



## ***Literature Review* Faktor Penyebab Stunting pada Balita di Nusa Tenggara Timur**

**Novia W.Y Loni Ke<sup>1</sup>, Scherly Hayer<sup>2</sup>, Novita Moeda<sup>3</sup>, Luh Putu Ruliati<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana, Kupang, Indonesia

Email: <sup>1</sup>nooyyke@gmail.com, <sup>2</sup>serlyhayer.sh@gmail.com, <sup>3</sup>novimoeda11@gmail.com, <sup>4</sup>ruliatiluhputu@yahoo.com

### ***Abstract***

*Stunting is a condition of growth failure in toddlers (infants under five years old) due to chronic malnutrition, resulting in the child being too short for their age. Malnutrition occurs from the time the baby is in the womb and in the early days after the baby is born, but stunting does not appear until the baby is 2 years old. This study aims to examine the factors associated with stunting in toddlers in East Nusa Tenggara. The method used in this study is a literature review study with specific studies from various scopes found to be combined and draw concise conclusions and obtained through the Google Scholar journal service provider with a custom range of 2015-2025. The results of the analysis show that there are factors associated with stunting in toddlers in East Nusa Tenggara, including infectious diseases, exclusive breastfeeding, low birth weight (LBW), birth length, immunization, parenting patterns, diet, sanitation, and economics.*

**Keywords:** Causal Factors, Stunting, Toddlers, East Nusa Tenggara.

### **Abstrak**

Stunting adalah keadaan gagal tumbuh kembang pada anak balita (bayi dibawah lima tahun) akibat kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Gizi buruk terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa-masa awal setelah bayi lahir, namun stunting baru muncul setelah bayi berusia 2 tahun. Penelitian ini bertujuan untuk melihat faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita di Nusa Tenggara Timur. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi *literature review* dengan kajian spesifik dari berbagai cakupan yang ditemukan untuk disatukan dan menarik kesimpulan yang ringkas dan didapatkan melalui penyedia layanan jurnal *google scholar* dengan *custom range* tahun 2015-2025. Hasil analisis menunjukkan terdapat faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita di Nusa Tenggara Timur antara penyakit infeksi, pemberian ASI eksklusif, berat badan lahir rendah (BBLR), panjang badan lahir, imunisasi, pola asuh, pola makan, sanitasi dan ekonomi.

**Kata Kunci:** Faktor Penyebab, Stunting, Balita, Nusa Tenggara Timur.

Penulis Korespondensi:

Novia W.Y Loni Ke | [nooyyke@gmail.com](mailto:nooyyke@gmail.com)

## PENDAHULUAN

Berdasarkan Data Survei Status Gizi Indonesia tahun 2024 di Provinsi NTT menunjukkan Prevalensi Stunting sebesar 37,0% dan 15,9% balita wasting yang terdiri dari gizi buruk (severely wasting) sebesar 3,6% dan gizi kurang (moderate wasting) sebesar 12,3%. Berdasarkan prevalensi gizi buruk ini, maka estimasi beban kasus gizi buruk per tahun di NTT sebanyak 38.190 balita. Sementara data rutin dari Dinas Kesehatan Provinsi NTT pada triwulan I tahun 2025 mencatat jumlah anak balita gizi buruk sebanyak 3.134 anak. Kondisi ini menunjukkan masalah wasting di NTT masih menjadi masalah kesehatan masyarakat dengan kategori “sangat tinggi” menurut kriteria World Health Organization (WHO).

Masalah gizi buruk (severe wasting) telah menjadi permasalahan di provinsi NTT sejak beberapa dekade hingga saat ini. Masalah gizi kurang dan gizi buruk (wasting) dapat meningkatkan angka kesakitan dan kematian serta meningkatkan risiko terjadinya stunting. Balita wasting beresiko tiga kali menjadi stunting dibandingkan balita dengan gizi baik, dan balita wasting memiliki resiko kematian hampir 12 kali dibandingkan balita dengan gizi baik.

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita (bayi di bawah lima tahun) akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir akan tetapi, kondisi stunting baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun. Balita pendek (stunted) dan sangat pendek (severely stunted) adalah balita dengan panjang badan (PB/U) atau tinggi badan (TB/U) menurut umurnya dibandingkan dengan standar baku WHO-MGRS (Multicentre Growth Reference Study), sedangkan definisi stunting menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes) adalah anak balita dengan nilai z-score kurang dari -2SD/standar deviasi (stunted) dan kurang dari -3SD (severely stunted).

