

---

## PENGALAMAN POLA ASUH PADA IBU DENGAN ANAK YANG MENGALAMI STUNTING DI KOTA AMBON

Marwa Hasan Kadatua<sup>1\*</sup>, Wildia Nanlohy<sup>2</sup>, Melawati Wakano<sup>3</sup>, Angelica Giralani Yesualdus<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Maluku, Kota Ambon

<sup>2,3,4</sup>Kebidanan, Stikes Pasapua Ambon, Kota Ambon

\*Email : marwahasankadatua@gmail.com

---

### ABSTRAK

Stunting merupakan masalah kesehatan global yang serius dan menjadi tantangan besar dalam upaya meningkatkan kesejahteraan anak di seluruh dunia, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Di Maluku kasus stunting meningkat terutama di wilayah kerja Puskesmas Belakang Soya Kota Ambon, kasus stunting terus meningkat setiap tahun. Penelitian ini untuk mengetahui pengalaman ibu dalam 1000 hari pertama kehidupan anak yang dihadapi ketika merawat anak yang mengalami stunting. Tujuan penelitian ini adalah pengalaman pola asuh ibu dalam 1000 hari pertama kehidupan anak ketika merawat anak yang mengalami stunting dengan melihat Nutrisi Ibu Selama Hamil, pemberian ASI Eksklusif, serta praktik Pemberian Makan (MP-ASI) di Wilayah Kerja Puskesmas Belakang Soya Kota Ambon. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Informan sebanyak 10 ibu dengan anak yang mengalami stunting. Penelitian ini dilakukan dari bulan september hingga november 2024. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat 3 dimensi yang diteliti, yaitu pengalaman 1000 hari pertama kehidupan anak meliputi nutrisi ibu selama hamil, ditemukan bahwa sebagian ibu memiliki pola makan yang tidak baik selama kehamilan, kurang memberikan ASI eksklusif, serta memberikan makanan yang tidak bergizi dalam praktik pemberian makan (MP-ASI). Kesimpulan penelitian ini adalah peran ibu selama 1000 hari pertama kehidupan anak sangat penting, terutama dalam pemenuhan nutrisi selama kehamilan, pemberian ASI eksklusif, dan MP-ASI yang sesuai.

**Kata Kunci** : Pengalaman, Pola Asuh, Stunting

---

### ABSTRACT

Stunting is a serious global health problem and is a major challenge in efforts to improve child welfare throughout the world, especially in developing countries like Indonesia. In Maluku, stunting cases are increasing, especially in the working area of the Belakang Soya Health Center, Ambon City, stunting cases continue to increase every year. This study aims to determine the experiences of mothers in the first 1000 days of a child's life faced when children experiencing stunting. Research objectives : Experience of mother's parenting patterns in the first 1000 days of a child's life when children experiencing stunting by looking at maternal nutrition during pregnancy, exclusive breastfeeding, and feeding practices (MP-ASI) in the working area of the Belakang Soya Health Center, Ambon City. Research Methods : The type of research used is qualitative research with a phenomenological approach. Informants were 10 mothers with children with stunting. This study was conducted from September to November 2024. Results : The results of this study indicate that there are 3 dimensions studied, namely the experience of the first 1000 days of a child's life including maternal nutrition during pregnancy, it was found that some mothers had poor eating patterns during pregnancy, did not provide exclusive breastfeeding, and provided non-nutritious food in feeding practices (MP-ASI). Conclusion : The role of mothers during the first 1000 days of a child's life is very important, especially in fulfilling nutrition during pregnancy, providing exclusive breastfeeding, and appropriate MP-ASI.

**Keywords**: Experience, Parenting Patterns, Stunting

## PENDAHULUAN

Proses tumbuh kembang anak dipengaruhi oleh pola asuh. Pola asuh yang tepat dapat menjamin tumbuh kembang anak yang optimal (Wibowo et al., 2023). Pada masa tumbuh kembang anak, peran ibu sangat dominan untuk mengasuh dan merawat anak (Mentari, 2020). Pola asuh ibu merupakan perilaku ibu dalam mengasuh maupun merawat anak. Pola asuh ibu mencakup beberapa hal seperti pemberian ASI Eksklusif, praktik pemberian makan, praktek kebersihan dan sanitasi, serta mampu memanfaatkan pelayanan kesehatan (Riani & Margiana, 2021). Pola asuh yang kurang baik, dalam hal seperti pemberian ASI Eksklusif, makanan pendamping ASI, praktek kebersihan dan sanitasi lingkungan, serta ketidak mampuan untuk memanfaatkan pelayanan kesehatan dapat menyebabkan masalah kesehatan pada anak salah satunya masalah gizi seperti stunting (Harahap et al., 2023).

