



POLA ASUH ORANG TUA DALAM PENCEGAHAN STUNTING UNTUK ANAK USIA DINI DI KELURAHAN FAOBATA

Herkuliana Natalia Wela¹, Yasinta Maria Fono², Karmelia Rosfinda Meo Maku³, Elisabeth Tantiana Ngura⁴

^{1,2,3,4} Sekolah Tinggi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Citra Bakti, Indonesia

Email: nataliawela@gmail.com



DOI: <https://doi.org/10.34125/jmp.v11i1.1997>

Sections Info

Article history:

Submitted: 13 January 2026

Final Revised: 24 January 2026

Accepted: 10 February 2026

Published: 28 February 2026

Keywords:

Pola Asuh

Stunting

Anak Usia Dini

Pemenuhan Gizi



ABSTRACT

This study aims to analyze the parenting style of parents in the prevention of stunting in early childhood in Faobata Village and identify various challenges faced in daily parenting practices. Stunting is a chronic nutritional problem that not only affects children's physical growth, but also impacts cognitive development and the quality of human resources in the future. Therefore, parenting that includes the fulfillment of nutrition, health and hygiene, and psychosocial stimulation is an important factor in stunting prevention efforts. This study uses a qualitative approach with a case study design. The research subjects consisted of five parents who had children identified as stunting and were selected through purposive sampling techniques. Data was collected through participatory observation, in-depth interviews, and documentation, then analyzed descriptively through the stages of data reduction, grouping of findings, and drawing conclusions. The results of the study show that parents have tried to provide food regularly, maintain children's hygiene, and show good emotional attention. However, nutritional variation and balance have not been optimal, health monitoring visits have not been carried out consistently, and developmental stimulation is still spontaneous and unplanned.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pola asuh orang tua dalam pencegahan stunting pada anak usia dini di Kelurahan Faobata serta mengidentifikasi berbagai tantangan yang dihadapi dalam praktik pengasuhan sehari-hari. Stunting merupakan masalah gizi kronis yang tidak hanya memengaruhi pertumbuhan fisik anak, tetapi juga berdampak pada perkembangan kognitif dan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Oleh karena itu, pola asuh yang mencakup pemenuhan gizi, kesehatan dan kebersihan, serta stimulasi psikososial menjadi faktor penting dalam upaya pencegahan stunting. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Subjek penelitian terdiri dari lima orang tua yang memiliki anak teridentifikasi stunting dan dipilih melalui teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara deskriptif melalui tahapan reduksi data, pengelompokan temuan, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua telah berupaya memberikan makanan secara teratur, menjaga kebersihan anak, serta menunjukkan perhatian emosional yang cukup baik. Namun, variasi dan keseimbangan gizi belum optimal, kunjungan pemantauan kesehatan belum dilakukan secara konsisten, dan stimulasi perkembangan masih bersifat spontan serta belum terencana.

Kata kunci: Pola Asuh, Stunting, Anak Usia Dini, Pemenuhan Gizi.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang masih menjadi perhatian global, terutama di negara berkembang. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi dalam periode panjang, terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan, yaitu sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun (World Health Organization [WHO], 2020). Kondisi ini ditandai dengan tinggi badan anak yang berada di bawah minus dua standar deviasi dari median standar pertumbuhan anak menurut usia dan jenis kelamin. Stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga memengaruhi perkembangan kognitif, kemampuan belajar, produktivitas di masa dewasa, serta meningkatkan risiko penyakit tidak menular (UNICEF, 2019).

Secara global, prevalensi stunting masih tergolong tinggi meskipun mengalami penurunan dalam beberapa tahun terakhir. WHO (2020) melaporkan bahwa jutaan anak di dunia masih mengalami stunting, dengan sebagian besar kasus terjadi di wilayah Asia dan Afrika. Di Indonesia, stunting menjadi salah satu prioritas nasional karena berdampak pada kualitas sumber daya manusia di masa depan. Data Survei Status Gizi Indonesia menunjukkan bahwa meskipun terjadi penurunan prevalensi, angka stunting masih menjadi tantangan serius yang memerlukan intervensi lintas sektor (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Penyebab stunting bersifat multidimensional dan tidak hanya berkaitan dengan kekurangan asupan makanan. Faktor penyebab stunting meliputi status gizi ibu selama kehamilan, praktik pemberian ASI dan makanan pendamping ASI (MP-ASI), infeksi berulang, sanitasi lingkungan, akses terhadap layanan kesehatan, serta pola asuh orang tua (Black et al., 2013). Dalam konteks ini, pola asuh menjadi salah satu faktor tidak langsung yang memiliki peran signifikan dalam menentukan status gizi dan tumbuh kembang anak.

Pola asuh merupakan bentuk interaksi orang tua dengan anak dalam memenuhi kebutuhan fisik, emosional, sosial, dan psikologisnya. Darling dan Steinberg (1993) menjelaskan bahwa pola asuh tidak hanya mencakup gaya pengasuhan (parenting style), tetapi juga praktik pengasuhan (parenting practices) yang secara langsung memengaruhi perkembangan anak. Dalam konteks pencegahan stunting, praktik pengasuhan mencakup pemenuhan gizi seimbang, perawatan kesehatan, kebersihan lingkungan, serta pemberian stimulasi psikososial yang memadai.

Penelitian menunjukkan bahwa kualitas pengasuhan yang baik berkorelasi dengan status gizi anak yang lebih optimal. Ruel dan Alderman (2013) menegaskan bahwa intervensi berbasis keluarga yang menekankan pada edukasi gizi, praktik pemberian makan yang tepat, dan peningkatan sanitasi memiliki kontribusi signifikan dalam menurunkan angka stunting. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan pencegahan stunting tidak hanya bergantung pada ketersediaan pangan, tetapi juga pada pengetahuan dan perilaku orang tua dalam mengasuh anak.

