Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: galungwaknook@gmail.co

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
5 (3) 2025, Page: 26198-26209

Peran Orang Tua dalam Pencegahan Stunting Melalui Penerapan Kebiasaan Pola Makan Sehat Anak Pada Usia 5-6 Tahun di Paud KB Al-Farizqi

Adisti Parlina[1], Lia Kurniawaty[2], Delina Kasih[3]
[1,2,3] Fakulttas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Panca Sakti Bekasi
Corresponding Author: Adisti Parlina , e-mail: adistiparlina331@gmail.com

Published: September , 2025

ABSTRAK

Dalam pencegahan stunting bukan hanya pemerintah yang perlu menangani hal tersebut tetapi memerlukan peran orang tua, terutama melalui pembiasaan pola makan sehat sejak usia dini. penelitian ini bertujuan mendeskripsikan peran orang tua dalam pencegahan stunting melalui kebiasaan makan sehat terutama pada anak usia 5-6 tahun di PAUD KB Al-Farizqi.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi dengan subjek orang tua wali murid di PAUD KB Al-Farizqi dan juga satu pendidik, subjek dipilih melalui purposive sampling dimana subjek dipilih berdasarkan pertimbangan peneliti, bukan secara acak. Data dikumpulkan dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi, kemudian peneliti menganalisis secara deskriptif.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua memahami stunting sebatas anak yang bertumbuh pendek, padahal stunting juga berdampak pada perkembangan gizi, kognitif, dan kesehatan mental anak. Dalam pelaksanaannya, ibu yang lebih sering menyiapkan makanan rumah seperti nasi, lauk, sayur, buah, dan susu, serta menghindari jajanan instan. Adapun kendala yang dihadapi cukup beragam antara lain anak sulit makan sayur, cepat bosan dengan menu, serta terbatasnya variasi makanan. Dalam hal pembiasaan makan sehat sekolah juga mendukung melalui jadwal bekal harian, walaupun begitu keterlibatan orang tua tetap menjadi kunci utama.

Peran orang tua sangat penting dalam pencegahan stunting melalui kebiasaan pola makan sehat. Diperlukan edukasi berkelanjutan agar orang tua memiliki pemahaman lebih luas tentang stunting ataupun makanan bergizi dan mampu menciptakan variasi makanan untuk anak.

Kata Kunci : Peran Orang Tua; Pencegahan Stunting; Makan Sehat; Anak Usia Dini; Pola Makan Sehat

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi fisik anak yang terhambat, biasanya terlihat melalui tinggi badan yang lebih rendah dari standar yang ditetapkan untuk usia dan juga jenis kelamin tertentu. Penyebab stunting sering kali dikarenakan kurangnya gizi kronis, infeksi berulang, dan faktor lingkungan yang kurang mendukung, seperti sanitasi air yang buruk dan kurangya akses terhadap layanan kesehatan. Bukan hanya memiliki tinggi badan yang pendek anak yang mengalami stunting juga mengalami dampak jangka panjang terhadap perkembangan kognitif, kesehatan, dan produktivitas di masa yang akan datang.

Stunting menjadi masalah serius di banyak negara, terutama di negara-negara berkembang, dan hal ini dapat mempengaruhi kualitas hidup individu serta pertumbuhan ekonomi sebuah negara. Kondisi ini juga terjadi di Indonesia, di mana prevelensi stunting masih tergolong tinggi dibandingkan dengan standar dunia. Meskipun demikian, dalam beberapa tahun terakhir sudah

terjadi angka penurunan yang cukup signifikan. Prevelensi stunting di Indonesia pada tahun 2023 tercatat sebesar 21,5% , turun dari 24,4% pada tahun 2021 dan 30,8% pada tahun 2018. Data terbaru prevalensi stunting nasional di Indonesia, berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024 tercatat sebanyak 19,8% atau sekitar 4,48 juta anak. Angka tersebut terbilang menurun sebesar 1,7% jika dibandingkan dengan tahun 2023 yang tercatat sebesar 21,5% (Kemenko PMK, 2024). Penururan tersebut merupakan kemajuan yang signifikan, akan tetapi masih belum mencapai target pemerintah yang menargetkan prevelensi stunting turun hingga 14% pada tahun 2024. Mengingat target 2024 belum tercapai, pemerintah kini menargetkan prevelensi stunting menjadi 18% untuk tahun 2025 (Tempo.co, 2024).

Stunting memberikan dampak yang cukup serius bagi masa depan anak-anak di Indonesia. Anak-anak yang mengalami stunting cenderung tumbuh lebih pendek, beresiko obesitas, dan mereka rentan terhadap penyakit kronis di masa dewasa. Selain itu, perkembangan konitif, motorik, dan kemampuan bahasa mereka juga terhambat, sehingga dapat mempengaruhi prestasi belajar.

Walaupun berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah unuk menurunkan angka stunting, tetapi praktik di lapangan menunjukkan bahwa tantangan utama masih terletak pada tingkat keluarga. Salah satu faktor penting yang berperan dalam pencegahan stunting adalah bagaimana orang tua dapat memahami dan sadar akan asupan gizi serta pola makan sehat yang konsisten. Banyak orang tua yang belum memahami bahwa stunting bukan soal tinggi badan yang rendah saja melainkan kondisi kekurangan gizi kronis yang berdampak pada aspek perkembangan fisik, kognitif, dan sosial anak dalam jangka panjang.

Waktu yang efektif dalam pencegahan stunting dapat dilakukan sejak masa kehamilan sampai anak berusia 2 tahun, yang dikenal juga dengan 1000 hari pertama kehidupan. Meskipun demikian, upaya pencegahan tetap penting dilakukan setelah masa tersebut, khususnya pada anak usia dini hingga 6 tahun (golden age). Pada masa ini, pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak masih barlangsung dan dapat di optimalkan. Pada fase ini juga, anak-anak sangat peka terhadap rangsangan, termasuk dalam hal kebiasaan makan. Melalui stimulasi gizi yang tepat, pemberian makanan bergizi seimbang, dan pemantauan pertumbuhan secara rutin dapat membantu mengurangi dampak stunting yang sudah terjadi. Kebiasaan makan yang dibentuk sejak dini akan membekas dan mempengaruhi pola konsumsi anak di masa depan. Oleh sebab itu, usia dini merupakan waktu yang tepat untuk menanamkan kebiasaan makan sehat sebagai upaya pencegahan gangguan gizi dan stunting. Selain itu, keterlibatan aktif orang tua dalam pola asuh responsif, menjaga kebersihan, dan memastikan lingkungan sehat juga merupakan kunci dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Selain itu, pendekatan multisektoral yang melibatkan sektor kesehatan, pendidikan, sanitasi, serta pembangunan social-ekonomi juga penting agar pencegahan stunting anak usia dini di atas 1000 hari pertama ini dapat berjalan secara efektif.

