



Pola Hidup Bersih dan Sehat Keluarga pada Anak dengan Kondisi Stunting di Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru

Berliana Simanjuntak¹, Teguh Widodo²

^{1,2} Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Riau, Pekanbaru, Riau, Indonesia

DOI: <https://doi.org/10.53697/iso.v4i2.2012>

*Correspondence:

Berliana Simanjuntak

Email:

berliana.br3737@student.ac.id

Received: 10-10-2024

Accepted: 12-11-2024

Published: 03-12-2024



Copyright: © 2024 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstract: Masalah kesehatan yang dihadapi oleh anak cukup kompleks dan bervariasi hal ini berkaitan dengan kebiasaan perorangan/Individu itu sendiri. Hal ini tidak lepas dari peran orangtua yang mana menjadi guru pertama bagi anak dalam menerapkan pola perilaku hidup bersih dan sehat. Orangtua memiliki peranan dalam mendidik, menjadikan panutan bagi anak, memberi nasehat kepada anak serta memperhatikan kesehatan anak dan membentuk kebiasaan yang baik dalam menjaga kebersihan. Tingkat pendidikan orangtua juga turut berpengaruh dalam pertumbuhan anak terutama bagi kesehatan. Anak yang terlahir dari orangtua dengan tingkat pendidikan yang tinggi tidaklah sama dengan anak yang terlahir dengan tingkat pendidikan rendah, hal ini bias jika dilihat dari berbagai aspek seperti mental, tanggung jawab, kecermatan, pola asuh dll. Kesehatan masyarakat, istilah yang tampak sederhana, mencakup semua kegiatan yang dilakukan masyarakat untuk memastikan kondisi di mana orang dapat tetap sehat. Untuk mencapai hal ini, praktik kesehatan masyarakat bersifat multidisiplin, menggabungkan keterampilan, pengetahuan, sikap dan pandangan dunia dari berbagai kelompok profesional yang terlibat. Banyak aktor berkontribusi pada upaya kesehatan, tetapi ini berbeda dari kedokteran karena kesehatan masyarakat berfokus pada kelompok dan komunitas daripada individu. Namun, masyarakat terdiri dari individu dan kurangnya perawatan mempengaruhi kesehatan masyarakat. Stunting diukur sebagai status gizi, dengan mempertimbangkan tinggi atau tinggi badan bayi, usia, dan jenis kelamin. Praktek tidak mengukur tinggi badan dan tinggi badan anak di bawah lima tahun di masyarakat membuat stunting sulit dikenali hal tersebut membuat stunting menjadi salah satu focus target perbaikan gizi di dunia sampai tahun 2025. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 5 orang yaitu Orang Tua yang memiliki anak dengan kondisi Stunting di Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru. Penulis menggunakan metode Purposive Sampling. Instrumen data adalah Observasi, wawancara dan dokumentasi. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa Kondisi stunting disebabkan oleh PHBS yang kurang diterapkan di dalam rumah tangga beserta faktor penyebab lain nya. Serta orang tua yang ada di Kecamatan Lima Puluh memiliki Upaya Pencegahan dan Upaya Pemulihan pada anak dengan kondisi Stunting.

Keywords: Kesehatan, Stunting, PHBS Keluarga, Pola Asuh

Pendahuluan

Kesehatan dan gizi merupakan salah satu kebutuhan esensial anak usia dini yang harus dipenuhi agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal pada usia tersebut. Perhatian terhadap kecukupan gizi anak harus dimulai sejak awal kehamilan, yaitu sejak 1.000 hari pertama kehidupan anak sampai anak berusia dua tahun. Periode ini disebut masa keemasan, dan merupakan masa pertumbuhan yang cepat anak usia dini di atas 2 Tahun merupakan usia yang berpeluang terjadinya berbagai penyakit dan masalah gizi, sehingga perlu diperhatikan asupan gizi yang cukup. Berat badan lahir merupakan indikator yang baik untuk pertumbuhan dan kelangsungan hidup bayi. Penelitian telah menunjukkan bahwa 4.444 bayi berat lahir rendah 10 kali lebih mungkin mengalami kekurangan gizi daripada 4.444 bayi berat lahir normal. Risiko kematian padantahun pertama kehidupan adalah 17 kali lipat dari bayi dengan berat lahir normal Departemen Kesehatan, (2002). Kesehatan bisa kita dapat dari gizi yang seimbang olahraga dan lain-lain. Gizi yang seimbang berasal dari apa yang kita konsumsi (makanan/minuman) namun untuk mendapatkan ini kita perlu modal seperti duit untuk memenuhi kebutuhan hidup.

