

Cegah Stunting sebagai Upaya Mencapai Indonesia Emas

Disampaikan oleh :

Tyas Aisyah Putri, S.Tr.Keb,
M.KM

Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Ahmad Dahlan

2024

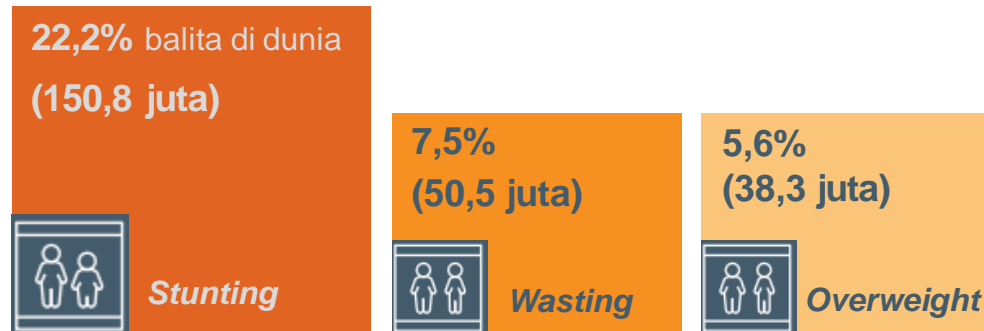


PERMASALAHAN GIZI

Setiap Negara Di Dunia Mengalami Permasalahan Gizi



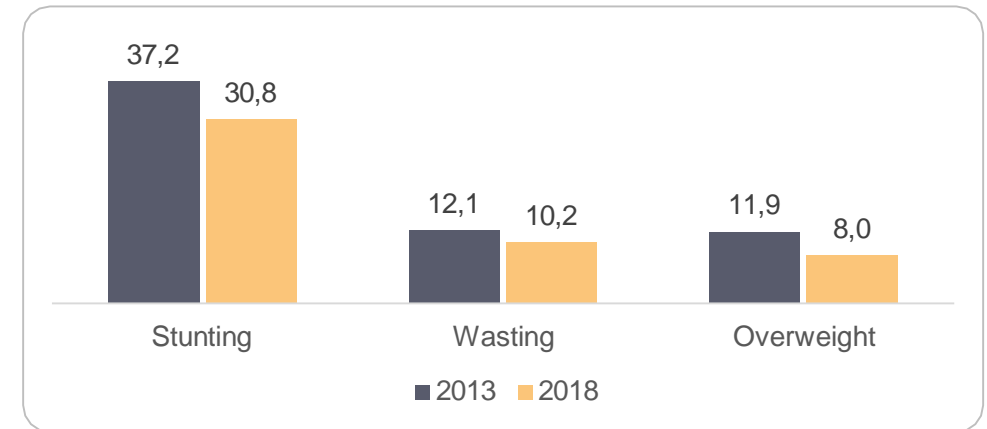
● *single burden* ● *double burden* ● *triple burden*



Sumber: Global Nutrition Report, 2018

Indonesia merupakan salah satu negara dengan triple ganda permasalahan gizi.

Status Gizi Balita, 2013-2018



Obesitas Penduduk Usia 18+ tahun



Sumber: Riskesdas, 2013 dan 2018

PERMASALAHAN GIZI BALITA DI INDONESIA TAHUN 2022

STUNTING MENURUN 2,8 MENJADI 21,6%
WASTING MENINGKAT 0,6 MENJADI 7,7

	Hasil Riskedas		Hasil SSGI	
	2018	2019	2021	2022
Stunting	30,8	27,7	24,4	 2,8 21,6
Underweight	17,7	16,3	17,0	 0,1 17,1
Wasting	10,2	7,4	7,1	 0,6 7,7
Overweight	8,0	4,5	3,8	 0,3 3,5