Salah satu solusi krusial dalam pencegahan stunting adalah dengan menerapkan pola makan sehat pada anak. Pola makan sehat berperan penting dalam memastikan anak mendapatkan asupan gizi seimbang yang dibutuhkan pada pertumbuhan dan perkembangan agar optimal. Pola makan sehat ini perlu memenuhi kebutuhan karbohidrat, protein (hewani atau nabati), lemak sehat, vitamin, serta mineral. Komposisi piring anak dianjurkan setengahnya berisi sayur dan buah, dan sisanya adalah sumber karbohidrat dan protein. Makan pun harus dilakukan secara teratur dengan porsi yang disesuaikan dengan kebutuhan dan aktivitas anak. Anak juga dapat diberikan makanan selingan yang sehat, seperti cemilan buatan sendiri yang sehat untuk menghindari makanan olahan atau jajanan dengan bahan pengawet. Selain itu, konsumsi air matang harus dibiasakan untuk mencegah infeksi yang bisa menggangu penyerapan nutrisi.

Pembiasaan pola makan sehat menjadi langkah konkret yang dapat dilakukan orang tua sejak dini bahkan sejak dalam kandungan sebagai bentuk pencegahan stunting. Pada masa usia dini, anak sedang mulai membentuk kebasaan makan yang cenderung akan terbawa hingga masa remaa dan dewasa. Oleh sebab itu, keterlibatan orang tua dalam menyiapkan makanan sehat, membatasi

konsumsi makanan instan, serta membangun rutinitas makan yang teratur menjadi pondasi penting dalam membentuk generasi yang sehat dan bebas stunting.

WHO dan Kemnetrian Kesehatan Republik Indonesia merekomendasikan pemberian ASI ekslusif selama 6 bulan pertama dalam kehidupan, lalu dilanjutkan dengan pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang tentunya bergizi seimbang hingga anak berusia dua tahun atau lebih. Anak Usia Dini disarankan mendapatkan variasi makanan yang mengandung zat gizi makro (karbhidrat, protein, lemak) dan mikro (vitamin dan mineral) dengan cukup hal ini untuk mendukung tumbuh kembang yang optimal dan mencegah stunting. Selain itu, edukasi kepada orang tua juga penting. Orang tua perlu mengetahui pentingnya gizi seimbang dan kebiasan makan sehat sejak dini untuk membentuk perilaku makan baik pada anak.

Pentingnya peran orang tua juga menjadi sebuah kunci dalam pencegahan stunting. Orang tua merupakan pengatur utama asupan makanan anak di rumah. Konsistensi orang tua dalam memberikan makanan bergizi dan seimbang setiap hari sangat menentukan status gizi pada anak. Orang tua juga memiliki peran penting dalam membekali anak dengan bekal sekolah yang sehat dan bergizi dengan rutin, agar anak mendapt asupan yang baik bukan hanya di rumah melainkan di luar rumah juga. Peran aktif orang tua dalam memastikan anak mengkonsumsi makanan sehat dan menghindari jajanan yang rendah gizi merupakan hal yang dapat mendukung keberhasilan dalam upaya pencegahan stunting.

Dalam konteks pendidikan anak usia dini, keberadaan PAUD memiliki peran yang penting dalam menyediakan layanan holistik yang menyeluruh dengan mengintegrasikan aspek-aspek kesehatan, gizi, perlindungan, dan pengasuhan. Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) yang berkualitas memberikan peluang bagi anak-anak untuk menerima stimulasi perkembangan, pembiasaan perilaku hidup sehat dan bersih, serta pemantauan pertumbuhan secara berkala. Pendekatan pencegahan stunting di jenjang PAUD dinilai lebih efektif dibandingkan jika dilakukan pada usia sekolah dasar, di mana kesempatan untuk memperbaiki gangguan pertumbuhan fisik sudah sangat terbatas. Oleh karena itu, pencegahan stunting harus dimulai sedini mungkin, bahkan sejak anak berada di lingkungan PAUD, agar dampaknya dapat maksimal dan berkelanjutan.

PAUD memiliki peran penting dalam mendukung upaya pencegahan stunting. Upaya yang dilakukan di PAUD dapat berupa Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di mana anak-anak dibiasakan mencuci tangan dengan sabun sebelum makan, setelah bermain, dan setelah menggunakan toilet serta memberikan edukasi mengenai gizi dan pola makan sehat. Guru dan tenaga pendidik dapat mengenalkan makanan sehat melalui kegiatan bermain, cerita, atau memasak sederhana. Orang tua juga diberikan edukasi tentang pentingnya gizi seimbang untuk anak. Seperti yang telah diterapkan di PAUD KB Al-Farizqi, dalam upaya pencegahan stunting, sekolah membiasakan anak-anak untuk membawa bekal makanan sehat yang telah dijadwalkan setiap harinya. Misalnya, pada hari Senin anak-anak membawa roti dan susu, hari Selasa membawa buah-buahan, hari Rabu membawa makanan lengkap yang terdiri dari nasi, lauk pauk, dan sayuran, serta di hari Kamis membawa makanan tradisional Sunda. Selain untuk membiasakan anak makan-makanan sehat, kegiatan ini juga sebagai salah satu cara untuk mengenalkan makanan sehat pada anak. Pembiasaan sederhana ini menjadi bagian penting dalam mendukung pemenuhan gizi anak sekaligus mendukung upaya pencegahan stunting pada anak usia dini.

