

IMPLEMENTASI PENGELOLAAN KEUANGAN RUMAH TANGGA SEBAGAI UPAYA CEGAH STUNTING

Khairul Anwar¹, Nagita Histimuna Aisyah², Minati Maulida³ Dwi Marlinda⁴, Haryani⁵

^{1,3}STAI Ki Ageng Pekalongan

²UIN Walisongo Semarang

⁴UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan

⁵Universitas Islam Internasional Indonesia

e-mail: akhairul236@gmail.com

Abstrak

Implementasi Pengelolaan Keuangan Rumah Tangga sebagai Upaya Cegah Stunting bisa dilakukan mulai dari lingkup kecil yaitu keluarga, dimana keluarga terdiri dari ayah, ibu dan anak yang koadratnya seorang ayah yang memenuhi kebutuhan rumah tangga atau mencari nafkah, dari sinilah kita perlu mengelola keuangan yang benar dan teliti biasanya dilakukan oleh seorang ibu rumah tangga. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis mengapa keuangan rumah tangga harus dikelola dengan baik, serta menganalisis bagaimana mengimplementasikan penggunaan keuangan rumah tangga untuk mencegah stunting. Penelitian ini merupakan field research yang memakai metode kualitatif dengan strategi purposive sampling yaitu metode pemilihan sampel berdasarkan parameter yang telah ditentukan. Sementara metode pengumpulan datanya menggunakan teknik wawancara online melalui google form dan dokumentasi. Untuk menganalisis data dan informasi, alat yang dipergunakan adalah teknik analisis data triangulasi dengan tahapan reduksi data, pemaparan data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anggaran rumah tangga dikelola dengan baik, terutama oleh ibu rumah tangga, hal ini dilakukan sebagai bekal masa depan keluarga, terutama masa depan sang anak. Dengan mengalokasikan dana anggaran dengan benar, keluarga akan selalu bisa memenuhi kebutuhan gizi, kesehatan, dan pendidikan, yang merupakan landasan utama untuk meningkatkan kualitas hidup.

Kata kunci: Keuangan, Rumah Tangga, Cegah Stunting

Abstract

Implementation of Household Financial Management as an Effort to Prevent Stunting can be done starting from a small scope, namely the family, where the family consists of a father, mother and child who naturally a father who meets household needs or earns a living, from here we need to manage finances properly and carefully, usually done by a housewife. This study aims to analyze why household finances must be managed properly, as well as to analyze how to implement the use of household finances to prevent stunting. This study is a field research that uses a qualitative method with a purposive sampling strategy, namely a sample selection method based on predetermined parameters. While the data collection method uses online interview techniques via google form and documentation. To analyze data and information, the tool used is the triangulation data analysis technique with the stages of data reduction, data presentation and drawing conclusions. The results of the study show that the household budget is well managed, especially by housewives, this is done as a provision for the future of the family, especially the future of the child. By allocating budget funds properly, families will always be able to meet nutritional, health, and education needs, which are the main foundations for improving the quality of life.

Keywords: Finance, Household, Prevent Stunting

PENDAHULUAN

Pembelian kebutuhan rumah tangga yang tidak tepat seringkali menjadi salah satu permasalahan yang dihadapi oleh banyak keluarga, terutama dalam hal pengelolaan keuangan. Sebagian besar anggota rumah tangga, baik secara individu maupun bersama, sering kali memprioritaskan barang-barang yang sebenarnya tidak terlalu dibutuhkan atau bahkan tidak penting. Tindakan tersebut bisa disebut dengan perilaku konsumtif, di mana seseorang memiliki keinginan untuk membeli maupun mengkonsumsi barang secara berlebihan bukan untuk mencukupi kebutuhannya namun untuk memenuhi keinginan-keinginannya (Sari et al., 2023). Bahkan beberapa barang yang dibeli atau

dikonsumsi tersebut dapat berbahaya bagi kesehatan dan keberlanjutan rumah tangga serta dapat mempengaruhi stabilitas keuangan serta kesejahteraan anggota keluarga itu sendiri.

Contoh nyata dari pembelian yang tidak tepat adalah pengeluaran untuk rokok, yang menjadi salah satu barang yang tidak memberikan manfaat bagi rumah tangga. Rokok, meskipun sering dianggap sebagai bagian dari kebiasaan sehari-hari, memiliki dampak yang sangat negatif bagi kesehatan. Konsumsi rokok dalam jangka panjang dapat menyebabkan berbagai penyakit kronis, seperti kanker paru-paru, gangguan jantung, dan gangguan pernapasan (Satriawan, 2022), yang dapat menguras anggaran rumah tangga akibat biaya pengobatan yang tinggi. Selain itu, rokok juga memberikan dampak buruk bagi lingkungan rumah tangga, terutama bagi anak-anak yang terpapar asap rokok. Anak-anak yang terpapar asap rokok dapat mengalami gangguan kesehatan (Mulyaningsih, 2022) seperti gangguan pernapasan, rendahnya berat badan, dan bahkan peningkatan risiko stunting (Ambarita et al., 2023).

