



PENANGANAN DAN PENCEGAHAN STUNTING

**Oleh : Ida Widaningsih, SSiT
Sabtu, 9 Agustus 2025**

Pengertian Stunting



bkkbn

“*Stunting* adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang kesehatan.”

(sumber : Perpres 72 Tahun 2021)

FAKTOR PENYEBAB STUNTING



Stunting disebabkan oleh faktor multi dimensi. Intervensi paling menentukan pada 1.000 HPK (1000 Hari Pertama Kehidupan). Apa penyebab lainnya?

1 Praktek pengasuhan yang tidak baik

- Kurang pengetahuan tentang kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan
- 60 % dari anak usia 0-6 bulan tidak mendapatkan ASI eksklusif
- 2 dari 3 anak usia 0-24 bulan tidak menerima Makanan Pengganti ASI

2 Kurangnya akses ke makanan bergizi

- 1 dari 3 ibu hamil anemia
- Makanan bergizi mahal



3 Kurangnya akses ke air bersih dan sanitasi



- 1 dari 5 rumah tangga masih BAB (Buang Air Besar) di ruang terbuka
- 1 dari 3 rumah tangga belum memiliki akses ke air minum bersih

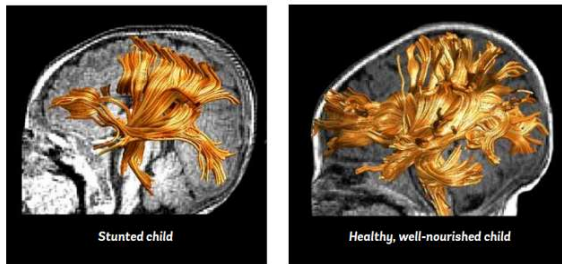
4 Terbatasnya layanan kesehatan termasuk layanan anc, post natal dan pembelajaran dini yang berkualitas

- 1 dari 3 anak usia 3-6 tahun tidak terdaftar di Pendidikan Anak Usia Dini
- 2 dari 3 ibu hamil belum mengonsumsi suplemen zat besi yang memadai
- Menurunnya tingkat kehadiran anak di Posyandu
- Tidak mendapat akses yang memadai ke layanan imunisasi



DAMPAK STUNTING

Dampak Kesehatan



Perkembangan Otak Anak Stunting

Perkembangan Otak Anak Sehat



- ✓ **Gagal tumbuh** (berat lahir rendah, kecil, pendek, kurus)
- ✓ **Hambatan perkembangan** kognitif dan motorik
- ✓ **Gangguan metabolik** pada saat dewasa → risiko penyakit tidak menular (diabetes, obesitas, stroke, jantung)

Sumber:

- Kakietek, Jakub, Julia Dayton Eberwein, Dylan Walters, and Meera Shekar. 2017. *Unleashing Gains in Economic Productivity with Investments in Nutrition*. Washington, DC: World Bank Group
- www.GlobalNutritionSeries.org

Dampak Pertumbuhan Penduduk



Sumber: Proyeksi Penduduk, 2010-2045

Stunting pada Balita:

- 15 tahun mendatang menjadi generasi penduduk usia produktif
- Menurunkan produktivitas SDM
- Bonus Demografi tidak termanfaatkan dengan baik

Perbaikan kualitas SDM:

- investasi pendidikan dan kesehatan pada anak → **pencegahan stunting**
- peningkatan kesehatan perempuan

Dampak Ekonomi

Potensi kerugian ekonomi setiap tahunnya: 2-3% dari GDP



The Worldbank, 2016

Potensi keuntungan ekonomi dari investasi

penurunan *stunting* di Indonesia: **48 kali lipat**

Hoddinott, et al, 2013
International Food Policy Research Institute

Apa Saja Dampak Stunting?

Stunting memiliki dampak pada menurunnya kualitas sumber daya manusia Indonesia, produktifitasnya, serta terhadap daya saing bangsa. Bagaimana pemetaan dampaknya?

Dampak Jangka Pendek



Terganggunya perkembangan otak



Kecerdasan berkurang



Gangguan pertumbuhan fisik



Gangguan metabolisme dalam tubuh

Dampak Jangka Panjang

Menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar

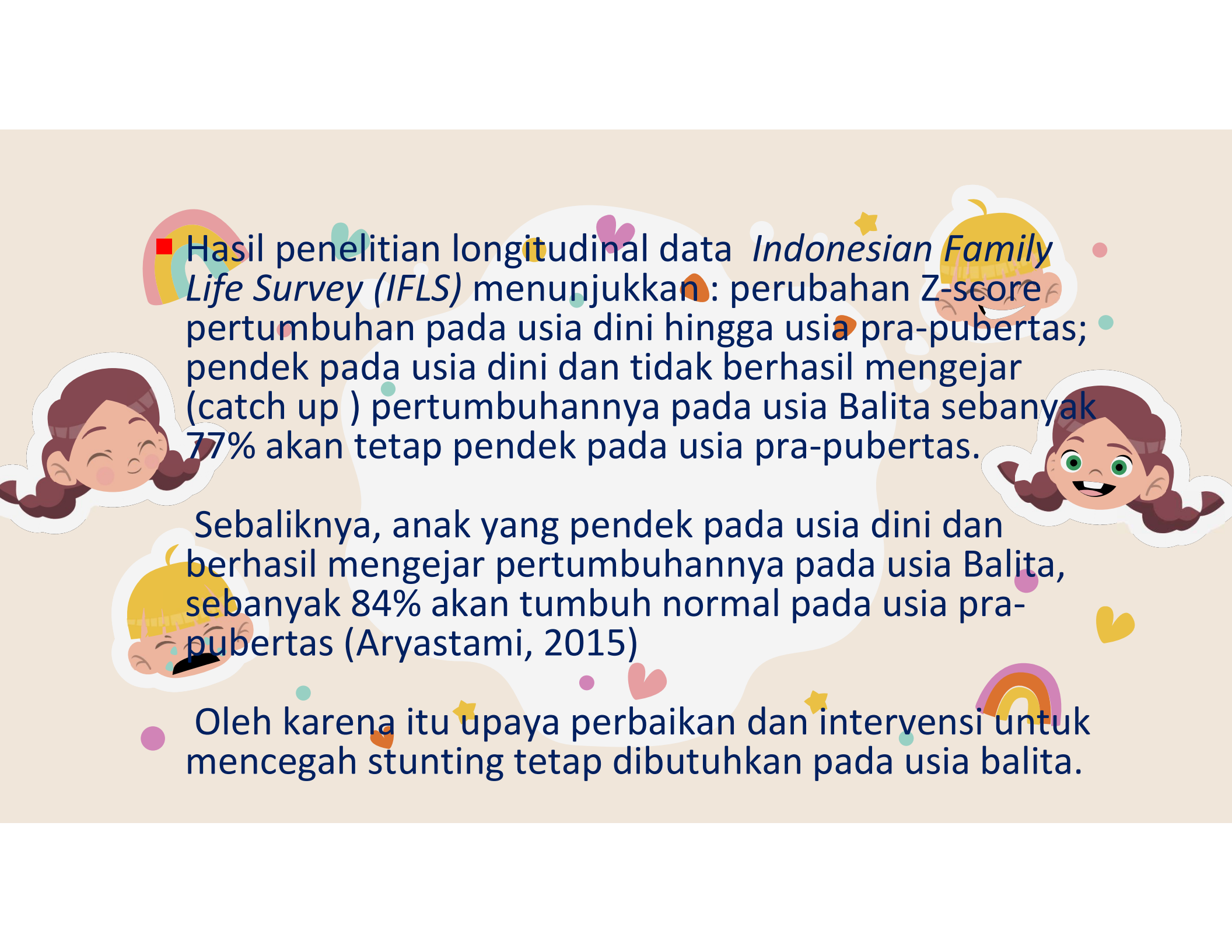
Menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit

Risiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, obesitas, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua



Gambar 1.3. Dampak *Stunting* terhadap Kualitas Sumber Daya Manusia⁸





■ Hasil penelitian longitudinal data *Indonesian Family Life Survey (IFLS)* menunjukkan: perubahan Z-score pertumbuhan pada usia dini hingga usia pra-pubertas; pendek pada usia dini dan tidak berhasil mengejar (catch up) pertumbuhannya pada usia Balita sebanyak 77% akan tetap pendek pada usia pra-pubertas.

Sebaliknya, anak yang pendek pada usia dini dan berhasil mengejar pertumbuhannya pada usia Balita, sebanyak 84% akan tumbuh normal pada usia pra-pubertas (Aryastami, 2015)

Oleh karena itu upaya perbaikan dan intervensi untuk mencegah stunting tetap dibutuhkan pada usia balita.

Mengapa Stunting Terjadi?

Berdasarkan penelitian di 137 negara berkembang, faktor langsung terjadinya stunting:

Ante natal

- Nutrisi ibu selama hamil yang kurang
- Kehamilan usia remaja & interval kelahiran pendek
- IUGR & kelahiran prematur

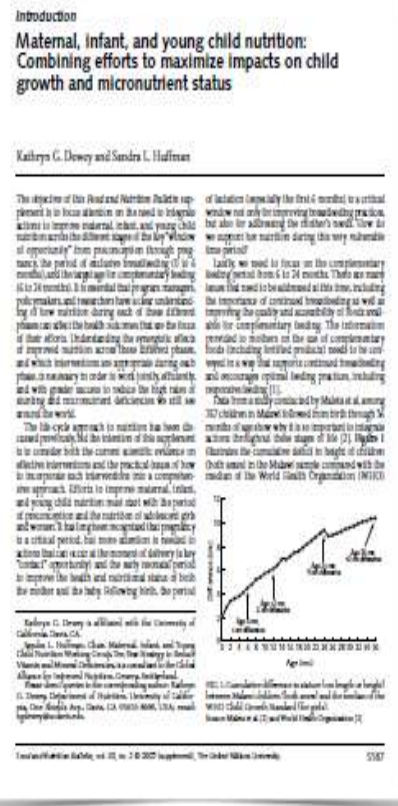
Post natal

- Pola asuh dan cara pemberian makan yang salah
- Kualitas dan kuantitas MPASI yang rendah
- Infeksi berulang dan faktor lingkungan

Weise AS. WHA global nutrition targets 2025: stunting policy brief. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018.
Danaei G, et al. PLoS Med. 2016

Kapan Stunting Terjadi?

- **20%** terjadi saat lahir (malnutrisi prenatal/bumil)
- **20%** terjadi saat usia 6 bulan pertama
- **50%** terjadi saat usia 6-24 bulan
- **10%** setelah usia 24 bulan



- Dewey, Kathryn G.; Huffman, Sandra L. (2009). Maternal, Infant, and Young Child Nutrition: Combining Efforts to Maximize Impacts on Child Growth and Micronutrient Status. *Food and Nutrition Bulletin*, 30(2 suppl2), S187–S189.
- Maleta K, Virtanen S, Espo M, Kulmala T, Ashorn P. Timing of growth faltering in rural Malawi. *Arch Dis Child* 2003;88:574–8.

SIKLUS STUNTING

**PERLU DITANGANI
SEGERA
BERSAMA**





KERANGKA PENANGANAN *STUNTING*



INTERVENSI GIZI SPESIFIK (BERKONTRIBUSI 30%)

Intervensi yang ditujukan kepada anak dalam 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Kegiatan ini umumnya dilakukan oleh sektor kesehatan. Intervensi bersifat jangka pendek. Sasaran intervensi ibu hamil, ibu menyusui dan balita.



INTERVENSI GIZI SENSITIF (BERKONTRIBUSI 70%)

Intervensi ditujukan melalui kegiatan pembangunan diluar sektor kesehatan. Sasarannya adalah masyarakat umum, tidak khusus untuk 1.000 HPK. Contoh intervensi seperti pembangunan air bersih, sanitasi, PAUD.



