PERAN ORANG TUA DALAM MENINGKATKAN GIZI DAN KESEHATAN UNTUK MENGATASI STUNTING PADA ANAK USIA 4-6 TAHUN DI KB-RA SUDIRMAN VI TAMBAKBOYO, KEC. AMBARAWA, KAB.SEMARANG

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan S1
dalam Ilmu Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Oleh:

MAULIDA NUR TAZKIA
NIM: 2103106110

FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO

SEMARANG

2025

PERNYATAAN KEASLIAN

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maulida Nur Tazkia
NIM : 2103106110
Jurusan : Pendidikan Islam Anak Usia Dini
Program Studi : S1

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

PERAN ORANG TUA DALAM MENINGKATKAN GIZI DAN KESEHATAN UNTUK MENCEGAH STUNTING PADA ANAK USIA 4-6 TAHUN DI KB-RA SUDIRMAN VI TAMBAKBOYO, AMBARAWA

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 18 Juni 2025

Pernyataan,



Maulida Nur Tazkia

NIM: 2103106110

PENGESAHAN

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
Jl. Prof. Dr. Hamka (Kampus II) Ngaliyan Semarang
Telp. 024-7601295 Fax. 7615387

PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini:

Judul	:	**Peran Orang Tua Dalam Meningkatkan Gizi dan Kesehatan untuk Mengatasi Stunting pada Anak Usia 4-6 Tahun di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo**
Penulis	:	Maulida Nur Tazkia
NIM	:	2103106110
Jurusan	:	Pendidikan Islam Anak Usia Dini

telah diujikan dalam sidang *Munaqosyah* oleh Dewan Penguji Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam Ilmu Pendidikan Islam Anak Usia Dini.

Semarang, 26 Juni 2025

DEWAN PENGUJI

Ketua/Penguji I,

Naila Fikrina Afrina Lia,M.Pd
NIP.198804152019032013

Sekretaris/Penguji II,

Dr. Dwi Istiyanti, M.Ag
NIP. 197506232005012001

Penguji III,

Rista Sundari,M.Pd.
NIP.199303032019032016

Penguji IV,

Drs. H. Muslam, M.Ag
NIP. 196605052005011001

Dosen Pembimbing,

Dr. Agus Sutiyono, M.Ag., M.Pd
NIP.19881215202321203

NOTA DINAS

NOTA DINAS

Semarang, 18 Juni 2025

Kepada Yth,

Yth Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

UIN WALISONGO

di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi naskah skripsi dengan :

Judul : **Peran Orang Tua Dalam Meningkatkan Gizi dan Kesehatan Untuk Mencegah Stunting Pada Anak Usia 4-6 Tahun di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo, Kec. Ambarawa**

Nama : Maulida Nur Tazkia

NIM : 2103106110

Jurusan : Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut dapat diajukan kepada Fakultas FITK UIN Walisongo Semarang untuk diajukan dalam sidang Munaqosyah.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Pembimbing

Dr. Agus Sutiyono, M.Ag, M.Pd

197307102005011004

ABSTRAK

Judul	: Peran Orang Tua Dalam Meningkatkan Gizi dan Kesehatan untuk Mengatasi Stunting Pada Anak Usia 4-6 Tahun di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo, Kec. Ambarawa
Penulis	: Maulida Nur Tazkia
NIM	: 2103106110

Menurut WHO (2015), *stunting* adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar. Selanjutnya menurut WHO (2020) *stunting* adalah pendek atau sangat pendek berdasarkan panjang / tinggi badan menurut usia yang kurang dari -2 standar deviasi (SD) pada kurva pertumbuhan WHO yang terjadi dikarenakan kondisi irreversibel akibat asupan nutrisi yang tidak kuat dan/atau infeksi berulang / kronis yang terjadi dalam 1000 HPK.Peranan orang tua terhadap konservasi gizi seimbang sebagai upaya mengatasi stunting pada anak usia 4-6 tahun sebagai pendidik, organisator serta fasilitator dengan memberikan edukasi memelihara gizi seimbang selama dirumah, melakukan penyusunan menu yang bervariasi, pemilihan kualitas bahan makan yang baik, mengolah bahan makanan yang tepat, menyajikan hidangan yang menarik, serta melakukan pemantauan tumbuh kembang dengan rutin datang ke posyandu. Penelitian ini berfokus pada permasalahan: 1) Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stunting pada anak usia 4-5 tahun di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo Ambarawa? 2) Bagaimana peran orang tua dalam meningkatkan gizi dan kesehatan untuk mengatasi stunting pada anak usia 4-6 tahun di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo Ambarawa?

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi langsung di lokasi penelitian. Para responden yang dilibatkan termasuk orang tua dari

peserta didik. Proses analisis data dilakukan melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) Faktor penyebab tidak langsung terjadinya stunting meliputi ketidakstabilan ketersediaan pangan di rumah tangga, dan sanitasi lingkungan rumah yang kurang memadai serta Faktor lain yang terkait dengan stunting adalah hormon, khususnya hormon tiroid yang berperan penting dalam proses pertumbuhan anak. Selain itu, stunting juga dapat dipengaruhi oleh faktor genetika, di mana orang tua yang memiliki postur pendek berpotensi mewariskan sifat tersebut kepada anak-anaknya. 2) Orang tua memanfaatkan pelayanan kesehatan seperti PKD, Posyandu, dan bidan desa untuk anaknya agar mendapatkan vaksin dan imunisasi secara lengkap dan mengetahui bagaimana pertumbuhan dan perkembangan anak melalui buku KIA. Memperhatikan menu makanan anak karena anak seusianya sedang dalam masa pertumbuhan, maka dari itu orang tua memberikan makan makanan yang bergizi seperti sayur-sayuran, daging ayam maupun ikan, buah-buahan, dan susu segar setiap harinya. Serta praktik sanitasi keluarga yang efektif, termasuk mencuci tangan dengan sabun secara teratur, akses terhadap air bersih, dan pengelolaan limbah yang tepat, memainkan peran penting dalam membina lingkungan yang sehat bagi anak-anak.

Kata Kunci : Stunting, Peran Orang Tua, Gizi dan Kesehatan

TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Penulisan transliterasi huruf-huruf Arab Latin dalam disertasi ini berpedoman pada SKB Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan R.I. Nomor: 158/1987 dan Nomor: 0543b/U/1987. Penyimpangan penulisan kata sandang [al-] disengaja secara konsisten supaya sesuai teks Arabnya.

ا	A	ط	ṭ
ب	B	ظ	ẓ
ت	T	ع	‾
ث	ṡ	غ	G
ج	J	ف	F
ح	ḥ	ق	Q
خ	Kh	ك	K
د	D	ه	L
ذ	Ż	م	M
ر	R	ن	N
س	Z	و	W
س	S	ه	H
ش	Sy	ء	‘
ص	ṣ	ي	Y
ض	ḍ		

Bacaan Mad:

ā = a panjang
ī = i panjang
ū = u panjang

Bacaan Diftong:

au = اَ ْو
ai = اَي
iy = اِي

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji bagi kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Sholawat serta salam senantiasa kita panjatkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah mengantarkan kita memasuki era islam yang penuh dengan berkah.

Syukur kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Peran Orangtua Dalam Meningkatkan Gizi dan Kesehatan untuk Mengatasi Stunting Pada Anak Usia 4-6 Tahun di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo, Kec. Ambarawa" sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan dalam program studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini. Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak terlepas dari nikmat Allah SWT, bimbingan, bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak berikut:

1. Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, Prof. Dr. Nizar, M.Ag.
2. Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo Semarang, Prof. Dr. Fatah Syukur, M.Ag.
3. Ketua dan sekretaris jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini , Dr. Sofa Muthohar, M.Ag., dan Arsan Shanie, M.Pd.
4. Dosen wali kelas PIAUD 21 D, Ibu Lilif Mualifatul K.F, M.Pd.I., yang telah membimbing dan mengarahkan saya dan juga teman-teman mulai dari awal semester hingga akhir semester ini.
5. Dosen pembimbing, Bapak Dr. Agus Sutiyono, M.Ag, M.Pd. yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran serta bimbingan secara berkesinambungan hingga akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Kepala sekolah KB-RA Sudirman VI Tambakboyo, Ibu Agus Dewi Yuarna, M.Pd yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
7. Seluruh bapak dan ibu guru serta tenaga kependidikan KB-RA Sudirman VI Tambakboyo

yang telah bersedia membantu penulis dalam proses penelitian.

8. Segenap dosen, pegawai dan seluruh civitas akademika di UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan beragam ilmu dan pengalaman selama perkuliahan.
9. Kedua orang tuaku tercinta, Bapak Syaiful Hadi dan Ibu Siti Koyimah yang memberikan dukungan moral, material, dan spiritual. Semoga bapak dan ibu saya selalu dalam lindungan Allah SWT dan diberikan keberkahan dunia maupun akhirat.
10. Saudaraku tersayang, Hijra Safira dan Suami yang telah menghiburku, mendukungku, serta mendoakanku, semoga Allah mengabulkan semua keinginan dan cita-citaku di masa depan.
11. Kerabat PIAUD D 2021 dan PIAUD angkatan 2021 yang telah menemani di setiap proses perkuliahan dari mahasiswa baru hingga sekarang.
12. Keluarga KKN MIT 18 Kelompok 80 yang telah memberikan dukungan serta doa selama menjalani proses KKN dan perkuliahan.
13. Sahabatku tercinta Ernik Noviyanti, Milda Fatia

Rahma, Lisda Sabrina, Inas Fitri Setyorini yang telah memberikan semangat dan doanya selama perkuliahan.

14. Seluruh sahabat penulis yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu. Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak atas dukungan dan doanya sehingga penulis mencapai ini.
15. Kepada Ueno Family khususnya mas Natsuki dan adik Ritsuki serta Abecekut yang menggemaskan dengan segala tingkah lakunya. Terimakasih telah menjadi penghibur dan penyemangat penulis ketika merasakan keterpurukan dalam mengerjakan tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari kekurangan dan kesalahan. Kritik dan saran yang bersifat membangun dari para pembaca sangat berharga bagi penulis demi penyempurnaan skripsi ini di masa yang akan datang. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat dalam bidang keilmuan khususnya bagi penulis dan pembaca. Aamiin.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 25 Juni 2025

Penulis



Maulida Nur Tazkia

NIM. 2103106110

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN ..... **ii**
PENGESAHAN ..... **iii**
NOTA DINAS ..... **iv**
ABSTRAK ..... **v**
TRANSLITERASI ARAB-LATIN ..... **vii**
KATA PENGANTAR ..... **viii**
DAFTAR ISI ..... **xiii**
BAB I **1**
PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang **1**
B. Rumusan Masalah **12**
C. Tujuan Penelitian **12**
D. Manfaat Penelitian **13**
BAB II **16**
PERAN ORANG TUA DALAM MENINGKATKAN GIZI DAN KESEHATAN UNTUK MENGATASI STUNTING PADA ANAK USIA 4-6 TAHUN **16**
1. Peran Orang Tua **16**
2. Gizi dan Kesehatan **34**
3. Stunting 73
4. Penelitian Terdahulu **93**
5. Kerangka Berfikir **102**

BAB III 103
METODE PENELITIAN 103
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian 103
B. Tempat dan Waktu Penelitian 105
C. Data dan Sumber Data 106
D. Fokus Penelitian 108
E. Teknik Pengumpulan Data 108
F. Uji Keabsahan Data 110
G. Teknik Analisis Data 112
BAB IV 115
DESKRIPSI DAN ANALISIS DATA 115
A. Deskripsi Data 115
B. Deskripsi Khusus 119
C. Pembahasan 182
D. Keterbatasan Penelitian 210
BAB V 212
PENUTUP 212
A. Kesimpulan 212
B. Saran216
C. Kata Penutup 217
DAFTAR PUSTAKA 219
LAMPIRAN 224
Lampiran 1 Pedoman Pengumpulan Data 224
Lampiran 2 Surat Keterangan Sudah Melakukan Penelitian 230
Lampiran 4 Dokumentasi Wawancara 232

RIWAYAT HIDUP 234

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan penelitian lebih banyak anak laki-laki stunting dibanding anak perempuan dikarenakan anak laki-laki lebih memilih bekal jajanan ringan sedangkan anak perempuan memilih bekal makanan berat. Hal tersebut dialami oleh anak usia dini di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo Ambarawa. Kurangnya wawasan orang tua terhadap anak terutama pada bekal sekolah sehingga banyak anak yang mengalami stunting. Menurut teori Piaget, anak-anak melalui empat tahapan perkembangan kognitif, yaitu tahap sensorimotor, praoperasional, operasional konkret, dan operasional formal. Proses tumbuh kembang anak sangat dipengaruhi oleh keterlibatan orang tua serta lingkungan keluarga yang harmonis. Setiap tahapan perkembangan berlangsung secara berkesinambungan, yang pada akhirnya membantu anak tumbuh menjadi individu dewasa

dengan perkembangan dan pertumbuhan yang maksimal. Oleh karena itu, perkembangan anak yang optimal sangat bergantung pada dukungan yang diberikan oleh orang tua dan keluarga.[1]

Menurut penelitian, peran guru atau sekolah juga wajib mendukung melalui perhatian terhadap anak terutama dalam hal kesehatan, pemenuhan gizi yang memadai dan layanan pengajaran. Memberikan asupan nutrisi yang tepat bagi anak usia dini merupakan aspek penting yang harus diperhatikan oleh orang tua. Hal ini karena nutrisi yang dikonsumsi di masa awal kehidupan akan berpengaruh besar terhadap perkembangan anak ketika dewasa. Asupan gizi tidak dapat dipisahkan dari kondisi kesehatan dan tingkat kecerdasan anak. Selain itu, gizi yang diterima

[1] Samsul Susilawati, "Pembelajaran Yang Menumbuhkembangkan Karakter Religius Pada Anak Usia Dini," *Aulad : Journal on Early Childhood* 3, no. 1 (2020): 14–19, https://doi.org/10.31004/aulad.v3i1.46.

anak juga berperan sebagai faktor pendukung utama dalam proses tumbuh kembang mereka.[2]

Berdasarkan hasil penelitian rendahnya pengetahuan orang tua mengenai makanan yang bergizi yang sesuai untuk anak menjadi penyebab utama permasalahan gizi. Selain itu, banyak orang tua yang tidak lagi rutin membawa anak mereka ke puskesmas atau posyandu untuk mendapatkan penyuluhan gizi maupun vitamin. Faktor lain yang turut memengaruhi adalah pekerjaan ibu sebagai buruh pabrik, yang membuatnya kurang memiliki waktu untuk memperhatikan kebutuhan anak. Sementara itu, anak diasuh oleh nenek yang juga kurang memperhatikan asupan makanannya. Sang ayah yang berprofesi sebagai wiraswasta pun memiliki penghasilan yang tidak menentu, memperburuk kondisi ekonomi keluarga.

Pada tahun 2013, stunting menjadi masalah gizi yang paling sering dijumpai pada

[2] Ufiyah Ramlah, "Gangguan Kesehatan Pada Anak Usia Dini Akibat Kekurangan Gizi Dan Upaya Pencegahannya," *Ana' Bulava: Jurnal Pendidikan Anak* 2, no. 2 (2021): 12–25.

anak usia 24 hingga 59 bulan di Indonesia. Stunting sendiri merupakan kondisi terganggunya pertumbuhan anak akibat kekurangan gizi kronis atau infeksi yang berlangsung dalam jangka panjang. Penilaian kondisi ini didasarkan pada Indeks Tinggi Badan menurut Umur (TB/U), dengan batas ambang skor z kurang dari -2 Standar Deviasi (SD). Menurut data Riset Kesehatan Dasar tahun 2013, prevalensi stunting secara nasional mencapai 37,2%, menandakan bahwa masalah ini masih tergolong serius. Di Provinsi Jawa Tengah, pada tahun yang sama, tercatat 16,8% anak mengalami kondisi sangat pendek dan 19,9% tergolong pendek.[3]

Beberapa faktor lain yang berkontribusi terhadap stunting pada anak antara lain kurangnya asupan makanan yang bergizi, berat dan panjang badan lahir yang rendah, tidak diberikannya ASI

[3] Tyas Setiyo Yuniarti, Ani Margawati, and Nuryanto Nuryanto, "Faktor Risiko Kejadian Stunting Anak Usia 1-2 Tahun Di Daerah Rob Kota Pekalongan," *Jurnal Riset Gizi* 7, no. 2 (2019): 83–90, https://doi.org/10.31983/jrg.v7i2.5179.

eksklusif, riwayat imunisasi yang tidak lengkap, serta seringnya menderita penyakit infeksi. Stunting menjadi isu penting karena meningkatkan resiko kesakitan dan kematian, menghambat perkembangan otak secara optimal, serta menyebabkan keterlamabatan dalam perkembangan motorik anak.

Peran orang tua khususnya dalam memberikan sarapan bergizi kepada anak, seringkali terkendala oleh keengganan untuk repot menyiapakan makanan. Hal ini banyak dijumpai pada ibu yang memiliki pekerjaan dan aktivitas yang padat, sehingga cenderung menyajikan makanan yang praktis atau membelinya diluar. Kebiasaan memberikan makanan instan berdampak pada pola makan anak, seperti menurunnya minat terhadap sayuran serta kecenderungan hanya menyukai jenis makanan tertentu. Padahal, sayuran sangat penting dalam mendukung proses tumbuh kembang anak karena kandungan gizinya. Dengan alasan takut anak menolak makanan, ibu lebih memilih menyajikan

makanan yang disukai anak seperti ayam goreng, nugget, mie dan berbagai jenis makanan yang digoreng.

Sesuai hasil penelitian dan prinsip dasar di KB-RA Sudirman VI, anak perlu dikenalkan dan dibiasakan untuk menghargai kesehatan tubuh dan jiwa melalui konsumsi makan sehat dan ramah lingkungan, serta menjaga kebersihan. Upaya tersebut dapat dilakukan dengan membiasakan membawa bekal sehat dari rumah, menjaga kebersihan lingkungan seperti membersihkan sisa makanan yang tercecer, serta membiasakan mencuci tangan sebelum makan dan minum saat waktu istirahat.

Tubuh anak secara alami akan memberikan sinyal kenyang saat kebutuhan energinya terpenuhi. Namun, jika anak terbiasa mengonsumsi makanan atau jajanan manis sebelum makan utama, mereka akan merasa kenyang lebih dulu, sehingga asupan nutrisi penting menjadi terabaikan. Oleh karena itu, penting untuk mengenalkan makanan sehat sejak

dini agar anak terbiasa dengan pola makan yang sehat dan seimbang.

Status gizi balita merupakan salah satu indikator kesehatan yang paling sensitive dalam menilai tingkat kesehatan anak di suatu negara. Kondisi gizi balita tidak hanya mempengaruhi derajat kesehatan dan harapan hidup mereka, tetapi juga menjadi salah satu komponen utama dalam menentukan keberhasilan pembangunan nasional melalui Indeks Pembangunan Manusia (IPM). Saat ini, permasalahan gizi pada kelompok balita masih menjadi isu serius di banyak kabupaten di Indonesia.

Balita yang tergolongkan gizi kurang atau gizi buruk berisiko menghadapi masa depan yang suram akibat dampak jangka panjang dari kekurangan gizi. Gizi yang tidak mencukupi dapat mengakibatkan penurunan tingkat kecerdasan anak. Hal ini berdampak pada penurunan kualitas generasi muda, yang pada akhirnya akan menyebabkan hilangnya potensi sumber daya manusia unggul yang sangat dibutuhkan dalam

pembangunan bangsa. Usia balita, yakni anak dibawah lima tahun, merupakan fase krusial dalam kehidupan karena menjadi periode penting untuk membentuk dasar-dasar kesehatan fisik, mental, intelektual, spiritual, dan sosial anak di masa depan. Pada masa ini, anak mengalami pertumbuhan dan perberkembangan yang sangat pesat, sehingga kebutuhan akan asupan makanan bergizi menjadi fondasi utama dalam membentuk anak yang sehat dan cerdas. Oleh karena itu, perhatian terhadap status gizi balita sangat penting, khususnya bagi para ibu yang memiliki anak usia dini.[4]

Kondisi permaslahan gizi di Indonesia saat ini cukup kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah rendahnya pengetahuan masyarakat tentang gizi. Pengetahuan gizi yang minim dapat

[4] Paskalia Tri Kurniati, "Penyuluhan Tentang Pencegahan Stunting Melalui Pemenuhan Gizi Pada Wanita Usia Subur," *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 1, no. 2 (2021): 113–18, https://doi.org/10.25008/altifani.v1i2.125.

mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang dalam memilih makanan, yang pada akhirnya berdampak langsung pada status gizi individu tersebut. Kurangnya pemahaman tentang gizi dalam masyarakat dapat menjadi masalah besar yang turut menyebabkan penurunan kualitas kesehatan secara umum. Masih banyak masyarakat yang menerapkan pola makan ama berdasarkan slogan "4 Sehat 5 Sempurna", padahal konsep ini dianggap sudah tidak sesuai dengan prinsip pemenuhan gizi yang ideal. Slogan tersebut lebih menekanka pada keanekaragaman makanan, tapi belum memperhatinkan asepek keseimbangan, proporsi, dan kecukupan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh secara menyeluruh.[5]

"Isi Piringku" merupakan panduan konsumsi makanan harian yang dikeluarkan oleh pemerintah sebagai bagian dari upaya peningkatan kesadaran gizi masyarakat. Dalam

[5] Zulia Setiyaningrum Nisaul maslakah, "Pengaruh Pendidikan Media Flashcard Terhadap Pengetahuan Anak Tentang Pedoman Umum Gizi Seimbang," *Jurnal Kesehatan* 10, no. 01 (2017): 9–16.

kampanye ini, Kementerian Kesehatan juga memperkenalkan empat pilar gizi seimbang, yaitu mengonsumsi makanan yang beragam, menjalani pola hidup aktif dan berolahraga, menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), serta menjaga berat badan ideal. Panduan "Isi Piringku" membagi piring makan menjadi tigayang mencerminkan prinsip gizi seimbang. Sebanyak 50% dari piring diisi dengan buah dan sayur, sementara 50% sisanya dibagi menjadi dua bagian lagi: satu bagian untuk lauk pauk yang merupakan sumber protein, baik hewani maupun nabati, dan satu bagian lainnya untuk makanan pokok yang mengandung karbohidrat.[6]

Adapun empat pilar gizi seimbang yang menjadi panduan ini adalah:

Pilar 1. Mengonsumsi makanan yang beragam

[6] Hesti Atasasih, "Sosialisasi 'Isi Piringku' Pada Remaja Putri Sebagai Upaya Pencegahan Stunting," *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 6, no. 1 (2022): 116–21, https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i1.4685.

Pilar 2. Membiasakan diri dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)

Pilar 3. Melakukan aktivitas fisik secara rutin

Pilar 4. Memantau berat badan secara teratur untuk menjaga berat badan tetap ideal.

Secara umum komposisi porsi makan dalam satu kali makan menurut panduan Isi Piringku adalah sebagai berikut:

1. Makanan pokok sebanyak 2/3 dari ½ piring
2. Lauk pauk (sumber protein) sebanyak 1/3 dari ½ piring
3. Buah-buahan sebanyak 1/3 dari ½ piring
4. Sayur-sayuran sebanyak 2/3 dari ½ piring[7]

Berdasarkan uraian di atas, penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam terkait peran orang tua dalam meningkatkan status gizi dan kesehatan anak, yang akan dituangkan dalam sebuah penelitian

[7] Purbowati, Puji Afiatna, and Riva Mustika Anugrah, "Edukasi Gizi Untuk Meningkatkan Kualitas Bekal Makan Anak Usia Prasekolah Di TK Teladan Dharma Wanita Ungaran," *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)* 1161 (2019): 24–29.

berjudul: **"Peran Orang Tua Dalam Meningkatan Gizi dan Kesehatan Untuk Mengatasi Stunting Pada Anak Usia 4-6 Tahun di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo Ambarawa"**

B. Rumusan Masalah

1. Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stunting pada anak usia 4-6 tahun di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo Ambarawa?
2. Bagaimana peran orang tua dalam meningkatkan gizi dan kesehatan untuk mengatasi stunting pada anak usia 4-6 tahun di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo Ambarawa?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui dan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stunting pada anak usia 4-6 tahun di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo Ambarawa

2. Untuk mengetahui dan memahami peran orang tua dalam meningkatkan gizi dan kesehatan untuk mengatasi stunting pada anak usia 4-6 tahun di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo Ambarawa

D. Manfaat Penelitian

Adapun beberapa manfaat dari penelitian ini antara lain:

1. Manfaat Teoritis
    a. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi yang bermanfaat untuk memperluas pengetahuan dan pemahaman mengenai peran orang tua dalam upaya meningkatkan gizi dan kesehatan anak guna mengatasi terjadinya stunting pada anak usia 4-6 tahun.
    b. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan memberikan kontribusi sebagai bahan literatur untuk penelitian-penelitian berikutnya.
2. Manfaat Praktis
    a. Manfaat bagi Puskesmas

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai pertimbangan dalam merumuskan program atau kebijakan untuk mengatasi stunting pada anak usia 4–5 tahun.

b. Manfaat bagi Dinas Kesehatan Kabupaten Semarang

Temuan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi dalam merancang kebijakan serta strategi program kesehatan guna mengatasi permasalahan stunting.

c. Manfaat bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan bahan pertimbangan bagi pihak sekolah dalam merancang program mengatasi stunting pada peserta didik.

d. Manfaat bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mendorong keluarga dan anak untuk

meningkatkan asupan nutrisi sebagai upaya mengatasi stunting.

e. Manfaat bagi Peneliti

Penelitian ini berfungsi sebagai media untuk memperluas pengetahuan dan pemahaman peneliti mengenai peran orang tua dalam meningkatkan status gizi dan kesehatan anak guna mengatasi stunting pada usia 4–6 tahun.

BAB II

PERAN ORANG TUA DALAM MENINGKATKAN GIZI DAN KESEHATAN UNTUK MENGATASI STUNTING PADA ANAK USIA 4-6 TAHUN

A. Deskripsi Teori

1. Peran Orang Tua
    a. Pengertian Peran

        Dari berbagai faktor eksternal yang memengaruhi keberhasilan belajar anak, peran orang tua merupakan yang paling dominan. Orang tua memiliki tanggung jawab utama dalam menyediakan makanan bergizi yang dapat menunjang prestasi akademik anak. Sebagai figur pertama dan utama dalam proses pendidikan formal di sekolah. Menurut Arifin, terdapat tiga bentuk peran penting orang tua dalam mendukung prestasi belajar anak, yaitu:

        1) Memberikan kesempatan seluas-luasnya kepada anak untuk mengenali minat, bakat, dan

potensi lainnya, serta mendorong anak untuk menjalin komunikasi aktif dengan guru dalam rangka memperoleh bimbingan dan arahan.