Meskipun upaya penerapan kebiasaan makan sehat sudah dilakukan di PAUD KB Al-Farizqi, sejauh mana peran orang tua dalam mendukung kebiasaan ini masih belum banyak diketahui. Tidak semua orang tua memiliki tingkat kesadaran yang sama terhadap pentingnya gizi seimbang dalam mencegah stunting. Beberapa orang tua mungkin mengikuti jadwal bekal makanan sehat yang diterapkan oleh sekolah, namun ada pula yang mengalami kendala dalam penerapannya, baik karena faktor ekonomi, pengetahuan gizi yang terbatas, ataupun kebiasaan makan anak yang sulit untuk diatur. Selain itu, masih banyak orang tua yang belum memiliki pemahaman yang utuh tentang stunting dan pentingnya makan sehat dengan gizi seimbang, belum diketahui secara pasti apakah

orang tua benar-benar dapat memahami manfaat dari kebiasaan makan sehat yang diterapkan sekolah, atau hanya sekadar mengikuti aturan tanpa memahami nilai gizi dari makanan yang diberikan. Hal tersebut, menjadi perhatian kareana kurangnya kesadaran orang tua terhadap pentingnya pola makan sehat akan berdampak langsung pada kualitas tumbuh kembang anak. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan yang penting untuk diteliti, agar pembiasaan makan sehat pada anak usia dini dapat berjalan lebih efektif dalam pencegahan stunting.

PAUD KB Al-Farizqi memiliki kebiasaan jadwal bekal sehat yang diterapkan secara rutin. Meskipun bukan bagian dari program pencegahan stunting secara khusus, kebiasaan ini dapat menjadi peluang dalam melihat sejauh mana keterlibatan orang tua dalam membentuk kebiasaan pola makan anak ketika di rumah maupun di sekolah. Penelitian ini penting untuk mengetahui apakah peran orang tua sudah mendukung dalam pembiasaan makan sehat secara konsisten atau hanya bersifat formalitas saja untuk mengikuti kebiasaan di sekolah. Berdasarkan uraian di atas, penting untuk menggali lebih dalam mengenai Peran Orang Tua Dalam Pencegahan Stunting Melalui Penerapan Kebiasaan Pola Makan Sehat Anak Pada Usia 5 - 6 Tahun Di Paud Kb Al – Farizqi. Fokus penelitian ini yaitu untuk mengeksplorasi bagaimana orang tua mendukung kebiasaan makan sehat yang di rumah dan di sekolah, hambatan apa yang mereka alami, serta pengetahuan mereka mengenai hubungan antara pola makan sehat dan pencegahan stunting pada anak usia dini. Dengan demikian, diharapkan penelitian ini dapat menyajikan gambaran yang lebih lengkap mengenai peran orang tua dalam mencegah stunting melalui kebiasaan makan sehat di lingkungan rumah maupun di sekolah.

METODE

Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologi. Fenomenologi dipilih untuk menggali pengalaman dan pemahaman orang tua mengenai pencegahan stunting melalui penerapan kebiasaan pola makan sehat pada anak usia 5-6 tahun. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk memahami esensi dari pengalaman hidup individu terhadap fenomena yang mereka alami, dalam hal ini, peran orang tua dalam mengimplementasikan pola makan sehat di rumah dan di PAUD. Menurut Creswell (2012), penelitian fenomenologi bertujuan untuk mengidentifikasi dan memahami pengalaman yang dialami oleh individu, serta mengungkap makna yang terkandung dalam pengalaman tersebut.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah orang tua peserta didik usia 5-6 tahun yang terdaftar di PAUD KB Al-Farizqi. Selain itu, satu orang guru yang terlibat dalam program pembiasaan pola makan sehat di sekolah juga dijadikan informan untuk memperkaya hasil penelitian. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive sampling, yaitu subjek dipilih berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian, yaitu orang tua yang secara langsung terlibat dalam mendukung pembiasaan pola makan sehat pada anak-anak mereka.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di PAUD KB Al-Farizqi, yang berlokasi di Jl. Cibuntu Barat Rt 06/ Rw 01, Kelurahan Caringin, Kecamatan Bandung Kulon, Kota Bandung. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei hingga Juni 2025. Lokasi ini dipilih karena PAUD tersebut sudah menerapkan pembiasaan pola makan sehat dalam kegiatan sehari-hari anak-anak, yang merupakan konteks yang tepat untuk mengeksplorasi peran orang tua dalam pencegahan stunting.

Teknik Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui tiga teknik utama: wawancara, observasi, dan dokumentasi. Masing-masing teknik digunakan untuk memperoleh data yang komprehensif mengenai pemahaman orang tua tentang stunting, penerapan pola makan sehat di rumah dan sekolah, serta tantangan yang dihadapi orang tua dalam mendukung kebiasaan makan sehat anak.

Wawancara: Wawancara dilakukan dengan orang tua dan guru PAUD untuk menggali informasi mendalam mengenai persepsi mereka terhadap stunting dan pola makan sehat. Wawancara bersifat semi-terstruktur, di mana peneliti menggunakan panduan wawancara tetapi juga memberi ruang bagi responden untuk menjelaskan lebih lanjut tentang pengalaman dan pandangan mereka.

Observasi: Observasi dilakukan di PAUD KB Al-Farizqi untuk mengamati langsung aktivitas anak-anak selama jam makan. Peneliti mengamati kebiasaan makan anak, apakah mereka membawa bekal sesuai jadwal yang ditetapkan sekolah, dan bagaimana keterlibatan orang tua dalam mempersiapkan bekal tersebut.

Dokumentasi: Dokumentasi digunakan untuk memperoleh data tambahan mengenai kegiatan pembiasaan pola makan sehat di PAUD. Ini mencakup pencatatan jadwal bekal harian, foto kegiatan makan bersama anak-anak, dan dokumentasi lainnya yang berkaitan dengan pengajaran pola makan sehat.

Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan analisis tematik dengan pendekatan induktif. Data yang terkumpul melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi akan dianalisis secara terpisah dan kemudian dikombinasikan untuk membangun pemahaman yang lebih mendalam tentang peran orang tua dalam pencegahan stunting. Model analisis yang digunakan mengacu pada Miles dan Huberman (2014) yang terdiri dari tiga tahap utama: reduksi data, penyajian data, dan penarikan

Reduksi Data: Pada tahap ini, peneliti akan memilah dan menyaring data yang relevan dengan fokus penelitian, yaitu pemahaman orang tua mengenai stunting, penerapan kebiasaan makan sehat, dan tantangan yang dihadapi orang tua dalam mendukung pola makan sehat anak. Penyajian Data: Data yang telah direduksi akan disusun dalam bentuk narasi deskriptif. Peneliti akan mengelompokkan data berdasarkan tema-tema yang muncul dari wawancara dan observasi, serta menampilkan kutipan langsung dari informan yang menggambarkan peran orang tua dalam pencegahan stunting. Penarikan Kesimpulan: Setelah data disajikan, peneliti akan menarik kesimpulan yang menggambarkan peran orang tua dalam mendukung kebiasaan makan sehat anak-anak di PAUD. Proses ini dilakukan secara berkelanjutan sepanjang penelitian untuk memastikan bahwa kesimpulan yang dihasilkan akurat dan mencerminkan temuan yang ada.