Stunting sendiri adalah kondisi kegagalan bertumbuh pada mana anak-anak yang diakibatkan tidak mendapatkan cukup gizi di seribu hari pertama kehidupan anak. Hal tersebut memiliki efek jangka panjang yang dapat mempengaruhi kecerdasan, daya tahan tubuh, serta kualitas hidup mereka di usia dewasa dan lanjut usia (Utami et al., 2023). Salah satu faktor penyebab stunting adalah paparan terhadap lingkungan yang tidak sehat, termasuk paparan terhadap asap rokok (Ambarita et al., 2023). Keluarga dengan kebiasaan merokok cenderung mengabaikan pentingnya pemberian gizi yang seimbang bagi anak-anak mereka, sehingga memperburuk kondisi stunting yang dapat mempengaruhi perkembangan fisik dan kognitif anak. Oleh karena itu, kebiasaan membeli barang yang tidak mendukung kesehatan seperti rokok seharusnya menjadi perhatian utama dalam pengelolaan anggaran rumah tangga, terutama dalam konteks memenuhi kebutuhan dasar yang sehat dan bergizi bagi anak dan anggota keluarga lainnya.

Guna mewujudkan rumah tangga yang sehat dan sejahtera, penting untuk memprioritaskan pengelolaan anggaran rumah tangga yang berfokus pada pemenuhan kebutuhan yang sehat dan bernutrisi. Salah satu langkah yang dapat dilakukan adalah mengurangi pembelian barang-barang yang tidak memberikan manfaat nyata bagi kesehatan, seperti rokok. Fokus utama anggaran rumah tangga seharusnya dialihkan untuk memenuhi kebutuhan yang dapat mendukung tumbuh kembang anak, kesehatan ibu, dan kesejahteraan keluarga. Karena terciptanya kualitas hidup berasal dari kesejahteraan keluarga di mana hal tersebut akan memberikan ketenangan, rasa aman dan nyaman, dengan harapan kelak akan memiliki masa depan yang baik (Prayogi, 2024).

Pemaparan di atas juga pernah ditulis oleh Ni Nyoman, dkk., (Suasih et al., 2023) yang membahas tentang pentingnya literasi pengelolaan keuangan keluarga, khususnya bagi keluarga yang memiliki balita, dalam upaya pencegahan stunting. Kemudian penelitian kedua yang dilakukan oleh Resista dkk., (Vikaliana et al., 2024) membahas tentang upaya pencegahan stunting melalui pendekatan pengelolaan bahan pangan dan keuangan rumah tangga, yang dilakukan di Posyandu RW 1 Kelurahan Kayumanis, Kota Bogor. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Nurul dkk., (Wasilah et al., 2024) membahas peran kepala desa dalam mengelola dan merencanakan keuangan desa untuk mengatasi stunting sebagai upaya mengurangi kerugian ekonomi berkelanjutan, dengan studi kasus di Kecamatan Astambul. Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Syarifah dkk., (Natasha et al., 2024) yang memiliki kecenderungan membahas upaya pencegahan stunting melalui pemberdayaan ekonomi keluarga di Desa Klumpang Kampung.

Fokus dan tujuan pembahasan yang akan dikaji di dalam penelitian ini condong pada pentingnya pengelolaan keuangan rumah tangga yang baik, mengidentifikasi dan menjelaskan strategi implementasi penggunaan anggaran rumah tangga yang efektif untuk mencegah stunting. Sehingga terbentuklah rumusan masalahnya mengapa keuangan rumah tangga harus dikelola dengan baik? dan bagaimana mengimplementasikan penggunaan keuangan rumah tangga untuk mencegah stunting?