2) Menyediakan informasi yang relevan dan bermanfaat sesuai dengan bakat dan minat anak.
3) Menyediakan sarana belajar yang memadai serta membantu anak dalam mengatasi kesulitan belajar yang dihadapinya.[8]

Secara Lebih luas, peran orang tua dalam mendukung prestasi akademik anak dapat diklasifikasikan ke dalam beberapa aspek berikut:

1) Seabagi Pengasuh dan pendidik

Orangtua tidak hanya bertugas megajar, tetapi juga

[8] Arifin, *Pokok-pokok Pemikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1992),

melatih ketrampilan dan membentuk sikap mental anak.[9] Dalam kontek ini, mereka berkewajiban memberikan asupan gizi yang cukup serta mendidik anak sesuai dengan potensi dan minatnya. Pendidikan yang diberikan seharusnya tidak didasari atas keinginan atau ambisi pribadi orang tua, melainkan disesuaikan dengan kebutuhan dan kecenderungan anak agar tidak membatasi ruang tumbuh kembangnya secara alami.

2) Sebagai Pembimbing

Bimbingan merupakan rangkaian kegiatan yang dilakuakan untuk membantu

[9] Sardiman, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1996), hal. 72

individu yang sedang mengalami kesulitan, termasuk dalam hal belajar. Orang tua berperan sebagai pembimbing dengan memberikan dukungan emosional, motivasi, serta bantuan praktis agar anak mampu mengatasi hambatan belajar dan mencapai prestasi yang optimal.[10] Dalam konteks ini, peran orangtua sangat penting untuk membimbing anak agar memiliki kebiasaan makan yang baik. Salah satu caranya adalah dengan mengenalkan pola makan sehat sejak usia dini. Anak juga dapat diajak terlibat langsung dalam proses

[10] Sucipto dan Raflis, *Profesi Keorangtuaan*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2000), hal. 109

menyiapkan makanan, seperti menanam sayur, ikut berbelanja bahan makanan, membantu memasak, hingga menyajikan makanan.

3) Sebagai Motivator

Orang tua berperan memberi semangat dan pemahaman kepada anak mengenai pentingnya asupan bergizi, dengan harapan hal ini dapat menunjang prestasi belajar anak. Anak perlu merasa bahwa apa yang disampaikan orang tua memang penting dan bermanfaat. Untuk itu, orang tua harus bisa menjadi sumber motivasi agar anak lebih bersemangat makan, misalnya dengan mengajak anak berbelanja bahan makanan

sehat bersama, atau merencanakan waktu makan bersama keluarga degan menu yang sama.

4) Sebagai Fasilitator

Dalam meningkatkan nafsu makan anak, orang tua menyediakan berbagai fasilitas seperti alat makan dan minum yang lucu atau bergambar karakter yang anak suka. Orang tua sebagai fasilitator turut mempengaruhi tingkat nafsu anak. Bentuk dukungan lain yang tidak kalah pentingnya berkenaan dengan peranan orang tua dalam menambah nafsu makan anak adalah dengan memberikan makanan yang kaya vitamin dan mineral, seperti daging, ayam, telur,

yoghurt, bayam, kacang-kacangan, wortel, dan alpukat.

b. Pengertian Orang Tua

Dalam kamus besar Bahasa Indonesia istilah "Orang tua" diartikan sebagi ayah dan ibu kandung"[11] Dalam bahasa Arab, istilah ini dikenal dengan sebutan *Al-walid*,[12] sementara dalam bahasa Inggris, kata "parent" digunakan untuk menggambarkan ayah maupun ibu, atau kedua orang tua secara umum.[13]

Beberapa pendapat para ahli mengenai pengertian orang tua adalah sebagi berikut:

1) Menurut A. H. Hasanuddin menyatakan bahwa "Orang tua adalah

[11] Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan, Kamus Besar Bahasa Indonesia, Balai Pustaka, Jakarta 1990, 629

[12] Ahmad Warson Munawwir, *Kamus Al-Munawwir Ara Indonesia Terlengkap*, (Surabaya: Pustaka Progresif, 1997) 1580.

[13] Atabih Ali, *Kamus Inggris Indonesia Arab*, (Yogyakarta: Multi Karya Grafika, 2003) 593.

ayah dan ibu yang pertama kali dikenal oleh anak-anak mereka."[14]

2) Menurut Yasin Musthofa berpendapat bahwa, orang tua adalah pihak yang memiliki hak paling besar atas anak dan memikul tanggung jawab utama atas segala aspek kehidupan anak.[15]
3) Menurut Ernie Martsiswati dan Yoyon Suryono menjelaskan bahwa orang tua merupakan bagian dari keluarga yang terdiri atas ayah dan ibu hasil dari pernikahan yang sah, dan memiliki kewajiban untuk mendidik, merawat, serta membimbing anak agar siap menghadapi kehidupan di tengah masyarakat.[16]

---

[14] A.H. Hasanuddin, Cakrawala Kuliah Agama, Al-Ikhlas, Surabaya, 1984, 155.

[15] Yasin Musthofa, *EQ Untuk Anak Usia Dini dalam Pendidikan Islam*, (Yogyakarta: Sketsa, 2007), 73.

[16] Ernie Martsiswati dan Yoyon Suryono, "Peran Orang Tua dan Pendidik Dalam Menerapkan Perilaku Disiplin Terhadap Anak Usia Dini", *Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat*, Vol. 1 No. 2, (November 2014), 190

4) Menurut Mardiyah memperluas pengertian orang tua, tidak hanya terbatas pada ayah dan ibu di lingkungan rumah tangga, tetapi juga mencangkup sosok-sosok pembimbing dan penanggung jawab dalam masyarakat sperti pejabat, pengusaha, tokoh agama, guru dan lainnya.[17]

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa orang tua adalah ayah dan ibu yang terkait dalam pernikahan sah, membentuk sebuah keluarga, dan memiliki peran serta tanggung jawab utama dalam membesarkan anak, membimbing mereka dalam setiap aspek kehidupan hingga mampu hidup mandiri dan berperan dalam masyarakat.

c. Orang Tua Prespektif Islam

[17] Mardiyah, "Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Agama Terhadap Pembentukan Kepribadian Anak", *Jurnal Kependidikan*, Vol. Iii No. 2, (2015), 109-122.

Dalam pandangan pendidikan islam, pendidik adalah sosok yang bertanggung jawab atas proses pembinaan fisik dan pengembangan spiritual peserta didik, dengan tujuan agar mereka mampu menjalankan peran kemanusiaannya sebagai khalifah di bumi dan sebagi hamba Allah ('abdu) sesuai dengan nilai-nilai ajaran Islam.

Sudah menjadi pemahaman umum di kalangan para ahli dan pengamat pendidikan bahwa keluarga merupakan lembaga pertama dan paling penting dalam membentuk kepribadian individu. Pendidikan dalam lingkungan keluarga, yang dilaksanakan oleh orang tua, sering disebut sebagai *al-madrasah al-ula* atau sekolah pertama bagi anak.[18] Pendidikan yang diberikan sejak dini di dalam keluarga menjadi landasan yang kuat bagi

[18] Ramayulis. (2009). *Filsafat Pendidikan Islam*.Jakarta: Kalam Mulia.

perkembangan pendidikan selanjutnya, baik di lingkungan sosial maupun masyarakat luas.

Sebagaimana telah digambarkan oleh Allah swt. dalam Al-Qur'an tentang pentingnya mendidik anak dalam lingkungan keluarga yang tercantum dalam surah An Nisaa' ayat 58

اِنَّ اللّٰهَ يَأْمُرُكُمْ اَنْ تُؤَدُّوا الْاَمٰنٰتِ اِلٰٓى اَهْلِهَاۙ وَاِذَا حَكَمْتُمْ بَيْنَ النَّاسِ اَنْ تَحْكُمُوْا بِالْعَدْلِۗ اِنَّ اللّٰهَ نِعِمَّا يَعِظُكُمْ بِهٖۗ اِنَّ اللّٰهَ كَانَ سَمِيْعًاۢ بَصِيْرًا

"Sesungguhnya Allah menyuruh kamu menyampaikan amanah kepada pemiliknya. Apabila kamu menetapkan hukum di antara manusia, hendaklah kamu tetapkan secara adil. Sesungguhnya Allah memberi pengajaran yang paling baik kepadamu. Sesungguhnya Allah Maha Mendengar lagi Maha Melihat."

Melalui kasih sayang, anak akan berkembang dengan kepribadian yang

utuh dan sehat, sehingga mampu menjadi individu yang baik. Memperhatikan asupan makanan, minuman, serta kesehatannya merupakan langkah penting dalam membentuk manusia yang sehat secara fisik maupun mental, berdasarkan firman Allah SWT :

وَعَلَى الْمَوْلُوْدِ لَهٗ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوْفِۗ

"... Dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara yang baik ... (al-Baqarah /2: 233).

Begitu pentingnya gizi sampai alQur'an menyuruh kepada semua umat manusia untuk selalu memperhatikan makanan terutama makanan yang baik dan mengandung gizi sebagaimana firman Allah:

فَلْيَنْظُرِ الْاِنْسَانُ اِلٰى طَعَامِهٖٓ

"Maka hendaklah manusia memperhatikan makanannya" ('Abasa /80: 24).

Asupan gizi yang tidak mencukupi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan pada bayi serta berdampak negatif bagi kesehatan ibu. Dalam perspektif Islam, terdapat keterkaitan yang erat antara konsumsi makanan halal dan sehat dengan perilaku yang baik. Makanan yang halal dan bergizi tinggi tidak hanya berpengaruh pada kondisi fisik, tetapi juga berperan dalam membentuk kualitas kepribadian anak sebagaimana firman Allah:

يٰٓاَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوْا مِنَ الطَّيِّبٰتِ
وَاعْمَلُوْا صَالِحًاۗ اِنِّيْ بِمَا تَعْمَلُوْنَ عَلِيْمٌۗ

"Wahai rasul, makanlah yang baik dan kerjakanlah amal saleh, sesungguhnya aku maha mengetahui apa yang kamu kerjakan" (al-Mu'minun /23: 51).

Islam memandang laki-laki dan perempuan sebagai setara, tanpa perbedaan dalam derajat. Tidak ada yang lebih unggul antara keduanya kecuali

berdasarkan keutamaan amal perbuatannya sebagaimana firman Allah:

فَاسْتَجَابَ لَهُمْ رَبُّهُمْ اَنِّيْ لَآ اُضِيْعُ عَمَلَ عَامِلٍ مِّنْكُمْ مِّنْ ذَكَرٍ اَوْ اُنْثٰىۚ بَعْضُكُمْ مِّنْۢ بَعْضٍۚ فَالَّذِيْنَ هَاجَرُوْا وَاُخْرِجُوْا مِنْ دِيَارِهِمْ وَاُوْذُوْا فِيْ سَبِيْلِيْ وَقٰتَلُوْا وَقُتِلُوْا لَاُكَفِّرَنَّ عَنْهُمْ سَيِّاٰتِهِمْ وَلَاُدْخِلَنَّهُمْ جَنّٰتٍ تَجْرِيْ مِنْ تَحْتِهَا الْاَنْهٰرُۚ ثَوَابًا مِّنْ عِنْدِ اللّٰهِۗ وَاللّٰهُ عِنْدَهٗ حُسْنُ الثَّوَابِ

"Maka Tuhan mereka memperkenankan permohonannya (seraya berfirman) "sesungguhnya aku tidak menyia-nyiakan amal orang-orang yang beramal diantara kamu, baik laki-laki atau perempuan karena sebagian kamu adalah turunan dari sebagian yang lain…" (Ali Imran /3:195).

d. Peran Orang Tua dalam Pencegahan Stunting

Peran penting untuk memerangi stunting terletak pada pemberdayaan orang tua untuk menyediakan anak-anak mereka dengan makanan bergizi dan lingkungan yang mendukung

pertumbuhan. Ini penting, karena keluarga berfungsi sebagai pengaruh utama pada perkembangan awal seorang anak.

Berdasarkan data dari WHO tahun 2014, sekitar 24,5% anak balita di seluruh dunia mengalami stunting. Kekurangan gizi dan infeksi yang terjadi secara berulang selama periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) menjadi faktor utama penyebab kondisi ini. Sekitar 80% anak yang mengalami stunting berasal dari 14 negara, dengan 48% kasus ditemukan di empat negara utama: Nigeria, Pakistan, Tiongkok, dan Indonesia. Dari 183 negara yang tercatat, Indonesia berada di peringkat kelima dengan jumlah kasus stunting tertinggi. Fakta ini menegaskan betapa pentingnya peran orang tua dalam upaya pencegahan stunting sejak dini.

Menurut (Lestari, C. R., & Saputro, A. A.2022) Pola makan yang kekurangan nutrisi penting seperti protein, zat besi, dan vitamin A merupakan kontributor signifikan terhadap masalah ini. Selain itu, faktor lingkungan yang merugikan, termasuk sanitasi yang tidak memadai dan infeksi berulang, memperburuk risiko stunting, yang menggaris bawahi kebutuhan mendesak untuk intervensi komprehensif.

Dalam karya pentingnya yaitu Teori Ekologi Perkembangan, Bronfenbrenner (1979) menjelaskan berbagai cara yang membentuk perkembangan anak-anak melalui berbagai lapisan lingkungan, dimulai dari keluarga sebagai sistem dasar dan meluas hingga struktur masyarakat dan kebijakan pemerintah. Dalam kerangka tersebut, orang tua memiliki tanggung jawab utama dalam menjamin pemenuhan

kebutuhan dasar anak, khususnya terkait dengan nutrisi yang seimbang dan praktik kebersihan yang layak. Praktik yang diadopsi oleh orang tua seperti memberikan ASI eksklusif, menawarkan makanan pendamping yang bergizi, dan menanamkan kebiasaan gaya hidup sehat sangat penting dalam pencegahan stunting. Lebih jauh lagi, praktik sanitasi keluarga yang efektif, termasuk mencuci tangan dengan sabun secara teratur, akses terhadap air bersih, dan pengelolaan limbah yang tepat, memainkan peran penting dalam membina lingkungan yang sehat bagi anak-anak.

Pola makan yang optimal untuk anak usia dini harus mencakup makanan yang kaya makronutrien dan mikronutrien. Protein hewani dari sumber seperti telur, ikan, daging, dan susu sangat penting untuk mendukung pertumbuhan tulang dan otot anak

(Springmann et al., 2022). Selain itu, makanan nabati seperti sayuran hijau dan kacang-kacangan menyediakan serat dan vitamin yang membantu memperkuat sistem kekebalan tubuh.

Selain pola makan, faktor lingkungan sekitar juga turut berkontribusi terhadap terjadinya stunting. Lingkungan, baik fisik maupun sosial, memiliki peran signifikan dalam memengaruhi risiko stunting. Menurut penelitian Achmad, Hasdiansyah, dan Ashadi (2024), lingkungan fisik mencakup ketersediaan air bersih, fasilitas sanitasi, dan kondisi rumah tangga yang sehat. Sementara itu, lingkungan sosial melibatkan interaksi dalam keluarga, tingkat pendidikan orang tua, serta dukungan dari komunitas.[19]

[19] Ayva Tuzqya Fattikasary et al., "Peran Orang Tua Terhadap Pencegahan Stunting Pada Anak Usia Dini Melalui Perbaikan Pola Makan Dan Lingkungan" 5 (2025): 3703–14.

2. Gizi dan Kesehatan

a. Pengertian Gizi dan Kesehatan

Istilah "gizi" berasal dari bahasa Arab *ghidza*, yang berarti makanan. Ilmu gizi membahas tentang makanan serta kaitannya dengan tubuh manusia. Selain berhubungan dengan aspek kesehatan, gizi juga memiliki keterkaitan dengan potensi ekonomi individu, karena memengaruhi perkembangan otak, kemampuan belajar, dan produktivitas kerja. Pemahaman yang baik tentang gizi akan membantu mahasiswa dalam memahami peran masing-masing zat gizi dalam proses metabolisme tubuh.[20]

Beberapa ahli memberikan definisi mengenai gizi sebagai berikut:

1) Titi Sunardi menyatakan bahwa gizi merupakan suatu kondisi yang berperan dalam memengaruhi proses

[20] M.Kes Wilda Welis, S.P., "Wilda Welis, S.P., M.Kes," *Ilmu Gizi*, 2008.

perubahan berbagai jenis makanan guna mempertahankan kelangsungan hidup.

2) Nirmala Devi, menjelaskan bahwa gizi adalah bagian esensial dari makanan yang berfungsi untuk memelihara dan memperbaiki jaringan tubuh manusia.
3) Lioni Elis H., menjelaskan bahwa gizi merupakan unsur penting yang sangat dibutuhkan tubuh dalam mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan.[21]

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwasannya gizi merupakan makanan yang berguna untuk perkembangan otak, kemampuan belajar, dan produktifitas anak. Gizi juga dapat

[21] Gita Andi Novianti and Parrangan Seprianus, "Diet Makanan Sehat Sesuai Golongan Darah Dengan Pemanfaatan Teknologi Berbasis Mobile," *Jurnal Teknologi Informasi* 10, no. 1 (2022): 1–9.

diartikan sebagai proses tumbuh kembang anak, sehingga gizi diperlukan sejak dini agar tumbuh dan berkembang dengan baik.

Berdasarkan fungsinya dalam tubuh, zat gizi dapat dikelompokkan menjadi tiga jenis utama, yaitu:[22]

1. Sebagai sumber energi, yakni zat yang dapat menghasilkan tenaga.
2. Sebagai zat pembangun yaitu nutrisi yang berperan dalam proses pembentukandan perbaikan jaringan tubuh.
3. Sebagai zat pengatur atau pelindung, yang berfungsi mengatur proses-proses metabolisme dan menjaga fungsi tubuh tetap optimal.

[22] Hanifa N. dan Luthfeni, *Makanan yang sehat*, h. 10

atau pelindung oroses dalam tubuh.

Menurut pendapat Soegeng dan Anne Lies dalam bukunya, fungsi gizi mencakup:[23]

a) Menyediakan energi; apabila fungsi ini terganggu, tubuh menjadi lemas, mudah lelah, dan kurang aktif.
b) Mendukung pertumbuhan tubuh, yakni dengan menambah jumlah sel baru.
c) Memelihara dan memperbaiki jaringan tubuh dengan menggantikan sel-sel yang rusak.
d) Mengatur proses metabolisme serta menjaga keseimbangan cairan tubuh, termasuk air, asam basa, dan mineral.

[23] Soegeng Santoso dan Anne Lies, *Kesehatan dan Gizi*. (Jakarta:PT Rineka Cipta,2009),hlm. 89

e) Berperan dalam sistem kekebalan tubuh sebagai antioksidan dan pembentuk antibodi untuk melawan penyakit.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa gizi memiliki peran vital dalam kehidupan sehari-hari. Zat gizi meliputi karbohidrat, protein, lemak, serat, vitamin, dan mineral**,** yang masing-masing memiliki fungsi tersendiri. Misalnya, karbohidrat **s**ebagai sumber utama energi, protein berfungsi dalam proses pertumbuhan dan perbaikan jaringan**,** serat membantu sistem pencernaan, sedangkan lemak menjadi sumber energi cadangan setelah karbohidrat.

Makanan yang dikonsumsi sehari-hari jika dipilih dengan tepat akan mampu menyediakan semua zat gizi yang dibutuhkan tubuh agar dapat berfungsi

secara normal. Beberapa manfaat utama dari gizi antara lain:[24]

a) Menyediakan energi yang dibutuhkan untuk melakukan berbagai aktivitas.
b) Membantu proses pembentukan sel-sel baru, serta memelihara dan menggantikan sel-sel tubuh yang rusak.
c) Berperan dalam berbagai fungsi vital tubuh, seperti menjaga keseimbangan cairan dalam sel, membentuk sistem kekebalan melalui antibodi, serta mengatur proses oksidasi dalam tubuh.

Berdasarkan poin-poin tersebut, dapat disimpulkan bahwa zat gizi

[24] Mitayani dan Wiwi Sartika, *Buku Saku ilmu Gizi*, (Jakarta:CV. Trans Info Media, 2013),hlm. 45-46.

memiliki peran penting dalam memenuhi kebutuhan tubuh, antara lain menghasilkan energi, memelihara jaringan tubuh, serta mengatur proses metabolisme seperti oksidasi.

Kesehatan, menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), merupakan kondisi sempurna secara fisik, mental, dan sosial, bukan sekadar terbebas dari penyakit, cacat, atau kelemahan. Definisi ini menunjukkan bahwa sehat mencakup keseimbangan dan kesejahteraan di berbagai aspek kehidupan—baik jasmani, rohani, sosial, maupun spiritual. Dalam budaya tradisional, upaya menjaga kesehatan sering dilakukan melalui pantangan dan anjuran dalam berbagai aspek kehidupan sebagai bentuk pencegahan terhadap penyakit.

Sementara itu, menurut Undang-Undang Kesehatan Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009, kesehatan

ditekankan sebagai suatu keadaan seimbang antara kondisi fisik, mental, dan sosial, dengan tujuan mencapai kualitas hidup yang optimal baik secara individu maupun kolektif.[25]

Pengertian kesehatan menurut para ahli:

1) Fertman dan Allensworth menyatakan bahwa kesehatan adalah suatu keadaan sejahtera yang menyeluruh secara fisik, mental, dan sosial, dan bukan sekadar terbebas dari penyakit atau disabilitas.
2) Menurut Bernstein berpendapat bahwa Kesehatan tidak hanya diartikan sebagai kondisi bebas dari kematian dan penyakit, tetapi juga sebagai pencapaian potensi anak secara

[25] Karina Nur Safitri et al., "Pembelajaran Penjasorkes Di Sekolah Dasar: Manfaat Olahraga Untuk Kesehatan Tubuh," *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Ilmu Pendidikan* 3, no. 2 (2024): 44–56, https://doi.org/10.58192/sidu.v3i2.2108.

menyeluruh. Dalam hal ini, memberikan ruang dan kesempatan bagi anak untuk tumbuh dan berkembang secara sehat memiliki nilai yang sama pentingnya dengan upaya penyembuhan atau penanganan terhadap penyakit dan trauma.

3) Menurut Apriliana Kesehatan adalah suatu keadaan di mana seseorang berada dalam kondisi bebas atau terhindar dari penyakit. Kesehatan juga merupakan salah satu elemen penting dalam mendukung pembangunan Sumber Daya Manusia (SDM), termasuk dalam bidang pendidikan.[26]

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kesehatan diambil dari kata "sehat" yang artinya kondisi dimana seseorang ketika diperiksa

[26] Nurmiaty et al., *Kesehatan Dan Gizi*, 2020.

tidak memiliki penyakit atau keluhan apapun. Sehat juga dapat diartikan bahwa kondisi sosial,spiritual maupun kondisi lainnya baik serta perlu dijaga atau dirawat serta dikembangkan.

b. Gizi dan Kesehatan perspektif islam

Memenuhi kebutuhan gizi merupakan tanggung jawab setiap individu dalam upaya menjaga kesehatannya. Hal ini sesuai dengan sabda Nabi Muhammad SAW yang diriwayatkan oleh Al-Bukhari, Ahmad, dan An-Nasa'i: *"Sesungguhnya tubuhmu memiliki hak yang harus engkau penuhi."* Hadis ini menegaskan bahwa setiap orang memiliki kewajiban untuk merawat fisiknya agar dapat menjalankan fungsinya dengan baik. Bagi umat Islam, persoalan makanan tidak hanya dipandang sebagai urusan duniawi yang bersifat *mubah* (boleh), tetapi juga dapat bernilai *fardu 'ain* (kewajiban individu) dan *fardu kifayah* (kewajiban

kolektif). Makanan merupakan salah satu sumber kenikmatan dan kebahagiaan manusia, sementara kekurangannya dapat menyebabkan penderitaan. Islam mengajarkan bahwa makan dengan benar adalah bagian dari usaha memberikan energi bagi tubuh agar dapat bergerak dan tetap terlindungi dari berbagai penyakit. Namun, konsumsi makanan harus dilakukan secara seimbang, tidak berlebihan dan tidak pula kekurangan. Pola makan yang berlebihan dapat mengganggu proses pencernaan dan penyerapan zat gizi, yang pada akhirnya bisa merusak sel-sel tubuh. Sebaliknya, asupan yang terlalu sedikit dapat memperlambat pertumbuhan, memperlemah fungsi tubuh, dan menghambat perlindungan jaringan.

Dalam ajaran Islam, seseorang tidak diperbolehkan mengonsumsi makanan secara sembarangan hanya

berdasarkan selera, tanpa memperhatikan aturan yang telah ditetapkan. Al-Qur'an menetapkan bahwa makanan yang dikonsumsi harus memenuhi dua syarat utama, yaitu halal dan thayyib (baik), serta dikonsumsi dalam jumlah yang proporsional tidak berlebihan dan tidak kekurangan. Makanan yang halal dan thayyib adalah makanan yang aman, menyehatkan, dan memberikan manfaat bagi tubuh. Jenis-jenis makanan yang dianjurkan dalam Islam mencakup pangan nabati seperti kurma, biji-bijian, sayur-mayur, dan buah-buahan, serta pangan hewani seperti daging hewan darat, ikan laut, susu, dan madu. Dengan petunjuk Al-Qur'an tersebut, konsep gizi yang dikenal masyarakat sebagai "empat sehat lima sempurna" dapat disempurnakan menjadi "lima sehat enam sempurna", yakni mencakup makanan pokok, sayuran, lauk-pauk, buah-buahan, susu, serta tambahan

unsur penting berupa madu semuanya dalam kerangka halal dan thayyib. Prinsip ini menunjukkan bahwa Islam tidak hanya menekankan aspek kehalalan makanan, tetapi juga kualitas dan kuantitas gizinya. Kedua aspek ini sangat penting karena kelebihan maupun kekurangan zat gizi dapat menyebabkan berbagai gangguan kesehatan dan berdampak langsung pada kemampuan seseorang dalam menjalankan ibadah.[27]

Islam memberikan perhatian besar terhadap kesehatan, salah satunya dengan mendorong umatnya untuk menjaga dan memelihara kondisi tubuh yang sehat. Anjuran ini dapat diwujudkan melalui dua pendekatan, yaitu preventif (pencegahan penyakit) dan represif (pengobatan atau

[27] Wiwik Widiyati, "Makanan Dan Gizi Dalam Perspektif Islam Dan Kesehatan," *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan* 1, no. 4 (2023): 150–62, https://doi.org/10.61132/corona.v1i4.124.

penyembuhan penyakit). Dalam pendekatan preventif, Islam sangat menekankan pentingnya menjaga kebersihan sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan. Rasulullah saw bersabda:

نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس
الصحة والفراغ

"Dua kenikmatan yang sering dilupakan oleh kebanyakan manusia adalah kesehatan dan waktu luang." (HR. Al-Bukhari: 6412, at-Tirmidzi: 2304, Ibnu Majah: 4170)

Dalam keterangan hadits yang lain, Rasulullah saw bersabda:

اللَّهُمَّ إِنِّى أَعُوذُ بِكَ مِنْ زَوَالِ نِعْمَتِكَ وَتَحَوُّلِ عَافِيَتِكَ وَفُجَاءَةِ نِقْمَتِكَ وَجَمِيعِ سَخَطِكَ

" *Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari hilangnya kenikmatan yang telah Engkau berikan, dari berubahnya kesehatan yang telah Engkau*

anugerahkan, dari siksa-Mu yang datang secara tiba-tiba, dan dari segala kemurkaan-Mu ” (HR. Muslim no. 2739).

