu, anak-anak yang menderita stunting lebih rentan terhadap kesehatan yang buruk secara keseluruhan karena melemahnya sistem kekebalan tubuh. Jika tidak ditangani secara efektif, stunting dapat terus berlanjut lintas generasi. Mengingat implikasi serius dari stunting sebagai masalah kesehatan, memahami penyebab utamanya sangatlah penting. Adapun faktor-faktor yang menyebabkan stunting di Indonesia sebagai berikut:

#### Kurang Gizi dalam waktu lama

Penyebab stunting pada dasarnya dapat dimulai sejak anak masih berada dalam kandungan, dan seringkali hal ini tidak disadari. Pada periode kehamilan, anak dapat mengalami kekurangan gizi yang berperan dalam terjadinya stunting. Salah satu faktor utamanya adalah akses yang terbatas bagi ibu hamil terhadap makanan sehat dan

bergizi, seperti makanan yang mengandung protein yang mencukupi. Keterbatasan asupan nutrisi ini berdampak pada kekurangan gizi pada janin yang dikandung oleh ibu (Ekayanthi & Suryani, 2019). Selain itu, rendahnya konsumsi vitamin dan mineral juga dapat berkontribusi pada kondisi malnutrisi pada janin. Kekurangan gizi yang terjadi sejak dalam kandungan merupakan penyebab utama terjadinya stunting pada anak. Oleh karena itu, penting untuk menyadari bahwa stunting dapat dimulai sejak awal kehidupan anak, bahkan sebelum mereka dilahirkan.

#### Pola Asuh

Selain faktor gizi sejak dalam kandungan, pola asuh yang kurang efektif juga berperan penting dalam menyebabkan stunting pada anak. Pola asuh yang kurang efektif meliputi perilaku dan praktik pemberian makanan kepada anak yang tidak optimal. Banyak faktor yang dapat memengaruhi pola asuh, seperti kurangnya pengetahuan dan pemahaman tentang gizi yang seimbang, pola makan yang tidak teratur, dan kesulitan dalam mengakses makanan bergizi (Noorhasana & Tauhidah, 2021). Selain itu, masa remaja dan kehamilan yang kurang nutrisi pada ibu juga dapat berdampak negatif pada kondisi gizi anak yang dilahirkan. Selama masa laktasi, pola makan dan nutrisi ibu yang tidak memadai juga dapat memengaruhi kualitas dan kuantitas ASI yang diberikan kepada bayi. Semua ini berkontribusi pada terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga meningkatkan risiko stunting.

##### a) Pola Makan

Pola makan, terutama pengetahuan ibu tentang pola makanan yang seimbang, juga merupakan faktor penting dalam penyebab stunting. Pengetahuan yang kurang atau tidak memadai tentang makanan yang sehat dan bergizi dapat memengaruhi pola makan keluarga secara keseluruhan. Ketika ibu tidak memiliki pengetahuan yang cukup tentang kebutuhan gizi anak dan pentingnya makanan bergizi, mungkin terjadi kecenderungan untuk memberikan makanan yang tidak memenuhi kebutuhan nutrisi anak. Pola makan yang tidak seimbang ini dapat menyebabkan kekurangan nutrisi yang berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga meningkatkan risiko terjadinya stunting (Putri, 2020).

#### Kurang Perawatan Pasca Melahirkan

Kurangnya perawatan pasca melahirkan juga merupakan faktor yang berkontribusi pada stunting. Setelah melahirkan, ibu membutuhkan perawatan yang memadai untuk memulihkan kondisi tubuh dan menyediakan nutrisi yang cukup untuk menyusui bayi. Namun, kurangnya perawatan pasca melahirkan dapat menghambat pemulihan ibu dan mengurangi produksi ASI yang cukup. Ketidalcukupan nutrisi pada masa laktasi dapat berdampak pada kualitas dan kuantitas ASI yang diberikan kepada bayi. Selain itu, kondisi kesehatan ibu yang tidak terpantau dengan baik juga dapat memengaruhi perawatan dan pola makan yang sehat setelah melahirkan (Setiadi & Dwijayanti, 2020).

