

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Stunting pada Anak Usia Dini

1. Pengertian Stunting

Kekurangan gizi pada anak usia dini seringkali dikaitkan dengan kurangnya asupan vitamin mineral yang spesifik dan berhubungan dengan mikronutrien maupun makronutrien. Dampak dari kekurangan zat gizi ini yaitu meningkatnya risiko penyakit infeksi dan juga kematian pada sel yang menghambat pertumbuhan dan perkembangan mental. *Stunting* merupakan keadaan gagal tumbuh pada balita akibat kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek. (Nugroho et al., 2021)

Masalah balita pendek menggambarkan adanya masalah gizi kronis yang dipengaruhi oleh kondisi ibu atau calon ibu, masa janin, dan masa bayi atau balita, termasuk penyakit yang diderita selama masa balita serta masalah lainnya yang secara tidak langsung mempengaruhi kesehatan (Kemenkes, 2016). Pada balita, *stunting* perlu mendapatkan perhatian khusus karena dapat menyebabkan terhambatnya pertumbuhan fisik, perkembangan pada mental anak, dan status kesehatan pada anak. Masalah gizi dan *stunting* merupakan dua masalah yang saling berhubungan. *Stunting* pada anak merupakan dampak dari defisiensi nutrien selama 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). (Setiawan et al., 2018)

Periode 1.000 hari yang dimaksud adalah 270 hari selama kehamilan ibu, hingga 730 hari pada kehidupan pertama bayi yang dilahirkan. Periode ini merupakan periode sensitif dan sangat penting sehingga disebut *golden periode*. Gangguan pertumbuhan berawal dari dalam kandungan. Janin yang tumbuh dalam kandungan ibu yang mengalami kurang gizi kronis akan menyebabkan pertumbuhan yang tidak optimal yang dikenal dengan istilah *Intra Uterine Growth Retardation* (IUGR). Kebanyakan bayi memiliki ukuran dan berat badan yang rendah ketika ia dilahirkan terlalu cepat atau kelahiran *premature*. Agar kondisi IUGR ini tidak terjadi, maka sebaiknya kondisi janin dipantau secara berkala dengan melakukan pemeriksaan kandungan secara rutin ke dokter. Sebab, dampak yang dapat timbul ketika kebutuhan anak tidak terpenuhi akan bersifat permanen dan tidak dapat dikoreksi. Dampak yang nantinya akan didapat tidak hanya pertumbuhan fisik, tetapi juga pada perkembangan kognitif dan mental anak. *Stunting* juga merupakan masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. (Sandjojo, 2017)

Permasalahan kebutuhan gizi yang mengakibatkan *stunting* pada balita dapat dikatakan sebagai masalah yang kronis. Pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan nutrisi maupun faktor di luar itu yang mempengaruhi *stunting* harus diperhatikan dan juga harus dijaga. Sebab, asupan makanan bergizi dan juga pola makan yang tepat akan berpengaruh terhadap tumbuh

kembang anak dan generasi masa depan sebuah bangsa. 1.000 Hari Pertama Kehidupan adalah pada saat proses kehamilan ditambah usia 2 tahun balita. Saat itulah stunting harus dicegah dengan pemenuhan nutrisi dan lain-lain. Salah satu dampak tidak terpenuhinya gizi pada 1.000 HPK anak adalah *stunting*. Jika memang ada faktor yang tidak baik yang bisa mengakibatkan *stunting*, di 1000 HPK itulah semua dapat diperbaiki. Pola hidup sehat, terutama kualitas gizi dalam makanan perlu diperhatikan dengan menerapkan konsep setengah piring diisi oleh sayur dan buah, setengahnya lagi diisi dengan sumber protein (baik nabati maupun hewani) dengan proporsi lebih banyak daripada karbohidrat. Hal tersebut dikarenakan manfaat protein sangat baik bagi pertumbuhan, khususnya pada balita.

