



## **Dampak Stunting Terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini**

**Nurul Jariah<sup>1</sup>, Umikalsum Arfa<sup>2</sup>, Dyla Fajhriani N.<sup>3</sup>, Yulia Novita Sari<sup>4</sup>, Ulfa Dwi Januarti<sup>5</sup>**

Universitas Khairun

Jl. Bandara Babullah Kampus 1 Unkhair, Kelurahan Akehuda Kota Ternate Kode Pos 97728

Email: ryapsycho2909@gmail.com<sup>1</sup>, umikalsumarfa@gmail.com<sup>2</sup>,

dyla.fajhriani@unkhair.ac.id<sup>3</sup>, yulianovita78@gmail.com<sup>4</sup>, ulfah@unkhair.ac.id<sup>5</sup>

**Abstrak:** Kurangnya nutrisi yang tepat selama tahun-tahun pembentukan anak bermanifestasi sebagai stunting. Banyak hal yang mungkin terjadi pada anak yang dapat menyebabkan stunting. Kemampuan anak dalam berpikir dan memahami lingkungan sekitar disebut dengan kemampuan kognitif. Kapasitas kognitif terganggu akibat stunting. Tujuan artikel ini adalah untuk memberikan gambaran tentang bagaimana stunting memengaruhi perkembangan kognitif anak-anak. Penelitian kepustakaan merupakan pendekatan penelitian yang dipilih. Orang tua mempunyai peran penting dalam perkembangan literasi dini anak-anak, dan artikel ini berupaya menjelaskan peran tersebut.

**Kata kunci:** Stunting, Perkembangan Kognitif, Anak Usia Dini

**Abstract:** Lack of proper nutrition during a child's formative years manifests as stunting. Many things may happen to children that can cause stunting. A child's ability to think and understand the surrounding environment is called cognitive ability. Cognitive capacity is impaired due to stunting. The aim of this article is to provide an overview of how stunting affects children's cognitive development. Library research is the research approach chosen. Parents have an important role in children's early literacy development, and this article seeks to explain this role.

**Keywords:** Stunting, Cognitive Development, Early Childhood

### **A. Pendahuluan**

Stunting terjadi ketika seorang anak tidak mendapatkan nutrisi yang cukup pada seribu hari pertama kehidupannya, sehingga menyebabkan pertumbuhan abnormal yang tidak sesuai dengan usianya. Pada tahun 2018, Kementerian Kesehatan mengatakan perhatian khusus diperlukan dalam kasus stunting karena hal ini menghambat perkembangan sesuai usia, yang pada gilirannya meningkatkan risiko kematian anak usia dini akibat lemahnya sistem kekebalan tubuh. Selain itu, stunting membuat tinggi badan anak berfluktuasi meski dalam usia perkembangan yang sama, hal ini merupakan ciri yang menghambat kemampuan anak bereksplorasi dan tumbuh secara normal (Trihono et al., 2015).

Malnutrisi, yaitu stunting, disebabkan oleh asupan makanan yang tidak mencukupi secara kronis. Anak-anak pada akhirnya mungkin mengalami kelainan perkembangan, terkadang disebut gagal tumbuh, yang bermanifestasi sebagai stunting atau perawakan pendek. Dalam studi Yadika dkk (2019), stunting mempunyai asal-usul yang berbeda-beda, ada yang bermanifestasi sejak awal perkembangan janin dan ada yang muncul setelah lahir (Rohmadheny, 2018).

Pertumbuhan dan perkembangan setiap anak dapat dipengaruhi oleh stunting dan kekurangan gizi. Dampak stunting terhadap kemampuan anak untuk terus tumbuh dan berkembang selama tahun-tahun pembentukannya sangatlah besar. Secara tidak langsung, variabel sosial ekonomi berkontribusi terhadap prevalensi stunting pada anak kecil. Di antara negara-negara berkembang, Indonesia merupakan salah satu negara yang banyak mengalami penyakit ini (Hadi et al., 2019).

Selain menghambat perkembangan fisik anak, stunting juga berdampak pada perkembangan kognitif anak. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa pertumbuhan dan kematangan fisik seorang anak memengaruhi perkembangan kognitifnya. Seperti yang dinyatakan LIPI, kerusakan otak anak akibat stunting sejak masa bayi dapat berlangsung seumur hidup, sehingga menyebabkan kematangan fisik dan mental di bawah standar. Keterbatasan perkembangan fisik dan mental berdampak pada kelas (Yadika et al., 2019).

