



IPB University
— Bogor Indonesia —

POLICY BRIEF

STRATEGI PENANGGULANGAN STUNTING

2024

Penulis:

Ali Khomsan

Departemen Gizi Masyarakat,
Fakultas Ekologi Manusia, IPB University

Ringkasan

Stunting merupakan salah satu isu prioritas yang saat ini perlu ditangani dengan cepat. Hal ini disebabkan karena *stunting* dapat memberikan dampak yang serius pada kualitas sumber daya manusia. Penajaman program-program pencegahan dan penanganan *stunting* diperlukan agar Indonesia dapat segera terbebas dari masalah kurang gizi kronis. Target yang ditetapkan pemerintah adalah menurunkan angka *stunting* menjadi 14% pada tahun 2024.

Pendahuluan

Stunting merupakan permasalahan serius di Indonesia yang harus segera ditangani, sehingga tidak salah jika program percepatan penurunan *stunting* menjadi program prioritas nasional. Pencegahan dan penanganan *stunting* perlu menjadi salah satu prioritas nasional guna mewujudkan cita-cita bersama yaitu menciptakan manusia Indonesia yang sehat, cerdas, dan berkualitas.

Upaya percepatan penurunan prevalensi *stunting* di Indonesia dilakukan dengan mencanangkan target optimis prevalensi *stunting* 14% pada tahun 2024 yang tertuang dalam pasal 5 ayat (1) Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan *Stunting*. Selain itu, *stunting* juga termasuk dalam salah satu target Sustainable Development Goal (SDGs) yang terdapat dalam tujuan pembangunan berkelanjutan ke-2, yaitu menghilangkan kelaparan dan segala bentuk malnutrisi pada tahun 2030.

Menurut Khomsan (2023), target penurunan *stunting* menjadi 14% di tahun 2024 adalah pekerjaan rumah yang tidak ringan. Perlu upaya luar biasa untuk menjadikan isu *stunting* sebagai persoalan bangsa dan untuk itu optimalisasi berbagai program harus dikawal dengan ketat sehingga waktu yang tersisa dapat digunakan sebaik-baiknya untuk melaksanakan program pengentasan *stunting*.

Strategi utama yang dapat dilakukan adalah identifikasi faktor determinan *stunting* dan intervensi untuk mencegah dan menangani *stunting*. Pemerintah dapat membuat kebijakan pencegahan *stunting* dengan mengandalkan berbagai strategi yang membutuhkan sinergi dari pimpinan pusat hingga daerah untuk membantu mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Salah satu strategi utama yang perlu dilakukan adalah dengan mengampanyekan isu *stunting* secara komprehensif dan

masif, baik melalui media massa, maupun melalui komunikasi dan sosialisasi kepada keluarga, terutama kaum perempuan (ibu dan calon ibu), serta melakukan advokasi secara berkelanjutan (Saputri dan Tumangger 2019). Menurut Khomsan *et al.* (2023), sasaran pencegahan *stunting* di antaranya yaitu ibu hamil energi kronis (KEK) dan rumah tangga miskin yang berisiko melahirkan anak *stunting*.

Deskripsi Masalah *Stunting*

Menurut WHO (2020) *stunting* adalah gangguan pertumbuhan pada anak akibat dari malnutrisi kronis dan penyakit berulang selama masa kanak-kanak. *Stunting* dapat disebabkan oleh asupan gizi yang tidak optimal. Hasil Riskesdas 2018 mengungkapkan prevalensi *stunting* 30,8% dan kemudian turun menjadi 21,5% sebagaimana ditunjukkan oleh Survei Kesehatan Indonesia (Kemenkes 2023). Setiap tahun lahir sekitar 4,5 juta bayi di Indonesia. Kalau dalam rentang pertumbuhannya sampai usia balita 20% anak-anak tersebut mengalami *stunting* (pendek), maka berjuta-juta anak Indonesia terancam masa depannya. Mereka akan tumbuh dalam situasi kecerdasan yang terhambat yang membuat kemampuan bersaingnya menjadi rendah.

Menurut data dari BKKBN (2021), kasus *stunting* di Indonesia masih berada di urutan keempat dunia dan urutan kedua di Asia Tenggara, angka *stunting* pada balita di Indonesia masih di atas standar yang ditetapkan WHO yaitu 20%. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan penanggulangan *stunting* perlu mendapatkan perhatian besar dari pemerintah. Upaya ini dapat dilakukan melalui peningkatan kesehatan mulai dari remaja selaku cikal bakal keluarga. Langkah selanjutnya yaitu perhatian pada kesehatan ibu hamil yang akan melahirkan generasi bangsa yang akan tumbuh menjadi penerus negara.

