

Pengaruh Pemberian Kombinasi Makanan terhadap Anak Lahir Stunting sebagai Upaya untuk Menurunkan Kejadian Malnutrisi di Indonesia: A Literature Review

Anggraeni, Mega

Mahasiswa Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Jenderal Soedirman

ABSTRACT

Introduction: Nutrition status is an indicator level of child welfare in Indonesia. One of the factors that affect nutritional status is food intake. Fulfilling the need for a balanced intake of food starts from the implantation until the child is 24 months old. In this age period is a period of growth that will determine the physical form of the child. Stunting is a chronic malnutrition disease that the body becomes short. The impact of stunted child birth is growth becomes inhibited, decreased cognitive function, and decreased immune function. Therefore, it is necessary to handle stunting to reduce the incidence of malnutrition, one of them with the provision of food combinations. Method: Journal search by collecting from multiple databases: Sage database, PubMed, IJHN, ProQuest, Ingenta Connect, and Google Scholar. Journal criteria used are journals from 2007 to 2017. Keywords used are diet diversification and stunting. Result: Nursing intervention in the form of food combinations, effective, efficient and safe are given to children born stunting to reduce the incidence of malnutrition in Indonesia. Discussion: The combination of food in an effort to fulfill the nutritional adequacy of children, influenced by economic status. So, it is necessary to choose a variety of foods that are cheap but nutritional quality remains met. Conclusion: Giving a combination of food to children born stunting can reduce the incidence of malnutrition in Indonesia.

KEYWORDS

diet diversification dan stunting

PENDAHULUAN

Kejadian bayi stunting semakin meningkat di Indonesia. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2007, jumlah bayi stunting 36,8% dan tahun 2010 adalah 35,6%. Prevalensi bayi stunting meningkat pada tahun 2013 yaitu 37,2%. Stunting adalah keadaan dimana tinggi badan anak yang terlalu rendah berdasarkan umur dibawah minus dua standar deviasi (<-2SD) dari tabel status gizi WHO child growth standard (WHO, 2012). Faktor penyebab terjadinya stunting pada bayi adalah keluarga, defisiensi makanan komplementer, menyusui, infeksi dan ekonomi.

Anak yang lahir dengan stunting mengalami penurunan perkembangan fungsi kognitif, motorik, dan bahasa serta kecacatan berupa bentuk tubuh yang pendek dan cacat mental (Kartikawati, 2011). Dalam jangka panjang, bayi dengan stunting juga berisiko mengalami

penyakit jantung koroner, hipertensi, dan obesitas serta diabetes melitus (Fernald dan Gertler, 2008). Tingginya angka kejadian stunting menunjukkan rendahnya kualitas gizi ibu dan anak di Indonesia. Oleh karena itu, perlu adanya intervensi terhadap anak lahir stunting untuk menurunkan kejadian malnutrisi.

Menurut Undang-Undang No. 17 tahun 2007 tentang kebijakan penanggulangan stunting dilihat berdasarkan Rencana Pembangunan Jangka Panjang Nasional (RJPN) tahun 2005-2025 menyebutkan bahwa landasan kebijakan program pangan dan gizi dalam jangka panjang meliputi produksi, pengolahan, distribusi, hingga konsumsi pangan, dengan kandungan gizi yang cukup, seimbang, serta terjamin keamanannya. Sedangkan jangka pendek berupa Gerakan Nasional Sadar Gizi pada Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) yaitu sejak masa kehamilan hingga anak berusia 24 bulan.