Stunting merupakan masalah kesehatan global yang serius dan menjadi tantangan besar dalam upaya meningkatkan kesejahteraan anak di seluruh dunia. Di negara berkembang seperti Indonesia, masih dihadapkan dengan masalah gizi yang berdampak serius pada mutu sumber daya generasi penerus bangsa dan persoalan gizi yang menjadi fokus penting oleh pemerintah saat ini adalah stunting (Mardihani & Husein, 2021). Stunting merupakan gangguan pertumbuhan pada anak yang disebabkan kekurangan gizi dalam waktu yang lama sehingga tinggi badan anak lebih pendek dibandingkan anak seusianya (Elsianti et al., 2024) Pemenuhan gizi yang tidak optimal selama 1000 hari kehidupan atau biasa disebut periode emas dapat menyebabkan anak mengalami stunting dan mulai terlihat setelah

anak berusia 2 tahun (Mentari & Hermansyah, 2019). Stunting yang terjadi pada anak usia ini tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik tetapi juga pada perkembangan kognitif. Anak yang stunting cenderung memiliki kemampuan belajar yang lebih rendah dan produktivitas yang menurun di masa dewasa (Dermawan et al., 2022). Seorang anak dikatakan mengalami stunting berdasarkan pada pengukuran tinggi badan menurut umur (TB/U) yang berada dibawah ambang batas (Z-Score) yakni pada kategori pendek adalah  $<-2$  SD sampai dengan  $-3$  SD dan  $<-3$  SD untuk kategori sangat pendek (Kementrian Kesehatan, 2022).

Stunting dapat berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Stunting memberikan dampak jangka pendek dan jangka panjang. Dampak jangka pendek stunting yakni dapat menyebabkan hambatan perkembangan kognitif dan motorik, serta tidak optimalnya ukuran fisik tubuh dan dampak jangka panjang stunting yakni menyebabkan menurunnya kapasitas intelektual yang dimana jika terjadi hambatan perkembangan kognitif dan motorik dapat berdampak terhadap penurunan kemampuan memahami pelajaran di usia sekolah dan akan berpengaruh pada produktivitasnya saat dewasa (Primasari & Keliat, 2020). Hambatan tersebut juga berpengaruh terhadap tingkat kecerdasannya dimana anak yang mengalami stunting memiliki risiko 9 kali lebih besar memiliki nilai IQ di bawah rata - rata bila dibandingkan dengan anak yang tidak mengalami stunting (Bella et al., 2020).

Anak yang mengalami stunting disebabkan karena, kekurangan gizi dalam jangka waktu yang lama sejak dalam kandungan hingga berumur 2 tahun atau selama anak menjalani 1000 hari pertama kehidupan

yang biasanya disebut golden age. Hal tersebut dipengaruhi salah satunya nutrisi ibu selama hamil. Asupan nutrisi ibu hamil yang tidak tercukupi dengan baik dapat menyebabkan faktor resiko anak mengalami stunting (Pathima, 2022). Hal lainnya yang mempengaruhi anak mengalami stunting salah satunya adalah pola asuh ibu. Pola asuh ibu meliputi pemberian ASI Eksklusif, praktik pemberian makanan, praktik kebersihan dan sanitasi lingkungan, serta pemanfaatan pelayanan kesehatan. Pemberian ASI Eksklusif, dapat berpengaruh pada asupan gizi anak. Asupan gizi yang kurang baik dapat menyebabkan kekurangan gizi. ASI sangat dibutuhkan dalam masa pertumbuhan agar kebutuhan gizinya tercukupi (Indriani et al., 2023).

Berdasarkan data dari Badan Kesehatan Dunia atau WHO secara global pada tahun 2022, tercatat 148,1 juta anak di bawah usia 5 tahun memiliki tinggi badan yang tidak sesuai dengan usianya atau mengalami stunting (WHO, 2023). Menurut data Kementerian Kesehatan, prevalensi stunting di Indonesia pada tahun 2023 mencapai 21,6%. Angka ini masih tergolong tinggi karena melebihi standar yang ditetapkan WHO (Kementerian Kesehatan, 2023). Di Maluku mencatat prevalensi stunting pada tahun 2023 sebesar 28,4%. Hal tersebut cukup menjadi perhatian dikarenakan angka prevalensi stunting yang masih tinggi. Oleh karena itu pemerintah Indonesia telah menetapkan target ambisius untuk menurunkan prevalensi stunting menjadi sekitar 14% pada tahun 2024.