Tren dan target penurunan stunting di Indonesia

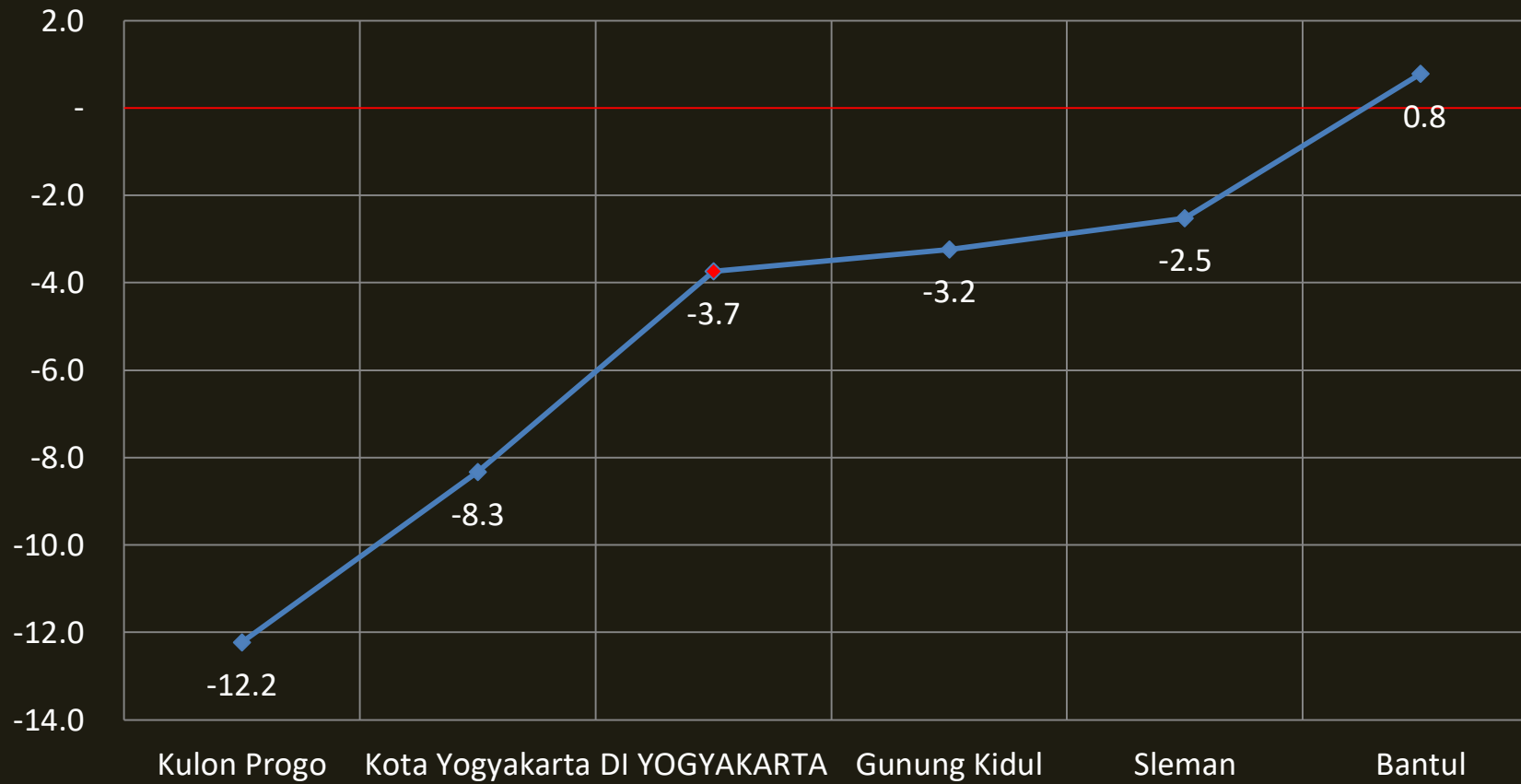


Source : Ministry of Health Data and Information Center: -
Riskesdas 2018 & - SSGBI 2019

Source : Presidential Decree 18/2020 about RPJMN 2020-2024

Perubahan Prevalensi Stunting/ Stunted dari 2019 ke 2021 (%)

