

PROGRAM PENCEGAHAN STUNTING DI INDONESIA: *A SYSTEMATIC REVIEW*

Stunting Prevention Program in Indonesia: A SYSTEMATIC REVIEW

Rahmi Fitri J^{1*}, Najla Huljannah², Thinni Nurul Rochmah¹

¹Departemen AKK, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga

²Departemen AKK, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya

*E-mail:rahmi.fitri.j-2021@fkm.unair.ac.id

ABSTRAK

Stunting atau kekurangan gizi kronis adalah masalah gizi akibat kekurangan asupan gizi dari makanan yang berlangsung cukup lama. Stunting masih menjadi masalah gizi utama di negara berkembang seperti Indonesia. Berdasarkan data dari SSGBI tahun 2021, prevalensi balita stunting di Indonesia menurun dari tahun 2019 hingga 2021 yaitu dari 27,67% menjadi 24,4%. Dalam upaya penurunan prevalensi stunting ini, pemerintah banyak mengeluarkan program untuk mewujudkannya. Oleh sebab itu, sangat diperlukan suatu penelitian yang dapat menyajikan fakta secara komprehensif mengenai program pencegahan stunting di Indonesia, agar bermanfaat bagi pemerintah dalam pembuatan kebijakan mengenai program pencegahan stunting yang lebih tepat dan efisien. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi program pencegahan stunting di Indonesia. Penelitian ini menggunakan metode *systematic review* yang disusun berdasarkan *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and MetaAnalyses* (PRISMA). Pencarian artikel dilakukan pada lima database yaitu *PubMed*, *Google Scholar*, Portal Garuda, Perpustakaan Nasional (Perpusnas) Indonesia dan *ScienceDirect*. Kriteria inklusi penelitian ini adalah artikel yang diterbitkan pada tahun 2011–2020, populasi di wilayah Indonesia. Penilaian kualitas studi dalam penelitian menggunakan *The Joanna Briggs Institute (JBI) Critical Appraisal*. Hasil telaah dari 15 artikel didapatkan pencegahan stunting yang efektif dapat dilakukan dengan cara pemberian edukasi gizi pada pihak yang berpengaruh (kader, ibu balita, ibu hamil dan calon ibu), pembentukan kelompok belajar untuk ibu balita, dan pemberian makanan tambahan untuk balita. Program atau intervensi yang dilakukan untuk pencegahan stunting harus memperhatikan dengan baik aspek masukan dan prosesnya agar mendapatkan keluaran yang optimal, serta harus melibatkan semua pihak mulai dari ibu balita hingga lintas sektoral.

Kata kunci: pencegahan stunting, *systematic review*, program stunting

ABSTRACT

Stunting or chronic undernutrition is a consequence of a lack of nutrition for a long time. Stunting is still a main issue in developing countries such as Indonesia. According to SSGBI 2021, the prevalence of stunting in Indonesia was decreased from 2019 to 2021 that is 27.67% to 24.4%. Government has many programs to decrease stunting. Thus, research that can present facts comprehensively about stunting prevention program is needed to make policies regarding the precise and efficient program. The research aims to identify stunting prevention program in Indonesia. This research used a systematic review method arranged based on Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and MetaAnalyses (PRISMA). Five databases are used for searching articles that are PubMed, Google Scholar, Portal Garuda, Perpustakaan Nasional (Perpusnas) Indonesia, and ScienceDirect. Research inclusion criteria are articles were published from 2011 to 2020 with the population in Indonesia. For articles assessing quality we used The Joanna Briggs Institute (JBI) Critical Appraisal. Form 15 articles we found that effective program for preventing stunting is nutrition education for influential parties (cadre, children's mother, pregnant women, and mother to be), establishing a study group for children's mother, and supplementary feeding for children. Stunting prevention program must be paying attention to input and process aspects for better outputs and must involve all parties from children's mothers to cross-sectoral.

Keywords: stunting prevention, *systematic review*, stunting program

PENDAHULUAN

Masalah gizi pada balita masih menjadi masalah utama dalam tatanan kependudukan. Permasalahan gizi pada balita diantaranya stunting, *wasting* dan *overweight* (*World Health Organization*, 2020). Stunting masih menjadi masalah gizi utama di negara berkembang seperti Indonesia. Stunting atau kekurangan gizi kronis adalah masalah gizi akibat kekurangan asupan gizi dari makanan yang berlangsung cukup lama (Andriani *et al.*, 2017). Balita pendek (*stunting*) dilihat dari panjang badan atau tinggi badan yang kurang dari -2 SD menurut referensi global WHO untuk anak-anak dibandingkan dengan anak lain seusia mereka (*World Health Organization*, 2013).

Kejadian stunting akan memberikan dampak yang tidak baik bagi balita. Dampak stunting jangka pendek berupa perkembangan fisik dan mental terganggu, kecerdasan menurun, hingga masalah metabolisme. Sedangkan, dampak stunting jangka panjang berupa menurunnya kemampuan kognitif, menurunnya daya tahan tubuh sehingga tubuh rentan terserang penyakit, dan berisiko terserang penyakit degeneratif seperti diabetes melitus, penyakit kardiovaskular, kanker, *stroke*, serta tidak dapat bersaing dalam bekerja yang akan berakibat pada rendahnya produktivitas (Unicef Indonesia, 2012).

Stunting pada balita dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu umur, panjang badan pada saat lahir, kecukupan makronutrien (protein, karbohidrat) dan mikronutrien yaitu (kalsium, vitamin A, zat besi dan *zinc*). Faktor utama penyebabnya ialah tingkat kecukupan protein (Siringoringo *et al.*, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Sutriyawan dan Nadhira tahun 2020 menyatakan faktor yang mempengaruhi kejadian stunting atau pendek ialah pengetahuan ibu, ASI eksklusif dan sanitasi dasar (Sutriyawan dan Nadhira, 2020).

Prevalensi balita yang mengalami stunting di dunia menurut WHO adalah sebesar 21,9%. Sebagian besar balita stunting ini berasal dari Asia (*World Health Organization*, 2020). Berdasarkan data dari Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2021, prevalensi balita stunting di Indonesia menurun dari tahun 2019 hingga 2021 yaitu dari 27,67% menjadi 24,4%.