Pada anak usia dini, pola asuh memiliki peran yang sangat penting karena periode ini merupakan fase emas (golden age) perkembangan otak dan fisik. Soetjiningsih (2012) menyatakan bahwa pengasuhan anak usia dini harus mencakup tiga aspek utama, yaitu pemenuhan gizi, perawatan kesehatan, dan stimulasi perkembangan. Kegagalan dalam memenuhi salah satu aspek tersebut dapat berdampak pada gangguan pertumbuhan, termasuk risiko stunting. Dengan demikian, pendekatan pencegahan stunting harus bersifat holistik dan berpusat pada keluarga.

Di tingkat lokal, praktik pola asuh sangat dipengaruhi oleh kondisi sosial ekonomi, tingkat pendidikan orang tua, budaya, serta akses terhadap informasi kesehatan. Beberapa

penelitian menunjukkan bahwa keterbatasan ekonomi keluarga sering kali membatasi variasi makanan bergizi yang dapat diberikan kepada anak (Sari et al., 2018). Selain itu, kurangnya pemahaman orang tua mengenai prinsip gizi seimbang dan pentingnya pemantauan pertumbuhan anak di posyandu juga menjadi hambatan dalam pencegahan stunting.

Kondisi tersebut juga ditemukan di Kelurahan Faobata, Kecamatan Bajawa, Kabupaten Ngada. Berdasarkan observasi awal, masih terdapat anak usia dini yang teridentifikasi mengalami stunting. Meskipun sebagian orang tua telah berupaya memberikan makanan secara teratur dan menjaga kebersihan lingkungan, praktik pemenuhan gizi seimbang dan stimulasi perkembangan belum dilakukan secara optimal. Tantangan ekonomi, anak yang sulit makan, serta keterbatasan informasi menjadi faktor yang memengaruhi pola pengasuhan.

Berdasarkan uraian tersebut, penting untuk mengkaji secara mendalam bagaimana pola asuh orang tua dalam pencegahan stunting pada anak usia dini, khususnya dalam konteks masyarakat Kelurahan Faobata. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran empiris mengenai praktik pengasuhan yang dilakukan orang tua serta tantangan yang mereka hadapi. Dengan demikian, hasil penelitian dapat menjadi dasar dalam merancang intervensi edukatif dan pendampingan keluarga yang lebih kontekstual dan berkelanjutan dalam upaya pencegahan stunting.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam fenomena pola asuh orang tua dalam pencegahan stunting pada anak usia dini dalam konteks sosial yang nyata. Studi kasus digunakan untuk mengeksplorasi secara intensif praktik pengasuhan yang dilakukan oleh orang tua serta tantangan yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari. Desain ini memungkinkan peneliti memperoleh gambaran holistik mengenai interaksi antara faktor gizi, kesehatan, lingkungan, dan aspek psikososial dalam pencegahan stunting.

Penelitian dilaksanakan di Kelurahan Faobata, Kecamatan Bajawa, Kabupaten Ngada. Subjek penelitian adalah lima orang tua yang memiliki anak usia dini teridentifikasi stunting. Pemilihan informan dilakukan secara purposive sampling dengan mempertimbangkan kesesuaian dengan fokus penelitian. Informan terdiri dari ayah dan ibu yang terlibat langsung dalam pengasuhan anak. Penelitian dilaksanakan dalam rentang waktu kurang lebih satu hingga dua bulan, dimulai dari tahap pra-lapangan hingga pengumpulan dan analisis data.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi partisipatif dilakukan untuk mengamati secara langsung praktik pemberian makan, kebiasaan menjaga kebersihan, serta interaksi orang tua dan anak dalam aktivitas sehari-hari. Wawancara mendalam dilakukan secara tidak terstruktur dengan pedoman wawancara sebagai acuan untuk menggali pemahaman orang tua tentang stunting, bentuk pola asuh yang diterapkan, serta tantangan yang dihadapi. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa catatan pertumbuhan anak (tinggi badan, berat badan, dan usia) serta dokumentasi kegiatan pengasuhan.

Analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif dengan teknik penjodohan pola (pattern matching). Proses analisis meliputi reduksi data, pengelompokan pernyataan berdasarkan tema, penyajian data dalam bentuk narasi dan peta konsep, serta penarikan kesimpulan. Keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber dan metode dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Selain itu, peneliti

melakukan perpanjangan keikutsertaan dan ketekunan pengamatan untuk meningkatkan kredibilitas temuan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

POLA ASUH ORANG TUA DALAM MENJAGA STUNTING

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua sudah mengetahui bahwa stunting berkaitan dengan kekurangan gizi, berat badan yang tidak naik, dan tinggi badan yang tidak sesuai usia. Namun, pemahaman tersebut masih terbatas pada ciri fisik saja. Ada orang tua yang mengaitkan stunting dengan faktor keturunan semata, sehingga beranggapan bahwa kondisi tersebut tidak sepenuhnya dapat dicegah. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan orang tua masih perlu ditingkatkan, khususnya mengenai penyebab stunting yang tidak hanya karena faktor genetik, tetapi juga karena kurangnya asupan gizi dalam waktu lama, infeksi berulang, serta kurangnya stimulasi dan perawatan kesehatan.

Pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi seseorang sehingga diharapkan melalui edukasi gizi seimbang ini, anak dapat memahami bagaimana pola makan yang sehat sehingga dapat mengatur pola makan seimbang agar tubuh tetap sehat; (Citra Palupi et al., 2018). Stunting diukur sebagai status gizi dengan memperhatikan tinggi atau panjang badan, umur, dan jenis kelamin balita. Stunting (kerdil) adalah kondisi di mana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. (Adam & Medong, 2022). Perilaku asupan makan yang salah pada anak akan berdampak terhadap disproporsi asupan zat gizi baik itu kelebihan maupun kekurangan zat gizi makro maupun zat gizi mikro (Nuryani & Rahmawati, 2018).