Pemeriksaan Keabsahan Data

Untuk memastikan keabsahan data, penelitian ini menggunakan triangulasi, yaitu metode pemeriksaan data dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari berbagai sumber dan teknik. Triangulasi dilakukan dalam dua bentuk: Triangulasi Sumber: Peneliti membandingkan data yang diperoleh dari orang tua, guru, dan dokumentasi yang ada. Ini membantu memastikan bahwa data yang dikumpulkan konsisten dan valid. Triangulasi Teknik: Peneliti juga membandingkan data yang diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi untuk memastikan bahwa temuan yang didapatkan saling melengkapi dan tidak bertentangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data

Subjek Penelitian dan Proses Pengumpulan Data

Penelitian ini dilakukan dengan melibatkan orang tua peserta didik usia 5-6 tahun di PAUD KB Al-Farizqi serta seorang guru sebagai informan pendukung. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive sampling, dengan memilih individu yang secara langsung terlibat dalam pembiasaan pola makan sehat anak. Data diperoleh melalui observasi, wawancara, dan analisis dokumentasi untuk menggali peran orang tua dalam pencegahan stunting melalui penerapan kebiasaan makan sehat.

Observasi di PAUD KB Al-Farizqi
Observasi dilakukan selama empat hari untuk mengamati kebiasaan makan anak-anak dan keterlibatan orang tua dalam menyiapkan bekal makan yang dibawa anak-anak. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa sekolah memiliki jadwal bekal harian, dengan jenis makanan tertentu untuk setiap hari. Senin untuk susu, Selasa untuk buah-buahan, Rabu untuk makanan lengkap dengan sayur dan lauk pauk, dan Kamis untuk makanan tradisional khas Sunda. Meskipun belum menjadi program resmi sekolah, kebiasaan ini sudah membantu membentuk pola konsumsi anak yang lebih terarah.

Meskipun ada jadwal bekal harian yang ditetapkan, tidak semua anak membawa bekal yang sesuai. Beberapa anak membawa makanan yang kurang bergizi, seperti wafer, mie goreng, dan makanan ringan, sementara yang lainnya membawa bekal sehat seperti buah-buahan potong, lauk lengkap, dan susu. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan pemahaman dan kebiasaan di kalangan orang tua dalam menyiapkan bekal sehat. Faktor seperti waktu, kebiasaan rumah, dan pemahaman orang tua terhadap gizi seimbang berpengaruh dalam pembentukan kebiasaan ini.

Pemahaman Orang Tua Mengenai Stunting

Sebagian besar orang tua di PAUD KB Al-Farizqi sudah mengenal istilah stunting, namun pemahaman mereka tentang stunting belum sepenuhnya benar. Pemahaman yang diperoleh sebagian besar orang tua umumnya berasal dari media sosial, televisi, dan posyandu. Sebagian besar orang tua mengaitkan stunting dengan masalah fisik, seperti pertumbuhan tubuh yang pendek, namun mereka belum sepenuhnya memahami dampak stunting terhadap perkembangan otak dan aspek kognitif anak.

Pemahaman yang Berbeda di Kalangan Orang Tua
Beberapa orang tua, seperti ibu ETR, memahami stunting sebagai akibat dari kurangnya gizi, dengan dampak fisik berupa tubuh yang lebih pendek. Sementara ibu SF menambahkan bahwa stunting juga berkaitan dengan perkembangan mental dan daya pikir anak. Meskipun beberapa orang tua mulai memahami hubungan antara pola makan dan stunting, pemahaman tentang dampak stunting pada perkembangan kognitif dan sosial-emotional masih terbatas. Oleh karena itu, edukasi lebih intensif mengenai stunting diperlukan bagi orang tua.

Penerapan Kebiasaan Pola Makan Sehat
Sebagian besar orang tua sudah menyadari pentingnya pola makan sehat untuk mencegah stunting. Mereka memahami bahwa anak-anak memerlukan asupan gizi yang seimbang untuk mendukung pertumbuhan optimal. Dalam wawancara, beberapa orang tua menyatakan bahwa untuk mencegah stunting, makanan yang bergizi dan pola makan teratur adalah kunci utama. Orang tua juga menyadari bahwa pemberian makanan bergizi harus dimulai sejak masa kehamilan dan berlanjut pada saat anak lahir.

Variasi dalam Penyajian Makanan Sehat
Orang tua yang diwawancarai menunjukkan beragam cara dalam menyajikan makanan sehat untuk anak-anak mereka. Sebagian besar memilih untuk menyiapkan makanan sendiri di rumah daripada membeli makanan instan. Makanan yang disiapkan bervariasi, mulai dari sayuran, lauk pauk, hingga buah-buahan dan susu. Namun, beberapa anak masih menunjukkan kecenderungan untuk memilih jenis makanan tertentu, seperti hanya makan sayuran tertentu atau menolak buah-buahan yang tidak mereka sukai.

Tantangan dalam Menerapkan Kebiasaan Makan Sehat
Meskipun orang tua berusaha menerapkan pola makan sehat, mereka masih menghadapi tantangan, seperti selera makan anak yang berubah-ubah dan kesulitan dalam mendapatkan makanan sehat yang

sesuai dengan jadwal bekal sekolah. Beberapa orang tua juga mengungkapkan bahwa anak-anak cenderung membandingkan makanan mereka dengan teman-temannya di sekolah, yang menyebabkan mereka menolak makanan yang tidak mereka sukai. Hal ini menciptakan tantangan dalam memastikan anak-anak menerima asupan gizi yang seimbang.

Peran Orang Tua dalam Mempromosikan Makanan Sehat
Orang tua menggunakan berbagai cara untuk mengenalkan makanan sehat kepada anak-anak mereka. Beberapa orang tua mengedukasi anak-anak mereka tentang manfaat makanan sehat, seperti sayuran dan buah, serta membatasi konsumsi makanan dari luar, seperti jajanan instan dan manis. Orang tua juga berusaha untuk menyiapkan makanan yang menarik dan bergizi, serta mendorong anak-anak untuk mencoba makanan yang baru dan sehat. Namun, tantangan tetap ada, terutama dalam mengatasi selera anak yang memilih-milih makanan.