Penanganan kejadian stunting merupakan salah satu prioritas pembangunan nasional yang dijelaskan dalam RPJMN 2020–2024, target pemerintah ialah menurunkan prevalensi stunting menjadi 14% pada tahun 2024 (Badan Perencanaan Pembangunan Nasional, 2019). Dalam upaya penurunan prevalensi stunting ini pemerintah banyak mengeluarkan program untuk mewujudkannya. Upaya yang dilakukan pemerintah ialah mencegah dan mengurangi gangguan secara langsung (intervensi gizi spesifik) hingga gangguan secara tidak langsung (intervensi gizi sensitif). Sasaran prioritas upaya ini ialah orang-orang terlibat dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yaitu ibu hamil, ibu menyusui dan anak usia 0–2 tahun. Sedangkan sasaran pentingnya ialah anak usia 24–59 bulan, remaja dan wanita usia subur (Satriawan, 2018).

Dalam membuat kebijakan, pemerintah tidak bisa berkaca pada satu hasil penelitian saja. Namun diperlukan data dari beberapa penelitian yang dapat menjadi latar belakang pembuatan kebijakan. Oleh sebab itu, sangat diperlukan suatu penelitian yang dapat menyajikan fakta secara komprehensif mengenai program pencegahan stunting di Indonesia, agar penelitian ini bermanfaat bagi pemerintah dalam pembuatan kebijakan mengenai program pencegahan stunting yang lebih tepat dan efisien. Penelitian *systematic review* bertujuan untuk mengidentifikasi hasil penelitian yang telah dipublikasi untuk interpretasikan datanya secara komprehensif (Rosmalina *et al.*, 2018). Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi program pencegahan stunting di Indonesia. Hasil penelitian ini dapat digunakan Pemerintah Indonesia dalam membuat kebijakan untuk mencegah stunting.

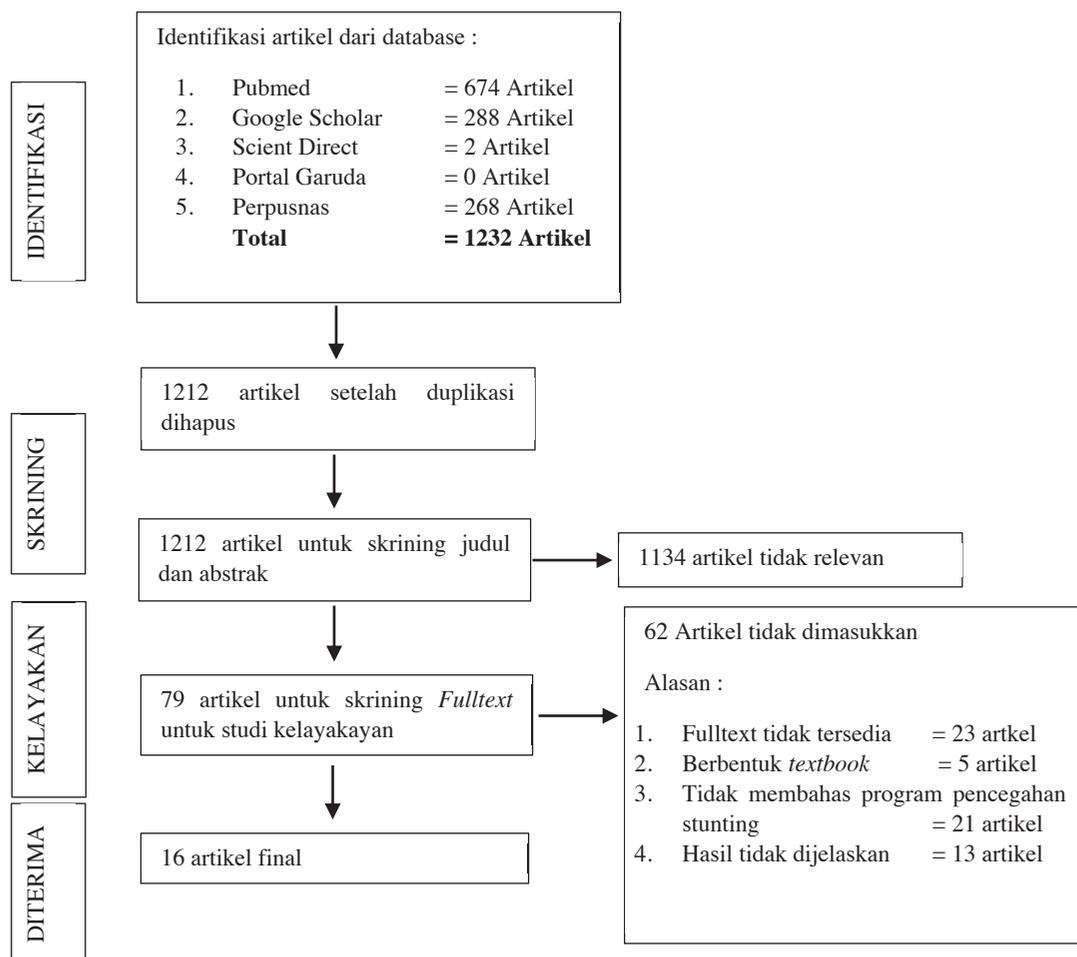
METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *systematic review* yang disusun berdasarkan *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and MetaAnalyses* (PRISMA) (Gambar 1). Pencarian artikel menggunakan lima database yaitu *PubMed*, *Google Scholar*, Portal Garuda, Perpustakaan Nasional (Perpusnas) Indonesia dan *ScienceDirect*. Kata kunci pencarian artikel disusun berdasarkan *PICOS Framewok*, adapun kata kuncinya adalah “balita”, “anak stunting”, atau “*children*”,