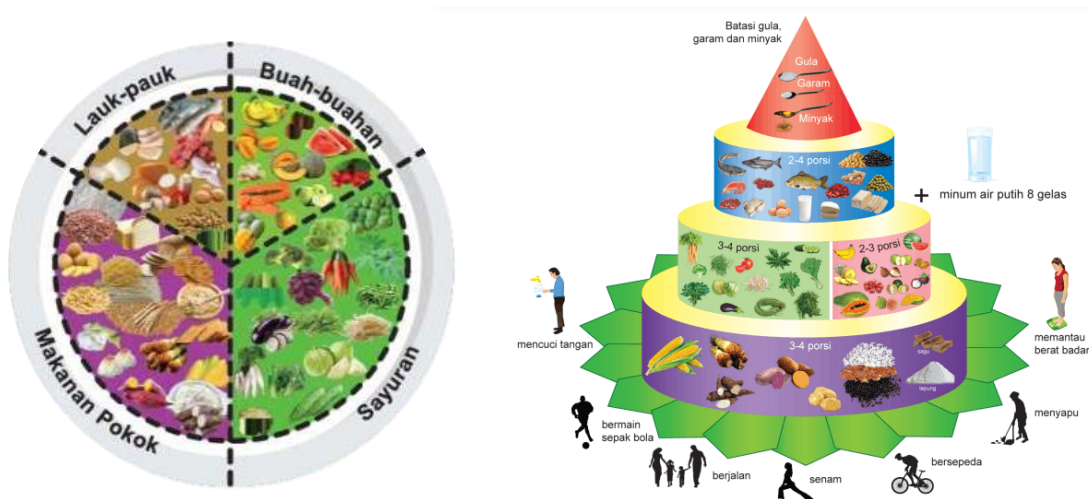
Berdasarkan hasil survei Program for International Student Assessment (PISA) 2018 dengan jumlah sampel mencapai 600.000 anak berusia 15 tahun dari 79 negara diketahui bahwa kemampuan membaca anak-anak Indonesia berada pada peringkat 6 terbawah (peringkat 74). Skor membaca rata-rata anak Indonesia adalah 371, berada di bawah Panama yang memiliki skor rata-rata 377. Hal ini menunjukkan bahwa dampak *stunting* mungkin saja dialami oleh generasi penerus bangsa.

Strategi Penurunan dan Pencegahan *Stunting*

Tiga aspek penting yang perlu diperhatikan dalam strategi penurunan *stunting*, yaitu perbaikan pola makan, pola asuh, serta perbaikan sanitasi dan air bersih. Uraian strateginya adalah sebagai berikut:

Perbaikan Pola Makan

Salah satu kunci keberhasilan pencegahan *stunting* adalah dengan mengonsumsi makanan yang bergizi baik. Menurut Khomsan *et al.* (2009), praktik pemberian makan pada anak memiliki pengaruh yang kuat terhadap kesehatan dan status gizinya. Kemampuan seorang ibu untuk memperkenalkan makanan baru pada anak memiliki pengaruh yang besar terhadap daya terima dan kesukaan anak terhadap suatu makanan. Edukasi kepada masyarakat terkait pemilihan gizi yang baik dan juga penyediaan akses sarana dan prasarana kesehatan dan kebersihan yang lebih merata merupakan langkah yang dapat dilakukan untuk mencegah *stunting*. Pola makan yang baik harus mengacu pada isi piringku dan tumpeng gizi seimbang.



Gambar 1 Panduan Pola Makan Seimbang

Menurut Hossain dan Arora (2019) edukasi gizi dapat diberikan pada ibu hamil dan ibu balita dengan materi yang dapat mendorong praktik pemberian makan dan gizi yang optimal pada anak, zat gizi yang tepat selama kehamilan, suplementasi zat besi dan kalsium selama kehamilan dan menyusui, serta edukasi mengenai pentingnya menyusui. Menurut Khomsan dan Mauludyani (2022) dengan tingginya

prevalensi *stunting*, akses terhadap informasi gizi harus ditingkatkan, dengan fokus pada praktik pemberian makan anak dan balita.



