



Windi Putri Handina¹

BAHAYA STUNTING PADA BIDANG KOGNITIF SISWA SEKOLAH DASAR

Abstrak

Tujuan dari penelitian untuk mengeksplorasi dampak stunting terhadap kemampuan kognitif di sekolah dasar serta implikasinya dalam jangka panjang. Stunting merujuk pada kondisi kronis kurang gizi yang menyebabkan pertumbuhan fisik anak terhambat, sering kali disebabkan oleh kurangnya asupan gizi yang memadai selama periode yang cukup lama, terutama dalam 1.000 hari pertama kehidupan. Temuan penelitian menunjukkan bahwa stunting memiliki dampak yang signifikan terhadap kemampuan kognitif siswa di sekolah dasar.

Kata Kunci: Stunting, Keterlambatan Kognitif, Tindakan Gizi.

Abstract

The aim of the research is to explore the impact of stunting on cognitive abilities in elementary schools and its long-term implications. Stunting refers to a chronic condition of malnutrition that causes stunted physical growth in children, often caused by a lack of adequate nutritional intake over a long period, especially in the first 1,000 days of life. Research findings show that stunting has a significant impact on students' cognitive abilities in elementary school.

Keywords: Stunting, Cognitive Delay, Nutritional Measures.

PENDAHULUAN

Stunting Merupakan masalah kronis kurang gizi penyebabnya ialah kekurangan Kebutuhan nutrisi dalam jangka waktu yang panjang, yang pada gilirannya menghambat dikembangkan secara fisik serta optimal di masa depan. Anak yang menjalan stunting cenderung memiliki Intelligence Quotient (IQ) yang lebih rendah dibandingkan dengan anak-anak yang tidak mengalami stunting (Kemenkes RI, 2018).

Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa sebanyak 21,6% balita mengalami stunting. Angka ini melebihi standar yang telah ditetapkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), dimana WHO menyatakan bahwa dari 2 dan 10 anak seharusnya mengalami stunting. Fakta ini menunjukkan bahwa masalah stunting tetap menjadi perhatian serius dalam kesehatan masyarakat Indonesia, sebab prevalensinya masih melampaui ambang batas 20% yang dianggap tinggi (Wiguna et al., 2021).

Biasanya Anak yang mengalami stunting sering mengalami keterlambatan dalam perkembangan kognitif. dan fungsi kognitif., termasuk kemampuan berpikir, belajar, dan memahami informasi. Keterlambatan ini kemungkinan besar akan berdampak negatif pada prestasi akademik mereka, serta kemampuan mereka untuk berpartisipasi secara optimal dalam proses pembelajaran di sekolah. Dengan demikian, pemahaman yang lebih dalam tentang hubungan antara stunting dan kognisi pada siswa sekolah dasar adalah krusial untuk mengidentifikasi upaya Tindakan yang efektif dan preventif.

Selain itu, penting untuk diakui bahwa efek stunting pada bidang kognitif bukan hanya masalah individual, tetapi juga memiliki implikasi yang luas bagi masyarakat dan negara secara keseluruhan. Anak yang mempunyai stunting cenderung memiliki potensi yang tidak tercapai secara penuh, yang dapat menghambat kemajuan social Oleh sebab itu, penelitian tentang bahaya stunting pada bidang kognitif siswa sekolah dasar bukan hanya relevan untuk kesejahteraan anak secara individu, tetapi juga untuk kemajuan sosial dan pembangunan bangsa secara keseluruhan.