“toddler”, “stunted children”, “stunted toddler”, “intervensi”, “program”, atau “intervention”, “pendek” dan “stunting”. Kriteria inklusi penelitian ini adalah artikel yang diterbitkan pada tahun 2011–2020, populasi di wilayah Indonesia. Kriteria eksklusinya adalah artikel yang berbayar, *textbook*, artikel yang menggunakan bahasa selain Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia. Artikel yang telah melalui seleksi hingga kriteria inklusi dan eksklusi akan dinilai kualitasnya menggunakan *The Joanna Briggs Institute (JBI) Critical Appraisal* sesuai dengan desain studi pada artikel tersebut. Penelitian kualitas artikel akan dilakukan oleh kedua peneliti. Artikel yang telah melewati pengujian kualitas akan dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif yaitu menginterpretasikan dan menjelaskan lebih mendalam terkait hasil penelitian dan hubungannya satu dengan yang lainnya melalui narasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pencarian literatur melalui lima *database* menghasilkan 1232 artikel yang sesuai dengan kata kunci yang digunakan oleh peneliti. Terdapat 20 artikel yang sama (duplikasi) dan 1134 artikel tidak relevan karena populasinya bukan di Indonesia dan tidak menggunakan Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris, sehingga didapatkan 79 artikel untuk diseleksi secara keseluruhan isi artikel. Dari hasil seleksi tersebut didapatkan 16 artikel yang sesuai dengan tujuan penelitian, kriteria inklusi dan kriteria eksklusi, sehingga dimasukkan dalam penelitian ini dan dapat dilanjutkan ke tahap penelitian kualitas studi. Setelah penilaian kualitas studi dilakukan, satu artikel dikeluarkan dikarenakan penilaian kualitas studinya bernilai dibawah 50%. Hal ini dilakukan oleh peneliti untuk menghindari bias dalam validitas hasil dan rekomendasi usulan. Setelah melewati berbagai



Gambar 1. Alur Penelitian

Tabel 1. Daftar Penelitian Rujukan

| Peneliti | Judul | Tujuan | Intervensi/ Program | Desain Studi | Hasil |
|-------------------------------|--|--|--|------------------|--|
| Wijayanti dan Fauziah (2019) | Dampak Pelatihan PMBA pada Kader Posyandu dalam Meningkatkan Status Gizi Anak Stunting | Mengetahui dampak pelatihan PMBA (Pelatihan Pemberian Makan pada Bayi dan Anak) pada kader Posyandu dalam meningkatkan status gizi balita stunting di Puskesmas Wilayah Kabupaten Sleman | Pelatihan PMBA pada Kader Posyandu | Kualitatif | Pelatihan PMBA dapat meningkatkan pengetahuan kader mengenai cara memberikan konseling kepada masyarakat sehingga dapat memberikan konsultasi kepada sasaran program stunting secara baik. Kegiatan konsultasi ke kader ini dapat memperbaiki pola asuh ibu balita balita terutama dalam hal memberikan makan pada anaknya secara tepat dan benar sesuai dengan pedoman gizi seimbang. Pelatihan ini mampu mencegah dan mengurangi angka stunting serta meningkatkan status gizi balita. |
| Abdillah <i>et al.</i> (2020) | Edukasi Gizi pada Ibu Oleh Kader Terlatih Meningkatkan Asupan Energi dan Protein Pada Balita | Menganalisis pengaruh edukasi gizi yang diberikan ke ibu oleh kader terlatih terhadap asupan dan protein balita di pusat pemulihan gizi di Kecamatan Sedayu, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. | Edukasi gizi | Quasi-Eksperimen | Asupan energi meningkat sebesar 513,74 kkal dan protein balita meningkat sebesar 15,35 g setelah ibu balita diberikan edukasi gizi oleh kader terlatih. Edukasi gizi oleh kader merupakan upaya efektif serta berkelanjutan untuk mengatasi gangguan secara langsung (intervensi gizi spesifik). |
| Angraini <i>et al.</i> (2020) | Edukasi Kesehatan Stunting di Kabupaten Bengkulu Utara | Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan stunting terhadap pengetahuan dan sikap ibu balita tentang kejadian stunting di Puskesmas Argamakmur Kabupaten Bengkulu Utara. | Edukasi gizi | Quasi-Eksperimen | Pengetahuan ibu meningkat dari rerata 4,95 menjadi 7,89 setelah diberikan edukasi serta sikap ibu meningkat dari rerata 24,21 menjadi 29,58 setelah diberikan edukasi. Edukasi gizi menggunakan media <i>flipchart</i> dapat meningkatkan pengetahuan serta sikap ibu mengenai stunting agar dapat melakukan pencegahan stunting pada anaknya. |
| Muthia <i>et al.</i> (2019) | Evaluasi Pelaksanaan Program Pencegahan Stunting Ditinjau dari Intervensi Gizi Spesifik Gerakan 1000 HPK Di Puskesmas Pegang Baru Kabupaten Pasama | Menganalisis bagaimana evaluasi pelaksanaan program pencegahan stunting dilihat dari intervensi gizi spesifik Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) | Intervensi Gizi Spesifik (PMT balita, PMT ibu hamil KEK, kegiatan pengukuran antropometri, pemberian vitamin A dan garam beryodium). | Kualitatif | Program intervensi gizi spesifik untuk pencegahan stunting dilakukan sudah cukup baik, namun belum dapat menurunkan angka stunting dibawah 20%. Hal ini dikarenakan berbagai kendala, yaitu tidak adanya anggaran khusus untuk program, masih terbatasnya sumber daya manusia untuk menjalankan intervensi, belum ada pedoman dan SOP, perencanaan tidak dilakukan secara <i>bottom up</i> dan belum ada pencatatan laporan. |