Provinsi D.I. Yogyakarta per Kab/Kota
Turun (-), Naik (+)



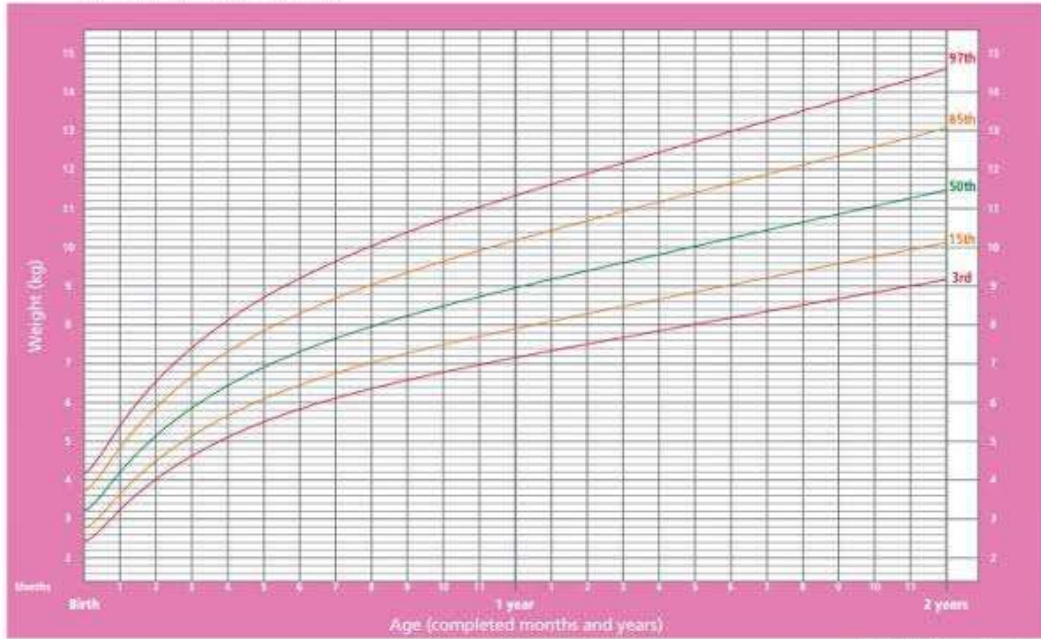
STUNTING ADALAH

Kondisi **gagal tumbuh** akibat kekurangan gizi kronis dan stimulasi psikososial serta paparan infeksi berulang terutama dalam **1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)** - biasa disebut **perawakan pendek**



Weight-for-age GIRLS

Birth to 2 years (percentiles)



WHO Child Growth Standards

Stunting adalah keadaan dimana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur sebayanya

Kondisi ini diukur dengan panjang atau tinggi badan yang < -2 SD median standar pertumbuhan anak dari WHO.



Saat ini, sekitar **8 Juta anak Indonesia** mengalami pertumbuhan tidak maksimal.

1 dari 3 anak Indonesia mengalami stunting

Ciri-Ciri Stunting



Performa buruk pada tes perhatian dan memori belajar





1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN ADALAH MASA SEJAK ANAK DALAM KANDUNGAN SAMPAI ANAK BERUSIA DUA TAHUN



PADA PERIODE EMAS, PERTUMBUHAN OTAK YANG SANGAT PESAT, YANG MENDUKUNG SELURUH PROSES PERTUMBUHAN ANAK DENGAN SEMPURNA. KEKURANGAN GIZI PADA PERIODE EMAS TIDAK DAPAT DIPERBAIKI DIMASA KEHIDUPAN SELANJUTNYA

JIKA ANAK KURANG GIZI



ANAK TIDAK CERDAS KARENA PERTUMBUHAN OTAK TERHAMBAT



ANAK BERPOTENSI MENJADI PENDEK (STUNTING) KARENA PERTUMBUHAN JASMANI TERHAMBAT



ANAK MENJADI LEMAH DAN MUDAH SAKIT



ANAK AKAN SULIT MENGIKUTI PELAJARAN SAAT BERSEKOLAH

Bagaimana Proses Terjadinya Stunting?