#### Adanya Sakit infeksi terus menerus

Sakit infeksi yang terjadi secara berulang pada anak dapat menjadi faktor yang menyebabkan stunting. Ketika anak terus-menerus mengalami infeksi, sistem kekebalan tubuhnya tidak dapat berfungsi dengan baik. Hal ini dapat mengganggu penyerapan nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Nindita, 2020). Infeksi yang berulang juga dapat menyebabkan gangguan dalam proses

metabolisme tubuh, yang pada gilirannya dapat berdampak negatif pada pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak.

#### Sanitasi yang kurang baik

Sanitasi yang kurang baik juga menjadi faktor yang berperan dalam terjadinya stunting. Ketika sanitasi tidak memadai, seperti akses yang terbatas terhadap air bersih, sanitasi yang buruk di rumah, atau kurangnya fasilitas sanitasi di lingkungan sekitar, risiko infeksi dan penyakit menular akan meningkat. Infeksi dan penyakit tersebut dapat mengganggu penyerapan nutrisi yang cukup dan optimal dalam tubuh anak (Sutarto dkk, 2018). Selain itu, sanitasi yang buruk juga dapat menyebabkan penyebaran parasit dan bakteri yang berkontribusi pada masalah gizi dan kesehatan yang buruk.

## PEMBAHASAN

### Tantangan Penurunan Stunting di Era Modern

Pencegahan stunting telah menjadi salah satu fokus utama pemerintah dalam bidang kesehatan selama beberapa tahun terakhir. Namun, pandemi COVID-19 telah memperlambat kemajuan dalam penurunan angka stunting. Untuk mencapai target prevalensi sebesar 14% pada tahun 2024, diperlukan penyesuaian program yang lebih konkret dan terarah, dengan penekanan pada intervensi spesifik dalam pemenuhan nutrisi anak dan prioritas diberikan kepada kelompok miskin yang terdampak paling parah selama pandemi.

Di era modern ini, masalah stunting tidak hanya dipengaruhi oleh faktor gizi yang buruk, tetapi juga oleh faktor-faktor sosial, ekonomi, budaya, dan lingkungan. Dalam era modern ini, perubahan perilaku, gaya hidup, keterbatasan akses terhadap sumber daya dan layanan kesehatan, ketidaksetaraan dalam distribusi sumber daya, serta perubahan sosial dan lingkungan yang mempengaruhi pola makan dan kesehatan anak. Berikut penjelasan tentang tantangan yang dihadapi dalam pencegahan stunting di era Modern.

#### Perubahan Perilaku

Salah satu tantangan dalam pencegahan stunting di era modern adalah perubahan perilaku masyarakat terkait pola makan. Perilaku masyarakat dalam memilih makanan telah mengalami pergeseran dari pola makan yang sehat dan bergizi ke makanan cepat saji dan modern yang seringkali kurang baik dalam hal gizi. Faktor-faktor seperti keterbatasan waktu, kemudahan akses, dan pengaruh media juga memengaruhi perubahan perilaku tersebut. Makanan cepat saji yang seringkali mengandung lemak jenuh, gula, dan garam berlebihan, serta rendah serat dan nutrisi penting lainnya, dapat menyebabkan kekurangan gizi dan berkontribusi pada stunting pada anak. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pola makan yang seimbang dan bergizi, serta memberikan informasi yang akurat mengenai dampak negatif makanan tidak sehat pada pertumbuhan dan perkembangan anak.

#### Perubahan Gaya hidup

Perubahan gaya hidup juga memiliki dampak signifikan dalam pencegahan stunting di era modern, termasuk perubahan pola istirahat dan pola pemberian ASI pada anak. Pola istirahat yang tidak teratur atau kurang tidur yang memadai dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan anak, termasuk risiko terjadinya stunting. Selain itu, perubahan pola pemberian ASI pada anak juga menjadi perhatian penting. Seringkali, dalam upaya memenuhi kebutuhan nutrisi anak, ibu cenderung menggantikan ASI dengan makanan pendamping ASI (MPASI) sebelum waktu yang

tepat. Hal ini dapat mengakibatkan anak tidak mendapatkan nutrisi yang optimal dari ASI, yang seharusnya menjadi sumber nutrisi utama pada 6 bulan pertama kehidupan (Hasanah et al., 2020). Perubahan tersebut mempengaruhi asupan gizi anak dan meningkatkan risiko terjadinya stunting.

