

Dukungan Orang Tua dalam Pencegahan Stunting pada Balita: Literatur Review

Rahmad Julianto

Universitas Islam Negeri Ar-Raniry

rahmat.julianto@ar-raniry.ac.id

Abstract

Parental support is important to maintain and encourage children's growth and development, especially at the age of five years. Stunting is a polemic for parents and an unavoidable problem, especially in developing countries such as Indonesia. Stunting is caused by chronic malnutrition and infections that occur at an early age of child growth and development. The purpose of this study is to analyze parental support in preventing stunting in toddlers. Studies with literature analysis conducted on the google scholar online database with accessible Indonesian text articles. The study results from seven articles analyzed various parental support in preventing stunting for their toddlers which are influenced by parental knowledge and awareness as well as positive behavior in supporting stunting prevention. The study findings investigate the need for parents' awareness and seriousness in providing support to maintain the nation's golden generation in the future.

Keyword: *Support; parents; stunting prevention; toddlers*

Abstrak

Dukungan orang tua merupakan hal penting untuk menjaga dan mendorong pertumbuhan dan perkembangan anak khususnya di usia balita (bayi lima tahun). Stunting menjadi polemik bagi orang tua dan masalah yang tidak dapat dihindari khususnya negara berkembang seperti di Indonesia. Stunting diakibatkan karena kekurangan gizi kronis dan infeksi yang terjadi pada usia diawal pertumbuhan dan perkembangan anak. Tujuan studi ini menganalisis dukungan orang tua dalam pencegahan stunting pada balita. Studi dengan analisis kepustakaan yang dilakukan pada database online google scholar dengan teks artikel berbahasa Indonesia yang dapat diakses. Hasil studi dari tujuh artikel dianalisis beragam dukungan orang tua dalam mencegah stunting bagi balitanya yang dipengaruhi oleh pengetahuan dan kesadaran orang tua serta perilaku positif dalam mendukung pencegahan stunting. Temuan studi menginvestigasi perlunya kesadaran dan kesungguhan orang tua memberikan dukungan guna menjaga generasi emas bangsa dimasa depan.

Kata kunci: Dukungan; orangtua; pencegahan stunting; balita

Pendahuluan

Masalah stunting menjadi polemik bagi orang tua dan masalah yang tidak dapat dihindari khususnya negara berkembang seperti Indonesia. Prevalensi stunting pada balita di Indonesia pada Tahun 2013 mencapai 37 % sedangkan pada Tahun 2023 berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia terjadi penurunan mencapai 21,5 %. Walau prevalensi stunting di Indonesia kurun waktu lima tahun terakhir mengalami penurunan, namun stunting di Indonesia masih cukup tinggi (Kemenkes, 2024).

Kementerian kesehatan bahkan merilis bahwa stunting dapat mengancam pertumbuhan dan perkembangan anak balita khususnya pada 1000 hari pertama kelahiran sehingga menjadi perhatian penting penanganannya khususnya bagi orang tua. (Kemenkes, 2024). Salah satu penelitian mengaitkan orang tua dalam stunting dimana menunjukkan adanya hubungan pendidikan orang tua, konsumsi makanan yang diperoleh ibu serta terpaparnya penyakit infeksi yang didapat oleh orang tua menjadi indikasi rentannya stunting menimpa anak balita (Trisutrisno et al., 2022)

Beberapa studi melaporkan bahwa keikutsertaan dukungan orang tua merupakan salah satu hal penting untuk menjaga dan mendorong pertumbuhan dan perkembangan anak khususnya usia balita agar terhindar dari stunting baik mulai dari penyiapan suplai gizi makanan bagi ibu dan balitanya (Nunung Nurjanah, Nisa Rizki Nurfiti, 2024), optimalisasi orang tua dalam memberikan asi eksklusif (Gulo & Subuh, 2024) serta perilaku positif orang tua dalam tumbuh kembang anak hingga usia balita (Yuningsih et al., 2022).

Oleh karena itu, peneliti dalam studi literatur ini menelaah lebih lanjut dukungan efektif orang tua dalam mencegah stunting pada balita dengan menganalisis fenomena dan langkah strategi yang dilakukan dari berbagai studi melalui temuan metodologi dalam upaya menekan laju stunting dan meningkatkan kualitas tumbuh kembang balita.

Metode

Dalam studi ini, peneliti menelusuri 8 artikel terkait dan relevan di Indonesia dengan menggunakan pencarian data base penelitian google scholar. Penelusuran studi dibatasi pada artikel berbahasa Indonesia dan dapat diakses secara gratis yang terbit sejak Januari 2024 hingga Januari 2025 dengan kata kunci antara lain dukungan, orang tua, pencegahan stunting dan balita.