Continued Tabel 1. Daftar Penelitian Rujukan

| Peneliti | Judul | Tujuan | Intervensi/ Program | Desain Studi | Hasil |
|------------------------------|--|--|--|-------------------------|---|
| Khoeroh <i>et al.</i> (2017) | Evaluasi Penatalaksanaan Gizi Balita Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Sirampog | Mengevaluasi penatalaksanaan status gizi balita stunting di wilayah kerja Puskesmas Sirampog Kabupaten Brebes berdasarkan aspek (<i>input, process, output</i>). | Penatalaksanaan status gizi balita, program sehat bagi wanita hamil, pemberian ASI eksklusif, pemantauan tumbuh kembang bayi, PMT, pemberian vitamin A dan taburia | Kualitatif | Prevalensi stunting sudah menurun, yang dimana tahun 2014 dan 2013 prevalensi stunting mencapai 30% lebih, sedangkan tahun 2015 prevalensi stunting dapat mencapai angka 16,74%. Namun, program-program yang ada belum berjalan dengan optimal dikarenakan berbagai kendala, yaitu sumber daya manusia masih kurang dan belum ada tenaga gizi. Program taburia prosesnya belum terkoordinir sama sekali. |
| Suntari dan Gama (2020) | Kegiatan “Rumah Belajar” Sebagai Media Menganalisis Perilaku Keluarga dengan Risiko Kejadian Balita Stunting | Menganalisis perbedaan perilaku berisiko pada keluarga dengan risiko kejadian stunting sebelum dan sesudah dilakukannya kegiatan “Rumah Belajar” | Kelompok belajar | <i>Quasi-Eksperimen</i> | Adanya perbedaan perilaku kelompok perlakuan sebelum dan sesudah kegiatan “rumah belajar”. Sedangkan kelompok kontrol tidak ada perbedaan yang berarti pada perilaku sebelum dan sesudah belajar dengan media pamflet. Adanya perbedaan perilaku antara kelompok yang mengikuti kegiatan “rumah belajar” dengan kelompok yang tidak mengikuti. Dengan adanya kegiatan “Rumah Belajar”, keluarga mampu menggali kemampuannya untuk memahami faktor-faktor yang dapat memicu kejadian stunting pada anak. |
| Effendy <i>et al.</i> (2020) | <i>Nutrition education in Southeast Sulawesi Province, Indonesia: A cluster randomized controlled study</i> | Mengevaluasi dampak dari intervensi edukasi gizi terhadap pemberian makan balita dan status gizi balita. | Edukasi Gizi | <i>RCT</i> | Terdapat perubahan DDS (<i>Dietary Diversity Score</i>) pada balita setelah diberikan edukasi gizi dari rerata 2,37 menjadi 3,87. Namun, tidak ada perbedaan yang berarti TB/U antar kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol. Hasil ini menunjukkan edukasi gizi yang disampaikan melalui kelas gizi dikombinasikan dengan kunjungan rumah rutin oleh kader berpotensi diadopsi untuk melengkapi program gizi lainnya di pusat kesehatan masyarakat dalam pencegahan <i>stunting</i> . |
| Irwan <i>et al.</i> (2020) | Pemberian <i>Cookies Tepung Daun Dan Biji Kelor Terhadap Berat Badan dan Status Gizi Anak Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tampa Padang</i> | Melihat perbedaan berat badan dan status gizi balita setelah diberikan <i>cookies</i> tepung daun kelor dan <i>cookies</i> tepung biji kelor. | Pemberian makanan tambahan | <i>RCT</i> | Adanya perubahan berat badan balita selama 3 bulan diberikan <i>cookies</i> biji kelor dan <i>cookies</i> daun kelor dengan nilai dengan nilai $p=0,025$ ($p\text{-value}<0,05$). Terdapat perbedaan peningkatan BB kedua kelompok sampel, namun secara statistik belum bisa memperbaiki status gizi, baik yang diberi <i>cookies</i> biji kelor maupun yang diberi <i>cookies</i> daun kelor dengan nilai $p=0,495$ ($p\text{-value}>0,05$). |

Continued Tabel 1. Daftar Penelitian Rujukan

| Peneliti | Judul | Tujuan | Intervensi/ Program | Desain Studi | Hasil |
|-----------------------------------|--|--|--------------------------------|-------------------------|--|
| Muliawati dan Sulistyawati (2019) | Pemberian Ekstrak <i>Moringa Oleifera</i> sebagai Upaya Preventif Kejadian Stunting pada Balita | Mengetahui manfaat pemberian ekstrak <i>moringa oleifera</i> atau daun kelor terhadap peningkatan tinggi badan balita | Pemberian makanan tambahan | <i>Quasi-Eksperimen</i> | Terdapat peningkatan tinggi badan balita sebesar 0,342 cm atau 16,2% setelah diberikan ekstrak <i>moringa oleifera</i> atau daun kelor. Masyarakat dapat memanfaatkan daun kelor untuk memenuhi nutrisi balita dan mencegah stunting pada anak. |
| Doloksaribu dan Simatupang (2019) | Pengaruh Konseling Gizi Prakonsepsi terhadap Pengetahuan dan Sikap Wanita Pranikah di Kecamatan Batang Kuis | Menganalisis efek konseling gizi prakonsepsi terhadap pengetahuan dan sikap wanita pranikah di Kecamatan Batang Kuis | Konseling gizi | <i>Quasi-Eksperimen</i> | Konseling gizi yang diberikan kepada wanita pranikah sebanyak tiga kali dalam seminggu akan memperlihatkan pengaruh yang besar terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap mengenai gizi prakonsepsi. |
| Arini et al. (2017) | Pengaruh Pelatihan Pemberian MP-ASI Kepada Ibu dengan Anak Baduta Di Kecamatan Sukmajaya Kota Depok Terhadap Pengetahuan dan Perilaku Pemberian MP-ASI | Menganalisis pengaruh pelatihan pemberian MP-ASI terhadap pengetahuan dan perilaku ibu baduta dalam pemberian MP-ASI yang akan berdampak pada status gizi anak | Pelatihan pemberian MP-ASI | <i>Quasi-Eksperimen</i> | Terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah kegiatan baik pada kelompok yang mendapatkan penyuluhan dan pelatihan MP-ASI maupun kelompok yang hanya mendapatkan penyuluhan saja. Terdapat perbedaan pengetahuan antara kelompok kelompok yang mendapatkan penyuluhan dan pelatihan MP-ASI dan kelompok yang hanya mendapatkan penyuluhan saja setelah pemberian penyuluhan dan pelatihan MP-ASI. Akan tetapi, tidak ada perbedaan perilaku antara kelompok penyuluhan dan pelatihan dan kelompok penyuluhan saja baik sebelum maupun sesudah perlakuan. Peningkatan pengetahuan lebih baik pada kelompok yang diberikan penyuluhan dan pelatihan. |
| Tambuwun et al. (2019) | Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang 1000 HPK di Kelurahan Molas Kecamatan Bunaken Kota Manado | Mengetahui efek promosi kesehatan terhadap pengetahuan ibu hamil mengenai 1000 HPK di Kelurahan Molas Kecamatan Bunaken Kota Manado | Promosi Kesehatan (penyuluhan) | <i>True-Eksperimen</i> | Promosi kesehatan yaitu penyuluhan dengan metode ceramah dan media <i>leaflet</i> efektif dalam memberikan pengetahuan kesehatan yang dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil, dikarenakan informasi disampaikan tidak hanya melalui lisan namun juga melalui tulisan. |
| Rahmad dan Miko (2017) | Peningkatan Pengetahuan Calon Pengantin Melalui Konseling ASI Eksklusif di Aceh Besar | Meningkatkan pengetahuan calon pengantin dengan cara konseling mengenai ASI eksklusif | Konseling | <i>Quasi-Eksperimen</i> | Konseling ASI eksklusif mampu meningkatkan pengetahuan calon pengantin. Peningkatan pengetahuan ini dapat dilakukan dengan cara konseling dengan media <i>leaflet</i> . |