Dari hadis yang telah disampaikan, dapat dipahami bahwa terdapat dua nikmat besar yang sering dilupakan oleh manusia, yaitu nikmat sehat dan nikmat waktu luang. Kedua karunia ini diberikan oleh Allah Swt kepada hamba-Nya, namun sering kali tidak disyukuri dengan baik. Sungguh merugilah seorang hamba yang lalai dalam mensyukuri nikmat tersebut. Oleh karena itu, sudah sepantasnya kita selalu bersyukur kepada Allah Swt atas kesehatan dan kesempatan waktu senggang yang masih kita miliki. Hadis ini mengajarkan kepada kita pentingnya menjaga kesehatan agar dapat menjalankan perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya sesuai dengan tuntunan yang telah ditetapkan dalam Al-Qur’an dan Hadis. Selain itu, kita juga diarahkan

untuk memanfaatkan waktu luang dalam kegiatan yang bermanfaat, seperti berdzikir, beristighfar, serta melakukan amal kebaikan lainnya sebagai bentuk penghambaan diri kepada Allah Swt.

Dalam kehidupan sehari-hari, kita kerap mendengar atau mengucapkan ungkapan *"sehat wal'afiat."* Menurut Quraish Shihab dalam bukunya *Wawasan al-Qur'an*, istilah *'afiat* dalam bahasa Arab merujuk pada bentuk perlindungan dari Allah kepada hamba-Nya terhadap berbagai bencana dan tipu daya. Namun, perlindungan ini hanya akan diberikan kepada mereka yang benar-benar menaati dan mengikuti petunjuk-Nya.Lebih lanjut, *'afiat* juga dapat dimaknai sebagai kondisi di mana seluruh anggota tubuh manusia berfungsi sebagaimana tujuan penciptaannya. Sedangkan *sehat* merujuk pada keadaan tubuh yang baik dan prima secara keseluruhan.

Sebagai umat Muslim, sudah semestinya kita menjadikan Al-Qur'an sebagai panduan utama dalam menjalani setiap aspek kehidupan. Al-Qur'an memuat banyak ayat yang mengajak kita untuk berpikir, membaca, dan merenungi tanda-tanda kebesaran Allah yang tersebar di seluruh jagat raya. Segala hal di sekitar kita merupakan bukti nyata dari keagungan-Nya. Namun demikian, tidak semua orang mampu menyadari dan memahami kebesaran Allah, karena dalam hati mereka terdapat penyakit yang menghalangi pemahaman tersebut, sebagaimana disebutkan dalam ayat berikut:

فِى قُلُوبِهِم مَّرَضٌ فَزَادَهُمُ ٱللَّهُ مَرَضًا ۖ وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌۢ بِمَا كَانُوا۟ يَكْذِبُونَ

Artinya:" Dalam hati mereka ada penyakit, lalu ditambah Allah penyakit-nya; dan bagi mereka siksa yang pedih, disebabkan mereka berdusta".

Al-Qur’an memuat berbagai penjelasan mengenai jenis-jenis penyakit hati yang dapat menimpa manusia. Selain itu, Al-Qur’an juga memberikan arahan agar manusia menjaga kelestarian lingkungan dan kebersihan tempat tinggal, agar terhindar dari sumber penyakit seperti kuman dan bakteri. Di dalamnya juga terdapat anjuran untuk menghindari makanan dan minuman yang dapat membahayakan kesehatan, serta petunjuk mengenai cara merawat dan mengobati diri ketika mengalami sakit. Karena peran pentingnya dalam memberikan arahan hidup yang sehat, Al-Qur’an menyebut dirinya sebagai "penyembuh penyakit" (syifā’), yang oleh umat Islam dipahami sebagai petunjuk yang membawa manusia pada kesehatan spiritual, psikologis, dan fisik. Meskipun Al-Qur’an bukanlah buku medis atau panduan kesehatan secara ilmiah, namun sebagai kitab petunjuk, ia

membimbing manusia menuju keselamatan hidup di dunia dan akhirat. Salah satu bentuk petunjuk tersebut adalah ajaran tentang bagaimana menjalani kehidupan yang sehat, agar manusia dapat beraktivitas dan menjalankan ibadah dengan optimal.[28]

c. Pentingnya gizi dan kesehatan

Kerja sama antara orang tua dan guru memiliki peranan yang sangat penting dalam mendukung optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan anak. Layanan tersebut hanya dapat diberikan secara efektif apabila kedua belah pihak memiliki pengetahuan dan pemahaman yang memadai mengenai aspek kesehatan gizi, serta stimulasi psikososial yang sesuai dengan tahap perkembangan anak. Pendidikan kesehatan yang diterapkan tidak semata-mata bertujuan untuk

[28] Wiwik Widiyati.

meningkatkan pertumbuhan fisik dan perkembangan mental anak, tetapi juga berfokus pada bagaimana mengembangkan dan mengoptimalkan potensi yang dimiliki oleh anak usia dini secara menyeluruh.

Kesehatan merupakan salah satu aspek utama yang sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak. Ketika anak berada dalam kondisi kesehatan yang kurang optimal, hal tersebut dapat berdampak negatif pada berbagai aspek perkembangan serta menghambat aktivitas yang seharusnya dijalankan. Salah satu langkah penting dalam menjaga kesehatan anak adalah dengan memperhatikan kandungan gizi dalam makanan yang dikonsumsinya. Status gizi yang baik menjadi salah satu faktor kunci dalam mendukung keberhasilan anak dalam proses pembelajaran. Kekurangan nutrisi, terutama pada tahun-tahun awal

kehidupan, dapat berdampak pada penurunan kemampuan konsentrasi, daya ingat, dan fungsi kognitif anak secara keseluruhan.

Gizi memegang peranan penting bagi anak usia dini karena berkontribusi secara langsung terhadap pertumbuhan, perkembangan, kesehatan, serta kesejahteraan anak di masa depan. Usia dini merupakan periode yang sangat tepat untuk mulai membiasakan pola konsumsi gizi yang baik dan seimbang. Penerapan gizi pada masa ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, serta perilaku sehari-hari yang berkaitan dengan asupan gizi anak. Gizi atau nutrisi merupakan unsur esensial yang sangat dibutuhkan tubuh, terutama dalam mendukung proses pertumbuhan fisik, perkembangan sistem saraf dan otak, serta dalam membentuk tingkat intelektualitas dan kecerdasan individu. Pemenuhan

kebutuhan nutrisi secara optimal menjadi faktor kunci dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan anak yang sesuai dengan potensi genetik yang dimilikinya. Secara umum, pertumbuhan merujuk pada perubahan ukuran tubuh yang bersifat fisik dan struktural, seperti bertambahnya tinggi dan berat badan. Sementara itu, perkembangan mengacu pada peningkatan kemampuan struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks, termasuk aspek motorik, kognitif, serta emosional anak.

Gizi merupakan salah satu faktor esensial yang sangat dibutuhkan dalam proses pertumbuhan fisik, perkembangan sistem saraf dan otak, serta dalam pembentukan intelektualitas dan kecerdasan manusia. Pemenuhan kebutuhan zat gizi (nutrien) berperan sebagai komponen utama untuk mendukung tumbuh kembang anak agar dapat berjalan optimal sesuai dengan

potensi genetik yang dimilikinya. Secara definisi, gizi adalah proses biologis yang terjadi dalam tubuh organisme, di mana makanan yang dikonsumsi secara normal diolah melalui tahapan pencernaan (digesti), penyerapan (absorbsi), transportasi, penyimpanan, metabolisme, hingga pengeluaran zat yang tidak dibutuhkan. Proses ini bertujuan untuk mempertahankan kelangsungan hidup, mendukung pertumbuhan, menjaga fungsi normal organ-organ tubuh, serta menghasilkan energi yang diperlukan untuk aktivitas sehari-hari.

Setiap hari, anak-anak memerlukan asupan gizi seimbang yang mencakup karbohidrat, lemak, protein, vitamin, dan mineral. Nutrisi ini diperoleh melalui makanan yang dikonsumsi dan berperan penting dalam mendukung pertumbuhan otak (intelegensia) serta perkembangan fisik anak.Untuk menilai

status gizi dan kondisi kesehatan anak secara menyeluruh, dapat dilakukan melalui pengamatan terhadap penampilan umum seperti berat dan tinggi badan, serta indikator lainnya seperti kondisi fisik, kemampuan motorik, fungsi tubuh, emosi, dan kognisi.Berdasarkan pengukuran antropometri, anak yang sehat akan menunjukkan peningkatan usia yang sejalan dengan pertambahan berat dan tinggi badan. Hal ini berkaitan erat dengan kecukupan asupan makronutrien serta zat gizi mikro penting seperti kalsium, magnesium, fosfor, vitamin D, yodium, dan seng.[29]

Pemberian asupan nutrisi dan perhatian terhadap perkembangan anak mencerminkan kesadaran akan pentingnya

[29] Juairia Juairia et al., "Kesehatan Diri Dan Lingkungan : Pentingnya Gizi Bagi Perkembangan Anak," *Jurnal Multidisipliner Bharasumba* 1, no. 03 (2022): 269–78, https://doi.org/10.62668/bharasumba.v1i03.199.

status gizi yang baik serta pertumbuhan yang optimal bagi anak. Hal ini sejalan dengan teori perilaku kesehatan yang dikemukakan oleh Lawrence Green, yang menyatakan bahwa berbagai faktor memengaruhi tingkat kesehatan individu maupun masyarakat, salah satunya adalah perilaku dan gaya hidup. Oleh karena itu, asupan gizi memiliki peran krusial dalam perkembangan anak. Kekurangan pemberian nutrisi yang tepat dapat menyebabkan status gizi anak menjadi kurang terpenuhi, yang sering kali disebabkan oleh minimnya perhatian orang tua terhadap kebutuhan gizi anak. Dengan demikian, pemberian asupan nutrisi yang lengkap dan seimbang sangat penting untuk menjaga kesehatan anak serta memastikan pertumbuhan dan perkembangan yang optimal Berikut ini beberapa manfaat pemberian asupan gizi yang terbaik bagi anak, antara lain:

a) Menjaga dan memelihara kesehatan gizi memiliki keterkaitan yang erat dengan kesehatan dan peningkatan kualitas hidup seseorang. Asupan gizi yang baik berperan penting dalam mengoptimalkan fungsi tubuh, sekaligus mencegah berbagai penyakit serta mendukung proses pemulihan atau pengobatan ketika seseorang sakit.
b) Meningkatkan sistem kekebalan tubuh sistem imun anak berkembang berdasarkan asupan gizi yang diterimanya sejak masa awal kehidupan. Nutrisi yang cukup sangat dibutuhkan untuk pembentukan sel-sel kekebalan yang bertugas melawan

berbagai virus dan penyakit yang dapat mengancam kapan saja. Dengan kondisi ini, anak menjadi lebih tahan terhadap penyakit dan kesehatannya tetap terjaga.

c) Sumber energi tubuh memerlukan energi yang cukup untuk melakukan berbagai aktivitas, bergerak, dan berpikir secara optimal. Energi ini diperoleh dari asupan gizi yang dikonsumsi setiap hari.[30]

d. Ciri anak terpenuhi gizinya dan sehat

Anak memiliki hak atas kesehatan sebagai bagian penting dalam proses tumbuh kembangnya yang akan memengaruhi masa depannya. Anak yang sehat biasanya tampak ceria dan penuh

[30] Tirta Dimas, Wahyu Negara, and Fadhila Albadi, "Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo ' Gizi Untuk Anak Usia Dini ' Tahun 202 3," *Gizi Untuk Anak Usia Dini*, 2023.

semangat. Selain itu, indikator anak yang sehat meliputi berbagai aspek, seperti kondisi fisik, mental, dan sosial yang optimal. Berdasarkan keterangan dari Departemen Kesehatan Republik Indonesia tahun 2014, karakteristik anak yang sehat dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Kondisi mulut dalam keadaan bersih, gusi sehat tanpa mudah berdarah, bebas dari bau tidak sedap, dan tidak mengalami sariawan.
2. Gigi dalam keadaan bersih, tidak mengalami rasa sakit, dan bebas dari kerusakan seperti lubang gigi.
3. Bibir dan lidah tampak sehat, berwarna segar, tidak pucat, serta tidak kering atau pecah-pecah.

4. Mata terlihat jernih dan bercahaya, tanpa tanda-tanda kemerahan, pembengkakan, rasa gatal, atau nyeri.
5. Hidung dalam kondisi bersih dan tidak mudah mengalami mimisan.
6. Telinga terjaga kebersihannya, tidak berbau, tidak mengeluarkan cairan, dan tidak menimbulkan rasa sakit.
7. Leher tampak bersih, bebas dari sisik, benjolan, bercak putih, panu, kurap, ataupun rasa gatal.
8. Tangan dan kuku dalam keadaan bersih dan terawat, dengan kuku yang dipotong pendek serta kulit yang bebas dari sisik, luka, bisul, maupun koreng.

9. Rambut dalam keadaan bersih dan mengilap, tidak terlihat kusam atau kotor, serta bebas dari ketombe dan kutu.
10. Seluruh tubuh tampak bersih dengan kulit yang halus, tanpa luka, sisik, bisul, koreng, atau bercak putih.
11. Kaki dalam kondisi bersih, kuku pendek dan putih, serta kulit tidak bersisik dan bebas dari luka, bisul, koreng, atau bercak putih.

Sementara itu, ciri-ciri anak sehat dapat dilihat dari status gizi dan tingkat perkembangan mereka, yang meliputi beberapa aspek berikut:

1. Pertumbuhan anak seimbang, tidak terlalu gemuk maupun terlalu kurus, dengan status gizi yang baik ditandai berat badan

dan tinggi badan yang sesuai dengan usianya.

2. Perkembangan anak berjalan sesuai dengan usianya, termasuk kemampuan motorik, kognitif, afektif, serta kemampuan bersosialisasi dan kemandirian yang tidak mengalami keterlambatan.
3. Anak menunjukkan aktivitas yang lincah dan ceria, tidak tampak lemas, mudah marah, atau murung.
4. Anak dapat beradaptasi dengan lingkungan dengan baik, suasana hatinya stabil, tidak pilih-pilih, dan tidak menunjukkan gangguan mental atau perilaku.
5. Anak dalam kondisi sehat tanpa menderita penyakit apapun, seperti batuk, pilek,

diare, atau masalah pada telinga, mata, dan kulit.[31]

Terdapat beberapa hal penting yang harus diperhatikan terkait kesehatan anak menurut indikator dari Depkes, di mana anak yang sehat memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

a) Berat badan anak meningkat sesuai dengan garis pertumbuhan pada pita warna hijau di Kartu Menuju Sehat (KMS), atau bahkan naik ke pita warna yang lebih tinggi.
b) Anak mengalami pertambahan tinggi badan.

[31] Annggi Pratami Dewi, "Peran Pendidik Dalam Pemeliharaan Kesehatan Anak Usia Dini," *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana Universitas Negeri Semarang*, 2022, 98.

c) Kemampuan anak berkembang sesuai dengan usianya.
d) Anak jarang mengalami sakit.
e) Anak tampak ceria, aktif, dan gesit.

Menurut Isna Afifah Azizi, salah satu aspek penting yang perlu dikembangkan pada anak adalah kemampuan bahasa. Bahasa berfungsi sebagai alat komunikasi yang memungkinkan seseorang untuk berinteraksi, bertukar pikiran, dan memenuhi kebutuhannya. Hal yang sama berlaku bagi anak-anak, di mana mereka memerlukan orang lain untuk mengekspresikan perasaan dan pikiran mereka melalui bahasa. Seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan anak, kemampuan berbahasa mereka akan

semakin berkembang baik dari segi jumlah kosakata, cakupan penggunaan, maupun tingkat kerumitannya. Anak yang sehat memiliki ciri-ciri yang dapat dilihat dari berbagai aspek, yaitu fisik, psikis, dan sosial, yang akan dijelaskan lebih lanjut sebagai berikut :

a) Dari aspek fisik, anak menunjukkan kondisi tubuh yang sehat dengan pertumbuhan jasmani yang berlangsung secara normal.
b) Dari sisi psikologis, anak dengan kondisi jiwa yang sehat akan berkembang secara alami, disertai peningkatan kecerdasan berpikir dan kepekaan emosional.
c) Dari aspek sosial**,** anak terlihat aktif, ceria, lincah, serta mampu

beradaptasi dengan mudah terhadap lingkungan sekitarnya.[32]

Berdasarkan berbagai pendapat yang telah disampaikan, dapat disimpulkan bahwa indikator anak yang sehat dan memiliki status gizi yang baik dapat diklasifikasikan ke dalam tiga kelompok utama, yaitu:

1. Kesehatan Fisik: Kondisi tubuh anak berada dalam keadaan bugar dan menunjukkan pertumbuhan jasmani yang optimal.
2. Kesehatan Mental atau Psikologis: Anak memiliki stabilitas emosi, perkembangan intelektual yang sesuai usia, serta perasaan yang peka dan seimbang.
3. Kesehatan Sosial: Anak mampu berinteraksi dengan baik, ceria,

[32] Dimas, Negara, and Albadi, "Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo ' Gizi Untuk Anak Usia Dini ' Tahun 202 3."

aktif, dan mudah menyesuaikan diri dalam lingkungan sosialnya.

e. Menu makan yang bergizi untuk anak usia 4-5 tahun

Pada usia ini, anak sebaiknya sudah mengikuti pola makan keluarga, yaitu makan tiga kali sehari (sarapan, makan siang, dan makan malam) serta dua kali makanan selingan. Porsi makan yang diberikan umumnya setengah dari porsi orang dewasa. Saat anak memasuki usia satu tahun, laju pertumbuhan mulai melambat dan seringkali muncul masalah seperti sulit makan. Di sisi lain, aktivitas anak mulai meningkat, terutama karena banyak bermain, sehingga makan pun terkadang dilakukan sambil bermain. Meskipun begitu, akan lebih ideal jika anak diajak makan bersama seluruh anggota keluarga dengan membiasakan duduk bersama di meja makan. Adapun beberapa hal penting yang perlu

diperhatikan dalam memberikan makanan untuk anak usia 4–5 tahun antara lain:

a) Sajikan makanan yang beragam setiap harinya, termasuk sumber karbohidrat, lauk-pauk, sayur, dan buah. Usahakan untuk mengganti-ganti jenis protein agar kebutuhan gizi anak terpenuhi secara seimbang.
b) Gunakan berbagai metode pengolahan makanan agar anak tetap mendapatkan nutrisi dari bahan makanan tertentu, misalnya jika anak tidak menyukai bayam, bayam bisa dicampurkan ke dalam telur dadar.
c) Pastikan anak minum air putih setiap kali selesai makan.
d) Hindari memberikan camilan terlalu dekat dengan waktu makan utama agar anak tetap memiliki nafsu makan.

e) Saat anak berusia dua tahun, mulai ajarkan manfaat dari makanan yang dikonsumsi, agar anak lebih memahami dan mengurangi rasa enggan terhadap makanan tertentu.[33]

Contoh menu makan yang bergizi untuk anak usia 4-5 tahun :

a) Pada hari Senin, anak diberikan menu berupa nasi putih dengan tumisan kacang panjang, wortel, dan telur. Menu ini mengandung karbohidrat dari nasi putih, lemak dari minyak sayur yang digunakan dalam proses menumis, vitamin dari kacang panjang dan wortel, serta protein dari telur.

[33] Juairia et al., "Kesehatan Diri Dan Lingkungan : Pentingnya Gizi Bagi Perkembangan Anak."

b) Di hari Selasa, menu yang diberikan adalah bubur ayam, yang mengandung berbagai zat gizi seperti karbohidrat, protein, lemak, dan mineral.
c) Hari Rabu, anak disajikan sup sayur yang kaya akan vitamin dan mineral.
d) Pada hari Kamis, menu terdiri dari bubur kacang hijau yang merupakan sumber protein nabati.
e) Hari Jumat, anak diberi nasi putih dengan tumisan tahu dan tempe yang mengandung karbohidrat, protein, serta lemak.
f) Di hari Sabtu, menu yang disediakan adalah nasi putih dengan sayur bening bayam dan wortel, yang

mengandung karbohidrat serta vitamin.

3.Stunting

a. Pengertian

Stunting, menurut Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021, adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis serta infeksi berulang. Anak yang mengalami stunting ditandai dengan tinggi badan atau panjang badan yang berada di bawah standar yang telah ditetapkan oleh kementerian yang berwenang di bidang kesehatan. Selain itu, menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, stunting pada anak dapat diukur dengan menggunakan nilai z-score, yang menunjukkan perbandingan tinggi badan anak dengan standar pertumbuhan anak seumurannya. Anak yang memiliki z-score

kurang dari -2.00 SD dikategorikan sebagai stunted (stunting ringan), sementara anak yang memiliki z-score kurang dari -3.00 SD digolongkan sebagai severely stunted (stunting berat). Stunting berdampak pada pertumbuhan fisik dan perkembangan otak anak, yang jika tidak segera ditangani, dapat menyebabkan masalah jangka panjang, baik dalam hal kesehatan fisik, intelektual, maupun sosial anak tersebut.

Berdasarkan penjelasan yang ada, stunting memang merupakan masalah kesehatan yang sangat penting untuk diperhatikan, terutama di Indonesia. Stunting terjadi akibat kekurangan gizi kronis pada masa-masa pertumbuhan anak, yang mengakibatkan anak tidak dapat mencapai tinggi badan yang seharusnya sesuai dengan usia mereka. Meskipun anak yang mengalami stunting bisa terlihat proporsional, mereka sering

kali lebih pendek dibandingkan dengan teman sebayanya, dan hal ini sangat berpengaruh pada kesehatan serta perkembangan fisik dan otaknya. Angka 21,6% stunting yang tercatat dalam Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan bahwa masalah ini masih sangat nyata di Indonesia. Bahkan angka tersebut masih cukup jauh dari target yang telah ditetapkan dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN), yang menargetkan prevalensi stunting sebesar 19% pada tahun 2024. Hal ini menunjukkan bahwa upaya untuk mengurangi angka stunting perlu lebih ditingkatkan lagi. Stunting menjadi masalah utama dalam gizi buruk di Indonesia, lebih tinggi dibandingkan dengan masalah gizi lainnya seperti gizi kurang, kurus, dan gemuk. Ini menjadi tantangan besar karena stunting tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik,

tetapi juga pada perkembangan intelektual, kemampuan kognitif, dan kesejahteraan sosial anak-anak di masa depan. Penyebab utama stunting antara lain adalah kekurangan gizi pada ibu hamil, kurangnya asupan gizi pada anak usia dini, kurangnya akses terhadap layanan kesehatan yang berkualitas, serta penyakit infeksi berulang yang mengganggu penyerapan gizi dalam tubuh anak. Untuk itu, penting dilakukan upaya intervensi melalui peningkatan asupan gizi, pemberian makanan bergizi, kesehatan ibu hamil, dan pendidikan tentang pola hidup sehat di kalangan keluarga dan masyarakat.[34]

Berikut ini adalah beberapa pengertian stunting menurut para ahli :

[34] Aulia Fatriansyah et al., "ARRUS Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Is Licensed under an Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0)," *ARRUS Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 2, no. 2 (2023): 2964–1195.

1) Menurut United Nations Children's Emergency Fund (UNICEF): Stunting merupakan suatu kondisi yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan balita yang lebih rendah dibandingkan dengan standar tinggi badan anak seusianya. Keadaan ini diukur berdasarkan parameter dari WHO, di mana tinggi atau panjang badan anak berada di bawah minus dua standar deviasi dari median standar pertumbuhan anak.[35]
2) Menurut World Health Organization (WHO): Stunting adalah kondisi gagal pertumbuhan linier pada anak-anak yang mencerminkan kekurangan gizi kronis dan defisiensi nutrisi dalam jangka waktu yang lama, kondisi ini

[35] 2019) Wardani(2017Kristianinsi, "Fakultas Kedokteran Universitas Andalas," *Jurnal Fakultas Kedokteran Universitas Andalas 1* 11, no. 7 (2018): 6–9, http://scholar.unand.ac.id/61716/2/2. BAB 1 (Pendahuluan).pdf.

menyebabkan anak memiliki tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan dengan standar tinggi badan sesuai usianya.

