



PENTINGNYA LITERASI BAGI IBU DALAM PENCEGAHAN STUNTING

Tasya Sabila, Niken Ayu Anggraeni, Mega Cahya Dwi Lestari

STIT Diniyyah Puteri Rahmah El-Yunusiyah, Padang Panjang

E-mail: tasyasabila278@gmail.com , nikenayuanggraeni03@gmail.com, megacdlestari@gmail.com

ABSTRAK

Persoalan stunting menjadi isu kesehatan nasional yang banyak disebabkan oleh rendahnya literasi kesehatan yang dimiliki para ibu. Karya tulis ilmiah ini lebih fokus membahas mengenai fenomena stunting pada anak usia dini serta pentingnya literasi bagi seorang ibu dalam pencegahan stunting. Karya tulis ilmiah ini menggunakan metode tinjauan pustaka dan penulisan deskriptif dengan menggunakan sumber sekunder dan primer. Teknik pengumpulan data dengan tinjauan pustaka ke perpustakaan dan pengumpulan buku-buku, bahan-bahan tertulis serta referensi-referensi yang relevan dengan penelitian yang sedang dilakukan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa fenomena tingginya kasus stunting pada anak usia dini disebabkan oleh rendahnya literasi ibu terhadap kesehatan dan persoalan stunting. Literasi berperan penting dalam pencegahan stunting dengan menumbuhkan kesadaran dan kecakapan tindakan para ibu dalam pemberian makanan dan pengasuhan pada anak. Apabila ibu berliterasi maka mereka akan memiliki kesadaran dan kepekaan yang tinggi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak serta memerhatikan asupan gizi pada masa tumbuh kembang anak. Oleh karena itu literasi penting bagi ibu sebagai upaya dalam pencegahan stunting.

Kata Kunci: Stunting, Literasi Ibu

ABSTRACT

Stunting is a national health issue that is largely caused by the low health literacy of mothers. This scientific paper focuses more on discussing the phenomenon of stunting in early childhood and the importance of literacy for mothers in preventing stunting. This scientific paper uses a literature review method and descriptive writing using secondary and primary sources. Data collection techniques involve reviewing the library and collecting books, written materials, and references that are relevant to the research being carried out. The results of this research show that the phenomenon of high cases of stunting in early childhood is caused by low maternal literacy regarding health and stunting issues. Literacy plays an important role in preventing stunting by increasing mothers' awareness and skills in providing food and caring for children. If mothers are literate, they will have a high level of awareness and sensitivity towards their child's growth and development and pay attention to nutritional intake during the child's growth and development. Therefore, literacy is important for mothers in an effort to prevent stunting.

Keywords: Stunting, mother literacy

✉ Corresponding author :

Email Address: tasyasabila278@gmail.com

Received 27 January 2024, Accepted 11 February 2024, Published 13 February 2024

A. PENDAHULUAN

National Institute for Literacy mengartikan literasi sebagai kemampuan seseorang untuk membaca, menulis, berbicara, menghitung, dan memecahkan masalah pada tingkat keahlian yang diperlukan dalam pekerjaan, keluarga, dan masyarakat. Pada pengertian ini dapat kita pahami bahwa pemahaman literasi dapat membuat seseorang menyelesaikan masalahnya sendiri dengan informasi dan pengetahuan yang didapatkannya melalui kegiatan membaca, menulis, dan berbicara.

Tidak hanya membantu menyelesaikan masalah, literasi juga berfungsi membentuk karakter, pemikiran, dan tingkah laku keseharian seseorang. Hal ini dapat dilihat dari respon dalam penyelesaian masalah. Contohnya langsung tanggap, pengabaian serta bersikap tidak empati terhadap permasalahan. Respon tergantung dari tingkat literasi masing-masing.

Literasi juga sangat memengaruhi cara pikir dan tindakan seseorang, terutama seorang perempuan yang menjadi ibu di dalam keluarga. Ibu memainkan peran penting dalam membentuk generasi. Hal ini dapat dilihat dari peran penting ibu dalam mengasuh, mendidik anak, memberi anak makan, dan bentuk-bentuk pola asuh yang akan diterapkan dalam mendidik anak di usia emas (0-6 tahun) yaitu periode penting untuk menstimulan perkembangan anak.