Stunting dalam jangka pendek mengganggu perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, gangguan metabolisme dalam tubuh, dan dalam jangka panjang stunting dapat mengakibatkan penurunan kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan resiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi *literature review* dengan kajian spesifik dari berbagai cakupan yang ditemukan untuk disatukan dan menarik kesimpulan yang ringkas (Andriani, 2021). Penelusuran jurnal pada *literature review* ini diawali dengan pemilihan topik, kemudian ditentukan dengan kata kunci untuk pencarian jurnal. Jurnal yang digunakan didapatkan melalui penyedia layanan jurnal *google scholar* dengan kata kunci stunting, faktor penyebab, balita dan NTT dengan *custom range* tahun 2015-2025.

Kriteria inklusi adalah 1. Penelitian di lakukan di Nusa Tenggara Timur 2. Penelitian dilakukan pada balita 3. Variabel yang diteliti terdiri dari penyakit infeksi, pemberian ASI Eksklusif, berat badan lahir rendah (BBLR), imunisasi, pola asuh, pola makan, sanitasi, dan ekonomi 4. Artikel dipublikasi pada tahun 2015-2025. Kriteria eksklusi adalah penelitian yang dilakukan pada balita yang stunting.

## HASIL

Penulis melakukan penyaringan terhadap artikel dan diperoleh 15 artikel untuk dilakukan review akhir. Lima belas artikel yang memenuhi kriteria inklusi diidentifikasi dan disajikan dalam bentuk table dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Identifikasi Jurnal

Author	Tahun	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
Astriana Tualaka, Indriati A. Tedju Hinga, Rut Rosina Riwu	2022	Faktor-faktor yang berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Anak Balita di Puskesmas Alak Kota Kupang Tahun 2022	Case Control	Pola asuh yang buruk (p value= 0,000), riwayat penyakit menular (p-value = 0,002) dan pendapatan orang tua (p value = 0,001) semuanya ditemukan sebagai faktor yang mempengaruhi kejadian stunting pada balita.
Herliana Monika Azi Djogo, Yasinta Betan, Yohanes Dion	2020	Hubungan Pekerjaan Ibu dan Praktif ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Balita di Kabupaten Timor Tengah Selatan	Cross Sectional	Hasil uji Chi- Square ditemukan tidak terdapat hubungan signifikan antara pekerjaan ibu dengan stunting dengan p-value 0.159 dan terdapat hubungan yang signifikan antara pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting dengan p-value 0.000.
Ary Kurnia Teuf, Serlie K.A Littik, Anna H. Talahatu	2024	Faktor Penentu Kejadian Stunting pada Balita di Desa Penfui Timur Kecamatan Kupang Tengah	Case Control	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor yang berpengaruh terhadap kejadian stunting adalah riwayat keluhan kesehatan (95% CI=3,451-26,044; p=0,000; OR=9,481), riwayat ASI Eksklusif (95% CI=3,830 29,479; p= 0,000; OR=10,626), pendidikan ibu (95% CI=1,945-21,458; p=0,002; OR=6,460), dan tingkat pendapatan orang tua (95% CI=2,187-14,220; p=0,000; OR=5,577), sedangkan faktor yang tidak berpengaruh terhadap kejadian stunting adalah kebiasaan makan p=0,822, status imunisasi p=0,092, dan pekerjaan ibu p= 0,288. Faktor penentu kejadian stunting adalah riwayat keluhan kesehatan, riwayat ASI eksklusif, dan tingkat pendapatan orang tua.
Amelya Sir, Simplexius Asa, Indriati Tedju Hinga, Imelda Manurung, Dwi Windoe, Ampera Wadu	2022	Faktor Ibu dan Anak pada Kejadian Stunting di Puskesmas Batakte	Case Control	Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara riwayat penyakit menular (OR=5.000; 95% CI 1.165-21.459), berat badan lahir rendah (BBLR) (OR=5.909; 95% CI 1.546-22.580), pendidikan ibu (OR=4,491; 95% CI 1,260-16,006) dan pola asuh (OR=6,000; 95% CI 1,711-21,038) dengan stunting pada anak balita, sedangkan pekerjaan ibu, usia saat hamil dan usia kehamilan tidak berhubungan dengan stunting pada anak balita di wilayah kerja Puskesmas Batakte.
Yohana Febrianty P. Wange, Indriati A. Tedju Hinga, Amelya B. Sir, Yendris Krisno Syamruth	2025	Analisis Faktor Risiko Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Ngalupolo Kabupaten Ende	Case Control	Hasil penelitian menunjukan 4 variabel yang menjadi faktor risiko kejadian stunting pada balita yaitu riwayat BBLR (p value=0,015) (OR=3,852), riwayat panjang badan lahir (p-value=0,026) (OR=3,574), pemberian ASI eksklusif (p-value=0,000) (OR=2,667), dan riwayat penyakit infeksi (p-value=0,014) (OR=2,029). Sedangkan, 2 variabel yang bukan merupakan faktor risiko kejadian stunting pada balita yaitu LILA ibu hamil (p-value=0,227) (OR=7,563) dan riwayat