Kolaborasi Sekolah dan Orang Tua dalam Penerapan Pola Makan Sehat
Orang tua mengakui pentingnya kolaborasi antara sekolah dan rumah dalam menerapkan kebiasaan makan sehat. Sebagian besar orang tua berharap bahwa sekolah dapat terus mendukung kebiasaan makan sehat melalui pembiasaan jadwal bekal dan edukasi yang diberikan kepada anak-anak. Guru di sekolah juga memainkan peran penting sebagai teladan dan motivator bagi anak-anak untuk makan makanan sehat. Meski ada tantangan, kolaborasi antara sekolah dan orang tua diharapkan dapat memperkuat kebiasaan makan sehat yang dilakukan di rumah dan di sekolah.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran orang tua dalam pencegahan stunting melalui kebiasaan pola makan sehat pada anak usia 5-6 tahun di PAUD KB Al-Farizqi. Peran orang tua menjadi sebuah faktor penting untuk membentuk kebiasaan makan sehat anak sejak dini, mengingat bahwa masa usia dini merupakan periode emas yang sangat menentukan kualitas tumbuh kembang anak secara menyeluruh. Kebiasaanmakan yang sehat diharapkan mampu mencegah resiko stunting yang saat ini masih menjadi permasalahan gizi yang serius di Indonesia.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ditemukan beberapa hal penting tentang pemahaman orang tua terhadap stunting dan juga pentingnya pola makan sehat. Hasil tersebut didapatkan melalui wawancara langsung dan pengumpulan data pendukung dari orang tua peserta didik di PAUD KB Al-Farizqi.

1. Pemahaman Orang Tua tentang Stunting dan Pentingnya Pola Makan Sehat

Aspek paling mendasar dalam uapaya pencegahan stunting pada anak usia dini yaitu pemahaman orang tua mengenai stunting itu sendiri dan juga pentingnya pola makan sehat. Orang tua akan mengalami kesulitan dalam menjalankan peran pencegahan stunting secara efektif apabila tidak dapat memahami stunting dengan baik. Pengetahuan orang tua tentang gizi, pertumbuhan, dan kebiasaan makan sangat menentukan kualitas tumbuh kembang anak sebab anak usia 5-6 tahun berada pada fase emas pertumbuhan

Berdasarkan hasil temuan peneliti, bahwa sebagian besar orang tua menyadari bahwa stunting sangat berkaitan dengan kondisi tumbuh anak yang pendek dan kekurangan gizi bahkan terdapat orang tua yang mengetahui stunting hanya masalah kesehatan anak. Sebagian orang tua juga masih menganggap dan memahami stunting hanya pada tinggi badan, mereka tidak melihat atau memahami dampaknya terhadap aspek lain seperti kognitif, motorik, dan sosial emosional anak. Adapun salah satu informan menyampaikan bahwa stunting disebabkan oleh kekurangan asupan gizi, baik sejak masa kehamilan maupun saat anak sudah lahir. Mereka juga mengaitkan kondisi ini dengan daya pikir anak yang bisa terhambat.

Hasil tersebut sejalan dengan pendapat Rahayu et al., (2018) yang menyatakan bahwa stunting disebabkan oleh kekuranga gizi kronis sejak masa kehamilan dan berdampak pada pertumbuhan otak, perkembangan fisk, dan system metabolisme tubuh anak. Selain itu, WHO dalam Kemenkes RI, (2022) menyatakan stunting terjadi pada periode 1000 hari pertama kehidupan dan merupakan indicator gizi kronis yang cukup serius.

Selain itu, keberagaman juga terlihat pada pemahaman orang tua mengenai pentingnya pola makan sehat. Asupan makanan bergizi, seperti sayur, buah, dan lauk pauk sangat berperan dalam mendukung pertumbuhan anak dan sebagian besar orang tua sudah memahami hal tersebut. Mereka menyebutkan bahwa makanan sehat berkaitan langsung dengan kesehatan dan perkembangan anak, namun belum semua mampu mengaitkannya secara langsung dengan pencegahan stunting. Seperti, ada yang memahami pentingnya memberi susu dan sayur, tetapi belum menghubungkannya dengan konsekuensi jangka panjang jika asupan gizi anak tidak terpenuhi.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa pemahaman orang tua berada pada tingkat dasar hingga sedang. Pemahaman tersebut menjadi sebuah fondasi yang cukup penting bagi perilaku sehari-hari dlam mengatur pola makan anak. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Fitriyani et al., (2022) yang menemukan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang stunting sangat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam pemberian makanan kepada anak.

Berdasarkan hasil penelitian pemahaman orang tua mengenai stunting dan pentingnya pola makan sehat, dapat peneliti simpulkan bahwa meskipun sebagian orang tua sudah memiliki kesadaran akan bahaya stunting dan pentingnya makanan bergizi, namun, masih diperlukan peningkatan edukasi dan pemahaman yang lebih mendalam agar orang tua bukan hanya memahami stunting secara fisik, tetapi juga dari fisik aspek perkembangan secara menyeluruh.

2. Penerapan Kebiasaan Pola Makan Sehat pada Anak Usia Dini

Orang tua adalah faktor kunci dalam mencegah resiko stunting sejak anak usia dini yaitu melalui penerapan kebiasaan pola makan sehat. Pola makan yang dibentuk sejak anak usia dini sangat mempengaruhi status gizi dan kualitas tumbuh kembang anak secara keseluruhan. Oleh sebab itu, dalam hal ini orang tua memiliki tanggung jawab utamma dalam menyiapkan makanan yang tidak hanya lezat, tapi juga mengandung nutrisi yang seimbang sesuai dengan kebutuhan anak.

Dari hasil wawancara, peneliti menemukan sebagian besar orang tua di PAUD KB Al-Farizqi sudah mulai membiasakan anak untuk mengonsumsi makanan seperti sayur, buah, protein hewani ataupun nabati, dan juga sudah membatasi serta mengurangi makanan instan dan jajanan kurang sehat. Mereka menyadari pentingnya variasi makanan dalam bekal anak ke sekolah, walaupun dalam praktiknya masih terdapat tantangan dalam mengenalkan jenis makanan tertentu kepada anak yang cenderung pilih-pilih makanan.

Sebagai contoh, Ibu YP dan ibu A yang mengatakan bahwa anaknya sudah terbiasa sarapan dan makan siang secara teratur, namun makan malam sering dilewati sebab anaknya lebih suka dan terbiasa ngemil. Ibu SF juga menambahkan bahwa anaknya memang cenderung memilih hanya beberapa jenis sayuran yang disukai, seperti wortel dan bayam, meskipun perlahan mulai dikenalkan dengan sayuran lainnya seperti kangkung. Di sisi lain ibu ETR menyatakan bahwa anaknya sudah terbiasan makan buah dan sayur serta membawa bekal yang cukup lengkap.

