

Pengetahuan Anak Pra Sekolah tentang Pencegahan Stunting

Budi Astyandini^{1*}, Ana Sundari¹, Rina Budiningtyas¹

¹ Jurusan Kebidanan, Kemenkes Poltekkes Semarang, Indonesia

ABSTRACT

Stunting is a global and national health problem. Stunting is a toddler with chronic nutritional problems. Prenatal age is referred to as the golden period in growth and development, this age is a critical period that requires food with better quantity and quality compared to adults. Prenatal age is referred to as the golden period in growth and development, this age is a critical period that requires food with better quantity and quality compared to adults. This type of research is quantitative research with a descriptive observational approach, which was carried out with a population of preschool children in Muslimat 02 Bandengan Kindergarten, Kendal District, totaling 30 students. The results show that the majority of respondents already know about healthy food, namely 11 children (37%), the majority of children have sufficient knowledge, namely 12 people (40%) about the body characteristics of children who are stunted, and the majority of children have Good knowledge about personal hygiene was 15 children (50%). The role of teachers, parents and midwives in providing health education and habituation to healthy lifestyles to prevent stunting needs to be increased so that pre-school children's knowledge increases.

Keywords: knowledge; preschool; children stunting;

ARTICLE INFO

Article history

Received : 27 December 2023
Revised : 29 April 2024
Accepted : 29 April 2024

DOI

DOI:<https://doi.org/10.31983/micajo.v5i2.10915>

CORRESPONDING AUTHOR

Name : Budi Astyandini
Email : asty.budi@yahoo.com
Telp : +62 815-6608-430
Address : Poltekkes Kemenkes Semarang

ORIGINAL RESEARCH

Pendahuluan

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi di dunia, khususnya pada anak balita stunting menjadi salah satu faktor yang dapat menghambat pertumbuhan (Sholikhah & Dewi, 2022). Anak pra sekolah adalah anak usia 3-5 tahun, pada masa ini anak mengalami masa keemasan banyak mengalami perubahan fisik dan mental (Wiyono, 2013). Salah satu cara pendidikan kesehatan yang efektif bagi anak adalah dengan menggunakan suatu media pembelajaran, karena anak usia 3-6 tahun berada dalam tahap bermain (Mardliyyatun Nisa & Winarni, 2019). Usia prasekolah disebut sebagai periode *golden age* dalam pertumbuhan dan perkembangan, usia ini merupakan periode kritis yang membutuhkan makanan dengan kuantitas dan kualitas yang lebih baik dibandingkan dengan orang dewasa. Asupan gizi pada anak usia prasekolah sangat penting karena merupakan fondasi untuk kesehatan jangka panjang, juga kekuatan dan kemampuan perkembangan intelektualnya. Apabila pada masa tersebut pertumbuhan dan perkembangan seorang anak berjalan secara optimal diharapkan pada masa dewasa akan tumbuh menjadi manusia yang berkualitas (Davidson, 2018). Kejadian balita stunting (pendek) merupakan masalah gizi utama yang dihadapi Indonesia.

Banyak faktor yang saling terkait dapat menyebabkan stunting dan kekurangan gizi. Salah satu yang dapat menyebabkan stunting adalah kekurangan gizi. Kurang asupan makanan seperti protein, energi, dan seng adalah penyebab retardasi pertumbuhan pada anak

balita. Asupan makanan ini sangat penting untuk perkembangan balita. Salah satu zat gizi utama yang berperan dalam proses tumbuh kembang anak balita adalah protein, yang diperlukan oleh badan untuk memacu pembelahan sel selama masa perkembangan. Asupan protein meningkat 15% seiring dengan perkembangan anak yang cepat. (Mulyasari & Agnes Setiana, 2016). Stunting pada anak di bawah usia lima tahun memerlukan perhatian khusus karena dapat menghambat pertumbuhan fisik, perkembangan mental, dan kesehatan mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa porsi protein hewani yang rendah dalam makanan sehari-hari orang Indonesia adalah salah satu masalah utama dengan konsumsi pangan (Sholikhah & Dewi, 2022).