Kesehatan dan Stunting saling berkaitan, dimana anak yang terbebas dari stunting adalah anak yang sehat. Stunting adalah Stunting merupakan salah satu kondisi gizi buruk yang terkait dengan kekurangan gizi sebelumnya, yang menyebabkan masalah gizi kronis. Stunting diukur sebagai status gizi, dengan mempertimbangkan tinggi atau tinggi badan bayi, usia, dan jenis kelamin. faktor penyebab stunting dapat dibagi menjadi dua kelompok yaitu faktor penyebab langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung antara lain yang menyebabkan anak tertular karena pengaturan pola makan yang buruk, dan faktor tidak langsung yaitu faktor genetik, berat badan lahir rendah, pola asuh, dan pola asuh orang tua, sanitasi dan kebersihan lingkungan anak, serta ekonomi keluarga. faktor tidak langsung adalah sanitasi, air bersih, pelayanan medis yang tidak memadai dan pola asuh yang tidak tepat. Pola hidup bersih dan sehat atau PHBS. Kota Pekanbaru terdiri dari 12 kecamatan serta 83 kelurahan, angka stunting tertinggi yang berada di Pekanbaru ada di Kecamatan lima Puluh. Berdasarkan sumber data dan survey status gizi di Indonesia (SSGI) Tahun 2021 tingkat Prevalensi Kota Pekanbaru berada di angka 11,4% dan berdasarkan data 2021 kasus balita Stunting tertinggi berada di kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru yakni sebanyak 76 kasus (7,29%) serta di posisi kedua di ikuti oleh kecamatan payung sekaki dengan 36 kasus (2%) dan kecamatan rumbai sebanyak 30 kasus (1,91%) sedangkan presentase stunting terendah berada di Kulim sebanyak 2 kasus atau (0,08%)

Gambar 1.1 Diagram Stunting di Kota Pekanbaru



Lima Puluh adalah sebuah kecamatan di Kota Pekanbaru, Provinsi Riau, Indonesia. Berdasarkan data BPS (Badan Pusat Statistik) kota Pekanbaru tahun 2021, jumlah penduduk kecamatan ini sebanyak 38,613 jiwa dengan kepadatan 6.995 jiwa/km. Pada Tahun 2024 per bulan Juli ada 36 Kasus Stunting di Puskesmas Kecamatan Lima Puluh diantaranya terdiri dari 19 anak laki-laki dan 17 anak perempuan.

Metode

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Subjek dari penelitian ini adalah Orang Tua yang memiliki anak dengan kondisi stunting di Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru, Dalam penelitian penulis menggunakan purposive sampling. Alasan pemilihan lokasi ini karena di Kota Pekanbaru, Puskesmas Kecamatan Lima Puluh masih angka tertinggi anak dengan kondisi stunting diantara puskesmas lainnya yang ada di kota Pekanbaru. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam pengambilan data adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Sumber data yang digunakan adalah data primer yang diperoleh melalui hasil wawancara dengan narasumber dan sumber data sekunder yang diperoleh melalui Jurnal, Skripsi, dan Internet berupa media sosial Puskesmas Kecamatan Lima Puluh. Kriteria yang digunakan untuk memilih subjek pada penelitian ini adalah orangtua yang memiliki anak dengan kondisi stunting, Dapat berkomunikasi dengan baik dan bersedia menjadi subjek penelitian sebanyak lima (5) orang. Peneliti mengumpulkan data dari Orang Tua yang memiliki anak dengan kondisi stunting melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Peneliti melibatkan interaksi langsung dengan mereka untuk memahami pengalaman mereka dalam mengatasi kondisi tersebut perihal bagaimana penyebab awal anak mereka saat terkena stunting lalu apa upaya pencegahan yang akan mereka lakukan kedepan nya beserta upaya pemulihan bagi anak mereka dengan kondisi stunting.

Hasil dan Pembahasan

Stunting disebabkan oleh berbagai macam faktor diantaranya ada Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang kurangnya kesadaran untuk diterapkan, lalu ada faktor penyebab yang disebabkan oleh 2 faktor yakni faktor internal dan eksternal serta ada juga upaya dari Orang Tua yang memiliki anak kondisi Stunting baik upaya dari segi pencegahan serta upaya pemulihan. Hasil dari penelitian ini penulis akan membahas penyebab serta Upaya dari anak dengan kondisi stunting.

1. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)

PHBS merupakan hal dasar mengenai pola hidup sehat yang sangat penting untuk menjaga kesehatan dan status gizi terutama pada anak balita, ibu hamil maupun anak usia sekolah yang harus mendapatkan perhatian untuk mengurangi resiko terkena stunting. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) jika kita terapkan dalam kehidupan sehari-hari tentunya akan sangat berdampak baik bagi kehidupan diri kita sendiri, karena dapat menjaga kesehatan tubuh dan dapat juga memberikan kehidupan yang lebih baik lagi. Terutamanya kepada Ibu Hamil, yang mana jika ibu hamil dapat menerapkan dan melakukan perilaku hidup bersih dan yang sehat (PHBS) yang baik serta konsisten maka dampaknya pada kondisi janin yang ada di dalam kandungan juga

akan dalam kondisi yang sangat baik dan tentunya sehat. Menurut Max Weber dalam teori aksinya bahwa individu melakukan suatu tindakan berdasarkan pengalaman, persepsi, pemahaman dan penafsiran, objek stimulus atau situasi tertentu. Tindakan individu ini merupakan tindakan sosial yang rasional yaitu untuk mencapai tujuan/sasaran dengan menggunakan sarana yang paling tepat. (Noorkasiani et al 2009 :28) Perilaku atau gaya hidup yang sehat untuk kesehatan ibu hamil pasti memiliki pemahaman dan pengetahuan serta pandangan yang berbeda-beda seperti ada yang masih mempercayai sebuah kebiasaan atau mitos yang telah diturunkan oleh para leluhur dan nenek moyangnya ataupun diperkenalkan oleh lingkungan tempat tinggal sekitar. Beberapa perilaku hidup sehat yang perlu diperhatikan saat hamil seperti :

- Olahraga
- Tidak Merokok
- Mengonsumsi makanan yang bergizi
- Menjaga kebersihan sanitasi dan jamban

2. Faktor penyebab Stunting

Faktor penyebab stunting disebabkan menjadi dua bagian. Ada dua faktor yang menjadi penyebab dari anak dengan kondisi Stunting, yakni Faktor Internal dan Faktor Eksternal. Faktor Internal adalah Faktor yang disebabkan dari dalam tubuh dan sedangkan Faktor Eksternal adalah Faktor yang berasal dari Luar kondisi tubuh. Serta penyebab-penyebab dari Stunting ini di kelompokkan lagi menjadi dua bagian, golongan faktor eksternal dan golongan faktor internal. Faktor Internal biasanya kerap di kaitkan dengan nutrisi makanan, status kesehatan balita dan status kesehatan Ibu saat mengandung. Sedangkan faktor eksternal yang berhubungan dengan Stunting terkait dengan pelayanan kesehatan dan lingkungan rumah tangga, Pendidikan, status ekonomi dan karakteristik keluarga berhubungan dengan kejadian stunting seperti pola pengasuhan dan juga perilaku hidup bersih dan sehat yang menjadi penyebab dari terjangkitnya anak dengan kondisi Stunting di suatu Keluarga.

Faktor Internal

Faktor Internal anak Stunting atau Faktor yang terjadi dari dalam juga di kenal dengan istilah faktor yang terjadi secara langsung. Pada kondisi anak Stunting ada beberapa point yang termasuk faktor internal penyebab anak dengan kondisi stunting seperti :

- Status Kesehatan yang di maksud disini adalah keadaan/kondisi kesehatan Ibu hamil saat mengandung atau juga penyakit yang di bawa anak sejak lahir. Seperti Diare dan ISPA, Diare dan ISPA merupakan penyakit Infeksi yang menjadi salah satu penyebab stunting pada balita. yang mana pada penyakit infeksi ini menyebabkan asupan gizi menurun, sehingga gangguan absorpsi nutrisi dan kehilangan mikronutrien. Inilah yang menjadi penyebab salah satu faktor anak dengan kondisi Stunting.
- Karakteristik Ibu Saat Hamil & Melahirkan Kematangan Ibu saat hamil atau pun melahirkan baik kematangan secara mental, ataupun materi bahkan usia menjadi

salah satu faktor penyebab stunting. Hal ini di karena berkaitan dengan kondisi reproduksi dan juga sel telur apakah aman untuk mengandung atau tidak. Akan tetapi tingkat kematangan usia ibu saat mengandung dan melahirkan lah yang sangat menentukan kesehatan Ibu atau pun janin yang di dalam kandunganya, karna usia ibu saat hamil dan melahirkan akan berkaitan langsung dengan tingkat kematangan reproduksi dan juga psikologis. Ibu dengan golongan saat melahirkan yang tidak beresiko berada pada usia (20-35 Tahun) dan usia beresiko (< 20 Tahun dan >35 Tahun) mengapa usia dibawah 20 Tahun beresiko meskipun sudah mampu bereproduksi karena alat reproduksi yang di miliki masih belum matang dan belum berproses secara maksimal sehingga hasil yang tidak maksimal tentunya akan mempengaruhi kondisi janin yang ada di dalam kandungan juga kondisi ibu hamil berbeda jika Kehamilan berada pada usia optimal. Hal ini akan mempengaruhi distribusi zat besi dari Ibu ke janin yang terkandung di dalamnya. Sedangkan untuk usia >35 Tahun akan mengalami penurunan penyerapan zat gizi dan daya tahan tubuh, kedua hal ini berpotensi menyebabkan peluang stunting 8x lebih besar.