Penerapan pola makan sehat terlihat juga dari kebisaan orang tua dalam menyiapkan bekal sesuai jadwal yang telah ditetapkan oleh sekolah. Jadwal ini sangat membantu membentuk kebiasaan anak membawa dan mengonsumsi makanan sehat dari rumah. Orang tua berusaha mematuhi jadwal tersebut dan menyesuaikan dengan keinginan anak agar bekal tetap dimakan dengan lahap. Meskipun begitu, sebagian anak masih menolak makanan tertentu, khususnya ketika menu bekal kurang sesuai dengan selera mereka, contohnya pada hari jadwal makanan tradisional.

Temuan tersebut sejalan dengan pernyataan Munawaroh et al., (2022) yang menjelaskan bahwa peran orang tua dalam pemenuhan gizi seimbang mencakup tiga aspek penting, yaitu sebagai edukator dengan memberikan pengetahuan tentang makanan sehat, organisator yaitu menyusun menu dan menyiapkan makanan, dan sebagai fasilitator yaitu dengan menciptakan lingkungan yang mendukung kebiasan makan sehat. Ketiga peran ini terlihat sudah mulai diupayakan oleh orang tua dalam penelitian ini, walaupun pelaksanaannya masih dipengaruhi oleh keterbatasan waktu, selera anak, dan pengaruh lingkungan sekitar. Lebih lanjut, Puspita & Aryani, (2023) juga menegaskan bahwa pembiasan makan sehat pada anak usia dini bukan hanya berdampak pada status gizi, namun juga pada perkembangan kognitif dan perilaku anak. Oleh sebab itu, penerapan pola makan sehat secara konsisten sangat penting sebagai bentuk nyata dari sebuah peran orang tua dalam mencegah stunting.

Berdasarkan temuan ini peneliti menemukan bahwa di PAUD KB Al-Farizqi telah menunjukkan usaha aktif dalam menerapkan kebiasaan pola makan sehat melalui pembiasaan makan sehat, pengawasan terhadap jajanan anak, dan partisipsi dalam jadwal bekal sehat di sekolah. Akan tetapi, konsistensi dan variasi makanan masih perlu ditingkatkan agar kebiasaan makan sehat ini dapat benar-benar tertanam dalam kehidupan sehari-hari anak serta tidak menyulitkan orang tua dalam menyiapkan makanan sehat.

3. Tantangan yang dihadapi Orang Tua

Proses membentuk kebiasaan pola makan sehat bagi orang tua melibatkan lebih dari sekedar pemahaman dan kesadaran. Melainkan juga tantangan praktis yang sering muncul dalam kehidupan sehari-hari. Tantangan ini memegang peranan penting dalam menggambarkan bagaimana orang tua menjalankan peran mereka dalam situasi nyata. Serta menyoroti faktor-faktor penghambat yang dapat mengancam keberhasilan pencegahan stunting.

Dari hasil wawancara, diketahui bahwa kebenyakan orang tua kesulitan dalam menerapkan pola makan sehat secara konsisten pada anak. Sebagai contoh, anak yang suka memilih-milih makanan, mudah merasa bosan dengan jenis makanan tertentu, atau tergoda oleh makanan instan yang dibawa teman. Ibu SF mengungkapkan bahwa anaknya sering menolak makanan pada hari kamis karena bekal berupa makanan tradisional yang tidak sehinggga orang tua harus menyesuaikan isi bekal sesuai keinginan anak. Tantangan serupa juga diungkapkan oleh ibu YP, yaitu mencari makanan pengganti yang sehat dan disukai anak, terutama karena anaknya sering menolak beberapa jenis makanan sesuai jadwal bekal sekolah.

Selain itu, keterbatasan waktu juga menjadi salah satu kendala yang disampaikan oleh beberapa orang tua. Dalam kondisi bekerja atau memiliki kesibukan di rumah, menyiapkan makanan dan bekal sehat yang bervariasi dan seimbang tidak selalu mudah. Dari hasil penelitian juga diketahui bahwa orang tua mengungkapkan bahwa kadang kekurangan waktu menjadi penyebab utama ketidak cukupan persiapan makanan sehat. Ada pula yang menitipkan anak kepada kakek-nenek sehingga pengawasan terhadap konsumsi makanan menjadi terbatas.

Temuan mengenai tantangan orang tua dalam membentuk kebiasaan makan sehat tidak hanya muncul dari sudut pandang orang tua, akan tetapi diperkuat juga oleh pernyataan guru di PAUD KB Al-Farizqi. Dalam wawancara, guru menyampaikan bahwa sekolah telah menerapkan jadwal bekal harian dalam mendorong anak-anak membawa dan mengonsumsi makanan sehat yang dibawa dari rumah. Namun, pada kenyataannya, masih terdapat anak yang membawa makanan yang tidak sesuai jadwal atau menolak makanan tertentu, sehinga peran orang tua di rumah tetap menjadi faktor yang sangat menentukan.

Pemahaman tentang gizi juga menjadi salah satu tantangan yang harus diatasi. Walaupun mayoritas orang tua menyadari pentingnya makanan sehat tetapi belum semua dari mereka memperhatikan kandungan nutrisi secara rinci saat menyiapkan bekal untuk anak. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan dari ibu SF yang menyampaikan bahwa makanan disiapkan sesuai keinginan anak tanpa memperhatikan kandungan gizinya secara rinci padahal kemungkinan resiko terhadap gizi seimbang muncul jika pengendalian tidak dilakukan secara terus menerus.

Temuan ini didukung oleh teori Brofenbrenner yang menyebutkan bahwa perkembangan anak dipengaruhi oleh interaksi dari berbagai sisetem lingkungan seperti keluarga, sekolah, dan masyarakat. Jika lingkungan rumah mengalami kendala seperti kurangnya pengetahuan, keterbatasan ekonomi, atau minimnya dukungan, maka peran dalam membangun kebiasaan sehat juga akan terpengaruh. Maka dari itu, pentingnya keterlibatan semua pihak, terutama sekolah sebagai lingkungan kedua anak menjadi penting dalam mendukung orang tua.