Stunting merupakan masalah kekurangan gizi kronis yang dapat menghambat pertumbuhan anak dan mempengaruhi kemampuan emosional, sosial dan fisiknya. Stunting yang disebabkan oleh kekurangan gizi jangka panjang dapat dicegah melalui perbaikan gizi, pola asuh, dan akses terhadap sanitasi dan air bersih. Daracantika (2021) menyatakan bahwa untuk mencegah stunting orangtua perlu memenuhi kebutuhan gizi anak, memberikan ASI eksklusif selama enam bulan, melakukan deteksi dini dengan berkonsultasi dan secara rutin mengukur berat dan tinggi badan anak. Sehingga terbentuk anak-anak yang sehat dan menjadi generasi penerus yang berkualitas. Selain itu diperlukan kerjasama dari berbagai sektor sehingga akan terbentuk anak-anak yang sehat dan menjadi generasi penerus yang berkualitas.

Oleh karena itu untuk mencegah peningkatan stunting salah satunya dengan memberi pola asuh yang baik, kualitas pengasuhan yang diberikan oleh ibu berperan penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak karena semakin baik pola asuh gizi yang diberi maka angka kesakitan akan semakin rendah status gizi anak akan lebih baik (Sari, et.,al 2018).

Orang tua sudah berusaha memberikan makanan kepada anak sebanyak tiga kali sehari dan memperhatikan waktu makan. Menu yang sering diberikan adalah nasi, telur, ikan, dan terkadang daging. Namun variasi makanan masih terbatas, dan konsumsi sayur serta buah belum maksimal. Beberapa anak juga lebih sering mengonsumsi jajanan dibandingkan makanan utama. Jika dikaitkan dengan teori Soetjiningsih (2012), pola asuh dalam pemberian gizi harus mencakup keseimbangan zat gizi seperti karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral. Walaupun secara kuantitas anak sudah makan secara teratur, secara kualitas gizi masih belum sepenuhnya seimbang. Hal ini berpotensi meningkatkan risiko stunting apabila berlangsung dalam jangka waktu lama. Selain itu, faktor ekonomi juga

mempengaruhi pemilihan jenis makanan. Orang tua cenderung memilih lauk yang lebih terjangkau seperti telur dibandingkan daging atau buah-buahan. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi sosial ekonomi menjadi salah satu tantangan dalam pemenuhan gizi anak. Hal ini sejalan dengan penelitian Uluf et al., (2023) bahwa terdapat hubungan antara variasi dan keragaman pangan dengan stunting yang mengatakan bahwa semakin bervariasi dan beragam jenis kelompok makanan yang dikonsumsi semakin rendah kemungkinan balita mengalami stunting.

Berdasarkan hasil pengamatan, kondisi rumah responden umumnya sudah cukup bersih dengan ventilasi yang memadai. Orang tua juga telah membiasakan anak mencuci tangan sebelum dan sesudah makan serta menjaga kebersihan peralatan makan. Selain itu, anak juga dibawa ke posyandu untuk memantau pertumbuhan dan mendapatkan imunisasi. Namun, kunjungan ke posyandu belum dilakukan secara teratur. Sebagian orang tua lebih sering membawa anak ketika dalam kondisi sakit. Selain itu, masih ditemukan anak bermain tanpa alas kaki serta lokasi pembuangan sampah yang cukup dekat dengan area bermain. Secara teori, kebersihan lingkungan dan pemantauan kesehatan secara berkala sangat penting dalam mencegah stunting, karena infeksi berulang dapat mengganggu penyerapan nutrisi. Jika dibandingkan dengan hasil penelitian, praktik kebersihan sudah cukup baik, tetapi konsistensi dan kesadaran akan pentingnya pemeriksaan rutin masih perlu diperkuat.

Soetjiningsih (2012) menyatakan bahwa perawatan kesehatan dan kebersihan merupakan aspek penting dalam pencegahan stunting. Namun, pada aspek pemenuhan gizi, pola empirik belum sepenuhnya sesuai dengan teori. Orang tua belum mampu menyediakan makanan dengan gizi seimbang secara konsisten, terutama protein hewani, sebagaimana dianjurkan dalam konsep pencegahan stunting. Ketidaksesuaian ini menunjukkan adanya faktor penghambat berupa keterbatasan ekonomi dan pengetahuan orang tua.

Dalam hal perhatian emosional, orang tua menunjukkan keterlibatan yang cukup baik. Mereka mendampingi anak saat makan, mengajak bermain, dan berkomunikasi dengan anak. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang hangat antara orang tua dan anak. Akan tetapi, stimulasi perkembangan seperti membaca buku atau menyediakan permainan edukatif belum dilakukan secara terencana dan rutin. Aktivitas yang dilakukan masih bersifat spontan dan belum diarahkan pada pengembangan kemampuan tertentu.

Setiap keluarga memiliki pola asuh yang berbeda dalam mendidik seorang anak dan biasanya diturunkan oleh pola asuh yang diterima dari orang tua sebelumnya. Pola asuh dapat didefinisikan sebagai pola interaksi antara anak dengan orang tua yang meliputi pemenuhan kebutuhan fisik (seperti makan, minum dan lain-lain) dan kebutuhan psikologis (seperti rasa aman, kasih sayang dan lain-lain), serta sosialisasi norma-norma yang berlaku di masyarakat agar anak dapat hidup selaras dengan lingkungannya (Qurratu Ayun, 2017:104).