- Asupan gizi yang menjadi salah satu faktor risiko penyebab terjadinya stunting karena stunting memiliki kaitan dengan berat badan, yang mana berat badan ini di pengaruhi oleh kebutuhan gizi yang di peroleh dari protein, lemak, vitamin, mineral, karbohidrat, dan tentunya ada pula serat. Kebutuhan gizi ini sendiri memiliki kategorinya sendiri, yang mana dikategorikan menjadi 2 yaitu asupan zat gizi makro atau makronutrien dan ada juga asupan zat gizi mikro atau mikronutrien. Zat gizi makro berarti besar, dan zat gizi mikro berarti kecil Berdasarkan hasil-hasil penelitian, asupan zat gizi makro atau asupan gizi yang ada di produksi secara besar lah yang paling mempengaruhi terjadinya stunting adalah asupan protein, sedangkan asupan zat gizi mikro yang paling mempengaruhi kejadian stunting adalah asupan kalsium, seng, dan zat besi.
- Protein merupakan zat gizi yang di perlukan untuk pertumbuhan yang membangun struktur tubuh dan mengganti jaringan yang rusak. Bayi/balita sangat membutuhkan jumlah protein yang lebih tinggi dari pada orang dewasa yang sudah berhenti masa pertumbuhannya Maulidah dkk (2019) mengkonsumsi protein hewani (Prohe) sangat baik untuk memperbaiki jaringan kalsium dan tulang sehingga bayi/balita bisa lebih tinggi 2x lipat daripada yang mengkonsumsi protein hewani secara seadanya bahkan kurang dari asupan protein yang di butuhkan. Asupan protein yang tidak tercukupi akan menghambat pertumbuhan linear meskipun kebutuhan energy tercukupi, hal ini di karenakan protein memiliki asam amino essensial yang berperan penting dalam pertumbuhan. Asam amino essensial berperan dalam membangun matriks tulang Maulidah dkk (2019) beliau mengatakan bahwa balita yang mengkonsumsi protein lebih rendah berpeluang 5,9 kali lebih besar mengalami stunting.

Faktor Eksternal

Faktor Eksternal adalah faktor yang di kenal dengan istilah faktor dari *luar* faktor ini juga di kenal dengan sebagai istilah faktor yang terjadi secara tidak langsung yang dapat menyebabkan lahirnya anak dengan kondisi stunting seperti dibawah ini :

- Pola asuh orang tua menjadi sangat penting dalam proses perkembangan dan pertumbuhan anak baik secara fisik maupun psikis. Salah satu yang mempengaruhinya yaitu ibu, keadaan gizi di pengaruhi oleh kemampuan ibu menyediakan pangan yang cukup untuk anak serta pola asuh yang dipengaruhi oleh faktor pendapatan keluarga, pendidikan, perilaku dan jumlah saudara (Putri, 2018).
- Status Ekonomi yang kurang dapat diartikan daya beli juga rendah sehingga kemampuan membeli bahan makanan yang baik juga rendah. Kualitas dan kuantitas makanan yang kurang menyebabkan kebutuhan zat gizi anak tidak terpenuhi, padahal anak memerlukan zat gizi yang lengkap untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Namun keadaan ekonomi yang kurang dari keluarga akan dapat menghambat dalam pemberian makanan yang bergizi pada anak balita sehingga timbullah stunting atau balita yang kurang gizi.
- Pendidikan dalam perawatan anak akan mempengaruhi persiapan mereka dalam menjalankan pengasuhan, ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menjadi siap dalam menjalankan pengasuhan. Contoh kecil dari orang tua yang paham/menerima informasi dengan baik adalah ketika hamil Ibu Hamil tidak boleh makan, makanan yang mentah seperti sushi, sashimi, dll yang masih mentah. Serta berbagai macam makanan yang boleh di konsumsi tapi dibatasi seperti nenas dll. Ibu hamil juga tentunya harus paham makanan apa yang membuat kandungan kuat seperti Omega 3 seperti pada Ikan laut kaya Ikan tongkol, telur, yang dapat membuat struktur tak janin kuat. Lalu juga ada Asam Folat atau Vitamin B Kompleks yang sama pentingnya seperti Omega 3 yang mana hal ini dapat membantu perkembangan janin, mencegah cacat lahir, dan menurunkan komplikasi kehamilan.
- Faktor Lingkungan tempat tinggal merupakan salah satu aspek yang menjadi faktor yang mempengaruhi kejadian Stunting. Menciptakan lingkungan yang sehat dan juga aman serta tempat tinggal yang sesuai dengan kriteria '*Rumah Sehat*'. Tempat tinggal juga mempengaruhi kesehatan tubuh penghuni nya, sanitasi lingkungan yang buruk akan berdampak pula pada kesehatan tubuhnya dan status gizi nya. Keluarga yang menjaga kebersihan rumah, kebersihan air sumur dan sumber air yang digunakan sehari-hari maka akan mengurangi resiko untuk menyebabkan atau menyebarkan penyakit menular.
- Air memiliki peranan penting dalam kehidupan manusia, karena Air menjadi zat pembentuk tubuh manusia yakni sebanyak 75% dari bagian tubuh manusia membutuhkan air. Air yang dibutuhkan manusia adalah jenis air bersih dan sehat. Rumah tangga harus menyiapkan keperluan air dengan kualitas dan kuantitas yang baik. Air yang tergolong bersih adalah air yang digunakan untuk keperluan sehari-