Kondisi anak Indonesia pada umumnya baik pada saat lahir, akan tetapi terjadi gagal tumbuh setelah memasuki usia **2-3 bulan**.

Stunting mulai terjadi dari **pra-konsepsi**

ketika seorang remaja menjadi ibu yang **kurang gizi dan anemia**

menjadi parah ketika hamil dengan asupan **gizi tidak mencukupi** kebutuhan

ibu hidup di lingkungan dengan **sanitasi kurang memadai**



Kurang Energi Kronik & Anemia

46,6%

remaja putri di Indonesia usia 15-19 tahun kondisinya **berisiko kurang energi kronik (KEK)** (Riskesdas 2013)

24,2%

wanita usia subur **usia 15-49** tahun di Indonesia hamil dengan risiko kurang energi kronik (KEK) dan anemia sebesar **37,1%**



Cara Pencegahan Stunting

1. Memberikan ASI eksklusif pada bayi hingga berusia 6 bulan.
2. Memantau perkembangan anak dan membawa ke posyandu secara berkala.
3. Mengonsumsi secara rutin Tablet tambah Darah (TTD)
4. Memberikan MPASI yang bergizi dan kaya protein hewani untuk bayi yang berusia diatas 6 bulan.
5. Terapkan perilaku hidup bersih dan sehat

4 ASUPAN KUNCI DI PERIODE EMAS ANAK

Anak usia 0-12 bulan masuk dalam *periode emas* atau masa ketika otak anak sedang mengalami perkembangan yang pesat.



UNTUK ITU ORANG TUA HARUS
MEMPERHATIKAN ASUPAN
KECUKUPAN GIZI ANAK

INISIASI MENYUSU DINI (IMD)
segera setelah bayi lahir

ASIX

ASI eksklusif
0-6 bulan

MPASI (MAKANAN PENAMBAH ASI)

rumahan berkualitas dari bahan
lokal mulai dari usia 6 bulan

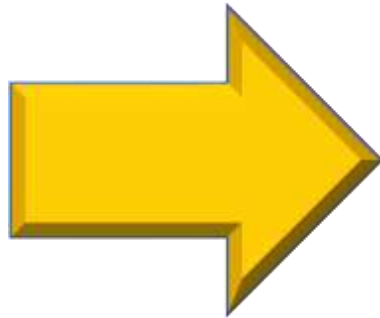
LANJUTKAN ASI

hingga 2 tahun/lebih

ANAK SEHAT HARUS
CUKUP GIZI!



Terdapat empat faktor utama yang dijadikan standar emas nutrisi bayi menurut WHO dan UNICEF



STANDAR EMAS MAKANAN BAYI

1. Inisiasi Menyusu Dini (IMD)
2. ASI eksklusif mulai lahir – 6 bulan
3. MPASI rumahan (buatan sendiri) mulai 6 bulan
4. ASI diteruskan sampai 2 tahun atau lebih



menyusui



mpasi rumahan



madu



teh



formula/uht



pisang

ASI EKSKLUSIF



Bayi hanya diberi ASI

Tanpa tambahan cairan lain seperti formula, jeruk, madu, air teh, air putih, dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, pepaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi, dan tim

Sampai 6 bulan

Setelah 6 bulan mulai diberi makanan pendamping ASI berkualitas, sedangkan ASI dapat diberikan sampai usia 2 tahun atau lebih

- usia 6 bulan merupakan saat yang paling tepat untuk mengenalkan MP-ASI
- Pada usia 6 bulan sistem pencernaan bayi sudah berkembang lebih baik dan siap untuk menerima makanan selain ASI

RESIKO MPASI DINI

(WHO, 2004)

