

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat utama di Indonesia yang ditandai dengan gangguan pertumbuhan linear pada anak akibat kekurangan gizi kronis (Siswati, 2018). Prevalensi stunting pada anak di bawah usia lima tahun (balita) mencapai 21,6%, dengan angka yang lebih tinggi di wilayah pedesaan dan kelompok berpenghasilan rendah (Pratiwi et al., 2025). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, namun juga pada perkembangan kognitif, motorik, dan produktivitas jangka panjang yang dapat menghambat pembangunan sumber daya manusia nasional (Black et al., 2013).

Periode usia dini, khususnya rentang 1-3 tahun merupakan masa kritis di mana kebutuhan nutrisi sangat tinggi untuk mendukung pertumbuhan cepat dan perkembangan otak (Radjulaeni et al., 2024). Pada fase ini, anak mengalami transisi dari pemberian ASI eksklusif ke makanan padat, sehingga rentan terhadap defisiensi gizi jika asupan nutrisi tidak memadai (Negesse et al., 2025). Pemberian Makanan Tambahan (PMT) menjadi intervensi utama untuk melengkapi kebutuhan gizi tersebut. PMT didefinisikan sebagai pemberian suplemen makanan bergizi tinggi protein, vitamin, mineral, dan energi yang dirancang khusus untuk anak usia 6-59 bulan, termasuk bentuk seperti biskuit fortifikasi atau bubur instan (Purwanti & Ningrum, 2023). PMT dapat mengurangi risiko stunting hingga 15-20% jika diimplementasikan secara rutin dan tepat sasaran.

Pemerintah Indonesia telah menetapkan target penurunan prevalensi stunting menjadi di bawah 14% pada tahun 2024 melalui Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024 (Setyo Pambudi, 2020). Namun, implementasi PMT di tingkat rumah tangga sering kali menghadapi berbagai tantangan, seperti kurangnya pengetahuan orang tua tentang pola pemberian makanan yang benar, keterbatasan akses terhadap PMT berkualitas, faktor ekonomi, dan pengaruh budaya lokal (Wiliyanarti et al., 2022). Hal ini menyebabkan efektivitas program PMT belum optimal, terutama pada anak usia 1-3 tahun yang membutuhkan PMT untuk mendukung pertumbuhan pasca-weaning.

Dampak stunting tidak terbatas pada kesehatan individu, tetapi juga memiliki implikasi ekonomi yang signifikan bagi negara. Penelitian oleh (Siswati, 2018) memperkirakan bahwa stunting menyebabkan kerugian produktivitas hingga 3-4% dari PDB nasional di negara berkembang, termasuk Indonesia, karena penurunan kemampuan belajar dan tenaga kerja di masa dewasa. Di Indonesia, stunting berkontribusi terhadap siklus kemiskinan, di mana anak stunting cenderung memiliki prestasi pendidikan rendah dan pendapatan lebih rendah di kemudian hari (Ruaida, 2018). Oleh karena itu, penanganan stunting melalui intervensi seperti PMT menjadi prioritas strategis untuk mencapai Sustainable Development Goals (SDGs) target 2, yaitu mengakhiri kelaparan dan mencapai ketahanan pangan (Fadhlorrohman, 2025).

Penyebab stunting di Indonesia bersifat multifaktorial dengan kekurangan gizi sebagai faktor utama yang dipengaruhi oleh pola makan tidak seimbang,

infeksi berulang, dan akses sanitasi yang buruk. Studi oleh (Dermawan et al., 2025) menunjukkan bahwa pada anak usia 1- 3 tahun, defisiensi zat gizi mikro seperti zat besi, seng, dan vitamin A sering kali menjadi pemicu utama stunting, yang dapat dicegah melalui PMT yang difortifikasi. Di tingkat rumah tangga, pola pemberian makanan yang tidak tepat, seperti ketergantungan pada makanan karbohidrat sederhana tanpa variasi protein hewani, memperburuk kondisi ini (Muhlshoh et al., 2025). Hal ini menekankan perlunya intervensi yang tidak hanya menyediakan PMT, tetapi juga edukasi bagi orang tua untuk memastikan penerapannya yang konsisten.