METODE

Penggunaan metode ini adalah metode penelitian metode kualitatif dengan melakukan pendekatan analisis literatur. Dalam proses penelitian ini, menggabungkan melibatkan pengumpulan, penelaahan dan sintesis informasi dari sumber-sumber literatur yang relevan terkait stunting pada bidang kognitif siswa sekolah dasar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Indonesia telah mencapai beberapa pencapaian penting dalam berbagai bidang. kemajuan yang signifikan dalam perjalanan menuju status ekonomi tengah yang ditandai dengan penurunan yang berarti dalam tingkat kematian dan perkembangan partisipasi di tingkat sekolah dasar. Namun, upaya untuk memperbaiki status gizi anak masih menghadapi keterbatasan. Masih terdapat ribuan generasi muda Indonesia yang berisiko mengalami stunting dan wasting. Dalam konteks ini menunjukkan masalah dalam keseimbangan asupan gizi yang dapat mengakibatkan kekurangan maupun kelebihan gizi.

Menurut Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi pada tahun 2017 memiliki dampak yang dapat dilihat dari dua segi waktu:

1. Dampak jangka pendek mencakup gangguan pada perkembangan otak, kecerdasan, pertumbuhan fisik, dan metabolisme tubuh.
2. Dampak jangka panjang juga meliputi penurunan kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya daya tahan tubuh yang meningkatkan risiko terkena penyakit seperti diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, serta disabilitas pada usia tua.

Tambahan lagi, sebuah penelitian juga menyoroti bahwa Tri Ramadhany dan Dwini Handayani (2020) yang berjudul "Dampak Konsumsi Ikan terhadap Kemampuan Kognitif serta Perilaku Konsumsi" didapati hasil bahwasanya Ada korelasi antara status gizi stunting dan kemampuan kognitif anak. Lebih banyak anak menunjukkan kemampuan kognitif yang baik ketika mereka tidak mengalami stunting pada masa balita. Ini menunjukkan bahwa stunting memiliki dampak buru generasi muda indonesia. (Ramadhany, Tri, 2020).

Pembahasan

1. Hubungan Antara Stunting Dan Keterlambatan Kognitif

Stunting ialah masalah gizi buruk yang disebabkan oleh asupan gizi yang buruk selama waktu yang berkepanjangan. Dalam jangka waktu yang lama, ini akan menyebabkan gangguan pertumbuhan pada anak, juga dikenal sebagai "gagal pertumbuhan, yang dicirikan oleh kurangnya tinggi badan pada anak atau kerdil."Mekanisme biologis yang mungkin terlibat dalam pengaruh stunting terhadap fungsi otak dan proses kognitif melibatkan beberapa proses yang kompleks dan saling terkait. Salah satunya adalah pengaruh langsung dari defisiensi gizi terhadap pertumbuhan dan perkembangan otak. Pada masa pertumbuhan awal, otak mengalami perkembangan pesat, termasuk proliferasi neuron, migrasi sel, dan pembentukan sinapsis. Kondisi gizi yang buruk, seperti kekurangan protein, zat besi, atau zat gizi esensial lainnya, dapat menghambat proses-proses ini, menyebabkan gangguan dalam struktur dan fungsi otak.

Anak yang mengalami stunting seringkali menghadapi kesulitan dalam konsentrasi, ingatan, dan proses belajar. Kondisi ini disebabkan oleh kurangnya asupan gizi yang menghambat kinerja otak. Ketersediaan gizi yang memadai, terutama bagi perkembangan otak, menjadi krusial karena masa awal masa hidup merupakan periode krusial dalam pertumbuhan dan perkembangan" manusia"Sehingga, kekurangan gizi atau kondisi gizi yang tidak memadai pada masa awal kehidupan akan berdampak langsung pada perkembangan psikomotorik dan kognitif mereka.

Menurut WHO, kesadaran masyarakat dalam memberikan asupan makanan yang cukup selama seribu hari pertama kehidupan bayi memiliki dampak yang signifikan terhadap kemungkinan anak tumbuh Dengan tingkat ketinggian yang signifikan, penelitian lain menegaskan bahwa generasi muda yang tidak mendapat ASI secara eksklusif Anak yang tidak mendapat ASI secara eksklusif selama 6 bulan memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami stunting. Tambahan lagi, pemahaman yang dimiliki oleh orang tua, terutama ibu, selama masa kehamilan juga berperan dalam menentukan risiko stunting pada anak yang

dikandung. Faktor lingkungan diidentifikasi memiliki pengaruh hingga 90% terhadap kejadian stunting, sementara faktor keturunan hanya berkontribusi sebesar 10%. Oleh karena itu, diperlukan kesadaran dan upaya keras dari semua pihak, termasuk orang tua, petugas kesehatan, dan lingkungan, untuk memberikan dukungan kepada ibu hamil dan balita guna memenuhi kebutuhan gizi mereka, baik selama kehamilan maupun setelah kelahiran, demi optimalisasi perkembangan kognitif anak.