Berdasarkan pengambilan data awal yang dilakukan di Puskesmas Belakang Soya Kota Ambon pada tanggal 25 Juli 2024, didapatkan data anak yang mengalami stunting selama tiga tahun terakhir yakni pada tahun

2022 sebanyak 29 anak (usia 0-59 bulan) di Kelurahan Karpan sebanyak 8 anak, dan di Kelurahan Rijali sebanyak 21 anak. Sedangkan 17 anak untuk usia 24-59 bulan di Kelurahan Karpan sebanyak 7 anak, dan di Kelurahan Rijali sebanyak 10 anak. Pada tahun 2023 adanya peningkatan yakni 30 anak (usia 0-59 bulan) di Kelurahan Karpan sebanyak 10 anak, dan di Kelurahan Rijali sebanyak 20 anak. Sedangkan 18 anak dengan usia 24-59 bulan di Kelurahan Karpan sebanyak 5 anak, dan di Kelurahan Rijali sebanyak 13 anak. Pada Januari sampai Juli 2024, sebanyak 30 anak (usia 0-59 bulan) mengalami stunting di Kelurahan Karpan sebanyak 12 anak dan di Kelurahan Rijali sebanyak 18 anak dan 21 anak (usia 24-59 bulan) di Kelurahan Karpan sebanyak 7 anak dan di Kelurahan Rijali sebanyak 14 anak. Sedangkan hasil pengambilan data ASI eksklusif selama 3 tahun terakhir, didapati pada tahun 2022 sebanyak 15 anak, tahun 2023 sebanyak 30 anak, dan Juli 2024 sebanyak 23 anak.

Dari pengambilan data awal didapatkan stunting masih menjadi masalah yang serius, terlihat bahwa terjadi peningkatan yang signifikan selama tiga tahun terakhir. Meskipun sudah ada upaya untuk pemberian ASI Eksklusif tapi angka kejadian stunting masih saja tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa pola asuh ibu merupakan salah satu peran penting yang berdampak pada status gizi dan kesehatan anak. Dengan memahami pengalaman ibu dalam mengasuh anak dan tantangan yang dihadapi ketika merawat anak yang mengalami stunting, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru mengenai bagaimana pola asuh tertentu mempengaruhi kesehatan dan pertumbuhan seorang anak.

Tujuan dari Penelitian ini adalah pengalaman pola asuh ibu dalam 1000 hari pertama kehidupan anak ketika merawat anak yang mengalami stunting dengan melihat Nutrisi Ibu Selama Hamil, pemberian ASI Eksklusif, serta praktik Pemberian Makan (MP-ASI) di Wilayah Kerja Puskesmas Belakang Soya Kota Ambon.

## **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan fenomenologi. Penelitian ini berlokasi di Wilayah Kerja Puskesmas Belakang Soya Kota Ambon (Maluku). Penelitian ini dilakukan pada bulan September hingga November 2024. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu yang pernah mengasuh anak stunting yang berdomisili di Wilayah Kerja Puskesmas Belakang Soya Kota Ambon, yaitu sebanyak 21 ibu yang memiliki anak stunting usia 24-59 bulan. Terhitung dari bulan Januari sampai Juli tahun 2024. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar wawancara untuk mengajukan pertanyaan kepada informan. Lembaran wawancara yang digunakan oleh peneliti bersifat wawancara mendalam dimana lembar wawancara tersebut berisi daftar pertanyaan yang telah ditentukan oleh peneliti yang ada kaitannya dengan tujuan penelitian. Pedoman wawancara yang telah digunakan oleh peneliti ini telah diuji cobakan dengan pilot interview dengan wawancara kepada 1 orang partisipan yang memiliki karakteristik yang sama dengan subjek dalam penelitian. Dimana hal ini bertujuan untuk menilai pertanyaan yang sudah disusun oleh peneliti dan peneliti telah menguji pertanyaan yang telah disusun tersebut dan dapat dipahami oleh partisipan atau informan

ibu yang memiliki anak stunting usia 24-59 bulan. Adapun sumber data dalam penelitian ini yaitu data primer dan data sekunder. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi. Dalam menganalisa data peneliti menggunakan teknik yakni:

1) Reduksi data yaitu dengan merangkum hasil wawancara yang dilakukan terhadap informan, kemudian hasil wawancara tersebut akan diketik maupun ditranskrip dari Perekam suara kedalam Microsoft Office Word dan membuat coding untuk memisahkan jawaban yang sama dari beberapa informan terhadap pertanyaan yang disampaikan. Setelah itu, peneliti telah mencari tema dan menentukan pola yang pada akhirnya akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data.

2) Penyajian data dalam penyajian data, peneliti telah mengaitkan hasil wawancara terhadap informan yang telah diberikan Kode (Coding) dan menentukan tema dengan teori maupun hasil penelitian terdahulu yang bisa menjelaskan hasil wawancara yang telah direduksi.

3) Penarikan kesimpulan, kesimpulan dalam penelitian kualitatif merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu objek yang sebelumnya masih belum jelas sehingga setelah diteliti menjadi jelas.

## **HASIL**

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Belakang Soya Kota Ambon. Puskesmas Belakang Soya Kota Ambon adalah salah satu Puskesmas yang termasuk pada unit kerja dari Dinas Kesehatan Kota Ambon (Maluku). Puskesmas Belakang Soya Kota Ambon dibangun pada tahun 2003 dan

merupakan pemekaran dari Puskesmas Pembantu Karang Panjang pada tahun 2015.