#### Keterbatasan akses terhadap sumber daya dan layanan kesehatan

Keterbatasan akses terhadap sumber daya dan layanan kesehatan merupakan tantangan penting dalam pencegahan stunting di era modern. Banyak wilayah, terutama di daerah pedesaan dan daerah terpencil, mengalami kesulitan dalam mengakses sumber daya kesehatan yang memadai. Faktor-faktor seperti jarak yang jauh, infrastruktur yang tidak memadai, dan keterbatasan fasilitas kesehatan menjadi penghambat dalam mendapatkan layanan kesehatan yang diperlukan untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal (Sagala dkk, 2016). Keterbatasan akses juga dapat mempengaruhi penyediaan pelayanan gizi, edukasi kesehatan, serta intervensi yang diperlukan untuk mencegah stunting.

#### Ketidaksetaraan dalam distribusi sumber daya

Ketidaksetaraan dalam distribusi sumber daya menjadi faktor penting dalam pencegahan stunting di era modern. Masalah ini mencakup ketidakadilan dalam alokasi sumber daya kesehatan, seperti fasilitas kesehatan yang terbatas, tenaga medis yang tidak merata, dan akses terhadap pangan bergizi yang tidak merata. Ketidaksetaraan ini seringkali terjadi antara daerah perkotaan dan daerah pedesaan, serta antara kelompok sosial ekonomi yang berbeda. Akibatnya, kelompok masyarakat yang memiliki akses terbatas terhadap sumber daya kesehatan dan pangan bergizi akan lebih rentan terhadap stunting. Ketidaksetaraan dalam distribusi sumber daya juga mencakup perbedaan akses terhadap pendidikan, informasi, dan kesempatan yang dapat memengaruhi pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi yang seimbang dan pola hidup sehat.

#### Perubahan Sosial dan Budaya Masyarakat

Perubahan sosial dan budaya memainkan peran penting dalam pencegahan stunting di era modern, terutama terkait dengan pola makan dan kesehatan anak. Beberapa faktor seperti mitos, kepercayaan, dan praktik tradisional dapat mempengaruhi pola makan dan kesehatan anak. Contohnya, adanya mitos pantangan makan pada ibu hamil dapat membatasi asupan nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan janin yang sehat. Kepercayaan dan praktik budaya tertentu juga dapat memengaruhi pola makan anak, seperti pemberian makanan yang tidak memenuhi kebutuhan nutrisi atau praktik pemberian makanan dengan porsi yang berlebihan. Perubahan sosial yang cepat, seperti urbanisasi dan globalisasi, juga dapat membawa pengaruh negatif terhadap pola makan dan kesehatan anak, dengan adanya peningkatan konsumsi makanan cepat saji dan makanan yang kurang sehat.

#### **Solusi dalam Menurunkan Stunting di Indonesia**

Pada tahun 2030, Indonesia diperkirakan akan mengalami ledakan demografi, dengan penduduk usia kerja yang melampaui jumlah penduduk secara keseluruhan dan menjadi tulang punggung perekonomian. Populasi usia kerja (15-64 tahun) diperkirakan mencapai 68 persen dari keseluruhan populasi, sedangkan populasi lanjut usia (65 tahun ke atas) diperkirakan mencapai sekitar 9 persen. Namun, jika sumber daya manusia tertahan, potensi demografis ini akan terbuang sia-sia. Penyebab dan tantangan stunting telah dibahas. Untuk meminimalisir prevalensi stunting di Indonesia, diperlukan

pendekatan yang komprehensif. Dalam hal ini peneliti mengemukakan beberapa solusi yang dapat dilakukan yaitu:

#### Melakukan intervensi yang menyeluruh

Intervensi yang komprehensif diperlukan untuk meminimalkan prevalensi stunting di Indonesia. Administrasi telah memfokuskan upaya intervensinya ke dalam dua kategori: intervensi khusus dan intervensi sensitif. Bidang kesehatan melaksanakan intervensi diet khusus melalui puskesmas dan posyandu. Langkah-langkah tersebut antara lain pemberian makanan tambahan bagi ibu hamil dan balita, pemberian vaksin, dan pelacakan tumbuh kembang balita di Posyandu. Fokus utama adalah pada 1.000 hari pertama kehidupan, yang mencakup ibu hamil, ibu menyusui, dan anak usia 0 hingga 23 bulan. Melalui puskesmas dan posyandu, pemerintah memberikan pelayanan kesehatan yang berpusat pada gizi dan tumbuh kembang anak, seperti peningkatan porsi makan, pemberian suplemen gizi, dan pemantauan tumbuh kembang secara berkala.