Salah satu upaya Gerakan Nasional Sadar Gizi pada Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) berupa pemberian kombinasi dalam bentuk keragaman pada makanan tambahan. Referensi yang dapat dirujuk antara lain “Diet Diversity in Complementary Feeding and Nutritional Status of Children Aged 0 to 24 Months in Osun State, Nigeria A Comparison of the Urban and Rural Communities” dinyatakan bahwa pemberian keragaman makanan secara komplementer pada anak stunting penting dilakukan, guna memenuhi kebutuhan gizi esensial dalam tubuh (Beatrice, 2010). Hal ini juga didukung oleh Alexandr, Diederike, and Aileen (2014) yang menuliskan bahwa keragaman dengan menggunakan makanan lokal harus diprioritaskan untuk mengurangi prevalensi gizi buruk kronis. Tujuan dari study literature ini untuk melakukan review pada beberapa literature tentang pengaruh pemberian kombinasi makanan terhadap anak lahir stunting. Dengan dilakukannya study literature review ini, pembaca memperoleh informasi tentang pentingnya pemberian kombinasi makanan dan bagi tim medis diharapkan dapat diterapkan secara efektif pada tatanan pelayanan di klinis dan dapat menjadi rekomendasi intervensi keperawatan secara independent bagi perawat dalam pemberian asuhan keperawatan pada ibu hamil dan anak stunting. Sehingga proses asuhan keperawatan yang diberikan menerapkan intervensi yang tepat.

METODOLOGI PENELITIAN

Langkah yang digunakan dalam mencari jurnal menggunakan bahasa Inggris yang relevan dengan topik. Pencarian jurnal dengan cara mengumpulkan dari beberapa database diantaranya Sage, PubMed, IJHN, ProQuest, Ingenta Connect, dan Google Scholar. Keyword yang digunakan adalah diet diversification dan stunting. Pencarian menggunakan keyword diatas dengan menggunakan Sage, PubMed, IJHN, ProQuest, Ingenta Connect, dan Google Scholar. Hasil penelusuran pada Sage diperoleh 6 jurnal, pada PubMed diperoleh 1 jurnal, pada IJHN diperoleh 2 jurnal, pada ProQuest tidak diperoleh

jurnal, pada Ingenta Connect diperoleh 8 jurnal, pada Google Scholar diperoleh 12 jurnal. Jurnal full text dan abstrak yang diperoleh, direview untuk memilih jurnal yang sesuai dengan kriteria inklusi berdasarkan PICO (Patient, Intervention, Comparison, Outcome). (P: Anak yang lahir stunting I: Kombinasi makanan O: Malnutrisi menjadi menurun). Jurnal yang digunakan sebagai sampel selanjutnya diidentifikasi. Tiga jurnal yang sesuai dengan judul kemudian dijelaskan dalam bentuk tabel.

Jurnal yang ditelaah terdiri atas: (1) 2 jurnal menggunakan bahasa Inggris dan (2) 1 jurnal menggunakan bahasa Indonesia. Tiga jurnal tersebut menggunakan variabel perlakuan dan variabel kontrol terhadap responden. Pembagian tiga jurnal tersebut; 3 jurnal menggunakan variabel perlakuan dan 2 dari 3 jurnal menggunakan variabel kontrol. Selanjutnya jurnal tersebut direview dengan tema pengaruh pemberian kombinasi makanan pada anak stunting.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jurnal pertama adalah penelitian yang dilakukan oleh Food and Nutrition Bulletin di Mozambik, India. Jumlah sampel dalam penelitian sebanyak 58 jenis makanan. Kriteria inklusi dalam penelitian adalah keragaman makanan padat yang mengandung mikronutrien tinggi dengan penambahan pemrograman linear. Pemrograman linear merupakan suatu metode yang digunakan untuk memperoleh jenis makanan berbeda dengan kandungan gizi yang tinggi namun biaya untuk memperoleh makanan tersebut murah. Randomisasi dilakukan dengan cara disajikan enam kelompok makanan. Kelompok makanan pertama makanan yang mengandung EPF (Energi, Protein dan Fat atau lemak). Kelompok makanan kedua adalah makanan yang mengandung daging (babi, ayam, kambing dan sapi), susu, telur, kacang polong, umbi, sayuran dan buah-buahan. Kelompok makanan ketiga yaitu daging sapi. Kelompok makanan keempat ialah daging sapi dan hati. Kelompok makanan kelima diantaranya hati, daging sapi, dan ikan

kering. Kelompok makanan keenam yaitu pemberian daun kelor (*Moringa oleifera*). Hasil penelitian pada jurnal pertama menunjukkan makanan yang bersumber dari daging-dagingan, susu, telur, kacang-kacangan, umbi, sayur dan buah-buahan dengan fortifikasi daun kelor (*Moringa oleifera*) dapat menurunkan kejadian malnutrisi bagi anak stunting.