**Tabel 1. Karakteristik**

| Informan | Usia   | Pendidikan | Pekerjaan | Keterangan     |
|----------|--------|------------|-----------|----------------|
| Ny. M.K  | 21 Thn | SMK        | IRT       | Informan Utama |
| Ny. I.T  | 47 Thn | D3         | PNS       | Informan Utama |
| Ny. A.S  | 23 Thn | SMA        | IRT       | Informan Utama |
| Ny. S.T  | 33 Thn | SMA        | IRT       | Informan Utama |
| Ny. A.H  | 30 Thn | SMA        | IRT       | Informan Utama |
| Ny. L    | 31 Thn | SMP        | IRT       | Informan Utama |
| Ny. S.I  | 40 Thn | SMA        | IRT       | Informan Utama |
| Ny. M.A  | 46 Thn | SMA        | IRT       | Informan Utama |
| Ny. S.U  | 47 Thn | STM        | IRT       | Informan Utama |
| Ny. S.N  | 54 Thn | SMP        | IRT       | Informan Utama |

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa rata-rata informan berada pada rentang usia 21-54 tahun. Dan mayoritas pendidikan SMA dan rata-rata pekerjaan sebagai IRT.

Pengalaman pola asuh pada ibu dengan anak yang mengalami stunting dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan anak meliputi nutrisi ibu selama hamil, pemberian ASI Eksklusif dan praktik pemberian makan (MP-ASI).

**a. Nutrisi Ibu selama Hamil**

Bagaimana pola makan ibu selama kehamilan?

*“Makan jajan-jajan sa kaya oreo pokonya yang manis-manis sa barang seng tahu kaya mood sa par makan yang manis- manis pokonya coklat-coklat, sayur-sayur jarang. Kalo pagi bisa 2 kali siang pokonya sekitar 8 porsi”.* (Ny.M.K)

*“Makan bagus ade nasi, ikan, sayor ada ikan goreng, ikan kua skali-skali katong makan papeda di sesuaikan sayor dengan ikan, tapi kalo ada buah katong makan buah tapi kalo seng ya seng”.* (Ny.I.T)

*“Kaya biasa sa nasi,ikan,sayor. Bayam abis itu ada kangkung ada daong kasbi santang, tumis sup-supuan kalo ikan banya ikan goreng deng ikan masa karing itu sa. Kacang ijo kacang gula par pagi-pagi deng kalo par bkin sayor kacang ijo sup kacang ijo. ae makang bisa labe dari 3 kali makan tu sapiring”.* (Ny.A.S)

*“Di awal itu makan apa saja beta makan cuman makan maso sadiki muntah begitu. Kalo sayur-sayur itu kelor, ada sawi, bayam, ikan, telur kadang ayam kacang ijo tapi beta jarang makang e kacang ijo sih skali-skali saja 1 hari 3 kali makan memang to tapi sadiki skali satu sendo entong nasi tapi seng habis”.* (Ny.S.T)

*“Makan sayur ikan seperti biasa begitu porsinya ngak terlalu banyak sih sedang-sedang saja kaya satu piring kurang lebih lah itu kaya 1 hari 3 kali”.* (Ny.A.H) *“Beta ini kalo hamil tu makan seng bisa makan nanti 6 bulan itu baru bisa makan barang beta mual-mual to.jadi beta makan buah-buahan selama 6 bulan itu”.* (Ny.L)

*“Makannya biasa, makan nasi,sayur,ikan, sayur itu macam bayam, kangkung, terus sayur sop begitu ikannya momar, kawalinya digoreng kalo porsinya ya porsi biasa 1 piring. Sehari itu kadang 2 kali kadang 3 kali”.*(Ny. S.I)

*“Konsumsi yang beta mau sa kaya nasi kuning itu sa sampe abis melahirkan itu paling Cuma skali-skali bakso. Kalo porsinya 1 sa Cuma kadang beta makan lamet tapi kalo lamet itu beta jaga simpang Cuma par malam karna kalo malam itu lapar yang bisa tahang katong poro Cuma lamet..itu juga nasi kuning tu beta suka talor saja kalo ikan beta seng konsumsi cuma beta suka nasi deng talor saja”.* (Ny.M.A)

*“Lagi hamil itu saya kaya mual makan juga kurang seng talalu makan nasi maunya sayur ikan-ikan kaya nek maunya makan sedikit kaya nga nafsu makan tapi ada sedikit masuk 1 centong nasi saja makan nga sesuai jadi 1 hari bisa 2 kali saja”.* (Ny.S.U)

*“Makan nasi nasi,sayur,ikan tidak suka makan buah-buah. Makan juga seng menentu iko keinginan juga kadang 1 hari bisa lebih dari 2 kali lai dengan porsi setengah piring”.* (Ny.S.N)

Berdasarkan jawaban yang diperoleh didapati 7 informan memiliki pola makan

yang sehat dan teratur selama kehamilan hal ini berdampak baik pada asupan nutrisi bagi anak. Sedangkan 3 informan menunjukkan pola makan yang kurang baik, seperti mengonsumsi mie instan, tidak mengonsumsi ikan, serta kurangnya porsi buah dan sayur.