Masalah *stunting* berpengaruh sekali terhadap kesehatan masyarakat yang berhubungan dengan meningkatnya risiko kesakitan, kematian dan juga hambatan pada pertumbuhan baik motorik maupun mental. *Stunting* dibentuk oleh *growth faltering* dan *catch up growth* yang tidak memadai yang mencerminkan ketidakmampuan untuk mencapai pertumbuhan yang optimal, hal tersebut mengungkapkan bahwa kelompok balita yang lahir dengan berat badan normal dapat mengalami stunting bila pemenuhan kebutuhan selanjutnya tidak terpenuhi dengan baik.

Akibat dari permasalahan stunting yang sangat berpengaruh pada kesehatan kelompok masyarakat, maka penanganan kasus stunting menitikberatkan pada pencegahannya bukan lagi proses pengobatan. Orang

tua berperan untuk mengontrol tumbuh kembang anaknya masing-masing dengan memperhatikan status gizinya. Para orang tua harus selektif terhadap makanan apa yang akan dikonsumsi anak. Selain itu, orang tua juga harus menjaga kesehatan pencernaan anak, yaitu dengan cara memberikan makanan yang bersih dan hindari makanan yang tidak higienis. Setiap tahapan usia anak, kebutuhan gizi anak akan selalu bertambah. Pertumbuhan anak memerlukan gizi yang seimbang, hal tersebut bertujuan agar seluruh anggota tubuh dapat tumbuh secara maksimal.

2. Anak Usia Dini

Masa anak usia dini sering disebut dengan istilah “golden age” atau masa emas. Beragam pendapat mengenai batasan anak usia dini. Batasan tentang anak usia dini menurut NAEYC, 1992 (*National association for The Education of Young Children*) mengatakan bahwa anak usia dini adalah anak yang berada pada rentang usia 0-8 tahun, yang tercakup dalam program pendidikan di taman penitipan anak, penitipan anak pada keluarga (*family child care home*), pendidikan pra sekolah baik swasta maupun negeri, TK, dan SD. (Amini, 2014)

Menurut Beichler dan Snowman anak usia dini adalah anak yang berusia antara 3-6 tahun. Sedangkan hakikat anak usia dini menurut Augusta adalah individu yang unik dimana ia memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan dalam aspek fisik, kognitif, sosioemosional, kreativitas, bahasa dan komunikasi yang khusus yang sesuai dengan tahapan yang sedang dilalui oleh anak tersebut. (Pebriana, 2017)

Banyak sekali pandangan mengenai batasan anak-anak usia dini. Para ahli mengelompokkan usia kronologis manusia menjadi *pra-natal, infancy, early childhood, middle and late childhood, adoloscence, early adulthood, dan late adulthood*. Meskipun telah diklasifikasikan sedemikian rupa, para pakar belum satu pandangan mengenai batasan usia. (Nur Hamzah, 2015)

Disebut *golden age* karena pada masa ini anak sedang berkembang dengan pesat dan luar biasa, serta hanya dapat terjadi satu kali dalam perkembangan kehidupan manusia. Sejak dilahirkan, sel-sel otaknya berkembang secara luar biasa dengan membuat sambungan antarsel. Proses inilah yang akan membentuk pengalaman yang akan dibawa seumur hidup dan sangat menentukan. Dengan berbagai media sebagai hasil penelitian riset otak, disebutkan bahwa otak manusia ketika lahir terdiri atas 100 sampai 200 miliar sel otak, yang siap mengembangkan beberapa triliun informasi.

Anak usia dini adalah sosok individu yang sedang mengalami suatu proses perkembangan dengan pesat dan juga fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Usia dini merupakan fase kehidupan yang cukup unik, dan berada pada masa proses pertumbuhan, perkembangan, pematangan dan penyempurnaan, baik itu pada aspek jasmani maupun rohaninya. Ada yang memandang bahwa anak usia dini merupakan makhluk yang sudah dibentuk oleh genitas orang tuanya. Ada juga yang memandang bahwa anak usia dini dibentuk oleh lingkungannya, miniatur orang dewasa,

bahkan ada yang memandang juga bahwa anak usia dini berbeda total dengan orang dewasa. Anak memiliki ciri khas yaitu selalu tumbuh dan berkembang sejak masa kehamilan sampai berakhirnya masa remaja. Hal ini yang membedakan anak usia dini dengan orang dewasa, sehingga anak bukanlah miniatur orang dewasa sebab mereka menunjukkan ciri-ciri pertumbuhan dan perkembangan sesuai dengan usianya.