Jurnal kedua merupakan penelitian yang dilaksanakan di Department of Family, Nutrition and Consumer Sciences, Faculty of Agriculture, Obafemi Awolowo University, Ile Ife, Nigeria. Jumlah responden dalam penelitian sebanyak 450 orang. Selanjutnya responden diwawancarai dengan diberikan sejumlah pertanyaan tentang keadaan sosial ekonomi dan praktik pemberian makanan. Selain teknik wawancara juga dilakukan penyebaran kuesioner dengan tujuan untuk mengetahui frekuensi konsumsi makanan dan ragam makanan yang dikonsumsi. Randomisasi dilakukan dengan cara mengelompokkan kandungan makanan menjadi enam bagian diantaranya: (1) akar dan umbi, (2) sereal, (3) kacang-kacangan, (4) protein hewani, (5) buah-buahan, dan (6) sayuran sebagai variabel perlakuan. Keenam kelompok makanan tersebut dicampurkan dengan kelompok makanan komplementer. Variabel kontrol diperoleh dengan cara mengukur berat dan tinggi badan anak.

Jurnal ketiga adalah penelitian yang dilakukan oleh Indonesian Journal of Human Nutrition, Jurusan Gizi, Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya di Malang. Metode yang digunakan dalam penelitian adalah multistage sampling pada 57 kelurahan di kota Malang dengan total sampel sebanyak 115 keluarga. Selanjutnya responden diwawancarai dengan cara memberikan pertanyaan, lalu responden akan mengingat makanan yang diberikan responden terhadap anak dalam 24 jam terakhir. Variabel perlakuan dalam penelitian adalah keragaman pangan dan status gizi balita. Variabel kontrol dalam penelitian berupa tingkat sosial ekonomi keluarga. Keragaman pangan diukur dengan kuesioner Household Dietary Diversity Score

(HDDS). Sedangkan pengukuran tingkat ekonomi dengan indikator jenis dan total pendapatan, persen pengeluaran untuk pangan (%PP). Variabel kontrol berupa pengukuran status gizi balita dengan indikator z-skor BB/TB, BB/U, dan TB/U. Hasil penelitian pada jurnal yaitu ada hubungan antara keragaman makanan dengan pendapatan.

Berdasarkan hasil literature review terhadap tiga jurnal, dapat dijelaskan bahwa pemberian intervensi kombinasi makanan dengan metode komplementer pada makanan dapat menjadi pilihan intervensi yang tepat, efektif dan aman untuk menurunkan kejadian malnutrisi pada anak stunting. Pemberian intervensi kombinasi makanan bertujuan untuk memenuhi kebutuhan zat mikronutrien dalam tubuh diantaranya vitamin A dan seng. Kedua zat mikronutrien ini akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Vitamin A berfungsi untuk pertumbuhan dan diferensiasi epitel sedangkan seng dalam tubuh berfungsi untuk metabolisme dan sintesis protein. Sehingga, pemenuhan kebutuhan mikronutrien dengan kombinasi makanan tepat diberikan untuk anak stunting yang mengalami defisiensi vitamin A dan seng. Kombinasi makanan dalam upaya pemenuhan kecukupan gizi anak, dipengaruhi oleh status ekonomi. Sehingga, perlu adanya pemilihan ragam jenis makanan yang murah namun kualitas gizi tetap terpenuhi.