**b. Pemberian ASI Eksklusif**

Kapan ibu memberikan ASI pertama kali pada anak dan sampai usia berapa ibu memberikan ASI kepada anak ?

*"Pas lahir sampe 3 bulan". (Ny.M.K)*

*"Seng dia seng ASI". (Ny.I.T)*

*"Dia pas lahir dia minum deng susu formula dulu selama 2 minggu dolo barang pas itu ASI balom talalu jadi pas ASI su mulai ada iyo sudah stop formula la ASI sa sampe 8 bulan". (Ny.A.S)*

*"Dari lahir to sampe 3 bulan". (Ny.S.T)*

*"Dia umur baru lahir sampe 2 bulan sa selanjutnya itu langsung susu formula" (Ny.A.H)*

*"Pas dia lahir sampe 1 minggu la deng susu formula". (Ny.L)*

*"Dari umur 0 bulan di bantu susu formula sampe umur 4 bulan ka atas tu seng mau lai seng mau susu formula lai ASI saja sampe sekarang". (Ny.S.I)*

*"Dari bayi pas abis lahir langsung dikasi ASI sampe skarang ni kaka". (Ny.M.A)*

*"Ee tidak dia ee susu dot susu formula dari lahir". (Ny.S.U)*

*"Ade ee apa seng ASI ade susu tambahan dari umur 0 bulan" (Ny. S.N)*

*"Asi tetap biasanya di berikan sejak lahir tapi rata-rata disini hanya sampai di E3, E2 itu Eksklusif ke 3 bulan dan Eksklusif ke 2 bulan. Dong juga lebih ke trend – trend bagitu lai kasi ASI di tambah susu padahal kandungan gizi di ASI seng samua ada di susu formula dan juga salah satu bebas stunting itu harus di kasi ASI Eksklusif karna nutrisi di ASI cukup untuk bayi jadi, yang dia butuhkan tu ada di ASI". (A.D)*

Berdasarkan jawaban yang diperoleh didapati 1 informan memberikan ASI saja dari anak lahir sampai umur 2 tahun tanpa tambahan susu formula kepada anak. 4

informan memberikan ASI dari lahir tapi tidak sampai 6 bulan. 2 informan tidak memberikan ASI sejak lahir dan baru diberikan pada umur 2 minggu dan 4 bulan dan selama itu di berikan susu formula. 3 informan mengatakan tidak diberikan ASI hanya dengan susu formula sejak lahir.

**C. Praktik pemberian makan (MP-ASI)**

Kapan pertama kali anak ibu mulai makan?

*"Pas dia 4 bulan". (Ny.M.K)*

*"Dia 6 bulan baru makan to kaka". (Ny.I.T)*

*"Dia tanta-tanta di kapung dong 5 bulan lai su kasi makan". (Ny.A.S)*

*"6 bulan to". (Ny.S.T)*

*"Dia makan pas 6 bulan". (Ny.A.H)*

*"Pas 1 minggu dia mulai makan tapi makan sun". (Ny.L)*

*"6 bulan ke atas to". (Ny.S.I)*

*"3 bulan mulai makan sun par tambah deng asi to". (Ny.M.A)*

*"Dia 6 bulan". (Ny.S.U)*

*"6 bulan baru kasi makan". (Ny.S.N)*

Berdasarkan jawaban yang diperoleh didapati 6 informan mengatakan pertama kali makan di umur 6 bulan sedangkan 4 informan memberikan makan pada anak sebelum umur 6 bulan.

Makanan apa saja yang diberikan kepada anak?

*"Makang talor abis tu makang apa kaya kentang-kentang yang sup punya kantong - kantong, abis tu ee biskuat, biskuat– biskuat pokonya.. cuma ade makan kua- kua saja seng makan sayurnya, makan kua- kua bayam, kalo ikang pas 6 bulan baru dong bikin ikan campur deng dia pung bubur". (Ny.M.K)*

*"Bubur pakai kantong, wortel, matel, pokonya ada daging samua katong*

*saring baru katong kasi makan. Ade tapi 1 tahun belakangan ini dia sg mau makan, iko dia suka-suka". (Ny.I.T)*

*"Dia biasa di kampung-kampung dong kasi makan deng papeda, ada bubur masak deng katok ka talor, ada sun lai kalo sekarang ini dia makan nasi makan kaya katong orang basar bagini jua. Sayur suka daun kasbi, ikan juga labe gila lai". (Ny.A.S)*