2. Dampak Jangka Panjang Keterlambatan Kognitif Akibat Stunting

Dampak jangka panjang dari keterlambatan kognitif akibat stunting pada individu dan masyarakat secara keseluruhan sangat signifikan dan dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan. Secara individu, keterlambatan kognitif dapat menghambat kemampuan seseorang dalam mencapai potensi penuhnya. Anak-anak yang mengalami stunting dan keterlambatan kognitif cenderung memiliki kesulitan dalam menyerap dan memproses informasi, memahami konsep-konsep kompleks, dan mengikuti pembelajaran di sekolah. Hal ini dapat berdampak pada prestasi akademik mereka, peluang pendidikan yang lebih tinggi, serta kemungkinan kesuksesan dalam karir masa depan.

Di samping itu, secara masyarakat, dampaknya juga sangat besar. Anak-anak yang mengalami keterlambatan kognitif akibat stunting cenderung memiliki keterbatasan dalam kontribusi mereka terhadap pembangunan sosial dan ekonomi masyarakat. Mereka mungkin menghadapi kesulitan dalam memperoleh pekerjaan yang membutuhkan keterampilan kognitif yang tinggi, yang pada gilirannya dapat menghambat pertumbuhan ekonomi dan kemakmuran masyarakat secara keseluruhan.

Selain itu, keterlambatan kognitif juga dapat memperburuk kesenjangan sosial dan ekonomi. Anak-anak yang mengalami stunting dan keterlambatan kognitif cenderung memiliki akses terbatas terhadap sumber daya dan peluang pendidikan yang berkualitas, yang dapat memperpetuat siklus kemiskinan dan ketidaksetaraan dalam masyarakat. Ini dapat menghasilkan ketimpangan yang lebih besar antara individu yang mampu dan yang tidak mampu, serta dapat menghambat pembangunan manusia yang berkelanjutan dalam jangka panjang.

3. Bagaimana Menghadapi Stunting

Selama periode 1.000 hari pertama kehidupan seorang anak, yang meliputi masa sampai usia 6 tahun, stunting diatasi melalui Tindakan Spesifik dan Tindakan Sensitif (Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi, 2017).

a. Tindakan Gizi Spesifik

- 1) Upaya Tindakan yang fokus pada ibu mengandung dan anak selama 1.000 hari pertama kehidupan.
- 2) Tindakan semacam ini biasanya dilakukan oleh bidang kesehatan.
- 3) Tindakan khusus ini bersifat jangka pendek, sehingga hasilnya dapat terlihat dalam waktu yang relatif singkat.

Tindakan untuk ibu mengandung:

Peningkatan kesehatan ibu mengandung melalui tindakan seperti:

- 1) Pemberian suplemen makanan untuk mengatasi kekurangan energi dan protein kronis.
- 2) Penanganan kekurangan zat besi dan asam folat.
- 3) Penanganan kekurangan yodium pada ibu yang lagi mengandung
- 4) Penanganan infeksi cacing ibu yang lagi mengandung
- 5) Pencegahan malaria ibu yang lagi mengandung

Tindakan untuk ibu menyusui dan anak usia 0-6 bulan:

- 1) Di berikan kewajiban menyusui dini, termasuk pemberian ASI jolong atau colostrum,
- 2) mendorong menyusui secara eksklusif.