Menurut Munawaroh et al.,(2022), orang tua sebagai fasilitator memiliki peran dalam menciptakan lingkungan makanan yang kondusif. Namun tantangan seperti waktu, selera anak, dan kurangnya pemahaman gizi menunjukkan bahwa peran ini tidak mudah dijalankan tanpa dukungan yang memadai. Sebab dari itu, perlu ada pendekatan edukatif dan kolaboratif antara sekolah dan orang tua untuk mengatasi hambatan tersebut.

Pada dasarnya guru juga perlu menekankan edukasi berkelanjutan bagi orang tua agar pemahaman mengenai gizi dan stunting bisa meningkat. Hal ini dapat mempertegas temuan seblumnya bahwa sebagian orang tua memang belum sepenuhnya memahami stunting dari aspek

menyeluruh, sehingga pembiasaan pola makan seat terkadang belum dilakuakn secara konsisten atau hanya berfokus pada makanan yang disukai anak.

Dari penjelasan tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa tantangan orang tua dalam menanamkan pola makan sehat pada anak usia dini bersifat kompleks, mencakup faktor internal anak dan pengaruh eksternal seperti keterbatasan waktu serta kondisi sosial di sekitar. Pandangan dari guru juga memperkaya gambaran tentang tantangan orang tua dalam membentuk kebiasaan makan sehat dan menunjukkan bahwa dukungan dari lembaga pendidikan, edukasi gizi, dan juga kerja sama yang baik antara sekolah dan keluarga menjadi faktor yang sangat penting. Meskipun demikian, tantangan ini juga menciptakan ruang untuk upaya strategis yang lebih terarah guna mendukung kebiasaan sehat sebagai langkah pencegahan stunting pada anak usia dini.

Dari hasil penelitian yang telah dianalisis, peran orang tua dalam pencegahan stunting melalui pembiasaan pola makan sehat memiliki makna yang sangat penting, khususnya dalam konteks anak usia dini di PAUD KB Al-Farizqi. Penelitian ini menggambarkan bagaimana pemahaman orang tua, praktik yang dijalankan, serta tantangan yang dihadapi, semuanya saling berkaitan dan berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak.

Hal pertama, dari sisi pemahaman, sebagian besar orang tua sudah mengetahui istilah stunting, tetapi sebagian besar masih memahaminya sebatas kondisi anak yang pendek. Itu maknanya, pemahaman tentang stunting secara menyeluruh, termasuk dampaknya terhadap kognitif, emosional, dan perkembangan anak secara umum, masih belum merata. Imi menunjukkan bahwa masih diperlukan edukasi lebih lanjut terkait konsep stunting dan pentingnya pencegahan sejak usia dini.

Selanjutnya kedua, dalam aspek penerapan kebiasaan makan sehat, orang tua berusaha menyediakan makanan bergizi dan menghindari makanan yang tidak sehat. Sebagian anak terbiasa sarapan, makan siang, dan mengonsumsi buah dan sayur. Akan tetapi masih terdapat yang menunjukkan kebiasaan pilih-pilih makanan. Kebiasaan membawa bekal sesuai jadwal sekolahmenjadi salah satu bentuk kolaborasi yang efektif antara rumah dan sekolah dalam membentuk pola makan sehat.

Ketiga, dalam aspek tantangan, orang tua menghadapi beberapa kendala seperti waktu yang terbatas, anak yang selektif terhadap makanan, dan kurangnya pemahaman tentang gizi. Walaupun begitu, orang tua menunjukkan upaya aktif untuk tetap menyesuaikan bekal dan membimbing anak agar terbiasa mengonsumsi makanan sehat. Pandangan guru turut memperkuat bahwa sekola berperan mendukung pembiasaan makan sehat, namun keberhasilan pembiasaan ini tetap sangat bergantung pada keterlibatan orang tua di rumah.

Temuan tersebut sejalan dengan pendekatan fenomenologi yang ditetapkan dalam penelitian ini, dimana makna peran orang tua dipahami melalui pengalaman langsung mereka dalam mendampingi dan membentuk kebiasaan anak. Hal ini sejalan dengan teori ekologi perkembagan Brofenbrenner yang menegaskan bahwa lingkugan mikro memiliki peran yang krusian dalam membentuk perkembangan anak secara keseluruhan.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa peran orang tua dalam mengembangkan kebiasaan makan sehat sangat berpengaruh terhadap pencegahan stunting. Oleh sebab itu, kolaborasi yang baik antara orang tua dan pihak sekolah disertai edukasi gizi yang berkelanjutan menjadi kunci penting untuk menciptakan generasi anak usia dini yang sehat, cerdas, dan berkembang secara optimal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Peran Orang Tua dalam Pencegahan Stunting melalui Kebiasaan Pola Makan Sehat Anak Usia 5-6 Tahun di PAUD KB Al-Farizqi didapatkan temuan utama yang dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pemahaman orang tua tentang stunting dan pola makan sehat

Meskipun banyak orang tua sudah mengetahui tentang istilah stunting, pemahaman mereka masih terbatas pada ciri fisik seperti tubuh yang pendek. Pemahaman yang lebih mendalam mengenai dampak jangka panjang stunting terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, termasuk aspek kognitif, psikologis, dan social masih perlu ditingkatkan. Namun demikian, orang tua menyadari bahwa mengonsumsi makanan sehat sangat penting untuk pertumbuhan anak dan mendukung upaya pencegahan stunting.

2. Penerapan kebiasaan pola makan sehat oleh orang tua

Orang tua berusaha menanamkan kebiasaan makan sehat dengan menyediakan makanan sehat seperti sayur, buah, lauk pauk, dan susu baik untuk dirumah maupun sebagai bekal sekolah. Menerapkan jadwal bekal harian di sekolah dapet menjadi stategi yang baik dalam menanamkan kebiasaan makan sehat. Sebagian orang tua juga membatasi konsumsi makanan instan atau jajanan dari luar. Maeski demikian, anak-anak cenderung memilih makanan tertentu, sehinngga pelaksanaannya belum sepenuhnya konsisten.