Hurlock (1980), masa anak usia dini dimulai setelah bayi yang penuh ketergantungan, yaitu kira-kira usia 2 tahun sampai saat anak matang secara seksual. Ia memiliki karakteristik tertentu yang khas dan tidak sama dengan orang dewasa serta akan berkembang menjadi manusia dewasa seutuhnya. (Priyanto, 2014)

Secara umum anak usia dini memiliki karakteristik yaitu bersikap egosentris, bersifat imajinatif, memiliki rasa ingin tahu yang besar, suka meniru, dan merupakan pribadi yang cukup unik. Egosentris tentu ada pada setiap anak, karena sifat ini merupakan hal yang wajar bagi anak usia dini. anak usia dini akan melihat segala sesuatu berdasarkan sudut pandangnya sendiri, sehingga biasanya anak usia dini akan terlihat memaksakan kehendaknya sendiri. Namun, seiring bertambahnya usia sikap ini akan berkurang apabila diberikan stimulasi yang baik. Setiap anak tentu akan memiliki rasa ketertarikan terhadap sesuatu yang ditangkap oleh panca indra. Sehingga mereka tentu akan bertanya dan suka melakukan hak-hal baru didalam kehidupannya. Anak usia dini juga memiliki pribadi yang unik, mereka memiliki kegemaran, minat, serta bakat yang berbeda.

Sehingga keluarga serta lingkungan anak tidak bisa menyamaratakan semua anak itu sama. Karena anak usia dini memiliki pribadi yang unik, maka setiap anak harus mendapatkan stimulasi sesuai dengan keunikannya masing-masing. Selain itu, anak juga suka berimajinasi dan berfantasi. Mereka akan menggunakan benda yang ada disekitarnya sebagai alat bermain. Suka meniru merupakan hal yang umum untuk anak usia dini, terlihat ketika mereka akan meniru atau mencontoh apa saja yang mereka lihat dan apa yang mereka dengar di lingkungannya.

Menurut Einon, anak belajar melalui berbagai cara antara lain melalui imitasi, melakukan sesuatu atau mencoba dan mengalami. (Nielsen, 2009)

Anak akan berkembang melalui interaksi dengan lingkungannya, salah satu yang berperan adalah orang tua. Lingkungan akan menyediakan sesuatu yang anak butuhkan, kemudian anak akan memanfaatkan apa yang ditawarkan oleh lingkungannya. Orang tua dapat melatih, menjelaskan, dan mengoreksi anak, atau menunjukkan sesuatu yang positif untuk anak. Oleh karena itu, yang dapat dilakukan adalah dengan cara membantu anak untuk melibatkan dan mendorong mereka untuk mencoba dan juga mengalami. Setiap anak memiliki bakat atau kemampuan, namun bakat atau kemampuan tersebut tidak akan berkembang apabila tidak memperoleh rangsangan dari lingkungannya.

Pada masa keemasan anak atau *golden age* anak sedang berada pada masa peka, yaitu masa yang sangat mudah dalam menerima stimulasi

pengetahuan, ketrampilan, serta asupan yang sesuai dengan tahapan pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Sehingga stimulasi yang tepat dan berkesinambungan perlu diberikan agar tumbuh kembang anak dapat berjalan secara optimal.

3. Faktor-faktor Penyebab Stunting

Masalah balita pendek menggambarkan masalah gizi kronis, dipengaruhi dari kondisi ibu maupun calon ibu, masa janin dan masa bayi atau balita, termasuk penyakit yang diderita selama masa balita. Dalam kandungan, janin akan tumbuh dan berkembang melalui penambahan berat dan panjang badan, perkembangan otak serta organ-organ lainnya. Kekurangan gizi yang terjadi dalam kandungan dan awal kehidupan menyebabkan janin melakukan reaksi penyesuaian. Secara paralel penyesuaian tersebut meliputi perlambatan pertumbuhan dengan pengurangan jumlah dan pengembangan sel-sel tubuh termasuk sel otak dan organ tubuh lainnya. Hasil reaksi penyesuaian akibat kekurangan gizi di ekspresikan pada usia dewasa dalam bentuk tubuh yang pendek (Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat, 2013)