METODE

Penelitian ini merupakan field research yang memakai metode kualitatif. Partisipan dalam penelitian ini adalah para orang tua, terutama ibu-ibu muda berusia 30-45 tahun yang memiliki anak kecil, yang dapat dijadikan sebagai sumber data untuk mengumpulkan informasi. Sedangkan objeknya adalah analisis pengelolaan keuangan rumah tangga sebagai upaya cegah stunting. Selain itu, ada dua sumber data yakni data primer dan data sekunder yang dipakai pada penelitian ini. Sumber data primer berupa wawancara dengan informan yang sudah ditentukan, sedangkan sumber data sekunder

berasal dari artikel, buku-buku, karya ilmiah, yang relevan dengan topik yang diteliti. Penelitian ini memakai strategi purposive sampling yaitu metode pemilihan sampel berdasarkan parameter yang telah ditentukan. Sementara metode pengumpulan datanya menggunakan teknik wawancara online melalui google form dan dokumentasi. Untuk menganalisis data dan informasi, alat yang dipergunakan adalah teknik analisis data triangulasi dengan tahapan reduksi data, pemaparan data dan penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Anggaran Rumah Tangga Harus Dikelola dengan Baik

Rumah tangga adalah unit terkecil dari struktur masyarakat yang terdiri dari ayah, ibu dan anak-anak. Masing-masing pelaku dalam rumah tangga menjalankan peran sesuai kodratnya. Dalam konteks ekonomi, seorang ayah berperan menjadi kepala keluarga yang bertugas mencari pendapatan untuk memenuhi kebutuhan rumah tangga. Sedangkan seorang ibu dalam aktivitas ekonomi rumah tangga menjalankan peran mengatur pengalokasian distribusi pendapatan sesuai kebutuhan yang beragam jenisnya (Lindiawatie & et.al, 2024). Seorang ibu harus pandai dalam mengatur segala sesuatu yang ada di skala rumah tangga, tentunya demi tercapainya sebuah kesejahteraan rumah tangga.

Kesejahteraan ekonomi keluarga merupakan salah satu tujuan utama yang ingin dicapai oleh setiap rumah tangga. Kesejahteraan ini tidak hanya mencakup kemampuan untuk memenuhi kebutuhan dasar sehari-hari, tetapi juga kemampuan untuk merencanakan masa depan, seperti pendidikan anak, kepemilikan rumah, dan pensiun. Salah satu faktor kunci yang mempengaruhi kesejahteraan ekonomi keluarga adalah manajemen keuangan yang efektif (Hasanah et al., 2024).

Setiap rumah tangga memiliki pendapatan dari sumber yang berbeda, tentunya pendapatan ini dimanfaatkan untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari. Kebutuhan dalam rumah tangga tentunya tidak terlepas dari peran barang dan jasa secara ekonomis yang terus meningkat. Kebutuhan rumah tangga terpenuhi apabila ada pengorbanan yang dilakukan terutama dalam hal pengeluaran yang berbentuk uang. Dalam hal ini peranan uang menjadi sangat penting demi kelangsungan hidup sebab dalam hidup ini kita dituntut untuk memenuhi kebutuhan yang layak terutama dalam hal pemenuhan kebutuhan dasar seperti makanan, pakaian, dan tempat tinggal (Umi Kalsum et al., 2022).

Rumah tangga tidak hanya mengandalkan cinta semata. Namun tidak dapat dipungkiri kebutuhan hidup baik sandang, pangan, papan dan bahkan pendidikan bukanlah sesuatu yang membutuhkan pengeluaran-pengeluaran yang tidak sedikit (Marpaung, 2021). Pada kegiatan sehari-hari, kegiatan rumah tangga pasti mengeluarkan pengeluaran dalam mencukupi kebutuhannya. Untuk dapat mencukupi kebutuhannya sebuah keluarga harus memiliki pendapatan. Dengan memiliki keuangan yang baik maka pendapatan yang dimiliki bisa dikelola dengan baik (Indania et al., 2024). Ghozie (2022) dalam Indania Et al (2024) menyebutkan, dalam mengelola keuangan itu sendiri sangat diperlukan adanya penganggaran tiap pengeluaran. Penganggaran ini merupakan suatu proses pertama dalam melakukan kegiatan mengelola keuangan.

Menurut Budisantoso, Indrasto & Gunanto (2010), "Mengelola keuangan pribadi dan keluarga adalah suatu kegiatan yang gampang-gampang susah". Orang bijak berkata mengelola pengeluaran terkadang lebih sulit daripada menghasilkan uang itu sendiri. Seorang ibu rumah tangga harus cermat dan bijaksana dalam mengatur keuangan karena ini menyangkut masalah uang.