Secara teori, pola asuh yang ideal tidak hanya mencakup pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi juga dukungan emosional dan stimulasi perkembangan. Oleh karena itu, meskipun perhatian sudah diberikan, upaya stimulasi perkembangan anak masih perlu ditingkatkan agar pertumbuhan dan perkembangan anak berlangsung lebih optimal. Pencegahan stunting sejak masa kehamilan diantaranya: Pemeriksaan kehamilan rutin, Memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil, Pemberian ASI eksklusif, Menciptakan lingkungan yang bersih, Pemberian MP-ASI yang sehat, Konsisten memantau tumbuh kembang anak dan Pemberian imunisasi lengkap (Nurfatimah et al., 2021). Pola asuh kebutuhan yang terpenting dari anak adalah kebutuhan fisik biomedis (pola asuh). Pola asuh yang akan diberikan kepada anak berupa kecukupan makanan dan gizi serta perawatan kesehatan yang diberikan kepada

anak. bagi anak yang terpenting di antaranya: imunisasi, pemberian ASI, penimbangan bayi/anak dan pengobatan jika sakit, papan/pemukiman yang layak, higiene perorangan, sanitasi lingkungan yang baik, sandang dan kesegaran jasmani). Pola asuh orang tua yang berhubungan dengan kejadian stunting berupa pola asuh makan, pola asuh kebersihan, pola asuh kesehatan, dan pola asuh stimulasi psikososial (Indah Nurdin et al., 2019).

POLA ASUH DALAM PEMENUHAN GIZI

Pola asuh dalam pemenuhan gizi merupakan aspek fundamental dalam pencegahan stunting pada anak usia dini. Pemenuhan gizi yang adekuat sejak masa kehamilan hingga usia dua tahun sangat menentukan pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak. Stunting terjadi akibat kekurangan gizi kronis yang berlangsung dalam waktu lama, sehingga praktik pemberian makan yang tidak tepat dapat berdampak serius terhadap status gizi anak (World Health Organization [WHO], 2020). Oleh karena itu, pola asuh yang berorientasi pada pemenuhan kebutuhan gizi seimbang menjadi kunci utama dalam upaya pencegahan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua di Kelurahan Faobata telah berupaya memberikan makanan kepada anak sebanyak tiga kali sehari dengan menu yang tersedia sesuai kemampuan ekonomi keluarga. Menu yang umum diberikan berupa nasi, sayur, serta lauk sederhana seperti telur dan ikan. Praktik ini menunjukkan adanya kesadaran dasar orang tua mengenai pentingnya pemberian makan secara teratur. Namun demikian, variasi makanan dan keseimbangan zat gizi belum sepenuhnya terpenuhi, terutama dalam hal konsumsi protein hewani, buah, dan sumber mikronutrien lainnya. Padahal, gizi seimbang harus mencakup karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral dalam proporsi yang sesuai dengan kebutuhan usia anak (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Secara teoretis, praktik pemberian makan merupakan bagian dari parenting practices yang secara langsung memengaruhi pertumbuhan anak (Darling & Steinberg, 1993). Dalam konteks ini, bukan hanya frekuensi makan yang penting, tetapi juga kualitas dan keberagaman pangan yang dikonsumsi. Black et al. (2013) menegaskan bahwa asupan protein hewani memiliki kontribusi signifikan terhadap pertumbuhan tinggi badan anak karena mengandung asam amino esensial dan mikronutrien penting seperti zat besi dan seng. Kekurangan zat-zat tersebut dalam jangka panjang dapat menghambat pertumbuhan linear anak.

Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa beberapa anak cenderung lebih menyukai jajanan dibandingkan makanan utama. Kondisi ini menjadi tantangan tersendiri bagi orang tua dalam mengatur pola makan anak. Perilaku makan anak yang selektif (picky eater) dapat mengurangi asupan zat gizi esensial apabila tidak dikelola dengan baik. Menurut Birch dan Fisher (1998), kebiasaan makan anak dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, pola pemberian makan, serta contoh yang diberikan oleh orang tua. Dengan demikian, pola asuh responsif—di mana orang tua memberikan dorongan, teladan, dan pengawasan tanpa paksaan berlebihan—lebih efektif dalam membentuk kebiasaan makan sehat pada anak.

Selain faktor perilaku makan, kondisi ekonomi keluarga juga berpengaruh terhadap kualitas pemenuhan gizi. Beberapa orang tua dalam penelitian ini menyatakan bahwa keterbatasan ekonomi membatasi kemampuan mereka dalam menyediakan variasi lauk seperti daging atau susu secara rutin. Ruel dan Alderman (2013) menyatakan bahwa intervensi sensitif gizi yang memperhatikan aspek sosial ekonomi keluarga sangat penting dalam menurunkan angka stunting. Hal ini menunjukkan bahwa pencegahan stunting tidak hanya berkaitan dengan edukasi, tetapi juga dukungan struktural yang membantu keluarga

memperoleh akses pangan bergizi.

Praktik pemberian ASI eksklusif dan MP-ASI juga merupakan bagian penting dalam pola asuh gizi. WHO (2020) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, dilanjutkan dengan pemberian MP-ASI yang adekuat secara kualitas dan kuantitas. Dalam penelitian ini, sebagian orang tua telah memberikan ASI eksklusif, namun pemahaman mengenai prinsip MP-ASI bergizi seimbang belum sepenuhnya optimal. MP-ASI seharusnya mengandung sumber protein hewani, lemak tambahan, serta variasi bahan pangan untuk memenuhi kebutuhan energi dan mikronutrien anak.

Lebih lanjut, pemenuhan gizi tidak dapat dipisahkan dari aspek kebersihan dan kesehatan lingkungan. Infeksi berulang seperti diare dapat mengganggu penyerapan zat gizi meskipun asupan makanan telah cukup (UNICEF, 2019). Oleh karena itu, praktik pemberian makan harus didukung oleh kebiasaan hidup bersih dan sehat agar manfaat zat gizi dapat terserap secara optimal oleh tubuh anak.