Tindakan untuk ibu menyusui dan anak usia 7-23 bulan:

- 1) Menganjurkan kelanjutan pemberian ASI hingga usia 23 bulan dengan bantuan makanan pendamping ASI.
- 2) Penanganan infeksi cacing.
- 3) Suplementasi zinc.
- 4) Penyediaan zat besi tambahan dalam makanan..
- 5) Pencegahan malaria.
- 6) Pemberian imunisasi lengkap.

7) Pencegahan dan penanganan diare.

b. Tindakan Gizi yang Sensitif:

- 1) Tindakan Tindakan Gizi yang Sensitif:
- 2) Dilakukan melalui berbagai program pembangunan di luar sektor kesehatan.
- 3) Bertujuan untuk masyarakat umum dan tidak hanya terbatas pada ibu mengandung dan balita pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK).
- 4) Berkontribusi sebesar 70% dalam upaya pencegahan stunting.

Tindakan gizi spesifik memiliki tujuan yang sama, yaitu untuk masyarakat umum dan tidak hanya terfokus pada ibu mengandung dan balita selama 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Beberapa kegiatan yang dilakukan adalah:

- 1) Menjamin akses yang memadai terhadap air bersih.
- 2) Menyelenggarakan fasilitas sanitasi yang memadai.
- 3) Melaksanakan fortifikasi pada bahan makanan.
- 4) Menyediakan layanan kesehatan dan program keluarga berencana (KB) yang luas.
- 5) Menyediakan jaminan kesehatan nasional (JKN).
- 6) Menyediakan jaminan persalinan universal (Jampersal).
- 7) Memberikan edukasi kepada orang tua tentang pengasuhan anak.
- 8) Memberikan pendidikan anak usia dini secara universal.
- 9) Memberikan edukasi gizi kepada masyarakat.
- 10) Menyampaikan informasi dan edukasi tentang kesehatan seksual, reproduksi dan gizi kepada remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Sulawesi Tenggara yang telah memberi dukungan terhadap terlaksananya kajian literatur ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Pengelola Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP) Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Bangkinang Riau yang telah memberi review dan masukan atas terbitnya artikel ini.

SIMPULAN

Stunting merupakan masalah serius dalam kesehatan masyarakat Indonesia yang menyebabkan keterlambatan dalam perkembangan fisik dan kognitif anak-anak. Dampak buruk stunting tidak hanya terjadi secara individu, tetapi juga secara sosial dan ekonomi. Anak-anak yang mengalami stunting cenderung memiliki kesulitan dalam menyerap informasi dan memahami konsep-konsep kompleks, yang dapat menghambat prestasi akademik dan kontribusi mereka terhadap pembangunan masyarakat. Upaya pencegahan dan penanganan stunting, seperti pada 1.000 hari pertama kehidupan, Tindakan gizi khusus dan sensitif, sangat penting untuk mengurangi prevalensi stunting dan mencegah dampak jangka panjangnya terhadap keterlambatan kognitif serta kemajuan sosial dan ekonomi masyarakat secara keseluruhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Handayani, S. (2023). Protecting the Nation's Future Generation from the Perils of Stunting. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 3(2), 87–92.
- Ministry of Health Republic of Indonesia. (2018). *Bulletin of Health Data and Information Window: Situation of Short Children in Indonesia*. Ministry of Health Republic of Indonesia, 20.
- Ministry of Villages, Development of Disadvantaged Regions, and Transmigration. (2017). *Village Pocketbook in Handling Stunting*. Village Pocketbook in Handling Stunting, 42.
- Ramadhany, Tri, D. H. (2020). Fish Consumption Behavior and Its Effect on Cognitive Ability. *Journal of Socio-Economic of Marine and Fisheries*, 15(2), 223–236.
- Wiguna, A. R., Meigawati, D., & Amirulloh, M. R. (2021). Implementation of Stunting Mitigation Policy by the Health Department in Sukabumi Regency. *Muqoddimah Scientific Journal: Journal of Social, Political and Humanitarian Sciences*, 6(1), 28.