*Kalo bubur campur sayur daun kelor, hati ayam, ikan kadang telur kalo skarang nasi sama sayur sama ikan". (Ny.S.T)*

*"Dia makan, katong kasi pisang abu-abu yang biasa itu di kerok begitu abis itu baru beta su mulai kasikan dia apani bikin bubur to campur kaya wortel, terus kaya apani kentang sama ayam begitu beda- beda sih". (Ny.A.H)*

*"Kalo sekarang ini ikan dia makan kaya dia pu suka bagitu baru dia makan kalo seng suka dia seng makan, jarang makan ikan nasi sama sayur saja. Kalo cemilan paling banyak makan kue sembarang apa yang ada di pondok saja dia makan snak dia makan susu ultra itu ciki-ciki dia makan". (Ny.L)*

*"Kalo pertama bubur sun, itu dia seng talahu suka juga hanya 2 bulan saja terus di kasi bubur yang jual itu kaya bubur ayam itu dia mau makan itu jarang sayur". (Ny.S.I)*

*"Bubur campur katok sampe 1 taong berapa tu beta kasi dia bubur cuma beta kasi stop la dia mulai makan nasi". (Ny.M.A)*

*"Dia makan sun itu selama 8 bulan 9 bulannya saya bikin tim nasi kaya bubur pakai wortel, hati begitu di saring tapi lebih sering bubur campur*

*wortel kalo kasi ikan dia mual-mual barang seng suka bau amis". (Ny.S.U)*  
*"Bubur giling campur wortel, sayur kelor, itu saja tiap hari dia pu makan sampe 1 tahun baru dia makan nasi lombo campur wortel, kelor menunya sama saja porsi makannya e ikut dia pu kemampuan saja kalo sekarang su mulai tambah sayur kalo ada kuah sayur". (Ny.S.N)*

Berdasarkan jawaban yang disampaikan dari 10 informan tersebut didapati 4 informan memberikan makanan yang mencukupi kebutuhan yang mengandung karbohidrat, protein hewani dan protein nabati, 2 informan tidak memberikan makanan yang mengandung protein nabati seperti sayur – sayuran dan 4 informan tidak memberikan makanan yang mengandung protein hewani seperti ikan dan daging.

## **PEMBAHASAN**

### **a. Nutrisi ibu selama hamil**

Berdasarkan hasil penelitian didapati bahwa sebagian besar informan memiliki kebiasaan yang mendukung kesehatan ibu selama kehamilan, seperti memiliki pola makan yang sehat dan teratur dengan mengonsumsi makanan bergizi seperti sayur, buah, protein hewani dan karbohidrat yang berdampak baik pada asupan nutrisi bagi anak. Namun, masih terdapat sejumlah kendala yang dialami informan dalam menjaga kesehatan selama masa kehamilan, seperti pola makan yang kurang baik, di antaranya mengonsumsi mie instan, tidak mengonsumsi ikan, serta kurangnya porsi buah dan sayuran. Kondisi ini terjadi karena ibu tidak memenuhi komposisi gizi yang dianjurkan selama kehamilan, yang berdampak pada pemenuhan gizi bagi ibu dan anak. Selain itu, dalam hal pemenuhan nutrisi selama hamil sebagian ibu mengalami

hambatan yaitu suka memilih – milih makan, susah makan serta faktor ekonomi yang menjadi salah satu kendala utama dalam pemenuhan gizi ibu selama hamil.

#### **b. ASI Eksklusif**

Berdasarkan hasil penelitian didapati bahwa seluruh informan mengalami kesulitan dalam memberikan ASI Eksklusif. Sebanyak sembilan dari sepuluh informan tidak mengetahui sepenuhnya mengenai ASI Eksklusif dan manfaatnya. Sementara itu, hanya satu informan yang mengetahui tentang ASI Eksklusif, tetapi hal tersebut tidak menjamin bahwa pemberian ASI dilakukan secara optimal. Semua ibu memberikan susu formula atau makanan selain ASI sebelum anak berusia enam bulan, seperti telur, kue dan sun, yang berdampak pada pencapaian ASI Eksklusif. Kurangnya pemenuhan ASI Eksklusif bagi kebutuhan gizi anak dapat meningkatkan risiko stunting, yang seharusnya dapat dihindari jika pemberian ASI eksklusif dilaksanakan secara konsisten.

