

BAB 5 PENUTUP

5.1 Simpulan

1. Kejadian *stunting* pada balita usia 24-59 bulan cenderung tinggi pada negara-negara berkembang seperti di benua Asia dan Afrika. Hal ini dikarenakan beberapa hal, seperti usia, gender, pendapatan keluarga, pendidikan ibu, BBLR, serta pola makan dan pemberian ASI eksklusif.
2. Pola makan pada balita usia 24-59 bulan memiliki DDS yang rendah, tidak mendapatkan MDD, *intake* RDA yang rendah, kualitas makanan yang rendah, waktu pemberian makan yang tidak tepat, dan frekuensi makan kurang dari 3 kali sehari akan meningkatkan resiko terjadinya *stunting*.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dan kejadian *stunting* pada balita usia 24-59 bulan. Hal ini karena pola makan berpengaruh pada asupan gizi yang akan mempengaruhi status gizi.
4. Angka pemberian ASI eksklusif memiliki hasil yang berbeda di masing-masing wilayah. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor resiko seperti pendapatan, usia ibu, pendidikan ibu, dan pekerjaan ibu. Terdapat hubungan yang signifikan antara pemberian ASI eksklusif terhadap kejadian *stunting*. ASI memiliki kandungan nutrisi yang tepat bagi anak usia 0-6 bulan dan ASI lebih mudah diserap dibandingkan susu formula.

5.2 Implikasi dan Rekomendasi

Perbaikan pola makan dan peningkatan pemberian ASI eksklusif akan membantu dalam mengurangi angka kejadian *stunting* pada anak. Pola makan yang baik tidak hanya melihat kuantitas makanan yang diberikan, namun juga kualitas pemberian makan sehingga akan menghasilkan tumbuh kembang yang optimal. Kandungan gizi pada ASI juga sangat membantu dalam hal pencegahan *stunting* karena ASI dapat membuat anak terhindar dari infeksi dan kekurangan gizi dan menghasilkan tumbuh kembang yang optimal.

Pada sebagian besar studi ditemukan bahwa ibu sangat berperan penting dalam keberhasilan kedua hal tersebut. Banyak ibu yang masih beranggapan bahwa memberikan makan dalam kuantitas yang banyak tanpa

memperhatikan kebutuhan gizi anak pada tiap proses tumbuh kembang merupakan hal yang baik-baik saja. Padahal setiap makro dan mikro nutrien memiliki peran yang penting dalam menunjang proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Kekurangan zat gizi tersebut akan membuat anak berpeluang sangat besar mengalami *stunting* terutama dalam masa kritis pertumbuhan.

Diperlukannya edukasi terhadap ibu dan keluarga mengenai tumbuh kembang anak, kebutuhan gizi dan proses tumbuh kembang, pola makan yang baik bagi anak, serta pentingnya ASI eksklusif. Hal ini tentu tidak terlepas dari peran tenaga kesehatan terutama bidan sebagai bentuk upaya promotif dan preventif terhadap kejadian *stunting*. Pendidikan kesehatan sebaiknya mulai diberikan pada saat ibu melakukan ANC (*Antenatal Care*) sehingga ibu memiliki cukup waktu dalam memahami setiap informasi dan nasihat yang diberikan oleh bidan.

Peneliti menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan pada penulisan studi literatur ini. Penelitian yang akan datang diharapkan dapat mampu memberikan gambaran yang lebih spesifik dengan metode yang lebih sistematis agar informasi yang diberikan lebih akurat dan detail.