Berdasarkan temuan dan kajian teori, dapat disimpulkan bahwa pola asuh dalam pemenuhan gizi di Kelurahan Faobata menunjukkan adanya upaya yang cukup baik dari orang tua dalam memberikan makanan secara teratur dan menyediakan sumber protein sederhana seperti telur dan ikan. Namun, kualitas keberagaman pangan, konsistensi pemberian protein hewani, serta pengelolaan perilaku makan anak masih perlu ditingkatkan. Edukasi gizi berbasis keluarga dan pendampingan yang kontekstual menjadi strategi penting untuk memperkuat praktik pengasuhan dalam pemenuhan gizi. Dengan demikian, pencegahan stunting dapat dilakukan secara lebih komprehensif melalui penguatan kapasitas orang tua dalam mengelola pola makan anak secara seimbang dan berkelanjutan.

Pola Asuh Kesehatan dan Kebersihan

Pola asuh dalam aspek kesehatan dan kebersihan merupakan faktor penting dalam pencegahan stunting pada anak usia dini. Selain pemenuhan gizi, kondisi kesehatan dan lingkungan yang bersih sangat menentukan optimal atau tidaknya proses pertumbuhan anak. Stunting tidak hanya disebabkan oleh kekurangan asupan makanan, tetapi juga oleh infeksi berulang dan gangguan penyerapan zat gizi akibat sanitasi yang buruk (UNICEF, 2019). Oleh karena itu, praktik pengasuhan yang memperhatikan kebersihan diri, lingkungan, serta akses layanan kesehatan menjadi bagian integral dari strategi pencegahan stunting.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua di Kelurahan Faobata telah membiasakan anak untuk menjaga kebersihan dasar, seperti mencuci tangan sebelum makan dan setelah bermain. Orang tua juga menyatakan rutin memandikan anak dua kali sehari serta menjaga kebersihan pakaian dan tempat tidur. Praktik ini menunjukkan adanya kesadaran bahwa kebersihan pribadi berperan dalam mencegah penyakit infeksi. Menurut World Health Organization (WHO, 2020), kebiasaan mencuci tangan dengan sabun merupakan salah satu intervensi paling efektif dalam mencegah diare dan infeksi saluran pernapasan, dua kondisi yang sering berkontribusi terhadap gangguan pertumbuhan anak.

Meskipun demikian, praktik kebersihan belum sepenuhnya konsisten. Dalam beberapa observasi, anak masih terlihat bermain tanpa alas kaki di lingkungan sekitar rumah yang berpotensi terpapar kotoran atau bakteri. Kondisi ini berisiko menyebabkan infeksi cacing atau penyakit kulit yang dapat memengaruhi status kesehatan anak. Humphrey (2009) menjelaskan bahwa paparan lingkungan yang tidak higienis dapat menyebabkan environmental enteric dysfunction (EED), yaitu gangguan kronis pada usus yang menghambat penyerapan nutrisi dan berkontribusi pada terjadinya stunting. Dengan

demikian, kebersihan lingkungan fisik rumah dan sekitarnya menjadi faktor yang tidak dapat diabaikan.

Selain kebersihan, pola asuh kesehatan juga terlihat dari kebiasaan orang tua dalam memanfaatkan layanan kesehatan, seperti posyandu. Berdasarkan hasil wawancara, sebagian besar orang tua rutin membawa anak ke posyandu untuk pemantauan berat badan dan tinggi badan. Praktik ini menunjukkan adanya kesadaran terhadap pentingnya pemantauan pertumbuhan secara berkala. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022) menegaskan bahwa pemantauan pertumbuhan melalui posyandu berperan penting dalam mendeteksi dini gangguan pertumbuhan sehingga intervensi dapat dilakukan lebih cepat.

Namun demikian, terdapat pula orang tua yang tidak secara rutin menghadiri posyandu karena alasan pekerjaan atau kurangnya pemahaman tentang urgensi pemantauan pertumbuhan. Padahal, deteksi dini sangat penting dalam mencegah kondisi stunting menjadi lebih parah. Black et al. (2013) menegaskan bahwa intervensi kesehatan dasar seperti imunisasi lengkap, pengobatan infeksi, dan pemantauan pertumbuhan memiliki kontribusi signifikan dalam meningkatkan status gizi anak. Dengan kata lain, pola asuh kesehatan tidak hanya bersifat reaktif ketika anak sakit, tetapi juga preventif melalui kontrol kesehatan rutin.

Imunisasi juga menjadi bagian dari pola asuh kesehatan yang krusial. Sebagian besar orang tua menyatakan bahwa anak mereka telah menerima imunisasi dasar lengkap. Imunisasi membantu meningkatkan kekebalan tubuh anak terhadap penyakit menular yang dapat memperburuk kondisi gizi. Menurut WHO (2020), anak yang sering mengalami infeksi memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan pertumbuhan akibat meningkatnya kebutuhan energi dan terganggunya penyerapan nutrisi.

Aspek lain yang berkaitan dengan kebersihan adalah akses terhadap air bersih dan sanitasi. Beberapa keluarga telah memiliki akses terhadap sumber air yang cukup bersih untuk kebutuhan memasak dan minum, meskipun masih terdapat keterbatasan dalam sistem pembuangan limbah rumah tangga. Ruel dan Alderman (2013) menyatakan bahwa intervensi sensitif gizi yang mencakup perbaikan sanitasi dan akses air bersih terbukti efektif dalam mendukung penurunan prevalensi stunting. Hal ini menunjukkan bahwa upaya pencegahan tidak hanya terletak pada individu, tetapi juga pada kondisi lingkungan tempat anak tumbuh.