				anemia ibu hamil (p-value=0,149) (OR=2,276).
Vinsensius Belawa, Lemaking, Marinda Manimalai, Herliana, Monika Azi Djogo	2022	Hubungan pekerjaan ayah, pendidikan ibu, pola asuh, dan jumlah anggota keluarga dengan kejadian stunting pada balita di Kecamatan Kupang Tengah, Kabupaten Kupang	Cross Sectional	Dari hasil uji didapatkan ada hubungan antara pekerjaan ayah (p=0,003), pendidikan ibu (p=0,040), pola asuh orang tua (p=0,000), jumlah anggota keluarga (p=0,000) dengan kejadian stunting pada balita di Kecamatan Kupang Tengah Kabupaten Kupang.
Fanni Hanifa, Novarista Intan Mon	2021	Hubungan Sanitasi Lingkungan, Berat Lahir dan Panjang Lahir dengan Stunting pada Anak Usia 25-72 Bulan	Cross Sectional	Hasil uji statistik Chi-square variabel lingkungan (P-value = 0,000), berat lahir (P-value = 0,007), dan panjang lahir (P-value = 0,004). Kesimpulan ada hubungan sanitasi lingkungan, berat lahir dan panjang lahir dengan stunting pada anak usia 25-72 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pagal Kabupaten Manggarai NTT tahun 2020.
Elisabeth Tamung, Sumardi Sudarman, Kartini	2019	Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sita Kecamatan Rana Mese Kabupaten Manggarai Timur, NTT	Analitik observasional	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola makan tidak berpengaruh terhadap kejadian stunting dengan nilai p-value = 0,525, pendapatan keluarga tidak berpengaruh dengan kejadian stunting dengan nilai p-value = 0,257. Sedangkan Asi eksklusif berpengaruh terhadap kejadian stunting dengan nilai p-value = 0,017, BBLR berpengaruh terhadap kejadian stunting dengan nilai p-value = 0,022.
Emirensiana Doy, Elisabeth Tantiana Ngura, Efrida Ita	2021	Analisis Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Stunting pada Anak Usia Dini di Kabupaten Ngada	Penelitian kualitatif dengan wawancara mendalam	Berdasarkan hasil penelitian diperoleh pada point stunting pada anak terdapat 10 Orang tua yang memahami tentang masalah stunting pada anak dengan jumlah 50%, sedangkan 10 orang tua yang tidak memahami stunting pada anak dengan jumlah 50%. Kemudian pada point berikut tentang asupan zat gizi diperoleh 7 orang tua yang tidak bermasalah dengan asupan gizi anak dengan jumlah 35%, dan 13 orang tua yang bermasalah dengan jumlah 65%. Kemudian untuk point pola asuh orang tua diperoleh 4 orang tua yang menerapkan pola asuh dengan jumlah 20%, dan 16 orang tua yang tidak menerapkan pola asuh dengan jumlah 80%, dan pada point sanitasi lingkungan diperoleh 8 orang tua yang memahami kebersihan lingkungan dengan jumlah 40% dan 12 orang tua yang bermasalah dengan jumlah 60%.
Atri Yanti Enga Likka, Utma Aspatria, Sarci Magdalena Toy	2025	Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa	Case Control	Hasil analisis secara bivariabel menunjukkan variabel pengetahuan (p-value = 0,143) tidak terdapat hubungan dengan pola konsumsi pangan, pendapatan orang tua (p-value = <0,005) berhubungan dengan pola konsumsi, sedangkan pola konsumsi pangan (p-value = <0,005), dan riwayat