Temuan artikel tersebut dianalisis melalui metode penelitian dan hasil investigasi yang memuat berbagai langkah strategi dalam mendorong dukungan orang tua guna mencegah stunting pada balita.

Hasil dan Pembahasan

A. Dukungan orang tua dalam pemenuhan nutrisi bagi balita

Berbagai bentuk dukungan orang tua dalam perannya memberikan kontribusi penting meningkatkan tumbuh kembang balita sehingga diharapkan membantu upaya mewujudkan harapan generasi yang berkualitas serta mencegah stunting. Peneliti melakukan analisis dari beberapa studi yang menunjukkan adanya dukungan orang tua dalam pemenuhan gizi dan nutrisi yang optimal dapat membantu upaya pencegahan stunting terutama dalam mendukung pemenuhan gizi yang seimbang dan proporsional dan memberikan alternatif makanan tambahan berupa olahan buah pisang yang syarat gizi dalam upaya pemenuhan gizi balita (Nunung Nurjanah, Nisa Rizki Nurfiti, 2024).

Damayanti seperti dikutip dalam Nunung Nurjannah, Nisa Rizki Nurfiti (2024) menyatakan bahwa karakter anak balita yang menyukai cemilan makanan mendorong orang tua untuk dapat memilih alternatif makanan yang potensial mendukung pemenuhan gizinya. Melalui pemanfaatan buah pisang sebagai alternatif makanan tambahan dan umumnya tumbuh subur hampir diseluruh wilayah Indonesia serta memiliki kadar kandungan mineral yang tinggi yang dapat dikonsumsi dan diolah sehingga bermanfaat dalam mencegah stunting. Menariknya, studi lainnya mengungkapkan salah satu metode eating box diyakini dapat membantu orang tua dalam merencanakan pemberian makanan yang optimal dan sesuai asupan nutrisi dan perkembangan kebutuhan bagi balita (Batara et al., 2024).

Walaupun pemberian alternatif makanan tambahan diberikan, memastikan pemenuhan nutrisi dan gizi yang seimbang lainnya juga tetap diberikan oleh orang tua khususnya ibu dan memberikan nilai asupan gizi yang sesuai kebutuhan khususnya balita, terutama pada bayi dengan penyediaan ASI eksklusif sesuai masa pertumbuhan dan perkembangannya khususnya pada usia 0 – 6 bulan sehingga pemenuhan gizi optimal tersebut dapat memacu pertumbuhan dan peningkatan berat badan dan tumbuh kembang hingga balita tetap terjaga (Merin Mediloka, Indri Puji Lestari, 2023).

Dalam studi lainnya menegaskan bahwa peran serta dan dukungan orang tua khususnya ibu dalam pemberian ASI eksklusif dapat membantu mengurangi resiko kekurangan gizi dan mencegah dampak kejadian stunting prevalensi stunting dapat menurun pada wilayah tersebut (Gulo & Subuh, 2024). Faktor dukungan orang tua dalam pemenuhan nutrisi dan pemberian

makanan yang baik bagi balita dipengaruhi juga oleh tingkat pendidikan orang tua yang memadai sehingga dengan demikian memudahkan pemahaman dan kesadarannya memenuhi kebutuhan makanan bagi balita secara optimal (Trisutrisno et al., 2022; Nuraiman dan Elfina., 2025). Bahkan analisis hasil studi lainnya memberikan pernyataan serupa bahwa adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan orang tua yang baik khususnya pada balita mempengaruhi dukungan dan motivasinya dalam upaya meningkatkan kesehatan dan pencegahan stunting (Fitri Supardi, 2024).

B. Dukungan orang tua dengan menumbuhkan perilaku positif mencegah stunting

Dukungan orang tua melalui perilaku adaptif yang mengarahkan sikap positif orang tua dalam menanggulangi dan mencegah stunting pada balita menjadi fokus dan perhatian utama. Bentuk perilaku adaptif yang dapat mendorong sikap positif orang tua yang muncul antara lain sikap peduli dan perhatian dalam menjaga asupan gizi dan nutrisi balita sehingga dapat mempengaruhi tindakan orang tua untuk tetap mengoptimalkan penyediaan makanan yang baik guna pertumbuhan dan perkembangan balita 1000 hari pertama kehidupannya.