Kombinasi makanan dengan pemberian campuran makanan komplementer dimana campuran makanan komplementer berasal dari zat mikronutrien. Zat mikronutrien diperoleh dari sereal, daun kelor, minyak nabati, kacang-kacangan, sayur-sayuran, buah-buahan dan tepung gandum atau jagung. Jumlah dan keragaman makanan yang dikonsumsi akan menentukan tinggi rendahnya energi dan protein yang masuk dalam tubuh. Semakin banyak jumlah dan keragaman jenis makanan yang masuk maka makin tinggi asupan energi dan protein terhadap kebutuhan yang dianjurkan (Ello & Martin, 2003).

Proses teknik pemberian kombinasi makanan

dengan makanan komplementer lebih menitik beratkan pada kualitas zat gizi yang terkandung di dalam makanan dan faktor sosial ekonomi keluarga. Teknik kombinasi makanan, dimana teknik ini dilakukan dengan cara mengelompokkan makanan menjadi beberapa bagian. Pengelompokan makanan dilakukan berdasarkan kehomogenitasan kandungan makanan seperti makanan yang mengandung protein dikelompokkan menjadi satu bagian. Selanjutnya tiap makanan yang mengandung energi, protein, dan lemak dicampurkan dengan makanan komplementer yang mengandung zat mikronutrien seperti vitamin dan mineral yang berfungsi dalam proses pembentukan, pertumbuhan dan perkembangan tubuh.

Intervensi kombinasi makanan juga didukung dengan kebijakan global (WHO dan UNICEF) dan kebijakan nasional diantaranya merekomendasikan pemberian ASI eksklusif sejak lahir sampai umur 6 bulan, kemudian diberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI) sejak umur enam bulan.

SIMPULAN

Berdasarkan analisa yang telah dilakukan penulis, disimpulkan bahwa intervensi pemberian kombinasi makanan terhadap anak lahir stunting efektif dalam menurunkan kejadian malnutrisi di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Kartikawati, D. 2011. Buku Ajar Dasar-Dasar Keperawatan Gawat Darurat. Jakarta: Salemba Empat, 65-67.
- Ogunba, B.O. (2010) Diet Diversity in Complementary Feeding and Nutritional Status of Children Aged 0 to 24 Months in Osun State, Nigeria A Comparison of the Urban and Rural Communities. ICAN: Infant, Child, & Adolescent Nutrition December. Vol 2, No 6. doi: 10.1177/1941406410385451.
- Parlesak, A., Geelhoed, D. & Robertson, A. (2014) Toward the prevention of childhood undernutrition: Diet diversity strategies

using locally produced food can overcome gaps in nutrient supply. Food and Nutrition Bulletin, vol. 35, no. 2.

- Wirawan, N.N., dan Rahmawati, W. (2016) Ketersediaan dan Keragaman Pangan serta Tingkat Ekonomi sebagai Prediktor Status Gizi Balita. Indonesian Journal of Human Nutrition, Juni 2016, Vol.3 No.1 Suplemen : 80 – 90.
- WHO. (2012). “WHO Child Growth Standards”. Geneva.

