

---

## EFEK STUNTING DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI PENDIDIKAN

Nurhayati<sup>1</sup>, Loeziana Uce<sup>2</sup>, A. Karim<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>MTsN 2 Aceh Besar

[atihayati321@gmail.com](mailto:atihayati321@gmail.com)<sup>1</sup>, [loeziana.uce@ar-raniry.ac.id](mailto:loeziana.uce@ar-raniry.ac.id)<sup>2</sup>, [aka07239@gmail.com](mailto:aka07239@gmail.com)<sup>3</sup>

---

**ABSTRACT;** *The problem of stunting has received great attention in various parts of the world, including Indonesia. Stunting is a developmental disorder in children or body growth and development that is not in accordance with the child's ideal age caused by poor nutrition, repeated infections, or inadequate psychosocial stimulation. The purpose of this writing is to find out the effects or impacts of stunting from an educational psychology perspective. Where in the long term, stunting results in a decrease in intellectual capacity, permanent disruption of the structure of nerve function and brain cells and causes a decrease in the ability to absorb lessons at school age which will affect productivity as an adult. Apart from that, there is also a risk of developing deadly diseases such as diabetes mellitus, hypertension, coronary heart disease, obesity and stroke. Meanwhile, in the short term, stunting can result in impaired brain function, failure to thrive, obstacles to cognitive and motor development, suboptimal physical body size and metabolic disorders in the body, which if left unchecked can result in disruption of a child's golden years in receiving education. However, stunting can be prevented by always maintaining a healthy lifestyle, starting with eating healthy food, healthy drinks, a healthy place to live, and also supported by additional supplements for children's growth and development.*

**Keywords:** *Stunting, Educational Psychology.*

**ABSTRAK;** Permasalahan *Stunting* mendapat perhatian besar diberbagai belahan dunia, tidak ketinggalan juga dengan negara Indonesia. *Stunting* merupakan gangguan perkembangan pada anak atau tumbuh kembang tubuh yang tidak sesuai dengan usia ideal anak yang disebabkan gizi buruk, terserang infeksi yang berulang, maupun stimulasi psikososial yang tidak memadai. Tujuan dari penulisan ini adalah mengetahui bagaimana efek atau dampak *stunting* dalam perspektif psikologi pendidikan. Dimana dalam jangka panjang *Stunting* mengakibatkan menurunnya kapasitas intelektual, Gangguan struktur fungsi saraf dan sel-sel otak yang bersifat permanen dan menyebabkan penurunan kemampuan menyerap pelajaran di usia sekolah yang akan berpengaruh pada produktivitas saat dewasa. Selain itu juga berisiko mengalami penyakit mematikan seperti diabetes mellitus, hipertensi, jantung koroner, obesitas dan stroke. Sedangkan pada jangka pendek *stunting* dapat mengakibatkan gangguan fungsi otak, gagal tumbuh, hambatan perkembangan kognitif dan motorik, dan tidak optimalnya ukuran fisik

tubuh serta gangguan metabolisme pada tubuh yang apabila hal ini dibiarkan dapat mengakibatkan terganggunya masa-masa keemasan seorang anak dalam mengenyam pendidikan. Namun stunting dapat dicegah dengan selalu menjaga gaya hidup sehat yang dimulai makan makanan yang sehat, minuman sehat, tempat tinggal sehat, juga ditunjang dengan bantuan suplemen tambahan untuk tumbuh kembang anak.

**Kata Kunci:** *Stunting*, Psikologi Pendidikan

## PENDAHULUAN

*Stunting* menjadi masalah terbesar dan mendapat perhatian dunia sekarang ini, sehingga permasalahan *stunting* tersebut diperbincangkan diberbagai Negara. Salah satu penyebab terjadinya *stunting* dikarenakan oleh kekurangan gizi pada jangka panjang, hal tersebut menurut Izwardy dapat mengakibatkan terganggunya pertumbuhan pada anak-anak yaitu pada tumbuh kembang anak, khususnya tinggi badan anak lebih rendah atau pendek (*stunting*) dari usia normal.<sup>1</sup> *Stunting* disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama sehingga mengakibatkan permasalahan kekurangan gizi, hal tersebut terjadi karena kebutuhan gizi seorang anak pada 1000 hari pertama kehidupan tidak terpenuhi sepenuhnya. *Stunting* dibentuk oleh *growth faltering* (goncangan pertumbuhan) dan *catch up growth* (kejar tumbuh) tidak tercukupi yang mencerminkan ketidakmampuan untuk mencapai pertumbuhan yang optimal, hal tersebut mengungkapkan bahwa balita yang lahir dengan berat badan tidak normal dapat mengalami *stunting* jika pemenuhan kebutuhan selanjutnya tidak terpenuhi dengan baik.<sup>2</sup> Prevalensi *stunting* saat ini masih cukup tinggi.

Di Indonesia, dalam Buku Saku "Indonesia Dalam Menangani Stunting" disebutkan angka *stunting* meningkat dari tahun 2013 (37,2%), pada tahun 2016 (27,5%), dan menjadi 38,9% di tahun 2020.<sup>3</sup> Dari data tersebut jelas terlihat bahwa *stunting* di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun ketahun, jika pemerintah tidak menangani dengan serius permasalahan tersebut kemungkinan dinegara kita tercinta ini akan banyak terdapat penduduk yang memiliki tubuh tumbuh pendek tidak sesuai dengan usianya.

---

<sup>1</sup> Aditianti, A., Raswanti, I., Sudikno, S., Izwardy, D., & Irianto, S. E. (2021). *Prevalensi Dan Faktor Risiko Stunting Pada Balita 24-59 Bulan Di Indonesia: Analisis Data Riset Kesehatan Dasar 2018*. (*The Journal of Nutrition and Food Research*), 43(2), 51–64. <https://doi.org/10.22435/pgm.v43i2.3862>

<sup>2</sup> Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi. *Buku Saku Indonesia Dalam Penganganan Stunting*. 2017. (Jakarta: ), hal.4

<sup>3</sup> Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi, hal. 2

Menurut Noorhasanah, penanganan *stunting* dengan baik tidak akan menimbulkan dampak negatif, seperti lahirnya balita tumbuh pendek tidak sesuai dengan usianya dan masalah pada aspek kognitifnya.<sup>4</sup> *Stunting* sangat berdampak pada perkembangan anak yakni akan menurunnya kecerdasan, sehingga menyebabkan penurunan kemampuan untuk menyerap pelajaran pada usia sekolah yang akan berpengaruh pada produktivitas ketika anak dewasa.<sup>5</sup>

Pertumbuhan dan perkembangan sangat berpengaruh terhadap pendidikan, dengan tumbuh kembang yang ideal membuat anak lebih percaya diri dalam bergaul dengan teman-temannya disekolah, sehingga pendidikan dapat ditempuh tanpa adanya rasa rendah diri, salah tingkah, diasingkan dalam pergaulan dan lain-lainnya.