				penyakit infeksi (p-value = <0,005) berhubungan dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Oesapa.
Bosko Dapa Toda, Intje Picauly, Helga J.N. Ndun	2022	Factors Related to Stunting in the Working Area of Palla Community Health Center, Southwest Sumba Regency	Case Control	Hasil penelitian menunjukkan tingkat pendapatan orang tua, tingkat pendidikan ibu, tingkat pengetahuan ibu, riwayat penyakit menular, dan pola konsumsi, berhubungan dengan kejadian stunting (nilai p<0,05) di wilayah kerja Puskesmas Palla.
Clara M. G. Keban, Cristina R. Nayoan, Mega O. L. Liufeto	2022	Hubungan Antara Pola Pemberian Makan Dan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting Tahun 2022 di Kelurahan Fatukbot, Nusa Tenggara Timur	Case Control	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola pemberian makan dengan kejadian stunting, $X^2 (1, N=243) = 0,21$ , $p = 0,00$ . Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting, $X^2 (1, N=243) = 0,29$ , $p = 0,00$ , yang berarti pemberian ASI eksklusif merupakan faktor protektif terhadap stunting.
Iksan Kaleb Adu, Pius Weraman, Deviarbi Sakke Tira	2021	Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Baa Kabupaten Rote Ndao	Cross Sectional	Hasil analisis multivariat menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara ASI eksklusif (p-value= 0,003), pola pemberian makan (p-value = 0,010), pendidikan ibu (p-value = 0,019) dan riwayat BBLR (p-value = 0,000). Riwayat BBLR merupakan faktor yang paling berhubungan dengan kejadian stunting.
Esther Gaspersz, Intje Picauly, Masrida Sinaga	2020	Hubungan Faktor Pola Konsumsi, Riwayat Penyakit Infeksi, dan Personal Hygiene dengan Status Gizi Ibu Hamil di Wilayah Lokus Stunting Kabupaten Timur Tengah Utara	Cross Sectional	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor yang berhubungan dengan status gizi ibu hamil adalah pola konsumsi ibu hamil ( $\rho = 0,015$ ) dan personal hygiene ( $\rho = 0,023$ ), sedangkan faktor yang tidak berhubungan adalah riwayat penyakit infeksi ( $\rho = 0,078$ ). Faktor pola konsumsi ibu hamil ( $\rho = 0,015$ ) merupakan faktor yang paling dominan mempengaruhi status gizi ibu hamil.
Christin Debora Nabuasa	2024	Hubungan Riwayat Pola Asuh, Pola Makan, Asupan Zat Gizi Terhadap Kejadian Stunting pada Anak Usia 24 – 59 Bulan di Kecamatan Biboki Utara Kabupaten Timor Tengah Utara Provinsi Nusa Tenggara Timur	Case Control	Hasil penelitian, riwayat pola asuh kurang (53,9%), pola makan (55,9%), asupan energi (55,9%), asupan protein (52,6%), asupan kalsium (52,0%), budaya (61,1%), penyakit infeksi (51,3%), ekonomi keluarga (61,8%), ketahanan pangan (71,7%), berdasarkan analisis bivariat yang dilakukan diperoleh variabel riwayat pola asuh, pola makan, asupan zat gizi, budaya, penyakit infeksi, ekonomi keluarga memiliki hubungan yang signifikan ( $p < 0,05$ ). Analisis multivariat diperoleh variabel riwayat pola asuh paling dominan berpengaruh terhadap kejadian stunting.

## PEMBAHASAN

Beberapa penelitian telah dilakukan untuk mengetahui faktor penyebab stunting pada balita di Nusa Tenggara Timur. Stunting pada balita merupakan permasalahan kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Dalam *literature review* ini ditemukan beberapa faktor penyebab stunting pada balita yaitu penyakit infeksi, pemberian ASI eksklusif, berat badan lahir rendah (BBLR), imunisasi, pola asuh, pola makan, sanitasi lingkungan, dan status ekonomi keluarga. Setiap faktor memiliki kontribusi yang berbeda terhadap kejadian stunting, namun keseluruhannya saling berinteraksi dan memperkuat dampak satu sama lain terhadap gangguan pertumbuhan anak.