Berdasarkan data Pemantauan Status Gizi (PSG) selama tiga tahun terakhir pendek memiliki prevalensi tertinggi dibandingkan dengan masalah gizi lainnya seperti gizi kurang, kurus dan gemuk (Waroh, 2019). Stunting menjadi masalah kesehatan global dan nasional. Stunting adalah balita dengan masalah gizi kronik, yang memiliki status gizi berdasarkan panjang atau tinggi badan menurut umur jika dibandingkan dengan standar baku WHO-MGRS (Multicenter Growth Reference Study) (Mugianti, 2019). Berdasarkan standar antropometri Kementerian Kesehatan Indonesia, anak stunting adalah anak balita dengan nilai z-score indeks PB/U kurang dari -2SD dan sangat pendek bila z-score indeks PB/U kurang dari -3SD (Simbolon, 2019) (Munawaroh et al., 2022). Prevalensi stunting pada balita dari 37,2% (Riskesmas 2013) turun menjadi 30,8% (Riskesmas 2018) dan 27,7% (SSGBI 2019) Penurunan prevalensi wasting dan stunting pada balita merupakan sasaran pokok RPJMN 2020-2024. Prevalensi wasting pada balita telah menurun dari 12,1% tahun 2013 (Riskesmas 2013) menjadi 10,2% tahun 2018 (Riskesmas 2018) dan pada tahun 2019 turun lagi menjadi 7,4% (SSGBI 2019) (Kemenkes, 2020)

Salah satu indikator kesehatan yang dinilai keberhasilan pencapaiannya dalam *Sustainable Development Goals* (SDGs) adalah status gizi anak balita. Masa anak balita merupakan kelompok yang rentan mengalami kurang gizi salah satunya adalah stunting. Stunting adalah kondisi tinggi badan seseorang yang kurang dari normal berdasarkan usia dan jenis kelamin. Tinggi badan merupakan salah satu jenis pemeriksaan antropometri dan menunjukkan status gizi seseorang. Adanya diagnosis stunting menunjukkan status gizi yang kurang (malnutrisi) dalam jangka waktu yang lama (kronis) (Priharwanti & Amalia, 2022).

Kejadian stunting secara langsung dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu variabel asupan gizi, riwayat infeksi, serta pengetahuan gizi ibu dan kadar gizi. Sementara itu, Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) memengaruhi kejadian stunting secara tidak langsung melalui riwayat penyakit infeksi (Uliyanti et al., 2017). Pengetahuan anak tentang mencegah stunting perlu diketahui sehingga pola pembiasaan yang dilakukan dapat disesuaikan dengan yang dilakukan.

Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan observasional yang dilaksanakan dengan populasi anak Prasekolah yang ada TK Muslimat 02 Bandengan Kecamatan Kendal sejumlah 58 orang murid. Sedangkan yang menjadi sampel penelitian sebanyak 30 anak yang ada di TK B. sampel yang digunakan menggunakan random sampling Data berasal dari data primer yang didapatkan langsung melalui kuesioner yang di bagikan secara langsung kepada responden. Data deskriptif diolah dan disajikan dalam bentuk persentase. Kegiatan di laksanakan pada tahun 2023.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Pengetahuan Anak Tentang Pencegahan Stunting Tentang Makanan Sehat

Tingkat Pengetahuan	n	%
Baik	11	37
Cukup	10	33
Kurang	9	30
Total	30	100

Sumber: data penelitian 2023

Hasil penelitian pada tabel 1 didapatkan sebagian besar responden sudah mengetahui tentang makanan yang sehat yaitu sebanyak 11 anak (37 %), namun masih ada sebagian kecil yaitu sebanyak 9 anak (30 %)yang kurang mengetahui tentang makanan sehat. Pengalaman yang memadai terhadap gizi, diharapkan siswa lebih selektif dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi, baik dalam hal kualitas maupun kuantitas sehingga dapat mempertahankan kondisi kesehatan secara maksimal (Syakir, 2018). Banyak diantara orang tua yang memiliki anak usia dini menganggap bahwa penanganan gizi, khususnya pencegahan stunting pada anak sejak dini merupakan hal yang remeh dan biasa saja tanpa memperhatikan dampak yang ditimbulkan akibat terjadinya stunting pada anak. Kebanyakan orang tua lebih memilih makanan instan atau makanan cepat saji dengan alasan mudah dan praktis tanpa tahu apakah makanan tersebut mengandung gizi-gizi yang cukup atau tidak dan tidak mengimbanginya dengan makanan sehat yang mengandung banyak gizi (Munawaroh et al., 2022).

Faktor lingkungan juga berperan penting dalam efektivitas pendidikan kesehatan gizi. Lingkungan yang mendukung, seperti akses terhadap makanan bergizi, sanitasi yang baik, dan fasilitas kesehatan yang memadai, akan membantu penerapan praktik gizi sehat. Dalam hal ini program pendidikan kesehatan gizi dapat berkolaborasi dengan pihak-pihak terkait seperti pemerintah, lembaga swadaya masyarakat, dan lembaga kesehatan untuk menciptakan lingkungan yang kondusif bagi tumbuh kembang anak. Selain itu, aspek sosial ekonomi juga menjadi pertimbangan penting dalam efektivitas pendidikan kesehatan gizi. Ketimpangan ekonomi dan akses terhadap sumber daya dapat mempengaruhi kemampuan keluarga dalam memenuhi kebutuhan gizi anak. Oleh karena itu, program pendidikan kesehatan gizi perlu mengidentifikasi dan mengatasi permasalahan sosial (Sukmawati et al., 2023)