Penanganan *stunting* benar-benar menjadi prioritas utama di Indonesia terbukti dengan keseriusan pemerintah mencanangkan program pencegahan *stunting*. Hal tersebut terjadi karena adanya kesadaran pihak pemerintahan akan bahaya yang ditimbulkan dari *stunting* tersebut, yang paling berpengaruh dan sangat terasa sekali bagi penderita *stunting* terutama pada pendidikan dan pergaulan

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **a. Pengertian *Stunting***

*stunting* merupakan sebuah gejala gangguan tumbuh kembangnya anak yang disebabkan oleh kekuarangan gizi dan terjadinya infeksi secara berulang-ulang. *Stunting* ini ditandai dengan tinggi badan seorang anak berada dibawah tinggi badan ideal (perawakan pendek) pada usianya. Menurut WHO (*World Health Organization*).<sup>6</sup> *stunting* adalah gangguan perkembangan pada anak yang disebabkan gizi buruk, terserang infeksi yang berulang, maupun stimulasi psikososial yang tidak memadai. Seorang anak dikatakan sebagai *stunting* jika tinggi badan menurut usianya lebih dari dua standar deviasi, di bawah ketetapan Standar Pertumbuhan Anak WHO.

---

<sup>4</sup> Evy Noorhasanah, *Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Kejadian Stunting Anak Usia 12-59 Bulan*, Jurnal Ilmu Keperawatan Anak. 2021, hal. 39

<sup>5</sup> Rahmidini, A., ST, S., & Keb, M. (2020, April). *Stunting LITERATUR REVIEW: HUBUNGAN STUNTING DENGAN PERKEMBANGAN MOTORIK DAN KOGNITIF ANAK*. In *JURNAL SEMINAR NASIONAL* (Vol. 2, No. 01, pp. 90-104).

<sup>6</sup> WHO dalam <https://www.djkn.kemenu.go.id/kpknl-ternate/baca-artikel/15305/Program-Penurunan-Stunting-Apa-Susahnya.html>

Unicef mengartikan stunting merupakan kegagalan untuk mencapai potensi pertumbuhan seseorang yang disebabkan oleh malnutrisi kronis dan penyakit berulang selama masa kanak-kanak. Hal ini dapat membatasi kapasitas fisik dan kognitif anak secara permanen dan menyebabkan kerusakan yang lama.<sup>7</sup> Rahmadhita mengungkapkan *Stunting* ini dapat terjadi pada saat anak masih dalam kandungan, dan baru muncul saat anak berusia 2 tahun.<sup>8</sup> *Stunting* merupakan keadaan terhambatnya pertumbuhan pada anak balita (bayi di bawah lima tahun) dampaknya berasal dari kekurangan gizi kronis, sehingga anak tersebut terlalu pendek untuk usianya.<sup>9</sup>

Berdasarkan pendapat para ahli diatas, *stunting* merupakan sebuah gejala perkembangan pertumbuhan anak secara tidak normal, dimana tumbuh kembang anak berada pada kondisi tidak sepadan dengan usianya. Keadaan terhambat pertumbuhan anak ini mengakibatkan memiliki tinggi badan pendek pada usianya yang ideal, tinggi badan ideal adalah tinggi badan yang cocok dengan usia anak.

#### **b. Faktor Yang Mempengaruhi Stunting**

Menurut Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) *stunting* disebabkan oleh dua faktor, yakni faktor lingkungan dan genetik. Lingkungan merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi perawakan pendek atau *stunting*. Faktor lingkungan yang berperan dalam menyebabkan *stunting* antara lain status gizi ibu, pola asuh termasuk pada pola pemberian makanan kepada anak, kebersihan lingkungan, dan angka kejadian infeksi pada anak. Loeziana Uce dalam artikel “The golden age: Masa efektif merancang kualitas anak” mengutarakan.<sup>10</sup> Sudah menjadi pengetahuan umum, bahwa masa usia anak-anak di bawah lima tahun adalah masa-masa keemasan (*golden age*) bagi pertumbuhan anak. Pada masa tersebut anak-anak akan menyerap informasi dari lingkungan sekitarnya dan akan terekam lama dalam memorinya. Hal ini akan menentukan pola pikir dan perilakunya dimasa yang akan datang. Sehingga pada masa tersebut sangat penting untuk diberikan asupan nutrisi yang cukup serta stimulus atau rangsangan komunikasi, dan perilaku yang benar dari lingkungannya terutama

<sup>7</sup> <https://www.unicef.org/indonesia/id/gizi>

<sup>8</sup> Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 225-229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.253>

<sup>9</sup> Qoyyimah, A. U., Hartati, L., & Fitriani, S. A. (2020). Hubungan Kejadian Stunting Dengan Perkembangan Anak Usia 24-59 Bulan Di Desa Wangen Polanharjo Klaten. *Jurnal Kebidanan*, 66-79.

<sup>10</sup> Uce, L. (2017). *The golden age: Masa efektif merancang kualitas anak*. Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak, 1(2), 77-92.

orang tua dan keluarganya. Selain disebabkan oleh lingkungan, *stunting* dapat disebabkan oleh faktor genetik dan hormonal. Namun penyebab utama yang sangat mempengaruhi *stunting* adalah kekurangan gizi.

Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menyebutkan, ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi *stunting* pada anak diantaranya:<sup>11</sup>

- a) Anak yang dilahirkan kurang asupan
- b) Pola asuh yang tidak baik
- c) Tidak adanya imunisasi
- d) Kebersihan dan sanitasi

Asupan makanan yang bergizi sangat mempengaruhi tumbuh kembangnya anak, asupan yang dimaksud adalah ASI (air susu ibu), ketika masih bayi asi yang diberikan oleh ibu tidak mencukupi sehingga berakibat pada tumbuh kembang anak, juga ketika anak sudah makan makananpun masih kurang protein hewani seperti daging, ikan, telur dan lain-lain.