Riwayat penyakit infeksi pada balita adalah salah satu penyebab langsung yang mempengaruhi status gizi balita. Penyakit infeksi adalah penyakit yang disebabkan oleh mikroorganisme patogen, yaitu bakteri, virus, parasit dan fungi (Yulnafia & Sutia, 2022). Penyakit infeksi banyak dialami bayi dan balita dikarenakan rentannya terkena penyakit. Penyakit infeksi sendiri bisa mengakibatkan keadaan status gizi bayi dan balita berkurang sehingga menurunnya nafsu makan dan terganggunya penyerapan dalam saluran pencernaan. Penyakit infeksi pada balita yang sering terjadi sangat erat kaitannya dengan kejadian pertumbuhan balita yang kurang optimal sehingga berdampak pada kejadian stunting. Penelitian yang dilakukan oleh Tualaka et al. (2022), Teuf et al. (2024), Sir et al. (2022), Wangge et al. (2025), Likka et al. (2025), Toda et al. (2022), dan Nabuasa (2024) menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara riwayat penyakit infeksi dengan stunting pada balita. Anak yang sering sakit akan mempengaruhi asupan makanan sehingga pertumbuhan anak akan terganggu. Keluhan kesehatan yang berlangsung terus menerus pada balita dapat berakibat pada terjadinya penyakit infeksi. Balita yang sakit akan berpengaruh pada proses penyerapan nutrisi sehingga meningkatkan peluang terjadinya malnutrisi. Begitupun sebaliknya, balita yang mengalami kekurangan nutrisi akan memiliki risiko besar untuk terjadinya infeksi. Jika keadaan ini berlangsung lama maka akan meningkatkan pula risiko terjadinya stunting (Teuf et al., 2024).

ASI Eksklusif merupakan salah satu faktor penting dalam pertumbuhan dan perkembangan balita terutama balita yang baru lahir hingga mencapai usia 2 tahun. Penelitian yang dilakukan oleh Djogo et al. (2020), Teuf et al. (2024), Wangge et al. (2025), Keban et al. (2022), Adu et al. (2021) menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara pemberian ASI Eksklusif dengan stunting pada balita dimana balita yang tidak mendapat pemberian ASI Eksklusif memiliki risiko yang lebih besar untuk mengalami stunting dibandingkan dengan balita yang mendapat pemberian ASI eksklusif. Bayi harus mendapatkan ASI eksklusif (ASI saja) selama 6 bulan dan ASI dengan makanan pendamping ASI selama 2 tahun guna melindungi anak dari kematian karena diare, pneumonia dan malnutrisi (UNICEF, 2019). ASI memiliki bioavailabilitas yang tinggi sehingga penyerapan oleh tubuh bayi akan lebih maksimal, terutama dalam fungsi pembentukan tulang, ASI eksklusif dapat menurunkan stunting karena resiko selain kejadian memiliki bioavailabilitas tinggi ASI mengandung antibodi dan kalsium yang tinggi (WHO, 2019).

Berat badan lahir rendah (BBLR) adalah definisi yang digunakan untuk menggambarkan berat lahir yang kurang dari 2500 gram. BBLR berdampak pada meningkatnya tingkat kesakitan dan juga kecacatan serta memberikan dampak buruk bagi masa depannya. Masalah yang dihadapi oleh bayi BBLR dalam jangka waktu yang lama adalah ketidaknormalan dalam pertumbuhan dan perkembangannya, gangguan pendengaran dan pernafasan, meningkatnya angka morbiditas dan sering mendapatkan perawatan di rumah sakit serta meningkatnya jumlah kecacatan bawaan (Proverawati, 2010). Penelitian yang dilakukan oleh Sir et al. (2022), Wangge et al. (2025), Hanifa

dan Mon (2021), Tamung et all. (2019), Adu et all. (2021), menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara riwayat berat badan lahir rendah (BBLR) dengan stunting pada balita. Berat badan lahir sering kali berkaitan pada tumbuh kembang jangka panjang. Akibatnya, hasil umum dari berat badan lahir rendah (BBLR) adalah kegagalan pertumbuhan, dimana juga dikenal sebagai pertumbuhan yang terhambat. Bayi yang lahir dengan BBLR mungkin kesulitan mencapai tonggak pertumbuhan awal yang normal. Ketika pertumbuhan tertinggal dari tingkat standar, hal ini dapat menyebabkan terhambatnya pertumbuhan (Oktarina, 2012).

