



ORANGTUA DAN REMAJA **PENTING TAHU STUNTING**

Materi Edukasi Pencegahan Stunting Untuk Orangtua dan Remaja

DIREKTORAT BINA KETAHANAN REMAJA
BADAN KEPENDUDUKAN DAN KELUARGA BERENCANA NASIONAL

LATAR BELAKANG

- Stunting merupakan masalah pembangunan kualitas SDM
- Kondisi stunting pada anak dipengaruhi oleh faktor ibu seperti aspek antropometri (tinggi badan, berat badan, lingkar lengan atas), kadar haemoglobin, dan usia;
- Indonesia masih memiliki angka prevalensi stunting di atas standar yang ditoleransi WHO (di bawah 20 persen): 27,67 persen (SSGBI, 2019), menurun menjadi 24,4 persen (SSGI, 2021);
- Peraturan Presiden Nomor 72 tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting: menutup setiap celah potensi risiko yang dapat mengakibatkan anak lahir stunting, mulai dari Fase Remaja, Fase Catin/Calon PUS, Fase Hamil, dan Fase Pascapersalinan hingga bayi berusia 59 bulan.



APA ITU STUNTING ?

Stunting (dibaca "stanting") adalah sebuah kondisi gagal **pertumbuhan dan perkembangan** pada Balita akibat **kurangnya asupan gizi** dalam waktu lama, **infeksi berulang**, dan **stimulasi psikososial yang tidak memadai** terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan.



Stunting bukan penyakit, tapi kondisi



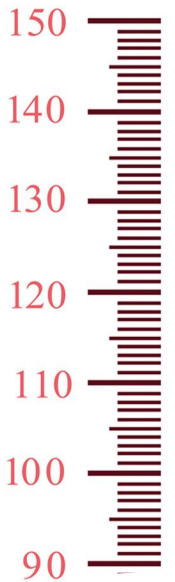
Gagal pertumbuhan (lingkar kepala, tinggi dan berat badan) dan perkembangan (pengua-saan kata, kemampuan merangkak, berjalan, dst)



Kurang asupan gizi, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial



1000 Hari Pertama Kehidupan meliputi (270 hari selama kehamilan dan 730 hari pertama setelah bayi dilahirkan)



CIRI BALITA STUNTING



TUBUH LEBIH PENDEK

Ukuran panjang/tinggi badan yang lebih pendek untuk umurnya dan dari yang seharusnya berdasarkan standar. Balita bisa diketahui stunting apabila sudah diukur panjang atau tinggi badannya, lalu dibandingkan dengan standar, dan hasil pengukurannya berada pada kisaran di bawah normal.

CIRI BALITA STUNTING



SERING SAKIT

Salah satu gejala stunting adalah menurunnya fungsi kekebalan tubuh akibat kurangnya nutrisi dalam waktu berkepanjangan. Anak yang punya kekebalan tubuh rendah akan lebih sering sakit, yang biasanya diakibatkan oleh penyakit infeksi. Contohnya, sering demam, muntah, dan diare. Pada saat dewasa, rentan memiliki Penyakit Tidak Menular (PTM) lebih tinggi seperti diabetes, hipertensi, jantung, stroke, dll.

CIRI BALITA STUNTING



MENURUNNYA KEMAMPUAN KOGNITIF

Ciri ini yang paling mengkhawatirkan. Stunting akan mengakibatkan kemampuan kognitif anak menurun, ditandai dengan IQ rendah bahkan dibawah rata-rata. Kemampuan kognitif yang menurun dapat dilihat dari adanya hambatan dalam perkembangan anak. Contohnya anak belum mampu mengucapkan kata di usia 2 tahun, atau belum bisa makan sendiri di usia 1 tahun.

CIRI BALITA STUNTING



BERTAMBAH GEMUK

Anak stunting akan mengalami gangguan sistem endokrin tubuh yang mempengaruhi metabolisme lemak. Hal tersebut membuat anak stunting lebih mudah gemuk akibat metabolisme lemak yang terganggu. Stunting dapat terjadi karena anak mengalami masalah gizi buruk seperti gizi kurang dan gizi lebih (**over weight**).