Menjelajahi dunia sekitar anak membantu mengembangkan keterampilan motorik fisik dan kapasitas kognitif secara bersamaan. Oleh karena itu, tahun-tahun pembentukan seorang anak "masa keemasan" menjadi periode paling formatif dalam kehidupan anak. Tahapan perkembangan selanjutnya akan dipengaruhi oleh tahap-tahap sebelumnya. Di sini, dapat diasumsikan bahwa keterlambatan perkembangan lebih lanjut akan menyertai gangguan apa pun pada pertumbuhan kognitif anak. Dengan cara ini, cacat atau kerusakan pada satu tahap pertumbuhan akan menghalangi tahap berikutnya untuk berkembang dengan baik.

Asimilasi dan akomodasi, menurut Piaget, merupakan sarana yang digunakan anak untuk mengembangkan pemahaman pemikiran. Dengan menyelidiki lingkungan sekitar, anak-anak mempelajari hal-hal baru dan mengembangkan perspektif unik bagi diri sendiri. Pertumbuhan kognitif hanya dapat terjadi ketika anak berpartisipasi aktif dalam lingkungannya (Hijriati, 2016).

## **B. Landasan Teori**

Anak-anak dan balita yang pertumbuhan fisiknya terhambat dibandingkan dengan kelompok usianya terkadang mengalami kesulitan mengatasi stunting sebagai masalah pola makan. Stunting didefinisikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) sebagai rasio tinggi badan terhadap usia (TB/U) berdasarkan standar pertumbuhan di bawah -2 standar deviasi (SD). Gangguan perkembangan kognitif merupakan salah satu dari banyak dampak stunting terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak (Yadika et al., 2019).

Seorang anak mungkin menderita stunting akibat kekurangan gizi. Butuh waktu lama bagi anak-anak untuk pulih dari penyakit ini, yang seringkali berkembang dalam jangka waktu yang lama dan juga memerlukan penyembuhan. Ada hubungan yang erat antara stunting dan dampaknya, yang secara signifikan berdampak pada pendewasaan dan pertumbuhan. Anak stunting seringkali mengalami gangguan perkembangan kognitif, keterlambatan pematangan motorik dan mental, serta rendahnya tingkat aktivitas motorik (Beal et al., 2018).

Banyak penyebab yang menyebabkan stunting, yang tergolong penyakit gizi kronis. Hal ini mencakup masalah kesehatan bayi baru lahir, gizi Ibu yang tidak memadai selama kehamilan atau menyusui, dan keadaan lingkungan yang kurang

mendukung. Balita yang menderita stunting mungkin menunjukkan keterbelakangan baik dalam perkembangan motorik maupun kognitif (Kementerian Kesehatan, 2018).

Kognitif berasal dari kata "*cognitive*" yang bermakna sama dengan kata "*knowing*" dan "*cognition*" yang memiliki arti mengetahui. Pertumbuhan kognitif seseorang dapat didefinisikan sebagai tingkat di mana seseorang memperoleh informasi baru melalui proses memikirkan dan memahami dunia di sekitarnya. Skema dibentuk dengan menganalisis hasil kegiatan yang melibatkan keterampilan motorik dan sensorik anak sejak dilahirkan. Aktivitas ini memiliki hubungan erat dengan kognisi. Sistem saraf anak akan mengalami proses yang bertujuan untuk menekan sel-sel otak, yang pada akhirnya membuat rencana (Khadijah, 2016).

Standar prestasi anak usia dini telah ditetapkan oleh pemerintah dalam peraturan perundang-undangan untuk setiap kelompok umur. Standar-standar ini berfungsi sebagai landasan bagi pertumbuhan anak di segala bidang, khususnya perkembangan kognitif. Perkembangan kognitif unik setiap anak adalah landasan di mana standar-standar tersebut dibangun. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tumbuh kembang anak dipengaruhi oleh lingkungan sekitar dan rangsangan yang dialaminya. Hal inilah yang menjadi landasan dibangunnya standarisasi pencapaian perkembangan kognitif anak usia dini (Novitasari, 2018).

