

STUNTING

Penanganan & Pencegahan



Dara Ayu Suharto, S.H.
Meganita Mantowi

STUNTING

Penanganan dan Pencegahan

Dara Ayu Suharto, S.H.
Meganita Mantowi

STUNTING

Penanganan dan Pencegahan

Dara Ayu Suharto, S.H.
Meganita Mantowi

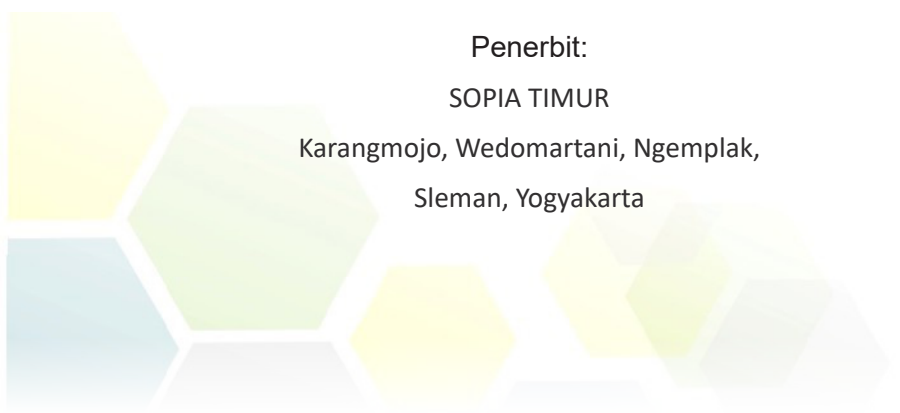
Disain Cover: M. Fadil
Layout: M. Fadil

Dimensi: 14 x 21 cm; 154 hlm.

ISBN: 978-623-10-2878-5

Cetakan I: 2026

Penerbit:
SOPIA TIMUR
Karangmojo, Wedomartani, Ngemplak,
Sleman, Yogyakarta



Pengantar Penulis



Puji syukur Penulis panjatkan kepada Allah SWT atas terselesaikannya buku “*Stunting: Penanganan dan Pencegahan*”. Prevalensi *stunting* di Indonesia masih tinggi, lebih dari 30%. *Stunting* atau tubuh pendek adalah gangguan pertumbuhan yang kronis dan sulit bahkan tidak bisa dipulihkan kembali. *Stunting* berakibat pada

kualitas sumber daya manusia karena banyak bukti penelitian yang menyimpulkan *stunting* berhubungan dengan munculnya penyakit degeneratif pada usia dewasa. Meskipun program-program kesehatan untuk menanggulangi *stunting* sudah dijalankan bertahun-tahun, namun kenyataannya prevalensi *stunting* di Indonesia masih tinggi. Untuk mencegah terjadinya *stunting* memang tidak mudah karena faktor risikonya sangat banyak.

Pengetahuan tentang *stunting* tidak hanya dibutuhkan oleh ahli gizi namun juga dibutuhkan oleh semua pihak yang terlibat dalam bidang kesehatan. Bahkan, masyarakat juga perlu mengetahui tentang *stunting* supaya dapat melakukan upaya-upaya pencegahan dan menghindari penularan. Buku ini membahas seluruh *stunting* mulai dari

pengenalan tentang *stunting*, faktor penyebab *stunting*, peran keluarga dan masyarakat dalam memberantas *stunting* hingga cara penanganan dan pencegahannya. Buku ini ditulis menggunakan bahasa yang mudah dipahami, dan disajikan secara singkat dan sistematis sehingga mudah dimengerti oleh siapapun. Penulis menganggap semakin banyak orang yang mengerti tentang *stunting* maka semakin sedikit orang yang menderita gangguan pertumbuhan tersebut.

Pada kesempatan ini penulis sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu hingga terbitnya buku ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Akhir kata, semoga buku ini dapat bermanfaat bagi para pembaca.