#### **c. Praktik Pemberian Makan (MP-ASI)**

Berdasarkan hasil penelitian didapati bahwa sebagian informan sudah memberikan makanan pertama kali pada anak pada usia 6 bulan. Selain itu, memberikan makanan yang mencukupi kebutuhan yang mengandung karbohidrat, protein hewani dan protein nabati. Dalam hal frekuensi makanan juga diberikan makan sebanyak tiga kali sehari sesuai dengan pedoman kesehatan ibu dan anak. Untuk pengelolaan makanan, sebagian besar ibu menggunakan metode yang benar, seperti menghaluskan makanan dengan cara menggiling dan menyaringnya, yang dapat mempermudah pencernaan anak. Meskipun sebagian informan memberikan makanan dengan cara yang benar, ada beberapa kebiasaan yang masih tidak mendukung pemberian makanan yang sehat seperti, memberikan makan pada anak sebelum usia 6

bulan, yang menunjukkan adanya praktik pemberian makanan pendamping ASI dini (MP-ASI dini). Selain itu, adanya kekurangan dalam pemenuhan gizi seimbang dimana tidak memberikan makanan yang mengandung protein nabati seperti sayur – sayuran dan protein hewani seperti ikan dan daging serta kebiasaan ibu memberikan jajan sembarangan tanpa memperhatikan nutrisi yang diberikan pada anak. Hal ini menunjukkan bahwa ibu belum sepenuhnya memberikan makanan yang bergizi. Didapati juga anak yang hanya diberikan makan dua kali sehari, yang dapat menghambat pemenuhan kebutuhan nutrisi anak secara optimal.

Berdasarkan uraian ketiga indikator diatas saling berhubungan dengan 1000 hari pertama kehidupan anak. Nutrisi ibu selama hamil menentukan status awal kesehatan anak, pola makan yang tidak sehat selama hamil dapat mengakibatkan kekurangan gizi pada anak. Kegagalan dalam memberikan ASI eksklusif dapat memperburuk kondisi ini karena tidak mendapatkan nutrisi yang dibutuhkan selama 6 bulan pertama kehidupannya. Selain itu, praktik pemberian MP-ASI yang tidak tepat seperti pemberian MP-ASI dini, frekuensi makan yang rendah, serta makanan yang tidak bergizi, dapat menyebabkan anak kekurangan nutrisi yang cukup. Kekurangan pada satu atau lebih indikator ini dapat berdampak kumulatif, meningkatkan risiko stunting pada anak.

Penelitian yang dilakukan Mousa et. al., (2023) mengungkapkan bahwa pemenuhan nutrisi yang memadai sangat penting untuk keberhasilan kehamilan yang sehat. Kekurangan makronutrien dan mikronutrien pada ibu hamil dapat menyebabkan kekurangan gizi pada bayi, dimana asupan nutrisi ibu yang tidak tercukupi dengan baik meningkatkan resiko anak mengalami stunting. Penelitian yang dilakukan Hasanah et al.,

(2020) juga, menyatakan bahwa anak yang tidak diberikan ASI Eksklusif dan MP-ASI yang tidak tepat dapat menyebabkan resiko anak mengalami stunting.

Asupan nutrisi ibu sangat penting untuk mendukung pertumbuhan anak selama 1000 hari pertama kehidupan, yaitu sejak dalam kandungan sampai anak berumur 2 tahun, jika kekurangan nutrisi pada periode ini dapat meningkatkan resiko stunting pada anak (Pathima,2022). Stunting dipengaruhi oleh kurangnya pemberian ASI, yang mengakibatkan anak kekurangan gizi penting untuk pertumbuhannya dan berpotensi meningkatkan risiko stunting (Nurhasanah et al., 2022). Selain itu, kurangnya asupan makanan pendamping ASI pada anak dapat memperlambat tumbuh kembangnya, sehingga anak tetap mengalami stunting meskipun sudah berusia lebih dari 2 tahun (Khairani et al., 2023).

Pengalaman ibu dengan pemberian makanan bergizi seimbang yang memenuhi kebutuhan anak menunjukkan upaya pemenuhan kebutuhan nutrisi yang optimal bagi anak, tetapi dalam penelitian ini makanan bergizi seimbang tidak selalu menjamin anak terhindar dari resiko stunting, sehingga faktor lain juga dapat mempengaruhi anak mengalami stunting seperti riwayat ibu selama hamil serta pemberian ASI Eksklusif turut mempengaruhi pertumbuhan anak. Sebaliknya, pengalaman ibu yang kurang baik dengan pemberian makanan yang tidak bergizi seimbang selain itu kebiasaan jajan sembarangan tanpa memperhatikan nilai nutrisi dapat memperburuk kualitas asupan anak. Hal ini menyebabkan anak tidak mendapatkan nutrisi penting untuk pertumbuhannya, sehingga meningkatkan resiko terjadinya stunting. Oleh karena itu, upaya untuk mencegah stunting harus melibatkan edukasi yang intensif kepada ibu mengenai pentingnya pemberian ASI

Eksklusif, pola makan sehat, dan pemberian MP-ASI yang tepat pada waktu yang sesuai. Faktor-faktor ini harus diperhatikan sebagai bagian dalam pencegahan stunting selama periode 1000 hari pertama kehidupan anak.