Intervensi yang sensitif gizi, di sisi lain, dilakukan oleh sektor selain kesehatan, yang juga berkontribusi pada penurunan stunting. Inisiatif ini meliputi program-program seperti Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM), Jaminan Kesehatan Nasional (JKN), Jampersal (Jaminan Persalinan), dan program-program untuk mengentaskan kemiskinan dan meningkatkan ketahanan pangan. Pendekatan ini melibatkan berbagai sektor untuk memastikan akses terhadap sanitasi yang baik, perlindungan kesehatan melalui jaminan kesehatan, akses pelayanan persalinan yang aman, serta peningkatan kesejahteraan dan ketahanan pangan. Melalui upaya ini, pemerintah berupaya meningkatkan akses terhadap sanitasi yang baik, pelayanan kesehatan yang merata, dan pengentasan kemiskinan guna menciptakan kondisi yang lebih optimal bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Dengan pendekatan yang komprehensif dan kolaboratif antara sektor kesehatan dan sektor lainnya, diharapkan dapat mengurangi prevalensi stunting di Indonesia secara signifikan.

#### Peningkatan kerjasama lintas sektoral

Salah satu solusi utama untuk mengatasi stunting adalah melalui pendekatan lintas sektoral yang melibatkan berbagai entitas, seperti pemerintah pusat, pemerintah daerah, lembaga sosial, keagamaan, akademisi, dan media massa. Pendekatan ini bertujuan untuk mengintegrasikan upaya dan sumber daya dari berbagai sektor guna mencapai hasil yang lebih efektif dalam pencegahan dan penanggulangan stunting. Implementasi pendekatan lintas sektor dimulai dengan menghasilkan pemahaman yang seragam mengenai stunting di kalangan semua pihak terlibat. Selanjutnya, diperlukan pembangunan komitmen dan kerjasama yang erat antara pemerintah pusat dan daerah, serta kolaborasi yang horizontal antara lembaga sosial, keagamaan, akademisi, dan media massa. Melalui sinergi ini, diharapkan dapat mencapai hasil yang lebih optimal dalam mengurangi prevalensi stunting di Indonesia.

Kerjasama ini akan memungkinkan penyebaran informasi yang lebih efektif, koordinasi program, dan pemanfaatan sumber daya yang tersedia. Selain itu, perlu diperluas pelaksanaan program pembangunan yang terintegrasi dalam sistem perencanaan dan penganggaran daerah, dengan memperhatikan penyebab stunting dan mengarahkan upaya pada lokus yang tepat. Dengan demikian, melalui pendekatan lintas sektoral yang komprehensif dan kolaboratif, diharapkan dapat meningkatkan efektivitas upaya penanggulangan stunting di Indonesia.

#### Pemberdayaan Perempuan

Pemberdayaan perempuan merupakan salah satu strategi yang penting dalam pencegahan stunting. Peningkatan peran dan akses perempuan dalam berbagai aspek

kehidupan memiliki dampak positif dalam meningkatkan kesejahteraan keluarga dan kesehatan anak. Melalui pemberdayaan perempuan, mereka dapat memperoleh akses yang lebih baik terhadap pendidikan, informasi kesehatan, dan peluang ekonomi. Dengan peningkatan pendidikan, perempuan dapat memperoleh pengetahuan yang lebih baik tentang gizi dan kesehatan anak, sehingga dapat memberikan perawatan dan nutrisi yang optimal pada anak-anak mereka.

Selain itu, melalui peluang ekonomi yang lebih baik, perempuan dapat memiliki kontrol lebih besar atas sumber daya dan keputusan keluarga, termasuk dalam hal pola makan dan pemenuhan gizi anak. Pemberdayaan perempuan juga melibatkan dukungan sosial dan budaya yang mendukung peran perempuan sebagai agen perubahan dalam keluarga dan masyarakat. Dengan memberdayakan perempuan secara holistik, baik secara pendidikan, ekonomi, dan sosial, diharapkan dapat mengurangi faktor risiko stunting dan meningkatkan kualitas hidup anak-anak serta keluarga secara keseluruhan.