Anggaran rumah tangga kadangkala menghadapi kebutuhan tambahan yang mengharuskan untuk mengeluarkan uang melebihi anggaran rutin yang berdampak terhadap belanja rutin atau pemenuhan pada keperluan yang akan datang, akibat lainnya keluarga tidak memiliki tabungan. Salah satu permasalahannya karena manajemen keuangan yang kurang tepat. Cara mengelola gaji dan penerimaan lainnya, sangat berpengaruh terhadap ketentraman dan kesejahteraan keluarga termasuk dalam pengelolaan seperti: dana darurat, biaya kuliah, dana pensiun, membeli mobil, dan sebagainya. Tidak dikelolanya dengan baik penghasilan, dapat berakibat keluarga tersebut kehabisan uang pada pertengahan bulan, sehingga memunculkan risiko meminjam untuk menutupi defisit, meski dengan bunga yang tinggi (Soegoto et al., 2020).

Dari wawancara kami kepada 10 informan, mayoritas yakni 90 persen menjawab bahwa cara mereka mengelola keuangan rumah tangga setiap bulannya adalah dengan menyisihkan sebagian pendapatan yang diterima untuk ditabung atau diinvestasikan. Selain itu, terkait pengelolaan keuangan yang tepat agar kehidupan rumah tangga dapat berjalan dengan baik, masing-masing memiliki

jawaban tersendiri, akan tetapi pada intinya adalah keuangan rumah tangga harus dikelola dengan baik, seperti berhemat dengan membeli yang diperlukan bukan yang diinginkan.

Ibu Ella Maryana mengatakan “Pengeluaran jangan sampai melebihi pemasukan dan harus menyisihkan dana untuk ditabung untuk persiapan masa depan anak-anak, dan hal-hal yang tidak terduga juga.”. Sementara ibu Aminah Nurfida mengatakan “menentukan prioritas kebutuhan dalam rumah tangga, memenuhi kebutuhan primer terlebih dahulu dan jangan terlalu sering membelanjakan untuk hal-hal yang tidak penting. Membuat kesepakatan dengan pasangan agar selalu terbuka dalam hal keuangan. Mempunyai dana darurat, tabungan wajib dan investasi.”. Wahda Rachmadina juga menyampaikan hal yang serupa “mengelola dengan tahu mana yang benar-benar diperlukan, tidak besar pasak daripada tiang.”

Terkait apakah perlu tabungan bersama (bersama suami) dalam rumah tangga, para informan sepakat bahwa tabungan bersama sangat diperlukan. Ini menandakan bahwa antara pasangan suami istri harus ada hubungan yang harmonis dalam hal pengelolaan keuangan rumah tangga. Perlu adanya komunikasi yang baik di antara keduanya. Jika keduanya sama-sama memiliki pendapatan bulanan, maka sebagian dari harta mereka perlu ditabung secara bersama, dengan tujuan untuk mempersiapkan kehidupan yang baik di masa mendatang.

Apa yang disampaikan oleh informan pada penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indania, et.al (2024). Disebutkan, selain pendapatan yang harus disisihkan untuk tabungan dan juga investasi, adanya kejujuran, tanggung jawab, kebersamaan dan kepercayaan terhadap pasangan juga menjadi faktor penting dalam keberhasilan mengelola keuangan. Pengelolaan keuangan yang baik nantinya akan memperngaruhi keharmonisan dan kesejahteraan keluarga (Indania et al., 2024). Senada pula dengan penelitian (Nurdiansari & Sriwahyuni, 2020) bahwa kemampuan dalam pengelolaan keuangan akan berpengaruh terhadap kesejahteraan dan keharmonisan keluarga.

Ibu rumah tangga dalam pengelolaan keuangan keluarga haruslah berpikir cerdas, cermat dan tepat dalam penggunaan keuangan agar senantiasa tercipta keluarga yang baik dan mengalami pertumbuhan secara kontinu. Dengan kemampuan ibu rumah tangga dalam pengelolaan keuangan keluarga secara tepat guna, tepat waktu, tepat tempat, tepat harga, dan tepat kualitas akan terwujudlah kesejahteraan keluarga (Siregar, 2019). Pengelolaan keuangan dalam keluarga haruslah dilandasi prinsip keyakinan bahwa yang memberi rezeki adalah Allah SWT. Dalam kehidupan seorang muslim yang bertaqwa sejatinya haruslah sesuai dengan ketentuan yang ditentukan di dalam al-Qur'an dan as-Sunnah. Islam juga menegaskan bahwa pengelolaan keuangan keluarga tidak boleh terlepas dari ajaran Allah, sehingga menjamin keberkahan dan kesuksesan dalam kehidupan rumah tangga (Maskupah, 2021).