Pola asuh yang tidak baik juga mengakibatkan anak berbadan pendek (*stunting*), orang tua yang mengasuh anak secara tidak tepat akan mengakibatkan tumbuh kembang anak tidak ideal dengan umurnya, misalnya pola asuh orang tua yang *broken home* (keluarga berantakan), sering bertengkar, sehingga membuat perkembangan tumbuh anak terganggu dikarenakan kurang mendapatkan perhatian dari orang tua.

Imunisasi merupakan hal yang sangat penting diperhatikan oleh orang tua terhadap anaknya, karena dengan imunisasi dapat membentuk kekebalan pada tubuh anak sehingga penyakit tidak mudah menyerangnya, dan pencemaran bakteripun dapat terhalangi. Namun, permasalahan *stunting* bukan hanya disebabkan oleh persoalan makanan, pola asuh, imisasi saja akan tetapi juga dari kebersihan lingkungan atau sanitasi sebagaimana telah dijelaskan diatas.

### **c. Efek/Dampak dan Pengaruh *Stunting* Dalam Perspektif Psikologi Pendidikan**

Efek/dampak langsung *Stunting* dapat mengakibatkan rusaknya perkembangan koqnitif secara permanen, perkembangan motorik dan intelektual di bawah tingkat normal, sehingga

---

<sup>11</sup> <https://www.rri.co.id/kesehatan/253623/tiga-penyebab-stunting-menurut-bkkbn>

memperlambat pertumbuhan pendidikan karena kecenderungannya mempengaruhi pendapatan, dan produktivitas saat dewasa.<sup>12</sup>

Menurut artikel Yankes menyebutkan bahwa ada dua dampak *stunting* yaitu:<sup>13</sup> dampak jangka panjang dan jangka pendek. Dampak jangka panjang *stunting* dapat menurunnya kapasitas intelektual, gangguan struktur fungsi saraf dan sel-sel otak yang bersifat permanen dan menyebabkan penurunan kemampuan menyerap pelajaran di usia sekolah yang akan berpengaruh pada produktivitas saat dewasa. Selain itu juga berisiko mengalami penyakit mematikan seperti diabetes mellitus, hipertensi, jantung koroner, obesitas dan stroke. Sedangkan pada jangka pendek *stunting* dapat mengakibatkan gangguan fungsi otak, gagal tumbuh, hambatan perkembangan kognitif dan motorik, dan tidak optimalnya ukuran fisik tubuh serta gangguan metabolisme pada tubuh.

Dampak secara tidak langsung pada masalah kesehatan mental sehingga berpengaruh pada psikologi anak melalui rasa percaya diri dikarenakan hambatan dari kemampuan berfikir, fisiknya yang berimbas kepada kemampuan penyesuaian beraktifitas dalam belajar dan pergaulan disekolah tempat sianak menimba ilmu.

UNICEF pada tahun 2013, menyampaikan beberapa fakta terkait dengan *stunting* dan pengaruhnya, yaitu:<sup>14</sup>

- a) Anak dengan riwayat *stunting* lebih awal yaitu sebelum usia enam bulan, akan mengalami *stunting* lebih berat menjelang umur dua tahun.
- b) *Stunting* yang berat pada anak, akan berpengaruh dalam jangka panjang pada perkembangan fisik dan mental sehingga mengganggu prestasi dalam belajar dan tidak mampu menerima pelajaran secara maksimal di sekolah dibandingkan anak dengan tinggi badan normal.
- c) Anak dengan *stunting* cenderung terlambat masuk sekolah dan sering bermasalah dengan kehadiran ke sekolah dibandingkan anak dengan status tidak *stunting*. Hal ini sangat mempengaruhi kesuksesan di masa depannya.

---

<sup>12</sup> Qoyyimah, A.U., Hartati, L., Fitriani, S.A. (2020), "Hubungan kejadian *stunting* dengan perkembangan anak usia 24-59 bulan di Desa Wangen Polanharjo, Klaten", *Jurnal Kebidanan*, 12 (01), hal. 66–79

<sup>13</sup> [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/2657/mengenal-lebih-jauh-tentang-stunting](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2657/mengenal-lebih-jauh-tentang-stunting)

<sup>14</sup> UNICEF Indonesia, 2013. *Ringkasan Kajian Gizi Ibu dan Anak*. [www.unicef.org](http://www.unicef.org). Diakses pada tanggal 3 oktober 2023

- d) *Stunting* akan sangat mempengaruhi kesehatan dan perkembangan anak. Faktor dasar yang menyebabkan *stunting* dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan intelektual.
- e) Pengaruh gizi pada usia dini yang mengalami *stunting* dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan kognitif yang kurang.
- f) *Stunting* pada usia lima tahun cenderung menetap sepanjang hidup, kegagalan pertumbuhan usia dini berlanjut pada masa remaja dan kemudian tumbuh menjadi wanita dewasa yang *stunting* dan mempengaruhi secara langsung pada kesehatan dan produktivitas, sehingga meningkatkan peluang melahirkan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR).
- g) Akibat lainnya *stunting* terhadap perkembangan sangat merugikan penampilan anak. Sehingga anak kurang merasa nyaman dengan postur tubuh yang dimilikinya.

Dalam proses belajar mengajar sangat ditunjang dengan rasa percaya diri yang tinggi, sehingga dapat mengekspresikan kemampuan yang dimiliki secara sempurna. Oleh sebab itu penampilan juga sangat berpengaruh dalam pendidikan, sama halnya dengan tumbuh kembangnya tubuh anak yang ideal akan sangat mempengaruhi proses pendidikan terhadap anak tersebut.

