

HUBUNGAN POLA ASUH DENGAN STUNTING (Kajian Literature Review)

Triwahyuniastuti
ITB AAS Indonesia
Email: 3wahyuniastuti@gmail.com

Abstrak

Stunting pada Balita merupakan masalah serius yang harus segera di tangani karena dapat mengakibatkan gangguan tumbuh kembang, peningkatan angka kesakitan dan kematian. Stunting dapat di akibatkan karena pemenuhan gizi yang tidak mencukupi dan penyakit infeksi. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dan menganalisis hasil-hasil penelitian terdahulu terkait hubungan pola asuh dengan stunting. Penelitian ini menggunakan metode literature review dengan menelaah artikel ilmiah yang dipublikasikan dalam 10 tahun terakhir. Pencarian literatur dilakukan melalui Google Scholar, PubMed, dan Portal Garuda. Artikel yang dianalisis adalah artikel full-text dengan desain kuantitatif dan quasi-eksperimental yang relevan dengan topik. Hasil telaah menunjukkan bahwa seluruh artikel yang direview melaporkan adanya hubungan pola asuh dengan stunting. Pola Asuh yang baik berupa cara pemberian makan, perawatan Kesehatan dan kebersihan lingkungan akan menurunkan terjadinya stunting. Upaya perbaikan pola asuh melalui pencegahan pernikahan usia dini, pemberian konseling dan penyuluhan individu, keluarga dan masyarakat.

Kata kunci: *Hubungan, Pola asuh, Stunting*

Abstract

Stunting in toddlers is a serious problem that must be addressed immediately because it can lead to growth and developmental disorders, increased morbidity and mortality. Stunting can be caused by inadequate nutritional intake and infectious diseases. This study aims to examine and analyze the results of previous research related to the relationship between parenting patterns and stunting. This study used a literature review method by examining scientific articles published in the last 10 years. The literature search was conducted through Google Scholar, PubMed, and the Garuda Portal. The articles analyzed were full-text articles with quantitative and quasi-experimental designs relevant to the topic. The review showed that all reviewed articles reported a relationship between parenting patterns and stunting. Good parenting patterns, including feeding practices, health care, and environmental cleanliness, will reduce stunting. Efforts to improve parenting patterns include preventing early marriage and providing counseling and education to individuals, families, and communities.

Keywords: Relationship, Parenting Patterns, Stunting

PENDAHULUAN

Stunting adalah keadaan yang disebabkan kekurangan gizi yang kronis pada 1000 Hari Pertama Kehidupan mulai dari masa kehamilan hingga usia 2 tahun. Prevalensi menurut SSGI (survey Status Gizi Indonesia) adalah 19,8 % dan pemerintah menargetkan angka stunting turun menjadi 18,8 % pada tahun 2025.

Kejadian Stunting menjadi masalah yang serius karena stunting memiliki dampak jangka pendek yaitu pertumbuhan fisik terhambat, perkembangan otak terganggu, mudah sakit dan berat badan sulit naik dan dampak jangka panjangnya yaitu penurunan kemampuan belajar, produktivitas menurun dan resiko meningkatnya penyakit tidak menular seperti diabetes, hipertensi, dan penyakit jantung saat dewasa (Nurhidayah, 2025)

Kekurangan gizi pada stunting dapat di mulai sejak dari dalam kandungan dimana kekurangan asupan kalori dan protein dapat mengakibatkan pertumbuhan tulang dan jaringan tubuh terhambat, kekurangan zat besi meningkatkan resiko anemia. Kekurangan zinc mengakibatkan gangguan pertumbuhan, kekurangan vitamin A mengakibatkan daya tahan tubuh menurun dan kekurangan asam folat dan yodium mengakibatkan gangguan perkembangan otak (Andrye Fernandes, 2025)