#### Membuat kebijakan dan program yang mendukung penanggulangan stunting

Sejauh ini para pembuat kebijakan yang cerdas di negara kita telah menunjukkan bahwa mereka sangat berkomitmen untuk memastikan generasi penerus dapat tumbuh menjadi orang-orang hebat. Pemerintah telah mengambil langkah positif dengan mengeluarkan Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penanggulangan Stunting, yang memuat rencana percepatan penurunan angka stunting selama lima tahun ke depan. Sebagai bagian dari upaya menghentikan stunting, masyarakat memperhatikan gizi dan gizi ibu hamil dan ibu menyusui dengan menganjurkan mereka untuk mengonsumsi berbagai makanan sehat. Pemeriksaan kesehatan rutin untuk ibu hamil, bayi, dan balita juga penting, seperti membantu anak-anak yang sulit makan dengan memberi mereka berbagai macam makanan untuk dipilih. Faktor penting lainnya adalah menjaga kebersihan rumah Anda. Ibu yang sedang hamil atau menyusui perlu diajarkan dan dikonseling tentang stunting, bagaimana menjadi orang tua yang baik, dan betapa pentingnya gizi dan gizi yang baik untuk tumbuh kembang anak. Penting juga untuk mendapatkan semua bidikan Anda sesuai dengan standar IDAI sejak Anda lahir.

Jika anak terdiagnosis stunting, dapat dibantu dengan memberikan makanan sehat dan suplemen seperti vitamin A, seng, zat besi, kalsium, dan yodium. Bagian besar dari penanganan stunting adalah mengajari keluarga betapa pentingnya hidup dengan cara yang bersih dan bagaimana menjaga kebersihan dan sanitasi rumah mereka. Dengan merealisasikan rencana tersebut, diharapkan stunting dapat dicegah dan diobati, serta kualitas hidup anak-anak di Indonesia dapat meningkat.

#### **SIMPULAN**

Penelitian ini menemukan bahwa stunting menjadi permasalahan serius di Indonesia dengan prevalensi yang tinggi, mengindikasikan adanya gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak-anak dengan dampak jangka panjang. Faktor-faktor penyebab stunting termasuk kurangnya gizi jangka panjang, pola asuh yang tidak optimal, pengetahuan kurang tentang makanan bergizi, perawatan pasca melahirkan yang tidak memadai, infeksi berulang pada anak, dan sanitasi yang buruk. Upaya menurunkan stunting menghadapi tantangan seperti perubahan perilaku, gaya hidup, akses terbatas, ketidaksetaraan sumber daya, dan perubahan sosial serta budaya. Solusi menyeluruh diperlukan, termasuk intervensi yang spesifik dan sensitif, pendekatan lintas sektor, pemberdayaan perempuan, serta kebijakan dan program penanggulangan stunting. Pencegahan juga mencakup akses ke sumber daya dan