Stunting dapat menjadikan anak bertubuh kecil tapi terlihat gemuk karena berat yang rendah terdistribusi pada rangka tubuh yang lebih pendek. Seringkali, orangtua menganggap anaknya sehat karena tampilan yang "chubby," padahal tampilan anak yang "tembem" adalah gejala kurang nutrisi.

PERKEMBANGAN OTAK ANAK



Kondisi otak anak dengan nutrisi yang baik

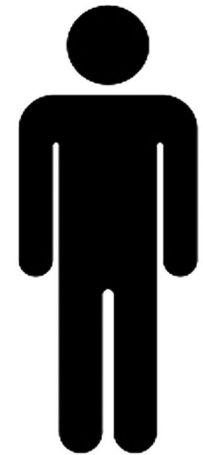


Kondisi otak anak yang mengalami stunting

PERTUMBUHAN ANAK



Kondisi tinggi badan anak yang normal



Kondisi tinggi badan anak yang mengalami stunting (pendek)

4X Risiko Kematian Lebih Besar



LOKASI STUDI

Desa Kenduwela, Kecamatan Kodi Utara, Kabupaten Sumba Barat Daya,
Provinsi Nusa Tenggara Timur



Kasus 1

Usia Ibu 36 Tahun dan
Usia Ayah 50 Tahun
dengan Jumlah 7 orang anak

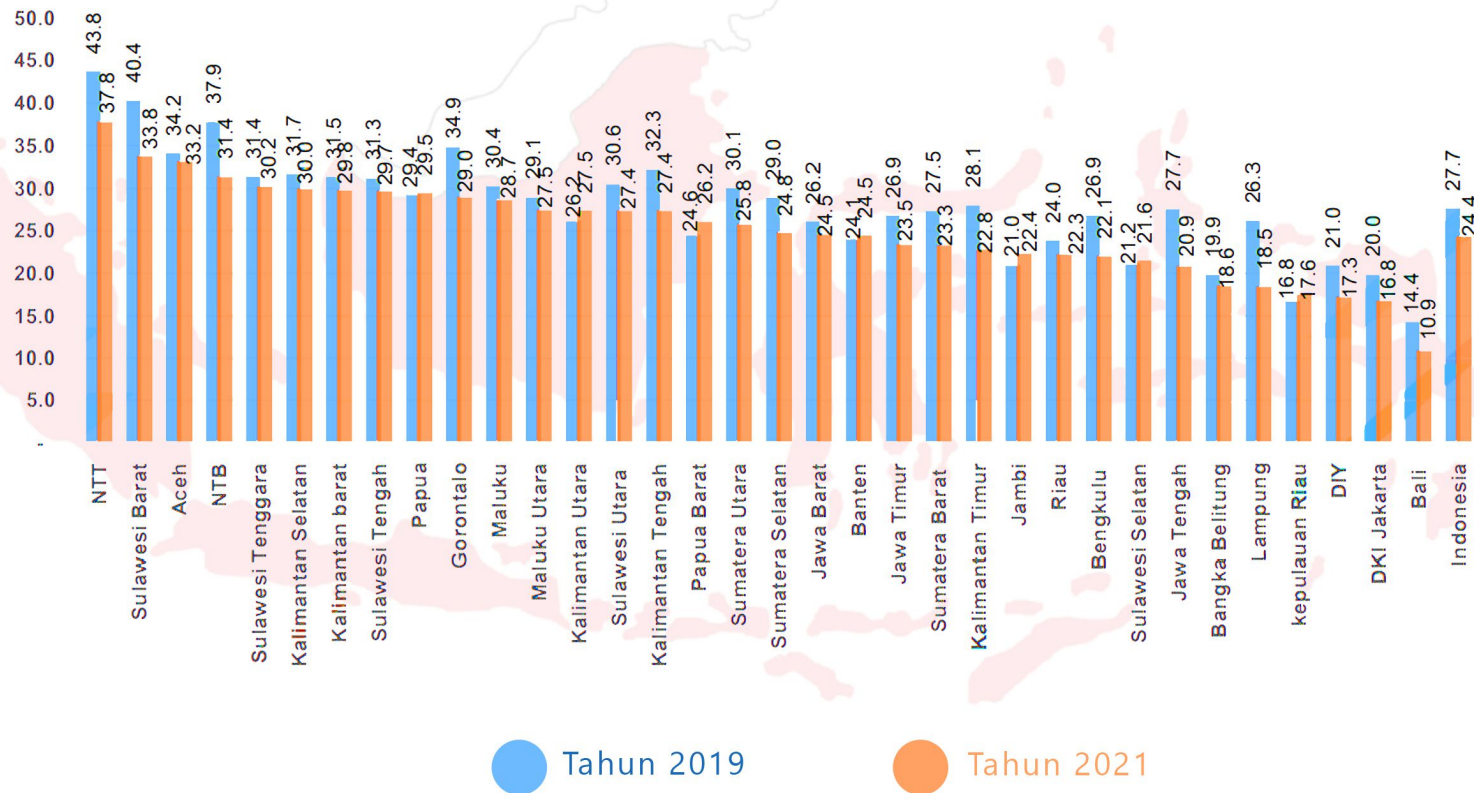


Kasus 2

Usia Ibu 23 Tahun dan
Usia Ayah 29 Tahun
dengan Jumlah 1 orang anak

"Saat ini sekitar **delapan juta anak di Indonesia** mengalami pertumbuhan tidak maksimal **satu dari tiga anak di Indonesia** mengalami **Stunting**"

Persebaran Stunting Menurut Provinsi Tahun 2019 (SSGBI, 2019) dan 2021 (SSGI, 2021)