## **KESIMPULAN**

Pengalaman 1000 hari pertama kehidupan dengan indikator nutrisi ibu selama hamil di wilayah kerja Puskesmas Belakang Soya, Kota Ambon menunjukkan bahwa peran ibu penting dalam memenuhi kebutuhan nutrisi anak selama masa kehamilan, pemberian ASI eksklusif, serta pemberian MP-ASI yang sesuai. Meskipun terdapat pengalaman baik seperti konsumsi makanan bergizi selama kehamilan, terdapat pula kendala seperti kurangnya asupan gizi seimbang, ketidakmampuan memberikan ASI eksklusif secara optimal, dan praktik pemberian MP-ASI dini yang tidak tepat. Hal tersebut berpotensi meningkatkan risiko stunting pada anak.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Bella, F. D. (2020). Pola Asuh Positive Deviance dan Kejadian Stunting Balita di Kota Palembang. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 4(4)
- Elisanti, D. A., & Ardianto, T. E. (2024). Nilai Gizi MP-ASI “ jagung Bose Modifikasi “dan Asupah Gizi Balita Stunting. *Journal of Innovative Food Technology and Agricultural Product*, 2,(1) 1-5
- Dermawan, A., Maganim, M., & Siregar, N. (2022). Upaya percepat penurunan stunting di Kabupaten Asahan. *Jurnal Bangun Abdimas*, 1(2), 98-104
- Harahap, N., Made Ali, R. S., & J. Hadi, A. (2023). Pengaruh Pola Asuh dan Karakteristik Ibu terhadap Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Pintu Padang Kabupaten Tapanuli Selatan. *Media Publikasi Promosi*
- Hasanah, S. (2022). Dampak Pola Asuh Terhadap Pembentukan Perilaku Anak Tkw. *Jurnal Pendidikan Sosiologi* , 4(3)
- Indriani, V., Dharmasetiawani, N., & Yulika, I. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Balita Usia 12-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Tanah Abang Jakarta Pusat Tahun 2022. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Reproduksi*, 1(2)
- Kementrian Kesehatan. (2022). Apa Itu Stunting. Direktorat Jendral Pelayanan Kesehatan. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1516](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1516)[Di akses pada tanggal 4 september 2024]
- Kementrian Kesehatan RI. (2023) . Buku Kesehatan Ibu dan Anak. <https://ayosehat.kemkes.go.id/buku-kia-kesehatan-ibu-dan-anak> [Diakses pada 15 September 2024].
- Khairani, M.D., Tjahjono, K., Rodisi, A., Margawati, A., & Noer, E. R. (2023). Faktor Determinan Riwayat Kehamilan Dan Kelahiran Sebagai Penyebab Stunting. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 8(1), 70-80.
- Mardihani, P. W., & Husain, F. (2021). Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Pada Anak Balita Di Wilayah Pesisir Desa Sekuro Kecamatan Mlonggo Kabupaten Jepara Putri Wahyu Mardihani, Fadly Husain. 10
- Mentari, S., & Hermansyah, A. (2019). Faktor- faktor yang berhubungan dengan status stunting anak usia 24-59 bulan di wilayah kerja UPK puskesmas Siantan Hulu. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 1(1), 1-5.
- Mentari, T. S. (2020). Pola Asuh Balita Stunting Usia 24-59 Bulan. *Higeia Journal of Public Helath Ressearch and Development*, 4(4), 610–620
- Mousa, A., Naqash, A., & Lim, S. (2023). Macronutrient and micronutrient intake during pregnancy: An overview of recent evidence. *Nutrients*, 11(2), 443
- Nurhasanah, Afrika, E., & Rahmawati, E. (2022). Hubungan Asi Eksklusif, Status Gizi dan Faktor Genetik Terhadap Kejadian Stunting Pada Anak 24-59 Bulan. *Fakultas Kebidanan Dan Keperawatan*, 6(2)
- Pathima. S. (2022). Strategi Pencegahan Anak Stunting di Masa Kehamilan dan Menyusui. Yogyakarta :deepublishPrimasari, Y., & Keliat, budi anna. (2020). Praktik pengasuhan sebagai upaya pencegahan dampak stunting pada perkembangan psikososial anak-kanak. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 3(3).
- Riani, E. N., & Margiana, W. (2021). Hubungan Pola Asuh dengan Kejadian Stunting pada Balita., 48–53.
- Wibowo, D. P., Irmawati, Tristiyanti, D., Normila, & Sutriyawan, A. (2023).

Hubungan Pola Asuh Ibu dan Pola Pemberian Makanan Terhadap Kejadian Stunting. *Jl-KES: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(2),

World health Organization. (2021). Child Growth Tersedia dalam [https://www.who.int/healthtopics/child-growth#tab=tab\\_3](https://www.who.int/healthtopics/child-growth#tab=tab_3)[Diakses pada 14 September 2024]