Imunisasi sangatlah penting untuk sistem kekebalan tubuh anak sehingga anak tidak mudah diserang oleh penyakit yang dapat menghambat pertumbuhan anak. Imunisasi didapatkan sejak bayi masih dalam kandungan sampai setelah dilahirkan. Imunisasi diberikan secara rutin yaitu ibu hamil dengan jenis imunisasi TT minimal 2 kali dan anak dengan lima imunisasi dasar yaitu hepatitis B, BCG, DPT, Polio, dan Campak. Imunisasi ini diberikan berdasarkan usia anak. Penelitian yang dilakukan Doy et all. (2021) diperoleh hasil bahwa orang tua yang tidak rutin mengikuti kegiatan posyandu untuk memantau kesehatan ibu dan perkembangan janin dalam kandungan serta untuk mendapatkan imunisasi TT (Tetanus Toxoid) 2 kali bagi ibu selama masa kehamilan dan anak setelah dilahirkan. Orang tua tidak rutin ke posyandu untuk mendapatkan imunisasi bagi anak. Hal ini menyebabkan anak mengalami diare. Diare merupakan suatu penyakit dimana anak mengalami gangguan pencernaan akibat dari adanya bakteri dari makanan yang dikonsumsi yang tidak dapat di cerna oleh tubuh akibat dari kurangnya sistem kekebalan tubuh anak terhadap penyakit. Penyakit diare dapat menyebabkan anak kehilangan cairan serta sejumlah zat gizi yang berakibat pada terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga menyebabkan anak menjadi tidak sehat dan beresiko terhadap masalah stunting pada anak.

Cara atau sistem dalam mengasuh, memelihara, dan mendidik anak yang dimaksud dengan istilah parenting pola asuh. Cara ibu membesarkan anaknya dikenal dengan istilah motherhood. Sikap dan pengetahuan berpengaruh terhadap perilaku itu sendiri. Sikap positif yang jika sikap tersebut dianggap tepat mengarah pada perilaku yang baik. Anak dari ibu dengan mempunyai pola asuh yang baik cenderung juga mendapat gizi yang baik. Penelitian yang dilakukan oleh Tualaka et. all (2022), Sir et all. (2022), Lemaking et all. (2022) dan Nabuasa (2024) menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara pola asuh dengan stunting. Pola asuh mencakup pemberian ASI, pendampingan orang tua, praktek kebersihan, sanitasi lingkungan, pola makan anak, jenis makanan, perawatan anak dalam keadaan sakit dan juga pola pencarian pelayanan kesehatan. Pola asuh yang kurang baik ini ditunjukkan dengan pola pemberian ASI eksklusif yang masih kurang, peran suami dalam mengurus anak dan pola pencarian pengobatan saat anak sakit. Kondisi ini dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya pendidikan orang tua dan jarak kelahiran yang dekat sehingga membuat orang tua kerepotan dan kurang optimal dalam merawat anak.

Pola pemberian makan memegang peranan penting bagi proses pertumbuhan dan perkembangan balita. Di dalam makanan terkandung berbagai zat dan nilai gizi. Pola pemberian makan yang baik adalah dengan frekuensi makan  $\leq 3$  kali dalam sehari, waktu makan yang tepat serta variasi makanan berupa buah dan sayur. Zat gizi sangat bermanfaat dalam pertumbuhan balita. Status gizi pada balita dipengaruhi oleh mutu makanan yang dikonsumsi olehnya terutama pada 1000 Hari Pertama Kehidupan yang merupakan periode emas tumbuh kembang pada bayi (Damayanti dan Lestari, 2017). Status gizi anak sangat dipengaruhi oleh keberagaman makanan yang dikonsumsi. Oleh karena itu, makanan yang disediakan bagi bayi harus sama dengan kebutuhan tubuhnya. Keluarga perlu untuk memperhatikan nilai gizi dari makanan yang disajikan sehingga