Tabel 1 Literature Review

Peneliti dan Tahun	Judul	Responden	Perlakuan	Kontrol	Prosedur Penilaian	Temuan
Alexandr Parlesak, Diederike Geelhoed, and Aileen Robertson (2014)	Toward the prevention of childhood undernutrition : Diet diversity strategies using locally produced food can overcome gaps in nutrient supply	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anak usia 1-3 tahun 2. Keluarga (seorang wanita dewasa berusia 19 sampai 30 tahun, ibu hamil, dewasa berusia 19 sampai 30 tahun, perempuan dewasa berusia 51-70 tahun 	<p>Sebanyak 58 jenis makanan kemudian disajikan dalam bentuk enam kelompok makanan. Kelompok makanan pertama makanan yang mengandung EPF (Energi, Protein dan <i>Fat</i> atau lemak). Kelompok makanan kedua adalah makanan yang mengandung daging (babi, ayam, kambing dan sapi), susu, telur, kacang polong, umbi, sayuran dan buah-buahan. Kelompok makanan ketiga yaitu daging sapi. Kelompok makanan keempat ialah daging sapi dan hati. Kelompok makanan kelima diantaranya hati, daging sapi, dan ikan kering. Kelompok makanan keenam yaitu pemberian daun kelor (<i>Moringa oleifera</i>).</p>	Dalam penelitian ini, tidak terdapat kelompok kontrolnya.	Menggunakan pemrograman linier, untuk memilah keberagaman makanan lokal yang diprioritaskan.	Berdasarkan hasil pemrograman linear, kelompok makanan kedua merupakan kelompok makanan dengan kombinasi yang memenuhi kebutuhan gizi dan biaya terjangkau. Akan tetapi, biaya makanan kelompok dua akan lebih hemat jika menggunakan keragaman makanan, suplementasi dengan tablet dan kapsul serta fortifikasi atau penambahan mikronutrien pada makanan.
Beatrice Olubukola Ogunba, PhD (2010)	Diet Diversity in Complementary Feeding and Nutritional Status of Children Aged 0 to 24 Months in Osun State, Nigeria A Comparison of the Urban and Rural Communities	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anak berusia 0 dan 24 bulan 2. Sebanyak 450 orang ibu diwawancarai 	<p>Responden diwawancarai dengan diberikan sejumlah pertanyaan tentang keadaan sosioekonomi dan praktik pemberian makanan. Selain teknik wawancara juga dilakukan penyebaran kuesioner dengan tujuan untuk mengetahui frekuensi konsumsi makanan dan kualitas ragam makanan yang dikonsumsi.</p>	Mengukur berat dan tinggi badan anak dengan cara membandingkan nilai Z skor dengan nilai normal Z skor berdasarkan Pusat Statistik Kesehatan Internasional dan membandingkan skor Z standar anak-anak normal lainnya (Z skor <-2) untuk menilai status gizi	Menggunakan metode: (1) Wawancara dengan diberikan sejumlah pertanyaan tentang keadaan sosial ekonomi dan praktik pemberian makanan. (2) Penyebaran kuesioner	Keberagaman makanan yang disertai makanan komplementer akan menurunkan kejadian malnutrisi pada anak usia dibawah lima tahun.

anak						
Nia Novita Wirawan1, Widya Rahmawati (2016)	Ketersediaan dan Keragaman Pangan serta Tingkat Ekonomi sebagai Prediktor Status Gizi Balita.	Sampel yang dijadikan responden sebanyak 115 keluarga yang mempunyai balita pada tahun 2014	Responden (ibu balita) diwawancara untuk mendapatkan data keragaman makanan dengan menggunakan kuesioner HDDS. Pengukuran terhadap tingkat sosial ekonomi dikumpulkan dengan indikator total pendapatan, proporsi pengeluaran pangan terhadap total pendapatan dan jenis pendapatan.	Status gizi ditentukan melalui pengukuran antropometri meliputi berat badan yang diukur dengan Timbangan digital merek Omron seri HN 283, tinggi badan dengan <i>Microtoise</i> merek SECA Jerman model 206, panjang badan dengan <i>Length board</i> SECA Jerman model 2010 dengan indikator Z skor BB/TB, BB/U, TB/U.	(1) Penyiapan makanan menggunakan kuesioner HDDS. (2) Wawancara untuk mengetahui apakah rumah tangga tersebut dalam 24 jam terakhir (24- <i>hour recall</i>) mengkonsumsi 12 jenis kelompok makanan. (3) Tingkat sosial ekonomi diukur dengan indikator total pendapatan, proporsi pengeluaran pangan terhadap total pendapatan dan jenis pendapatan. (4) Status gizi balita ditentukan melalui pengukuran antropometri	Hasil penelitian pada jurnal yaitu ada hubungan antara keragaman makanan dengan pendapatan yang akan menentukan status gizi pada anak.