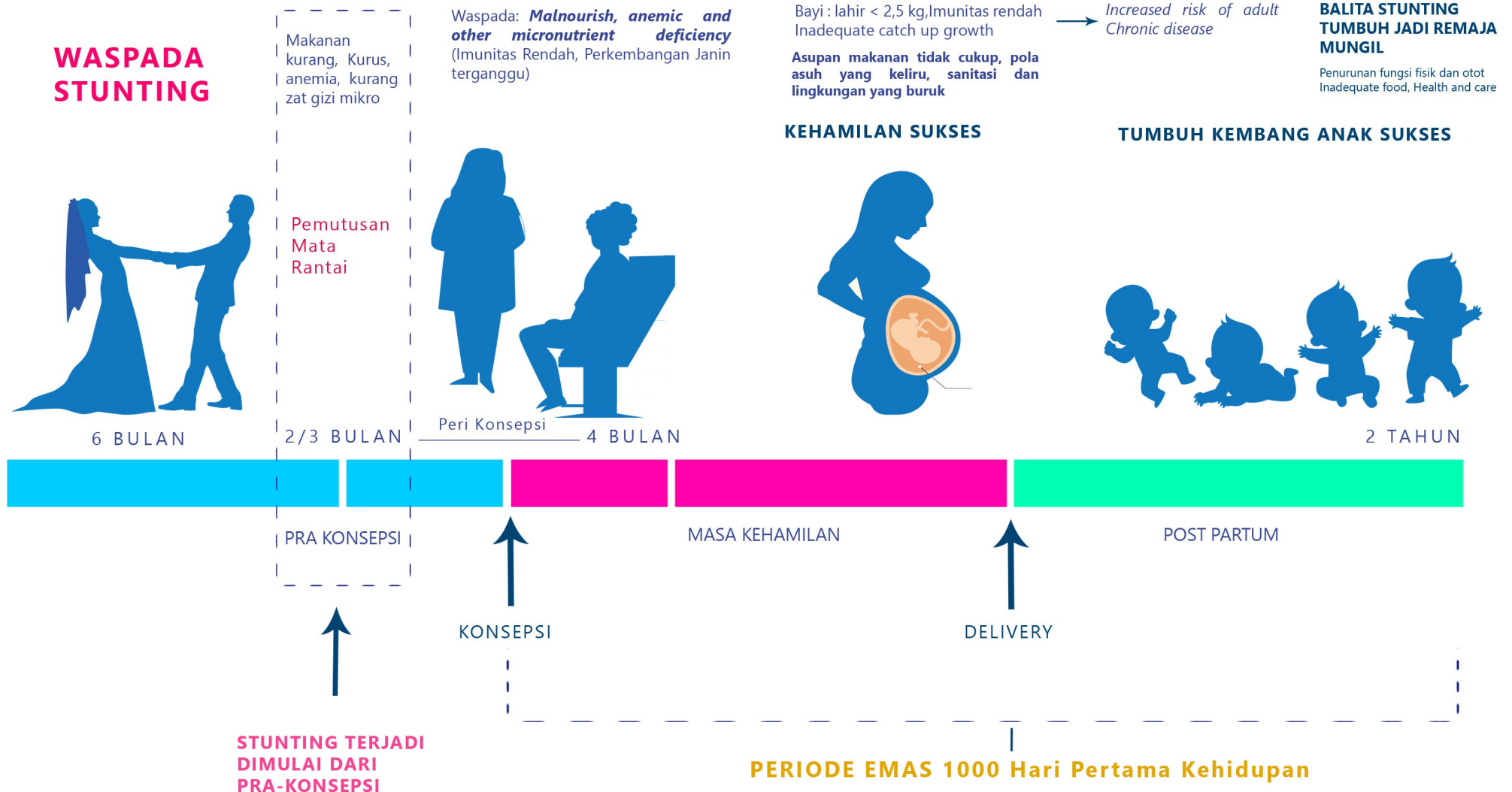


SIKLUS TERJADINYA STUNTING

Ketika seorang remaja kurang gizi dan anemia

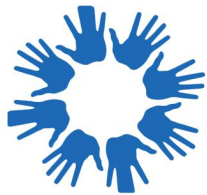
Ketika seorang remaja menjadi ibu yang kurang gizi dan anemia

Hidup di lingkungan dengan sanitasi kurang memadai



REMAJA, CATIN/CALON PUS, & STUNTING

REMAJA



PREVENTIF 2

Edukasi kespro, gizi, dan penyiapan kehidupan berkeluarga

CALON PENGANTIN



PREVENTIF 1

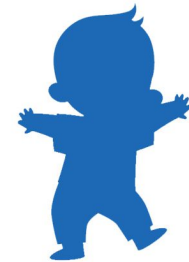
Skrining, Edukasi, dan Pendampingan Catin/ Calon PUS

* PENYEBAB LANGSUNG FAKTOR ANAK



FAKTOR IBU

- Usia saat hamil terlalu muda
- Usia saat hamil terlalu tua
- Jarak antar kehamilan terlalu rapat
- Frekuensi kehamilan/paritas
- Anemia
- Indeks massa tubuh rendah/kurus
- Tinggi badan kurang
- Orangtua yg merokok (dalam beberapa penelitian)



ANAK STUNTING

PERTUMBUHAN PADA REMAJA

Menstruasi Bukan Indikator Kesiapan Bereproduksi



Tinggi badan tumbuh sangat cepat di usia 10 - 14 tahun



Puncak percepatan tinggi badan terjadi kira-kira 1 sampai 1.5 tahun sebelum menarche