Berdasarkan temuan tersebut, dapat dipahami bahwa pola asuh dalam kesehatan dan kebersihan di Kelurahan Faobata telah menunjukkan praktik positif seperti membiasakan cuci tangan, menjaga kebersihan tubuh anak, serta memanfaatkan layanan posyandu. Namun, konsistensi praktik kebersihan lingkungan, penggunaan alas kaki saat bermain, serta pemahaman menyeluruh tentang pentingnya sanitasi masih perlu diperkuat. Edukasi kesehatan berbasis keluarga dan penguatan peran kader posyandu menjadi strategi penting dalam meningkatkan kualitas pengasuhan pada aspek kesehatan dan kebersihan. Dengan pola asuh yang lebih konsisten dan didukung lingkungan yang sehat, risiko infeksi dapat ditekan sehingga proses pertumbuhan anak berlangsung lebih optimal dan risiko stunting dapat diminimalkan.

Pola Asuh Psikososial dan Stimulasi Perkembangan

Selain pemenuhan gizi serta kesehatan dan kebersihan, aspek psikososial dan stimulasi perkembangan merupakan komponen penting dalam pencegahan stunting pada anak usia dini. Stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga berkorelasi dengan keterlambatan perkembangan kognitif, bahasa, motorik, dan sosial-emosional (Grantham-McGregor et al., 2007). Oleh karena itu, pola asuh yang memberikan dukungan emosional, interaksi positif, serta stimulasi yang memadai menjadi bagian integral

dari upaya pencegahan dampak jangka panjang stunting.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua di Kelurahan Faobata umumnya memberikan perhatian dan kasih sayang kepada anak melalui interaksi sehari-hari seperti mengajak berbicara, bermain bersama, serta mendampingi anak dalam aktivitas rumah tangga. Praktik ini mencerminkan adanya kedekatan emosional antara orang tua dan anak. Kehangatan dan responsivitas orang tua merupakan elemen penting dalam pengasuhan karena dapat menciptakan rasa aman yang mendukung perkembangan otak anak (Shonkoff & Phillips, 2000). Anak yang tumbuh dalam lingkungan yang penuh dukungan emosional cenderung memiliki perkembangan sosial dan kognitif yang lebih baik.

Namun demikian, stimulasi perkembangan yang diberikan masih bersifat spontan dan belum terstruktur. Sebagian besar orang tua belum secara rutin menyediakan aktivitas edukatif seperti membaca buku cerita, mengenalkan warna dan angka, atau menggunakan alat permainan edukatif. Padahal, periode usia dini merupakan fase *golden age* di mana perkembangan otak berlangsung sangat cepat dan sangat responsif terhadap rangsangan lingkungan (Soetjningsih, 2012). Kurangnya stimulasi yang memadai dapat memperburuk dampak stunting terhadap kemampuan belajar anak di masa mendatang.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kombinasi antara intervensi gizi dan stimulasi psikososial memberikan hasil yang lebih signifikan dibandingkan intervensi gizi saja. Grantham-McGregor et al. (2007) menegaskan bahwa anak dengan status gizi kurang yang mendapatkan stimulasi psikososial intensif menunjukkan peningkatan kemampuan kognitif yang lebih baik dibandingkan anak yang hanya menerima perbaikan asupan gizi. Temuan ini memperkuat bahwa pengasuhan yang komprehensif harus mencakup dimensi fisik dan psikososial secara bersamaan.

Dalam konteks pola asuh, responsivitas orang tua terhadap kebutuhan anak menjadi faktor kunci. Parenting responsif ditandai dengan kemampuan orang tua membaca sinyal anak, memberikan tanggapan yang tepat, serta membangun komunikasi dua arah (Darling & Steinberg, 1993). Pada beberapa kasus, orang tua masih menggunakan pendekatan otoriter dalam menghadapi anak yang sulit makan atau rewel, seperti memarahi atau memaksa. Pendekatan ini berpotensi menghambat perkembangan emosional anak dan menciptakan hubungan yang kurang harmonis. Sebaliknya, pendekatan suportif dan dialogis lebih efektif dalam membangun kebiasaan positif dan rasa percaya diri anak.

Aspek psikososial juga berkaitan dengan stabilitas lingkungan keluarga. Kondisi ekonomi yang terbatas terkadang memicu stres pada orang tua, yang secara tidak langsung dapat memengaruhi kualitas interaksi dengan anak. UNICEF (2019) menyatakan bahwa stres keluarga dan kurangnya dukungan sosial dapat berdampak pada kualitas pengasuhan dan kesejahteraan anak. Oleh karena itu, dukungan komunitas dan layanan sosial sangat diperlukan untuk membantu keluarga menciptakan lingkungan pengasuhan yang kondusif.

Di sisi lain, keterlibatan ayah dalam pengasuhan masih relatif terbatas dan lebih banyak didominasi oleh ibu. Padahal, keterlibatan kedua orang tua dalam memberikan stimulasi dan dukungan emosional memiliki dampak positif terhadap perkembangan anak. Shonkoff dan Phillips (2000) menekankan bahwa hubungan yang stabil dan penuh perhatian dari lebih dari satu figur dewasa akan memperkaya pengalaman sosial anak dan memperkuat perkembangan neuralnya.

Berdasarkan temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa pola asuh psikososial di Kelurahan Faobata telah menunjukkan fondasi yang baik dalam hal pemberian kasih sayang dan perhatian. Namun, stimulasi perkembangan yang terencana dan edukatif masih perlu ditingkatkan. Penguatan kapasitas orang tua melalui edukasi tentang pentingnya bermain edukatif, membaca bersama, serta komunikasi positif menjadi langkah strategis dalam

memaksimalkan tumbuh kembang anak. Dengan demikian, pencegahan stunting tidak hanya berfokus pada perbaikan tinggi badan anak, tetapi juga pada peningkatan kualitas perkembangan kognitif dan sosial-emosional secara menyeluruh.