1. Menyebabkan kurang gizi jika bayi diberikan bubur encer atau sup
2. Meningkatkan resiko sakit karena berkurangnya faktor perlindungan dari ASI
3. Meningkatkan resiko diare karena MPASI tidak sebersih ASI dan tidak semudah mencerna ASI
4. Meningkatkan resiko sesak napas dan kondisi alergi lainnya karena bayi belum mampu mencerna dan menyerap makanan dengan baik
5. Menggantikan porsi ASI, menyulitkan pemenuhan kebutuhan gizi bayi
6. Meningkatkan resiko ibu untuk hamil karena berkurangnya frekuensi menyusui



- *The American Academy of Pediatrics (AAP)*, sejak 2012 merekomendasikan pemberian MP-ASI 6 bulan agar bayi memperoleh semua kebaikan dari ASI, untuk meningkatkan imunitas, serta sebagai proteksi terhadap penyakit diabetes tipe II dan obesitas.

RESIKO MENUNDA MPASI

(WHO, 2004)

1. Bayi tidak mendapatkan makanan tambahan yang dibutuhkan untuk pertumbuhannya
2. Pertumbuhan dan perkembangan bayi lebih lambat
3. Kemungkinan tidak mendapatkan gizi untuk mencegah malnutrisi dan defisiensi seperti anemia defisiensi zat besi



FAKTOR PENYEBAB STUNTING



Stunting disebabkan oleh faktor multi dimensi. Intervensi paling menentukan pada 1.000 HPK (1000 Hari Pertama Kehidupan). Apa penyebab lainnya?

1

Praktek pengasuhan yang tidak baik

- Kurang pengetahuan tentang kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan
- 60 % dari anak usia 0-6 bulan tidak mendapatkan ASI eksklusif
- 2 dari 3 anak usia 0-24 bulan tidak menerima Makanan Pengganti ASI

2

Kurangnya akses ke makanan bergizi

- 1 dari 3 Ibu hamil anemia
- Makanan bergizi mahal



3

Kurangnya akses ke air bersih dan sanitasi



• **1 dari 5 rumah tangga** masih BAB (Buang Air Besar) di ruang terbuka

• **1 dari 3 rumah tangga** belum memiliki akses ke air minum bersih

4

Terbatasnya layanan kesehatan termasuk layanan anc, post natal dan pembelajaran dini yang berkualitas

- **1 dari 3 anak usia 3-6 tahun** tidak terdaftar di Pendidikan Anak Usia Dini
- **2 dari 3 ibu hamil** belum mengonsumsi suplemen zat besi yang memadai
- **Menurunnya tingkat kehadiran** anak di Posyandu
- **Tidak mendapat akses yang memadai** ke layanan imunisasi



Apa Saja Dampak Stunting?

Stunting memiliki dampak pada menurunnya kualitas sumber daya manusia Indonesia, produktifitasnya, serta terhadap daya saing bangsa. Bagaimana pemetaan dampaknya?

Dampak Jangka Pendek



Terganggunya perkembangan otak



Kecerdasan berkurang



Gangguan pertumbuhan fisik



Gangguan metabolisme dalam tubuh

Dampak Jangka Panjang

Menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar

Menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit

Risiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, obesitas, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua



Upaya Penanganan Permasalahan Stunting

1. Intervensi Gizi Spesifik

Pada periode ini, jika terjadi gangguan kesehatan maka akan berdampak permanen pada anak