3) Menurut para ahli gizi: Stunting adalah penurunan pertumbuhan anak yang tercermin dalam pengukuran tinggi badan yang kurang dari standar usia yang ditetapkan. Hal ini disebabkan oleh kurangnya asupan nutrisi yang cukup selama masa pertumbuhan anak, yang dapat mengganggu perkembangan fisik dan kognitifnya.
4) Menurut para ahli kesehatan anak: Stunting adalah bentuk gangguan pertumbuhan yang mengindikasikan bahwa anak tidak tumbuh sesuai dengan potensinya. Hal ini seringkali disebabkan oleh faktor-faktor nutrisi

yang tidak memadai selama periode pertumbuhan awal anak.[36]

Berdasarkan beberapa pendapat di atas maka stunting adalah kondisi dimana anak secara fisiknya terganggu akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang. Oleh karena itu penanganan dan pencegahan stunting sangat penting agar kesejahteraan anak-anak di Indonesia meningkat.

b. Penyebab terjadinya stunting

Menurut Sulistyaningsih, Panunggal, dan Murbawani, penyebab stunting pada anak secara umum dapat diklasifikasikan menjadi dua, yaitu penyebab langsung dan tidak langsung. Penyebab langsung meliputi rendahnya

[36] Hasna Nurfaidah, Repa Nurlaela, and Regi Refian Garis, "Strategi Komunikasi Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Terhadap Perangkat Daerah Dalam Mengatasi Stunting Di Kabupaten Ciamis," *Aplikasi Administrasi: Media Analisa Masalah Administrasi* 26, no. 2 (2023): 113–23, https://doi.org/10.30649/aamama.v26i2.208.

asupan zat gizi, faktor genetik, serta infeksi yang dialami anak. Zat gizi yang dibutuhkan tubuh terbagi menjadi makronutrien dan mikronutrien. Sejumlah penelitian mengungkapkan bahwa kekurangan makronutrien seperti protein, serta mikronutrien seperti zat besi (Fe), seng (Zn), kalsium (Ca), vitamin D, A, dan C, berkontribusi terhadap terjadinya stunting. Selain itu, faktor hormonal, khususnya hormon tiroid, juga memiliki peran penting dalam proses pertumbuhan anak. Faktor keturunan pun dapat memengaruhi, di mana orang tua bertubuh pendek berisiko menurunkan postur tubuh yang serupa kepada anak-anaknya.

Faktor penyebab tidak langsung dari stunting antara lain mencakup tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi, pola pengasuhan yang dilakukan oleh orang tua, kondisi ekonomi keluarga, serta akses terhadap layanan kesehatan. Pendapatan

keluarga yang rendah merupakan salah satu ciri dari kondisi kemiskinan, yang berdampak pada terbatasnya kemampuan untuk memperoleh makanan bergizi, fasilitas sanitasi yang memadai, serta akses terhadap layanan kesehatan dasar.

Menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes) tahun 2018, stunting pada balita merupakan masalah gizi kronis yang disebabkan oleh berbagai faktor. Keterkaitan antara faktor-faktor penyebab stunting dapat dijelaskan melalui tiga lapisan penyebab, yaitu akar masalah, penyebab tidak langsung, dan penyebab langsung. Akar masalah mencakup keterbatasan akses terhadap pelayanan kesehatan, keuangan, serta sumber daya manusia (SDM), selain itu juga melibatkan faktor sosial, budaya, ekonomi, dan politik. Layanan pemerintah yang tidak memadai dalam sektor pendidikan, kesehatan, sosial, dan ekonomi menjadi

penyebab tidak langsung terjadinya stunting. Penelitian oleh Choirunisa (2014) menunjukkan bahwa semakin tinggi alokasi dana untuk sektor kesehatan, maka semakin rendah prevalensi gizi buruk pada masyarakat. Aridiyah, Rohmawati, dan Ririanty menambahkan bahwa di beberapa daerah perdesaan, terdapat nilai budaya yang masih melekat yang berkontribusi pada stunting, seperti kebiasaan pantangan makan bagi ibu hamil dan pola makan yang kurang tepat pada balita.

Faktor penyebab tidak langsung terjadinya stunting meliputi ketidakstabilan ketersediaan pangan di rumah tangga, pola asuh yang kurang tepat, serta pelayanan kesehatan dan sanitasi lingkungan rumah yang kurang memadai. Pendapatan yang rendah berdampak pada kemampuan keluarga dalam memenuhi kebutuhan pangan dan

sarana sanitasi yang layak. Selain itu, kurangnya pelayanan kesehatan yang optimal juga memengaruhi kesehatan ibu selama masa kehamilan. Aspek penting yang harus diperhatikan pada ibu hamil meliputi status gizi, kadar hemoglobin (Hb) dalam darah, serta asupan gizi yang cukup. Kondisi kesehatan ibu hamil yang kurang baik berpotensi memengaruhi kesehatan dan pertumbuhan janin yang dikandungnya.

Status gizi pada ibu hamil dapat dipantau melalui pengukuran Lingkar Lengan Atas (LiLA). Apabila hasil pengukuran menunjukkan kurang dari 23,5 cm, maka ibu hamil tersebut berisiko mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK). Kondisi KEK pada ibu hamil meningkatkan kemungkinan melahirkan bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) hingga tujuh kali lipat dibandingkan dengan ibu yang tidak

mengalami KEK. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rahayu, Yulidasari, Putri, dan Rahman, BBLR merupakan faktor risiko paling signifikan dalam menyebabkan stunting pada anak.

Faktor penyebab langsung stunting meliputi asupan makanan yang tidak mencukupi dan adanya penyakit infeksi pada balita. Kekurangan zat gizi pada bayi dan balita bisa terjadi karena bayi tidak mendapatkan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) saat lahir dan tidak mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) eksklusif hingga usia 6 bulan. Beberapa penyakit yang dapat memicu stunting pada bayi antara lain Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), asma, diare, infeksi saluran pernapasan atas (ISPA), serta kelainan tubuh.[37]

[37] Aeda Ernawati, "Gambaran Penyebab Balita Stunting Di Desa Lokus Stunting Kabupaten Pati," *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK* 16, no. 2 (2020): 77–94, https://doi.org/10.33658/jl.v16i2.194.

c. Dampak Stunting

Stunting memiliki dampak yang signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan. Kondisi ini menimbulkan kerugian tidak hanya bagi individu, tetapi juga bagi keluarga, masyarakat, hingga negara. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, dampak stunting secara umum terbagi menjadi dua kategori, yaitu dampak jangka pendek yang muncul dalam waktu relatif cepat, dan dampak jangka panjang yang baru terlihat setelah waktu tertentu. Dampak stunting yang dapat segera terlihat antara lain:

1) Meningkatnya angka kesakitan dan kematian pada anak.
2) Perkembangan anak yang terhambat, terutama dalam aspek kognitif, motorik, dan verbal.
3) Bertambahnya pengeluaran keluarga untuk biaya

pengobatan dan pelayanan kesehatan.

Sementara itu, dampak jangka panjang dari stunting meliputi:

1. Postur tubuh yang tidak optimal saat dewasa.
2. Peningkatan risiko penyakit degeneratif seperti obesitas, hipertensi, dan penyakit jantung.
3. Penurunan kualitas kesehatan reproduksi.
4. Rendahnya kemampuan belajar selama masa sekolah.
5. Menurunnya produktivitas dan kapasitas kerja di usia dewasa.

Anak yang mengalami stunting umumnya memiliki sistem imun yang lemah, sehingga lebih rentan terhadap infeksi penyakit. Kondisi ini menyebabkan peningkatan pengeluaran untuk biaya

kesehatan, yang pada akhirnya membebani perekonomian keluarga dan masyarakat serta berkontribusi terhadap meningkatnya angka kemiskinan. Secara nasional, stunting juga merugikan negara karena berpotensi menurunkan nilai Produk Domestik Bruto (PDB) sebesar 2–3% setiap tahunnya.[38]

d. Ciri-ciri Stunting

Menurut Ni Putu Dian Ayu Anggraeni, stunting merupakan kondisi kegagalan pertumbuhan yang disebabkan oleh kekurangan asupan gizi dalam jangka panjang, dimulai sejak masa kehamilan hingga anak berusia 24 bulan. Kondisi ini menjadi lebih parah apabila tidak diimbangi dengan pertumbuhan susulan (catch-up growth) yang memadai. Stunting berdampak negatif terhadap

[38] Ernawati.

perkembangan anak, antara lain menurunnya fungsi kognitif otak, gangguan pertumbuhan fisik (anak menjadi pendek), sistem kekebalan tubuh yang lemah sehingga mudah terserang penyakit, serta berisiko terkena penyakit jantung dan pembuluh darah. Anak yang mengalami stunting juga cenderung mengalami kesulitan belajar, dan pada masa dewasa khususnya perempuan dapat mengalami gangguan kesehatan serta mempengaruhi perkembangan generasi berikutnya.

Stunting dapat disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kurangnya asupan gizi yang memadai pada anak. Anak yang mengalami stunting biasanya menunjukkan tanda-tanda fisik yang khas, seperti pertumbuhan tulang yang lambat, berat badan yang lebih rendah dibandingkan anak seusianya, serta postur tubuh yang tampak normal namun

terlihat lebih muda dari usia sebenarnya. Untuk mencegah stunting, penting untuk memastikan kecukupan nutrisi sejak masa kehamilan, memberikan ASI eksklusif hingga anak berusia dua tahun, menyajikan MPASI yang bergizi, melengkapi imunisasi anak, serta menerapkan pola asuh yang baik dari seluruh anggota keluarga.[39]

Menurut Imani, anak yang memiliki postur tubuh pendek tidak selalu mengalami stunting. Namun, salah satu indikator stunting pada balita adalah laju pertumbuhan yang lambat disertai berat badan yang tidak sesuai dengan standar usia. Tanda-tanda lainnya mencakup penurunan fungsi kognitif serta keterlambatan dalam berbicara (speech

[39] Kinanthi Wahyu Prastuti et al., "Sosialisasi Bahaya Stunting Pada Anak Usia Dini Di TK Pertiwi Kertomulyo," *Jurnal Cendekia Mengabdi Berinovasi Dan Berkarya* 1, no. 3 (2023): 90, https://doi.org/10.56630/jenaka.v1i3.385.

delay). Dampak tersebut dapat terus berlanjut hingga dewasa dan memengaruhi cara berpikir anak. Oleh sebab itu, penting untuk menangani keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan balita, bukan hanya untuk mendukung kondisi fisik saat ini, tetapi juga demi menjamin masa depan anak yang sehat dan produktif.

e. Cara Pencegahan Stunting

Menurut Arnita et al., Stunting dapat dicegah melalui intervensi gizi yang difokuskan pada seribu hari pertama kehidupan, termasuk pemenuhan kebutuhan gizi dan layanan kesehatan bagi ibu hamil. Hal ini meliputi memastikan ibu hamil mendapatkan nutrisi yang cukup serta pemberian protein yang sesuai untuk balita berusia lebih dari 6 bulan. Selain itu, upaya pencegahan juga mencakup menjaga kebersihan lingkungan, memastikan tersedianya air bersih, dan rutin membawa anak ke posyandu minimal

sekali sebulan. Di posyandu, berat badan dan tinggi badan balita akan diukur untuk memantau risiko stunting secara berkala.[40]

Untuk menjamin kecukupan gizi pada anak, pemerintah menjalankan Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT), khususnya bagi balita dengan berat badan di bawah standar. PMT dapat berupa makanan lokal maupun produk olahan seperti biskuit balita. Jika berat badan anak sudah sesuai dengan standar tinggi badannya, maka pemberian PMT dapat dihentikan dan digantikan dengan konsumsi makanan keluarga yang bergizi seimbang. Agar pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama pada masa balita, berlangsung secara optimal, diperlukan kesiapan dari orang tua—

[40] Arnita, S., Rahmadhani, D. Y., & Sari, M. T. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Upaya Pencegahan Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 7

khususnya ibu—serta peran aktif tenaga kesehatan. Pencegahan stunting harus dimulai sejak kehamilan, terutama selama periode penting 1.000 hari pertama kehidupan. Salah satu langkah penting adalah meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu terkait upaya pencegahan stunting. Penguatan intervensi gizi yang bertujuan meningkatkan pemahaman ibu tentang kesehatan dan kebutuhan nutrisi anak juga sangat diperlukan. Ini termasuk pemberian suplemen seperti vitamin A dan tablet tambah darah, guna mendukung pola asuh yang tepat serta tumbuh kembang anak yang optimal.[41]

Pencegahan stunting juga bisa dilakukan dengan mengedukasi orang tua tentang pentingnya gizi pada perkembangan anak usia dini. Menurut Muhammad Nasir, edukasi gizi adalah

[41] Ananda Frasetya et al., "Mengatasi Stunting Dalam Pertumbuhan Dan Perkembangan Balita."

metode dan upaya yang bertujuan meningkatkan pengetahuan tentang gizi serta perilaku makan agar dapat mencapai status gizi yang optimal. Edukasi gizi merupakan pendekatan pembelajaran yang ditujukan untuk meningkatkan pemahaman dan sikap remaja terhadap pentingnya gizi. Semakin baik pengetahuan gizi seseorang, maka sikap dan perilaku dalam memilih serta mengonsumsi makanan juga akan semakin positif.[42]

4. Penelitian Terdahulu

Penelitian mengenai "Peran Orang Tua Dalam Meningkatkan Gizi dan Kesehatan Untuk Mengatasi Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo". Sejauh ini,

[42] Muhammad Nasir, D. (2021). Kelas Ibu Hamil Dalam Rangka Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Nusantara*, 3(2), 40–45.

penulis telah menemukan beberapa penelitian yang mengungkap seputar judul penelitian ini. Namun, tidak dapat dipungkiri bahwa terdapat persamaan dan perbedaan pada masing-masing penelitian. Adapun kajian pustaka yang berkaitan dengan penelitian skripsi ini, diantaranya:

a. Kumala Ardianti Permadi melakukan penelitian mengenai *Peran Orang Tua dalam Meningkatkan Status Gizi Anak Melalui Bekal Makanan di RA Al Qodir Wage Taman Sidoarjo*. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa jam kerja orang tua beragam, dan hal ini memengaruhi keterlibatan mereka dalam menyiapkan bekal makanan bergizi seimbang. Orang tua yang tidak bekerja justru dinilai kurang berperan, sementara orang tua yang bekerja penuh waktu maupun paruh waktu dinilai cukup berperan dalam memberikan bekal makanan bergizi kepada anak-anak mereka. Persamaan antara penelitian Kumala dan penelitian penulis terletak pada fokus kajian, yaitu peran orang tua dalam

meningkatkan status gizi anak. Namun, terdapat perbedaan dalam hasil penelitian. Penelitian Kumala membagi jenis pekerjaan orang tua menjadi tiga kategori, sedangkan dalam penelitian penulis tidak dilakukan pengelompokan tersebut karena mayoritas orang tua di lokasi penelitian berprofesi sebagai ibu rumah tangga.

b. Syaida Marpuah melakukan penelitian berjudul *Analisis Kecukupan Gizi Bekal Makanan untuk Meningkatkan Aktivitas Belajar Anak Usia Dini di Taman Kanak-kanak Fajar Bunda Desa Rokan Timur Kecamatan Rokan IV Koto Kabupaten Rokan Hulu*. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa aktivitas belajar anak usia dini sangat dipengaruhi oleh kecukupan gizi yang dikonsumsi setiap hari. Asupan gizi yang mencukupi terbukti dapat meningkatkan aktivitas belajar anak, sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kecukupan gizi dalam bekal makanan dengan

meningkatnya aktivitas belajar anak di taman kanak-kanak tersebut.Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penulis terletak pada fokus kajian; Syaida menitikberatkan pada analisis kecukupan gizi bekal makanan terhadap peningkatan aktivitas belajar anak usia dini, sedangkan penelitian penulis lebih menyoroti peran orang tua dalam meningkatkan status gizi anak. Adapun persamaan di antara kedua penelitian adalah sama-sama membahas pentingnya gizi dalam makanan yang dikonsumsi anak.

c. Desi Lestari melakukan penelitian berjudul *Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui Lunch Box (Bekal Makanan) di Kelompok Bermain IT Sekargading Semarang*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemahaman orang tua mengenai pemenuhan gizi melalui bekal makanan dinilai sudah baik, hal ini dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan orang tua yang mayoritas berpendidikan

strata satu. Namun demikian, para orang tua cenderung kurang variatif dalam menyusun menu bekal makanan, karena sering kali memberikan jenis makanan yang sama setiap harinya. Meskipun demikian, semangat dan kerja sama antara orang tua dengan pihak sekolah tetap terjalin baik, ditandai dengan kegiatan makan bersama yang rutin diselenggarakan setiap bulan oleh komite dan pihak sekolah. Perbedaan antara penelitian Desi dengan penelitian penulis terletak pada latar belakang pendidikan orang tua. Pada penelitian Desi, sebagian besar orang tua berpendidikan tinggi (strata satu), sedangkan di lokasi penelitian penulis hanya sebagian kecil orang tua yang memiliki latar pendidikan tersebut. Meskipun demikian, hal tersebut tidak menghalangi orang tua untuk tetap berupaya memberikan yang terbaik bagi anak-anak mereka. Persamaan antara kedua penelitian terletak pada fokus kajian, yaitu

sama-sama membahas peran orang tua dalam pemenuhan gizi anak.

d. Mariah Qoriah dengan meneliti Persepsi Orang Tua Terhadap Pemberian Gizi Melalui Bekal Makanan Sehat Kelompok B TK Alizah Surabaya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persepsi orangtua berdasarkan tingkat pendidikan masih rendah akan pemenuhan asupan gizi melalui bekal makanan sehat. Hal ini juga menunjukkan kesamaan akan persepsi berdasarkan pendapatan kurangnya daya beli makanan sehat karena pendapatan yang kurang.[43] Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penulis adalah hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kurangnya daya beli makanan sehat dikarenakan pendapatan yang kurang, sedangkan pada penelitian penulis tidak menemukan adanya kurangnya

[43] Mariah Qoriah dkk, "Persepsi Orang Tua Terhadap Pemberian Gizi Melalui Bekal Makanan Sehat Kelompok B TK Alizah Surabaya" *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 4 No.1. 2023. h. 55

pendapatan yang berpengaruh terhadap kurangnya daya beli makanan sehat. Persamaan penelitian ini adalah keduanya membahas mengenai pemikiran setiap orang tua terhadap pemberian gizi anak.

e. Rianti melakukan penelitian berjudul *Implementasi Pengenalan Gizi Seimbang Anak Melalui Kreasi Bentuk Makanan*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan kreasi bentuk makanan terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman anak mengenai gizi seimbang. Bekal makanan yang disusun dalam bentuk menarik dengan kandungan gizi yang lengkap mampu menambah pengetahuan anak, mendorong mereka untuk lebih menyukai makanan sehat, serta membantu menghindari konsumsi makanan yang berdampak negatif bagi kesehatan. Selain itu, pendekatan ini juga memberikan pengaruh positif terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Perbedaan antara penelitian Rianti dan penelitian penulis

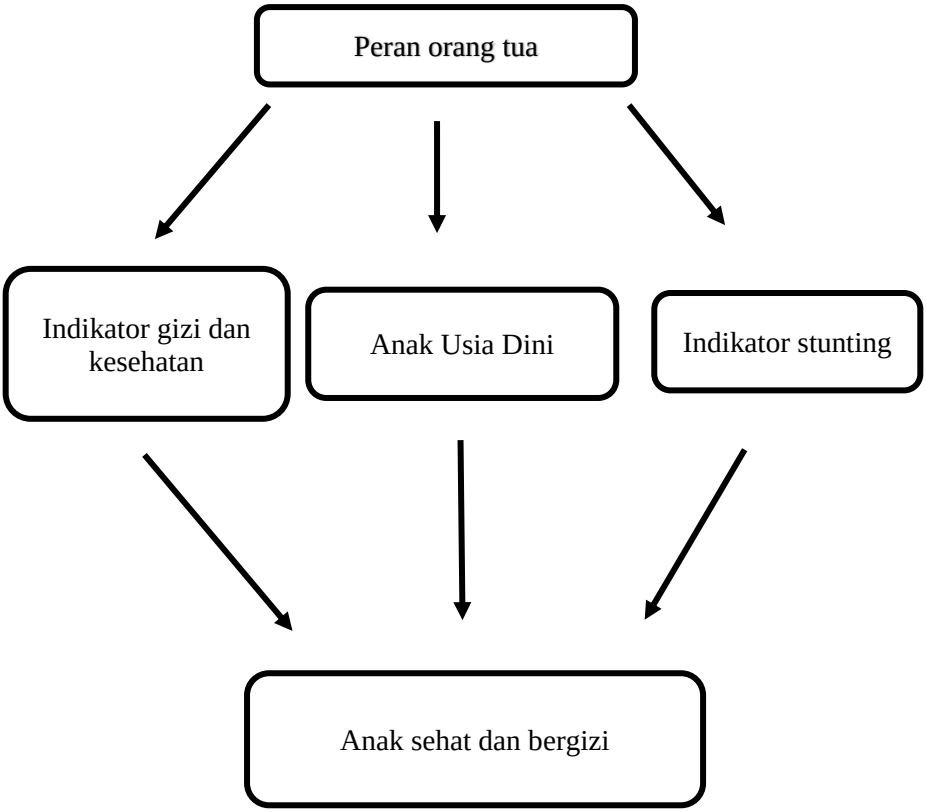
terletak pada fokus kajiannya. Penelitian Rianti menitikberatkan pada penggunaan kreasi bentuk makanan sebagai sarana edukasi gizi, sementara penelitian penulis tidak secara khusus membahas aspek visual atau bentuk bekal makanan anak. Adapun persamaan di antara keduanya adalah sama-sama membahas pentingnya pemenuhan gizi pada anak usia dini.

f. Rianti dengan meneliti Penerapan pengenalan gizi seimbang kepada anak melalui kreasi bentuk makanan terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman mereka tentang pola makan sehat. Bekal makanan yang disajikan dalam bentuk menarik dan mengandung unsur gizi seimbang membantu menambah wawasan anak, membuat mereka lebih tertarik mengonsumsi makanan sehat, serta mengurangi keinginan terhadap makanan yang berdampak negatif bagi kesehatan. Selain itu, pendekatan ini juga memberikan pengaruh positif terhadap pertumbuhan dan

perkembangan anak.[44] Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penulis yaitu penelitian ini tertuju pada kreasi bekal makanan anak yang dinilai efektif untuk peningkatan pemahaman gizi seimbang anak, sedangkan penelitian penulis tidak berfokus pada kreasi bentuk bekal makanan anak. Persamaan penelitian ini yaitu sama-sama membahas mengenai gizi pada anak usia dini.

[44] Rianti, dkk, "Implementasi Pengenalan Gizi Seimbang Anak Melalui Kreasi Bentuk Makanan", *Jurnal ilmiah perkembangan anak usia dini* 2 No 1 2023 h. 71

5. Kerangka Berfikir



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian yang berjudul "Peran Orang Tua Dalam Meningkatkan Gizi dan Kesehatan Untuk Mengatasi Stunting Pada Anak Usia 4-6 Tahun di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo, Kec. Ambarawa, Kab.Semarang" Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Pendekatan kualitatif berlandaskan pada paradigma konstruktivistik, yaitu pandangan yang menekankan bahwa pengetahuan dibentuk melalui pengalaman pribadi, interaksi sosial, dan latar belakang historis. Pendekatan ini bertujuan untuk memahami secara mendalam makna yang dibangun oleh individu dalam konteks tertentu, serta mendukung pengembangan teori berdasarkan temuan lapangan.[45]

[45] Salim Haidar, *Penelitian Pedidikan: Metode, Pendekatan Dan Jenis* (Jakarta: Kencana, 2019).

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Data dikumpulkan melalui observasi terhadap situasi dan kondisi nyata di lapangan, sehingga menghasilkan informasi deskriptif dalam bentuk narasi tertulis maupun lisan dari subjek atau individu yang terlibat langsung. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dan memahami fenomena yang berlangsung secara alami tanpa adanya intervensi atau manipulasi terhadap keadaan yang diteliti.

Penelitian ini dilakukan guna memperoleh gambaran mengenai peran orang tua dalam meningkatkan gizi dan kesehatan untuk mengatasi stunting pada anak usia 4-6 tahun di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo, Kec. Ambarawa, Kab. Semarang, sehingga dapat diketahui bagaimana peran orang tua dalam meningkatkan gizi dan kesehatan anak mulai dari menerapkan pola hidup bersih, menyiapkan menu makan dan minum yang bergizi, dan menerapkan pola hidup sehat pada anak. Selain itu, tujuan penelitian ini untuk

mengetahui pemahaman orang tua tentang bahaya stunting pada anak.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

   Penelitian ini bertempat di KB-TK Sudirman VI Tambakboyo yang beralamat di Jl. Sinduboyo I No. 6, Tambakboyo, Kec. Ambarawa, Kab. Semarang, Prov. Jawa Tengah.

   Alasan memilih pemilihan lokasi penelitian adalah sebagai berikut :

   a) KB-RA Sudirman VI Tambakboyo ini masih terdapat beberapa anak yang mengalami stunting.
   b) Kurangnya perhatian orang tua kepada anak mengenai pentingnya bekal makanan yang bergizi untuk pertumbuhan dan perkembangan di usia emas ini merupakan periode yang amat penting bagi seorang anak.

c) Terdapat dukungan dan keterbukaan dari pihak sekolah dalam memfasilitasi serta mendorong pengembangan kegiatan penelitian di lingkungan pendidikan.

2. Waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan oleh peneliti pada bulan Oktober - Desember 2024. Penelitian ini dilakukan dalam kurun waktu kurang lebih tiga bulan, terhitung pada tanggal 21 Oktober – 21 Desember 2024 dengan menggunakan metode observasi lapangan, wawancara, dan dokumentasi sehingga data yang diperoleh dianggap sudah cukup.

C. Data dan Sumber Data

Sumber data adalah subjek atau pihak yang menjadi rujukan dalam memperoleh data penelitian. Dalam menentukan sumber data, peneliti harus mempertimbangkan secara cermat kelengkapan serta keabsahan informasi yang akan dikumpulkan. Pada penelitian ini, data diperoleh

dari dua jenis sumber, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder.

1. Data Primer

   Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari informan dengan menggunakan instrumen yang telah dirancang sebelumnya. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi yang diakses secara langsung dari informan di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo. Dalam penelitian ini, informan yang terlibat adalah para orang tua dari peserta didik.

2. Data Sekunder

   Data sekunder adalah data pelengkap yang sudah tersedia sebelumnya dalam berbagai bentuk, seperti dokumen dan gambar. Dalam penelitian ini, data sekunder mencakup profil sekolah, dokumentasi foto saat wawancara dengan wali murid, serta foto-foto kegiatan pembelajaran di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo, yang berfungsi sebagai pendukung untuk memperkuat data primer.