#### **d. Pencegahan Stunting**

Mencegah lebih baik daripada mengobati, langkah pencegahan *stunting* sangat dianjurkan dilakukan oleh setiap orang di lingkungannya, terutama yang memiliki anak balita atau pasangan usia muda terhadap kemungkinan terjadinya *stunting*, daripada harus melakukan upaya penanganan setelah *stunting* itu terjadi. pencegahan *stunting* tidak memerlukan yang banyak biaya dan dampaknya pun akan lebih cepat teratasi, dibandingkan apabila sudah terjadi *stunting*. Berikut ini beberapa langkah yang dapat dilakukan untuk mencegah *stunting*:<sup>15</sup>

- a) Pemberian tablet tambah darah pada anak remaja putri
- Salah satu Gerakan pemerintah dalam mencegah *stunting* yaitu dengan pembagian tablet tambah darah pada anak perempuan berusia remaja, karena pada usia ini mengalami

---

<sup>15</sup> [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/2657/mengenal-lebih-jauh-tentang-stunting](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2657/mengenal-lebih-jauh-tentang-stunting)

masa perubahan dari kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, biologis dan psikologis. Tablet tambah darah sangat bermanfaat untuk remaja putri untuk mengganti zat besi yang hilang selama menstruasi, meningkatkan kemampuan belajar, konsentrasi, semangat dan produktifitas. Pada wanita hamil, menyusui kebutuhan zat besi sangat tinggi, maka memerlukan mempersiapkannya dari masa remaja

- b) Memenuhi kebutuhan gizi dan pemberian tablet tambah darah pada masa kehamilan  
Tindakan untuk mencegah *stunting* pada anak adalah selalu memenuhi gizi dari sejak masa kehamilan. Dan pemberian tablet tambah darah juga sangat membantu pencegahan lahirnya anak *stunting*, disamping selalu mengonsumsi makanan sehat nan bergizi maupun suplemen atas anjuran dokter. Selain itu, perempuan yang sedang menjalani proses kehamilan juga sebaiknya rutin memeriksakan kesehatannya ke dokter atau bidan.
- c) Beri Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif sampai bayi berusia 6 bulan  
Veronika Scherbaum, mengungkapkan ASI ternyata sangat berpotensi mengurangi peluang *stunting* pada anak berkat kandungan gizi mikro dan makro.<sup>16</sup> Oleh sebab itu, pemberian ASI Eksklusif kepada balita sangat disarankan selama enam bulan penuh. Protein whey dan kolostrum yang terdapat pada susu ibu pun dinilai mampu meningkatkan sistem kekebalan tubuh bayi yang terbilang rentan terkena *stunting*. Allah sangat mengajurkan seorang ibu menyusui anaknya sampai berumur 2 tahun, hal tersebut terdapat dalam surah al-Baqarah ayat: 223 yang berbunyi:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُبَيِّمَ الرَّضَاعَةَ

Artinya: Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. (al-Baqarah:233)

Menurut Wahbah Azzuhaily.<sup>17</sup> Dalam ayat tersebut berupa pemberitahuan, namun sebenarnya ayat tersebut juga merupakan perintah untuk dilaksanakan. Dengan

<sup>16</sup> Woldetensay, Y. K., Belachew, T., Tesfaye, M., Spielman, K., Biesalski, H. K., Kantelhardt, E. J., & Scherbaum, V. (2018). Validation of the Patient Health Questionnaire (PHQ-9) as a screening tool for depression in pregnant women: Afaan Oromo version. *PloS one*, 13(2), e0191782.

<sup>17</sup> Wahbah Az-Zuhayli dalam tafsir: *al-Munir*. Jilid I. Hal.565

pemberian asi 2 tahun penuh kepada sianak, maka akan membuat tubuh anak kebal dari segala penyakit yang menyerangnya.

d) Terus memantau tumbuh kembang anak

Orang tua perlu terus memantau tumbuh kembang anak mereka, terutama pada masalah tinggi dan berat badan anak. Periksa anak secara berkala ke layanan kesehatan maupun klinik khusus anak. Dengan begitu, akan lebih mudah bagi ibu untuk mengetahui gejala awal gangguan dan penanganannya.

e) Dampingi ASI Eksklusif dengan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) sehat

Ketika bayi menginjak usia 6 bulan ke atas, maka ibu sudah bisa memberikan makanan pendamping atau MPASI. Dalam hal ini pastikan makanan-makanan yang dipilih bisa memenuhi gizi mikro dan makro yang sebelumnya selalu berasal dari ASI untuk mencegah *stunting*. Penggalan surah al-Baqarah ayat 233, Allah menegaskan:

وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ۚ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا

*Artinya: Dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara ma'ruf. Seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. (al-Baqarah:233)*

Disini peran ayah dalam memenuhi asupan makanan bergizi kepada anak dan ibu sangat penting, supaya anak dan ibu selalu terpenuhi nutrisi dan terhindar dari penyakit. Pemenuhan nutrisi dan makanan bergizi kepada ibu menyusui jauh lebih harus diperhatikan supaya dapat menghasilkan ASI yang bermutu dan berkualitas.

f) Selalu jaga kebersihan lingkungan

Anak-anak sangat rentan akan serangan lingkungan yang tidak bersih dan terawat menjadi penyebab utama anak terkena penyakit. Sehingga secara tidak langsung mengakibatkan timbul peluang *stunting*, seperti penyakit diare. Diare adalah faktor ketiga yang menyebabkan gangguan kesehatan tersebut. Sementara salah satu pemicu diare datang dari paparan kotoran yang masuk ke dalam tubuh manusia. Kebersihan lingkungan sekitar sangat berperan dalam kehidupan, disinilah peran orangtua dalam menjaga kesehatan dan kebersihan anak. Dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang

kuat, sehingga terciptanya kehidupan anak yang sehat dan kuat dan melahirkan generasi yang unggul, cerdas, kuat dan sehat pula.

Apabila dilihat dari penyebab dan ciri-ciri terjadinya *stunting*, maka hal tersebut adalah berkaitan dengan masalah mendasar yang bisa terjadi pada masyarakat atau negara berkembang. Berkaitan dengan kecukupan gizi atau nutrisi pada masyarakat, terutama pada ibu hamil dan balita, serta ada kaitannya dengan pola hidup sehat, seperti tersedianya sanitasi yang layak (sarana mandi, cuci, jamban atau toilet) dan ketersediaan air bersih.

Setelah 77 tahun merdeka, sepertinya agak ironis apabila Indonesia masih berkutut dengan permasalahan yang sangat mendasar tersebut. Namun faktanya berkata demikian, besarnya wilayah dan jumlah penduduk Indonesia dengan beragam kondisi geografisnya, membuat permasalahan yang mendasar tersebut tidak mudah untuk diselesaikan. Bahkan sesuai dengan data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan dan BPS, data anak-anak yang mengalami *stunting* terdapat pada seluruh wilayah di 34 provinsi di Indonesia. Kasus *stunting* tidak hanya berada pada wilayah yang terluar, terdepan dan tertinggal, tetapi juga terdapat pada wilayah perkotaan yang tingkat pendidikan dan pendapatannya relatif tinggi.