Faktor lain penyebab stunting adalah kurangnya asupan gizi yang sesuai selama 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), termasuk periode prenatal sampai usia dua tahun (Ruaida, 2018). Pengetahuan orang tua, terutama ibu, tentang pentingnya makanan bergizi sangat berperan dalam menentukan asupan nutrisi anak. Namun, masih banyak orang tua yang belum memahami jenis makanan bergizi dan cara pencegahan stunting secara optimal (Dewi, Ni Wayan Erviana Puspita Ariani, 2021). Selain itu, disparitas angka stunting antar wilayah masih signifikan. Beberapa daerah seperti Nusa Tenggara Timur, Papua, dan Sulawesi Barat menunjukkan prevalensi yang lebih tinggi dari rata-rata nasional, mencapai lebih dari 30% (Septiana & Ishariyanto, 2025). Hal ini menuntut intervensi khusus dan berkelanjutan guna meningkatkan pengetahuan dan praktik pemberian makanan bergizi bagi anak.

Berdasarkan observasi di Desa Lowayu, ditemukan bahwa terdapat sejumlah anak yang tergolong stunting, yang disebabkan oleh kurangnya pengetahuan orang tua tentang makanan bergizi dan pencegahan stunting. Orang

tua di desa tersebut memiliki keterbatasan informasi mengenai pentingnya asupan gizi seimbang, sehingga pola makan anak tidak terpenuhi dengan baik (Hasil Observasi, 2025). Keterbatasan pengetahuan ini berdampak pada kurang optimalnya upaya pencegahan stunting, walaupun tersedia berbagai program pemerintah. Orang tua yang belum memahami konsep gizi seimbang cenderung memberikan asupan makanan yang kurang bervariasi dan tidak memenuhi kebutuhan anak secara keseluruhan (Sari & Yusran, 2022).

Pengetahuan orang tua menjadi kunci utama dalam upaya mencegah stunting, karena mereka merupakan pengambil keputusan utama dalam pola makan dan pengasuhan anak. Peningkatan pengetahuan melalui edukasi gizi diharapkan dapat merubah perilaku orang tua dalam memberikan makanan bergizi sehingga risiko stunting dapat ditekan (Lolan & Sutriyawan, 2021). Stunting tidak hanya berdampak pada individu tetapi juga berpotensi menghambat kemajuan sumber daya manusia dan ekonomi bangsa. Oleh karena itu, penguatan pengetahuan orang tua tentang makanan bergizi merupakan salah satu strategi penting dalam menanggulangi stunting di Indonesia secara menyeluruh (Dungi et al., 2025). Program PMT di Indonesia telah diimplementasikan melalui berbagai inisiatif pemerintah, seperti Program Keluarga Harapan (PKH) dan posyandu, yang mendistribusikan PMT gratis kepada keluarga rentan. Menurut (Diputra et al., 2025), program ini berhasil menurunkan prevalensi stunting, tetapi cakupan masih rendah di daerah terpencil akibat logistik dan kesadaran masyarakat. Khusus untuk anak usia 1-3 tahun, PMT direkomendasikan diberikan dua kali sehari untuk melengkapi 500-700 kkal energi harian, sesuai pedoman WHO dalam (Maryuni, 2024). Namun, keberhasilan program ini

bergantung pada partisipasi aktif orang tua, yang sering kali terhambat oleh mitos budaya, seperti kepercayaan bahwa makanan tambahan dapat mengganggu pencernaan anak (Abdurrahman et al., 2024).