Implementasi Strategi Pengelolaan Keuangan Rumah Tangga: Sebagai Upaya Mencegah Stunting

Kunci untuk memastikan terpenuhinya kebutuhan dasar keluarga melalui manajemen keuangan yang amanah akan mencakup pembelian bahan makanan dan kebutuhan kesehatan untuk pencegahan anak-anak dari terjadinya stunting. Berikut adalah strategi implementasi yang dapat diusulkan agar membantu dalam pengelolaan anggaran rumah tangga:

1. Prioritaskan Pemenuhan Gizi Seimbang

Asupan bahan pangan dalam keuangan keluarga diarahkan ke bahan pangan yang sehat dan bergizi. Sehingga pemenuhan gizi yang cukup akan sangat penting, dan terutama dalam seribu hari persetujuan anak. Nutrisi yang terdapat pada asupan makanan dan susu ini dapat membantu pertumbuhan anak, khususnya fisik dan kualitas otak anak serta menurunkan risiko stunting. Sebagai contoh diantaranya: menyusui secara eksklusif pada bulan-bulan pertama anak, kemudian dilanjutkan dengan memberikan MPASI yang berkualitas, menyediakan makanan sumber protein dari ikan, telur dan sayuran, termasuk kacang-kacangan, serta mengelola anggaran rumah tangga dengan membeli sayuran dan buah segar. Sebagaimana dikemukakan oleh Gamalian & Prasetyo (2024) bahwa pemenuhan nutrisi yang memadai dapat meningkatkan kualitas tumbuh kembang anak dan mengurangi resiko stunting (Gamalian & Prasetyo, 2024).

2. Hindari pengeluaran konsumtif Barang

Menghindari atau bahkan meninggalkan barang konsumtif yang tidak diperlukan seperti rokok sangat perlu untuk dilakukan. Asumsi tersebut tidak hanya berbahaya bagi kesehatan, namun juga menghabiskan anggaran keluarga yang seharusnya ingin menggunakan makanan tersebut.

- Konsumsi rokok terbukti menurunkan alokasi dana kebutuhan primer dan kesehatan rumah tangga dalam meningkatkan kesejahteraan rumah tangga (Ika & Rizky, 2020).
3. Memanfaatkan Program-program Sosial dan Pemerintah
Selain itu, program pemerintah dapat dimanfaatkan oleh rumah tangga, seperti bantuan sosial, subsidi pangan, atau intervensi pencegahan stunting melalui Posyandu. Program ini akan membantu meringankan beban keuangan rumah tangga dan memastikan anak mendapatkan akses ke makanan bergizi serta layanan kesehatan. Intervensi komunitas seperti Posyandu ditujukan untuk memberdayakan keluarga (Destiarni & Muslikhah, 2024)
 4. Meningkatkan Literasi Keuangan Keluarga
Literasi keuangan yang baik membantu keluarga membuat keputusan finansial yang bijaksana, seperti menyusun anggaran, mengurangi utang, dan meningkatkan tabungan untuk kebutuhan mendesak atau pendidikan anak. Kepala keluarga harus memahami pentingnya alokasi dana untuk kebutuhan dasar serta alokasi dan bagaimana mengelola pemasukan secara efisien. Keluarga dengan literasi keuangan yang lebih baik terbukti cenderung mampu mengalokasikan anggaran lebih efektif untuk mencegah stunting (Wuryanti et al., 2023)
 5. Perencanaan Anggaran dan Pemantauan Keuangan
Membuat rencana anggaran rumah tangga adalah langkah penting untuk mengidentifikasi pengeluaran yang tidak perlu dan memastikan alokasi yang cukup untuk pengeluaran prioritas. Pemantauan rutin terhadap anggaran harus dilakukan. Misalnya, alokasi anggaran lump sum perbulan bisa dipecah menjadi kategori makan, kesehatan, pendidikan, dan tabungan. Pengeluaran di luar kategori harus segera dievaluasi. Perencanaan anggaran yang baik mendukung pemberdayaan ekonomi keluarga dan mendorong pencegahan stunting (Suryanditha et al., 2023)
 6. Pemberdayaan Ekonomi Keluarga
Mengembangkan keterampilan pendapatan, seperti usaha kecil atau wirausaha, dapat meningkatkan pendapatan dan membebongi ketahanan keuangan rumah tangga. Uang tambahan bisa digunakan untuk memenuhi kebutuhan anak, termasuk layanan kesehatan dan pendidikannya. Pemberdayaan ekonomi keluarga berhasil meningkatkan keterampilan keluarga dalam hal manajemen keuangan yang menjadi solusi pencegahan stunting .
 7. Edukasi Tentang Pola Hidup Sehat
Keluarga harus diberikan pemahaman tentang pola hidup sehat, termasuk makanan sehat dan kebersihan lingkungan. Ini bisa dilakukan lewat Posyandu, penyuluhan, atau pelatihan komunitas. Lingkungan bebas asap rokok dan gizi seimbang sangat dibutuhkan demi menekan kasus stunting (SKSG UI, 2019).