D. Fokus Penelitian

Fokus penelitian merupakan permasalahan utama yang menjadi pusat perhatian dalam suatu studi. Dalam penelitian kualitatif, penentuan fokus sangat penting karena menjadi titik sentral dari objek yang diteliti. Penetapan fokus ini membantu memperjelas arah penelitian sehingga proses pengumpulan dan analisis data dapat dilakukan secara lebih terarah dan mendalam. Pada penelitian ini berfokus pada peran orang tua dalam meningkatkan gizi dan kesehatan anak mulai dari menerapkan pola hidup bersih, menyiapkan menu makan dan minum yang bergizi, dan menerapkan pola hidup sehat pada anak serta bagaimana pemahaman orang tua tentang bahaya stunting pada anak.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

   Observasi telah menjadi pilihan dalam mengumpulkan semua informasi yang ada di lapangan. Observasi memang adalah cara

untuk mengamati dan mencatat berbagai kegiatan yang ada di sekitar, namun juga sangat memudahkan untuk memaknai apa yang ada di lingkungan itu. Berbeda halnya dengan observasi biasa, untuk penelitian akan dilakukan secara ilmiah dengan menyusunnya secara sistematis dan menggunakan kaidah keilmuan pada saat menjalankannya.[46] Pada penelitian ini, peneliti melakukan secara langsung dan fokus pada anak 4-5 tahun yang mengalami stunting.

2. Wawancara

   Peneliti menggunakan metode wawancara dengan tujuan memperoleh data secara langsung dari informan guna mendapatkan informasi yang valid dan relevan. Adapun subjek yang terlibat dalam proses wawancara dalam penelitian ini adalah para orang tua.

3. Dokumentasi

[46] Hasyim Hasanah, "Teknik-teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-ilmu Sosial)," *Jurnal at-Taqaddum*, Vol. 8, No. 1, h. 42.

Tahapan terakhir dalam proses pengumpulan data adalah dokumentasi. Langkah ini berfungsi sebagai pelengkap dalam memperoleh data dan informasi yang valid, dengan menyertakan bukti visual seperti foto-foto yang merekam berbagai aktivitas anak selama berada di sekolah.

F. Uji Keabsahan Data

Uji keabsahan data dalam penelitian kualitatif dapat dilakukan melalui teknik triangulasi. Triangulasi dalam konteks pengujian reliabilitas mengacu pada proses verifikasi data yang diperoleh dari berbagai sumber, dengan menggunakan metode dan waktu yang berbeda. Secara umum, terdapat tiga jenis triangulasi, yaitu triangulasi sumber data, triangulasi teknik pengumpulan data, dan triangulasi waktu. Dalam penelitian ini, keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber data dan teknik pengumpulan data guna memastikan validitas informasi yang diperoleh.

a) Triagulasi sumber

Peneliti melakukan pengecekan ulang terhadap data yang diperoleh dari responden, yaitu para orang tua. Data yang dihimpun dari berbagai sumber kemudian diuraikan dan dikelompokkan, serta dilakukan proses *member check* guna memastikan keakuratan dan keabsahan data sebelum menarik kesimpulan akhir.

b) Triagulasi metode

Triangulasi metode dilakukan dengan membandingkan informasi dan data yang diperoleh melalui berbagai teknik pengumpulan data. Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan triangulasi metode dengan menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi untuk memperoleh informasi yang valid serta memberikan gambaran yang menyeluruh dan dapat dipercaya mengenai objek yang diteliti.

c) Triagulasi waktu

Triangulasi dalam penelitian ini dilakukan dengan mewawancarai narasumber yang sama pada waktu yang berbeda. Wawancara dilaksanakan saat waktu istirahat narasumber, dengan tujuan agar suasana lebih santai sehingga narasumber merasa nyaman dan dapat memberikan jawaban secara jujur dan terbuka.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan sebelum penelitian dimulai, selama proses penelitian, dan setelah penelitian. Langkah-langkah analisis data dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Reduksi data

   Reduksi data adalah tahapan dalam penelitian yang bertujuan menyederhanakan data melalui proses penyaringan, pengelompokan, dan pemilihan informasi yang sesuai dengan fokus penelitian. Tujuan dari reduksi data adalah untuk menyajikan informasi secara lebih ringkas dan terstruktur,

sehingga memudahkan peneliti dalam memahami data, memperoleh gambaran yang jelas, serta mempermudah pengambilan data saat dibutuhkan. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan reduksi data berdasarkan hasil pengumpulan data dari survei lapangan yang berkaitan dengan peran orang tua dalam meningkatkan gizi dan kesehatan anak sebagai upaya pencegahan stunting pada anak usia 4–5 tahun.

2. Penyajian data

Penyajian data merupakan tahap dalam proses penelitian yang bertujuan untuk mengorganisasi dan menyusun informasi yang telah dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Tahap ini dilakukan setelah proses reduksi data selesai, guna mempermudah peneliti dalam menarik kesimpulan serta menentukan langkah tindak lanjut. Dalam konteks penelitian ini, penyajian data dilakukan untuk menyeleksi dan menampilkan informasi yang relevan dengan

fokus penelitian, yakni peran orang tua dalam meningkatkan gizi dan kesehatan anak sebagai upaya pencegahan stunting pada anak usia 4–5 tahun.

3. Penarikan kesimpulan/verifikasi

   Langkah terakhir dalam proses analisis data adalah penarikan kesimpulan. Setelah data disajikan, peneliti menyimpulkan temuan-temuan berdasarkan fenomena yang teramati di lapangan. Kesimpulan ini disusun berdasarkan keseluruhan proses penelitian yang telah dilaksanakan, dengan tujuan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan yang telah dirumuskan sejak awal penelitian.

BAB IV

DESKRIPSI DAN ANALISIS DATA

A. Deskripsi Data

1. Deskripsi Data Umum

a. Profil KB-RA Sudirman VI Tambakboyo

KB-RA Sudirman VI Tambakboyo memiliki visi, misi dan tujuan sebagai berikut :

a. Visi

Terwujudnya generasi yang memiliki (8K1B) Keimanan, Ketaatan, Kedisiplinan, Ketrampilan Hidup, Kemandirian, Kesehatan, Kecerdasan, Keceriaan, Berkarakter dan berakhlakul karimah.

b. Misi

1. Menanamkan dasar keimanan kepada Allah dan Rasul-Nya
2. Menanamkan pendidikan berakhlakul karimah
3. Membiasakan budaya bersih sejak usia dini

4. Membiasakan buday disiplin
5. Melatih anak mandiri
6. Menanamkan pendidikan karakter.

c. Tujuan
   1. Meningkatkan fungsi sekolah sebagai tempat bermain sambal belajar dan belajar sambal bermain.
   2. Memberikan upaya untuk menstimulasi, membimbing, mengasuh, dan pemberian kegiatan pembelajaran yang akan menghasilkan kemampuan.
   3. Mengembangkan berbagai potensi anak didik prasekolah baik psikis dan fisik.
   4. Menghasilkan anak didik yang berkualitas dan siap memasuki dunia sekolah dasar.

d. Identitas Sekolah

   KB-RA Sudirman VI Tambakboyo merupakan sekolah yang memiliki

akreditasi "B". Waktu kegiatan pembelajaran dalam seminggu dilakukan selama 6 hari yaitu hari senin sampai sabtu. Identitas lengkap KB-RA Sudirman VI Tambakboyo bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1.1. Identitas Sekolah

Identitas Sekolah	
Nama Sekolah	KB-RA Sudirman VI Tambakboyo
Nomor Statistik	101233220118
NPSN	69742356
Status Madrasah	Swasta
NPWP	72.648.728.3-505.000
Alamat	Jl. Sindhuboyo RT 03 RW 01 Tambakboyo, Kec. Ambarawa, Kab.Semarang, Provinsi Jawa Tengah
Kode Pos	50651
Web-Blog	Https://rasudirman6tambakboyo.blogspot.com
Email	Rasudtb06@gmail.com
Tahun Berdiri	1970

No.SK Izin Operasional	Wk/5-b/141/RA/Pgm/1988
Tgl/bln/th SK	04/10/1988
Status Akreditasi	B
Tahun Akreditasi	2008
No. SK Lembaga	AHU-1602.AH.01.02. Tahun 2008
Tgl/bln/th SK Lembaga	21/04/2008
Waktu Belajar	Pagi
Lokasi Sekolah	Pedesaan
Jarak ke Pusat Kecamatan	2,4 KM
Jarak ke Pusat Kota	15 KM
Terletak Pada Lintasan	-7.261880343914559, 110.4190116490748
Jumlah Guru	6
Jumlah Siswa	128

Rombongan Belajar	5

e. Sarana dan Prasarana

KB-RA Sudirman VI Tambakboyo memiliki sarana dan prasarana yang meliputi ruang kegiatan pembelajaran, ruang kantor, ruang kepala sekolah, kantin dan toilet.

f. Kegiatan Ekstrakulikuler

Adapun beberapa kegiatan ekstra di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo meliputi menari, mewarnai, menggambar, rebana, dan drumband.

B. Deskripsi Khusus

Sebelum melakukan analisis terhadap data penelitian, peneliti terlebih dahulu akan mendeskripsikan data yang diperoleh melalui teknik wawancara, observasi, dan dokumentasi guna memperoleh pemahaman awal terkait informasi yang dikumpulkan mengenai peran

orang tua dalam meningkatkan gizi dan kesehatan untuk mencegah stunting pada ansk usia 4-6 tahun di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo yang memuat pemahaman orang tua terhadap stunting, pemahaman orang tua terhadap gizi dan kesehatan, serta pencegahan stunting melalui peran orang tua.

1. Faktor Penyebab Stunting Pada Anak Usia Dini di KB-TK Sudirman VI Tambakboyo
   a. Stunting

      Menurut Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021, stunting merupakan kondisi gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis serta infeksi berulang. Salah satu indikator utama dari kondisi ini adalah tinggi atau panjang badan anak yang berada di bawah standar yang ditentukan oleh Kementerian Kesehatan. Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua murid di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo "Ibu Dewi selaku orang tua dari

Ara siswa kelas TK B yang berumur 6 tahun mengetahui stunting yaitu kondisi gagal tumbuh pada anak karena kekurangan gizi kronis, tanda anak mengalami stunting biasanya tinggi badan anak lebih pendek dari yang seharusnya diusianya"[47]

" Sejalan dengan pendapat penjelasan tersebut. Hal serupa juga disampaikan oleh Ibu Hanung, selaku orang tua dari Oscar siswa kelas TK A yang berusia 5 tahun mengetahui stunting adalah keadaan dimana tinggi badan anak lebih rendah dari rata-rata untuk usianya"[48]

"Masih dengan pertanyaan yang sama, Pak Ardy selaku orang tua dari Dana siswa kelas KB yang berusia 4 tahun 6 bulan mengetahui bahwa stunting adalah berat dan

[47] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025
[48] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025

tinggi badan yang tidak sesuai dengan usia anak pada umumnya"[49]

Dari hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa stunting adalah kondisi dimana anak secara fisiknya terganggu akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang. Oleh karena itu perlu adanya penanganan dan pencegahan stunting sangat penting agar kesejahteraan anak-anak di Indonesia meningkat.

Pemahaman orang tua terhadap stunting pada anak usia dini di KB-TK Sudirman VI Tambakboyo adalah rata-rata orang tua sudah memahami tentang stunting, hanya saja karena pekerjaan yang dijalani orang tua sehingga banyak anaknya yang kurang perhatian lebih terutama pada pola dan menu makan anak.

Beberapa penyebab tidak langsung dari stunting mencakup rendahnya

[49] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025

pengetahuan ibu tentang gizi, pola asuh yang kurang tepat, tingkat pendapatan orang tua, serta pemanfaatan layanan kesehatan yang belum optimal. Pendapatan yang rendah merupakan bagian dari kondisi kemiskinan, yang berdampak pada terbatasnya akses keluarga terhadap pangan bergizi, sanitasi lingkungan yang layak, serta pelayanan kesehatan dasar.

Seperti apa yang telah disampaikan Pak Ardy bahwa pengetahuan tentang gizi itu penting karena penyebab tidak langsung stunting salah satunya dari pemahaman orang tua, jadi jika orang tua kurang mengetahui apa arti gizi anak maka anak akan mengalami stunting.[50]

Sejalan dengan pendapat penjelasan tersebut. Hal serupa juga disampaikan oleh Bu Dewi bahwa ilmu tentang gizi dan pola asuh orang tua sangatlah penting karena sangat

[50] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025

berpengaruh dengan tumbuh kembang anak, jika orang tua kurang pengetahuan tentang gizi maka anak bisa terkena penyakit stunting.[51]

Dari hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa orang tua sadar akan pentingnya ilmu tentang gizi dan pola asuh anak karena sangat berpengaruh dengan tumbuh kembang anak, jika tidak berbekal ilmu tersebut maka anak akan terkena gangguan pertumbuhan atau yang biasa disebut dengan stunting.

Agar pertumbuhan dan perkembangan anak, khususnya pada masa balita, berlangsung secara optimal, diperlukan persiapan yang matang dari orang tua terutama ibu serta dukungan dari tenaga kesehatan. Upaya pencegahan stunting sebaiknya dimulai sejak masa kehamilan, khususnya pada periode emas 1.000 hari pertama kehidupan. Pengetahuan dan sikap ibu mengenai

[51] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025

pentingnya asupan gizi dan perawatan yang tepat selama masa ini menjadi salah satu faktor kunci dalam mencegah terjadinya stunting.

Seperti apa yang disampaikan Ibu Hanung bahwa masih bisa disembuhkan kekondisi seperti anak pada umumnya namun lambat, sikap ibu sangat penting dalam mendukung anak yg sudah mengalami stunting dan selalu mengikuti arahan dari petugas kesehatan atau bidan saat mengikuti posyandu di daerah masing-masih tempat tinggal berada.[52]

Sejalan dengan pendapat penjelasan tersebut. Hal serupa disampaikan oleh Pak Ardy bahwa stunting masih bisa dapat disembuhkan jika kita paham dan konsultasi kepada petugas kesehatan atau bidan desa setempat. Sehingga tumbuh kembang anak

[52] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025

stunting bisa kembali normal seperti teman sebayanya.[53]

Dari wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa pengetahuan dan sikap orang tua sangatlah penting untuk mewujudkan pencegahan anak stunting agar tumbuh kembang anak dapat kembali normal seperti teman sebayanya. Sehubungan dengan itu perlu juga adanya sikap orang tua mengonsultasikan kepada petugas kesehatan atau bidan desa setempat saat mengikuti posyandu.

Faktor penyebab tidak langsung stunting mencakup kerawanan pangan di tingkat rumah tangga, pola asuh anak yang kurang memadai, serta terbatasnya akses terhadap layanan kesehatan dan sanitasi lingkungan. Pendapatan keluarga yang rendah turut berkontribusi terhadap terbatasnya kemampuan dalam memenuhi kebutuhan

[53] Wawancara oleh Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025

dasar, termasuk kecukupan pangan dan fasilitas sanitasi yang layak.

Bu Dewi menyampaikan bahwa Ya stunting hanya terjadi pada keluarga yang ekonominya terbilang kurang mampu karena rendahnya pendapatan keluarga dapat mempengaruhi kebutuhan pangan keluarga sehingga anak tidak mendapatkan makan yang bergizi.[54]

Dari pernyataan Ibu Hanung bahwa Ya bisa jadi seperti itu karena jika pendapatan rumah tangga kurang tidak bisa membeli makanan bergizi yang mengandung vitamin maka anak mengalami stunting yang mengakibatkan tumbuh kembang anak berjalan dengan lambat.[55]

Sejalan dengan pendapat penjelasan tersebut. Pak Ardy mengatakan bahwa

[54] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April
[55] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025

Pendapatan rendah bisa menyebabkan anak stunting, karena anak kurang terpenuhi dengan makan- makanan yang lezat dan bergizi.[56]

Dari wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa orang tua memahami jika pendapatan yang rendah bisa menyebabkan anak stunting karena orang tua tidak dapat membelikan atau memenuhi kebutuhan zat gizi anak.

Dampak jangka panjang dari stunting antara lain meliputi postur tubuh yang tidak optimal saat dewasa, peningkatan risiko terkena penyakit degeneratif seperti obesitas, hipertensi, dan penyakit jantung, rendahnya kemampuan belajar selama masa sekolah, serta menurunnya produktivitas dan kapasitas kerja di usia dewasa.

Bu Hanung juga menyampaikan bahwa Ya ada dampak atau efek buruk dari anak stunting yaitu ketika dewasa nanti

[56] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025

kemungkinan postur tubuh, berat badan, dan tinggi badan tidak sama dengan anak seumurannya.[57]

Dari pernyataan Ibu Dewi bahwa Ya da efek buruk atau dampak pada anak yang mengalami stunting adalah tinggi badan lebih pendek, berat badan lebih kecil dan mengalami keterlambatan dalam pengembangan otak.[58]

Sejalan dengan pendapat penjelasan tersebut. Pak Ardy mengatakan bahwa mungkin ada efek atau dampak buruk pada anak yang mengalami stunting yaitu dengan tinggi badan yang pendek, dan badan yang kurus serta sulit memahami pembelajaran.[59]

Dari wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa orang tua sudah

[57] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025
[58] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025
[59] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025

memahami jika anak stunting akan memiliki dampak atau efek buruk pada tumbuh kembangnya, sehingga orang tua pasti akan memberikan solusi yang terbaik untuk anak yang mengalami stunting dengan berbagai cara apapun.

b. Penyebab Stunting

Penyebab langsung terjadinya stunting meliputi rendahnya asupan zat gizi, faktor keturunan, serta infeksi yang dialami anak. Tubuh memerlukan berbagai zat gizi, baik makro maupun mikro. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa kekurangan zat gizi makro seperti protein, maupun zat gizi mikro seperti zat besi (Fe), seng (Zn), kalsium (Ca), serta vitamin D, A, dan C, berkontribusi terhadap risiko terjadinya stunting.

Seperti apa yang disampaikan tersebut Ibu Hanung juga berpendapat bahwa Kekurangan asupan gizi pada anak menurut saya salah satu penyebab anak

mengalami stunting karena gizi merupakan sumber tumbuh kembang anak paling utama di usia seperti sekarang.[60]

Sejalan dengan pendapat tersebut. Bu Dewi menyatakan bahwa kurangnya asupan gizi pada anak menyebabkan anak mengalami stunting, jadi memberikan makanan bergizi pada anak adalah hal penting pada saat anak usia dini seperti ini karena untuk proses tumbuh kembangnya.[61]

Dari pernyataan Pak Ardy bahwa penyebab anak mengalami stunting adalah karena penyerapan gizi pada tubuh anak yang kurang sempurna sehingga tumbuh kembang anak terlambat dari teman seuisanya.[62]

[60] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025
[61] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025
[62] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025

Dari wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa orang tua sudah memahami penyebab stunting salah satunya yaitu kekurangan asupan gizi atau makanan bergizi yang harus dikonsumsi anak usia dini sehingga tumbuh kembangnya maksimal sesuai dengan usianya.

Selain faktor gizi dan infeksi, stunting juga berkaitan dengan faktor hormonal dan genetik. Hormon tiroid merupakan salah satu hormon penting yang memengaruhi proses pertumbuhan anak. Selain itu, faktor keturunan juga berperan, di mana orang tua dengan postur tubuh pendek berisiko menurunkan sifat fisik tersebut kepada anaknya.

Bapak Pak Ardy juga menyampaikan bahwa Ya mungkin karena ada faktor keturunan dari orang tua sehingga menyebabkan anak mengalami stunting sehingga anak bertumbuh lebih

pendek atau lebih kecil dari teman seusianya.[63]

Sejalan dengan pendapat tersebut. Bu Hanung menyampaikan bahwa Iya anak stunting ada faktor keturunan sehingga mengalami tubuh yang lebih kecil dari teman seusianya, namun masih bisa tumbuh tinggi lagi.[64]

Dari pernyataan Bu Dewi bahwa Ya ada faktor keturunan dari orang tua sehingga anak mengalami tubuh yang lebih kecil dari teman seusianya namun pasti masih bisa disembuhkan atau badannya masih bisa lebih tinggi dan berisi seperti anak pada umumnya.[65]

Dari wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa orang tua sudah

[63] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025
[64] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025
[65] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025

memahami bahwa stunting salah satu faktor penyebabnya yaitu karena ada faktor keturunan dari orang tua sehingga jika orang tua memiliki tubuh pendek maka anak juga sama, namun hal tersebut masih bisa disembuhkan dengan memakan makanan yang bergizi.

Faktor langsung yang menyebabkan stunting antara lain adalah asupan makanan yang tidak mencukupi serta adanya infeksi pada balita. Kekurangan gizi pada bayi dan balita dapat disebabkan oleh tidak dilaksanakannya Inisiasi Menyusu Dini (IMD) segera setelah kelahiran, serta tidak terpenuhinya pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan.

Sejalan dengan pendapat tersebut Bu Hanung menyampaikan bahwa Ya ada faktor penyakit infeksi yang diderita anak sehingga anak memiliki badan kecil,

namum masih bisa disembuhkan dengan memberikan makanan bergizi.[66]

Bapak Pak Ardy juga menyampaikan bahwa Iya ada penyakit infeksi yang diderita anak sehingga anak memiliki tubuh kecil, tetapi masih bisa disembuhkan dengan memberi makanan yang menyehatkan dan rutin memeriksakan anak ke dokter anak.[67]

Dari pernyataan tersebut Bu Dewi menyampaikan bahwa Ya ada penyakit atau infeksi yang diderita anak namun bisa disembuhkan hanya saja memerlukan waktu yang lama.[68]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan Orang tua sudah memahami bahwa penyebab stunting bisa dari infeksi

[66] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025
[67] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025
[68] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025

yang diderita anak akan tetapi masih bisa disembuhkan dengan memberikan makanan yang bergizi dan rutin memeriksakan anak ke dokter anak atau bidan terdekat yang ada di lingkungan tempat tinggal.

c. Dampak Stunting

Stunting memberikan dampak yang signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan. Kondisi ini merugikan tidak hanya bagi individu, tetapi juga bagi keluarga, masyarakat, dan negara secara keseluruhan. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, dampak stunting secara umum dapat dikategorikan menjadi dua, yaitu dampak jangka pendek yang muncul dalam waktu relatif cepat, serta dampak jangka panjang yang baru terlihat setelah beberapa waktu.

Sejalan dengan pendapat tersebut Ibu Dewi menyampaikan bahwa Ya mengetahui bahwa dampak stunting

sangat berbahaya atau mempunyai dampak besar bagi anak terutama pada pada tumbuh kembang anak dan masa depannya.[69]

Dari pernyataan tersebut Ibu Hanung menyampaikan bahwa Ya saya mengetahui bahwa dampak stunting sangat berbahaya bagi masa depan anak stunting dan pada tumbuh kembang anak.[70]

Bapak Ardy juga menyampaikan bahwa Tahu jika dampak stunting sangat berbahaya bagi anak sehingga butuh asupan gizi yang banyak dan peran orang tua itulah yang sangat penting.[71]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Orang tua sudah

[69] Wawanacara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025
[70] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025
[71] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025

paham atau mengerti bahwa dampak stunting sangatlah berbahaya bagi anak terutama pada tumbuh kembangnya serta masa depannya, akan tetapi masih bisa dicegah dengan memakan makanan yang bergizi sehingga tumbuh kembang anak bisa sesuai dengan usianya.

Beberapa dampak stunting yang dapat langsung terlihat antara lain adalah meningkatnya risiko kesakitan dan kematian, terganggunya perkembangan anak dalam aspek kognitif, motorik, dan kemampuan berbicara, serta bertambahnya beban biaya untuk pelayanan kesehatan.

Dari pernyataan tersebut Bapak Ardy juga menyampaikan bahwa Ya dampak stunting dapat menganggu perkembangan anak terutama pada fisik

sehingga tumbuh kembangnya kurang maksimal.[72]

Sejalan dengan pendapat tersebut Ibu Hanung menyampaikan bahwa dampak yang akan terlihat atau menganggu anak stunting itu pada perkembangannya yang kurang maksimal daripada anak lainnya.[73]

Ibu Dewi juga mengatakan bahwa Ya sangat jelas dampak stunting akan menganggu perkembangan anak sehingga tumbuh kembangnya tidak sama dengan anak lain.[74]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Orang tua telah mengetahui bahwa dampak yang akan terlihat atau menganggu anak stunting

[72] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025
[73] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025
[74] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025

adalah perkembangannya yang kurang optimal dari teman seusianya sehingga membutuhkan peran orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizinya.

Adapun kesakitan pada bayi atau anak usia dini antara lain adalah Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR), penyakit asma, diare, infeksi saluran pernapasan atas (ISPA), serta adanya kelainan atau gangguan pada tubuh.

Sejalan dengan pendapat tersebut Ibu Dewi menyampaikan bahwa Ya anak memiliki penyakit infeksi memang rentan terkena penyakit, sehingga anak membutuhkan makanan yang bergizi agar selalu sehat.[75]

Dari pernyataan tersebut Bapak Ardy juga menyampaikan bahwa Ya anak rentan terkena penyakit namum hal ini masih bisa disembuhkan dengan

[75] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025

memeriksakan ke bidan daerah setempat dan memberi makanan yang bergizi.[76]

Ibu Hanung juga mengatakan bahwa Iya anak rentan terkena penyakit seperti diare akan tetapi tidak apa-apa masih bisa sembuh dengan cara memberikan makanan yang bergizi.[77]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa orang tua mengetahui penyebab stunting yaitu dari anak yang rentan terkena penyakit seperti infeksi, diare dan lain sebagainya, akan tetapi masih dapat disembuhkan dengan cara memberikan makanan yang bergizi dan rutin memeriksakan ke posyandu atau dokter anak.

Anak yang mengalami stunting umumnya memiliki sistem kekebalan

[76] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025
[77] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025

tubuh yang lemah, sehingga lebih mudah terserang penyakit infeksi. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan anak, tetapi juga menyebabkan peningkatan biaya pengobatan yang pada akhirnya membebani perekonomian keluarga dan turut berkontribusi terhadap meningkatnya angka kemiskinan di masyarakat.