Faktor risiko spesifik pada rentang usia ini termasuk pola makan pasca-penyapihan yang tidak memadai, di mana anak sering kali diberi makanan lunak berbasis nasi tanpa tambahan sayur atau protein (Dewey, 2016). Penelitian oleh (Christian et al., 2015) di negara-negara Asia Selatan menemukan bahwa PMT yang diberikan selama 6-12 bulan pada usia toddler dapat meningkatkan tinggi badan hingga 0,5 standar deviasi, menunjukkan potensi besar intervensi ini jika diadaptasi dengan konteks lokal Indonesia. Namun, implementasi PMT di tingkat rumah tangga sering kali menghadapi berbagai tantangan, seperti kurangnya pengetahuan orang tua tentang pola pemberian makanan yang benar, keterbatasan akses terhadap PMT berkualitas, faktor ekonomi, dan pengaruh budaya lokal (Saripah et al., 2025). Hal ini menyebabkan efektivitas program PMT belum optimal, terutama pada anak usia 1-3 tahun yang membutuhkan PMT untuk mendukung pertumbuhan pasca-weaning.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini diformulasikan: bagaimana pengetahuan orang tua tentang makanan bergizi dalam upaya mengatasi stunting ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengetahuan orang tua tentang makanan bergizi dalam upaya mengatasi stunting.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini memperkaya wawasan ilmiah dalam bidang kesehatan masyarakat, khususnya mengenai hubungan pengetahuan orang tua dengan pencegahan stunting. Hasil penelitian dapat menjadi referensi bagi penelitian dan pengembangan teori gizi dan kesehatan anak.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini membantu meningkatkan pemahaman orang tua tentang pentingnya makanan bergizi untuk pencegahan stunting, serta menjadi acuan bagi tenaga kesehatan dan pembuat kebijakan dalam merancang program edukasi gizi yang efektif.

E. Batasan Penelitian

Penelitian ini dibatasi pada subjek anak usia 1 sampai 3 tahun yang tinggal di Desa Lowayu. Fokus penelitian adalah pada pengetahuan orang tua mengenai makanan bergizi sebagai upaya untuk mengatasi stunting pada anak usia tersebut. Penelitian ini tidak mencakup anak di bawah 1 tahun atau di atas 3 tahun serta faktor-faktor lain di luar pengetahuan orang tua, seperti kondisi kesehatan anak atau faktor lingkungan. Data yang digunakan berasal dari hasil observasi dan wawancara dengan orang tua di Desa Lowayu untuk memperoleh pemahaman kualitatif tentang permasalahan stunting di wilayah tersebut.

F. Definisi Istilah

Berdasarkan rumusan masalah dalam penelitian di atas, maka dapat diuraikan definisi istilah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Pengetahuan Orang Tua

Pengetahuan orang tua adalah tingkat pemahaman dan wawasan yang dimiliki oleh orang tua mengenai hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan dan gizi anak, khususnya tentang makanan bergizi. (Umasugi et al., 2020), pengetahuan adalah hasil dari pengolahan informasi yang diperoleh individu melalui pengalaman dan pendidikan yang memengaruhi perilaku atau tindakan.

2. Makanan Bergizi

Makanan bergizi adalah makanan yang mengandung kandungan zat gizi lengkap dan seimbang yang dibutuhkan tubuh agar tumbuh dan berkembang secara optimal, meliputi karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral. Menurut (KEMENKES, 2016), makanan bergizi adalah makanan yang memenuhi kebutuhan zat gizi harian untuk menjaga kesehatan dan mencegah penyakit, termasuk dalam upaya pencegahan stunting.

3. Stunting

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis dalam jangka waktu yang lama sehingga tinggi badan anak lebih pendek dibandingkan anak seusianya. Menurut (Handayani, 2023) mendefinisikan stunting sebagai gangguan pertumbuhan dan perkembangan yang dipicu oleh kekurangan asupan gizi dan faktor lingkungan selama masa awal kehidupan.

4. Upaya Mengatasi Stunting

Upaya mengatasi stunting merupakan serangkaian tindakan yang bertujuan mencegah dan menanggulangi stunting pada anak, melalui pemenuhan kebutuhan gizi tepat, edukasi kepada orang tua tentang gizi seimbang, perbaikan pola asuh, serta intervensi kesehatan yang terintegrasi. Menurut (Handayani, 2023), upaya ini menekankan pentingnya peningkatan pengetahuan dan peran aktif orang tua dalam memberikan makanan bergizi dan pola hidup sehat.