Salah satu studi menelaah keterkaitan adanya perilaku orang tua yang menunjukkan sikap peduli dan perhatian dalam memberikan asupan nutrisi yang penting bagi balita dapat mempengaruhi pola kebiasaan dalam pemberian makanan dengan gizi yang seimbang (Yuningsih et al., 2022). Pola perilaku positif orang tua yang dapat mendorong dukungan orang tua dalam mencegah stunting dengan aktif secara personal mengikuti berbagai kegiatan yang dapat meningkatkan pemahaman dan mendorong motivasi orang tua untuk peduli terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak melalui keikutsertaan dalam kelas parenting, dimana dalam kelas parenting tersebut orang tua diberikan pembekalan pengetahuan dan motivasi untuk terlibat secara aktif melindungi dan menjaga balitanya terhindar dari stunting (Endang wahyuningsih et al., 2024).

Bahkan studi lainnya mengungkapkan model edukasi yang penting bagi orang tua terutama dalam memberikan pemahaman dan kesadaran orang tua terkait pengolahan menu dan pemberian makanan dan nutrisi penting bagi balita sehingga mendorong dukungan orang tua dalam pencegahan stunting melalui keterlibatan orang tua program edukasi tersebut secara efektif (Dainy et al., 2024). Hasil penelusuran peneliti terangkum dalam analisis table dibawah ini

Tabel.1
Hasil Pencarian Artikel Terkait Dukungan Orang Tua

dalam Pencegahan Stunting pada Balita

No	Judul dan Peneliti	Metode	Hasil
1.	Pencegahan stunting dengan pengembangan kelas orang tua Endang Wahyuningsih, et al., 2024	Analisis pendekatan studi kualitatif melalui perangkat pembelajaran kelas parenting (orang tua) dengan melewati beberapa tahapan studi	Studi ini menelaah efektifitas kelas orang tua dalam memberikan pemahaman orang tua terkait pencegahan stunting pada balita
No	Judul dan Peneliti	Metode	Hasil
2.	Edukasi pengolahan menu dan porsi makan balita sebagai upaya pencegahan stunting di Kabupaten Bogor Dainy, et al., 2024	Pendekatan studi deskriptif eksploratif dengan diawali demonstrasi pengolahan makanan dan mengukur pengetahuan responden terkait porsi makan balita dengan jumlah responden 170 orang tua.	Studi menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pengetahuan orang tua khususnya ibu dalam penyiapan porsi makan balita pasca demonstrasi pengolahan makanan.
3.	Strategi cost effective pencegahan stunting melalui penggunaan eating box Batara, et al., 2024	Pendekatan studi eksploratif melalui observasi dan wawancara kepada orang tua khususnya ibu yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat tersebut.	Studi pengabdian masyarakat ini mendorong perhatian orang tua dalam memberikan edukasi dan pemahaman pentingnya makanan pendamping ASI guna mencegah stunting pada balita
4.	Program gerakan ibu balita cegah stunting melalui sadar gizi (SADARZI) dan pemanfaatan racikan kulit pisang (RAPI) menjadi banana cookies di klinik arsy medika Desa Cikalahang Nunung Nurjannah; Nisa Rizki Nurfita; Diani Magasida., 2024	Pendekatan studi eksploratif dengan observasi, wawancara dan penyebaran kuesioner kepada orang tua khususnya ibu yang memiliki balita melalui kegiatan pengabdian masyarakat	Studi pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan dukungan orang tua dalam mengikuti program dan menindaklanjuti upaya pencegahan stunting balita
5.	Hubungan pemberian ASI Eksklusif dengan kejadian stunting pada balita di Kabupaten Nias Barat Tahun 2024 Gulo, Sri Dewi; Subuh, M., 2024	Studi dengan pendekatan kualitatif cross sectional dengan jumlah responden 90 orang ibu yang memiliki balita	Studi menginvestigasi adanya hubungan yang signifikan antara pemberian ASI Eksklusif dengan kejadian stunting pada balita.
6.	Hubungan antara pengetahuan dan dukungan orang tua dan keluarga dengan anak stunting di Puskesmas Tinangkung Utara Kabupaten Banggai Kepulauan Fitri Supardi., 2024	Pendekatan studi dengan kualitatif cross sectional dengan jumlah sampel 33 orang tua khususnya ibu yang memiliki balita	Hasil studi menunjukkan adanya hubungan yang signifikan pengetahuan dan dukungan orang tua yang tinggi dan baik dapat mempengaruhi terhadap rencahnya kejadian stunting pada anak balita
7.	Hubungan tingkat pengetahuan ibu dan pola pemberian makanan	Studi dengan pendekatan cross sectional studi dengan menganalisis	

	dengan kejadian stunting pada balita di wilayah Puskesmas Biromaru Kabupaten Sigi Tahun 2024 Nuraiman; Elfina., 2025	responden ibu yang memiliki balita dengan jumlah sampel sebanyak 44 orang	Studi menginvestigasi adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu yang baik mempengaruhi uoaya ibu dalam memenuhi kecukupan pola pemberian makanan yang mendukung dan mencegah kejadian stunting pada balita
--	---	---	---