Tantangan Orang Tua dalam Pencegahan Stunting

Upaya pencegahan stunting melalui pola asuh yang mencakup pemenuhan gizi, kesehatan, kebersihan, serta stimulasi psikososial tidak terlepas dari berbagai tantangan yang dihadapi orang tua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tantangan tersebut bersifat multidimensional, meliputi faktor ekonomi, keterbatasan pengetahuan gizi, perilaku makan anak, serta keterbatasan waktu pengasuhan. Kompleksitas tantangan ini menunjukkan bahwa stunting bukan hanya persoalan individu, tetapi juga berkaitan dengan kondisi sosial dan struktural yang memengaruhi keluarga.

Tantangan utama yang dihadapi orang tua adalah keterbatasan ekonomi. Sebagian besar informan menyatakan bahwa pendapatan keluarga yang tidak tetap membatasi kemampuan mereka dalam menyediakan makanan bergizi secara bervariasi dan berkelanjutan. Kondisi ini berdampak pada terbatasnya konsumsi protein hewani seperti daging, susu, atau ikan dalam jumlah cukup. Padahal, protein hewani dan mikronutrien seperti zat besi dan seng sangat penting dalam mendukung pertumbuhan linear anak (Black et al., 2013). Ruel dan Alderman (2013) menegaskan bahwa kemiskinan merupakan determinan penting stunting karena memengaruhi akses keluarga terhadap pangan bergizi, layanan kesehatan, dan sanitasi yang layak.

Selain faktor ekonomi, keterbatasan pengetahuan orang tua tentang prinsip gizi seimbang juga menjadi tantangan signifikan. Meskipun sebagian orang tua telah memahami pentingnya memberikan makanan tiga kali sehari, pemahaman mengenai komposisi gizi seimbang dan variasi menu masih belum optimal. Beberapa orang tua belum sepenuhnya memahami pentingnya protein hewani, sayur, dan buah dalam porsi yang sesuai usia anak. UNICEF (2019) menyatakan bahwa kurangnya literasi gizi pada orang tua dapat menyebabkan praktik pemberian makan yang kurang tepat meskipun ketersediaan pangan relatif mencukupi. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi gizi berbasis keluarga sangat diperlukan untuk meningkatkan kualitas pola asuh.

Perilaku makan anak juga menjadi tantangan tersendiri. Sejumlah orang tua mengungkapkan bahwa anak sering menolak makanan utama dan lebih memilih jajanan. Kondisi ini menyebabkan asupan zat gizi menjadi tidak seimbang. Birch dan Fisher (1998) menjelaskan bahwa kebiasaan makan anak sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga dan strategi pemberian makan orang tua. Jika orang tua tidak konsisten dalam membatasi konsumsi jajanan atau tidak memberikan contoh pola makan sehat, anak cenderung mengembangkan preferensi terhadap makanan rendah gizi. Tantangan ini memerlukan pendekatan pengasuhan yang responsif dan konsisten dalam membentuk kebiasaan makan sehat sejak dini.

Di sisi lain, keterbatasan waktu pengasuhan juga memengaruhi kualitas praktik pencegahan stunting. Beberapa orang tua harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan keluarga sehingga waktu untuk mendampingi anak makan, bermain, atau memantau kebersihan menjadi terbatas. Kondisi ini dapat mengurangi intensitas interaksi dan pengawasan terhadap kebiasaan anak. Menurut Shonkoff dan Phillips (2000), kualitas interaksi yang konsisten antara orang tua dan anak sangat penting dalam mendukung perkembangan optimal. Ketika waktu dan energi orang tua terbagi antara pekerjaan dan tanggung jawab domestik, kualitas pengasuhan berpotensi menurun.

Tantangan lainnya berkaitan dengan akses informasi dan layanan kesehatan.

Meskipun posyandu tersedia, tidak semua orang tua secara rutin memanfaatkan layanan tersebut karena kurangnya kesadaran atau kendala waktu. Padahal, pemantauan pertumbuhan secara berkala penting untuk mendeteksi dini gangguan pertumbuhan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Keterbatasan informasi mengenai tanda-tanda awal stunting juga membuat sebagian orang tua tidak segera menyadari adanya gangguan pertumbuhan pada anak.

Lebih jauh, faktor budaya dan kebiasaan lokal juga dapat memengaruhi praktik pengasuhan. Dalam beberapa kasus, pola makan keluarga lebih berfokus pada makanan pokok dengan lauk sederhana, sementara konsumsi buah dan sayur belum menjadi kebiasaan utama. WHO (2020) menekankan bahwa perubahan perilaku kesehatan membutuhkan pendekatan yang sensitif terhadap konteks sosial dan budaya masyarakat. Oleh karena itu, intervensi pencegahan stunting harus disesuaikan dengan kondisi lokal agar lebih efektif dan berkelanjutan.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa tantangan orang tua dalam pencegahan stunting bersifat kompleks dan saling berkaitan. Keterbatasan ekonomi, kurangnya literasi gizi, perilaku makan anak, keterbatasan waktu, serta akses informasi kesehatan menjadi faktor yang memengaruhi kualitas pola asuh. Oleh karena itu, strategi pencegahan stunting perlu dilakukan secara komprehensif melalui penguatan edukasi gizi, peningkatan dukungan sosial dan ekonomi keluarga, serta optimalisasi peran posyandu dan tenaga kesehatan dalam mendampingi orang tua. Dengan pendekatan yang holistik, tantangan tersebut dapat diminimalkan sehingga upaya pencegahan stunting dapat berjalan lebih efektif dan berkelanjutan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, pola asuh orang tua dalam pencegahan stunting di Kelurahan Faobata mencakup tiga aspek utama, yaitu pemenuhan gizi, kesehatan dan kebersihan, serta stimulasi psikososial. Dalam aspek gizi, orang tua telah berupaya memberikan makanan secara teratur dan menyediakan sumber protein sederhana seperti telur dan ikan, meskipun variasi dan keseimbangan zat gizi belum sepenuhnya optimal. Pada aspek kesehatan dan kebersihan, praktik seperti mencuci tangan, menjaga kebersihan tubuh anak, serta memanfaatkan layanan posyandu sudah dilakukan, namun konsistensi dan pemahaman menyeluruh mengenai sanitasi masih perlu ditingkatkan. Sementara itu, dalam aspek psikososial, orang tua telah menunjukkan kedekatan emosional dan kasih sayang, tetapi stimulasi perkembangan yang terencana dan edukatif belum dilaksanakan secara maksimal.