### C. Metodologi Penelitian

Metodologi penelitian yang digunakan di sini dikenal sebagai penelitian kepustakaan, yang memerlukan penelusuran berbagai sumber untuk mendapatkan informasi relevan sebelum menyusun laporan tentang berbagai topik, termasuk yang berkaitan dengan pendidikan, masyarakat, dan budaya (Evanirosa & Christina, 2022). Karena penelitian ini, peneliti tidak perlu mengunjungi lokasi secara fisik untuk mengumpulkan data. Semua penelitian, dipublikasikan atau tidak, didasarkan pada bahan tertulis saja. Sebagai teknik kualitatif, teknik ini hadir dalam beberapa bentuk dan variasi tergantung pada faktor-faktor seperti minat peneliti, metode pengumpulan data, dan bidang kehidupan yang menjadi perhatian utama peneliti (Creswell, 2012).

Penelitian ini tidak mengandalkan metode pengumpulan data primer, sebaliknya, ia menggunakan sumber-sumber sekunder. Meskipun demikian, informasi ini didasarkan pada temuan penelitian sebelumnya. Buku dan karya ilmiah utama (asli) yang terdapat dalam artikel atau jurnal (baik cetak maupun non cetak) merupakan contoh sumber data sekunder. Ada empat faktor yang dipertimbangkan ketika memilih sumber: (1) bukti asal usul, yang mencakup hal-hal seperti sumber sejarah primer; (2) objektivitas, artinya sudut pandang penulis bermanfaat atau merugikan; (3) persuasif, artinya penulis dapat dipercaya; dan (4) nilai, artinya penulis mempunyai pendapat yang meyakinkan dan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap penelitian lain.

### D. Dampak Stunting Terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini

Penurunan fungsi saraf merupakan gejala umum pada anak stunting. IQ-nya turun karena hal ini, tetapi secara tidak langsung. Cara anak belajar dan berpikir, serta bahasa dan representasi mental dari aktivitas tersebut, semuanya merupakan komponen perkembangan kognitif. Setiap perubahan dalam pengetahuan anak

tentang cara belajar dan berpikir adalah bagian dari perkembangan kognitifnya (Arini et al., 2019).

Anak-anak yang mengalami stunting sering kali mengalami kesulitan dengan perhatian, ingatan, dan pembelajaran. Hal ini karena fungsi otak sudah terganggu karena rasa lapar. Agar tubuh dan otak dapat berkembang secara maksimal, nutrisi yang tepat sangatlah penting. Perkembangan psikomotorik dan kognitif seorang anak dipengaruhi secara langsung oleh gizi yang tidak mencukupi atau bahkan status gizi yang buruk selama tahun-tahun pembentukan masa kanak-kanak, sehingga masa ini merupakan masa yang penting untuk memenuhi kebutuhan gizi (Yadika et al., 2019).

Menurut Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI (2015), anak mengalami perubahan perkembangan yang cepat antara usia 0 hingga 6 tahun. Tahun antara lahir hingga usia enam tahun merupakan tahun formatif anak, di mana anak terbuka terhadap pengalaman dan pembelajaran baru, dan ketika anak membutuhkan pengaruh internal dan eksternal untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangannya, termasuk kemampuan kognitifnya. Ini adalah masa formatif bagi seorang anak karena menentukan panggung bagi seluruh hidupnya. Jika tahap pertumbuhan ini terhambat atau gagal, anak akan kesulitan untuk melangkah lebih jauh. Kapasitas kognitif anak pun tidak berbeda-beda. Perkembangan kognitif anak kecil akan tertinggal jika anak tidak mendapat pengalaman yang cukup merangsang pada masa ini. Beberapa variabel, beberapa di antaranya telah dibahas, dapat menyebabkan gangguan perkembangan kognitif.

Selama “masa keemasan”, yang dimulai pada usia dua tahun dan berlanjut hingga anak berusia lima tahun, otak mengalami perkembangan yang pesat dan penting. Pola makan yang cukup berpengaruh tidak langsung terhadap seberapa baik perkembangan otak anak. Menurut banyak penelitian, anak-anak yang pola makannya tidak memadai cenderung tidak mengembangkan sel-sel otak baru, yang pada gilirannya dapat mengubah struktur dan fungsi otak (Zhamaroh et al., 2018).