Pola asuh merupakan pola interaksi antara orang tua dan anak yang meliputi pemberian aturan, dukungan emosional, serta kontrol perilaku anak, Menurut (Baumrind 1967), pola asuh di klasifikasikan menjadi authoritative, authoritarian, dan permissive berdasarkan dimensi kontrol dan kehangatan orang tua. Pola asuh yang tepat berperan penting dalam mendukung perkembangan fisik, emosional dan sosial anak (Rakhmawati, 2015)

Status gizi ibu yang dapat menyebabkan stunting adalah ibu hamil yang kurang Energi kronis di mana LILA < 23,5 cm . Kondisi ini terjadi karena kekurangan asupan energi protein dalam waktu lama sehingga cadangan energi tubuh tidak mencukupi untuk kebutuhan ibu dan janin, Sedangkan anemia pada ibu hamil mengakibatkan terganggunya suplai oksigen ke janin sehingga mengganggu pertumbuhan otak.

Infeksi yang berulang seperti diare, ISPA dan cacingan akan mengakibatkan terganggunya penyerapan nutrisi karena diare akan menurunkan nafsu makan dan merusak dinding usus sehingga nutrisi tidak terserap optimal dan cacingan akan mengambil nutrisi dari tubuh anak sehingga meskipun anak makan cukup zat gizinya tidak dimanfaatkan maksimal. Sedangkan pada waktu sakit kebutuhan energi meningkat untuk melawan penyakit.

Sanitasi dan lingkungan buruk berupa air bersih tidak memadai, jamban tidak layak dan perilaku hidup bersih yang kurang baik. Keadaan ini mengakibatkan paparan kuman bakteri, virus, parasit menyebabkan anak lebih mudah terkena penyakit ((Zairinayati Zairinayati, 2019)

Pola asuh dan pendidikan orang tua akan menentukan cara pemberian makan, perawatan kesehatan dan kebersihan anak. Jika kurang tepat kondisi ini

dapat menyebabkan kekurangan Gizi yang kronis yang dapat menyebabkan stunting.

Research Method/Community Service Method

Metode penelitian yang digunakan adalah meta data analisis dengan menggunakan tinjauan literatur review yang menggali informasi hubungan pola asuh orang tua dan stunting, tujuan literatur adalah mengumpulkan serangkaian penelitian yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka atau penelitian Analisa data pada penelitian ini adalah analisis anatasi bibliografi dimana keseluruhan hasil penelitian di amati dianalisis dan diberikan kesimpulan. Strategi pencarian Literatur: Artikel ditemukan melalui pencarian berbasis ilmiah nasional dan internasional antar lain google scholar, Pub Med dan portal Garuda. Kata kunci yang di gunakan adalah Hubungan, pola asuh, stunting. Pencarian literatur dibatasi pada artikel yang diterbitkan dalam 10 tahun terakhir.

Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi:

1. artikel penelitian yang membahas pola asuh dan stunting
2. artikel yang dipublikasikan dalam rentang waktu 10 tahun terakhir;
3. artikel yang tersedia dalam teks lengkap (*full text*); dan
4. artikel yang ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris.

Kriteria eksklusi meliputi artikel yang tidak relevan dengan topik penelitian, artikel duplikasi, artikel opini, serta artikel yang tidak menyajikan hasil penelitian yang jelas.

Analisis Data

Analisis data dilakukan secara deskriptif naratif dengan membandingkan temuan-temuan utama dari setiap artikel yang meliputi tujuan penelitian, desain penelitian, jumlah sampel, metode intervensi, serta hasil penelitian terkait peningkatan produksi ASI. Hasil analisis disajikan dalam bentuk uraian naratif dan tabel ringkasan untuk memudahkan interpretasi dan penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN HASIL

NO	JUDUL PENULIS/TAHUN	DESAIN	SAMPEL	HASIL
1	Hubungan pola asuh dengan kejadian stunting (Hidayah et al., 2019)	Case control	Purposive sampling. 116 sampel 58 kasus stunting dan 58 kontrol non	Responden stunting memiliki riwayat pola asuh tidak mendapatkan ASI eksklusif