Dengan demikian maka tentu ada permasalahan lainnya yang menyebabkan masih tinggi kasus *stunting* di Indonesia. Pendidikan atau pengetahuan mengenai cara hidup sehat, sanitasi yang baik, ataupun mengenai makanan bergizi sudah diajarkan pada pendidikan tingkat dasar yaitu sejak Sekolah Dasar (SD sederajat). Namun sudah menjadi hal lumrah pada masyarakat bahwa terdapat jarak antara pengetahuan yang sudah dimiliki oleh seseorang dengan penerapan dari pengetahuan oleh orang tersebut, belum tentu sejalan.

Jika kita melihat sejarah beberapa abad kebelakang, manusia yang hidup pada zaman dahulu memiliki tubuh tinggi besar, misalnya disebutkan dalam buku *Qishasul Ambia*.<sup>18</sup> Manusia pertama yang diciptakan Allah yaitu Nabi Adam As, memiliki tinggi badan sekitar 60 hasta atau 30 meter. Nabi Musa As, dengan tinggi badan 48 hasta atau 24 meter, sedangkan Nabi Isa As dan Nabi Muhammad Saw, memiliki perawakan sedang (170-175 cm).

Berdasarkan keterangan diatas dapat dipahami bahwa pertumbuhan manusia dari masa kemasa mengalami perubahan dari perawakan tinggi hingga mengalami penurunan tinggi

---

<sup>18</sup> Ibnu Katsir, *Kisah para nabi (Terjemah Qishasul Anbiya)*, Penerbit Ummul Qura'

badan semakin pendek dari generasi ke generasi, hal tersebut dikarenakan oleh penyebab yang telah dibahas pada pembahasan “penyebab *stunting*”.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kajian pustaka, yang mana pembahasan terkait permasalahan akan didasarkan pada penemuan-penemuan sebelumnya. Studi pustaka adalah bagian penting dari penelitian, terutama dalam penelitian akademik, di mana tujuan utamanya adalah menciptakan aspek teoritis dan manfaat praktis dari penelitian<sup>19</sup>. Penelitian ini pada dasarnya berfokus pada penelitian kritis dan mendalam terhadap bahan-bahan pustaka sebagai subjek penelitian. penelitian ini termasuk penelitian deskriptif, yang berfokus pada penjelasan menyeluruh hasil penelitian<sup>20</sup>. Penelitian ini mengambil data primer dan sekunder dari penelitian-penelitian sebelumnya yang membahas permasalahan yang sama. Setelah semua data dikumpulkan, penulis kemudian melakukan analisis data untuk sampai pada kesimpulan. Penulis menggunakan teknik analisis isi untuk mendapatkan hasil analisis data yang benar dan tepat. Analisis isi adalah jenis penelitian yang berfokus pada isi informasi yang ditulis atau tercetak di media massa. Dalam penelitian analisis isi, langkah-langkah strategis adalah sebagai berikut: Pertama, membuat model atau desain penelitian. Beberapa media, analisis perbandingan atau korelasi, banyak atau sedikit objek, dan hal-hal lainnya diatur olehnya. Kedua, pencarian data pokok atau data primer, yaitu teks sendiri. Analisis isi bergantung pada teks secara signifikan, bahkan menjadi subjek utama. Untuk melakukan pencarian data tersebut, lembar formulir pengamatan khusus dapat digunakan. Ketiga, untuk memastikan bahwa penelitian yang dilakukan terhubung dengan komponen lain, diperlukan pengetahuan kontekstual.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **a. Pengertian *Stunting***

*Stunting* merupakan sebuah gejala gangguan tumbuh kembangnya anak yang disebabkan oleh kekuarangan gizi dan terjadinya infeksi secara berulang-ulang. Unicef mengartikan *stunting* merupakan kegagalan untuk mencapai potensi pertumbuhan seseorang yang disebabkan oleh malnutrisi kronis dan penyakit berulang selama masa kanak-kanak. Hal ini

---

<sup>19</sup> V. Wiratna Sujarweni, *Metodeologi Penelitian* (Yogyakarta : Pustaka Baru Perss, 2014), h.57

<sup>20</sup> Anwar Sanusi, *Metodologi Penelitian Bisnis*, (Jakarta : Salemba Empat, 2016), h.13

dapat membatasi kapasitas fisik dan kognitif anak secara permanen dan menyebabkan kerusakan yang lama.<sup>21</sup> Rahmadhita mengungkapkan *Stunting* ini dapat terjadi pada saat anak masih dalam kandungan, dan baru muncul saat anak berusia 2 tahun.<sup>22</sup> *Stunting* merupakan keadaan terhambatnya pertumbuhan pada anak balita (bayi di bawah lima tahun) dampaknya berasal dari kekurangan gizi kronis, sehingga anak tersebut terlalu pendek untuk usianya<sup>23</sup>.

#### b. Faktor Yang Mempengaruhi Stunting

Menurut Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) *stunting* disebabkan oleh dua faktor, yakni faktor lingkungan dan genetik. Lingkungan merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi perawakan pendek atau *stunting*. Faktor lingkungan yang berperan dalam menyebabkan *stunting* antara lain status gizi ibu, pola asuh termasuk pada pola pemberian makanan kepada anak, kebersihan lingkungan, dan angka kejadian infeksi pada anak. Loeziana Uce dalam artikel “The golden age: Masa efektif merancang kualitas anak” mengutarakan.<sup>24</sup> Sudah menjadi pengetahuan umum, bahwa masa usia anak-anak di bawah lima tahun adalah masa-masa keemasan (*golden age*) bagi pertumbuhan anak. Pada masa tersebut anak-anak akan menyerap informasi dari lingkungan sekitarnya dan akan terekam lama dalam memorinya. Hal ini akan menentukan pola pikir dan perilakunya dimasa yang akan datang. Sehingga pada masa tersebut sangat penting untuk diberikan asupan nutrisi yang cukup serta stimulus atau rangsangan komunikasi, dan perilaku yang benar dari lingkungannya terutama orang tua dan keluarganya. Selain disebabkan oleh lingkungan, *stunting* dapat disebabkan oleh faktor genetik dan hormonal. Namun penyebab utama yang sangat mempengaruhi *stunting* adalah kekurangan gizi.

Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menyebutkan, ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi *stunting* pada anak diantaranya:<sup>25</sup>

- a) Anak yang dilahirkan kurang asupan
- b) Pola asuh yang tidak baik

---

<sup>21</sup> <https://www.unicef.org/indonesia/id/gizi>

<sup>22</sup> Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 225-229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.253>

<sup>23</sup> Qoyyimah, A. U., Hartati, L., & Fitriani, S. A. (2020). Hubungan Kejadian Stunting Dengan Perkembangan Anak Usia 24-59 Bulan Di Desa Wangen Polanharjo Klaten. *Jurnal Kebidanan*, 66-79.

<sup>24</sup> Uce, L. (2017). *The golden age: Masa efektif merancang kualitas anak*. Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak, 1(2), 77-92.

<sup>25</sup> <https://www.rri.co.id/kesehatan/253623/tiga-penyebab-stunting-menurut-bkkbn>

- c) Tidak adanya imunisasi
- d) Kebersihan dan sanitasi

Asupan makanan yang begizi sangat mempengaruhi tumbuh kembangnya anak, asupan yang dimaksud adalah ASI (air susu ibu), ketika masih bayi asi yang diberikan oleh ibu tidak mencukupi sehingga berakibat pada tumbuh kembang anak, juga ketika anak sudah makan makananpun masih kurang protein hewani seperti daging, ikan, telur dan lain-lain.

Pola asuh yang tidak baik juga mengakibatkan anak berbadan pendek (*stunting*), orang tua yang mengasuh anak secara tidak tepat akan mengakibatkan tumbuh kembang anak tidak ideal dengan umurnya, misalnya pola asuh orang tua yang *broken home* (keluarga berantakan), sering bertengkar, sehingga membuat perkembangan tumbuh anak terganggu dikarenakan kurang mendapatkan perhatian dari orang tua.

Imunisasi merupakan hal yang sangat penting diperhatikan oleh orang tua terhadap anaknya, karena dengan imunisasi dapat membentuk kekebalan pada tubuh anak sehingga penyakit tidak mudah menyerangnya, dan pencemaran bakteripun dapat terhalangi. Namun, permasalahan *stunting* bukan hanya disebabkan oleh persoalan makanan, pola asuh, imisasi saja akan tetapi juga dari kebersihan lingkungan atau sanitasi sebagaimana telah dijelaskan diatas.

### **c. Efek/Dampak dan Pengaruh *Stunting* Dalam Perspektif Psikologi Pendidikan**

Efek/dampak langsung *Stunting* dapat mengakibatkan rusaknya perkembangan koqnitif secara permanen, perkembangan motorik dan intelektual di bawah tingkat normal, sehingga memperlambat pertumbuhan pendidikan karena kecenderungannya mempengaruhi pendapatan, dan produktivitas saat dewasa.<sup>26</sup>

Menurut artikel Yankes menyebutkan bahwa ada dua dampak *stunting* yaitu:<sup>27</sup> dampak jangka panjang dan jangka pendek. Dampak jangka panjang *stunting* dapat menurunnya kapasitas intelektual, gangguan struktur fungsi saraf dan sel-sel otak yang bersifat permanen dan menyebabkan penurunan kemampuan menyerap pelajaran di usia sekolah yang akan berpengaruh pada produktivitas saat dewasa. Selain itu juga berisiko mengalami penyakit

---

<sup>26</sup> Qoyyimah, A.U., Hartati, L., Fitriani, S.A. (2020), "Hubungan kejadian *stunting* dengan perkembangan anak usia 24-59 bulan di Desa Wangen Polanharjo, Klaten", *Jurnal Kebidanan*, 12 (01), hal. 66–79

<sup>27</sup> [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/2657/mengenal-lebih-jauh-tentang-stunting](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2657/mengenal-lebih-jauh-tentang-stunting)

mematikan seperti diabetes mellitus, hipertensi, jantung koroner, obesitas dan stroke. Sedangkan pada jangka pendek *stunting* dapat mengakibatkan gangguan fungsi otak, gagal tumbuh, hambatan perkembangan kognitif dan motorik, dan tidak optimalnya ukuran fisik tubuh serta gangguan metabolisme pada tubuh.

Dampak secara tidak langsung pada masalah kesehatan mental sehingga berpengaruh pada psikologi anak melalui rasa percaya diri dikarenakan hambatan dari kemampuan berfikir, fisiknya yang berimbas kepada kemampuan penyesuaian beraktifitas dalam belajar dan pergaulan disekolah tempat sianak menimba ilmu.

UNICEF pada tahun 2013, menyampaikan beberapa fakta terkait dengan *stunting* dan pengaruhnya, yaitu:<sup>28</sup>

- a) Anak dengan riwayat *stunting* lebih awal yaitu sebelum usia enam bulan, akan mengalami *stunting* lebih berat menjelang umur dua tahun.
- b) *Stunting* yang berat pada anak, akan berpengaruh dalam jangka panjang pada perkembangan fisik dan mental sehingga mengganggu prestasi dalam belajar dan tidak mampu menerima pelajaran secara maksimal di sekolah dibandingkan anak dengan tinggi badan normal.
- c) Anak dengan *stunting* cenderung terlambat masuk sekolah dan sering bermasalah dengan kehadiran ke sekolah dibandingkan anak dengan status tidak *stunting*. Hal ini sangat mempengaruhi kesuksesan di masa depannya.
- d) *Stunting* akan sangat mempengaruhi kesehatan dan perkembangan anak. Faktor dasar yang menyebabkan *stunting* dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan intelektual.
- e) Pengaruh gizi pada usia dini yang mengalami *stunting* dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan kognitif yang kurang.
- f) *Stunting* pada usia lima tahun cenderung menetap sepanjang hidup, kegagalan pertumbuhan usia dini berlanjut pada masa remaja dan kemudian tumbuh menjadi wanita dewasa yang *stunting* dan mempengaruhi secara langsung pada kesehatan dan produktivitas, sehingga meningkatkan peluang melahirkan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR).

---

<sup>28</sup> UNICEF Indonesia, 2013. *Ringkasan Kajian Gizi Ibu dan Anak*. [www.unicef.org](http://www.unicef.org). Diakses pada tanggal 3 oktober 2023

- g) Akibat lainnya *stunting* terhadap perkembangan sangat merugikan penampilan anak. Sehingga anak kurang merasa nyaman dengan postur tubuh yang dimilikinya.