hari yang kualitas air tersebut memenuhi syarat kesehatan dan dapat diminum apabila air tersebut telah masak. Air bersih juga menjadi salah satu kebutuhan manusia untuk memenuhi standar kehidupan manusia secara sehat. Pada beberapa kasus anak yang mengalami infeksi pencernaan seperti diare bahkan hingga Stunting disebabkan oleh sanitasi air yang buruk yang meningkatkan keberadaan bakteri yang menyebabkan diare.

- Kepemilikan jamban menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kejadian stunting dan menjadi faktor penyebab stunting secara eksternal/luar. Di Indonesia menurut data (TN2k,2017) diketahui dari kelima Narasumber yang di wawancarai atau dari 5 rumah tangga terdapat 1 Rumah Tangga yang masih membuang air besar (BAB) di ruangan terbuka, serta 3 dari 5 rumah tangga belum memiliki akses air minum yang bersih dan layak untuk di konsumsi untuk pemenuhan kebutuhan hidup sehari-hari. Akses sanitasi dapat dikatakan layak untuk digunakan dalam sehari-hari apabila telah memenuhi syarat kesehatan diantaranya seperti jamban yang dilengkapi dengan leher angsa, tangki septi tank. Kepemilikan kondisi jamban akan yang tidak sesuai dengan standar kesehatan akan memicu terjadinya infeksi dan diare. Hal tersebut yang kemudian memicu terjadinya kasus stunting dimana anak akan kehilangan banyak cairan dan kesulitan untuk berada dalam proses penyerapan zat-zat gizi sehingga anak mengalami stunting.
- Pemberian ASI dan MPASI Stunting yang disebabkan oleh berbagai faktor juga disebabkan karena kekurangan asupan gizi, terserang infeksi dan juga stimulasi yang kurang memadai. Pemenuhan kebutuhan nutrisi dan gizi yang cukup diharapkan dapat menurunkan resiko stunting. Pemberian air susu ibu (ASI) dan juga makanan pendamping ASI yang tepat agar mencukupi kebutuhan nutrisi pada anak dengan kondisi Stunting. Pemberian ASI Eksklusif sampai bayi berumur 6 bulan lalu dilanjutkan dengan diberikan makanan pendamping ASI/MPASI hingga sang anak berusia 2 Tahun.

3. Upaya pencegahan dan Pemulihan

Upaya pencegahan yang dapat dilakukan pada saat permasalahan stunting dapat dimulai sejak remaja. Pemberian pengetahuan dan pemahaman mengenai pentingnya pemenuhan nutrisi sehingga remaja dapat mencegah terjadinya gizi yang kurang saat kehamilannya nanti. Selain itu pemberian edukasi mengenai asupan makanan dan pemenuhan gizi dapat mulai diterapkan saat masa remaja dan saat masa pranikah. Sehingga hal tersebut akan menekan angka terjadinya balita dengan kondisi stunting. Selain itu pentingnya pengetahuan orangtua terhadap infrastruktur dan sanitasi yang nantinya akan mempengaruhi dan menjadi salah satu faktor pendukung terjadinya stunting. Faktor langsung yang berhubungan dengan kejadian stunting yaitu asupan makanan dan status kesehatan.

Upaya orang tua dalam penanganan stunting juga dibarengi dan diimbangi dengan pengetahuan orangtua, dalam hal ini yang dimaksud adalah sanitasi yang baik dan infrastruktur berupa prasarana yang mendukung seperti kepemilikan jamban yang sehat, penggunaan air bersih yang terlindungi dan upaya lain yang dapat menjaga

penampungan air agar tetap bersih menjadi salah satu upaya orang tua dalam mencegah dan menangani stunting. Membersihkan penampungan air secara rutin dapat menjadikan penampungan air lebih baik.