SEMINAR NASIONAL & CALL FOR PAPERS

ISSN Online: 2654-6590 | ISSN Cetak: 2654-5306

Website: <https://prosiding.stie-aas.ac.id/index.php/prosenas>

			stunting	(55,20%)memanfaatkan pelayanan kesehatan kurang baik(72,40)tingkat pengetahuan ibu rendah (67.20)sanitasi lingkungan kurang baik (77,6)dan mendapatkan rangsangan psikososial kurang baik 94.80 .analisis bivariat terdapat hubungan stunting dengan pola asuh.
2	Pola asuh ibu dan pola pemberian makan berhubungan dengan Stunting (wibiwo, 2023)	Cros sectional	Ibu yang berkunjung ke puskesmas dan memiliki balita di ambil secara acak.	Dengan uji chi square pola asuh ibu ($p=0,045$ dan $POR=2.9$) dan pola pemberian makanan ($p=0.14$ dan $POR =3,3$) berhubungan dengan kejadian stunting artinya pola asuh dan pola pemberian makanan pada anak berhubungan dengan stunting
3	Hubungan pola asuh dengan kejadian stunting Balita dari keluarga miskin di kota Palembang(Dwi Bella & Alam Fajar, 2019)	Cross sectional	Ibu yang berkunjung ke puskesmas dan memiliki balita di ambil secara acak	Balita tidak stunting memiliki pola asuh yang baik berupa kebiasaan pemberian makan. kebiasaan pengasuhan, kebiasaan kebersihan dan kebiasaan mendapatkan pelayanan kesehatan
4	Hubungan Pola Pemberian Makan, Pola Asuh dan Sanitasi Lingkungan	Cross-sectional	Proportionate stratified random sampling yaitu sebanyak 56	Terdapat hubungan antara pola pemberian makan dan pola asuh dengan kejadian stunting.

SEMINAR NASIONAL & CALL FOR PAPERS

ISSN Online: 2654-6590 | ISSN Cetak: 2654-5306

Website: <https://prosiding.stie-aas.ac.id/index.php/prosenas>

	dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 12-59 Bulan di Desa Babakan Kecamatan Ciseeng Tahun 2022(Maryani, 2023)		balita stunting yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pengumpulan data menggunakan kuesioner	Tidak ada hubungan sanitasi lingkungan terhadap kejadian stunting
5	Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dan Pola Asuh Orang Tua dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 12-36 Bulan di Wilayah Puskesmas Sangkrah (Salsabila et al., n.d.)	Observation al analitik dengan pendekatan case control.	purposive sampling. Sampel berjumlah 52 balita di Wilayah Puskesmas Sangkrah, terdiri dari 26 sampel stunting dan 26 sampel tidak stunting. Data stunting diperoleh dengan cara perhitungan PB/U atau TB/U dan data tingkat pendidikan serta pola asuh peroleh dengan cara kuesione	Hasil uji chi square terdapat hubungan tingkat pendidikan ($p=1,000$), pola asuh orang tua ($p=0,017$). Kesimpulan : Tidak ada hubungan tingkat pendidikan ibu dengan kejadian stunting pada balita usia 12-36 bulan di Wilayah Puskesmas Sangkrah. Ada hubungan pola asuh orang tua dengan kejadian stunting pada balita usia 12-36 bulan di Wilayah Puskesmas Sangkrah.
6	Hubungan keragaman asupan protein hewani, pola asuh makan, dan higiene sanitasi rumah dengan kejadian stunting.	Observasi analitik dengan pendekatan cross-sectional	Sampel berjumlah 61 anak balita, ditentukan menggunakan simple random sampling pada balita berusia 12-59 bulan di Desa	Hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan keragaman asupan protein hewani terhadap kejadian stunting pada anak balita ($p=0,024$, $r=0,289$). Namun tidak terdapat hubungan pola asuh makan