Nutrisi penting yang berasal dari makanan hewani adalah protein, yang digunakan untuk membangun sel-sel tubuh yang diperlukan selama pertumbuhan dan perkembangan anak balita (Afiah et al., 2020). Selain menurunkan angka kejadian stunting, pendidikan kesehatan gizi yang efektif juga dapat meningkatkan prestasi belajar, perkembangan kognitif, dan daya tahan tubuh anak. Dengan memberikan landasan yang kuat bagi tumbuh kembang yang optimal, pendidikan kesehatan gizi dapat memberikan dampak positif yang berkelanjutan terhadap kesehatan dan kualitas hidup anak di masa depan. (Sukmawati et al., 2023)

Tabel 2. Pengetahuan Anak Tentang Pencegahan Stunting Tentang Tubuh Anak Stunting

Tingkat Pengetahuan	n	%
Baik	8	27
Cukup	12	40
Kurang	10	33
Total	30	100

Hasil penelitian pada tabel 2 didapatkan sebagian besar anak memiliki pengetahuan yang cukup yaitu sebanyak 12 orang (40 %) tentang ciri tubuh anak yang mengalami stunting dan hanya 8 orang (27 %) yang sudah memiliki pengetahuan yang baik tentang ciri tubuh anak yang mengalami stunting. Perempuan juga menanggung dua jenis pekerjaan yang berat yaitu pekerjaan reproduktif di rumah tangga dan pekerjaan produktif mencari nafkah, sehingga jam istirahat perempuan lebih pendek dari laki-laki (Harahap, 2018) Hasil Riskesdas Tahun 2018 menunjukkan bahwa persentase stunting di Indonesia sebesar 30,8%. Persentase balita stunting tercapai 11,6% dari target 24,1% pada tahun 2020 (Priharwanti & Amalia, 2022). Praktik gizi seimbang merupakan faktor dominan kegagalan antropometri pada anak (Permatasari et al., 2023). Seorang anak dikatakan mengalami stunting apabila pertumbuhan tubuhnya dibandingkan dengan usianya berada di bawah 2 standar deviasi (-2 SD), di bawah median Grafik Pertumbuhan dari WHO (Jalaili et al., 2024)

Tabel 3. Pengetahuan Anak Tentang Pencegahan Stunting Tentang Personal Hygiene

Tingkat Pengetahuan	n	%
Baik	15	50
Cukup	7	23
Kurang	8	27
Total	30	100

Hasil penelitian pada tabel 3 didapatkan sebagian besar anak memiliki pengetahuan baik tentang personal hygiene yaitu sebanyak 15 anak (50%) sedangkan anak yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 8 anak (27 %). Peran seorang ibu di dalam sebuah keluarga sangatlah penting karena ibu merupakan motor penggerak perilaku di dalam keluarga. Adapun faktor penyebab anak terindikasi stunting ialah kurangnya pengetahuan ibu terkait stunting, kurangnya Pemenuhan gizi dan nutrisi Ibu saat mengandung, ibu mengalami anemia, kurangnya kesadaran untuk menerapkan aktivitas hidup bersih dan sehat, serta dipengaruhi oleh faktor perekonomian (Fida Fitriani et al., 2022). PHBS pada hakikatnya merupakan perilaku pencegahan oleh individu atau keluarga dari berbagai penyakit (Dhefiana et al., 2023). Pencegahan lain adalah meningkatkan daya tahan tubuh melalui asupan makanan sehat, memperbanyak cuci tangan, menggunakan masker bila berada di daerah berisiko atau padat, melakukan olah raga, istirahat cukup serta makan makanan yang dimasak hingga matang dan bila sakit segera berobat ke RS rujukan untuk dievaluasi (Afitayana, 2021)

Simpulan

Pengetahuan anak Pra sekolah untuk mencegah stunting sebagian besar telah memiliki pengetahuan tentang makanan sehat , dan personal hygiene namun pada pengetahuan tentang perubahan fisik pada anak stunting sebagian besar anak pra sekolah masih memiliki pengetahuan yang kurang. Peran serta guru orang tua dan bidan dalam memberikan penyuluhan kesehatan dan pembiasaan pola hidup sehat untuk mencegah stunting perlu ditingkatkan agar pengetahuan anak pra sekolah meningkat.