Proses stunting disebabkan oleh asupan zat gizi yang kurang dan infeksi yang berulang yang berakibat pada terlambatnya perkembangan fungsi kognitif dan juga pada kerusakan kognitif permanen. Pada wanita, stunting dapat berdampak pada perkembangan dan pertumbuhan janin saat kehamilan, terhambatnya proses melahirkan serta meningkatkan risiko *underweight* dan stunting pada anak yang dilahirkannya, yang nantinya

juga dapat membawa risiko kepada gangguan metabolisme dan penyakit kronis saat anak tumbuh dewasa.

Adapun penyebab anak stunting karena gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita, kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan, serta setelah ibu melahirkan. Dan masih terbatasnya layanan kesehatan termasuk layanan *Ante Natal Care* (pelayanan kesehatan untuk ibu selama masa kehamilan) *Post Natal Care* dan pembelajaran dini yang berkualitas, serta masih kurangnya akses kepada makanan bergizi (Sandjojo, 2017)

Kekurangan gizi dalam waktu yang cukup lama sejak anak masih berada di dalam kandungan tanpa disadari merupakan penyebab dari terjadinya *stunting*. Hal tersebut disebabkan karena ibu pada saat mengandung tidak memberikan akses makanan yang sehat dan juga bergizi bagi buah hatinya. Rendahnya asupan vitamin dan mineral yang dikonsumsi ibu juga dapat menyebabkan malnutrisi pada janin. Selain itu, pola asuh yang kurang efektif juga menjadi penyebab terjadinya *stunting*. Pola asuh ini berkaitan dengan praktik pemberian makanan kepada anak. Apabila orang tua tidak memperhatikan terhadap makanan yang akan diberikan kepada anak, maka anak akan mengalami risiko terjadinya *stunting* karena gizi anak tidak terpenuhi dengan baik. Pola makan anak harus diperhatikan kandungannya. Makanan yang memiliki gizi yang tinggi serta menu makan yang tidak seimbang dapat mempengaruhi pertumbuhan dan risiko terjadi *stunting*, jadi asupan gizi yang diberikan

anak harus sesuai dengan kebutuhannya. Faktor sanitasi yang buruk serta keterbatasan akses pada air bersih akan mempertinggi risiko terjadinya *stunting* pada anak, karena sanitasi dan kondisi air yang tidak layak akan mempengaruhi pertumbuhan anak. Faktor-faktor penyebab *stunting* ini perlu diketahui oleh para orang tua, sehingga risiko terjadinya *stunting* dapat dihindari.

4. Pencegahan Stunting

Stunting disebabkan oleh banyak faktor, dan tidak hanya disebabkan oleh faktor gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita. Intervensi yang paling menentukan untuk dapat mengurangi prevalensi stunting oleh karenanya perlu dilakukan pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dari balita. Pendek merupakan hasil dari gen bawaan ditambah lagi dengan kondisi gizi pada janin dan bayi. Selain itu, infeksi dan faktor genik juga menjadi penyebab masalah stunting yang akan berdampak pada jangka waktu yang panjang, yang nantinya akan memunculkan penyakit dan menjadi beban yang berat bagi balita.

Intervensi untuk stunting yang dicanangkan oleh pemerintah meliputi ibu hamil mendapatkan tablet tambah darah minimal 90 tablet selama kehamilan, pemberian makanan tambahan pada ibu hamil, pemenuhan gizi, persalinan dengan dokter atau bidan yang ahli, IMD (Inisiasi Menyusui Dini), Asi Eksklusif pada bayi sampai usia 6 bulan, pemberian makanan pendamping ASI mulai anak usia 6 bulan sampai dengan usia 2 tahun, berikan imunisasi dasar lengkap dan vitamin A,

pantau pertumbuhan balita di posyandu terdekat, serta terapkan perilaku hidup bersih dan sehat. (Laili & Andriani, 2019)