Upaya lain yang dapat dilakukan orangtua untuk mencukupi kebutuhan gizi dan vitamin anak Stunting adalah dengan pemberian buah dan sayur. Kandungan nutrisi yang terdapat dalam buah dan sayur bagus untuk membantu tumbuh kembang anak dan menjaga kesehatan keluarga.

Selain pemberian buah dan sayur upaya lain yang dapat dilakukan oleh orangtua yang dengan keadaan memiliki anak dalam kondisi stunting adalah memberikan makanan yang memiliki kandungan nutrisi yang baik, makanan yang mengandung kalori serat protein dan mineral. Serta kandungan nutrisi lain yang dibantu untuk pertumbuhan dan perkembangan anak.

Upaya lain yang dapat dilakukan adalah pemberian vitamin A dan Zinc kepada ibu yang menyusui dengan kondisi bayi <6 bulan atau kurang dari 6 bulan. Air susu ibu akan menjadi makanan utama ketika anak berusia kurang dari enam bulan sehingga dibutuhkan vitamin agar ASI yang dihasilkan menjadi asupan yang berfungsi untuk perkembangan bayi.

Kementrian Kesehatan mengubah konsep dari imunisasi dasar lengkap menjadi imunisasi rutin lengkap. Karena imunisasi dasar aja tidak cukup, sehingga diperlukan imunisasi lanjutan untuk mempertahankan tingkat kekebalan tubuh secara optimal.

Pemberian imunisasi juga disesuaikan dengan usia anak, pemberian imunisasi yang lengkap pada bayi akan dapat memberikan banyak manfaat seperti mencegah penyakit dan membangun imunitas bayi. Vaksin hepatitis B (HB) diberikan untuk mencegah penyakit hepatitis B yang dapat menyebabkan pengerasan ulu hati yang akan dapat berakibat pada gagal fungsi ulu hati dan kanker hati, imunisasi BCG diberikan guna mencegah tuberkulosis. Jenis vaksin yang baik untuk anak yakni antara lain : BCG, Polio, DPT, dan IPV.

Sedangkan vaksinasi campak diberikan untuk mencegah penyakit campak yang nantinya akan mengakibatkan terjadinya radang paru berat, diare hingga menyerang otak. Selain memberikan imunisasi dasar lengkap supaya orang tua dapat melakukan penanganan stunting adalah dengan melakukan cek kesehatan untuk memantau tumbuh kembang anak dan cek kesehatan dapat dilakukan di posyandu, puskesmas, klinik ataupun rumah sakit sesuai dengan fasilitas yang ada.

Upaya yang dapat dilakukan oleh orangtua dalam hal penanganan stunting bisa kita lihat dari upaya orangtua untuk mencukupi kebutuhan gizi pada anak, pemberian imunisasi dasar maupun lanjutan untuk melindungi dan menjadikan anak lebih sehat serta membentuk antibodi di dalam tubuh anak. Serta pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan dan pemberian makanan pendamping ASI/MPASI saat anak telah memasuki usia diatas 6 bulan. Serta berupaya dalam merawat sanitasi di dalam rumah.

Orang tua dengan tingkat pengetahuan sedang melakukan upaya penanganan stunting dengan kategori yang sedang juga, seperti memberikan asupan gizi yang cukup, melakukan imunisasi, pemberian ASI dan MPASI. Sedangkan upaya

penanganan stunting dengan kategori yang rendah dilakukan dengan cara perawatan dan perbaikan sanitasi.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan melalui observasi lapangan, wawancara bersama informan, atau narasumber data serta dokumentasi mengenai PHBS Keluarga pada anak dengan Kondisi Stunting di Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

PHBS menjadi salah satu penyebab dari terjadinya *stunting* hal ini di karenakan kurang diterapkannya PHBS pada keluarga. Terkhusus keluarga yang ada di Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru. Hal ini terbukti melalui hasil wawancara yang dilakukan oleh penulis yang rata-rata kurang menerapkan PHBS di dalam keluarganya. Sehingga anak yang ada pada keluarga tersebut terganggu kondisinya kesehatan nya sehingga menjadi pemicu terkena *stunting* maka dari itu ini menjadi penyebab Kecamatan Lima Puluh memiliki angka tertinggi daerah dengan kondisi Stunting terbanyak di Kota Pekanbaru yang saat ini 36 Kasus Per bulan Juni. Di karenakan kurangnya kesadaran dari penduduk dari kecamatan lima puluh untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat sebagai investasi kesehatan dalam jangka panjang. PHBS terkesan sepele, namun sangat berpengaruh bagi kehidupan terutama pada kondisi kesehatan anak yang masih dalam usia pertumbuhan