Continued Tabel 1. Daftar Penelitian Rujukan

| Peneliti | Judul | Tujuan | Intervensi/ Program | Desain Studi | Hasil |
|----------------------------------|--|---|---|--------------------------|---|
| Andriani <i>et al.</i> (2017) | Perbedaan Pengetahuan, Sikap, Dan Motivasi Ibu Sesudah Diberikan Program <i>Mother Smart Grounding</i> (MSG) dalam Pencegahan Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Puuwatu Kota Kendari Tahun 2017. | Mengetahui perbedaan pengetahuan, sikap, dan motivasi ibu balita sesudah mendapatkan program <i>Mother Smart Grounding</i> (MSG) untuk pencegahan <i>stunting</i> di wilayah kerja Puskesmas Puuwatu Kota Kendari tahun 2017. | Program <i>Mother Smart Grounding</i> (MSG) yaitu penyuluhan dan demonstrasi. | <i>Pre-Eksperimental</i> | Terdapat perbedaan pengetahuan, sikap dan motivasi ibu balita sebelum dan setelah mendapatkan intervensi yaitu program <i>Mother Smart Grounding</i> (MSG). |
| Purwanti (2019) | Program GASTIZI 1000 Dalam Meningkatkan Kapasitas Kader Posyandu | Menganalisis efektivitas program Cegah Stunting dengan Perbaikan Gizi pada 1000 HPK (GASTIZI 1000) untuk meningkatkan kapasitas kader posyandu | Program GASTIZI 1000 yaitu pelatihan untuk kader posyandu mengenai stunting dan gizi 1000 HPK | <i>Quasi-Eksperimen</i> | Pengetahuan serta keterampilan kader posyandu terkait stunting dan gizi pada 1000 HPK meningkat sesuai diberikan program GASTIZI 1000. |

tahapan dalam *systematic review*, didapatkan 15 artikel yang akan dibahas dalam penelitian ini.

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwasanya artikel yang ditelaah sebanyak 15 artikel, terdiri dari tiga artikel penelitian kualitatif, delapan artikel penelitian *quasi eksperimen*, dua artikel penelitian RCT (*Randomized Control Trial*), satu artikel penelitian *true eksperimen*, dan satu artikel penelitian *pre-eksperimental*. Dari hasil telaah didapatkan beberapa intervensi atau program gizi yang dilakukan untuk pencegahan stunting yaitu edukasi gizi melalui pelatihan, penyuluhan dan konseling pada ibu, wanita usia subur atau calon pengantin dan kader, pembentukan kelompok belajar bagi ibu-ibu balita, dan pemberian makanan tambahan pada balita.

Berdasarkan penelaahan artikel didapatkan sepuluh artikel yang membahas mengenai program pencegahan stunting melalui edukasi gizi. Edukasi gizi adalah suatu proses melatih kemampuan dan meningkatkan pengetahuan peserta secara formal dalam menentukan makanan, kegiatan fisik serta perilaku yang berhubungan dengan pemeliharaan

atau perbaikan kesehatan (*Academy of Nutrition and Dietetics*, 2013). Sepuluh artikel yang ditelaah menyatakan bahwasanya edukasi gizi berpengaruh positif untuk pencegahan stunting. Berdasarkan hasil penelitian Wijayanti dan Fauziah (2019), edukasi gizi yang diberikan kepada kader melalui pelatihan, mampu meningkatkan pengetahuan kader mengenai cara pemberian konseling dan penyampaian informasi kepada masyarakat dengan baik dan benar. Kader memiliki peran yang besar dalam pembinaan masyarakat melalui kegiatan di Posyandu. Pelatihan untuk kader ini sangat efektif untuk mencegah stunting terutama di masa pembentukan janin atau masa kehamilan sampai pertumbuhan 0–2 tahun (1000 HPK). Selain itu pelatihan ini sangat efektif untuk peningkatan status gizi balita, karena informasi yang disampaikan menyangkut pemberian makanan pada anak sesuai dengan usia, frekuensi, jumlah, tekstur hingga variasi makanan yang nantinya akan berpengaruh pada status gizi. Hal ini linier dengan penelitian Purwanti *et al.* (2014) yang menyatakan bahwasanya peran kader posyandu

akan berpengaruh terhadap status gizi balita, semakin tinggi peran kader semakin tinggi, maka angka gizi buruk pada balita akan menurun.

Kader posyandu yang terlatih memberikan edukasi gizi kepada ibu balita dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi, selanjutnya ibu akan mempraktikannya untuk memenuhi kebutuhan energi dan protein buah hatinya, sehingga edukasi gizi ini mampu meningkatkan pemenuhan kebutuhan energi dan protein pada balita yang dapat mencegah stunting (Abdillah *et al.*, 2020). Dalam penelitian di negara Etiopia ditemukan bahwa peningkatan praktik gizi pada anak dapat terjadi karena peran kader kesehatan di posyandu, ibu balita dapat menerima informasi dan berdiskusi dengan kader tanpa batasan waktu dan dengan bahasa sehari-hari yang digunakan sehingga ibu balita lebih mudah memahaminya (Agize *et al.*, 2017).