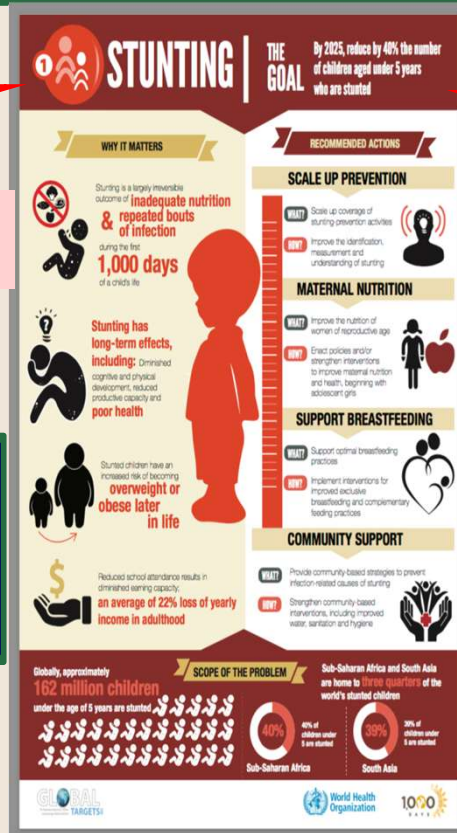
KONSEP PENANGGULANGAN *STUNTING*

PENCEGAHAN

1000 HARI PERTAMA
KEHIDUPAN (HPK)

PENANGANAN

STIMULASI – PENGASUHAN
dan PENDIDIKAN
BERKELANJUTAN



Penanganan dan Pencegahan Stunting

Cukupi Gizi, (ASI, MP-ASI)

1 Ibu hamil makan lebih banyak dari biasanya

Banyak makan buah dan sayur, lengkapi dengan lauk pauk

2

Mengonsumsi tablet tambah darah

Selama kehamilan dan dilanjutkan sampai dengan masa nifas dapat mencegah anemia dan menjaga sistem ketahanan tubuh



5

ASI Eksklusif 0-6 Bulan

Kebutuhan gizi pada bayi usia 0-6 bulan cukup terpenuhi dari ASI saja

4

Atasi kekurangan iodium

Pastikan menggunakan garam ber iodium agar membantu pertumbuhan dan perkembangan janin dan mencegah bayi lahir cacat

3

Melakukan IMD (Inisiasi Menyusui Dini)

Bayi mendapatkan ASI kolostrium yang kaya akan daya tahan tubuh dan ketahanan terhadap infeksi

6

Pemberian ASI hingga 23 bulan didampingi MP-ASI

ASI terus diberikan semau bayi, memasuki 6 bulan bayi perlu mendapatkan Makanan Pendamping ASI

7

Menanggulangi kecacingan

Jaga kebersihan lingkungan, cuci tangan pakai sabun dan menggunakan alas kaki ketika berada di luar rumah

Lengkapi Imunisasi

Memberikan Imunisasi Dasar Lengkap

Imunisasi lengkap menjadikan anak tetap sehat untuk dirinya dan lingkungannya

8

- Hepatitis B (HB)
- Poliomylitis (Polio dan IPV)
- Tuberculosis (BCG)
- Difteri (DPT)
- Pertusis (DPT)
- Tetanus (DPT)
- Pneumonia dan Meningitis (Hib)
- Campak



Penanganan dan Pencegahan Stunting



dan Perbaiki Sanitasi
(AIR BERSIH, JAMBAN SEHAT, CTPS)

9 Akses terhadap Air Bersih

Sumur gali, sumur pompa, kran umum dan mata air harus dijaga bangunannya agar tidak rusak.

Lantai sumur sebaiknya kedap air (diplester) dan tidak retak, bibir sumur dan dinding sumur harus diplester dan sumur di tutup.

Jarak letak sumber air dengan jamban dan tempat pembuangan sampah minimal 10 meter

10 Gunakan selalu jamban sehat

Tidak mencemari sumber air dan tanah. Lingkungan bersih, sehat, dan tidak berbau

Tidak mengundang datangnya lalat/kecoa /serangga yang dapat menularkan penyakit

Pengertian Pertumbuhan-Perkembangan

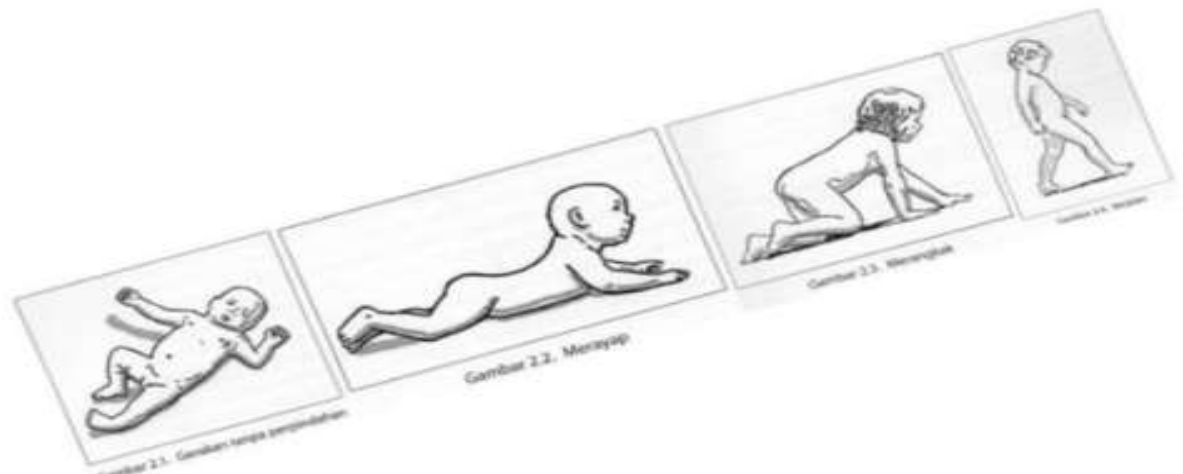
Pertumbuhan

- *Growth* → bertambahnya jumlah dan sel diseluruh bagian tubuh yang secara kuantitatif dapat diukur



Perkembangan

- *Development* → bertambah sempurnanya fungsi alat tubuh yang dapat dicapai melalui kematangan dan belajar