Dara Ayu Suharto, S.H.
(Anggota DPRD Kab. Sleman DIY)

Daftar Isi

Kata Pengantar	3
Daftar Isi	5
BAB I: Stunting	9
A. Apa Itu Stunting?	9
B. Permasalahan Stunting Di Indonesia	11
C. Permasalahan Gizi	12
D. Stunting Metode Pengukurannya	17
E. Ciri-Ciri Anak Stunting.....	18
F. Dampak Buruk yang Dapat Ditimbulkan Oleh Stunting ..	19
BAB II: Faktor Penyebab Stunting.....	19
A. Asupan Makanan	21
B. Penyakit Infeksi.....	24
C. Pola Asuh	25
D. Pelayanan Kesehatan dan Sanitasi Lingkungan	29
E. Faktor Ekonomi.....	29
F. Faktor Sosial	29
G. Faktor Pendidikan.....	30
H. Faktor Lingkungan	30
I. Kondisi yang Mempengaruhi Faktor Penyebab Stunting.....	30

BAB III: Penanganan Stunting	49
A. Penyebab Stunting.....	52
B. Upaya Penurunan Stunting.....	55
BAB IV: Strategi Mencegah Stunting	59
A. Strategi Pencegahan Stunting	60
B. Pilar Penanganan Stunting.....	64
BAB V: Peran Keluarga dalam Mencegah dan Mengatasi	
Stunting	67
A. Permasalahan Gizi pada Keluarga	71
B. Peran Penting Anggota Keluarga.....	71
C. Pentingnya Meningkatkan Pengetahuan Gizi dan	
Kesehatan Keluarga	73
D. Dukungan Keluarga untuk Ibu Menyusui.....	73
E. Kemampuan Diri dan Keluarga dalam Pencegahan	
Stunting.....	74
BAB VI: Peran Masyarakat dalam Mencegah dan Mengatasi	
Stunting	77
A. Bersama Mari Mencegah Stunting	78
B. Upaya Pemerintah dalam Pencegahan Stunting	78
C. Tanggungjawab Bersama dalam Penanggulangan	
Stunting.....	79
D. Peran Serta Kader atau Masyarakat dalam Mendukung	
Pelaksanaan Posyandu Keluarga.....	81
E. Peran Posyandu dalam Pencegahan Stunting	82
F. Perlunya Pencegahan Stunting	83
G. Pencegahan Keluarga Stunting Sejak Masa Kehamilan	
Hingga Anak Balita	84

BAB VII: Peran Pemerintah, Pendidikan, dan Media	
dalam Mencegah dan Mengatasi Stunting.....	87
A. Tanggung Jawa Pemerintah Daerah dalam Rangka	
Percepatan Penurunan Stunting.....	87
B. Sumber Dana Pencegahan dan Percepatan	
Penurunan Stunting.....	98
C. Peran Pendidikan dan Media.....	101
BAB VIII: Pencegahan Stunting dengan Intervensi Gizi.....	109
A. Intervensi Gizi Spesifik	110
B. Intervensi Gizi Sensitif.....	116
BAB IX: Pencegahan Stunting dengan Pola Asuh	117
A. Pola Asuh Orang Tua.....	118
B. Pencegahan Stunting dengan Pola Asuh.....	120
BAB X: Pencegahan Stunting dengan Perbaikan Sanitasi	
dan Akses Air Bersih	123
A. Pencegahan Stunting dengan Sanitasi dan Akses	
Air Bersih.....	123
B. Program Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM)	
Sebagai Pencegahan Stunting.....	125
BAB XI: Pencegahan Stunting dengan Perilaku PHBS	129
A. Pengertian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)	130
B. Manfaat Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)	130
C. Ruang Lingkup Perilaku Hidup Bersih	
dan Sehat (PHBS)	130
D. Strategi Pembinaan Pola Hidup Sehat.....	134

BAB XII: Pencegahan Stunting dengan Perbaikan

Ketahanan Pangan Rumah Tangga.....	137
A. Tingkat Ekonomi dan Ketahanan Pangan Terhadap Stunting.....	138
B. Status Gizi dan Stunting	141

BAB XIII: Pencegahan Stunting dengan Pemberian

Imunisasi, dan Pemberian ASI Eksklusif	145
A. Pencegahan Stunting dengan Pemberian Imunisasi ...	146
B. Pencegahan Stunting dengan Pemberian ASI Eksklusif.....	150
Daftar Pustaka.....	153
Catatan	154

STUNTING



Memenuhi kebutuhan gizi sejak hamil



Memberikan ASI eksklusif sampai bayi berusia 6 bulan



Membiasakan pola makan sehat



Menjaga kebersihan diri dan lingkungan



Memberikan makanan tambahan untuk balita



Rutin memantau pertumbuhan dan perkembangan balita

Penanganan & Pencegahan



Karangmojo, Wedomartani,
Ngemplak, Sleman, Yogyakarta

ISBN: 978-623-10-2878-5