Edukasi kesehatan mengenai stunting memberikan dampak yang positif terhadap pengetahuan ibu. Peningkatan pengetahuan ibu akan menggambarkan kesehatan dan kesejahteraan anak serta menjadi penentu masa depan anak. Ibu yang sering terpapar dengan informasi mengenai stunting akan memiliki pengetahuan yang lebih informatif dibandingkan dengan ibu yang kurang terpapar (Angraini *et al.*, 2020). Penelitian oleh Suryagustina *et al.* (2018) juga menyebutkan hal yang sama bahwasanya pendidikan kesehatan mengenai pencegahan stunting akan berdampak terhadap pengetahuan ibu, serta ibu yang minim informasi mengenai pencegahan stunting maka pengetahuannya mengenai pencegahan stunting juga akan kurang. Penelitian yang sama juga menyebutkan bahwasanya pendidikan kesehatan memberikan pengaruh terhadap sikap ibu dalam pencegahan stunting. Sikap ibu akan menentukan perilaku konsumsi makanan ibu selama masa kehamilan yang akan berdampak pada berat badan lahir bayi. Bayi dengan berat badan lahir rendah akan berisiko terkena stunting (Angraini *et al.*, 2019).

Edukasi gizi tidak hanya diberikan kepada ibu balita, namun dalam pencegahan stunting edukasi gizi juga dapat diberikan kepada calon ibu yaitu wanita usia subur atau wanita pranikah. Edukasi gizi dengan metode konseling gizi mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap pada calon

ibu. Peningkatan pengetahuan calon ibu akan berdampak pada tumbuh kembang janin dan kondisi kesehatan bayi selama proses melahirkan (Doloksaribu dan Simatupang, 2019). Edukasi gizi pada wanita pranikah sangat diperlukan sebagai bekal pada saat periode prakonsepsi. Periode prakonsepsi akan menentukan kondisi bayi yang dilahirkan, kunci dari kelahiran bayi normal dan sehat ialah calon ibu yang memperoleh gizi yang baik pada periode prakonsepsi (Susilowati dan Kuspriyanto, 2016). Adanya edukasi gizi pada calon ibu membuat risiko generasi selanjutnya untuk terkena stunting dapat dicegah.

Pelatihan pembuatan MP-ASI lebih efektif dalam peningkatan pengetahuan ibu mengenai pemberian MP-ASI dengan gizi seimbang pada balita dibandingkan dengan pemberian penyuluhan menggunakan modul MP-ASI. Apabila pengetahuan dan perilaku ibu mengenai pemberian MP-ASI baik, maka status gizi anak akan mengalami peningkatan sehingga dapat mencegah terjadinya permasalahan gizi (Arini *et al.*, 2017).

Edukasi gizi terkait stunting merupakan salah satu program yang sudah dilakukan pemerintah untuk penurunan angka stunting di Indonesia. Edukasi gizi ini termasuk dalam intervensi gizi spesifik yang sasarannya adalah ibu hamil, ibu menyusui, remaja putri dan wanita usia subur. Namun, belum ada program untuk penguatan edukator yaitu kader. Berdasarkan hasil telaah artikel diatas dapat kita ketahui bahwasanya kader yang terlatih dapat menurunkan kejadian stunting. Oleh sebab itu, pemerintah perlu melakukan penguatan kader melalui pelatihan agar pencegahan stunting melalui edukasi gizi lebih optimal.

Pencegahan stunting juga dapat dilakukan dengan pembentukan kelompok belajar. Kegiatan pada kelompok belajar ini berupa diskusi yang dilakukan oleh ibu balita yang didampingi oleh fasilitator. Diskusi yang dilakukan memiliki topik tertentu seputar stunting seperti faktor risiko stunting, mengenal dan menyiapkan makanan bergizi untuk balita dan mendisiplinkan balita. Pada kegiatan ini, ibu-ibu balita akan bercerita mengenai pengalaman mereka seputar topik yang nantinya akan ditanggapi oleh yang lainnya. Diakhir kegiatan fasilitator akan menyimpulkan dan menegaskan kembali hasil diskusi yang telah

dilakukan. Sehingga ibu-ibu balita mendapatkan pengetahuan dan pemahaman baru mengenai topik yang sesuai dengan permasalahan dan kebutuhan mereka. Interaksi yang dibangun dalam kelompok belajar mampu menggali kemampuan para keluarga untuk memahami stunting pada balita (Suntari dan Gama, 2020).

Pembentukan kelompok belajar ibu balita ini belum masuk dalam program pemerintah. Namun, dalam pelaksanaan posyandu seringkali kelompok belajar seperti ini terbentuk dengan sendirinya tetapi belum ada fasilitator. Oleh sebab itu, pemerintah dapat mempertimbangkan program kelompok belajar ibu balita ini untuk mencegah stunting dengan cara penyediaan fasilitator yang berkualitas dan mampu mendampingi ibu balita.

Dalam penelitian Widyaningsih *et al.*, (2018) menyatakan bahwasannya terdapat hubungan antara kejadian stunting dengan panjang badan lahir, pola asuh makan dan keragaman pangan, dengan faktor risiko yang paling dominan ialah keragaman pangan. Faktor risiko pola asuh makan dan keragaman makan dapat diminimalisir dengan kegiatan kelompok belajar yang difasilitasi oleh tenaga kesehatan.

Pemberian makanan tambahan pada balita merupakan salah satu cara pencegahan stunting. Berdasarkan penelitian Irwan *et al.* (2020) dan Muliawati dan Sulistyawati (2019) pemberian makanan tambahan berbahan dasar tanaman kelor atau *moringa oleifera* dapat meningkatkan berat badan dan tinggi badan balita. Hal ini linier dengan penelitian Luthfiah *et al.* (2011) yang menyatakan bahwasannya tepung daun kelor dapat dijadikan pangan alternatif untuk meningkatkan berat badan balita yang mengalami kekurangan berat badan, selain itu juga dapat meningkatkan anti-bodi balita dikarenakan kandungan zat besi (Fe) dan protein yang tinggi sehingga balita tidak mudah terserang penyakit.

Tanaman kelor atau *moringa oleifera* memiliki banyak manfaat. Daun kelor yang sudah dikeringkan atau dijadikan ekstrak mengandung 1600–2200 mg kalsium, zat besi, protein, vitamin A yang sama dengan vitamin A pada wortel, vitamin B, dan vitamin C yang sama dengan vitamin C pada 7 jeruk (Mahmood *et al.*, 2011). Kandungan gizi yang sangat banyak dan bermanfaat pada

tanaman kelor ini dapat dimanfaatkan untuk pertumbuhan dan perkembangan balita. Oleh sebab itu, masyarakat terutama ibu balita dapat menggunakan tanaman kelor atau *moringa oleifera* untuk memenuhi kebutuhan gizi balita dan dapat mencegah stunting pada balita.