Pencegahan stunting dapat dilakukan antara lain dengan cara pemenuhan zat gizi pada ibu hamil, ASI eksklusif sampai dengan usia 6 bulan, dan setelah 6 bulan diberikan makanan pendamping ASI (MPASI) yang cukup jumlah dan kualitasnya, selalu memantau pertumbuhan balita di posyandu, meningkatkan akses terhadap air bersih dan fasilitas sanitasi, serta menjaga kebersihan lingkungan. (Sutarto et al., 2010)

ASI merupakan cairan hidup, karena mengandung sel darah putih, zat kekebalan, enzim, hormon, dan protein yang cocok untuk bayi. ASI mengandung zat gizi yang lengkap berupa karbohidrat, protein, multi vitamin dan mineral secara lengkap yang mudah diserap secara sempurna dan sama sekali tidak mengganggu fungsi ginjal ASI merupakan cairan hidup, karena mengandung sel darah putih, zat kekebalan, enzim, hormon, dan protein yang cocok untuk bayi. ASI mengandung zat gizi yang lengkap berupa karbohidrat, protein, multi vitamin dan mineral secara lengkap yang mudah diserap secara sempurna dan sama sekali tidak mengganggu fungsi ginjal balita yang sangat lemah. Sebaliknya, ASI dapat mengurangi berbagai risiko penyakit, seperti pencegahan stunting tentunya, penyakit gula, obesitas, tekanan darah tinggi, dan kolesterol di kemudian hari.

Selain pemberian ASI, pola makan dengan kandungan gizi seimbang juga perlu dibiasakan dalam kehidupan sehari-hari. *Stunting* dapat dicegah melalui pola asuh yang baik, karena faktor perilaku

lingkungan anak terutama keluarga sangat berpengaruh bagi tumbuh kembang anak. Orang tua perlu memantau tumbuh kembang anak mereka, terutama berat badan anak dan juga tinggi badan anak. Pemantauan tersebut dapat dilakukan secara berkala setiap bulan ke Posyandu. Sehingga, orang tua akan lebih mudah dalam mengetahui gejala awal, gangguan, maupun penanganan apabila *stunting* itu terjadi. Menjaga kebersihan juga tidak kalah penting untuk mencegah terjadinya *stunting*. Usia anak-anak merupakan usia yang rentan terhadap serangan penyakit. Lingkungan yang kotor secara tidak langsung akan menjadi peluang terjadinya *stunting*. Risiko terjadinya *stunting* dapat kita cegah sedini mungkin agar kemungkinan terjadinya *stunting* pada anak tidak terjadi. Apabila anak sudah mengalami *stunting* itu akan tidak mudah untuk disembuhkan, maka dari itu pencegahan *stunting* perlu dilakukan untuk meminimalisir terjadinya *stunting*.

B. Pelatihan Golden Stimulation pada Kader Posyandu

1. Stimulasi Dini

Stimulasi merupakan pemberian ransangan kepada anak yang datang dari lingkungan luar individu anak. Stimulasi perkembangan merupakan hal yang sangat penting dalam proses tumbuh kembang anak agar optimal. Selain itu merupakan cikal bakal proses pembelajaran anak yang berupa mendidik dan melatih. Anak yang mendapat stimulasi terarah dan teratur akan lebih cepat berkembang dibandingkan dengan anak yang kurang mendapatkan stimulasi. (We & Fauziah, 2021).

Stimulasi juga merupakan rangsangan yang dilakukan sejak bayi baru lahir (bahkan sebaiknya sejak di dalam kandungan) dilakukan setiap hari, untuk merangsang semua sistem indera (pendengaran, penglihatan, perabaan, pembauan, pengecapan). Anak yang mendapatkan stimulasi yang terarah akan lebih cepat berkembang dibandingkan dengan anak yang kurang mendapatkan stimulasi. Stimulasi yang tepat adalah stimulasi yang sesuai dengan tahapan usia perkembangan anak, serta dilakukan sesering mungkin. Oleh karena itu, peran orang tua sangat diperlukan dalam pemberian stimulasi.