INDIKATOR PERTUMBUHAN



BB/U (Berat berdasarkan usia)

- indikator tren pertumbuhan, sangat baik untuk mengidentifikasi perlambatan pertumbuhan 



BB/TB (Berat berdasarkan tinggi badan)

- indikator status gizi, sangat baik untuk menentukan malnutrisi akut 

TB/U (Tinggi badan berdasarkan usia)

 Indikator perawakan tubuh, sangat baik untuk menentukan malnutrisi kronis 

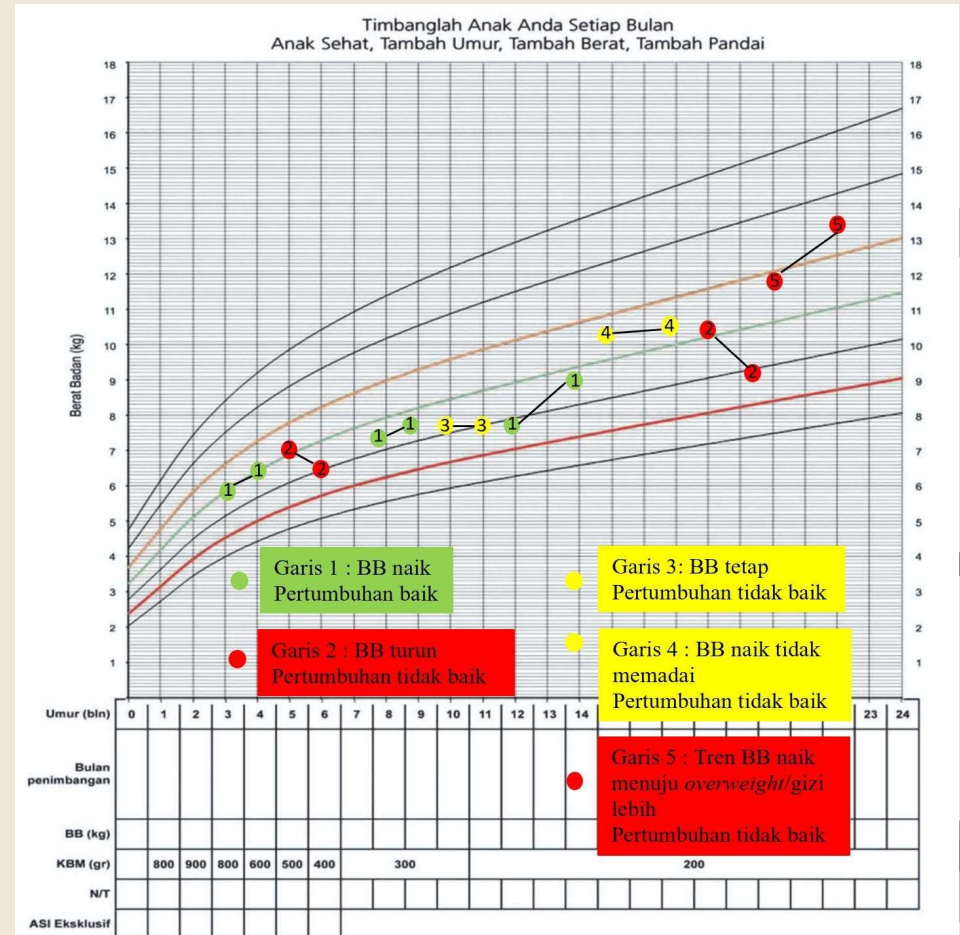
IMT/U (Indeks massa tubuh berdasarkan usia)

LK/U: sejalan dengan pertumbuhan otak 





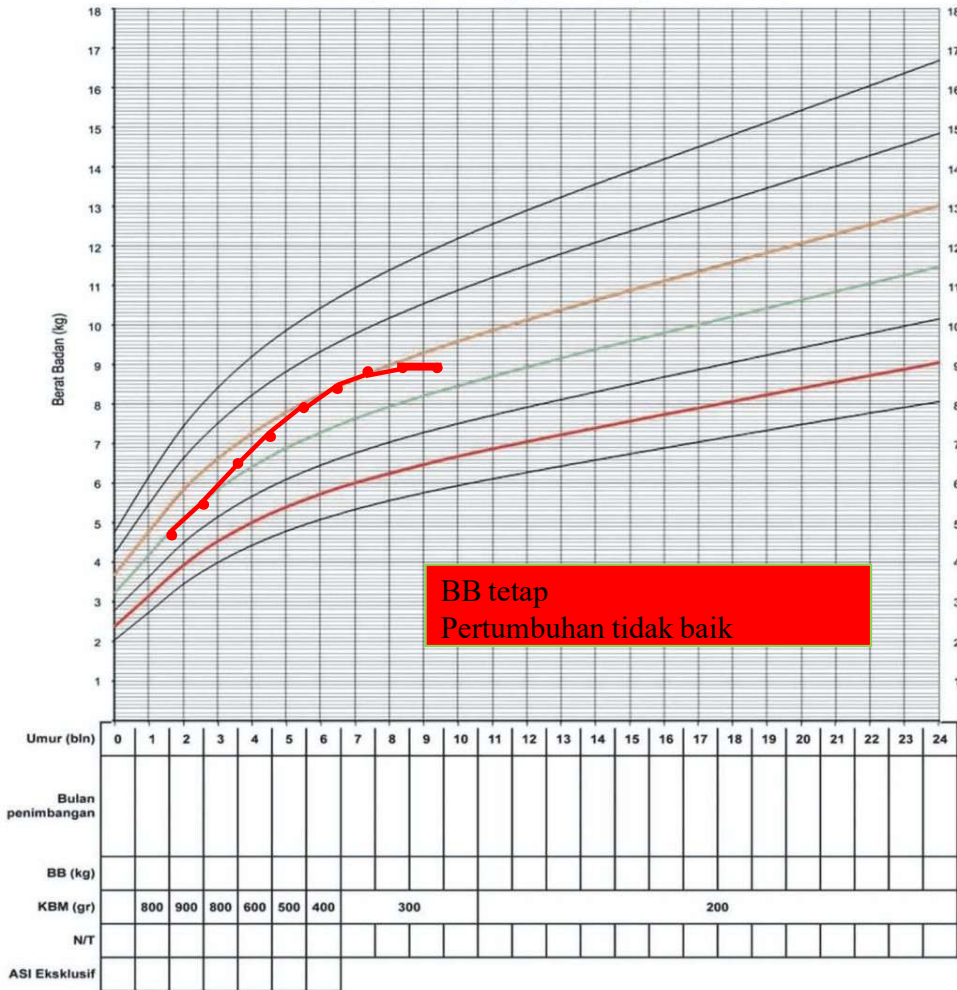
- **Gagal tumbuh** adalah tanda awal malnutrisi
- Gagal tumbuh : kenaikan berat badan yang tidak seharusnya
- Penilaian gagal tumbuh lebih lanjut dilakukan oleh dokter umum/dokter spesialis anak
- Orang tua bisa menilai pertumbuhan anak di grafik KMS