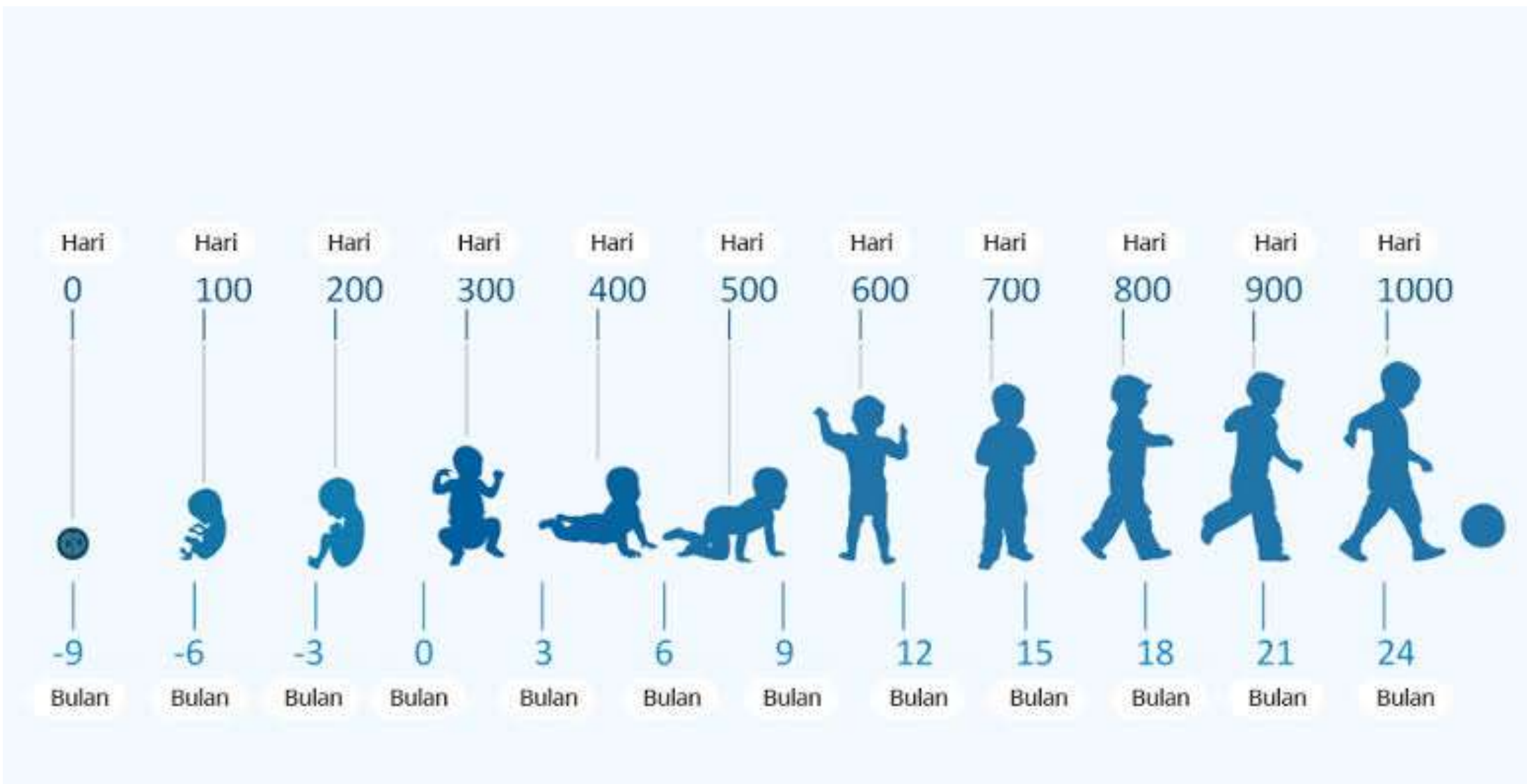
Intervensi yang diberikan secara spesifik pada sektor kesehatan, khususnya pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) anak.

- ❖ Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) dan suplemen vitamin A bagi Ibu Hamil
- ❖ Promosi ASI Eksklusif
- ❖ Pemberian MP-ASI
- ❖ Pemberian makanan tambahan
- ❖ Imunisasi dasar

2. Intervensi Gizi Sensitif

Intervensi gizi sensitif meliputi ketahanan pangan, ketersediaan air bersih dan sanitasi, penanggulangan kemiskinan, pendidikan, sosial, dan sebagainya, memiliki kontribusi sebesar 70% sedangkan intervensi di sektor kesehatan sendiri hanya berkontribusi sebesar 30% dalam penanganan stunting.





ANC,
As. Folat, Tablet besi,
Calsium

IMD, ASI Eksklusif, MP-ASI, imunisasi, pemberian vitamin A,

MATUR NUWUN 😊