Saat ini, orang tua anak dengan permasalahan *stunting* hanya berfokus pada perawatan untuk mengembalikan pertumbuhan antropometrinya, tetapi kurang mengetahui tentang upaya stimulasi yang perlu dilakukan untuk mengoptimalkan perkembangan anak agar derajat kesehatannya lebih meningkat. Oleh karena itu, peran masyarakat sangat diperlukan untuk memberikan penyuluhan dan juga pemberian tindakan sedini mungkin sebagai upaya untuk mengoptimalkan perkembangan anak.

Semakin dini stimulasi yang diberikan, maka perkembangan anak akan semakin baik. Semakin banyak stimulasi yang diberikan maka pengetahuan anak akan menjadi luas sehingga perkembangan anak semakin optimal. Disebutkan juga bahwa jaringan otak anak yang banyak mendapat stimulasi akan berkembang mencapai 80% pada usia 3 tahun. Sebaliknya, jika anak tidak pernah diberi stimulasi maka jaringan otak

akan mengecil sehingga fungsi otak akan menurun. Hal inilah yang menyebabkan perkembangan anak menjadi terhambat.

Stimulasi dini untuk mencegah terjadinya *stunting* dapat dilakukan sejak anak berada di dalam kandungan. Stimulasi berupa asupan makanan oleh para ibu juga akan berpengaruh bagi tumbuh kembang anak. Setelah anak lahir salah satu upaya meningkatkan perkembangan bayi adalah dengan pemberian ASI Eksklusif. Air Susu Ibu merupakan faktor lingkungan dan kebutuhan asuh yang mengandung nutrisi terbaik bagi bayi karena ASI mengandung semua zat gizi dengan jumlah dan komposisi yang ideal serta sifat ASI yang sangat mudah diserap oleh tubuh bayi sangat bermanfaat untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan bayi yang optimal serta melindungi terhadap berbagai penyakit. (Intani et al., 2019)

Kemudian stimulasi dini yang diberikan untuk mencegah terjadinya *stunting* yaitu pemberian makanan yang sehat dan bergizi pada anak. Orang tua perlu memperhatikan penyajian menu makan untuk anak dengan memperhatikan kandungan gizi yang terdapat didalam makanan dan juga seimbang dengan kebutuhan gizi anak. Pola asuh dan ibu secara tidak langsung berpengaruh dalam stimulasi dini untuk mencegah terjadinya *stunting*, hal ini dapat dilihat ketika pengambilan keputusan terhadap gizi dan perawatan kesehatan.

2. Asupan Gizi Anak

Status gizi pada masyarakat dipengaruhi oleh banyak faktor. Kondisi sosial ekonomi merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi status gizi. Bila kondisi sosial ekonomi baik maka status gizi diharapkan semakin baik. Status gizi anak balita akan berkaitan erat dengan kondisi sosial ekonomi keluarga (orang tua), antara lain pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, jumlah anak orang tua, pengetahuan dan pola asuh ibu serta kondisi ekonomi orang tua secara keseluruhan. (Putri et al., 2015)

Status gizi menjadi sangat penting mengingat masa pertumbuhan pada 2 tahun pertama merupakan periode kritis bagi tumbuh kembang seorang anak. Kurang gizi pada anak merupakan masalah kesehatan masyarakat utama di Negara berkembang termasuk Indonesia. Walaupun dalam beberapa dekade ini Indonesia mengalami penurunan masalah kekurangan gizi, namun kekurangan gizi akut dan kronis masih cukup tinggi. Nutrisi atau zat gizi terdapat dalam asupan makanan, namun tidak semua makanan mengandung nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh untuk menunjang proses pertumbuhan dan perkembangan. Banyak sekali makanan disekitar anak yang mengandung zat yang tidak dibutuhkan oleh tubuh, bahkan tidak sedikit yang mengandung zat berbahaya, seperti pengawet, pewarna buatan, dan juga pemanis buatan. Zat berbahaya ini dapat memberikan efek negative pada tubuh anak dan nantinya dapat menghambat proses pertumbuhan dan perkembangan anak.