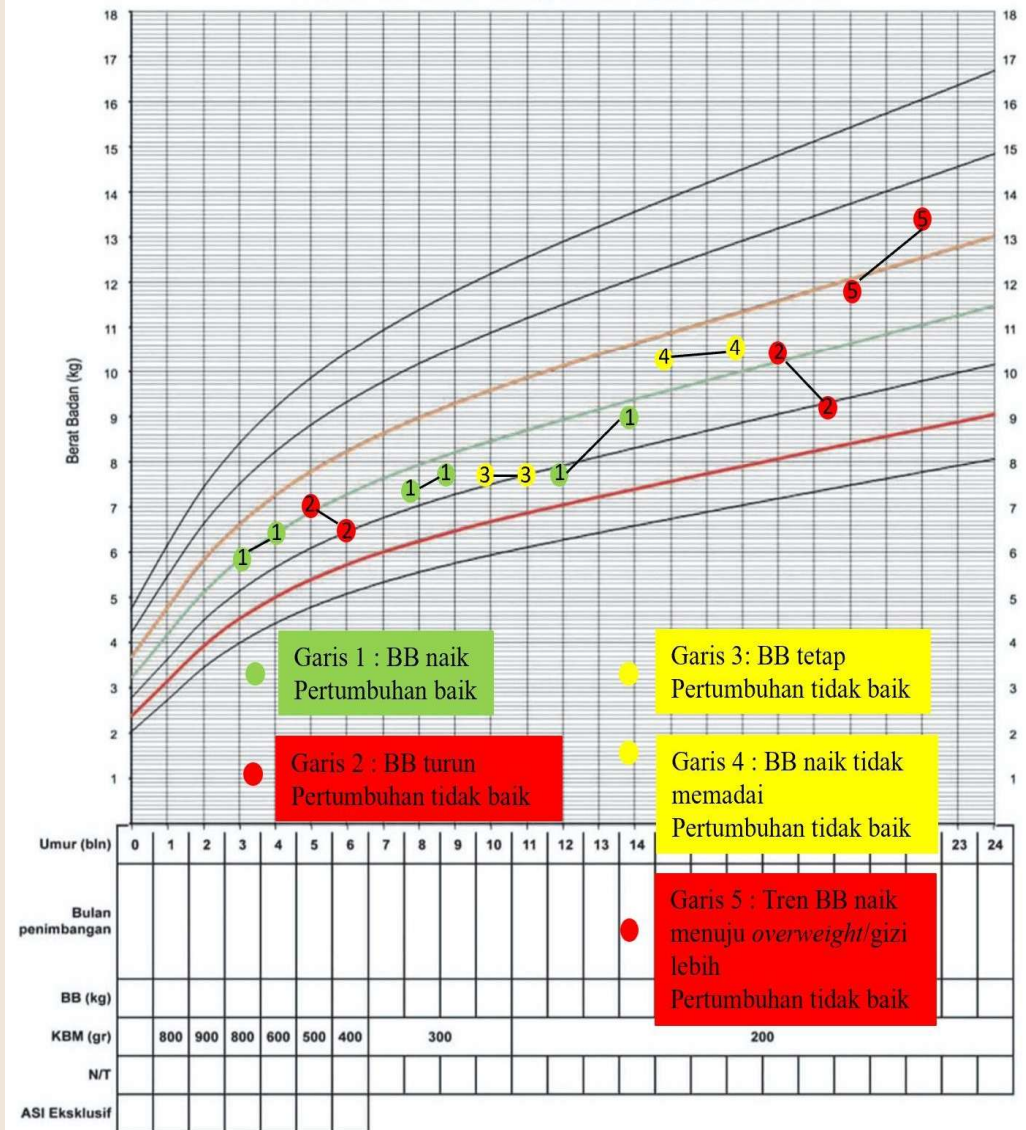
Nama Anak :

Nama Posyandu :

Timbanglah Anak Anda Setiap Bulan
Anak Sehat, Tambah Umur, Tambah Berat, Tambah Pandai