3. Tantangan yang dihadapi orang tua

Orang tua harus menghadapi berbagai tantangan, termasuk keterbatasan waktu, anak yang pilih-pilih makanan, kurangnya pengetahuan gizi, dan pengaruh lingkungan sosial seperti teman sebaya serta kebiasaan konsumsi keluarga. Guru di PAUD KB Al-Farizqi menilai bahwa partisipasi orang tua sangat krusial dalam keberhasilan pembiasaan makan sehat di sekolah, walaupun jadwal bekal telah diatur. Hal tersebut menegaskan bahwa kerja sama antara keluarga dan sekolah menjadi kunci penting dalam membentuk pola makan sehat sebagai upaya pencegahan stunting. Penelitian ini menunjukkan bahwa peran orang tua bukan hanya dalam penyediaan makanan, tatapi juga dalam membentuk kebiasaan makan sehat , mencptakan lingkungan yang mendukung, serta memberikan edukasi sejak dini. Peran ini sangat penting dalam mencegah stunting yang dapat mempengaruhi kualitas hidup anak di masa mendatang.

DAFTAR PUSTAKA

Abdurrahman, U. K. H., Pekalongan, W., Firdaussi, F. N., Khaerunisa', N., Muniroh, S. M., & Adurrahman, U. K. H. (2024). Peran orang tua dalam pemenuhan gizi seimbang sebagai upaya pencegahan stunting pada anak usia 4-5 tahun di Desa Mayangan Kecamatan Wiradesa Kabupaten Pekalongan. Prosiding SINAU: Seminar Nasional Pendidikan Islam Anak Usia Dini, 683–691. https://proceeding.uingusdur.ac.id/index.php/sinau/index

Adriani, P., Aisyah, I. S., Wirawan, S., Hasanah, L. N., Idris, N., Yulistianingsih, A., & Siswati, T. (2022). Stunting pada anak. In PT Global Eksekutif Teknologi (Vol. 124, Issue November). https://www.researchgate.net/publication/364952626

Aeni, K., & Formen, A. (2023). Pengaruh kemitraan PAUD dan keluarga dalam mendukung praktik playful parenting. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 7(5), 5630–5642. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.5212

Anwar, S., Winarti, E., & Sunardi, S. (2022). Systematic review faktor risiko, penyebab dan dampak stunting pada anak. Jurnal Ilmu Kesehatan, 11(1), 88. https://doi.org/10.32831/jik.v11i1.445

Arsini, Y., Zahra, M., & Rambe, R. (2023). Pentingnya peran orang tua terhadap perkembangan psikologis anak. MUDABBIR Journal Research and Education Studies, 3(2), 36–49. https://doi.org/10.56832/mudabbir.v3i2.369

Fattikasary, A. T., Jayadinata, A. K., Ardiyanti, D., & Shofuroh, H. (2025). Peran orang tua terhadap pencegahan stunting pada anak usia dini melalui perbaikan pola makan dan lingkungan. 5, 3703–3714.

Fauziah, J., Trisnawati, K. D., Rini, K. P. S., & Putri, S. U. (2023). Stunting: Penyebab, gejala, dan pencegahan. Jurnal Parenting Dan Anak, 1(2), 11. https://doi.org/10.47134/jpa.v1i2.220

Hasni, U., Nabila, N., Jambi, U. N., & Padangsidimpuan, I. (2021). Usia dini di lingkungan keluarga: Peran orangtua dalam mendidik anak. Uswatul Hasni & Nidaun, 1(2).

Kemenkes RI. (2022). Kemenkes RI no HK.01.07/MENKES/1928/2022 tentang pedoman nasional pelayanan kedokteran tata laksana stunting. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 1–52.

KHOTIMAH, K. (2022). Dampak stunting dalam perekonomian di Indonesia. JISP (Jurnal Inovasi Sektor Publik), 2(1), 113–132. https://doi.org/10.38156/jisp.v2i1.124

Laily, L. A., & Indarjo, S. (2023). Literature review: Dampak stunting terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development), 7(3), 354–364. https://doi.org/10.15294/higeia.v7i3.63544

Mince, Y. (2021). Peran ganda perempuan pedagang dalam meningkatkan kesejahteraan keluarga di Kelurahan Karang Mulia Distrik Samofa Kabupaten Biak Numfor. 3(2), 17–28.

Munawaroh, H., Nada, N. K., Hasjiandito, A., Faisal, V. I. A., Heldanita, H., Anjarsari, I., & Fauziddin, M. (2022). Peranan orang tua dalam pemenuhan gizi seimbang sebagai upaya pencegahan stunting pada anak usia 4-5 tahun. Sentra Cendekia, 3(2), 47. https://doi.org/10.31331/sencenivet.v3i2.2149

Novita, D., Amirullah, & Ruslan. (2023). Peran orang tua dalam meningkatkan perkembangan anak usia dini di Desa Air Pinang Kecamatan Simeulue Timur. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Kawarganegaraan Unsyiah, 1(1), 22–30.

Nurul Asqia, M. (2025). Hubungan perkembangan kognitif AUD dengan pola makan sehat anak usia 4-5 tahun. 5(1), 223–229.

Puspita, S., & Aryani, H. P. (2023). Pola asuh orang tua terhadap pertumbuhan anak balita. Journal of Education Research, 4(1), 92–99. https://doi.org/10.37985/jer.v4i1.130

Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Anggraini, L. (2018). Stunting dan upaya pencegahannya. In Buku Stunting dan Upaya Pencegahannya.

Rahayu, Y. D., Yunariyah, B., & Jannah, R. (2022). Gambaran faktor penyebab kejadian stunting pada balita di wilayah kerja puskesmas Semanding Tuban. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 10(2), 156–162. https://doi.org/10.14710/jkm.v10i2.32271

Robiah, R., & Kurniawaty, L. (2022). Program pemberian makanan sehat bagi anak usia dini di PAUD Nur Hidayah Jakarta Barat. Jurnal Pendidikan Tambusai, 6(2), 16123–16128.

Setiyawati, M. E., Ardhiyanti, L. P., Hamid, E. N., Muliarta, N. A. T., & Raihanah, Y. J. (2024). Studi literatur: Keadaan dan penanganan stunting di Indonesia. IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora, 8(2), 179–186. https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v8i2.3113

Studi, B., Anak, K., & Dini, U. (2025). Mencegah stunting melalui gizi seimbang dan pangan lokal berkualitas: Studi kasus anak usia dini. 5(1), 216–222.

Zulfani, P. R., & Tabi, A. (n.d.). Peran orang tua dan guru dalam mendorong pola makan sehat pada anak usia dini di RAM NU Delegtukang Wiradesa. 692–701.

Universitas Medan Area. (2023, September 20). Memahami apa itu stunting dan upaya penanggulangannya. Universitas Medan Area. https://uma.ac.id/berita/memahami-apa-itu-stunting-dan-upaya-penanggulangannya