Menarche: menstruasi pertama



Pertumbuhan tinggi badan selesai, pertumbuhan tulang panggul dimulai



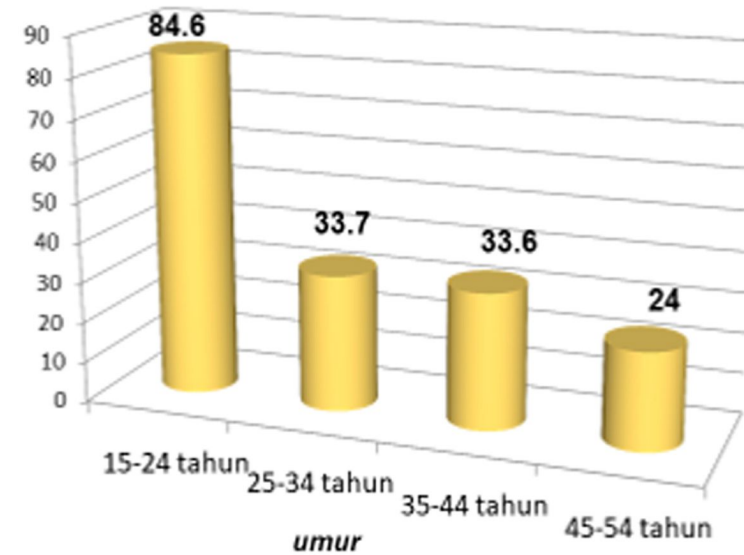
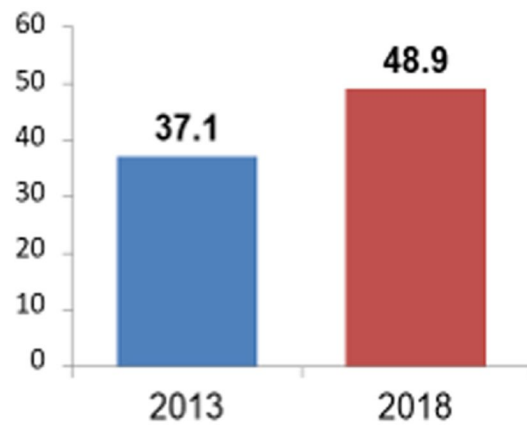
Pertumbuhan tulang panggul selesai

- Menarche bukan indikator yg baik untuk kesiapan reproduksi karena pertumbuhan masih berlangsung sampai 4-7 thn kemudian
- Sebelum menarche tinggi badan masih bertambah sebanyak 10.8 - 22.3 cm
- Setelah menarche tinggi badan bertambah 7.4 - 10.6 cm
- Pertumbuhan tulang panggul, terjadi beberapa tahun setelah pertumbuhan tinggi badan selesai

Adolescent Growth, by Kathleen M. Kurz, PhD, International Center for Research on Women, Washington, D.C.

HATI - HATI ANEMIA

Proporsi Anemia pada ibu hamil tahun 2013-2018

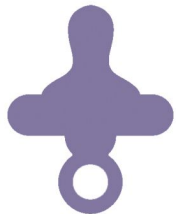


Sumber : Riskesdas 2018

JIKA **HAMIL** DIUSIA **BELUM IDEAL**



Usia ibu saat hamil dapat menentukan kondisi janin yang akan dilahirkannya. Wanita yang hamil pada usia kurang dari 20 tahun memiliki peluang 2 kali lebih berisiko untuk melahirkan anak dengan kondisi stunting.



Di usia itu pertumbuhannya masih berlangsung dan masih membutuhkan nutrisi yang banyak sehingga jika hamil akan terjadi persaingan/kompetisi nutrisi dengan bayi dalam kandungan (Achadi, 2021; Scholl et. al., 1994)