2. Faktor Penyebab Anak Stunting

- Kurangnya pengetahuan orang tua dalam pemenuhan nutrisi kepada anak sehingga menyebabkan anak tersebut terkena malnutrisi.
- Proses Persalinan yang tidak dibantu oleh Tenaga Medis
- Kurangnya asupan gizi yang baik pada saat ibu hamil bahkan hingga anak lahir
- Kelahiran premature dengan berat badan lahir rendah
- Kurang memadai akses terhadap pelayanan Kesehatan, Sanitasi, dan Air Bersih
- Ibu memiliki Riwayat penyakit saat hamil
- Ibu tidak rutin melakukan pengecekan kandungan
- Ibu tidak rutin menimbang bayi/ membawa bayi imunisasi
- Ibu tidak memberikan ASI Eksklusif dan MPASI Sesuai waktunya bahkan tidak memberi Susu Formula sebagai Penunjang ASI yang seret
- Tidak rutin mengkonsumsi gizi seimbang Hal ini menjadi dasar penyebab Stunting, oleh karna itu Orang Tua berperan penting dan harus aktif saat memiliki anak dan memiliki Pengetahuan mengenai informasi Stunting agar hal ini tidak terjadi. tersebut menjadikan maksimalnya peran orang Tua pada saat memiliki anak dengan kondisi Stunting.

3. Upaya Pencegahan & Pemulihan anak dengan kondisi Stunting

- Upaya orangtua dalam penanganan anak dengan kondisi Stunting di Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru adalah memenuhi kecukupan gizi dan vitamin balita.

Kecukupan nutrisi balita dapat dilakukan dengan menambahkan suplemen makanan/vitamin.

- Upaya lain yang dapat dilakukan oleh orangtua untuk mencukupi kebutuhan gizi dan vitamin anak dengan kondisi Stunting adalah dengan pemberian buah dan sayur yang bagus untuk menunjang pertumbuhan anak, dan membantu tumbuh kembang anak dan menjaga Kesehatan keluarga.
- Upaya yang juga dapat dilakukan adalah pemberian Vitamin A dan Zinc pada saat hamil, namun juga bisa pada saat anak lahir agak system kekebalan tubuh atau daya imun anak stabil dan tidak gampang sakit.
- Upaya yang dapat dilakukan lagi adalah memberikan Imunisasi, Memberikan ASI Eksklusif selama 6 bulan juga memberikan MPASI tepat waktu.
- Upaya yang dapat dilakukan lainnya adalah konsultasi ke DSA/ Dokter spesialis anak begitu anak terlihat tidak bertumbuh seperti teman-teman seusianya.
- Dan Upaya yang terakhir adalah perbaikan sanitasi yang terdapat dirumah, mengkonsumsi air bersih dan menjaga kebersihan jamban agar tetap bersih. Sehingga menghindari penumpukan bakteri/kuman yang dapat mengganggu system kekebalan tubuh anak sehingga anak menjadi gampang sakit

Referensi

- Agustin, K. (2016) 'Pengaruh Nutrisi terhadap Status Gizi (Lingkar Lengan Atas) Remaja Putri STIKES Mitra Husada', *Jurnal Stikes Mitra Husada Karanganyar*, 3(1), pp. 1–7
- Aisyah. (2012). "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Baluta 24 - 59 Bulan di Perkotaan Jawa Timur (Analisis Data Riskedas 2010)". Skripsi. Program Studi Gizi. Universitas Indonesia.
- Alfarisi, R., Nurmalasari, Y dan Nabilla, S. (2019). 'Status Gizi Ibu Hamil Dapat Menyebabkan Kejadian Stunting Pada Balita'. *Jurnal Kebidanan Malahayati*. 5(3). pp. 271–278.
- Amaha, N. D. and Woldeamanuel, B. T. (2021) 'Maternal factors associated with moderate and severe stunting in Ethiopian children: analysis of some environmental factors based on 2016 demographic health survey', *Nutrition Journal*. *Nutrition Journal*, 20(1), pp. 1–9.
- Amir, Aswita., Nursalim, A. W. (2018) 'Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif', *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 9(2), pp. 2013–2015.
- Andari, W. et al. (2020) 'Tinggi Badan Ibu Sebagai Faktor Risiko Stunting pada Anak Usia 24-59 Bulan Di Kecamatan Pleret dan Kecamatan Pajangan, Kabupaten Bantul, Yogyakarta Wiwid', *Journal of Nutrition College*, 9(4), pp. 235–240.
- Andiani. (2013). Faktor Determinan Stunting pada Anak Usia 0 - 59 Bulan di Indonesi. THESIS. Sekolah Pasca Sarjana Institusi Pertanian Bogor.
- Andyna, C. (2022) 'Fenomena Budaya Masyarakat Aceh Terhadap Perilaku Pemberian Asi Eksklusif', *Aceh Anthropological Journal*, 6(1), p. 46.