layanan kesehatan yang memadai, serta perawatan yang tepat bagi anak yang mengalami stunting.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Archda, Rini and Tumangger, Jeki (2019): Hulu-Hilir Penanggulangan Stunting di Indonesia. *JPI: Journal of Political Issues*, 1(1), 1-9. <https://mpr.ub.uni-muenchen.de/97671/>
- Ariati, L. I. P. (2019). Faktor-faktor Resiko Penyebab Terjadinya Stunting pada Balita Usia 23-59 Bulan. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 6(1), 28-37. <https://dx.doi.org/10.35316/oksitosin.v6i1.341>
- Ekayanthi, N. W. D., & Suryani, P. (2019). Edukasi Gizi pada Ibu Hamil Mencegah Stunting pada Kelas Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 312-319. <http://dx.doi.org/10.26630/jk.v10i3.1389>.
- Fatoni, I. (2020). Hubungan Inisiasi Menyusu Dini dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 12-24 Bulan. *Jurnal Kebidanan*, 10(2), 66-79. <https://doi.org/10.35874/jib.v10i2.786>
- Handayani, S. (2023). Selamatkan Generasi Bangsa dari Bahaya Stunting. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 3(2), 87-92. <https://doi.org/10.36082/jmswh.v3i2.1082>
- Hasanah, S., Masmuri, M., & Purnomo, A. (2020). Hubungan Pemberian ASI dan MP ASI dengan Kejadian Stunting pada Baduta (Balita Bawah 2 Tahun) di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Dalam. *Khatulistiwa Nursing Journal*, 2(1). <https://doi.org/10.53399/knj.v2i1.18>.
- Islami, N. W., & Khourouh, U. (2021). Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Balita Stunting dan Tantangan Pencegahannya pada Masa Pandemi. *KARTA RAHARDJA: Jurnal Pembangunan Dan Inovasi*, 3(2), 6-19. <http://ejurnal.malangkab.go.id/index.php/kr/articl...>
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. <https://upk.kemkes.go.id/new/kementerian-kesehatan-rilis-hasil-survei-status-gizi-indonesia-ssgi-tahun-2022>
- Kristanti, L. A., & Sebtaleesy, C. Y. (2019). Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Negeri Purworejo 3 Kabupaten Madiun. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 10(1), 73-80 <https://doi.org/10.56772/jkk.v10i1.139>
- Lawaceng, C., & Rahayu, A. Y. S. (2020). Tantangan Pencegahan Stunting pada Era Adaptasi Baru “New Normal” Melalui Pemberdayaan Masyarakat di Kabupaten Pandeglang. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia: JKKI*, 9(3), 136-146. <https://doi.org/10.22219/sospol.v6i2.12899>
- Mashar, S. A., Suhartono, S., & Budiono, B. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak: studi literatur. *Jurnal Serambi Engineering*, 6(3). 2076-2084. <https://doi.org/10.32672/jse.v6i3.3119>
- Mediabali. (2023). Prevalensi Stunting Bali Turun 2,9 Persen Jadi 8,0. Diakses pada tanggal 5 Juli 2023 dari <https://www.mediabali.id/read/prevalensi-stunting-bali-turun-29-persen-jadi-80>.
- Moleong, L. J. (2014). Metode Penelitian Kualitatif Edisi Revisi. *Bandung: PT Remaja Rosdakarya*.
- Nindita, D. R. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) di Kabupaten Bantul, *Doctoral dissertation*, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Noorhasanah, E., & Tauhidah, N. I. (2021). Hubungan Pola Asuh Ibu dengan Kejadian Stunting Anak Usia 12-59 Bulan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 4(1), 37-42. <https://doi.org/10.32584/jika.v4i1.959>.

- Putri, A. R. (2020). Aspek Pola Asuh, Pola Makan, dan Pendapatan Keluarga pada Kejadian Stunting. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 6(1), 7-12. <https://doi.org/10.22487/htj.v6i1.96>.
- Ruaida, N. (2018). Gerakan 1000 hari Pertama Kehidupan Mencegah Terjadinya Stunting (Gizi Pendek) di Indonesia. *Global Health Science*, 3(2), 139-151. <http://dx.doi.org/10.33846/ghs.v3i2.245>.
- Rudianto, Z. N. (2022). Pengaruh Literasi Kesehatan terhadap Kesadaran Kesehatan Mental Generasi Z di Masa Pandemi. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 11(1), 57-72. <https://doi.org/10.31290/jpk.v11i1.2843>.
- Sagala, I., Trisnantoro, L., & Padmawati, R. S. (2016). Implementasi Kebijakan JKN oleh Pemberi Pelayanan Kesehatan di Kabupaten Kepulauan Anambas. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia: JKKI*, 5(3), 115-121. <https://core.ac.uk/download/pdf/295415845.pdf>.
- Setiadi, H., & Dwijayanti, F. (2020). Pentingnya Kesehatan Masyarakat, Edukasi dan Pemberdayaan Perempuan untuk Mengurangi Stunting di Negara Berkembang. *Jurnal Seminar Nasional*, 2(1), 16-25. <https://doi.org/10.48186/v2i01.246.16-25>.
- Sutarto, S. T. T., Mayasari, D., & Indriyani, R. (2018). Stunting, Faktor Resiko dan Pencegahannya. *Agromedicine Unila*, 5(1), 540-545. <http://repository.lppm.unila.ac.id/9767/>.
- Ulfah, I. F., & Nugroho, A. B. (2020). Menilik Tantangan Pembangunan Kesehatan di Indonesia: Faktor Penyebab Stunting di Kabupaten Jember. *Sospol: Jurnal Sosial Politik*, 6(2), 201-213. <https://doi.org/10.22219/sospol.v6i2.12899>
- Wiguna, A. R., Meigawati, D., & Amirulloh, M. R. (2021). Implementasi Kebijakan Penanggulangan Stunting oleh Dinas Kesehatan di Kabupaten Sukabumi. *Jurnal Ilmiah Muqoddimah: Jurnal Ilmu Sosial*, 6(1), 28-37. <http://dx.doi.org/10.31604/jim.v6i1.2022.28-37>