Program pencegahan stunting yang telah dijalankan di Indonesia belum dapat memberikan dampak yang optimal terhadap prevalensi stunting di Indonesia. Hal ini dikarenakan berbagai kendala yang ditemukan di lapangan. Berdasarkan penelitian Muthia *et al.* (2019) program pencegahan stunting belum mampu menurunkan prevalensi stunting dikarenakan tidak adanya dana khusus untuk intervensi atau program, masih kurangnya sumber daya manusia untuk menjalankan intervensi atau program, belum adanya pedoman dan Standar Operasional Prosedur (SOP), perencanaan tidak dilakukan secara *bottom up* dan belum ada pencatatan dan pelaporan intervensi atau program. Kendala-kendala ini menyebabkan program tidak mampu mencapai targetnya untuk menurunkan prevalensi stunting. Penelitian yang dilakukan oleh Khoeroh dan Indriyanti (2017) juga menyatakan bahwasannya program-program pencegahan stunting belum berjalan dengan optimal dikarenakan berbagai kendala yaitu sumber daya manusia yang masih kurang dan belum ada tenaga gizi.

Pemberian makanan tambahan pada balita merupakan salah satu program yang sudah dilakukan oleh pemerintah untuk penurunan kejadian stunting. Makanan tambahan yang diberikan oleh pemerintah berupa biskuit siap makan. Namun, masih terdapat kendala dalam pelaksanaan programnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sugianti (2017) dan Aryani dan Wahyono (2020) menyatakan bahwasannya sasaran program PMT kurang tepat. Sasaran program kurang tepat karena terdapat anggota keluarga yang ikut serta mengonsumsi makanan tambahan yang diberikan. Diperlukan peningkatan pengawasan untuk program ini. Pemberian makanan tambahan juga dapat dilakukan menggunakan bahan dasar pangan lokal yang dekat dengan masyarakat seperti tanaman kelor untuk memenuhi kebutuhan gizi balita sehingga dapat mencegah stunting.

Pencegahan stunting dapat dilakukan dengan berbagai upaya yaitu memberikan edukasi pada pihak terlibat pencegahan stunting seperti kader, ibu balita, ibu hamil, dan wanita usia subur atau wanita pranikah yang merupakan calon ibu. Edukasi dapat dilakukan dengan berbagai metode seperti konseling, ceramah dan pelatihan. Untuk memberdayakan para ibu balita, pencegahan stunting juga dapat dilakukan dengan cara pembentukan kelompok belajar yang akan menjadi wadah belajar dan berdiskusi ibu-ibu balita secara mandiri yang didampingi oleh fasilitator kesehatan. Selain itu, pencegahan stunting dapat dilakukan dengan pemberian makanan tambahan pada balita yang dimana bahan dasarnya mudah ditemukan di lingkungan masyarakat, seperti tanaman kelor atau *moringa oleifera*.

Agar Program pencegahan stunting optimal harus diperhatikan aspek masukan dan prosesnya, seperti masukan sumber daya manusia yang harus dipenuhi kuantitas dan kualitasnya. Pada aspek proses harus dilibatkan semua pihak mulai dari ibu balita hingga lintas sektoral untuk perencanaan hingga pelaporan program. Pemenuhan yang optimal pada aspek masukan dan proses akan memberkan hasil yang optimal terhadap keluaran program (Rusdianah dan Widiarini, 2019).

KESIMPULAN DAN SARAN

Pencegahan stunting yang efektif dapat dilakukan dengan cara pemberian edukasi gizi pada pihak yang berpengaruh (kader, ibu balita, ibu hamil dan calon ibu), pembentukan kelompok belajar untuk ibu balita, dan pemberian makanan tambahan untuk balita. Sepuluh dari enam belas artikel yang ditemukan menyatakan edukasi gizi dapat dijadikan alternatif pencegahan stunting yang efektif. Pembentukan kelompok belajar dinilai juga efektif untuk mencegah stunting dikarenakan kelompok belajar akan menjadi wadah belajar dan berdiskusi ibu-ibu balita secara mandiri yang didampingi oleh fasilitator kesehatan. Selain itu, pemberian makanan tambahan pada balita dengan bahan dasar yang mudah ditemukan oleh masyarakat, seperti tanaman kelor atau *moringa oleifera* dapat menjadi upaya dalam pencegahan stunting di Indonesia.

Program atau intervensi yang dilakukan untuk pencegahan stunting harus memperhatikan dengan baik aspek masukan dan prosesnya agar mendapatkan keluaran yang optimal serta harus melibatkan semua pihak mulai dari ibu balita hingga lintas sektoral.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, F.M., Sulistiyawati, Paramashanti, B.A. (2020). Edukasi Gizi pada Ibu oleh Kader Terlatih Meningkatkan Asupan Energi dan Protein pada Balita. *Aceh Nutrition Journal*, 5 (2): 156–163.
- Academy of Nutrition and Dietetics. (2013). *International Dietetics & Nutrition Terminology (IDNT), 4th ed.* Academy of Nutrition and Dietetics, Chicago.
- Agize, A., Jara, D., Dejen, G. (2017). Level of Knowledge and Practice of Mothers on Minimum Dietary Diversity Practices and Associated Factors for 6 – 23-Month-Old Children in Adea Woreda, Oromia, Ethiopia. *BioMed Research International*, 2017 (7204562). <https://doi.org/https://doi.org/10.1155/2017/7204562>
- Andriani, W., Reza, F., Nurzalmariah, W. (2017). Perbedaan Pengetahuan, Sikap, dan Motivasi Ibu Sesudah Diberikan Program Mother Smart Grounding (MSG) Dalam Pencegahan Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Puuwatu Kota Kendari Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Unsyiah*, 2 (6).
- Angraini, W., Pratiwi, B.A., Amin, M., Yanuarti, R., Harjuita, T.R. (2019). Berat Badan Lahir Sebagai Faktor Risiko Kejadian Stunting Kabupaten Bengkulu Utara. *Avicenna*, 14 (2): 47–51.
- Angraini, W., Pratiwi, B.A., Amin, M., Yunuarti, R., Febriawati, H., Shaleh, M.I. (2020). Edukasi Kesehatan Stunting Di Kabupaten Bengkulu Utara. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14 (1): 30–36.
- Arini, F.A., Sofianita, N.I., Ilmi, I.M.B. (2017). Pengaruh Pelatihan Pemberian MPASI Kepada Ibu dengan Anak Baduta Di Kecamatan Sukmajaya Kota Depok Terhadap Pengetahuan dan Perilaku Pemberian MP ASI. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 13 (1): 80–89.
- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. (2019). Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) Tahun 2020–2024. Bappenas, Jakarta.

