

STUNTING

a. Definisi

Stunting adalah kondisi terhambatnya pertumbuhan fisik anak, yang ditandai dengan tinggi badan yang lebih rendah dari standar yang seharusnya sesuai dengan usia dan jenis kelamin. Secara medis, stunting mencerminkan kekurangan gizi secara kronis yang dapat mempengaruhi pertumbuhan fisik dan perkembangan otak anak. Stunting biasanya terjadi akibat malnutrisi yang berlangsung dalam jangka waktu yang lama, sering kali sejak kehamilan atau selama 1.000 hari pertama kehidupan (dari kehamilan hingga usia dua tahun).



b. Faktor-Faktor Penyebab Stunting Meliputi:

- 1) Pola makan yang buruk, seperti kurangnya asupan makanan bergizi (misalnya, kurangnya konsumsi protein, vitamin, dan mineral penting).
- 2) Infeksi berulang, seperti diare atau infeksi pernapasan, yang mengganggu penyerapan gizi dan memperburuk status gizi anak.
- 3) Kesehatan ibu yang buruk selama kehamilan, termasuk malnutrisi ibu yang sedang mengandung akan berisiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR).
- 4) Sanitasi serta akses pada air bersih yang buruk, yang meningkatkan risiko infeksi dan penyakit.
- 5) Kondisi sosial-ekonomi, seperti kemiskinan, rendahnya pendidikan orang tua, dan kurangnya akses terhadap layanan kesehatan yang baik.



c. Dampak Stunting Diantaranya:

- 1) Fisik: Anak yang mengalami stunting biasanya memiliki tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan dengan anak-anak pada umumnya di usia yang sama.
- 2) Perkembangan Otak: Stunting juga dapat mempengaruhi perkembangan kognitif dan intelektual anak, yang dapat berdampak pada kemampuan belajar dan prestasi di sekolah.
- 3) Risiko Kesehatan: Anak yang stunting lebih rentan terhadap penyakit, memiliki sistem imunitas yang lebih lemah, dan lebih berisiko mengembangkan penyakit kronis di masa depan.



d. Pencegahan

- 1) Pemberian gizi yang cukup melalui ASI eksklusif dengan jangka waktu 6 bulan dan makanan pendamping air susu ibu yang bergizi.
- 2) Perbaikan pada bagian sanitasi dan akses pada air bersih untuk mengurangi infeksi.
- 3) Pendidikan kesehatan kepada ibu dan masyarakat mengenai pentingnya gizi, perawatan anak, dan pola hidup sehat.
- 4) Akses terhadap layanan kesehatan yang memadai, termasuk pemeriksaan pertumbuhan dan imunisasi.



e. Faktor-Faktor Penyebah Stunting pada Anak Usia Dini

1) Kurangnya Asupan Gizi yang Cukup

Kekurangan asupan makanan bergizi yang mencakup makronutrien (karbohidrat, protein, lemak) dan mikronutrien (vitamin dan mineral) memiliki peran besar dalam terjadinya stunting. Anak-anak yang tidak mendapatkan gizi yang cukup, terutama selama 1.000 hari pertama kehidupan (dari masa kehamilan hingga usia dua tahun), lebih rentan mengalami gangguan pertumbuhan.

2) Infeksi Berulang

Infeksi kronis atau berulang seperti diare, infeksi saluran pernapasan, dan cacingan dapat menghambat penyerapan gizi dan memperburuk keadaan gizi anak. Infeksi ini sering terjadi karena sanitasi yang kurang memadai dan kurangnya akses pada air bersih.

3) Kurangnya Perawatan dan Stimulasi yang Memadai

Perawatan yang tidak optimal, baik dalam hal pemberian ASI eksklusif, pemantauan kesehatan anak, dan stimulasi perkembangan (termasuk pendidikan dan perhatian emosional), dapat mengganggu pertumbuhan fisik dan perkembangan otak anak.

f. Kondisi Sosial serta Ekonomi yang Kurang Baik

Kemiskinan, kurangnya akses terhadap layanan kesehatan yang berkualitas, dan ketidakmampuan orangtua untuk memenuhi kebutuhan gizi anak berkontribusi besar terhadap stunting. Anak-anak dari keluarga miskin lebih rentan terhadap kekurangan gizi dan infeksi.

g. Kesehatan Ibu yang Buruk Selama Kehamilan

Ibu yang mengalami malnutrisi atau masalah kesehatan (seperti anemia) selama kehamilan berisiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah, yang lebih rentan terhadap stunting. Pola makan yang tidak sehat selama kehamilan dan terbatasnya akses terhadap layanan kesehatan dapat memperburuk kondisi ini.

h. Kurangnya Akses pada Air Bersih dan Sanitasi yang Baik

Lingkungan yang tidak higienis dengan akses terbatas ke air bersih dan sanitasi yang buruk meningkatkan risiko penyakit infeksi yang berkontribusi terhadap stunting. Kondisi sanitasi yang buruk menyebabkan infeksi yang dapat mengganggu penyerapan gizi dan memengaruhi pertumbuhan anak.

i. Praktik Pemberian Makanan yang Tidak Tepat

Praktik pemberian makanan yang tidak tepat, seperti pemberian makanan pendamping ASI yang tidak sesuai dengan usia atau kurang bernutrisi, dapat menyebabkan kekurangan gizi pada anak. Pemberian ASI eksklusif hingga usia 6 bulan dan makanan tambahan yang bergizi sangat penting untuk mendukung pertumbuhan anak.