Melalui beberapa strategi di atas, keluarga dapat mengelola keuangan dengan lebih bijak sehingga menjadi dukungan yang paling baik dengan tujuan meminimalisir risiko stunting. Selain itu, langkah-langkah ini juga memberikan ketahanan kemanusiaan ketika keluarga mengalami peningkatan kesejahteraan. Semua langkah yang telah diterapkan di atas bukan hanya memberikan keuntungan langsung bagi kesehatan dan perkembangan anak, tetapi juga ketahanan kemanusiaan kepada keluarga ke depan.

Dengan mengalokasikan dana anggaran dengan benar, keluarga akan selalu bisa memenuhi kebutuhan gizi, kesehatan, dan pendidikan, yang merupakan landasan utama untuk meningkatkan kualitas hidup. Lebih jelasnya, tindakan-tindakan ini juga membuat keluarga lebih unggul dalam kondisi ekonomi, mampu melakukan sesuatu yang benar ketika terjadi krisis, dan menata keluarga dalam iklim yang lebih aman dan nyaman. Untuk keseluruhan, semua langkah ini akan mengarah pada pembangunan kesejahteraan masyarakat, karena keluarga adalah entitas utama yang membentuk lingkungan sosial tertib suatu negara.

Untuk mencegah terjadinya stunting pada anak, para orang tua senantiasa memberikan gizi yang baik kepada anak-anaknya. Dana yang mereka punya disisihkan untuk dibelikan lauk pauk yang kaya akan protein dan vitamin. Menurut penuturan Ibu Risna Tri Arifani, bahwa dalam mencukupi kebutuhan gizi anak, setiap anak makan harus ada protein minimal telur. "Kita usahakan setiap hari menu makan beragam," katanya. Begitu pula Ibu Winarti, yang mengatakan bahwa untuk mencegah stunting dan gizi buruk, haru memberikan makanan yang cukup gizi, serta layanan kesehatan yang baik. "Tidak harus yang mahal, tapi sesuaikan dengan dana kita," ujarnya.

Disamping memberikan asupan gizi yang baik dan teratur, para informan yang kami wawancarai juga memberikan fasilitas kesehatan yang baik untuk anak-anaknya, seperti mendaftarkan

diri di BPJS, menjadi peserta asuransi kesehatan, menyiapkan dana darurat, serta mengajarkan anak-anak cara gaya hidup sehat. Cara gaya hidup sehat ini diantaranya dengan rutin berolahraga, rajin mengonsumsi air putih, sayuran, dan menjaga pola tidur yang baik. Pada intinya, dana yang mereka punya disisihkan untuk membeli kebutuhan sebagai penunjang kesehatan. Dari 10 informan yang kami wawancarai, enam diantaranya mengaku punya suami perokok. Namun, rokok yang dibeli oleh suami diambilkan bukan dari dana tabungan bersama. Melainkan uang pribadi suami. Meski begitu, merokok tetaplah tidak baik bagi kesehatan.

Penelitian dari Pusat Kajian Jaminan Sosial UI pada 2018 menerangkan bahwa 5,5% Balita yang tinggal dengan orang tua perokok punya risiko lebih tinggi menjadi stunting. Oleh karenanya, cegah stunting perlu dilakukan sejak dini. Sejak di masa kehamilan sampai anak itu kelak lahir. Utamakan membeli kebutuhan pangan bergizi daripada rokok. BPS mencatat rumah tangga miskin rata-rata mengeluarkan Rp 246.382 per bulan khusus belanja rokok. Padahal, uang itu dapat dimanfaatkan untuk belanja bahan pangan bergizi, sehingga kualitas rumah tangga bisa lebih baik. Anggaran rumah tangga, yang sebelumnya dipakai untuk beli rokok, sekarang bisa diaplikasikan untuk membeli makanan bergizi seperti tahu, tempe, telur, ikan, buah, dan sayuran.