- Ariati, L. I. P. 2019. 'Faktor-Faktor Resiko Penyebab Terjadinya Stunting Pada Balita Usia 23-59 Bulan'. *Oksitosin : Jurnal Ilmiah Kebidanan*. 6(1). pp. 28-37.
- Armaya, R. (2018) 'Kepatuhan Ibu Hamil dalam Melakukan Kunjungan Antenatal Care dan Faktor yang Mempengaruhi', *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 7(01), pp. 43-50.
- Astuti, Ria, Neneng M, Sharon G, Merry W, dan Ariyati M. (2021). "Risiko Faktor Ibu Terhadap Kejadian Stunting". *Jurnal Kebidanan Malahayati*. 7(4): 842 - 850.
- Ayuningtyas, A., Simbolon, D, dan Rizal, A. (2018). 'Asupan Zat Gizi Makro dan Mikro terhadap Kejadian Stunting pada Balita', *Jurnal Kesehatan*, 9(3), p. 445.
- Ayunurahmawati, K. (2019). Pencegahan Children Stunting Melalui Program Bina Keluarga Balita (BKB)(Studi Program Dinas Pengendalian Penduduk Dan Keluarga Berencana (DPPKB) Di Desa Wonoayu Kecamatan Wajak Kabupaten Malang) (Doctoral Dissertation, University Of Muhammadiyah Malang).
- Azriful, dkk (2018). Determinan Kejadian Stunting pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Kelurahan Rangas Kecamatan Banggae Kabupaten Majene Tahun 2017. 'Al-Sihah: Public Health Science Journal'. 10 (2) : 192 - 203
- Baidho, F. dkk. (2021) 'Hubungan Tinggi Badan Ibu dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 0-59 Bulan di Desa Argodadi Sedayu Bantul', *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 17(1), pp. 275-283.
- Black, R. E., Taylor, C. E., Arole, S., Bang, A., Bhutta, Z. A., Chowdhury, A. M. R., ... & Perry, H. B. (2017). Comprehensive Review Of The Evidence Regarding The Effectiveness Of Community-Based Primary Health Care In Improving Maternal, Neonatal And Child Health: 8. Summary And Recommendations Of The Expert Panel. *Journal Of Global Health*, 7(1).
- Hidir, Achmad dan Rahman Malik. (2024). Teori Sosiologi Modern. Tri Edukasi Ilmiah
- Lynawati, L. (2020). Hubungan PHBS (Perilaku Hidup Bersih Sehat) Terhadap Stunting Di Desa Kedung Malang Kabupaten Banyumas. *Jurnal HUMMANSI (Humaniora, Manajemen, Akuntansi)*, 3(1), 41-46.
- Maulidah, W. B., Rohmawati, N., & Sulistiyani, S. (2019). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Desa Panduman Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember. *Ilmu Gizi Indonesia*, 2(2), 89-100.
- Munir, Z., Kholisotin, K., & Hasanah, A. M. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Peningkatan Kasus Stunting Pada Balita Di Kabupaten Probolinggo. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 9(1), 47-69.
- Norfai, N. Fenomena Dan Determinan Kejadian Stunting Pada Balita.
- Putri, N. (2017). Faktor Risiko Asupan Zat Gizi Mikro Dengan Kejadian Stunted Pada Anak Balita (12-59 Bulan) Di Wilayah Kerja Puskesmas Marunggi Kota Pariaman Tahun 2017.
- Putri, W. Y., Sumargono, I., & Hidayatulloh, M. (2018). Perancangan Kampanye Pencegahan Stunting Dengan Metode 1000 Hari Kehidupan. *Eproceedings Of Art & Design*, 5(2).
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting Dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 225-229.

-
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting Dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 225-229.
- Rofiki, I., & Famuji, S. R. R. (2020). Kegiatan Penyuluhan Dan Pemeriksaan Kesehatan Untuk Membiasakan PHBS Bagi Warga Desa Kemantren. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(4), 628-634.
- Rohmadheny, P. S. (2018). Keterlibatan Pendidikan Anak Usia Dini Terhadap Fenomena Stunting Di Indonesia. *Golden Age: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1).
- Setiawan, E., Machmud, R., & Masrul, M. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kecamatan Padang Timur Kota Padang Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(2), 275-284.
- Sugiyono, D. (2010). *Memahami Penelitian Kualitatif*.
- Sutarto, S. T. T., Mayasari, D., & Indriyani, R. (2018). Stunting, Faktor Resikodanpencegahannya. *Agromedicine Unila*, 5(1), 540-545.