Sejalan dengan pendapat tersebut Pak Ardy mengatakan bahwa Ya memiliki daya tahan tubuh rendah sehingga mudah terkena penyakit, akan tetapi sering mengikuti posyandu sehingga selalu terkontrol kesehatannya.[78]

Ibu Hanung juga mengatakan bahwa Ya anak saya ketahanan tubuhnya rendah akan tetapi sering saya beri

[78] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025

makanan bergizi dan mengontrolkan ke dokter anak sehingga anak sehat selalu.[79]

Sejalan dengan pendapat tersebut Ibu dewi juga mengatakan bahwa Ya anak kecil atau usia dini memang memiliki daya tahan tubuh rendah sehingga mudah terkena penyakit akan tetapi saya sering memberikan makanan yang bergizi sehingga tubuhnya tetap sehat.[80]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Orang tua memahami jika anak yang terkena stunting cenderung memiliki daya tahan tubuh yang rendah sehingga mudah terkena penyakit akan tetapi hal tersebut dapat dihindari atau disembuhkan dengan peran penting orang tua yang memberikan makanan bergizi dan mengikuti arahan dokter anak.

[79] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025
[80] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025

2. Pentingnya Ilmu Gizi dan Kesehatan bagi Orang Tua Anak Stunting di KB-TK Sudirman VI Tambakboyo

   a. Gizi dan Kesehatan

      Memenuhi kebutuhan gizi merupakan tanggung jawab setiap individu sebagai upaya menjaga kesehatannya. Hal ini sejalan dengan sabda Nabi Muhammad SAW dalam hadis riwayat Al-Bukhari, Ahmad, dan An-Nasa'i yang menyatakan, *'Sesungguhnya tubuhmu memiliki hak yang harus engkau penuhi.'* Makna dari hadis ini adalah bahwa setiap orang wajib merawat jasmani agar tubuh dapat berfungsi secara optimal sebagaimana mestinya.

      Sejalan dengan pendapat tersebut Ibu Dewi juga mengatakan bahwa Alhamdulillah anak sudah terpenuhi

gizinya dan sehat sehingga anak cerdas dan aktif seperti anak pada umumnya.[81]

Ibu Hanung juga mengatakan bahwa Ya anak saya sudah terpenuhi gizinya dan sehat jadi anak saya pintar dan lincah seperti teman seumurannya meskipun badannya kecil.[82]

Sejalan dengan pendapat tersebut Bapak Ardy mengatakan bahwa Ya sudah terpenuhi gizinya dan sehat sehingga tubuhnya selalu kuat dan lincah serta tidak mudah terserang penyakit.[83]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Orang tua sudah memenuhi kebutuhan gizi anak sehingga tubuh anak sehat tidak mudah terserang penyakit serta gerak tubuh anak lincah

[81] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025
[82] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025
[83] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025

seperti anak pada umumnya dan cerdas dalam berfikir.

Berdasarkan fungsinya dalam tubuh, zat gizi dapat dikelompokkan ke dalam tiga kategori utama, yaitu: Sebagai sumber energi, yaitu zat gizi yang berperan dalam menghasilkan tenaga bagi tubuh. Sebagai zat pembangun, yang berfungsi untuk membentuk, memelihara, dan memperbaiki jaringan tubuh. Sebagai zat pengatur atau pelindung, yang membantu mengatur berbagai proses dalam tubuh agar berjalan dengan baik dan menjaga daya tahan tubuh.

Sejalan dengan pendapat tersebut Ibu Hanung mengatakan bahwa Fungsi gizi pada anak yaitu untuk mendukung perkembangan dan pertumbuhan yang optimal serta menjaga Kesehatan tubuh dan otak anak.[84]

[84] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025

Bapak Ardy juga mengatakan bahwa Fungsi gizi bagi anak yaitu untuk menjaga tubuh dan perkembangan anak sehingga tubuhnya sehat dan perkembangannya sesuai dengan umur anak seusianya.[85]

Dari pernyataan tersebut Ibu Dewi juga mengatakan bahwa Fungsi gizi bagi anak yaitu untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak.[86]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Orang tua mengetahui bahwa fungsi gizi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga anak sehat dan memiliki sumber tenaga agar selalu berkegerak aktif dan berfikir cerdas.

[85] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada atanggal 21 April 2025
[86] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025

Gizi memegang peranan penting bagi anak usia dini karena berkontribusi langsung terhadap pertumbuhan, perkembangan, kesehatan, dan kesejahteraan anak di masa depan. Masa usia dini merupakan periode yang tepat untuk mulai membiasakan pola makan bergizi. Tujuan dari pemberian gizi yang baik pada tahap ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kebiasaan anak dalam menerapkan praktik gizi yang sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Dari pernyataan tersebut Ibu Dewi mengatakan bahwa Zat gizi sangatlah penting bagi anak usia dini karena untuk mendukung perkembangan otak, sistem kekebalan tubuh, serta perkembangannya.[87]

[87] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025

Ibu Hanung juga mengatakn bahwa Anak usia dini sangat membutuhkan asupan gizi yang seimbang karena untuk perkembangan otak dan pertumbuhannya.[88]

Bapak Ardy juga mengatakan bahwa Anak usia dini sangat membutuhkan asupan zat gizi karena anak sedang masa pertumbuhan sehingga memerlukan banyak zat gizi dari makanan yang dikonsumsi anak.[89]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Orang tua mengetahui zat gizi sangatlah penting bagi anak usia dini karena sedang dalam masa pertumbuhan. Zat gizi juga sangat penting untuk perkembangan otak dan sistem kekebalan tubuh. Zat gizi didapatkan dari

[88] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025
[89] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025

mengonsumsi makan makanan dan minuman yang mengandung gizi seimbang.

b. Ciri Anak Terpenuhi Gizinya dan Sehat

Ciri anak yang sehat dapat dilihat dari status gizinya yang baik dan perkembangan yang sesuai dengan usianya, seperti pertumbuhan tubuh yang seimbang—tidak terlalu gemuk atau kurus, serta berat dan tinggi badan yang selaras dengan tahapan usianya. Anak juga menunjukkan perkembangan yang optimal dalam aspek motorik, kognitif, emosional, kemampuan berinteraksi sosial, serta kemandirian, tanpa adanya tanda-tanda keterlambatan perkembangan. Selain itu, anak tampak aktif, lincah, ceria, tidak lesu, dan tidak menunjukkan sikap mudah marah atau murung.

Dari pernyataan tersebut Ibu Hanung mengatakan bahwa Ciri anak terpenuhi gizinya yaitu: Berat badan dan

timggi badan sesuai usia, Nafsu makan bertambah, Aktif dan lincah, Serta tidak mudah sakit.[90]

Ibu Dewi juga mengatakan bahwa Ciri anak terpenuhi gizinya adalah Tinggi badan yang ideal diusianya, berat badan juga ideal sesuai usianya, terlihat lebih sehat dan aktif.[91]

Sejalan dengan pendapat tersebut Bapak Ardy juga mengatakan bahwa Anak yang terpenuhi gizinya mempunyai ciri-ciri Sehat, Aktif, serta tumbuh dan berkembang dengan baik.[92]

Dari wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa Orang tua mengetahui ciri-ciri anak terpenuhi gizinya, yaitu Berat badan dan tinggi badan sesuai umur, Sehat

[90] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025
[91] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025
[92] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025

dan aktif, Tumbuh dan berkembang sesuai usianya, Nafsu makan bertambah, serta Tidak mudah terserang penyakit.

Salah satu indikator anak yang sehat dilihat dari status gizi dan tingkat perkembangannya adalah ketika tahapan tumbuh kembang sesuai dengan usianya. Ini mencakup perkembangan motorik, kognitif, afektif, serta kemampuan bersosialisasi dan kemandirian yang tidak mengalami keterlambatan.

Dari pernyataan tersebut Ibu Hanung mengatakan bahwa Perkembangan motorik, kognitif, afektif, sosialisasi, dan kemandirian anak saya sudah sesuai dengan umurnya.

Bapak Ardy juga mengatakan bahwa Ya perkembangan motoriknya, kognitif, afektif, sosialisasi dan kemandirian sudah sesuai dengan umurnya.

Sejalan dengan pendapat tersebut Ibu Dewi juga mengatakan bahwa Ya Alhamdulillah anak saya perkembangan motorik, kognitif, afektif, sosialisasi dan kemandiriannya sudah sesuai dengan umurnya.

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Anak memenuhi salah satu ciri-ciri anak sehat berdasarkan status gizi dan tingkat perkembangan anak yaitu bahwa perkembangan motorik, kognitif, afektif, sosialisasi, dan kemandirian anak sudah sesuai dengan usianya.

c. Menu Makanan Yang bergizi Untuk Anak

Menjaga kesehatan anak secara optimal dapat dilakukan dengan memperhatikan kandungan gizi dalam makanan yang dikonsumsinya. Gizi yang baik menjadi salah satu faktor penting yang mendukung keberhasilan anak dalam proses belajar.

Sejalan dengan pendapat tersebut Ibu Dewi juga mengatakan bahwa menu makanan anak saya sudah pasti bergizi yaitu berupa sayur-sayuran sperti brokoli, wortel, kentang, dan lain sebagainya. Saya juga tidak lupa memberikan protein hewani kepada anak saya berupa daging ayam maupun ikan.[93]

Bapak Ardy juga mengatakan bahwa Anak saya selalu saya berikan menu makanan yang sehat mengandung gizi seimbang setiap harinya berupa sayur-sayuran, buah-buahan, susu, daging ayam atau ikan, tempe, tahu dan lain sebagainya.[94]

Dari pernyataan tersebut Ibu Hanung juga mengatakan bahwa menu makanan anak yang saya berikan setiap

[93] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025
[94] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua dari Dana pada tanggal 21 April 2025

hari mengandung gizi karena anak sedang masa pertumbuhan, menunya seperti daging, sayur, buah dan susu.[95]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Orang tua selalu memperhatikan menu makanan anak karena anak seusianya sedang dalam masa pertumbuhan, maka dari itu orang tua memberikan makan makanan yang bergizi seperti sayur-sayuran, daging ayam maupun ikan, buah-buahan, dan susu segar setiap harinya.

Salah satu hal penting yang perlu diperhatikan dalam pemberian makanan untuk anak usia 4–6 tahun adalah memastikan variasi menu setiap harinya. Variasi tersebut mencakup makanan pokok, lauk pauk, sayuran, dan buah-buahan. Selain itu, sumber protein sebaiknya diganti secara berkala agar

[95] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025

kebutuhan gizi anak terpenuhi secara seimbang.

Dari pernyataan tersebut Ibu Dewi juga mengatakan bahwa Biasanya saya memvariasikan makanan misalnya jika anak tidak suka sayur maka saya akan mencampurkan sayuran pada telur dan saya membuat suasana makan anak yang menyenangkan agar nafsu makan bertambah.[96]

Ibu Hanung juga mengatakan bahwa Harus sabar, tidak memaksa anak jika tidak mau makan, menjaga jadwal makan anak dengan tidak memberikan makanan selingan diwaktu makan utama, menciptakan suasana makan yang menyenangkan serta memvariasikan menu makan anak setiap harinya.[97]

[96] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025
[97] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025

Sejalan dengan pendapat tersebut Bapak Ardy juga mengatakan bahwa Saya selalu memperhatikan dalam pemberian menu makan anak dengan cara menyiapkan makan anak sesuai apa yang disukainya dan memvariasikan makanan.[98]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Orang tua selalu memperhatikan dalam pemberian menu makan anak dengan cara memvariasikan menu makan, menciptakan suasana menyenangkan disaat makan, tidak memberikan makanan selingan diwaktu makan utama dan menyiapkan menu makan sesuai kesukaan anak.

Pada usia ini, porsi makan anak sekitar setengah dari porsi orang dewasa. Memasuki usia 1 tahun, laju pertumbuhan mulai melambat dan sering kali muncul

[98] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025

masalah seperti anak menjadi sulit makan. Di sisi lain, aktivitas anak mulai meningkat, terutama karena banyak bermain, sehingga makan pun kadang dilakukan sambil bermain.

Sejalan dengan pendapat tersebut Bapak Ardy mengatakan bahwa Benar porsi makan anak bertambah yaitu setengah porsi orang dewasa dan makan selalu habis karena aktifitas anak semakin bertambah sehingga membutuhkan energi yang semakin banyak.[99]

Ibu Dewi juga mengatakan bahwa Ya porsi makan anak bertambah sesuai dengan umurnya. Porsinya setengah dari porsi makan orang tua karena anak sedang masa pertumbuan dan aktifitas semakin

[99] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana apada tanggal 21 April 2025

banyak sehingga makanan yang dibutuhkan semakin banyak.[100]

Dari pernyataan tersebut Ibu Hanung juga mengatakan bahwa Ya porsi anak semakin bertambah menjadi setengah dari porsi orang tua dan suka ngemil karena anak sedang masa pertumbuhan dan aktifitasnya semakin banyak sehingga memerlukan energi berlebih dari umur sebelumnya.[101]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Porsi makan anak semakin bertambah usia maka semakin banyak pula porsi makannya. Anak usia dini memang sedang masa pertumbuhan dan aktifitasnya semakin banyak, maka anak memerlukan energi berupa makanan

[100] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025
[101] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025

dengan porsi yang lebih banyak dan terutama mengandung gizi.

3. Peran Orang Tua dalam Mengatasi Stunting di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo

   a. Orang Tua Menjaga Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

      Praktik yang diadopsi oleh orang tua seperti memberikan ASI eksklusif, menawarkan makanan pendamping yang bergizi, dan menanamkan kebiasaan gaya hidup sehat sangat penting dalam pencegahan stunting. Lebih jauh lagi, praktik sanitasi keluarga yang efektif, termasuk mencuci tangan dengan sabun secara teratur, akses terhadap air bersih, dan pengelolaan limbah yang tepat, memainkan peran penting dalam membina lingkungan yang sehat bagi anak-anak.

      Dari pernyataan tersebut Ibu Hanung juga mengatakan bahwa praktik kebersihan sanitasi dan lingkungan yang

saya terapkan yaitu dengan mengajarkan anak membuang sampah pada tempatnya, kebersihan diri dengan mandi dua kali sehari, dan meminum minuman dari air bersih dan sehat.[102]

Bapak Ardy juga mengatakan bahwa Praktik kebersihan sanitasi dan lingkungan yang saya terapkan kepada anak yaitu dengan cara meminum dengan air yang bersih, membuang sampah pada tempatnya, dan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan.[103]

Sejalan dengan pendapat tersebut Ibu Dewi juga mengatakan bahwa Saya mengajarkan praktik kebersihan dan sanitasi lingkungan kepada anak dengan cara mencuci tangan setelah dari bepergian, membuang sampah pada

[102] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025
[103] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025

tempatnya, serta mandi sendiri dengan bersih dua kali sehari.[104]

Dari wawancara tersebutdapat disimpulkan bahwa Orang tua sudah mengajarkan bagaimana cara mempraktikkan kebersihan sanitasi dan lingkungan kepada anak dengan cara mencuci tangan sebelum dan sesudah makan serta membuang sampah pada tempatnya agar tidak mengakibatkan banjir, serta mandi sehari dua kali agar tubuh bersih, segar dan sehat.

Menurut penelitian Achmad, Hasdiansyah, dan Ashadi (2024), lingkungan fisik mencakup ketersediaan air bersih, fasilitas sanitasi, dan kondisi rumah tangga yang sehat. Sementara itu, lingkungan sosial melibatkan interaksi

[104] Wawancara deangan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025

dalam keluarga, tingkat pendidikan orang tua, serta dukungan dari komunitas.

Dari pernyataan tersebut Bapak Ardy mengatakan bahwa Saya selalu menggunakan air bersih untuk kebutuhan sehari-hari, misalnya untuk mandi, masak, dan mencuci menggunakan PDAM. Air untuk dikonsumsi atau diminum saya menggunakan air galon isi ulang.[105]

Ibu Hanung juga mengatakan bahwa ketersediaan air bersih dirumah untuk kebutuhan sehari-hari saya menggunakan air PAM dan sumur digunakan untuk masak, mandi dan mencuci. Namun bila untuk diminum saya menggunakan air galon.[106]

Sejalan dengan pendapat tersebut Ibu Dewi juga mengatakan bahwa Saya

[105] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025
[106] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025

dalam kehidupan sehari-hari selalu menggunakan air bersih jenis PAM untuk mencuci, masak, dan mandi. Akan tetapi jika untuk diminum saya menggunakan air galon.[107]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Dalam kehidupan sehari-hari orang tua selalu menggunakan air bersih untuk dikonsumsi sehingga anak terjamin kesehatannya. Rata-rata orang tua menggunakan air PAM untuk mencuci, mandi, dan masak sedangkan air untuk dikonsumsi menggnakan air galon.

Menurut Arnita et al., Stunting dapat dicegah melalui intervensi gizi yang difokuskan pada periode 1.000 hari pertama kehidupan, yang mencakup pemenuhan kebutuhan nutrisi serta pelayanan kesehatan bagi ibu hamil. Upaya ini melibatkan pemastian bahwa

[107] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025

asupan gizi ibu tercukupi dan pemberian makanan yang mengandung protein sesuai usia untuk balita di atas 6 bulan. Pencegahan stunting juga mencakup menjaga kebersihan lingkungan, memastikan ketersediaan air bersih, serta membawa anak secara rutin ke posyandu minimal sebulan sekali. Di posyandu, balita akan dipantau pertumbuhan berat dan tinggi badannya untuk mendeteksi potensi stunting sedini mungkin.

Dari pernyataan tersebut Ibu Hanung juga mengatakan bahwa Ya saya selalu memanfaatkan pelayanan kesehatan untuk anak saya dengan mengikuti posyandu selama sebulan sekali dengan membawa buku KIA agar mengetahui perkembangan anak dan selalu mendapatkan imunisasi dan vaksin

lengkap dari bidan atau petugas puskesmas daerah.[108]

Bapak Ardy juga mengatakan bahwa Saya selalu memanfaat pelayanan kesehatan di daerah melalui program pemerintah di PKD agar anak mendapatkan imunisasi dan vaksin lengkap dari bidan atau petugas puskesmas. Saya juga selalu membawa buku KIA untuk mengetahui bagaimana tumbuh kembang anak saya.[109]

Sejalan dengan pendapat tersebut Ibu Dewi juga mengatakan bahwa Ya saya selalu memanfaatkan pelayanan kesehatan dengan membawa anak saya ke bidan desa untuk mendapatkan imunisasi dan vaksin secara lengkap dan selalu membawa buku

[108] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pda tanggal 21 April 2025
[109] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025

KIA agar bisa memantau tumbuh kembang anak.[110]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Orang tua sudah memanfaatkan pelayanan kesehatan sperti PKD, Posyandu, dan bidan desa untuk anaknya agar mendapatkan vaksin dan imunisasi secara lengkap dan mengetahui bagaimana pertumbuhan dan perkembangan anak melalui buku KIA.

b. Orang Tua Memberikan Makan Makanan Bergizi

Contoh menu bergizi untuk anak usia 4–6 tahun dapat disusun sebagai berikut: Hari Senin, anak diberi nasi putih dengan tumisan kacang panjang, wortel, dan telur. Menu ini mengandung karbohidrat dari nasi putih, lemak dari minyak sayur yang digunakan untuk menumis, vitamin dari kacang panjang dan

[110] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025

wortel, serta protein dari telur. Hari Selasa, anak mengonsumsi bubur ayam yang merupakan menu lengkap karena mengandung karbohidrat, protein, lemak, dan mineral. Hari Rabu, anak diberi sup sayur yang kaya akan vitamin dan mineral. Menu harian seperti ini membantu memenuhi kebutuhan gizi anak secara seimbang dan bervariasi.

Dari pernyataan tersebut Ibu Hanung juga menyampaikan bahwa Saya selalu memberikan amakann yang bergizi untuk anak contohnya: Pagi sarapan dengan biskuit, susu, atau nasi, siang nasi, lauk, sayur, buah, air putih, sore camilan, roti, air putih, malam nasi, lauk, sayur, air the atau susu sesuai permintaan anak.[111]

Bapak Ardy juga mengatakan bahwa Saya selalu memberikan menu makan yang bergizi untuk anak saya

[111] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025

dengan Nasi, sayur, lauk, minumnya susu atau air putih. Setiap hari menu makan anak seperti itu karena anak seumurannya sangat memerlukan makanan yang bergizi untuk energi karena sedang dalam masa pertumbuhan.[112]

Sejalan dengan pendapat tersebut Ibu Dewi juga menyampaikan bahwa menu makan bergizi untk anak saya setiap harinya seperti sayur sup brokoli, wortel, dan beberapa potong daging ayam atau oseng sayur sawi, dengan lauk telur goreng atau rebus, ayam goreng atau bakar, dan masih banyak lagi variasi amakann lainnya. Untuk minuman biasanya masih meminum susu hillo school, susu sapi murni ataupun air putih.[113]

[112] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025
[113] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Orang tua selalu memberikan menu makan bergizi untuk anak usia dini yang sedang dalam masa pertumbuhan, makanan tersebut sudah mengandung gizi seimbang yaitu adanya nasi yang mengandung karbohidrat, sayur-sayuran yang mengandung vitamin, daging yang mengandung protein, dan susu atau air putih yang mengandung mineral.

Salah satu hal penting dalam pemberian makanan untuk anak usia 4–6 tahun adalah memvariasikan cara pengolahan makanan, agar semua jenis bahan dapat dikonsumsi. Sebagai contoh, jika anak tidak menyukai bayam, sayuran tersebut bisa diolah menjadi telur dadar agar lebih menarik bagi anak.

Dari pernyataan tersebut Ibu Dewi juga menyampaikan bahwa Saya setiap hari masak selalu berganti-ganti menu

makan dan bervariasi dengan itu anak saya akan lebih senang untuk makan, contohnya dengan memberikan pewarna alami dari sayur bayam kedalam mie karena anak saya sangat suka dengan mie maka saya variasikan seperti itu agar tetap sehat.[114]

Bapak Ardy juga mengatakan bahwa selalu memvariasikan dalam pengolahan makanan anak agar nafsu makan anak bertambah yaitu dengan membuat bola-bola tahu yang bercampur wortel, dengan cara tersebut sehingga anak tetap memakan sayuran yang mengandung vitamin untuk tubuh.[115]

Sejalan dengan pendapat tersebut Ibu Hanung juga menagatakan bahwa selalu memvariasikan dalam mengolah makanan agar anak tidak bosan yaitu

[114] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025
[115] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana apada tanggal 21 April 2025

dengan membuat es cream dari buah-buahan yang dicampur susu, sehingga jika anak ingin mengonsumsi es cream berlebihan tidak masalah karena sudah mengandung vitamin dari buah dan pewarna alami dari buah.[116]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Orang tua sudah memvariasikan cara mengolah makanan sehingga semua makanan dapat masuk dan anak tidak bosan. Misalnya pewarna alami dari bayam yang mengandung vitamin dijadikan pewarna makanan untuk mie.

Dalam memberikan makanan kepada anak usia 4–6 tahun, salah satu hal penting yang perlu diperhatikan adalah variasi menu yang mencakup makanan pokok, lauk pauk, sayur, dan buah. Disarankan agar sumber protein yang diberikan juga bervariasi, guna

[116] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025

memastikan seluruh kebutuhan zat gizi anak terpenuhi dengan baik.

Dari pernyataan tersebut Ibu Hanung juga menyampaikan bahwa Ya saya sealu mevariasikan dalam menyajikan makanan. Dari karbohidrat biasanya saya variasikan dengan kentang, lauk pauk, sayuran, buah, dan minum selalu berganti-ganti agar anak tidak bosan dan makan selalu lahap.[117]

Ibu Dewi juga mengatakan bahwa Ya setiap hari saya selalu memvariasikan menu makanan agar anak tidak bosan dan tetap mau makan. Contohnya dengan protein yang berbeda kadang telur, ikan, ataupun daging, nasi terkadang nasi goreng atau nasi kuning, sayur, buah dan susu atau air putih.[118]

[117] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025
[118] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025

Sejalan dengan pendapat tersebut Bapak Ardy menyampaikan bahwa Ya ada variasi makanan dalam setiap menyajikan yaitu dengan Nasi, sayur bayam, ayam, buah, air putih, setiap harinya sayur, lauk, buah, dan minum selalu berganti agar anak tidak bosan dan mau memakan sampai habis.[119]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Orang tua selalu memvariasikan makanan yang disajikan kepada anak agar anak tidak merasa bosan dan makan dengan lahap setiap harinya. Meliputi nasi atau karbohidrat lainnya, sayur, buah, lauk pauk, dan minum.

c. Orang Tua Memantau Tumbuh Kembang Anak

Sudah menjadi pemahaman umum di kalangan para ahli dan pengamat pendidikan bahwa keluarga merupakan

[119] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025

lembaga pertama dan paling utama dalam proses perkembangan individu. Peran orang tua dalam memberikan pendidikan di lingkungan keluarga sering disebut sebagai *al-madrasah al-ula*, atau sekolah pertama bagi anak.

Dari pernyataan tersebut Ibu Dewi menyampaikan bahwa Ya saya selalu memantau perkembangan anak saya dengan cara memberikan perhatian penuh saat berbicara yaitu dengan mendengarkan aktif dan memberikan respon positif kepada anak sehingga anak merasa dihargai.[120]

Bapak Ardy juga mengatakan bahwa Saya selalu memantau tumbuh kembang anak dengan cara memberikan pola asuh yang positif yaitu dengan memberikan kasih sayang dan perhatian, memberikan pujian dalam setiap

[120] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025

pencapaian anak, dan selalu memberikan contoh yang baik untuk anak.[121]

Sejalan dengan pendapat tersebut Ibu Hanung juga mengatakan bahwa selalu memantau perkembangan anak dirumah maupun di sekolah. Dirumah dengan cara mendengarkan dan memahami perasaan anak setiap anak berkeluh kesah, Jika disekolah dengan menanyakan kepada guru bagaimana tumbuh kembang anak disaat berkegiatan.[122]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Orang tua sudah selalu memantau tumbuh kembang anak disekolah maupun dirumah karena hal tersebut sangatlah penting bagi anak. Contohnya dengan memberikan

[121] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025
[122] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025

perhatian, kasih sayang, dan mengajarkan hal positif kepada anak.

Faktor penyebab tidak langsung stunting meliputi pengetahuan ibu mengenai gizi, cara pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua, tingkat pendapatan keluarga, serta sejauh mana layanan kesehatan dimanfaatkan. Maka dari itu oang tua harus mempunyai sikap dan sadar bahwa pengetahuan tengang gizi, pola asuh orang tua, tingkat pendapatan orang tua dan pemanfaatan pelayanan kesehatan sangatlah penting bagi ibu dan anak.