Kesimpulan

Berdasarkan analisis terhadap 7 studi penelitian yang telah dilakukan pada studi literatur ini menunjukkan sebagian besar studi mengarahkan pada area pengabdian masyarakat sehingga mendorong stimulus dukungan orang tua dalam mengikuti program dalam upaya penanganan stunting secara efektif.

Hasil studi yang dipresentasikan menunjukkan adanya prioritas yang utama dan penting keikut sertaan dukungan orang tua dalam upaya penanganan stunting pada balita, sehingga diharapkan peran dukungan orang tua menjadi sarana efektif mendekatkan hubungan dan kepedulian serta rasa cinta dan kasih sayang orang tua dengan balita dalam memenuhi tingkat pertumbuhan dan perkembangan balitanya terutama pada 1000 hari pertama kelahiran.

Referensi

- Batara, G., Ramadhan, M. H., Abdullah, S., & ... (2024). Strategi Cost Effective Pencegahan Stunting Melalui Penggunaan Eating Box. *Jurnal Pengabdian ...*, 4, 91–97.
<https://jpaceh.org/index.php/pengabdian/article/view/274%0Ahttps://jpaceh.org/index.php/pengabdian/article/download/274/193>
- Dainy, N. C., Kushargina, R., Anwar, K., & Herdiansyah, D. (2024). Edukasi Pengolahan Menu dan Porsi Makan Balita sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Kabupaten Bogor. *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI)*, 5(1), 33–42. <https://doi.org/10.36590/jagri.v5i1.876>
- Endang wahyuningsih, Lilik Hartati, Astri Wahyuningsih, & Wiwin rohmawati. (2024). Pencegahan Stunting Dengan Pengembangan Kelas Orang Tua. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 14(1), 1–9. <https://doi.org/10.61902/involusi.v14i1.950>
- Fitri Supardi. (2024). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Dukungan Orang Tua Dan Keluarga Dengan Anak Stunting Di Puskesmas Tinangkung Utara Kabupaten Banggai Kepulauan. *Jurnal Dunia Ilmu Kesehatan (JURDIKES)*, 2(2), 40–47.
<https://doi.org/10.59435/jurdikes.v2i2.259>

- Gulo, S. D., & Subuh, M. (2024). *Stunting Pada Balita Di Kabupaten Nias Barat Tahun 2024*. 8, 4473–4484.
- Merin Mediloka, Indri Puji Lestari, R. N. (2023). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Pemberian ASI Eksklusif Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional, Volume 6* (, 155–164.
- Nunung Nurjanah, Nisa Rizki Nurfita, D. M. (2024). *Program Gerakan Ibu Balita Cegah Stunting Melalui Sadar Gizi (Sadarzi) Dan Pemanfaatan Racikan Kulit*. 5(2), 2826–2833.
- Kemendes (2024). *Peringatan HAN 2024 Jadi Momentum Lindungi Anak dari Stunting dan Polio*. <https://sehatnegeriku.kemdes.go.id/baca/umum/20240723/4346087/peringatan-han-2024-jadi-momentum-lindungi-anak-dari-stunting-dan-polio/>. Diakses 2 Februari 2025.
- Kemendes (2024). *1000 HPK Kunci Cegah Stunting*. <https://ayosehat.kemdes.go.id/1000-hpk-kunci-cegah-stunting>. Diakses 2 Februari 2025
- Trisutrisno, I., Hasnidar, & Mustar. (2022). Hubungan Pendidikan Ibu, Konsumsi Makanan, Dan Riwayat Infeksi Dengan Kejadian Stunting Di Tapanuli Selatan. *Jurnal Suara Kesehatan*, 8(2), 14–22. <https://doi.org/10.56836/journaliskb.v8i2.63>
- Yuningsih, Y., Sosial, K., Sosial, I., & Politik, I. (2022). *Parental Behavior in Stunting Prevention in Palasari Village, Ciater District, Subang District*.