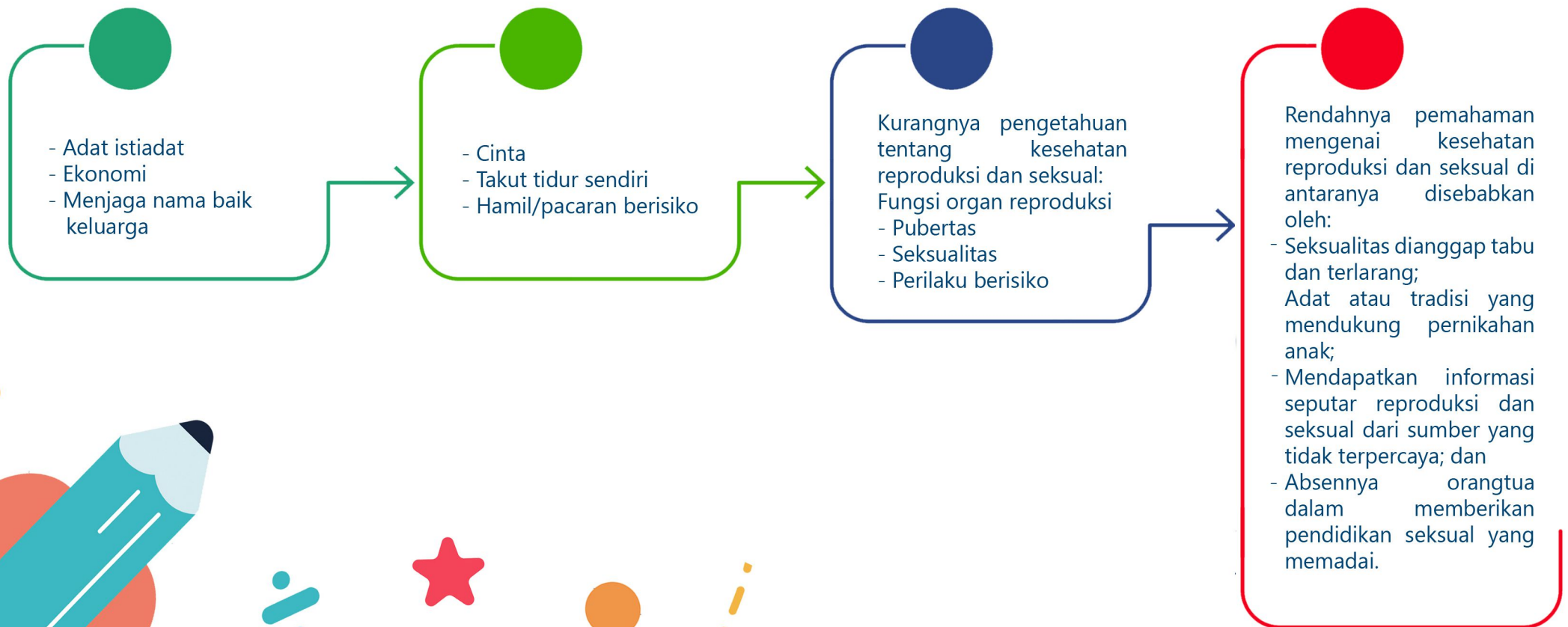


Otot rahim masih lemah sehingga berisiko dalam menghadapi masalah pada kehamilan



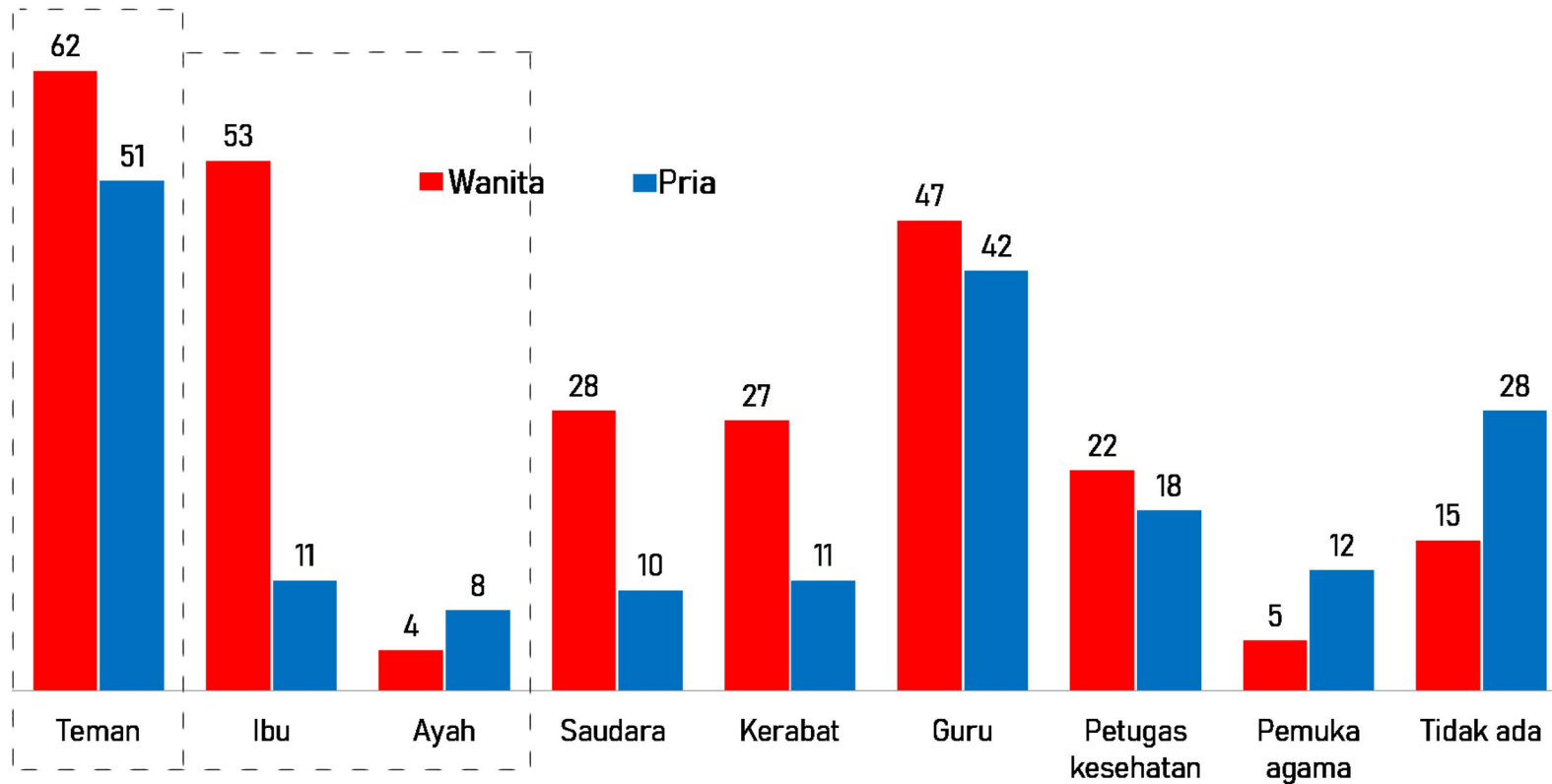
PERGESERAN ALASAN / LATAR BELAKANG PERNIKAHAN DINI

Pernikahan dini (early married) adalah pernikahan yang dilakukan ketika salah satu atau keduanya masih berada di usia yang belum ideal untuk menikah, termasuk pernikahan di usia anak.



DISKUSI DENGAN TEMAN SEBAYA

Diskusi terkait Kesehatan Reproduksi yang dialaminya pada remaja usia 15-24 tahun, SDKI 2017



ORANG TUA & REMAJA

Pastikan Tau Hal Ini

Mengetahui kesehatan reproduksi dan seksual:

a. Fungsi organ reproduksi

Pubertas (perubahan fisik dan psikis serta menstruasi dan mimpi basah)

Seksualitas (ketertarikan terhadap lawan jenis, dorongan seksual, pacaran dan pertemanan, hubungan seksual, kehamilan)

Mengetahui perilaku berisiko yang terkait dengan reproduksi dan seksual dan risiko/konsekuensinya

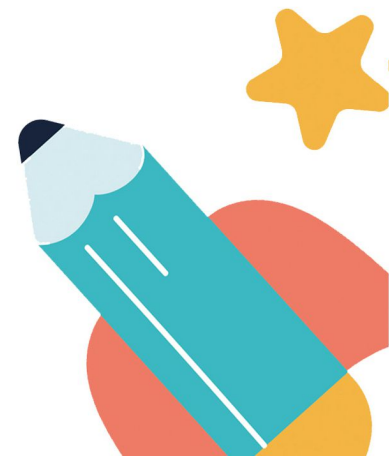
- b. Mengetahui tentang Pernikahan dini
- c. Memahami kebutuhan gizi seimbang
- d. Memahami kesehatan mental
- e. Memahami kesiapan berkeluarga