- Suntari, NLP Yunita., Gama, I.Ketut. (2020). Kegiatan “Rumah Belajar ” sebagai Media Menganalisis Perilaku Keluarga dengan Risiko Kejadian Balita Stunting. *Jurnal Kesehatan*, 11 (1): 1–9.
- Doloksaribu, L.G., Simatupang, A.M. (2019). Pengaruh Konseling Gizi Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Wanita Pranikah Di Kecamatan Batang Kuis. *Wahana Inovasi*, 8 (1): 63-73.
- Effendy, D.S., Prangthip, P., Soonthornworasiri, N., Winichagoon, P., Kwanbunjan, K. (2020). Nutrition education in Southeast Sulawesi Province, Indonesia: A cluster randomized controlled study. *Maternal & Child Nutrition*, 16 (4). <https://doi.org/10.1111/mcn.13030>
- Irwan, Z., Salim, A., Adam, A. (2020). Pemberian Cookies Tepung Daun Dan Biji Kelor Terhadap Berat Badan Dan Status Gizi Anak Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Tampa Padang. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 5 (1): 45–54.
- Khoeroh, H., Handayani, O.W.K., Indriyanti, D.R. (2017). Evaluasi Penatalaksanaan Gizi Balita Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Sirampog. *Unnes Journal of Public Health*, 6 (3): 189-195. <https://doi.org/10.15294/ujph.v6i3.11723>
- Luthfiyah, F., Widjajanto, E. (2011). Serbuk Daun Kelor Memulihkan Kondisi Fisik Gizi Buruk pada Tikus Model Kurang Energi Protein. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, 26 (3): 131–135.
- Mahmood, K.T., Mugal, T., Haq, I.U. (2010). Moringa oleifera: A natural gift-a review. *Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*, 2 (11): 775–781.
- Muliawati, D., Sulistyawati, N. (2019). Pemberian Ekstrak Moringa Oleifera sebagai Upaya Preventif Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 10 (2): 123–131.
- Muthia, G., Edison, Yantri, E. (2019). Evaluasi Pelaksanaan Program Pencegahan Stunting Ditinjau dari Intervensi Gizi Spesifik Gerakan 1000 HPK Di Puskesmas Pegang Baru Kabupaten Pasaman. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8 (4): 100–108.
- Purwanti, D., Pajeriaty, Rasyid, A. (2014). Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Madello Kabupaten Barru. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 5(1).
- Purwanti, R. (2019). Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu: Cegah Stunting Dengan Perbaikan Gizi 1000 HPK. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 7 (2): 182–189.
- Rahmad, A.H., Miko, A. (2017). Peningkatan Pengetahuan Calon Pengantin Melalui Konseling ASI Eksklusif di Aceh Besar. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 45 (4): 249–256.
- Rosmalina, Y., Luciasari, E., Aditiani, Ernawati, F. (2018). Upaya Pencegahan Dan Penanggulangan Batita Stunting: Systematic Review. *Journal of the Indonesian Nutrition Association*, 41 (1): 1–14.
- Rusdianah, E., Widiarini, R. (2019). Evaluasi Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK): Studi Kasus di Tingkat Puskesmas. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia: JKKI*, 8(4): 175–183.
- Satriawan, E. (2018). *Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting 2018-2024*. Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (TNP2K), Jakarta.
- Siringoringo, E.T., Syauqy, A., Panunggal, B., Purwanti, R., Widayastuti, N. (2020). Karakteristik Keluarga Dan Tingkat Kecukupan Asupan Zat Gizi Sebagai Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Baduta. *Journal of Nutrition College*, 9 (1): 154–62. <https://doi.org/10.14710/jnc.v9i1.26693>
- Sugianti, E. (2017). Evaluasi Pemberian Makanan Tambahan Pemulihan (PMT-P) Pada Balita Kurang Gizi Di Kabupaten Tuban. *Cakrawala* 11 (2): 217–224.
- Suryagustina, Araya, W., Jumielsa. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pencegahan Stunting Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu di Kelurahan Pahandut Palangka Raya. *Dinamika Kesehatan*, 9 (2).
- Susilowati, Kuspriyanto. (2016). *Gizi dalam Daur Kehidupan*. PT. Refika Aditama, Bandung.
- Sutriyawan, A., Kurniawati, R.D., Hanjani, R., Rahayu, S. (2020). Prevalensi Stunting dan Hubungannya Dengan Sosial Ekonomi. *Jurnal Kesehatan*, 11 (3): 353–360.
- Sutriyawan, A., Nadhira, C.C. (2020). Kejadian Stunting pada Balita di UPT Puskesmas Citarip Kota Bandung. *Jurnal KESMAS (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 7 (2): 79–88.
- Tambuwun, S., Engkeng, S., Akili, R.H. (2019). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang 1000 HPK di Kelurahan Molas Kecamatan Bunaken Kota Manado. *Jurnal KESMAS*, 8 (6): 371–377.
- Unicef Indonesia. (2012). Ringkasan kajian gizi Ibu dan Anak.

Widyaningsih, N.N., Kusnandar, K., Anantanyu, S. (2018). Keragaman pangan, pola asuh makan dan kejadian stunting pada balita usia 24-59 bulan. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 7 (1):22–29. <https://doi.org/10.14710/jgi.7.1.22-29>

Wijayanti, H.N., Fauziah, A. (2019). Dampak Pelatihan Pmba Pada Kader Posyandu Dalam

Meningkatkan Status Gizi Anak Stunting. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 11 (25): 1–9.

World Health Organization. (2020). *Levels and Trends in Child Malnutrition: UNICEF/WHO/World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates Key findings of the 2020 edition*.

World Health Organization. (2013). *Child Growth Indicators and Their Interpretation* [WWW Document]. WHO.