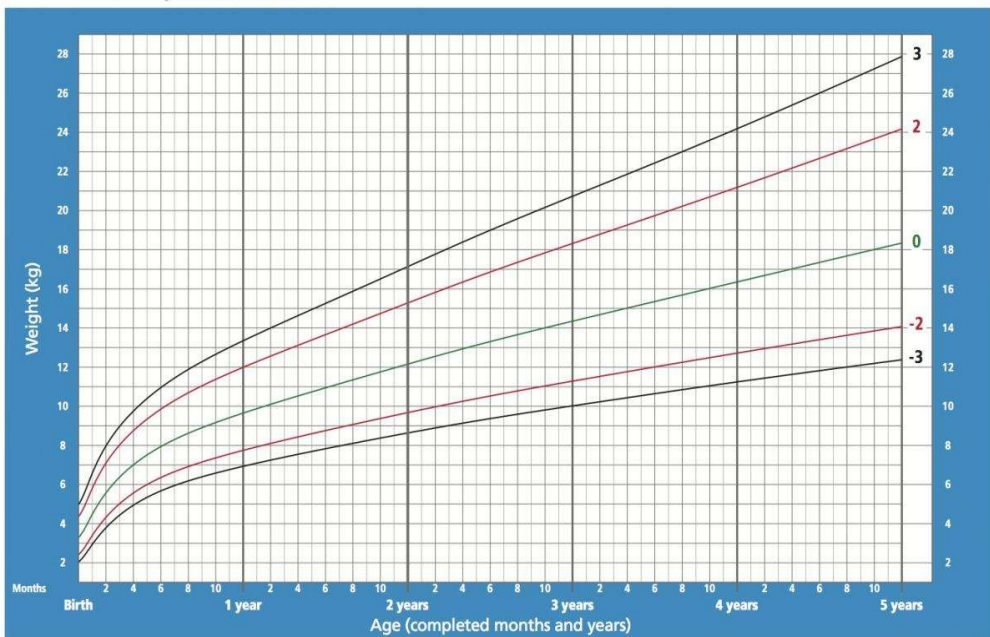
Timbanglah Anak Anda Setiap Bulan
Anak Sehat, Tambah Umur, Tambah Berat, Tambah Pandai



KURVA BB MENURUT UMUR (BB/U)

Weight-for-age BOYS

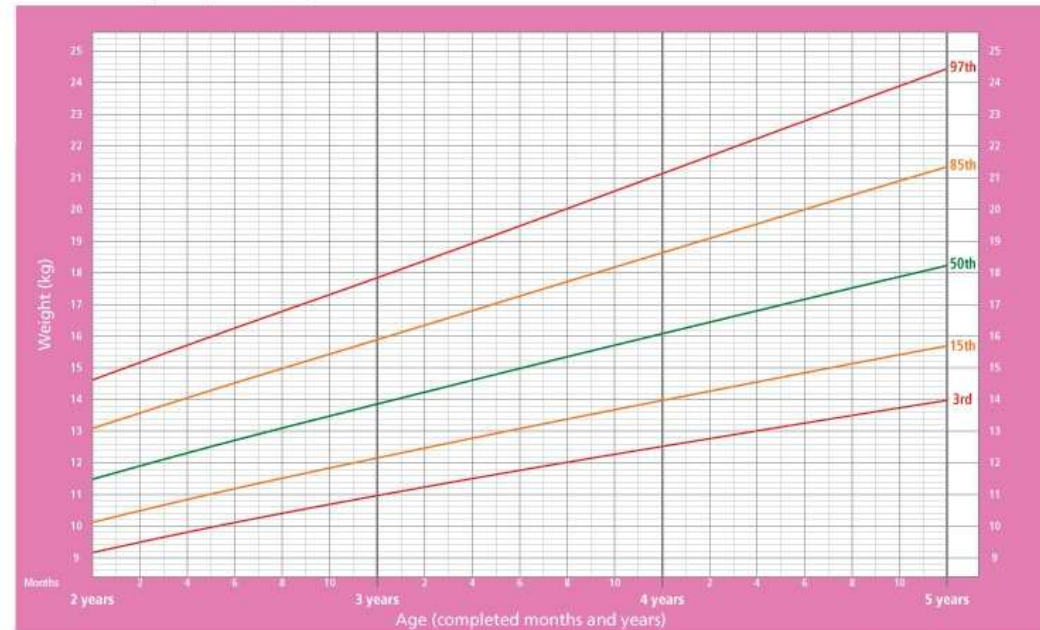
Birth to 5 years (z-scores)



WHO Child Growth Standards

Weight-for-age GIRLS

2 to 5 years (percentiles)



WHO Child Growth Standards

KURVA TB MENURUT UMUR (TB/U)

Height-for-age BOYS

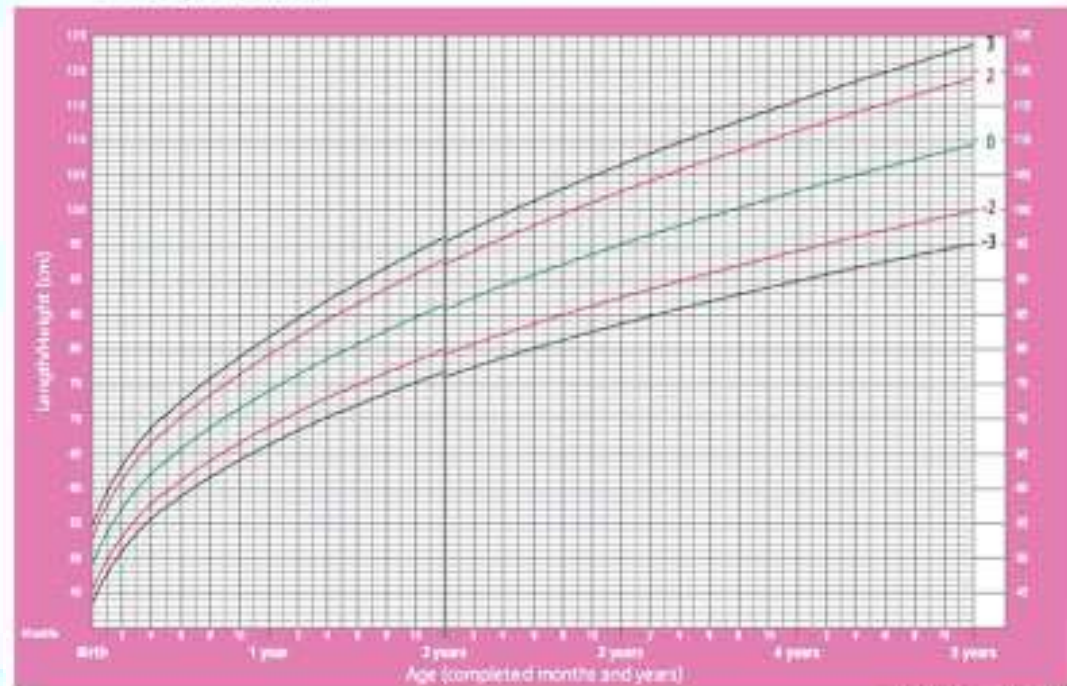
2 to 5 years (z-scores)