			Karanglewas, Kecamatan Jatilawang, Banyumas, Jawa Tengah.	($p=0,327$) dan higiene sanitasi rumah ($p=0,103$) terhadap kejadian stunting pada anak balita. Uji multivariat menunjukkan keragaman asupan protein hewani dan higiene sanitasi rumah secara bersama-sama mempengaruhi kejadian stunting ($p=0,038$, $r^2=0,102$).
7	Tinggi badan orang tua, pola asuh, dan kejadian diare sebagai faktor risiko kejadian stunting pada balita di Kabupaten Bondowoso (Nadiah Nurul Fadilah et al., n.d.)	Cross sectional	Subjek penelitian ini adalah 76 balita berusia 24-59 bulan beserta orang tua sesuai kriteria inklusi dan eksklusi dengan teknik cluster sampling. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Ijen, Kabupaten Bondowoso pada Agustus 2019.	Dengan menggunakan uji Chi Square dengan derajat kemaknaan 95% ($p<0,05$). Hasil: Tidak ada hubungan antara tinggi badan orang tua, pola asuh rangsangan psikososial, dan kejadian diare dengan kejadian stunting pada balita ($p>0,05$). Ada hubungan antara pola asuh praktik pemberian makan dan perawatan kesehatan dengan kejadian stunting pada balita ($p<0,05$).
8	Hubungan kadar zinc dan Pola Asuh ibu dengan kejadian stunting Pada anak Usia 2 -5 tahun di Kecamatan Panti Kabupaten	case control yang dilakukan di Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman	Sampel penelitian adalah ibu dan anak berusia 2 - 5 tahun sebanyak 60 orang dibagi menjadi dua	Uji statistik menggunakan uji Mann Whitney dan Chi Square. Hasil penelitian menunjukkan rerata kadar zinc pada anak

SEMINAR NASIONAL & CALL FOR PAPERS

ISSN Online: 2654-6590 | ISSN Cetak: 2654-5306

Website: <https://prosiding.stie-aas.ac.id/index.php/prosenas>

	Pasaman	dan Laboratorium Kesehatan Daerah Sumatera Barat pada bulan Juni sampai dengan Juli 2019.	kelompok yaitu anak stunting dan normal diambil secara proportional stratified simple random sampling	stunting 154.70 (9-387) $\mu\text{g/g}$ dan kadar zinc pada anak normal 241.00 (60-933) $\mu\text{g/g}$ dengan $p = 0.018$, pola asuh makan ($p=0.009$), pola asuh kebersihan ($p=0.034$), pola asuh kesehatan ($p=0.017$), pola asuh stimulasi psikososial (0.000). Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan yang bermakna antara kadar zinc dan pola asuh ibu dengan kejadian stunting.
9	Hubungan pola asuh Ibu dan Riwayat Pernikahan Dini dengan kejadian stunting di wilayah kerja Puskesmas Binaus Kabupaten Timur Tengah Selatan	survei analitik dengan rancangan case control	Sampel dalam penelitian ini sebanyak 64 responden yang mempunyai balita yang dibagi kedalam 32 orang untuk kelompok kasus dan 32 orang kelompok kontrol. Sampel dalam penelitian diambil dengan teknik simple random sampling	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa variabel yang berhubungan dengan kejadian stunting adalah praktik pemberian makan ($p=0,000$), pemanfaatan layanan kesehatan ($p=0,006$), perilaku hidup bersih dan sehat ($p=0,002$), dan riwayat pernikahan dini ($p=0,023$) sedangkan variabel yang tidak berhubungan adalah praktik pemberian ASI ($p=0,274$).

Pola asuh dapat mempengaruhi kejadian stunting melalui pemanfaatan pelayanan Kesehatan, tingkat pengetahuan ibu dan rangsangan psikososial. Salah satu usaha yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemampuan masyarakat yaitu pemberdayaan keluarga yang di tujukan pada level individu, keluarga dan Masyarakat!

Cara pemberian makanan membantu mencegah terjadinya stunting karena , jika ibu memberikan makanan yang tepat untuk anaknya terutama makanan yang mengandung zink dan keragaman asupan protein hewani akan meningkatkan daya tahan tubuh sehingga mencegah kejadian stunting. Faktor ekonomi dapat menjadi pendukung terjadinya stunting, karena ekonomi yang stabil mendorong orang tua untuk memberikan makanan yang bergizi dan sesuai kebutuhan balita.