Dari pernyataan tersebut Ibu Hanung juga menyampaikan bahwa Ya selalu memanfaatkan fasilitas kesehatan seperti PKD dan selalu mengikuti posyandu guna untuk mengetahui tumbuh kembang anak. Dengan mengikuti posyandu jadi tahu berapa BB anak, TB

anak, dll, jadi tumbuh kembangnya dapat terkontrol.[123]

Bapak Ardy juga menyampaikan bahwa Ya selalu memanfaatkan pelayanan di desa, seperti mengikuti posyandu setiap satu bulan sekali agar pertumbuhannya seimbang, tidak terlalu gemuk atau terlalu kurus, berat badan dan tinggi badan sesuai umur, dan mengetahui apakah ada penyakit yang diderita anak.[124]

Sejalan dengan pendapat tersebut Ibu Dewi juga mengatakan bahwa Ya, anak saya mengikuti program posyandu di desa agar saya dapat mengetahui banyak pengetahuan baru tentang pendidikan dan pengetahuan dalam hal gizi serta

[123] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025
[124] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025

kesehatan anak serta dapat memantau perkembangan dan kesehatan anak.[125]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Orang tua sudah memanfaatkan fasilitas kesehatan yang ada di desa seperti PKD maupun Posyandu yang sangat bermanfaat bagi ibu dan anak. Manfaatnya yaitu mendapatkan pengetahuaan tentang gizi anak dan mengetahui perkembangan dan kesehatan anak.

Menurut Isna Afifah Azizi Aspek bahasa merupakan salah satu aspek penting yang perlu dikembangkan pada anak. Bahasa berfungsi sebagai alat komunikasi, yang memungkinkan seseorang untuk berinteraksi, menyapa, dan bertukar pikiran guna memenuhi kebutuhannya. Demikian pula pada anak-anak, mereka membutuhkan bahasa untuk

[125] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025

menyampaikan perasaan dan keinginannya kepada orang lain. Seiring dengan bertambahnya usia dan perkembangan mereka, kemampuan berbahasa anak juga mengalami peningkatan, baik dari segi jumlah kosakata, cakupan, maupun tingkat kompleksitasnya.

Dari pernyataan tersebut Bapak Ardy menyampaikan bahwa Ya selalu bertukar fikiran dan menanyakan permasalahan anak agar anak mengungkapkan isi hatinya. Contohnya dengan menanyakan bagaimana tadi disekolah senang atau sedih, lalu menyuruh anak memberikan alasannya, jadi anak dapat bercerita sehingga kemampuan bahasanya menambah.[126]

Ibu Hanung juga mengatakan bahwa Ya anak selalu saya tanya ketika

[126] Wawancara dengan Bapak Ardy, selaku orang tua murid dari Dana pada tanggal 21 April 2025

sedih maupun senang agar anak mengungkapkan isi hatinya melalui bahasa. Contohnya seperti ketika sehabis pulang sekolah ada kegiatan hari kartini ini saya bertanya tadi senang ngga jalan-jalan naik kereta mini, dengan begitu anak bercerita dan bertukar pikiran kepada orang lain.[127]

Sejalan dengan pendapat tersebut Ibu Dewi juga mengatakan bahwa Ya saya selalu mengajaknya mengobrol setelah pulang sekolah dan menanyakan kegiatan apa saja yang dilakukan disekolah dan selalu menanyakan hal apa saja ketika anak sedang tidak bersama saya, karena hal tersebut dapat meningkatkan kemampuan bahasa anak

[127] Wawancara dengan Ibu Hanung, selaku orang tua murid dari Oscar pada tanggal 21 April 2025

dan mengajarkan mengungkapkan isi hatinya.[128]

Dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa Orang tua sudah memfasilitasi agar aspek bahasa anak berkembang dengan cara menanyakan kegiatan anak sehari-hari sehingga anak mengungkapkan isi hatinya melalui bahasa. Kemampuan berbahasa anak juga meningkat.

C. Pembahasan

1. Pemahaman Orang Tua Terhadap Stunting Pada Anak Usia Dini di KB-TK Sudirman VI Tambakboyo

   a. Stunting

      Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa orang tua sudah memahami penyebab stunting salah satunya yaitu kekurangan

[128] Wawancara dengan Ibu Dewi, selaku orang tua murid dari Ara pada tanggal 21 April 2025

asupan gizi atau makanan bergizi yang harus dikonsumsi anak usia dini sehingga tumbuh kembangnya maksimal sesuai dengan usianya.

Sejalan dengan pendapat tersebut Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 juga mengemukakan bahwa Stunting merupakan kondisi gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis serta infeksi yang terjadi secara berulang. Ciri utama dari stunting adalah tinggi atau panjang badan anak yang berada di bawah standar yang telah ditetapkan oleh kementerian yang menangani urusan kesehatan.[129]

Pemahaman orang tua terhadap stunting pada anak usia dini di KB-TK Sudirman VI Tambakboyo adalah rata-rata

[129] Peraturan Presiden (Perpres) Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting

orang tua sudah memahami tentang stunting, hanya saja karena pekerjaan yang dijalani orang tua sehingga banyak anaknya yang kurang perhatian lebih terutama pada pola dan menu makan anak.

Orang tua juga sadar akan pentingnya ilmu tentang gizi dan pola asuh anak karena sangat berpengaruh dengan tumbuh kembang anak, jika tidak berbekal ilmu tersebut maka anak akan terkena gangguan pertumbuhan atau yang biasa disebut dengan stunting. Adapun hasil penelitian Aeda Ernawati menunjukkan bahwa. Beberapa faktor penyebab tidak langsung dari stunting antara lain mencakup pengetahuan ibu tentang gizi, pola pengasuhan anak oleh orang tua, tingkat penghasilan keluarga, serta pemanfaatan fasilitas layanan kesehatan. Rendahnya pendapatan merupakan bagian dari kondisi kemiskinan, yang sangat berhubungan dengan terbatasnya akses

terhadap makanan bergizi, lingkungan dengan sanitasi yang memadai, serta keterbatasan keluarga dalam memperoleh pelayanan kesehatan dasar.[130]

Pengetahuan dan sikap orang tua sangatlah penting untuk mewujudkan pencegahan anak stunting agar tumbuh kembang anak dapat kembali normal seperti teman sebayanya. Sehubungan dengan itu perlu juga adanya sikap orang tua mengonsultasikan kepada petugas kesehatan atau bidan desa setempat saat mengikuti posyandu.

Adapun hasil penelitian Ananda Prasetya, dkk. bahwa Untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal, terutama pada masa balita, diperlukan berbagai persiapan baik dari

[130] Aeda Ernawati, "Gambaran Penyebab Balita Stunting Di Desa Lokus Stunting Kabupaten Pati," *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK* 16, no. 2 (2020): 77–94, https://doi.org/10.33658/jl.v16i2.194.

orang tua terutama ibu maupun tenaga kesehatan. Upaya pencegahan stunting perlu dimulai sejak masa kehamilan, khususnya dalam 1.000 hari pertama kehidupan anak. Salah satu faktor penting dalam pencegahan ini adalah pengetahuan dan sikap ibu terhadap stunting.[131]

Orang tua juga memahami jika pendapatan yang rendah bisa menyebabkan anak stunting karena orang tua tidak dapat membelikan atau memenuhi kebutuhan zat gizi anak. Oleh karena itu pengetahuan dan sikap orang tua sangatlah penting untuk mewujudkan pencegahan anak stunting agar tumbuh kembang anak dapat kembali normal seperti teman sebayanya. Sehubungan dengan itu perlu juga adanya sikap orang tua mengonsultasikan kepada petugas

[131] Ananda Prasetya et al.

kesehatan atau bidan desa setempat saat mengikuti posyandu.

b. Faktor Penyebab Stunting

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua sudah memahami penyebab stunting salah satunya yaitu kekurangan asupan gizi atau makanan bergizi yang harus dikonsumsi anak usia dini sehingga tumbuh kembangnya maksimal sesuai dengan usianya.

Sejalan dengan pendapat tersebut Sulistyaningsih, Panunggal, & Murbawani mengatakan bahwa Secara umum, penyebab stunting pada anak dibagi menjadi dua kategori, yaitu penyebab langsung dan tidak langsung. Penyebab langsung meliputi tingkat asupan zat gizi, faktor keturunan, serta penyakit infeksi yang dialami anak. Zat gizi yang dibutuhkan tubuh terdiri dari zat gizi makro dan mikro. Berbagai penelitian

menunjukkan bahwa kekurangan zat gizi makro seperti protein, serta zat gizi mikro seperti zat besi (Fe), seng (Zn), kalsium (Ca), vitamin D, A, dan C, dapat menyebabkan terjadinya stunting.[132]

Orang tua juga sudah memahami bahwa stunting salah satu faktor penyebabnya yaitu karena ada faktor keturunan dari orang tua sehingga jika orang tua memiliki tubuh pendek maka anak juga sama, namun hal tersebut masih bisa disembuhkan dengan memakan makanan yang bergizi.

Hal tersebut juga dikemukakan oleh Sulistyaningsih, dkk. bahwa Faktor lain yang terkait dengan stunting adalah hormon, khususnya hormon tiroid yang berperan penting dalam proses

[132] Aeda Ernawati, "Gambaran Penyebab Balita Stunting Di Desa Lokus Stunting Kabupaten Pati," *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK* 16, no. 2 (2020): 77–94, https://doi.org/10.33658/jl.v16i2.194.

pertumbuhan anak. Selain itu, stunting juga dapat dipengaruhi oleh faktor genetika, di mana orang tua yang memiliki postur pendek berpotensi mewariskan sifat tersebut kepada anak-anaknya.[133]

Orang tua juga sudah sudah memahami bahwa penyebab stunting bisa dari infeksi yang diderita anak akan tetapi masih bisa disembuhkan dengan memberikan makanan yang bergizi dan rutin memeriksakan anak ke dokter anak atau bidan terdekat yang ada di lingkungan tempat tinggal.

c. Dampak Stunting

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua sudah paham atau mengerti bahwa dampak stunting sangatlah berbahaya bagi anak

[133] Aeda Ernawati, "Gambaran Penyebab Balita Stunting Di Desa Lokus Stunting Kabupaten Pati," *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK* 16, no. 2 (2020): 77–94, https://doi.org/10.33658/jl.v16i2.194.

terutama pada tumbuh kembangnya serta masa depannya, akan tetapi masih bisa dicegah dengan memakan makanan yang bergizi sehingga tumbuh kembang anak bisa sesuai dengan usianya.

Hal tersebut juga dikemukakan oleh Kementrian Kesehatan Republik Indonesia secara umum, dampak stunting dapat dibagi menjadi dua kategori, yaitu dampak jangka pendek yang muncul dalam waktu relatif cepat, dan dampak jangka panjang yang baru terlihat seiring berjalannya waktu.[134]

Orang tua telah mengetahui bahwa dampak yang akan terlihat atau menganggu anak stunting adalah perkembangannya yang kurang optimal dari teman seusianya sehingga membutuhkan peran orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizinya. Hal tersebut

[134] Kementrian Kesehatan Republik Indonesia

dikemukakan oleh Kementrian Kesehatan Republik Indonesia bahwa beberapa dampak stunting yang dapat terlihat secara langsung antara lain adalah meningkatnya risiko anak terserang penyakit dan kematian, terhambatnya perkembangan anak dalam aspek kognitif, motorik, dan kemampuan berbicara, serta bertambahnya beban pengeluaran untuk biaya perawatan kesehatan.[135]

Orang tua juga mengetahui bahwa penyebab stunting yaitu dari anak yang rentan terkena penyakit seperti infeksi, diare dan lain sebagainya, akan tetapi masih dapat disembuhkan dengan cara memberikan makanan yang bergizi dan rutin memeriksakan ke posyandu atau dokter anak. Orang tua juga memahami bahwa jika anak yang terkena stunting cenderung memiliki daya tahan tubuh

[135] Kementrian Kesehatan Republik Indonesia

yang rendah sehingga mudah terkena penyakit akan tetapi hal tersebut dapat dihindari atau disembuhkan dengan peran penting orang tua yang memberikan makanan bergizi dan mengikuti arahan dokter anak.

2. Pentingnya Ilmu Gizi dan Kesehatan bagi Orang Tua Anak Stunting di KB-TK Sudirman VI Tambakboyo

   a. Gizi dan Kesehatan

      Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa Orang tua sudah memenuhi kebutuhan gizi anak sehingga tubuh anak sehat tidak mudah terserang penyakit serta gerak tubuh anak lincah seperti anak pada umumnya dan cerdas dalam berfikir Seperti yang disampaikan oleh Nabi Muhammad SAW dalam hadis riwayat Al-Bukhari, Ahmad, dan An-Nasa'i: *"Sesungguhnya tubuhmu memiliki hak yang harus engkau penuhi."* Hal ini mengandung makna bahwa setiap individu

bertanggung jawab untuk menjaga kesehatannya agar tubuh dapat berfungsi dengan optimal. Oleh karena itu, mencukupi kebutuhan gizi merupakan kewajiban setiap orang sebagai bagian dari upaya memelihara kesehatan jasmani.[136]

Orang tua juga mengetahui bahwa fungsi gizi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga anak sehat dan memiliki sumber tenaga agar selalu berkegerak aktif dan berfikir cerdas.Adapun hasil penelitian Hanifa N dan Luthfeni bahwa berdasarkan fungsinya dalam tubuh, zat gizi dapat diklasifikasikan ke dalam tiga kelompok utama, yaitu: zat gizi yang berperan sebagai sumber energi (penghasil tenaga), zat gizi yang berfungsi sebagai pembangun tubuh (untuk pertumbuhan dan perbaikan jaringan), serta zat gizi yang

[136] HR.Al-Bukhari, Ahmad, dan An-Nasa'i

berperan sebagai pengatur atau pelindung, yaitu yang membantu mengatur berbagai proses tubuh agar berjalan dengan baik.[137]

Orang tua juga mengetahui zat gizi sangatlah penting bagi anak usia dini karena sedang dalam masa pertumbuhan. Zat gizi juga sangat penting untuk perkembangan otak dan sistem kekebalan tubuh. Zat gizi didapatkan dari mengonsumsi makan makanan dan minuman yang mengandung gizi seimbang.

Hal tersebut juga dikemukakan oleh Juairia, dkk. bahwa Nutrisi memiliki peran penting bagi anak usia dini karena berkontribusi langsung terhadap pertumbuhan, perkembangan, kesehatan, dan kesejahteraan anak di masa depan. Masa usia dini merupakan periode yang ideal untuk membentuk kebiasaan gizi

[137] Hanifa N. dan Luthfeni, *Makanan yang sehat*, h. 10

yang baik. Tujuan dari pemberian gizi ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku anak dalam menerapkan pola makan sehat sehari-hari.[138]

b. Ciri Anak Terpenuhi Gizinya dan Sehat

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa Orang tua mengetahui ciri-ciri anak terpenuhi gizinya, yaitu Berat badan dan tinggi badan sesuai umur, Sehat dan aktif, Tumbuh dan berkembang sesuai usianya, Nafsu makan bertambah, serta Tidak mudah terserang penyakit.

Adapun hasil penelitian Anggi Pratami Dewi bahwa Anak yang sehat ditandai oleh kondisi gizi dan perkembangan yang sesuai dengan

[138] Juairia Juairia et al., "Kesehatan Diri Dan Lingkungan : Pentingnya Gizi Bagi Perkembangan Anak," *Jurnal Multidisipliner Bharasumba* 1, no. 03 (2022): 269–78, https://doi.org/10.62668/bharasumba.v1i03.199.

usianya. Ciri-cirinya meliputi pertumbuhan tubuh yang seimbang tidak terlalu kurus maupun gemuk, status gizi yang baik sesuai dengan berat dan tinggi badan menurut usia, serta pencapaian tahap perkembangan yang sesuai. Selain itu, perkembangan motorik, kognitif, afektif, kemampuan bersosialisasi, dan kemandiriannya berlangsung normal tanpa keterlambatan. Anak juga tampak aktif, ceria, tidak mudah lelah, tidak murung, dan tidak mudah marah.[139]

Anak juga telah memenuhi salah satu ciri-ciri anak sehat berdasarkan status gizi dan tingkat perkembangan anak yaitu bahwa perkembangan motorik, kognitif, afektif, sosialisasi, dan kemandirian anak sudah sesuai dengan usianya. Seperti dalam penelitian Anggi tadi bahwa salah

[139] Annggi Pratami Dewi, "Peran Pendidik Dalam Pemeliharaan Kesehatan Anak Usia Dini," *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana Universitas Negeri Semarang*, 2022, 98.

satu ciri-ciri anak yang sehat, ditinjau dari status gizi dan tingkat perkembangannya, antara lain menunjukkan tahapan perkembangan yang sesuai dengan usianya. Selain itu, kemampuan motorik, kognitif, afektif, serta keterampilan bersosialisasi dan kemandirian berkembang secara optimal tanpa mengalami keterlambatan.

c. Menu Makan Yang Bergizi Untuk Anak

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa Orang tua selalu memperhatikan menu makanan anak karena anak seusianya sedang dalam masa pertumbuhan, maka dari itu orang tua memberikan makan makanan yang bergizi seperti sayur-sayuran, daging ayam maupun ikan, buah-buahan, dan susu segar setiap harinya. Kesehatan anak sangat bergantung pada asupan gizi yang terkandung dalam makanan yang dikonsumsinya. Status gizi yang baik

menjadi salah satu faktor penting yang menentukan keberhasilan anak dalam proses pembelajaran.

Orang tua juga selalu memperhatikan dalam pemberian menu makan anak dengan cara memvariasikan menu makan, menciptakan suasana menyenangkan disaat makan, tidak memberikan makanan selingan diwaktu makan utama dan menyiapkan menu makan sesuai kesukaan anak.

Seperti dalam penelitian Juairia, dkk. Bahwa salah satu hal penting yang perlu diperhatikan dalam pemberian makanan bagi anak usia 4–6 tahun adalah memastikan variasi dalam jenis makanan yang dikonsumsi. Variasi tersebut mencakup makanan pokok, lauk-pauk, sayur-sayuran, dan buah-buahan. Selain itu, sumber protein sebaiknya diganti secara berkala agar seluruh kebutuhan zat

gizi anak dapat terpenuhi secara seimbang dan optimal.[140]

Porsi makan anak semakin bertambah usia maka semakin banyak pula porsi makannya. Anak usia dini memang sedang masa pertumbuhan dan aktifitasnya semakin banyak, maka anak memerlukan energi berupa makanan dengan porsi yang lebih banyak dan terutama mengandung gizi.

Dalam penelitian Juairia, dkk. juga mengatakan bahwa Pada usia ini, porsi makan anak umumnya hanya sekitar setengah dari porsi orang dewasa. Memasuki usia satu tahun, laju pertumbuhan mulai melambat dan sering kali disertai dengan munculnya masalah sulit makan. Di sisi lain, aktivitas anak mulai meningkat, terutama dengan lebih banyak waktu yang dihabiskan untuk

[140] Juairia et al., "Kesehatan Diri Dan Lingkungan : Pentingnya Gizi Bagi Perkembangan Anak."

bermain, sehingga proses makan sering kali dilakukan sambil bermain.[141]

3. Pencegahan Stunting Melalui Peran Orang Tua di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo

   a. Menjaga Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

      Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa Orang tua sudah mengajarkan bagaimana cara mempraktikkan kebersihan sanitasi dan lingkungan kepada anak dengan cara mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, membuang sampah pada tempatnya agar tidak mengakibatkan banjir, serta mandi sehari dua kali agar tubuh bersih, segar dan sehat.

      Dalam karya pentingnya yaitu Teori Ekologi Perkembangan, Bronfenbrenner (1979) menjelaskan berbagai cara yang membentuk

[141] Juairia et al., "Kesehatan Diri Dan Lingkungan : Pentingnya Gizi Bagi Perkembangan Anak."

perkembangan anak-anak melalui berbagai lapisan lingkungan, dimulai dari keluarga sebagai sistem dasar dan meluas hingga struktur masyarakat dan kebijakan pemerintah. Dalam kerangka ini, orang tua memegang peranan penting dalam memenuhi kebutuhan dasar anak-anak mereka, khususnya dalam hal gizi dan kebersihan. Praktik yang diadopsi oleh orang tua seperti memberikan ASI eksklusif, menawarkan makanan pendamping yang bergizi, dan menanamkan kebiasaan gaya hidup sehat sangat penting dalam pencegahan stunting. Lebih jauh lagi, praktik sanitasi keluarga yang efektif, termasuk mencuci tangan dengan sabun secara teratur, akses terhadap air bersih, dan pengelolaan limbah yang tepat, memainkan peran penting dalam membina lingkungan yang sehat bagi anak-anak.

Dalam kehidupan sehari-hari orang tua selalu menggunakan air bersih untuk dikonsumsi sehingga anak terjamin kesehatannya. Rata-rata orang tua menggunakan air PAM untuk mencuci, mandi, dan masak sedangkan air untuk dikonsumsi menggnakan air galon.

Menurut penelitian Achmad, Hasdiansyah, dan Ashadi (2024), lingkungan fisik mencakup ketersediaan air bersih, fasilitas sanitasi, dan kondisi rumah tangga yang sehat. Sementara itu, lingkungan sosial melibatkan interaksi dalam keluarga, tingkat pendidikan orang tua, serta dukungan dari komunitas.[142]

Orang tua juga sudah memanfaatkan pelayanan kesehatan seperti PKD, Posyandu, dan bidan desa untuk anaknya agar mendapatkan vaksin

[142] Ayva Tuzqya Fattikasary et al., "Peran Orang Tua Terhadap Pencegahan Stunting Pada Anak Usia Dini Melalui Perbaikan Pola Makan Dan Lingkungan" 5 (2025): 3703–14.

dan imunisasi secara lengkap dan mengetahui bagaimana pertumbuhan dan perkembangan anak melalui buku KIA. Menurut Arnita et al., Stunting dapat dicegah melalui intervensi gizi yang terfokus pada 1.000 hari pertama kehidupan, yang mencakup pemenuhan kebutuhan nutrisi serta pelayanan kesehatan bagi ibu hamil. Upaya ini meliputi memastikan asupan gizi ibu hamil terpenuhi dengan baik, serta pemberian makanan tinggi protein yang sesuai dengan usia bagi balita di atas enam bulan. Pencegahan stunting juga perlu didukung dengan penerapan sanitasi yang baik, ketersediaan air bersih, serta kunjungan rutin ke posyandu minimal sekali dalam sebulan. Di posyandu, berat badan dan tinggi badan balita akan dipantau secara

berkala untuk mendeteksi potensi stunting sedini mungkin.[143]

b. Makan Makanan Bergizi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa Orang tua selalu memberikan menu makan bergizi untuk anak usia dini yang sedang dalam masa pertumbuhan, makanan tersebut sudah mengandung gizi seimbang yaitu adanya nasi yang mengandung karbohidrat, sayur-sayuran yang mengandung vitamin, daging yang mengandung protein, dan susu atau air putih yang mengandung mineral.

Contoh menu makan bergizi untuk anak usia 4–6 tahun: hari senin: Anak diberikan nasi putih dengan tumisan kacang panjang, wortel, dan telur. Nasi

[143] Arnita, S., Rahmadhani, D. Y., & Sari, M. T. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Upaya Pencegahan Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi,* 9(1), 7

putih menyediakan karbohidrat sebagai sumber energi utama, sementara lemak diperoleh dari minyak sayur yang digunakan untuk menumis. Kacang panjang dan wortel memberikan kandungan vitamin, sementara telur menyediakan protein yang penting untuk pertumbuhan. Hari selasa: Anak diberikan bubur ayam, yang mengandung karbohidrat dari nasi, protein dari ayam, lemak, serta berbagai mineral yang penting untuk kesehatan tubuh. Hari rabu: Anak diberi sup sayur yang kaya akan vitamin dan mineral. Menu ini mendukung pemenuhan kebutuhan mikronutrien yang penting bagi tubuh, terutama untuk mendukung sistem kekebalan tubuh dan proses pertumbuhan.

Orang tua sudah memvariasikan cara mengolah makanan sehingga semua makanan dapat masuk dan anak tidak bosan. Misalnya pewarna alami dari

bayam yang mengandung vitamin dijadikan pewarna makanan untuk mie. Seperti dalam penelitian Juairia et. al. bahwa Salah satu hal yang harus diperhatiakan dalam pemberian makanan untuk anak usia 4-6 tahun yaitu variasikan cara mengolah sehingga semua bahan makanan dapat masuk, misalnya anak tidak mau makanbayam maka bayam dapat dibuat dalam telur dadar.[144]Orang tua juga selalu memvariasikan makanan yang disajikan kepada anak agar anak tidak merasa bosan dan makan dengan lahap setiap harinya. Meliputi nasi atau karbohidrat lainnya, sayur, buah, lauk pauk, dan minum. Karena salah satu aspek penting dalam pemberian makanan bagi anak usia 4–6 tahun adalah memastikan adanya variasi dalam jenis makanan yang dikonsumsi, yang mencakup makanan

[144] Juairia et al., "Kesehatan Diri Dan Lingkungan : Pentingnya Gizi Bagi Perkembangan Anak."

pokok, lauk-pauk, sayur-sayuran, dan buah-buahan. Selain itu, penting untuk mengganti sumber protein secara berkala agar kebutuhan gizi anak dapat terpenuhi secara optimal dan seimbang.

c. Memantau Tumbuh Kembang Anak

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa Orang tua sudah selalu memantau tumbuh kembang anak disekolah maupun dirumah karena hal tersebut sangatlah penting bagi anak. Contohnya dengan memberikan perhatian, kasih sayang, dan mengajarkan hal positif kepada anak.

Adapun hasil penelitian Ramayulis bahwa sudah menjadi pemahaman umum di kalangan para ahli dan pemerhati pendidikan bahwa keluarga merupakan institusi pertama dan paling utama dalam proses perkembangan individu. Dalam konteks ini, peran orang tua sebagai pendidik di lingkungan

keluarga sering disebut sebagai *al-madrasah al-ula*, atau sekolah pertama bagi anak.[145]

Orang tua juga sudah memanfaatkan fasilitas kesehatan yang ada di desa seperti PKD maupun Posyandu yang sangat bermanfaat bagi ibu dan anak. Manfaatnya yaitu mendapatkan pengetahuaan tentang gizi anak dan mengetahui perkembangan dan kesehatan anak. Karena penyebab tidak langsung stunting antara lain pengetahuan ibu tentang gizi, pola asuh orang tua, tingkat pendapatan orang tua, dan pemanfaatan pelayanan kesehatan. Maka dari itu oang tua harus mempunyai sikap dan sadar bahwa pengetahuan tengang gizi, pola asuh orang tua, tingkat pendapatan orang tua dan pemanfaatan

[145] Ramayulis. (2009). *Filsafat Pendidikan Islam*.Jakarta: Kalam Mulia.

pelayanan kesehatan sangatlah penting bagi ibu dan anak.