Grafik Pertumbuhan anak perempuan umur 0-5 tahun dari WHO bertakaran tinggi badan

Length/height-for-age GIRLS

Birth to 5 years (z-scores)

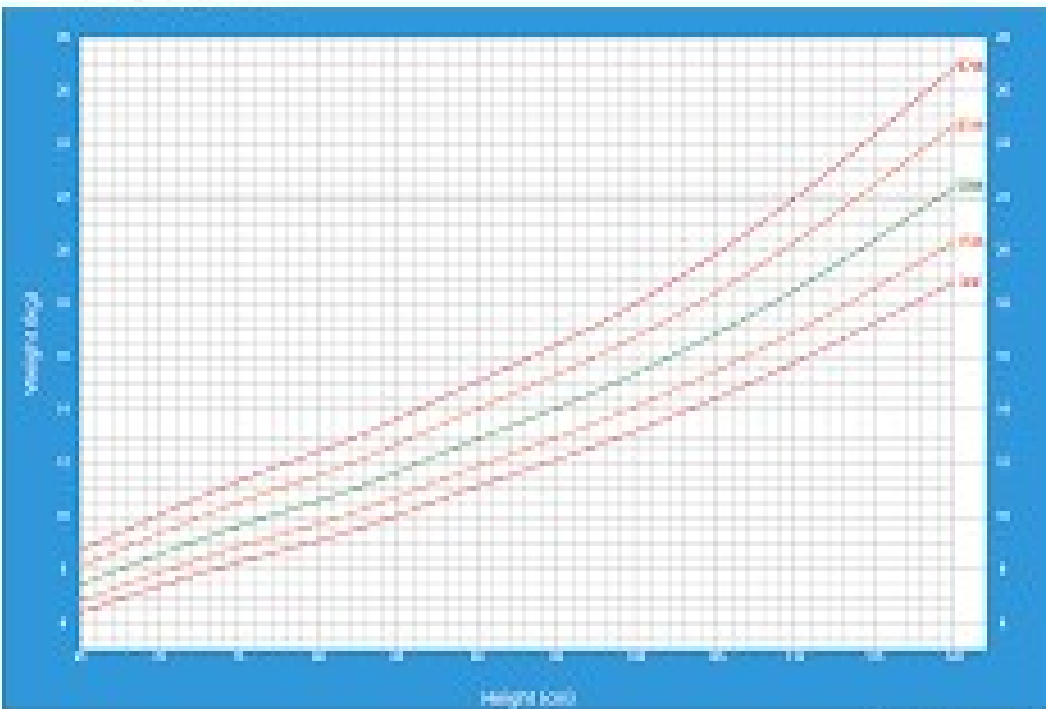


WHO Child Growth Standards

KURVA BB MENURUT TB (BB/TB)

Weight-for-height BOYS

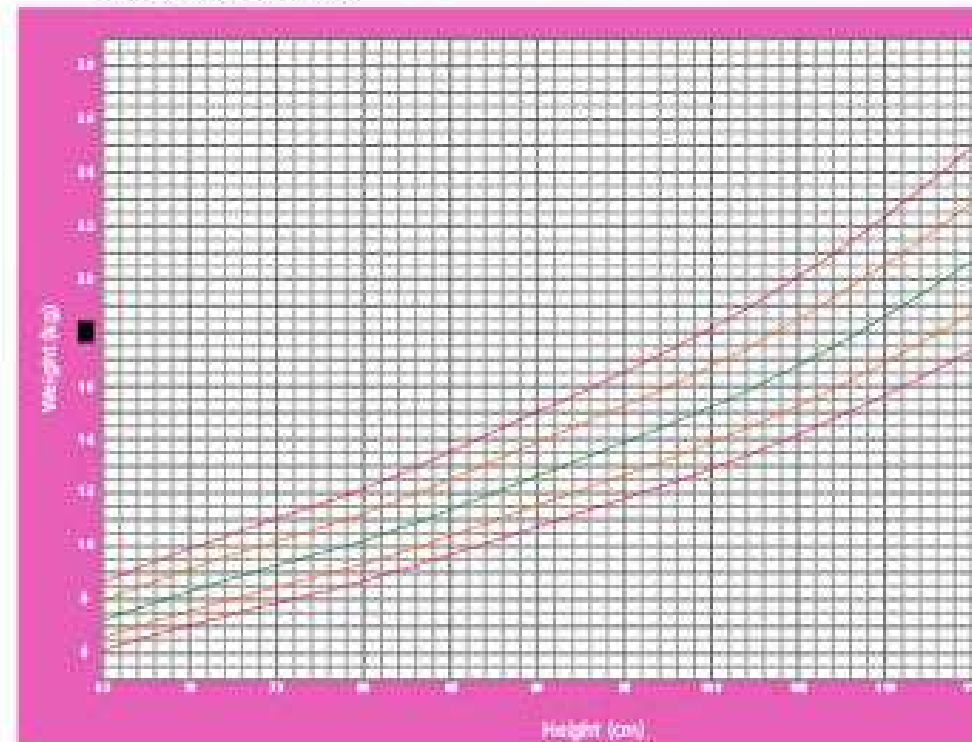
2 to 5 years (percentiles)