Ucapan Terimakasih

Ucapan terimakasih kepada Direktur Kemenkes Poltekkes Semarang, Ketua jurusan Kebidanan yang telah memberikan ijin dan support pada penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Afiah, N., Asrianti, T., Muliwana, D., Kesehatan Masyarakat, F., Mulawarman, U., Sambaliung Kampus Gunung Kelua Unmul Samarinda, J., & Timur Korespondensi, K. (2020). Rendahnya Konsumsi Protein Hewani Sebagai Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Balita Di Kota Samarinda. *Nutrire Diaita*, 12(1), 23–28.
- Afitayana, R. (2021). Implementasi Hidup Sehat Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Tanjung Harapan Kecamatan Padang Jaya. *Ririn Afitayana*.
- Dhefiana, T., Reni Suhelmi, & Hansen. (2023). Hubungan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Orang Tua Dengan Kejadian Stunting Di Kelurahan Air Hitam Kota Samarinda. *Sanitasi: Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 16(1). <https://doi.org/10.29238/sanitasi.v16i1.1484>
- Fida Fitriani, U., Gebilya Tiboyong, W., Ardhani, D., Naufal, A., Agustina, N., Maulana Fahrudin, T., Pembangunan Nasional, U., Timur Jl Raya Rungkut Madya, J., & Anyar, G. (2022). Sosialisasi Dan Penerapan Perilaku Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Penurunan Angka Stunting di Sekolah Dasar Desa Kunjorowesi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 1–8.
- Harahap, J. R. (2018). Pengaruh Distribusi Makanan, Beban Ganda Dan Pengambilan Keputusan Terhadap Anemia Dalam Kehamilan Di Wilayah Kerja Puskesmas Rumbio Jaya Kabupaten Kampar. *Jurnal Proteksi Kesehatan*, 4(1), 79–90. <https://doi.org/10.36929/jpk.v4i1.34>
- Jalaili, A., Pramono, J. S., & Suryani, H. (2024). Efektivitas Video Edukasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Dalam Pencegahan Stunting di Puskesmas Sepaso. *Midwifery Care Journal*, 5(1), 28–36.
- Kemendes. (2020). Permenkes RI Nomor 21 Tahun 2020. *Kementerian Kesehatan RI*, 9(May), 6.
- Mardliyyatun Nisa, ul, & Winarni, S. (2019). Sikap Anak Pra Sekolah dalam Pemeliharaan Kesehatan Gigi setelah Edukasi Boneka Tangan di Kawasan Rawan Bencana. *Jurnal Poltekkes Kemenkes Malang*, 8(2), 151–157.
- Mulyasari, I., & Agnes Setiana, D. (2016). Risk Factors For Stunting Among Under 5 Years Old Children. *JGK*, 8.
- Munawaroh, H., Nada, N. K., Hasjiandito, A., Faisal, V. I. A., Haldanita, H., Anjarsari, I., & Fauziddin, M. (2022). Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Sentra Cendekia*, 3(2), 47. <https://doi.org/10.31331/sencenivet.v3i2.2149>
- Permatasari, T. A. E., Chairunnisa, Djarir, H., Herlina, L., Fauziah, M., Andriyani, & Chadirin, Y. (2023). The Determinants of Stunting in the Under-five in Three Municipalities in the Special Capital Region of Jakarta. *Kesmas*, 18(1), 32–40. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v18i1.6405>
- Priharwanti, A., & Amalia, R. (2022). Peran Keluarga Dalam Pencegahan dan Penanggulangan Stunting Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Kauman RT 16 RW 08 Kecamatan Wiradesa Kabupaten Pekalongan. *Abdimayuda, December 2021*, 40–48. <https://doi.org/10.19184/abdimayuda.v>

- Sholikhah, A., & Dewi, R. K. (2022). Peranan Protein Hewani dalam Mencegah Stunting pada Anak Balita. *JRST (Jurnal Riset Sains Dan Teknologi)*, 6(1), 95. <https://doi.org/10.30595/jrst.v6i1.12012>
- Sukmawati, E., Marzuki, K., Batubara, A., Harahap, N. A., Efendi, E., & Weraman, P. (2023). The Effectiveness of Early Childhood Nutrition Health Education on Reducing the Incidence of Stunting. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4002–4012. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.4846>
- Syakir, S. (2018). Pengaruh Intervensi Penyuluhan Gizi Dengan Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Anemia Pada Remaja Putri. *ARGIPA (Arsip Gizi Dan Pangan)*, 3(1), 18–25. <https://doi.org/10.22236/argipa.v3i1.2446>
- Uliyanti, Didik Gunawan Tamtomo, & Sapja Anantanyu. (2017). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 bulan. *JURNAL VOKASI KESEHATAN* [Http://Ejournal.Poltekkes-Pontianak.Ac.Id/Index.Php/JVK](http://Ejournal.Poltekkes-Pontianak.Ac.Id/Index.Php/JVK), 3(2), 67–77.