Orang tua juga sudah memfasilitasi agar aspek bahasa anak berkembang dengan cara menanyakan kegiatan anak sehari-hari sehingga anak mengungkapkan isi hatinya melalui bahasa. Kemampuan berbahasa anak juga meningkat. Menurut Dimas, dkk. bahwa Salah satu aspek penting yang perlu dikembangkan pada anak adalah aspek bahasa. Bahasa berfungsi sebagai alat komunikasi yang memungkinkan seseorang untuk berinteraksi, menyapa, serta bertukar pikiran demi memenuhi berbagai kebutuhan. Hal ini juga berlaku bagi anak-anak, yang memerlukan keberadaan orang lain untuk menyampaikan perasaan dan pikirannya melalui bahasa. Seiring dengan proses tumbuh kembang, kemampuan berbahasa anak pun akan mengalami peningkatan,

baik dari segi jumlah kosakata, cakupan penggunaan, maupun tingkat kompleksitasnya.[146]

D. Keterbatasan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini, penulis menyadari adanya berbagai kekurangan dan keterbatasan, baik yang bersumber dari diri penulis maupun dari faktor eksternal yang kurang mendukung. Adapun beberapa keterbatasan yang dihadapi antara lain:

1. Keterbatasan waktu

   Penelitian ini dilaksanakan bertepatan dengan kegiatan peringatan Hari Kartini, sehingga sebagian besar orang tua lebih memilih untuk mendampingi anak-anak mereka. Hal ini menyebabkan proses wawancara mengalami penundaan dan

[146] Dimas, Negara, and Albadi, "Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo ' Gizi Untuk Anak Usia Dini ' Tahun 202 3."

peneliti harus menunggu hingga anak-anak mengikuti kegiatan jalan-jalan bersama guru, agar para orang tua dapat memberikan perhatian penuh saat wawancara berlangsung.

2. Keterbatasan kemampuan

Penulis menyadari adanya keterbatasan dalam hal pengetahuan dan pemahaman yang dimiliki, yang mungkin berdampak pada proses maupun hasil penelitian. Namun demikian, penulis telah berupaya maksimal untuk menjalankan penelitian ini sebaik mungkin dengan mengandalkan kemampuan yang dimiliki serta bimbingan dari dosen pembimbing.

Meskipun terdapat kendala-kendala tersebut, penulis tetap berusaha untuk menyampaikan informasi yang relevan dan penting mengenai peran orang tua dalam meningkatkan gizi dan kesehatan anak usia 4–6 tahun, khususnya dalam upaya pencegahan stunting.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Rata-rata orang tua sudah memahami tentang stunting, hanya saja karena pekerjaan yang dijalani orang tua sehingga banyak anaknya yang kurang perhatian lebih terutama pada pola dan menu makan anak. Orang tua juga sadar akan pentingnya ilmu tentang gizi dan pola asuh anak karena sangat berpengaruh dengan tumbuh kembang anak, jika tidak berbekal ilmu tersebut maka anak akan terkena gangguan pertumbuhan atau yang biasa disebut dengan stunting. Orang tua juga mengetahui bahwa penyebab stunting yaitu dari anak yang rentan terkena penyakit seperti infeksi, diare dan lain sebagainya, akan tetapi masih dapat disembuhkan dengan cara memberikan makanan yang bergizi dan rutin

memeriksakan ke posyandu atau dokter anak. Orang tua juga memahami bahwa jika anak yang terkena stunting cenderung memiliki daya tahan tubuh yang rendah sehingga mudah terkena penyakit akan tetapi hal tersebut dapat dihindari atau disembuhkan dengan peran penting orang tua yang memberikan makanan bergizi dan mengikuti arahan dokter anak.

2. Orang tua sudah memenuhi kebutuhan gizi anak sehingga tubuh anak sehat tidak mudah terserang penyakit serta gerak tubuh anak lincah seperti anak pada umumnya dan cerdas dalam berfikir. fungsi gizi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga anak sehat dan memiliki sumber tenaga agar selalu berkegerak aktif dan berfikir cerdas. zat gizi sangatlah penting bagi anak usia dini karena sedang dalam masa pertumbuhan. Zat gizi juga sangat penting untuk perkembangan otak dan sistem kekebalan tubuh. Zat gizi didapatkan dari mengonsumsi makan makanan dan minuman

yang mengandung gizi seimbang. Orang tua juga selalu memperhatikan dalam pemberian menu makan anak dengan cara memvariasikan menu makan, menciptakan suasana menyenangkan disaat makan, tidak memberikan makanan selingan diwaktu makan utama dan menyiapkan menu makan sesuai kesukaan anak. Porsi makan anak semakin bertambah usia maka semakin banyak pula porsi makannya. Anak usia dini memang sedang masa pertumbuhan dan aktifitasnya semakin banyak, maka anak memerlukan energi berupa makanan dengan porsi yang lebih banyak dan terutama mengandung gizi.

3. Orang tua sudah mengajarkan bagaimana cara mempraktikkan kebersihan sanitasi dan lingkungan kepada anak dengan cara mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, membuang sampah pada tempatnya agar tidak mengakibatkan banjir, serta mandi sehari dua kali agar tubuh bersih, segar dan sehat. Dalam

kehidupan sehari-hari selalu menggunakan air bersih untuk dikonsumsi sehingga anak terjamin kesehatannya. Rata-rata orang tua menggunakan air PAM untuk mencuci, mandi, dan masak sedangkan air untuk dikonsumsi menggnakan air galon. Orang tua juga sudah memanfaatkan pelayanan kesehatan sperti PKD, Posyandu, dan bidan desa untuk anaknya agar mendapatkan vaksin dan imunisasi secara lengkap dan mengetahui bagaimana pertumbuhan dan perkembangan anak melalui buku KIA dan selalu memberikan menu makan bergizi untuk anak usia dini yang sedang dalam masa pertumbuhan, makanan tersebut sudah mengandung gizi seimbang yaitu adanya nasi yang mengandung karbohidrat, sayur-sayuran yang mengandung vitamin, daging yang mengandung protein, dan susu atau air putih yang mengandung mineral.

B. Saran

1. Untuk Pembaca: Semoga skripsi ini dapat menjadi referensi yang bermanfaat dan sumber bacaan yang informatif dalam memperluas wawasan pembaca, khususnya terkait topik yang dibahas.
2. Untuk Guru dan Orang Tu**a:** Diharapkan agar guru dan orang tua semakin peduli terhadap penerapan pola hidup bersih dan sehat pada anak, terutama dalam upaya pencegahan stunting sejak dini.
3. Untuk Lembaga TK: Semoga TK Sudirman Ambarawa dapat menginisiasi program penyuluhan mengenai pencegahan stunting yang ditujukan kepada seluruh wali murid, guna meningkatkan kesadaran dan pengetahuan orang tua dalam mendukung tumbuh kembang anak.
4. Untuk Penulis: Hendaknya penulis terus bersemangat dalam belajar dan tidak pernah merasa bosan untuk menimba ilmu,

karena belajar merupakan kunci utama dalam memperluas pengetahuan. Jangan ragu untuk bertanya kepada siapa pun, serta jadikan membaca buku sebagai kebiasaan untuk memperkaya wawasan dan meningkatkan kualitas karya ilmiah ke depan.

C. Kata Penutup

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari kata sempurna dan memiliki banyak kekurangan. Hal tersebut tidak terlepas dari keterbatasan pengetahuan dan kemampuan yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan dan penyempurnaan di masa mendatang.

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada semua pihak

yang telah memberikan bantuan, doa, dan bimbingan selama proses penyusunan tugas akhir ini. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat, baik bagi penulis secara pribadi maupun bagi para pembaca. Aamiin.

DAFTAR PUSTAKA

Ananda Frasetya, Siti, Velita Nuraini, Dhea Anggun, Puspita Sari, and Ketut Mahardika. "Mengatasi Stunting Dalam Pertumbuhan Dan Perkembangan Balita." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 7, no. 3 (2023): 27397–401.

Atasasih, Hesti. "Sosialisasi 'Isi Piringku' Pada Remaja Putri Sebagai Upaya Pencegahan Stunting." *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 6, no. 1 (2022): 116–21. https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i1.4685.

Dewi, Annggi Pratami. "Peran Pendidik Dalam Pemeliharaan Kesehatan Anak Usia Dini." *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana Universitas Negeri Semarang*, 2022, 98.

Dimas, Tirta, Wahyu Negara, and Fadhila Albadi. "Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo ' Gizi Untuk Anak Usia Dini ' Tahun 202 3." *Gizi Untuk Anak Usia Dini*, 2023.

Ernawati, Aeda. "Gambaran Penyebab Balita Stunting Di Desa Lokus Stunting Kabupaten Pati." *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK* 16, no. 2 (2020): 77–94. https://doi.org/10.33658/jl.v16i2.194.

Fatriansyah, Aulia, Darli Rizka, Lili Nur Indahsari, and Novia Oktari Yulanda. "ARRUS Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Is Licensed under an

Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).” *ARRUS Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 2, no. 2 (2023): 2964–1195.

Fattikasary, Ayva Tuzqya, Asep Kurnia Jayadinata, Dhea Ardiyanti, and Hanifa Shofuroh. “Peran Orang Tua Terhadap Pencegahan Stunting Pada Anak Usia Dini Melalui Perbaikan Pola Makan Dan Lingkungan” 5 (2025): 3703–14.

Haidar, Salim. *Penelitian Pedidikan: Metode, Pendekatan Dan Jenis*. Jakarta: Kencana, 2019.

Juairia, Juairia, Wini Malinda, Zalmi Hayati, Nora Ramadhanty, and Yecha Febrieanitha Putri. “Kesehatan Diri Dan Lingkungan : Pentingnya Gizi Bagi Perkembangan Anak.” *Jurnal Multidisipliner Bharasumba* 1, no. 03 (2022): 269–78. https://doi.org/10.62668/bharasumba.v1i03.199.

Karina Nur Safitri, Salma Irdhillah, Mila Deskia, Moch Fitran Naufaldy, Restu Rahayu, Nazwa Kusumawicitra, Selvi Triwanvi, Agus Mulyana, and Agus Mulyana. “Pembelajaran Penjasorkes Di Sekolah Dasar: Manfaat Olahraga Untuk Kesehatan Tubuh.” *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Ilmu Pendidikan* 3, no. 2 (2024): 44–56. https://doi.org/10.58192/sidu.v3i2.2108.

Kurniati, Paskalia Tri. “Penyuluhan Tentang Pencegahan Stunting Melalui Pemenuhan Gizi Pada Wanita Usia Subur.” *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 1, no. 2 (2021): 113–18. https://doi.org/10.25008/altifani.v1i2.125.

Nisaul maslakah, Zulia Setiyaningrum. "Pengaruh Pendidikan Media Flashcard Terhadap Pengetahuan Anak Tentang Pedoman Umum Gizi Seimbang." *Jurnal Kesehatan* 10, no. 01 (2017): 9–16.

Novianti, Gita Andi, and Parrangan Seprianus. "Diet Makanan Sehat Sesuai Golongan Darah Dengan Pemanfaatan Teknologi Berbasis Mobile." *Jurnal Teknologi Informasi* 10, no. 1 (2022): 1–9.

Nurfaidah, Hasna, Repa Nurlaela, and Regi Refian Garis. "Strategi Komunikasi Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Terhadap Perangkat Daerah Dalam Mengatasi Stunting Di Kabupaten Ciamis." *Aplikasi Administrasi: Media Analisa Masalah Administrasi* 26, no. 2 (2023): 113–23. https://doi.org/10.30649/aamama.v26i2.208.

Nurmiaty, Dessyn Hidayati Fajrin, Darmayanti Waluyo, Fery Lusviana Widiany Rafika Otova, Desmawati, shelly Festilia Agusanty, Asri Dewi, et al. *Kesehatan Dan Gizi*, 2020.

Prastuti, Kinanthi Wahyu, Salsabila Rizqi Ramadhanty Alisa, Afdila Raudlatun Ni'mah, Hidayatur Rohmah, Salsabilla Rizkytanova Rahmadya, Reni Pawestuti Ambari Sumanto, and Amirul Mukminin. "Sosialisasi Bahaya Stunting Pada Anak Usia Dini Di TK Pertiwi Kertomulyo." *Jurnal Cendekia Mengabdi Berinovasi Dan Berkarya* 1, no. 3 (2023): 90. https://doi.org/10.56630/jenaka.v1i3.385.

Purbowati, Puji Afiatna, and Riva Mustika Anugrah. "Edukasi Gizi Untuk Meningkatkan Kualitas Bekal

Makan Anak Usia Prasekolah Di TK Teladan Dharma Wanita Ungaran." *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)* 1161 (2019): 24–29.

Ramlah, Ufiyah. "Gangguan Kesehatan Pada Anak Usia Dini Akibat Kekurangan Gizi Dan Upaya Pencegahannya." *Ana' Bulava: Jurnal Pendidikan Anak* 2, no. 2 (2021): 12–25.

RB. Asyim, and Yulianto. "Perilaku Konsumsi Obat Tradisional Dalam Upaya Menjaga Kesehatan Masyarakat Bangsawan Sumenep." *Jurnal Keperawatan* Vol. 15, no. No. 2 (2022): 2. https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwiHv5LumJf9AhUE23MBHfP5B08QFnoECAsQAQ&url=https%3A%2F%2Fjournal.unhas.ac.id%2Findex.php%2Fjnik%2Farticle%2Fview%2F4281%2F2691&usg=AOvVaw18c01-ZoiAK3BpaKPz6BAw.

Susilawati, Samsul. "Pembelajaran Yang Menumbuhkembangkan Karakter Religius Pada Anak Usia Dini." *Aulad : Journal on Early Childhood* 3, no. 1 (2020): 14–19. https://doi.org/10.31004/aulad.v3i1.46.

Wardani(2017Kristianinsi, 2019). "Fakultas Kedokteran Universitas Andalas." *Jurnal Fakultas Kedokteran Universitas Andalas 1* 11, no. 7 (2018): 6–9. http://scholar.unand.ac.id/61716/2/2. BAB 1 (Pendahuluan).pdf.

Wilda Welis, S.P., M.Kes. “Wilda Welis, S.P., M.Kes.” *Ilmu Gizi*, 2008.

Wiwik Widiyati. “Makanan Dan Gizi Dalam Perspektif Islam Dan Kesehatan.” *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan* 1, no. 4 (2023): 150–62. https://doi.org/10.61132/corona.v1i4.124.

Yuniarti, Tyas Setiyo, Ani Margawati, and Nuryanto Nuryanto. “Faktor Risiko Kejadian Stunting Anak Usia 1-2 Tahun Di Daerah Rob Kota Pekalongan.” *Jurnal Riset Gizi* 7, no. 2 (2019): 83–90. https://doi.org/10.31983/jrg.v7i2.5179.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Pengumpulan Data

PEDOMAN PENGUMPULAN DATA

PERAN ORANG TUA DALAM MENINGKATKAN GIZI DAN KESEHATAN UNTUK MENCEGAH STUNTING PADA ANAK USIA 4-6 TAHUN DI KB-RA SUDIRMAN VI TAMBAKBOYO, KEC. AMBARAWA, KAB.SEMARANG

No	Fokus	Indikator	Sub Indikator	Data	Teknik pengumpulan			Sumber
					W	O	D	
1.	Peran Orang Tua Dalam Meningkatkan Gizi Dan Kesehatan Anak Usia Dini Untuk Mencegah Stunting	Stunting	1. Pengetahuan	1.1. Apa yang ibu/bapak ketahui tentang stunting?	✓			Orang tua
				1.2. Apakah ilmu stunting penting bagi ibu/bapak?	✓			Orang tua
				1.3. Pada usia berapa tahun anak dinyatakan mengalami stunting?	✓			Orang tua
				1.4. Menurut bapak/ibu apakah anak yang sudah dinyatakan stunting bisa kembali kondisinya seperti anak yang bebas stunting?	✓			Orang tua
				1.5. Menurut bapak/ibu apakah stunting hanya terjadi pada	✓			Orang tua

			keluarga yang ekonominya terbilang kurang mampu?				
			1.6. Apakah ada dampak/efek buruk bagi anak stuting?	✓			Orang tua
		2. Penyebab Stunting	2.1. Apa penyebab anak mengalami stunting?	✓			Orang tua
			2.2. Apakah ada faktor keturunan sehingga menyebabkan anak mengalami stunting?	✓			Orang tua
			2.3. Apakah ada faktor penyakit infeksi yang diderita anak?	✓			Orang tua
			2.4. Pendapatan orang tua didapat dari mana?	✓			Orang tua
			2.5. Apakah sudah memanfaatkan pelayanan kesehatan yang ada di desa?	✓			Orang tua
		3. Dampak Stunting	3.1. Apakah orang tua tahu bahwa dampak stunting itu sangat berbahaya bagi anak?	✓			Orang tua
			3.2. Apakah dampak stunting menganggu perkembangan anak?	✓			Orang tua

				3.3 Apakah anak rentan terkena penyakit infeksi?	✓			Orang tua
				3.4 Apakah anak mempunyai daya tahan tubuh yang rendah?	✓			Orang tua
2.	Gizi dan Kesehatan	1. Pentingnya Gizi dan Kesehatan	1.1 Apakah anak sudah terpenuhi gizinya dan sehat?		✓			Orang tua
			1.2 Apa fungsi gizi bagi anak?		✓			Orang tua
			1.3 Mengapa anak usia dini sangat membutuhkan asupan gizi yang seimbang?		✓			Orang tua
		2. Ciri Anak Terpenuhi Gizinya dan Sehat	2.1 Apa saja ciri anak terpenuhi gizinya?		✓			Orang tua
			2.2 Bagaimana kondisi fisik anak apakah seperti anak pada umumnya?		✓			Orang tua
			2.3 Apakah berat dan tinggi badan sesuai umur an.A?		✓			Orang tua
			2.4 Apakah perkembangan motorik, kognitif, afektif, sosialnasi, dan kemandirian anak sesuai dengan umurnya?		✓			Orang tua

		3. Menu makanan yang bergizi untuk anak	3.1 Menu makanan apa yang diberikan kepada anak?	✓		Orang tua
			3.2 Apakah makanan anak sudah mengandung gizi seimbang?	✓		Orang tua
			3.3 Apakah porsi makan anak bertambah disaat usianya bertambah?	✓		Orang tua
			3.4 Bagaimana cara orang tua mengatasi anak yang GTM?	✓		Orang tua
			3.5 Bagaimana cara orang tua memberikan makan untuk anak?	✓		Orang tua
3.		Pencegahan Stunting melalui peran orang tua	1. Menjaga perilaku hidup bersih dan sehat?	1.1 Bagaimana praktek kebersihan sanitasi dan lingkungan yang diterapkan orang tua?	✓	Orang tua
				1.2 Ibu menggunakan air jenis apa untuk kehidupan sehari-hari?	✓	Orang tua
				1.3 Bagaimana ibu menyajikan air tersebut untuk dikonsumsi?	✓	Orang tua
				1.4 Apakah ibu memiliki buku KIA? Jika tidak memiliki mengapa?	✓	Orang tua

				1.5 Apakah anak mendapat imunisasi dasar lengkap? Coba ibu ceritakan cara menjangkau imunisasi dasar lengkap	✓			Orang tua
			2. Makan makanan bergizi	2.1 Apakah orang tua selalu membiasakan anak sarapan sebelum berangkat sekolah?	✓			Orang tua
				2.2 Coba ceritakan makanan dan minuman apa yang diberikan kepada anak?	✓			Orang tua
				2.3 Bagaimana orang tua mengelola makanan dan menyajikan makanan kepada anak?	✓			Orang tua
				2.4 Komposisi apa saja yang terdapat pada makanan yang disajikan?	✓			Orang tua
				2.5 Apakah ada variasi makanan yang disajikan?	✓			Orang tua
			3. Memantau tumbuh kembang anak	3.1 Apakah orang tua selalu memantau tumbuh kembang anak?	✓			Orang tua
				3.2 Apakah anak mengikuti posyandu?	✓			Orang tua
				3.3 Bagaimana pola asuh orang tua kepada anak?	✓			Orang tua

				3.4 Berapa berat badan, lingkar kepala, serta tinggi badan anak?	✓			Orang tua
				3.5 Apakah orang tua selalu memantau permasalahan anak?	✓			Orang tua

Lampiran 2 Surat Keterangan Sudah Melakukan Penelitian



YAYASAN PUSAT PENDIDIKAN ISLAM SUDIRMAN (YAPPIS)
KB/RA SUDIRMAN VI TAMBAKBOYO
NSM: 101233220118 NPSN : 69742356
Jl. Sindhuboyo RT 3 RW I – Tambakboyo
Kec. Ambarawa Telpon (0298) 594085

SURAT KETERANGAN MELAKUKAN PENELITIAN
Nomor: 048/RASUDVI/IV/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala RA Sudirman VI Tambakboyo Ambarawa Kabupaten Semarang, menerangkan bahwa :

Nama : Maulida Nur Tazkia
NIM : 2103106110
Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo Semarang.

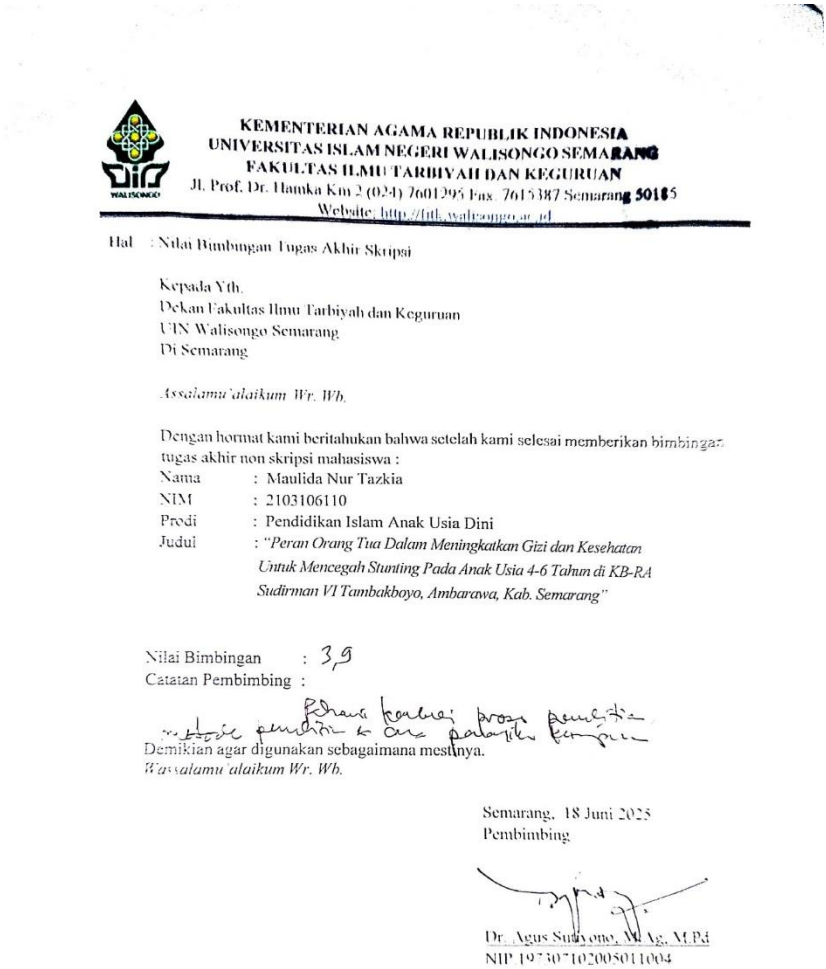
Dengan ini menyatakan yang sesungguhnya bahwa nama mahasiswa tersebut di atas **BENAR** telah melakukan penelitian di RA Sudirman VI Ambarawa selama 7 hari dengan judul penelitian " Peran Orangtua Dalam Meningkatkan Gizi dan Kesehatan Untuk Mencegah Stunting Pada Anak usia 4-6 Tahun di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo Ambarawa".

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat digunakan sebagai mana mestinya

Kepala RA Sudirman VI

Agus Dewi Yuarna, M.Pd

Lampiran 3 Nilai Bimbingan



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
Jl. Prof. Dr. Hamka Km 2 (024) 7601295 Fax. 7615387 Semarang 50185
Website: http://ftk.walisongo.ac.id

Hal : Nilai Bimbingan Tugas Akhir Skripsi

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat kami beritahukan bahwa setelah kami selesai memberikan bimbingan tugas akhir non skripsi mahasiswa :

Nama : Maulida Nur Tazkia
NIM : 2103106110
Prodi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini
Judul : *"Peran Orang Tua Dalam Meningkatkan Gizi dan Kesehatan Untuk Mencegah Stunting Pada Anak Usia 4-6 Tahun di KB-RA Sudirman VI Tambakboyo, Ambarawa, Kab. Semarang"*

Nilai Bimbingan : 3,9
Catatan Pembimbing :

Demikian agar digunakan sebagaimana mestinya.
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 18 Juni 2025
Pembimbing

Dr. Agus Sudiyono, M.Ag, M.Pd
NIP 197307102005011004

Lampiran 4 Dokumentasi Wawancara



Wawancara dengan Ibu Hanung, Selaku Orang Tua dari Oscar



Wawancara dengan Ibu Dewi, Selaku Orang Tua dari Ara



Wawancara dengan Bapak Ardy, Selaku Orang Tua dari Dana

RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Maulida Nur Tazkia
2. Tempat & Tanggal Lahir : Kab.Semarang, 06 Mei 2003
3. Alamat Rumah : Perum.Alam Rawa Asri RT 02 RW 08 Tambakboyo, Ambarawa
4. No. HP : 085725137390
5. E-mail : maulidanurtazkia@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal
    a. MIN Ambarawa
    b. SMP N 3 Ambarawa
    c. SMK N 1 Bawen
    d. UIN Walisongo Semarang Prodi Pendidikan Islam Anak Usia Dini
2. Pendidikan Non-Formal
    a. Pondok Pesantren Al-Ihya' 2 Semarang

Semarang, 25 Juni 2025

Penulis



Maulida Nur Tazkia

NIM. 2103106110