Dalam proses belajar mengajar sangat ditunjang dengan rasa percaya diri yang tinggi, sehingga dapat mengekspresikan kemampuang yang dimiliki secara sempurna. Oleh sebab itu penampilan juga sangat berpengaruh dalam pendidikan, sama halnya dengan tumbuh kembangnya tubuh anak yang ideal akan sangat mempengaruhi proses pendidikan terhadap anak tersebut.

#### **d. Pencegahan *Stunting***

Mencegah lebih baik daripada mengobati, langkah pencegahan *stunting* sangat dianjurkan dilakukan oleh setiap orang di lingkungannya, terutama yang memiliki anak balita atau pasangan usia muda terhadap kemungkinan terjadinya *stunting*, daripada harus melakukan upaya penanganan setelah *stunting* itu terjadi. pencegahan *stunting* tidak memerlukan yang banyak biaya dan dampaknya pun akan lebih cepat teratasi, dibandingkan apabila sudah terjadi *stunting*. Berikut ini beberapa langkah yang dapat dilakukan untuk mencegah *stunting*:<sup>29</sup>

- a) Pemberian tablet tambah darah pada anak remaja putri

Salah satu Gerakan pemerintah dalam mencegah *stunting* yaitu dengan pembagian tablet tambah darah pada anak perempuan berusia remaja, karena pada usia ini mengalami masa perubahan dari kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, biologis dan psikologis. Tablet tambah darah sangat bermanfaat untuk remaja putri untuk mengganti zat besi yang hilang selama menstruasi, meningkatkan kemampuan belajar, konsentrasi, semangat dan produktifitas. Pada wanita hamil, menyusui kebutuhan zat besi sangat tinggi, maka memerlukan mempersiapkannya dari masa remaja

- b) Memenuhi kebutuhan gizi dan pemberian tablet tambah darah pada masa kehamilan

Tindakan untuk mencegah *stunting* pada anak adalah selalu memenuhi gizi dari sejak masa kehamilan. Dan pemberian tablet tambah darah juga sangat membantu pencegahan lahirnya anak *stunting*, disamping selalu mengonsumsi makanan sehat nan bergizi

---

<sup>29</sup> [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/2657/mengenal-lebih-jauh-tentang-stunting](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2657/mengenal-lebih-jauh-tentang-stunting)

maupun suplemen atas anjuran dokter. Selain itu, perempuan yang sedang menjalani proses kehamilan juga sebaiknya rutin memeriksakan kesehatannya ke dokter atau bidan.

c) Beri Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif sampai bayi berusia 6 bulan

Veronika Scherbaum, mengungkapkan ASI ternyata sangat berpotensi mengurangi peluang *stunting* pada anak berkat kandungan gizi mikro dan makro.<sup>30</sup> Oleh sebab itu, pemberian ASI Eksklusif kepada balita sangat disarankan selama enam bulan penuh. Protein whey dan kolostrum yang terdapat pada susu ibu pun dinilai mampu meningkatkan sistem kekebalan tubuh bayi yang terbilang rentan terkena *stunting*. Allah sangat mengajurkan seorang ibu menyusui anaknya sampai berumur 2 tahun, hal tersebut terdapat dalam surah al-Baqarah ayat: 223 yang berbunyi:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ<sup>٣</sup>

Artinya: Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. (al-Baqarah:233)

Menurut Wahbah Azzuhaily.<sup>31</sup> Dalam ayat tersebut berupa pemberitahuan, namun sebenarnya ayat tersebut juga merupakan perintah untuk dilaksanakan. Dengan pemberian asi 2 tahun penuh kepada sianak, maka akan membuata tubuh anak kebal dari segala penyakit yang menyerangnya.

d) Terus memantau tumbuh kembang anak

Orang tua perlu terus memantau tumbuh kembang anak mereka, terutama pada masalah tinggi dan berat badan anak. periksa anak secara berkala ke layanan kesehatan maupun klinik khusus anak. Dengan begitu, akan lebih mudah bagi ibu untuk mengetahui gejala awal gangguan dan penanganannya.

e) Dampingi ASI Eksklusif dengan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) sehat

<sup>30</sup> Woldetensay, Y. K., Belachew, T., Tesfaye, M., Spielman, K., Biesalski, H. K., Kantelhardt, E. J., & Scherbaum, V. (2018). Validation of the Patient Health Questionnaire (PHQ-9) as a screening tool for depression in pregnant women: Afaan Oromo version. *PloS one*, 13(2), e0191782.

<sup>31</sup> Wahbah Az-Zuhayli dalam tafsir: *al-Munir*. Jilid I. Hal.565

Ketika bayi menginjak usia 6 bulan ke atas, maka ibu sudah bisa memberikan makanan pendamping atau MPASI. Dalam hal ini pastikan makanan-makanan yang dipilih bisa memenuhi gizi mikro dan makro yang sebelumnya selalu berasal dari ASI untuk mencegah *stunting*. Penggalan surah al-Baqarah ayat 233, Allah menegaskan:

وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ۚ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا

*Artinya: Dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara ma'ruf. Seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. (al-Baqarah:233)*

Disini peran ayah dalam memenuhi asupan makanan bergizi kepada anak dan ibu sangat penting, supaya anak dan ibu selalu terpenuhi nutrisi dan terhindar dari penyakit. Pemenuhan nutrisi dan makanan bergizi kepada ibu menyusui jauh lebih harus diperhatikan supaya dapat menghasilkan ASI yang bermutu dan berkualitas.

f) Selalu jaga kebersihan lingkungan

Anak-anak sangat rentan akan serangan lingkungan yang tidak bersih dan terawat menjadi penyebab utama anak terkena penyakit. Sehingga secara tidak langsung mengakibatkan timbul peluang *stunting*, seperti penyakit diare. Diare adalah faktor ketiga yang menyebabkan gangguan kesehatan tersebut. Sementara salah satu pemicu diare datang dari paparan kotoran yang masuk ke dalam tubuh manusia. Kebersihan lingkungan sekitar sangat berperan dalam kehidupan, disinilah peran orangtua dalam menjaga kesehatan dan kebersihan anak. Dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat, sehingga terciptanya kehidupan anak yang sehat dan kuat dan melahirkan generasi yang unggul, cerdas, kuat dan sehat pula.