Rendahnya tingkat literasi ibu menyebabkan buruknya pemberian pola asuh pada anak yang dapat berakibat fatal. Pola asuh yang buruk dapat menyebabkan stunting pada anak. Pola asuh yang dimaksud adalah pemenuhan gizi yang tidak sesuai dengan kebutuhan anak seperti yang terjadi di Desa Taro Kabupaten Gianyar Bali, penelitian menyebutkan bahwasanya orangtua yang tidak memberikan pola asuh yang baik akibat dari minimnya pengetahuan terhadap pola asuh berakibat pada pemberian makanan instan pada anak usia pertumbuhan.¹

Semestinya anak diberi makanan yang bergizi untuk menstimulan pertumbuhannya. Penelitian di Nepal menunjukkan bahwa pemberian *junk food* pada anak membuat bayi kekurangan gizi dan mengalami pertumbuhan yang buruk.² Penelitian yang

¹Ellyvon Pranita,(kompas.com: 2022)

² CNN Indonesia (2019)

dipublikasikan pada *Journal of Nutrition* ini mendapati makanan cepat saji membuat bayi kehilangan vitamin, mineral, dan kebutuhan gizi lainnya yang membuat anak mengalami indikasi stunting. Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh Alissa Pries dari organisasi kesehatan global Helen Keller International menegaskan bahwasanya konsumsi *junk food* pada balita mengakibatkan anak mengidap stunting karena pemenuhan gizi yang tidak terpenuhi oleh makanan instan tersebut. Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) provinsi Bangka Belitung mengungkapkan bahwa pola asuh dan makanan instan menjadi penyebab tingginya angka stunting di Bangka Belitung yang mencapai prevalensi 18,6% .³

Stunting sendiri merupakan kondisi tinggi badan seseorang lebih pendek dibandingkan tinggi badan orang lain pada umumnya (yang seusia). *Stunted (short stature)* atau tinggi/panjang badan terhadap umur yang rendah digunakan sebagai indikator malnutrisi kronik yang menggambarkan riwayat kurang gizi balita dalam jangka waktu lama.⁴ Menurut Kementerian Kesehatan berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) prevalensi stunting di Indonesia 21,6% di 2022. Angka ini tentu bukan yang diharapkan oleh Indonesia mengingat toleransi maksimal *World health Organization (WHO)* untuk prevalensi stunting di Indonesia hanya berkisar pada angka 20%. Hal ini menyebabkan Indonesia menjadi negara dengan tingkat stunting tertinggi nomor 4 di dunia.⁵

Persoalan stunting merupakan problematika besar yang harus diatasi oleh bangsa ini. Konsisten menjadi isu kesehatan nasional selama beberapa tahun belakangan menandakan bahwa stunting dapat mengancam kualitas generasi penerus bangsa. Stunting berdampak pada rendahnya kualitas sumber daya manusia yang dapat mengakibatkan anak penderita stunting menderita kognitif lemah dan psikomotorik terhambat, kesulitan menguasai sains dan berprestasi, lebih mudah terkena penyakit degeneratif, dan sumber daya manusia yang berkualitas rendah. ⁶

Dampak stunting yang dapat menurunkan kualitas bangsa menandakan bahwa persoalan ini harus segera diatasi. Penyebab-penyebab yang melatarbelakangi tingginya

³ BKKBN (2022)

⁴Rahayu,dkk, *Study Guide "STUNTING dan Upaya Pencegahannya"* bagi mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat, (Yogyakarta: CV Mine,2018) hal 10

⁵Ellyvon Pranita,(kompas.com,2021)

⁶Hardisman Disman, *Empat Dampak Stunting Bagi Anak dan Negara Indonesia*, (The Conversion;2019) hal 2

angka stunting di Indonesia harus segera mendapatkan solusi penanggulangannya. Rendahnya pengetahuan ibu mengenai pola asuh anak dan asupan gizi menandakan rendahnya tingkat literasi ibu di Indonesia. Oleh karena itu penting untuk memberikan solusi terbaik guna pencegahan keminiman pengetahuan ibu di keluarga.