ORANG TUA & REMAJA

Perhatikan Berat Badan dan Tinggi Badan

Golongan Umur	Berat Badan (Kg)	Tinggi Badan (cm)	Energi (kkal)	Protein (g)	Vit-A (RE)
10 – 12 thn	35	140	1900	54	500
13 – 15 thn	46	153	2100	62	500
16 – 19 thn	50	154	2000	51	500
20 – 45 thn	54	156	2200	48	500
46 – 59 thn	54	156	2100	48	500
> 60 tahun	54	154	1850	48	500
Hamil			+ 285	+ 12	+ 200
Menyusui					
0 – 6 bln			+ 700	+ 16	+ 350
7 – 12 bln			+ 500	+ 12	+ 300



ORANG TUA & REMAJA

Pastikan Tidak KEK

Remaja Putri Usia
15-19 Tahun

36,3%

Kondisinya berisiko
kurang energi kronik



Wanita Subur Usia
15-49 Tahun

33,5%

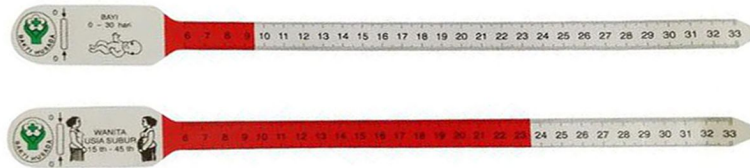
Hamil dengan risiko
kurang energi kronik

37,1%

Anemia

Sumber: Riskesdas (2018)

UKURAN LILA Untuk Skrining Risiko KEK



Remaja Usia 10 - 14 Tahun

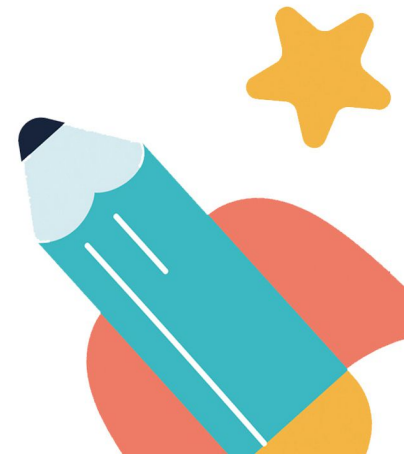
Ideal	<18,5 cm
Sedang	16,0 cm – 18,5 cm
Berat	>16,0 cm

Remaja Usia 15 - 17 Tahun

Ideal	<22,0 cm
Sedang	18,5 cm – 22,0 cm
Berat	>18,5 cm

Dewasa

Ideal <23,5 CM



ORANG TUA & REMAJA

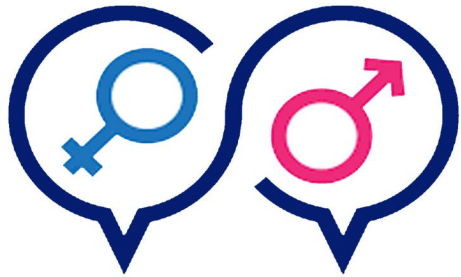
Pastikan Tidak Anemia

Remaja putri lebih rentan mengalami anemia karena pada saat menstruasi tubuh kehilangan zat besi. Anemia berdampak sangat serius karena remaja putri adalah calon ibu yang nantinya akan mengandung si buah hati.



Jika tidak segera ditangani dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi yang berbahaya bagi ibu dan bayi yang dilahirkannya seperti persalinan prematur, berat badan lahir rendah, dan memperbesar risiko bayi mengalami stunting.

PENCEGAHAN STUNTING Pada Fase Remaja



Edukasi kesehatan reproduksi, gizi, dan penyiapan kehidupan berkeluarga (Pro PN) melalui Pendidik Sebaya di PIK Remaja dan Kader Bina Keluarga Remaja (BKR)



Memastikan setiap remaja tercukupi kebutuhan gizinya, dipastikan tidak terburu-buru ingin menikah, dan dipastikan tidak melakukan perilaku berisiko yang dapat menyebabkan terjadinya kehamilan di usia muda



Setiap remaja putri diberikan akses terhadap suplemen tambah darah untuk mencegah anemia



**DIREKTORAT BINA KETAHANAN REMAJA
BADAN KEPENDUDUKAN DAN KELUARGA BERENCANA NASIONAL**