WHO Child Growth Standards

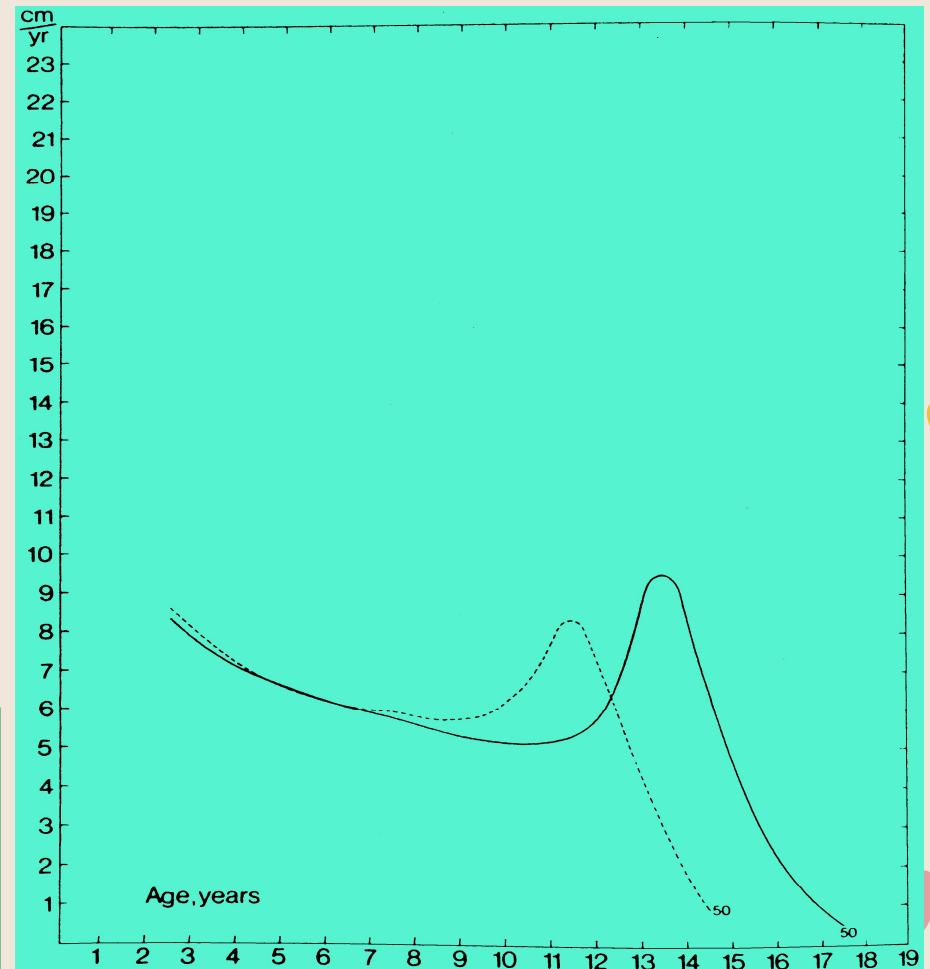
Weight-for-height GIRLS

2 to 5 years (percentiles)



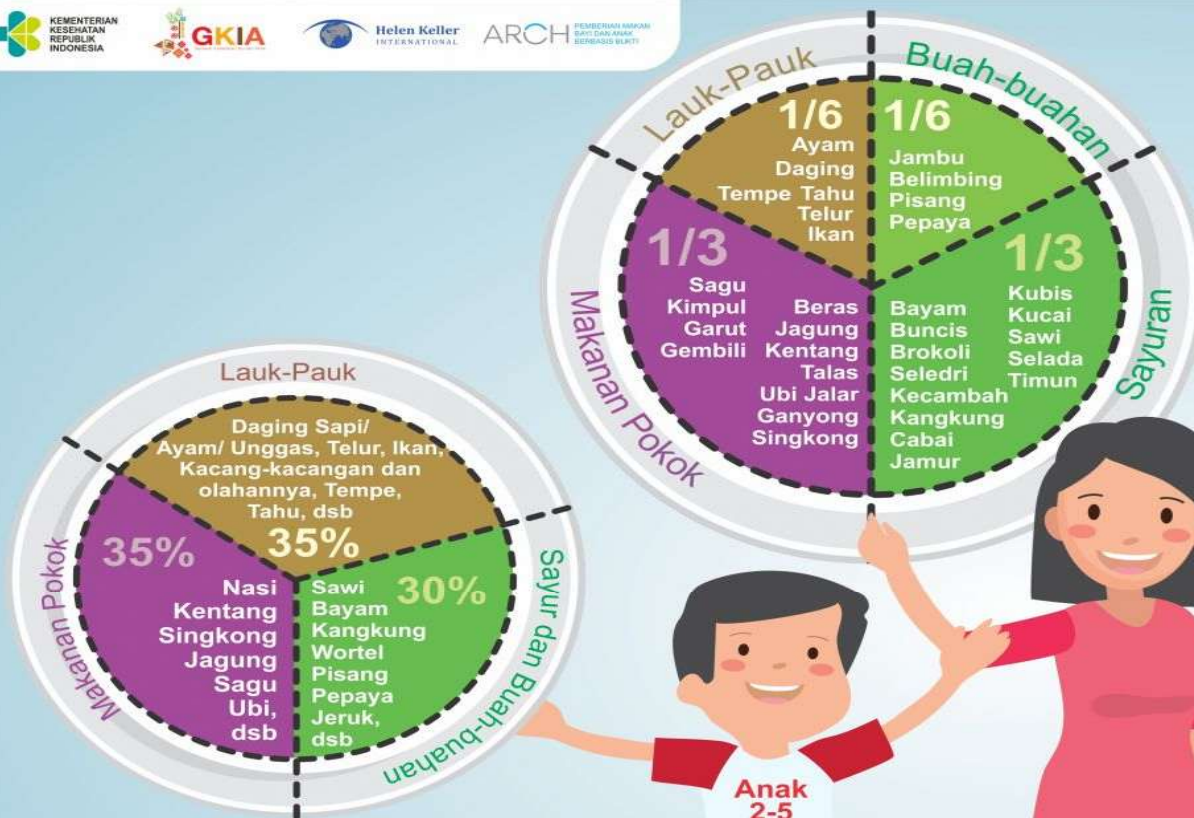
KURVA KECEPATAN PERTUMBUHAN TINGGI BADAN LAHIR → DEWASA

- ✓ Masa pertumbuhan cepat: (0-2 th)
- ✓ Masa pertumbuhan lambat: (2-12 th)
- ✓ Masa pertumbuhan cepat kembali: (12-18 th)
- ✓ Masa pertumbuhan lambat (→ berhenti): laki: 20 th, pr: 18 th



Behrman & Kliegman,
2010

Ingat porsi masing-masing Isi Piringku ya...



Buat Saya Porsi Balita!

Buat Saya PMBA!!

**TERIMA
KASIH**