Dalam proses perkembangan, anak membutuhkan zat gizi (nutrisi) yang cukup agar proses perkembangan anak tidak mengalami hambatan. Menurut Djoko Pekik Irianto mengutip pendapat Sulistyoningsih Hariyani, “gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat-zat yang digunakan, untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ-organ serta menghasilkan energi”. (Indriani et al., 2019)

Salah satu faktor yang berpengaruh secara langsung pada balita stunting adalah rendahnya asupan zat gizi terutama energi, protein, iron, zinc, dan kalsium. Pemberian asupan gizi perlu menjadi perhatian para orang tua, terutama Ibu. Peningkatan sumber daya manusia melalui peningkatan pengetahuan merupakan hal yang sangat penting dalam upaya meningkatkan status gizi anak. Sehingga pengetahuan Ibu akan mempengaruhi jenis pangan dan mutu gizi makan yang dikonsumsi keluarganya. Keadaan kesehatan gizi anak sangat bergantung pada tingkat konsumsi. Tingkat konsumsi ditentukan oleh kualitas dan kuantitas makanannya. Kualitas makanan ditunjukkan oleh ada tidaknya kandungan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh dalam susunan hidangan. Sedangkan kuantitas menunjukkan jumlah setiap zat gizi terhadap kebutuhan tubuh.

Pemenuhan gizi yang baik dan seimbang akan meningkatkan kesehatan anak yang berada dalam masa pertumbuhan dan juga perkembangan. Pemilihan makanan dengan kualitas dan kuantitas yang

tepat maka makanan yang dikonsumsi akan berfungsi secara optimal bagi tubuh. Sehingga orang tua perlu sekali memperhatikan asupan gizi yang akan diberikan untuk anak.

3. Kader Posyandu

Kader posyandu merupakan anggota yang berasal dari masyarakat di daerah tersebut serta bersedia, mampu, dan memiliki waktu untuk menyelenggarakan kegiatan Posyandu. Keberhasilan pengelolaan posyandu memerlukan dukungan yang kuat dari berbagai pihak, baik dukungan moril, material, maupun finansial. Selain itu diperlukan adanya kerjasama, tekanan dan pengabdian para pengelolanya termasuk kader posyandu. Keberhasilan dan kesinambungan kegiatan posyandu bergantung pada kader serta masyarakat yang datang untuk berperan serta. Jumlah kader yang kurang bila dibandingkan terhadap dengan sasaran, kader tidak aktif, dan kader drop out yang merupakan masalah krusial dalam pelaksanaan posyandu. (Djuhaeni et al., 2010)

Posyandu merupakan salah satu bentuk Usaha Kesehatan Bersumberdaya Masyarakat (UKBM) yang dikelola dan diselenggarakan dari, oleh, untuk dan bersama masyarakat dalam penyelenggaraan pembangunan kesehatan guna memberdayakan masyarakat dan memberikan kemudahan kepada masyarakat dalam memperoleh pelayanan kesehatan untuk mempercepat penurunan Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi (Kementrian Kesehatan RI, 2013).

Di dalam program posyandu tidak akan berhasil apabila tidak ada peran serta masyarakat, maka dari itu peran serta masyarakat terutama partisipasi kader bila dilaksanakan dengan baik akan membantu dalam meningkatkan hasil cakupan posyandu.

Pemantauan pertumbuhan balita di Posyandu dilakukan oleh kader Posyandu dengan melakukan penimbangan berat badan dan pengukuran panjang badan/ tinggi badan. Dalam keadaan normal, yang mana keadaan kesehatan baik dan konsumsi makanan cukup, maka berat badan akan berkembang mengikuti perkembangan umur. Sedangkan Tinggi badan memberikan gambaran keadaan pertumbuhan. Dalam keadaan normal, tinggi badan tumbuh bersamaan dengan penambahan umur.

Selain itu, kader posyandu juga dapat memantau dan menilai status gizi anak melalui Kartu Menuju Sehat (KMS). KMS merupakan alat sederhana dan murah untuk memantau kesehatan dan pertumbuhan anak. KMS berisi catatan penting tentang pertumbuhan, perkembangan anak, imunisasi, penanggulangan diare, pemberian kapsul vitamin A, kondisi kesehatan anak, pemberian ASI eksklusif dan MPASI.