SIMPULAN

Rumah tangga termasuk unit terkecil dari struktur masyarakat yang terdiri dari ayah, ibu dan anak-anak. Dalam konteks ekonomi, seorang ayah berperan menjadi kepala keluarga yang bertugas mencari pendapatan untuk memenuhi kebutuhan rumah tangga. Setiap rumah tangga memiliki pendapatan dari sumber yang berbeda, tentunya pendapatan ini dimanfaatkan untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari. Pengelolaan keuangan keluarga haruslah berpikir cerdas, cermat dan tepat dalam penggunaan keuangan agar senantiasa tercipta keluarga yang baik dan mengalami pertumbuhan secara kontinu kodratnya dilakukan oleh ibu rumah tangga. Strategi implementasi yang dapat diusulkan agar membantu dalam pengelolaan anggaran rumah tangga diantaranya: Prioritaskan Pemenuhan Gizi Seimbang, Hindari pengeluaran konsumtif Barang, Memanfaatkan Program-program Sosial dan Pemerintah, Meningkatkan Literasi Keuangan Keluarga, Perencanaan Anggaran dan Pemantauan Keuangan, Pemberdayaan Ekonomi Keluarga dan Edukasi Tentang Pola Hidup Sehat

Untuk mencegah terjadinya stunting pada anak, para orang tua senantiasa memberikan gizi yang baik kepada anak-anaknya. Dana yang mereka punya disisihkan untuk dibelikan lauk pauk yang kaya akan protein, vitamin dan utamakan membeli kebutuhan pangan bergizi daripada rokok. Dengan mengalokasikan dana anggaran dengan benar, keluarga akan selalu bisa memenuhi kebutuhan gizi, kesehatan, dan pendidikan, yang merupakan landasan utama untuk meningkatkan kualitas hidup.

SARAN

Kami menyarankan supaya penelitian berikutnya lebih terfokus pada studi kasus di suatu tempat atau di sebuah desa lokus stunting, meneliti tentang keuangan rumah tangga yang dikelola oleh penduduk desa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ucapan terimakasih kepada segala pihak yang turut terlibat dalam penelitian ini, terutama ibu-ibu yang sudah berkenan kami wawancarai.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarita, M. B., Nurhasana, R., Ningtyas, F. R., Shellasih, N. M., & Nadya, S. (2023). Strategi Penurunan Angka Stunting Melalui Penyadaran Bahaya Asap Rokok di Tenjolaya, Bogor Jawa Barat. *Jurnal Media Bima*, 17, 1045–1050. <https://doi.org/https://doi.org/10.33578/mbi.v17i6.230>
- Destiarni, A., & Muslikhah. (2024). Posyandu Sebagai Program Pemberdayaan Masyarakat Untuk Mencegah Stunting Pada Balita Di Dusun Tlogo. *Jurnal Pelangi Pendidikan*, 1(2), 77–84.
- Gamalian, K. A., & Prasetyo, F. A. (2024). Perilaku Keluarga Dalam Pemenuhan Kebutuhan Nutrisi Pada Anak Stunting Dari Keluarga Ekonomi Menengah. *ARJASRIYA*, 1(1), 11–21.
- Hasanah, H., Fatkar, B., Sri, D., Afriza, D., Shadiq, T. F., & Syekh-yusuf, U. I. (2024). Strategi Manajemen Keuangan Rumah Tangga : Langkah Menuju Kesejahteraan Ekonomi Keluarga. *Karunia: Jurnal Hasil Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(3).
- Ika, R. G., & Rizky, M. (2020). Dampak Kebiasaan Merokok Pada Pengeluaran Rumah Tangga.

- Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia, 09(02), 77–82.
- Indania, F., Prasetyo, W., & Putra, H. (2024). Pengelolaan Keuangan Rumah Tangga Untuk Meningkatkan Keharmonisan Dan Kesejahteraan Keluarga. Akuntabilitas Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Ekonomi, 16(1), 28–38. <https://doi.org/10.35457/akuntabilitas.v16i1.3590>
- Lindiawatie, & et.al. (2024). PENGELOLAAN KEUANGAN RUMAH TANGGA BERBASIS SYARIAH. Batasa : Bangun Cipta, Rasa, & Karsa, 3(4), 105–111.
- Marpaung, O. (2021). Bijak Mengelola Keuangan Keluarga Kunci Keluarga Sejahtera. Abdimas Universal, 3(1), 50–54. <https://doi.org/10.36277/abdimasuniversal.v3i1.102>
- Maskupah. (2021). Konsep Pengelolaan Keuangan Keluarga Dalam Menciptakan Keluarga Sejahtera Dari Sudut Pandang Islam. Jurnal: Kajian Keluarga, Gender Dan Anak, 4(2), 82–91.
- Mulyaningsih, R. S. (2022). Persepsi Masyarakat Kota Magelang Terhadap Bahaya Rokok Bagi Kesehatan Anak dengan Riwayat Orang Tua Perokok. Indonesian Journal of Nursing Scientific, 2, 37–44. <https://doi.org/https://doi.org/10.58467/ijons.v2i2.28>
- Natasha, S. F., Epi, Y., Hariyanti, I., Ariany, V., Surya, I., & Harahap, M. K. (2024). Pencegahan Stunting melalui Pemberdayaan Ekonomi Keluarga di Desa Klumpang Kampung. Jumas: Jurnal Masyarakat, 3, 43–53.
- Nurdiansari, R., & Sriwahyuni, A. (2020). Pengaruh Pengelolaan Keuangan Terhadap Keharmonisan Rumah Tangga. Jurnal Aktiva, 2(1), 27–34. <https://doi.org/10.54712/aliansi.v6i1.282>
- Prayogi, O. (2024). Peran Kritis Manajemen Keuangan dalam Meningkatkan Kesejahteraan Keluarga: Sebuah Tinjauan Literatur. Jurnal Manajemen Dan Bisnis, 2, 31–44. <https://doi.org/https://doi.org/10.36490/jmdb.v2i3.1103>
- Sari, M. M., Nengsih, T. A., & Sayhrizal, A. (2023). Pengaruh Literasi Keuangan dan Gaya Hidup Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa Manajemen Keuangan Syariah Angkatan 2018-2019. Journal of Creative Student Research, 1, 137–151. <https://doi.org/https://doi.org/10.55606/jcsrpolitama.v1i2.1165>
- Satriawan, D. (2022). Gambaran Kebiasaan Merokok Penduduk di Indonesia. Jurnal Litbang Sukowati, 4, 51–58.
- Siregar, B. G. (2019). IBU RUMAH TANGGA DALAM MANAJEMEN KEUANGAN KELUARGA. Jurnal Kajian Gender Dan Anak, 2(2), 108–118.
- Soegoto, A. S., Lintong, D. N., Mintalangi, S. S. E., & Soekromo, D. (2020). Meningkatkan Peran Ibu Rumah Tangga Dalam Pengelolaan Keuangan. JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat), 4(1), 141. <https://doi.org/10.30595/jppm.v0i0.5545>
- Suasih, N. N. R., Setyari, N. P. W., Purwanti, P. A. P., Mustika, M. D. S., Yudha, I. M. E. K., Saputra, I. M. Y., & Widiani, N. M. N. (2023). Literasi Pengelolaan Keuangan Keluarga dengan Balita dan Upaya Pencegahan Stunting. Jurnal Abdimas Dewantara, 6, 192–201.
- Suryanditha, P. A., Pariartha, I. M., & Sutapa, I. N. (2023). Pelatihan Deteksi Stunting dan Pengelolaan Keuangan Keluarga Pada Kader Posyandu Banjar Tanjung Desa Sanur Kauh, Denpasar. I-Com: Indonesian Community Journa, 3(4), 1686–1696.
- Umi Kalsum, E., Siregar, R., Sipahutar, E. S., & Ramadhan, A. (2022). Pengelolaan Manajemen Keuangan Rumah Tangga. Jurnal Derma Pengabdian Dosen Perguruan Tinggi (Jurnal DEPUTI), 2(2), 111–113. <https://doi.org/10.54123/deputi.v2i2.184>
- Utami, S., Hudi, P. T., Syahida, A., & Mutho'am, M. (2023). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Stunting di Desa Garunglor, Sukoharjo, Wonosobo. JIPM: Jurnal Inovasi Pengabdian Masyarakat, 1, 12–17. <https://doi.org/https://doi.org/10.55903/jipm.v1i1.25>
- Vikaliana, R., Mariam, S., Aryani, F., Hidayat, Y. R., Hermawan, E., & Irwansyah. (2024). Pencegahan Stunting melalui Penanganan Material Pangan dan Pengelolaan Keuangan Rumah Tangga. JPM: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 4, 257–265. <https://doi.org/https://doi.org/10.47065/jpm.v4i3.1374>
- Wasilah, N., Purnamasari, S., & Huda, R. (2024). Analisis Peran Kepala Desa dalam Mengelola dan Merencanakan Keuangan Desa sebagai Upaya Penanggulangan Stunting untuk Mencegah Kerugian Ekonomi Berkelanjutan (Studi Kasus Kecamatan Astambul). Jurnal Penelitian Multidisiplin Nusantara, 5, 34–53.
- Wuryanti, L., Listyaningsih, E., & Alansori, A. (2023). Optimalisasi Edukasi Pengelolaan Keuangan Bagi Keluarga Beresiko Stunting Di Kecamatan Semaka Kabupaten Tanggamus. Community Development Journal, 4(1), 5–10.