## E. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dari kajian dan analisis yang telah penulis lakukan maka dapat disimpulkan stunting adalah bentuk dari proses pertumbuhan yang terhambat. Berbagai macam faktor penyebab terjadinya stunting yang sangat beragam memberikan dampak yang tidak sedikit bagi tumbuh kembang anak usia dini yang sedang melewati masa keemasannya. Perkembangan kognitif merupakan salah satu perkembangan yang tidak luput dari dampak stunting. Kognitif erat dikaitkan dengan pembentukan skema-skema hasil aktivitas yang melibatkan motor dan sensori sejak lahir. Kemampuan tersebut akan sulit berkembang dengan optimal pada anak usia dini. Hal ini menyebabkan anak mengalami keterlambatan dalam belajar dan merespon sesuatu yang berkaitan dengan aktivitas motorik dan sensoriknya.

Usaha pencegahan dalam mengurangi bertambah banyaknya kasus stunting pada anak diperlukan adanya kesadaran dan kerjasama semua pihak dalam hal ini pemerintah, keluarga dan masyarakat. Program untuk anak seperti pemberian imunisasi, kegiatan edukasi tentang pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan salah satu upaya dari berbagai macam upaya lainnya untuk dapat mencegah bertambah banyaknya kasus stunting pada anak.

Perlu adanya kesadaran dan kepedulian yang sangat besar bagi keluarga khususnya orang tua untuk lebih peka dalam memperhatikan asupan gizi dan kebutuhan lain si anak agar terhindar dari stunting dan tumbuh kembang anak akan berjalan dengan optimal. Hal ini perlu dilakukan semenjak anak masih dalam kandungan sang Ibu sampai dengan dilahirkan dengan keadaan yang sehat. Sehingga diperlukan adanya kerja sama orang tua dalam memperhatikan tumbuh kembang anak dengan baik

Lingkungan masyarakat tidak luput dari upaya mencegah bertambahnya kasus stunting. Dengan adanya dukungan dan kerja sama di lingkungan masyarakat secara luas dan lingkungan tempat tinggal khususnya dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang berkaitan dengan tumbuh kembang secara tidak langsung memberikan bantuan edukasi yang penting pada setiap kepala keluarga. Selain itu dengan mencanangkan program pemerintah terkait stunting dapat membantu setiap anggota di lingkungan untuk peka dan memberikan upaya dalam mengantisipasi bertambahnya kasus stunting pada anak.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arini, Mayasari, & Rustam. (2019). Gangguan Perkembangan Motorik Dan Kognitif Pada Anak Todler Yang Mengalami Stunting Di Wilayah Pesisir Surabaya. *3*, 122–128. <https://doi.org/10.29080/jhsp.v3i2.231>
- Beal, Tumilowicz, & Sutrisna. (2018). A Review Of Child Stunting Determinants In Indonesia. *Maternal Child Nutrition*. <https://doi.org/10.1111/mcn.12617>
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, And Evaluating Quantitative And Qualitative Research* (4th ed.). Pearson.
- Evanirosa, & Christina, B. (2022). *Metode Penelitian Kepustakaan (Library Research)*. Media Sains Indonesia.
- Hadi, Kumalasari, & Kusumawati. (2019). Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Di Indonesia. *3*, 86–93. <https://doi.org/10.29080/jhsp.v3i2.238>
- Hijriati. (2016). Tahapan Perkembangan Kognitif Pada Masa Early Childhood. *1*, 33–49. <http://dx.doi.org/10.22373/bunayya.v1i2>
- Kementerian Kesehatan. (2018). *Cegah Stunting Itu Penting*.
- Khadijah. (2016). *Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini*. Perdana Mulya Sarana.
- Novitasari, Y. (2018). Analisis Permasalahan “Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini.” 82–90. <https://doi.org/10.31849/paudlectura.v2i01.2007>
- Rohmadheny. (2018). Keterlibatan Pendidikan Anak Usia Dini Terhadap Fenomena Stunting Di Indonesia. *2*, 19–24.
- Trihono, Atmarita, & Tjandrarini. (2015). *Pendek (Stunting) Di Indonesia*. Badan Penelitian

dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.

Yadika, Adila Nur, & Berawi, K. N. (2019). *Pengaruh Stunting Terhadap Perkembangan Kognitif Dan Prestasi Belajar*.

Zhamaroh, Suhartono, & Nugraheni. (2018). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Perkembangan Kognitif Balita Umur 2-3 Tahun Di Wilayah Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang. 171-178. <https://doi.org/10.14710/jmki.6.3.2018.171-178>