Apabila dilihat dari penyebab dan ciri-ciri terjadinya *stunting*, maka hal tersebut adalah berkaitan dengan masalah mendasar yang bisa terjadi pada masyarakat atau negara berkembang. Berkaitan dengan kecukupan gizi atau nutrisi pada masyarakat, terutama pada ibu hamil dan balita, serta ada kaitannya dengan pola hidup sehat, seperti tersedianya sanitasi yang layak (sarana mandi, cuci, jamban atau toilet) dan ketersediaan air bersih.

Setelah 77 tahun merdeka, sepertinya agak ironis apabila Indonesia masih berkutut dengan permasalahan yang sangat mendasar tersebut. Namun faktanya berkata demikian,

besarnya wilayah dan jumlah penduduk Indonesia dengan beragam kondisi geografisnya, membuat permasalahan yang mendasar tersebut tidak mudah untuk diselesaikan. Bahkan sesuai dengan data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan dan BPS, data anak-anak yang mengalami stunting terdapat pada seluruh wilayah di 34 provinsi di Indonesia. Kasus stunting tidak hanya berada pada wilayah yang terluar, terdepan dan tertinggal, tetapi juga terdapat pada wilayah perkotaan yang tingkat pendidikan dan pendapatannya relatif tinggi.

Dengan demikian maka tentu ada permasalahan lainnya yang menyebabkan masih tinggi kasus *stunting* di Indonesia. Pendidikan atau pengetahuan mengenai cara hidup sehat, sanitasi yang baik, ataupun mengenai makanan bergizi sudah diajarkan pada pendidikan tingkat dasar yaitu sejak Sekolah Dasar (SD sederajat). Namun sudah menjadi hal lumrah pada masyarakat bahwa terdapat jarak antara pengetahuan yang sudah dimiliki oleh seseorang dengan penerapan dari pengetahuan oleh orang tersebut, belum tentu sejalan.

Jika kita melihat sejarah beberapa abad kebelakang, manusia yang hidup pada zaman dahulu memiliki tubuh tinggi besar, misalnya disebutkan dalam buku *Qishasul Ambia*.<sup>32</sup> Manusia pertama yang diciptakan Allah yaitu Nabi Adam As, memiliki tinggi badan sekitar 60 hasta atau 30 meter. Nabi Musa As, dengan tinggi badan 48 hasta atau 24 meter, sedangkan Nabi Isa As dan Nabi Muhammad Saw, memiliki perawakan sedang (170-175 cm).

Berdasarkan keterangan diatas dapat dipahami bahwa pertumbuhan manusia dari masa kemasa mengalami perubahan dari perawakan tinggi hingga mengalami penurunan tinggi badan semakin pendek dari generasi ke generasi, hal tersebut dikarenakan oleh penyebab yang telah dibahas pada pembahasan “penyebab *stunting*”.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

*Stunting* merupakan sebuah gejala mengenai tumbuh kembang anak dengan perawakan pendek yang tidak sesuai dengan usia ideal. *Stunting* disebabkan oleh dua factor yaitu lingkungan dan genetik. Faktor lingkungan berkaitan dengan status gizi, pola asuh dan pola pemberian makanan, sedangkan faktor genetik adalah bawaan lahir atau diturun dari orang tua. *Stunting* dapat dicegah dengan selalu menjaga gaya hidup sehat yang dimulai makan makanan yang sehat, minuman sehat, tempat tinggal sehat, juga ditunjang dengan bantuan

---

<sup>32</sup> Ibnu Katsir, *Kisah para nabi (Terjemah Qishasul Anbiya)*, Penerbit Ummul Qura'

suplemen tambahan untuk tumbuh kembang anak. Stunting sangat berpengaruh terhadap Pendidikan, dengan perawakan atau tumbuh kembang tubuh yang berbeda dengan teman-teman seusianya anak-anak kurang percaya diri sehingga sangat beresiko terganggunya proses belajar mengajar.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aditianti, A., Raswanti, I., Sudikno, S., Izwardy, D., & Irianto, S. E. (2021). *PREVALENSI DAN FAKTOR RISIKO STUNTING PADA BALITA 24-59 BULAN DI INDONESIA: ANALISIS DATA RISET KESEHATAN DASAR 2018*. (*The Journal of Nutrition and Food Research*), 43(2). <https://doi.org/10.22435/pgm.v43i2.3862>
- Al-Qur'an Kemenag. *Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an*. Jakarta
- Evy Noorhasanah. 2021. *Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Kejadian Stunting Anak Usia 12-59 Bulan*, Jurnal ilmu Keperawatan Anak.  
<https://www.unicef.org/indonesia/id/gizi>  
<https://www.rri.co.id/kesehatan/253623/tiga-penyebab-stunting-menurut-bkkbn>  
[https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/2657/mengenal-lebih-jauh-tentang-stunting](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2657/mengenal-lebih-jauh-tentang-stunting)
- Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi. 2017. *Buku Saku Indonesia Dalam Penganganan Stunting*. (Jakarta: )
- Qoyyimah, A. U., Hartati, L., & Fitriani, S. A. (2020). Hubungan Kejadian Stunting Dengan Perkembangan Anak Usia 24-59 Bulan Di Desa Wangen Polanharjo Klaten. *Jurnal Kebidanan*.
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 225-229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.253>
- Rahmidini, A., ST, S., & Keb, M. (2020, April). Stunting LITERATUR REVIEW: HUBUNGAN STUNTING DENGAN PERKEMBANGAN MOTORIK DAN KOGNITIF ANAK. In *JURNAL SEMINAR NASIONAL* (Vol. 2, No. 01, pp. 90-104).
- Uce, L. (2017). The golden age: Masa efektif merancang kualitas anak. *Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak*, 1(2)
- UNICEF Indonesia, 2013. Ringkasan Kajian Gizi Ibu dan Anak. [www.unicef.org](http://www.unicef.org)
- Wahbah Az-Zuhayli dalam tafsir: *al-Munir. Jilid I. Hal.565*
- WHO dalam <https://www.djkn.kemenkeu.go.id/kpknl-ternate/baca-artikel/15305/Program-Penurunan-Stunting-Apa-Susahnya.html>

Woldetensay, Y. K., Belachew, T., Tesfaye, M., Spielman, K., Biesalski, H. K., Kantelhardt, E. J., & Scherbaum, V. (2018). Validation of the Patient Health Questionnaire (PHQ-9) as a screening tool for depression in pregnant women: Afaan Oromo version. *PLoS one*, *13*(2), e0191782.