Tindakan yang harus dilakukan untuk mencegah *stunting* pada anak adalah selalu memenuhi gizi sejak masa kehamilan. Ibu hamil dianjurkan untuk selalu mengonsumsi makanan sehat dan bergizi maupun suplemen atas anjuran dokter. Selain itu, ibu hamil juga sebaiknya rutin memeriksakan kesehatannya ke dokter atau bidan. Menurut Khomsan *et al.* (2020), penyebab langsung dari *stunting* adalah kurangnya asupan zat gizi pada masa prahamil, hamil, dan masa balita sehingga strategi penanggulangan *stunting* ditargetkan pada peningkatan asupan zat gizi pada masa-masa tersebut. Setelah masa kehamilan selesai, dianjurkan untuk memberikan ASI eksklusif sampai anak berusia enam bulan dan diteruskan dengan MP-ASI (Makanan Pendamping ASI) yang sehat dan bergizi.

Pemberian ASI eksklusif berpotensi mengurangi peluang *stunting* pada anak berkat kandungan gizi mikro dan makro yang terdapat dalam ASI. Oleh karena itu, ibu disarankan untuk tetap memberikan ASI eksklusif selama enam bulan kepada anaknya. Kandungan protein whey dan kolostrum yang terdapat pada ASI dinilai mampu meningkatkan sistem kekebalan tubuh bayi yang terbilang rentan. Setelah pemberian ASI eksklusif selama enam bulan, maka ibu sudah dapat memberikan MP-ASI. Dalam hal ini pastikan makanan-makanan yang dipilih dapat memenuhi gizi mikro dan makro yang sebelumnya berasal dari ASI. Hal ini bertujuan untuk mencegah *stunting*.

Perbaiki Pola Asuh

Proses pemantauan tumbuh kembang anak erat kaitannya dengan pola asuh orang tua. Orang tua dengan pola asuh yang baik akan terus memantau tumbuh kembang anak mereka, terutama ukuran tinggi dan berat badan anak. Anak usia balita perlu secara berkala dibawa ke posyandu maupun klinik khusus anak.



Anak-anak usia balita akan ditimbang dan diukur berat badan serta tingginya sehingga akan diketahui secara rutin apakah balita tersebut mengalami *stunting* atau tidak. Dengan rutin memantau tumbuh kembang anak, maka akan lebih mudah untuk mengetahui gejala awal gangguan dan penanganannya. Selain itu, perlu untuk memperhatikan jadwal imunisasi rutin yang diterapkan oleh pemerintah agar anak terlindungi dari berbagai macam penyakit.

Perbaiki Sanitasi dan Air Bersih



Stunting dapat diakibatkan oleh buruknya sanitasi dan kurang tersedianya air bersih. Menurut WHO (2019), sanitasi yang buruk menjadi penyebab utama dari kematian anak. Air, sanitasi, dan kebersihan yang lebih baik dapat mencegah kematian anak berusia di bawah lima tahun. Higienitas air yang tidak layak merupakan faktor penyebab paling berpengaruh terhadap *stunting* pada

anak balita. Menurut penelitian Bekele *et al.* (2020), anak-anak dengan akses sanitasi dan fasilitas cuci tangan yang baik memiliki peluang 29% lebih rendah untuk menjadi

stunting dibandingkan dengan anak-anak yang tidak memiliki akses air bersih dan fasilitas cuci tangan.

Faktor sanitasi lingkungan yang buruk meliputi ketersediaan air bersih yang tidak memadai, penggunaan fasilitas jamban yang tidak sehat, serta perilaku mencuci tangan yang buruk. Kesemuanya ini sangat berkontribusi terhadap penyakit-penyakit infeksi. Kondisi tersebut akan menyebabkan gangguan pertumbuhan linear serta dapat meningkatkan kematian pada balita. Oleh karena itu, sanitasi yang layak perlu didapatkan oleh seluruh masyarakat di Indonesia. Hal ini bertujuan untuk mencegah terjadinya *stunting* pada balita. Dengan air yang bersih, tidak akan ada penyakit infeksi yang menyebabkan gangguan pertumbuhan pada anak balita.