B. METODE

Metode penulisan pada karya ilmiah ini adalah kajian pustaka yang berisikan teori-teori relevan dengan permasalahan. Dilakukan pengkajian mengenai konsep dan teori yang digunakan berdasarkan literatur yang tersedia, terutama dari buku-buku, jurnal dan karya ilmiah yang dipublikasikan di situs jurnal ilmiah.

Pada karya ilmiah ini sumber primer adalah jurnal penelitian mengenai *Faktor penyebab Stunting pada Anak: Tinjauan Literatur* karya Yanti ND, dkk., *Faktor-Faktor Penyebab Stunting Pada Anak* karya Mere Neherta, dkk, *Study Guide "STUNTING dan Upaya Pencegahannya"* bagi mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat karya Rahayu,dk, *Empat Dampak Stunting Bagi Anak dan Negara Indonesiakarya* Hardisman Disman.*Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Kejadian Stunting* karya Awa Ramadhani, dkk. *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Pada Anak usia Dini di Indonesia* karya Muhammad Ridho Nugroho,dkk Sedangkan sumber Sekunder adalah sumber-sumber yang diambil dari sumber selain sumber primer, seperti *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya* karya Sukardi, *Pentingnya penguasaan Literasi Bagi Generasi Muda Dalam Menghadapi MEA* karya Putri Olviolonda, dkk, *Konsep Pencegahan dan Pengendalian Penyakit* karya Nasry, *kompas.com*, jurnal-jurnal, buku, serta tesis dan skripsi serta karya ilmiah lainnya yang berhubungan dengan karya ilmiah ini.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data menunjukkan anak Indonesia yang menderita stunting sebanyak 21,6%.⁷ Hal ini mengindikasikan bahwa hampir seperempat anak balita di Indonesia menderita stunting. Tingginya kasus stunting tersebut mengindikasikan bahwa kasus ini berada pada tahap yang mengkhawatirkan dan harus ditanggulangi dengan cepat. Jika terus dibiarkan maka akan terwujud sumber daya manusia yang berkualitas rendah. Hal ini dapat dilihat dari dampak stunting sendiri terhadap perkembangan anak yang dapat menyebabkan

⁷ Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), 2022

terhambatnya perkembangan motorik, rendahnya kemampuan kognitif, kondisi imun anak yang lemah, mudah terdampak penyakit degeneratif. Penyebab utama anak menderita stunting adalah rendahnya tingkat pengetahuan ibu mengenai kesehatan keluarga. Fakta tersebut menjadi bukti bahwa tingkat literasi ibu di Indonesia masih rendah.⁸

Semestinya ibu memiliki kemampuan literasi yang memadai karena memiliki peran penting dalam masa pengasuhan anak. Ibu yang berliterasi akan mengetahui secara maksimal informasi-informasi mengenai kesehatan keluarga, terutama kesehatan anak. Ia paham bahwa pengasuhan anak berhubungan erat dengan pemberian makana, pola asuh yang diterapkan, kebutuhan gizi, pencegahan dari berbagai penyakit, dan hal lainnya tentang kesehatan anak.

Literasi pada ibu menjadi kunci dalam penanggulangan kasus stunting, karena pada masa usia dini (0-6 tahun) masa usia emas anak berada pada tahap pengasuhan intensif orang tua. Peran literasi bagi ibu dalam pencegahan stunting dapat dilihat dari pemilihan ibu terhadap bahan yang akan dikonsumsi anak. Bisa diketahui bahwa saat ini begitu banyak makanan cepat saji atau dikenal dengan sebutan makanan instan yang siap dikonsumsi oleh anak. Tidak semua makanan cepat saji tersebut baik dikonsumsi oleh anak. Hal ini karena pada usia dini anak memerlukan asupan gizi yang cukup untuk menstimulasi perkembangannya. Pentingnya literasi dalam hal pemilihan makanan ini adalah ibu akan memilih dan mengolah makanan bergizi yang tepat untuk dikonsumsi oleh anaknya.