Kondisi psikososial yang buruk dapat berpengaruh negative terhadap penggunaan zat gizi di dalam tubuh, sebaliknya kondisi psikososial yang baik akan merangsang hormon pertumbuhan sekaligus merangsang anak untuk melatih organ organ perkembangannya sesuai dengan teori positive deviance (Zeitlin,1990) bahwa berbagai stimulus rutin yang diberikan oleh ibu atau pengasuh terhadap bayi, baik stimulus verbal maupun auditif akan dapat menyebabkan stimulasi growth hormone metabolisme energi menjadi normal dan imun respon menjadi lebih baik (Allauddin 2012).

Pemeliharaan lingkungan yang baik dapat mendukung pencegahan terjadinya stunting karena lingkungan yang bersih mengurangi terjadinya penyakit atau infeksi di mana penyakit akan mengurangi kemampuan tubuh terhadap penyerapan makanan.

Tingkat pendidikan tidak berpengaruh secara langsung dengan stunting tetapi tingkat pemahaman terhadap stunting akan mempengaruhi sikap orang terhadap stunting. Demikian juga sanitasi lingkungan keadaan lingkungan yang baik sehingga kuman tidak mudah hidup di lingkungan akan membuat tubuh tidak mudah terkena penyakit.

Usia ibu saat menikah akan berpengaruh pada pengetahuan, Pendidikan dan pendapatan keluarga yang nantinya akan berhubungan dengan cara mereka mengasuh dan mendidik anak.

Conclusion

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pola asuh berupa, cara pemberian makanan terutama makanan yang mengandung protein dan zink dapat berpengaruh secara langsung terhadap stunting. Sedangkan factor ekonomi, Pendidikan dan factor lingkungan dapat berpengaruh terhadap stunting tapi tidak secara langsung artinya pola asuh dapat meningkatkan kejadian stunting tetapi pola asuh dapat di kendalikan dengan pencegahan pernikahan usia dini, pemberian konseling dan penyuluhan individu, keluarga dan masyarakat.

References

- Allauddin. (2012). *Stimulasi psikososial dan pengaruhnya terhadap hormon pertumbuhan anak*.
- Baumrind, D. (1967). Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior. *Genetic Psychology Monographs*, 75(1), 43–88.
- Bella, F. D., & Fajar, N. A. (2019). Hubungan pola asuh dengan kejadian stunting balita dari keluarga miskin di Kota Palembang.
- Fadilah, N. N., et al. (2019). Tinggi badan orang tua, pola asuh, dan kejadian diare sebagai faktor risiko kejadian stunting pada balita di Kabupaten Bondowoso.
- Fernandes, A. (2025). Kekurangan zat gizi mikro dan makro sebagai faktor risiko stunting pada anak.
- Hidayah, et al. (2019). Hubungan pola asuh dengan kejadian stunting.
- Maryani. (2023). Hubungan pola pemberian makan, pola asuh dan sanitasi lingkungan dengan kejadian stunting pada balita usia 12–59 bulan di Desa Babakan Kecamatan Ciseeng Tahun 2022.
- Nurhidayah. (2025). Dampak jangka pendek dan jangka panjang stunting terhadap kualitas sumber daya manusia.
- Rakhmawati. (2015). Pola asuh orang tua dan pengaruhnya terhadap perkembangan anak.
- Salsabila, et al. (n.d.). Hubungan tingkat pendidikan dan pola asuh orang tua dengan kejadian stunting pada balita usia 12–36 bulan di Wilayah Puskesmas Sangkrah.
- Wibiwo. (2023). Pola asuh ibu dan pola pemberian makan berhubungan dengan stunting.
- Zeitlin, M. (1990). *Positive deviance in child nutrition: With emphasis on psychosocial and behavioral aspects and implications for development*. United Nations University.
- Zairinayati. (2019). Sanitasi lingkungan dan hubungannya dengan kejadian stunting pada balita.