Rekomendasi Kebijakan

Persoalan *stunting* dipengaruhi oleh banyak faktor, oleh karena itu penanganan *stunting* memerlukan penanganan yang paripurna, komprehensif, terpadu dan bersifat multisektoral. Pendekatan program gizi spesifik dan sensitif untuk mencegah dan menangani *stunting* perlu dikawal agar tepat sasaran. Pendekatan berbasis “keluarga risiko *stunting*” (BKKBN 2021) diyakini memiliki dampak yang besar dan signifikan dalam percepatan penurunan *stunting*, karena pendekatan ini memiliki sedikitnya lima skema kegiatan prioritas yang meliputi:

- Penyediaan data keluarga berisiko *stunting*
- Pendampingan keluarga berisiko *stunting*
- Pendampingan semua calon pengantin/calon pasangan usia subur (PUS)
- Surveilans keluarga berisiko *stunting*
- Audit kasus *stunting*

Upaya pendekatan berbasis “keluarga risiko *stunting*” diharapkan mampu menjadi pemicu dan pemacu dalam percepatan penurunan *stunting*. Gerakan kolaborasi berupa penguatan dan pemberdayaan peran bidan, Tim Penggerak PKK (TP PKK), dan kader KB, serta penguatan sistem deteksi dini merupakan upaya peningkatan efektivitas dan efisiensi percepatan penurunan *stunting*. Kelompok sasaran tim pendamping keluarga meliputi calon pengantin (catin)/calon Pasangan Usia Subur (PUS), ibu hamil dan ibu menyusui, dan balita (anak usia 0–59 bulan). Secara konsep, pendampingan keluarga adalah serangkaian kegiatan yang dilakukan

terhadap keluarga yang memiliki ibu hamil, ibu pascapersalinan, anak usia di bawah lima tahun (balita), serta calon pengantin/ calon pasangan usia subur untuk deteksi dini faktor risiko *stunting*. Kolaborasi tim pendamping keluarga dengan tenaga kesehatan yang mengawal program gizi, pola asuh, dan sanitasi akan dapat menjadi katalisator percepatan penurunan *stunting* di Indonesia. Intervensi *food-based approach* perlu menjadi program prioritas penanggulangan *stunting*.

Daftar Pustaka

- Bekele T, Rahman B, Rawstorne P. 2020. The effect of access to water, sanitation and handwashing facilities on child growth indicators: Evidence from the Ethiopia Demographic and Health Survey 2016. PLoS One 15, e0239313. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0239313>
- [BKKBN] Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. 2020. Prevalensi *stunting*. available at: <https://www.kompas.com/sains/read/2021/05/20/170500123/urutan-keempat-dunia-ini-penyebab-angkastunting-di-indonesia-tinggi>.
- Hossain SKMB, Arora A. 2019. Maternal nutrition counselling is associated with reduced *stunting* prevalence and improved feeding practices in early childhood: a post-program comparison study. Nutr. J. 18. [http:// dx.doi.org/10.1186/s12937-019-0473-z](http://dx.doi.org/10.1186/s12937-019-0473-z).
- Kemenkes. 2023. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dalam Angka. Jakarta (ID): Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Khomsan A, Anwar F, Mudjajanto. 2009. Pengetahuan, sikap, dan praktek gizi ibu peserta posyandu. Jurnal Gizi dan Pangan. 4(1): 33-41.
- Khomsan A, Dewi M, Ekawidnyani KR. 2020. Penguatan Posyandu dan Pengembangan Model Edukasi Gizi Ibu Hamil dan Menyusui untuk Penanggulangan *Stunting*. Laporan Akhir Penelitian Terapan Unggulan Perguruan Tinggi. Bogor (ID): IPB University.
- Khomsan A, Mauludyani AVR. 2022. Maternal nutritional knowledge as a determinant of *stunting* in west java: rural-urban disparities. Amerta Nutrition. 6(1): 8-12.
- Khomsan A, Rifayanto RP, Adha AA, Firdausi A. 2023. Evaluasi Intervensi DASHAT Sebagai Program Percepatan Atasi *Stunting*. Laporan Akhir Penelitian. Bogor (ID): IPB University.

Khomsan A. 2023. Kebijakan *Stunting* dan Intervensi Pangan Hewani. Webinar Nasional Kluster Keilmuan *Stunting* PTN-BH, 13 Mei. Bogor (ID): IPB University.

Saputri RA, Tumangger J. 2019 Hulu-hilir penanggulangan *stunting* di Indonesia. *Journal of Political Issues*. 1(1): 1-9.

[WHO] World Health Organization. 2019. Sanitation. Genewa: WHO.

[WHO] World Health Organization. 2020. Child growth indicators and their interpretation. Geneve: WHO.