Penelitian ini juga menemukan bahwa tantangan dalam pencegahan stunting bersifat multidimensional. Keterbatasan ekonomi menjadi faktor dominan yang memengaruhi kemampuan keluarga dalam menyediakan makanan bergizi secara bervariasi dan berkelanjutan. Selain itu, keterbatasan literasi gizi, perilaku makan anak yang selektif, keterbatasan waktu pengasuhan, serta belum optimalnya pemanfaatan layanan kesehatan turut memengaruhi kualitas pola asuh. Temuan ini menunjukkan bahwa stunting tidak hanya berkaitan dengan ketersediaan pangan, tetapi juga dengan kualitas pengasuhan dan kondisi sosial ekonomi keluarga.

Dengan demikian, pencegahan stunting memerlukan pendekatan yang komprehensif dan berbasis keluarga. Penguatan edukasi gizi, peningkatan konsistensi praktik kebersihan dan kesehatan, serta pengembangan stimulasi psikososial yang terencana menjadi langkah strategis dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Selain itu, dukungan lintas sektor melalui pemberdayaan ekonomi keluarga dan optimalisasi layanan kesehatan

masyarakat perlu terus ditingkatkan agar upaya pencegahan stunting dapat berjalan secara berkelanjutan dan memberikan dampak jangka panjang terhadap kualitas sumber daya manusia.

REFERENSI

- Adam, A., & Medong, F. (2022). Analisis faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita. *Jurnal Kesehatan*, 13(2), 145–152.
- Birch, L. L., & Fisher, J. O. (1998). Development of eating behaviors among children and adolescents. *Pediatrics*, 101(3), 539–549.
- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., de Onis, M., Ezzati, M., Grantham-McGregor, S., Katz, J., Martorell, R., & Uauy, R. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427–451. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)60937-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)60937-X)
- Daracantika, A. (2021). Upaya pencegahan stunting melalui pemenuhan gizi dan pemantauan pertumbuhan anak. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(1), 25–32.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487–496. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>
- Grantham-McGregor, S., Cheung, Y. B., Cueto, S., Glewwe, P., Richter, L., & Strupp, B. (2007). Developmental potential in the first 5 years for children in developing countries. *The Lancet*, 369(9555), 60–70. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)60032-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)60032-4)
- Humphrey, J. H. (2009). Child undernutrition, tropical enteropathy, toilets, and handwashing. *The Lancet*, 374(9694), 1032–1035. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(09\)60950-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(09)60950-8)
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman gizi seimbang*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Hasil survei status gizi Indonesia (SSGI)*. Kementerian Kesehatan RI.
- Nurfatimah, N., Ramadhan, K., Entoh, C., & Longgupa, L. W. (2021). Pencegahan stunting sejak kehamilan melalui edukasi kesehatan ibu dan anak. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 4(1), 15–21.
- Nurdin, I., Hadju, V., & Thaha, A. R. (2019). Hubungan pola asuh dengan kejadian stunting pada balita. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(3), 123–130.
- Nuryani, N., & Rahmawati, R. (2018). Perilaku asupan makan dan status gizi anak usia balita. *Jurnal Gizi Indonesia*, 6(2), 89–96.
- Palupi, C., Romadhoni, D. A., & Anggraeni, S. D. (2018). Edukasi gizi seimbang terhadap perubahan perilaku pola makan anak sekolah. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 7(2), 120–128.
- Qurratu Ayun. (2017). Pola asuh orang tua dan metode pengasuhan dalam membentuk kepribadian anak. *Jurnal Pendidikan Anak*, 6(2), 102–111.
- Ruel, M. T., & Alderman, H. (2013). Nutrition-sensitive interventions and programmes: How can they help to accelerate progress in improving maternal and child nutrition? *The Lancet*, 382(9891), 536–551. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)60843-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)60843-0)
- Sari, M., Juffrie, M., & Nurani, N. (2018). Hubungan pola asuh gizi dengan status gizi dan kejadian stunting pada balita. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 14(3), 95–103.
- Shonkoff, J. P., & Phillips, D. A. (Eds.). (2000). *From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. National Academy Press.
- Soetjiningsih. (2012). *Tumbuh kembang anak*. EGC.
- Uluf, F., Rahma, A., & Hidayat, T. (2023). Hubungan keragaman konsumsi pangan dengan

kejadian stunting pada balita. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 18(1), 45–53.

UNICEF. (2019). *The state of the world's children 2019: Children, food and nutrition*. UNICEF.

World Health Organization. (2020). *Levels and trends in child malnutrition: UNICEF/WHO/World Bank Group joint child malnutrition estimates*. WHO.

Copyright holder:

© Author

First publication right:

Jurnal Manajemen Pendidikan

This article is licensed under:

CC-BY-SA