Seorang ibu yang berliterasi tidak akan memberikan anak makanan sembarangan. Hal ini karena ia paham seribu hari pertama kehidupan anak membutuhkan asupan gizi yang tepat. Tidak akan ada lagi kasus pemberian makanan yang tidak tepat pada anak usia dini jika ibu memahami arti penting konsumsi makanan bergizi pada anak. Literasi turut berperan penting dalam menumbuhkan kesadaran pada diri ibu akan ilmu dan informasi mengenai kesehatan anak. Kesadaran akan literasi kesehatan yang membuat ibu akan antusias dan giat dalam menggali ilmu-ilmu kesehatan anak yang dapat diperoleh di Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu). Sejatinya Posyandu sudah menyediakan berbagai informasi kesehatan yang cukup guna perkembangan anak. Para ibulah yang seyogyanya

⁸ Yanti, ND, dkk, (2020) Faktor penyebab Stunting pada Anak: Tinjauan Literatur, (*REAL in Nursing Journal (RNJ)*)

sadar akan hal pentingnya literasi kesehatan untuk selalu berkonsultasi dan menggali ilmu dari para petugas kesehatan terkait tumbuh kembang anak.

Ibu yang berliterasi akan memahami pentingnya masa pertumbuhan dan perkembangan terhadap masa depan anak. Ibu akan mendesain masa pertumbuhan semaksimal mungkin guna mengoptimalkan perkembangan anak. Ia berusaha memahami gangguan-gangguan pada masa tersebut. Ibu akan menggali informasi dari seluruh pihak-pihak yang terkait guna memaksimalkan tumbuh kembang anak. Ibu yang peka terhadap masa tumbuh kembang anak akan berusaha menggali informasi-informasi tumbuh kembang anak dengan petugas kesehatan. Informasi kesehatan yang baik akan membuat ibu membuat perencanaan yang baik terkait dengan pertumbuhan dan perkembangan anak. Perencanaan dan pendesaian masa depan anak ini akan menghasilkan ibu yang cepat tanggap. Apabila terjadi tahap perkembangan yang tidak sesuai dengan usia anak, maka seorang ibu akan dengan tanggap melakukan tindakan yang tepat pada anak. Baik itu memberikan anak obat atau membawa anak pada pelayanan kesehatan.

Literasi seorang ibu memiliki peranan yang sangat penting dalam kasus penanggulanagn stunting. Sebab, hal utama penyebab stunting seperti ketidaktahuan ibu terhadap permasalahan stunting dapat diatasi jika ibu memiliki kesaadran, kepekaan, dan cepat tanggap terhadap masa perkembangan anak. Hal inilah yang dibentuk oleh literasi secara terstruktur membuat ibu memiliki kesadaran yang tinggi terhadap kesehatan anak sehingga dapat menanggungi kasus stunting. Literasi yang kuat pada ibu akan membuat ibu memiliki kemampuan dalam pengasuhan anak sehingga kasus pemverian makanan yang tidak bergizi seimbang pada anak dapat ditanggulangi. Ibu memainkan peran penting pada masa pengasuhan seyogyanya literasi harus sangat dimiliki oleh seorang ibu guna anak sehat dan bebas dari stunting, guna menghasilkan generasi yang berkualitas.⁹

D. KESIMPULAN

Penulis mengambil kesimpulan bahwa tingginya kasus stunting yang banyak terjadi di Indonesia sebagian besar disebabkan oleh lemahnya pengetahuan masyarakat terutama kaum ibu terhadap kesehatan anak pada masa pertumbuhan dan perkembangan. Stunting

Siti Fadjriyana Fitroh, Eka oktavianingsih, *Peran parenting dalam Meningkatkan Literasi Kesehatan Ibu terhadap Stunting di Bangkalan Madura*, (Jurnal Obsesi, Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, Vol 04. No.02, 2020)

dapat diatasi dengan meningkatkan kemampuan literasi ibu. Literasi membuat ibu memiliki kesadaran dan kepekaan yang berpengaruh terhadap tindakan ibu dalam pengasuhan. Ibu yang berliterasi akan mampu memahami dampak dan bahaya stunting sehingga akan lebih waspada dan mencegah stunting pada anak. Para ibu harus lebih giat dan memiliki kesadaran yang tinggi terhadap masa pertumbuhan anak sehingga memahami pola asuh dan pemberian makanan yang tepat bagi anak. Selain itu, keluarga dan pemerintah harus mendukung penuh kesadaran dan kegiatan yang meningkatkan literasi ibu. Masyarakat juga harus memberikan ruang dan sarana prasarana yang memadai bagi para ibu untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan literasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Bawono Yudho, Oktavianingsih, Evita Sari. (2020) Peran Parenting Dalam Meningkatkan Literasi Kesehatan Ibu Terhadap Stunting di Bangkalan Madura. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pengabdian Masyarakat, Vol 4, No.2*
- Dirgahayu Primivita,N. (2015). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Hidup Bersih Sehat Siswa di Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah Gonilan Kartasura Sukahardjo. *Doctoral Dissertation*
- Disman, Hardisman, (2019). Empat Dampak Stunting Bagi Anak dan Negara Indonesia. *(The Conversion)*
- Fitroh Fadjriyana Siti, Eka Oktavianingsih (2020). Peran parenting dalam Meningkatkan Literasi Kesehatan Ibu terhadap Stunting di Bangkalan Madura, *(Jurnal Obsesi: Jurnal pengabdian Masyarakat Vol 4, No. 2)*
- Kuncoro.G.Pambayun, (2022) *Kartini Tiga Dimensi Antologi Kisah Emansipasi di Masa Pandemi Tentang R.A.Kartini*. (Sukoharjo: CV.Oase Pustaka)
- Nasry, 2006, Konsep Pencegahan dan Pengendalian Penyakit *(Jurnal: Universitas Esa Unggul)*
- Neherta Mere, (2023) Faktor-Faktor Penyebab Stunting Pada Anak. Indramayu: Penerbit Adab
- Nugroho Muhammad Ridho, dkk, 2021, Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Pada Anak Usia Dini di Indonesia, *(Jurnal Obsesi: Jurnal pendidikan Anak usia Dini Vol 5 N0 2)*
- Olviolanda Putri, (2017). Pentingnya penguasaan Literasi Bagi Generasi Muda Dalam Menghadapi MEA, *(The 1st Education International Conference Proceedings Center for International Language Development of Unnisula)*
- Pranita Ellyvon, 2022 *(kompas.com: 2022)*

- Rahayu, dkk, 2018, *Study Guide "STUNTING dan Upaya Pencegahannya" bagi mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat, (Yogyakarta: CV Mine)*
- Rahmi Putri, (2019), Peran Nutrisi Bagi Tumbuh Kembang Anak Usia Dini,(*Jurnal Pendidikan Anak Bunayya, Vol 05, No.01*)
- Ramadhani,Awa,(2020) Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Kejadian Stunting, (*Jurnal Proseding Seminar Nasional : Universitas Muhammadiyah Purwekerto*)
- Silas,L.,Rantetampang,A.L.,Tingginehe,R.& Mallongi,A. (2018). The Factors Affecting Stunting Child Under Five Years in Sub Province Mimika. *International Journal Of Science & Healthcare Reasearch Yanti, ND. (2020)*
- Siswati ,Tri. (2021). Literasi stunting Pada Masa Pandemi Covid-19 Untuk Ibu dan Kader Posyandu Desa Umbulrejpo Kepanewon Ponong Kabupaten Gunung Kidul. (*Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara, Vol 4, No 2*)
- Study Guide "STUNTING dan Upaya Pencegahannya" Bagi Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat. Yogyakarta: CV Mine Sutarto. (2018).*
- Stunting, Faktor Resiko dan Pencegahannya. (*AGROMEDIS UNIL, Vol 5 No 1*)
- Sukardi (2013) *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya* (Jakarta: PT Bumi Aksara)
- Sutarto, dkk (2018) Stunting, Faktor Resiko dan Pencegahannya. (*AGROMEDIS UNIL, Vol 5 No 1*)
- Uce Loeziana, (2018) Pengaruh Makanan Terhadap Kualitas Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini,(*Jurnal Pendidikan Anak Bunayya, Vol 04, No.02.*)
- Yanti, ND, dkk, (2020) Faktor penyebab Stunting pada Anak: Tinjauan Literatur, (*REAL in Nursing Journal (RNJ): Universitas Fort De Cock Bukittinggi, Vol 3, No.1*)
- Zoolner,J.,You, (2011) *Health Literacy is associed With Healthy eating Index Scores and Sugar-Sweetened Beverage Intake: Findings From The Rural Lower Mississippi Delta. Journal Of The ameri*