balita tidak mengalami defisit zat gizi di kemudian hari. Memberikan makanan yang beragam dan mengenalkan waktu makan yang baik kepada anak harus dilakukan sejak dini sehingga anak menjadi terbiasa dan terbentuk suatu pola makan yang baik (Cintya et al., 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Doy et al. (2021), Likka et al. (2025), Toda et al. (2022), Keban et al. (2022), Adu et al. (2021), Gaspersz et al. (2020), Nabuasa et al. (2024) diperoleh hasil bahwa ada hubungan yang bermakna antara pola makan dengan stunting. Salah satu faktor pendukung yang berhubungan dengan pola pemberian makan yang berakibat terjadinya masalah stunting adalah perilaku orang tua dalam menyajikan makanan kepada anak. Apabila ibu mempunyai kepedulian atau dukungan yang lebih kepada anaknya dalam semua kondisi termasuk pola asuh pemberian makan maka hal ini akan berdampak positif untuk anaknya. Sebaliknya, jika perhatian yang diberikan oleh ibu kurang maka hal tersebut memberikan dampak yang negatif bagi pemenuhan gizi anaknya. Faktor menyusui juga kadang-kadang dipandang sebagai alternatif yang berbiaya rendah sebagai pengganti susu formula atau makanan pendamping sehingga pengasuh yang berasal dari keluarga miskin secara terus-menerus menyusui dan oleh karena itu juga cenderung untuk tidak memberikan makanan yang beragam yang sesuai usia dan tingkat kebutuhan gizi anak. Jika anak yang telah disusui merasa kenyang lebih lama maka pengasuh mereka merasa kurang terdesak untuk memperkenalkan makanan pendamping yang lebih banyak dan lebih bervariasi sehingga hal inilah yang menjadi penyebab terjadinya masalah stunting (Hondru et al., 2020).

Sanitasi lingkungan merupakan status kesehatan suatu lingkungan yang mencakup perumahan, pembuangan kotoran, penyediaan air bersih dan lain-lain. Salah satu faktor sanitasi lingkungan yang dapat mempengaruhi terjadinya stunting pada balita yaitu ketersediaan air bersih. Penelitian yang dilakukan Hanifa dan Mon (2021) menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara sanitasi dan stunting. Ketersediaan air bersih yang diteliti pada penelitian ini dinilai berdasarkan kebutuhan air dari setiap rumah tangga, akses dari sumber air, jarak sumber air dengan rumah serta keamanan saluran air dari sumbernya, sanitasi lingkungan yang buruk dapat mempengaruhi kejadian stunting pada balita.

Keluarga dengan status ekonomi yang baik bisa mendapatkan pelayanan umum yang lebih baik juga yaitu pendidikan, pelayanan kesehatan, dan sebagainya. Daya beli keluarga dalam hal kebutuhan makanan yang bergizi dipengaruhi oleh pendapatan yang ada dalam suatu keluarga, karena dalam menentukan jenis pangan yang dibeli semua tergantung pada tinggi rendahnya pendapatan. Pendapatan adalah faktor penting dalam pemenuhan kualitas dan kuantitas makanan dalam sebuah keluarga. Kemampuan daya beli keluarga disesuaikan dengan pendapatan yang dimiliki. Tingginya pendapatan dalam keluarga, maka diharapkan akan semakin banyak pula alokasi uang yang digunakan untuk membeli kebutuhan pangan, seperti sayur, buah, daging, dan lain-lain untuk memenuhi kebutuhan gizi keluarga. Penelitian yang dilakukan Tualaka et al. (2022), Teuf et al. (2024), Lemaking et al. (2022), Likka et al. (2025) dan Toda et al. (2022) menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara tingkat pendapatan orang tua dengan stunting dimana orang tua dengan tingkat pendapatan yang rendah memiliki risiko yang lebih tinggi untuk memiliki balita yang stunting. Hubungan antara pendapatan dan konsumsi makanan mempunyai 2 aspek yaitu pengeluaran makanan beserta jenis makanan yang dikonsumsi. Jika pendapatan orang tua rendah sementara harga bahan pokok tinggi maka orang tua akan memberikan menu makanan yang berasal dari bahan makanan yang murah dan dengan kandungan gizi yang rendah. Status ekonomi keluarga akan mempengaruhi kualitas maupun kuantitas bahan makanan yang dikonsumsi oleh keluarga. Akibat rendahnya pendapatan dalam keluarga, maka makanan yang didapat biasanya akan kurang bervariasi dan sedikit jumlahnya terutama pada bahan pangan yang berfungsi

untuk pertumbuhan anak seperti sumber protein, vitamin dan mineral, sehingga meningkatkan risiko kurang gizi. Keterbatasan ini akan meningkatkan risiko terjadinya stunting pada balita.

Hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa faktor-faktor penyebab stunting tidak berdiri sendiri, melainkan saling berinteraksi dan membentuk siklus yang sulit diputus tanpa intervensi komprehensif. Misalnya, kemiskinan menyebabkan keterbatasan asupan gizi dan sanitasi buruk, yang pada gilirannya meningkatkan risiko penyakit infeksi. Penyakit infeksi memperburuk status gizi anak dan menghambat pertumbuhan. Demikian pula, rendahnya tingkat pendidikan ibu berpengaruh terhadap praktik pemberian ASI, pola makan, dan pola asuh anak. Oleh karena itu, penanganan stunting di NTT tidak dapat dilakukan secara sektoral, tetapi harus melalui pendekatan lintas sektor yang menggabungkan intervensi kesehatan, pendidikan, gizi, dan ekonomi. Studi literature review ini memberikan kontribusi penting terhadap pengembangan ilmu pengetahuan dan kebijakan di bidang kesehatan, khususnya dalam upaya penanggulangan stunting di Indonesia, dengan fokus pada wilayah Nusa Tenggara Timur (NTT). Secara ilmiah, penelitian ini memperkaya pemahaman tentang kompleksitas faktor penyebab stunting dengan mengintegrasikan hasil dari berbagai studi empiris. Temuan penelitian ini menegaskan bahwa stunting bukan hanya persoalan kekurangan gizi, tetapi juga dipengaruhi oleh interaksi berbagai faktor, sehingga hasil review ini dapat memperluas landasan teoritis dalam kajian gizi masyarakat dan kesehatan anak dengan menyoroti pentingnya pendekatan multidimensional dalam memahami dan menanggulangi stunting.

Dari sisi kebijakan, hasil studi ini memberikan dasar ilmiah yang kuat bagi perumusan program intervensi kesehatan yang lebih efektif dan terarah. Pemerintah daerah dan tenaga kesehatan dapat menggunakan temuan ini untuk memperkuat strategi penanggulangan stunting melalui integrasi layanan kesehatan ibu dan anak, edukasi gizi, perbaikan sanitasi, serta pemberdayaan ekonomi keluarga. Selain itu, studi ini menegaskan perlunya sinergi lintas sektor dalam kebijakan kesehatan, di mana aspek gizi, lingkungan, dan sosial ekonomi harus dipertimbangkan secara bersamaan. Dengan demikian, literature review ini tidak hanya berkontribusi terhadap pengembangan ilmu kesehatan masyarakat, tetapi juga menjadi acuan praktis bagi pengambil kebijakan dalam merancang program yang berkelanjutan untuk menurunkan prevalensi stunting di NTT dan wilayah lain dengan karakteristik serupa.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil *literature review* dari berbagai penelitian mengenai stunting pada balita di Nusa Tenggara Timur, dapat disimpulkan kejadian stunting pada balita di Nusa Tenggara Timur disebabkan oleh berbagai faktor yang saling berhubungan. Beberapa faktor penyebab stunting pada balita yaitu riwayat penyakit infeksi pada balita, kurangnya pemberian ASI Eksklusif, berat badan lahir rendah (BBLR) serta imunisasi yang tidak lengkap. Selain itu, pola asuh orang tua yang tidak optimal, pola makan yang tidak seimbang, kondisi sanitasi yang buruk, serta rendahnya tingkat ekonomi keluarga. Faktor-faktor tersebut menunjukkan bahwa stunting merupakan masalah gizi kronis yang bersifat kompleks dan dipengaruhi oleh kondisi kesehatan, perilaku, serta sosial ekonomi masyarakat. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan penanggulangan stunting di NTT perlu dilakukan secara terpadu melalui peningkatan edukasi gizi, promosi ASI eksklusif, pemantauan kesehatan ibu dan anak, perbaikan sanitasi lingkungan, serta penguatan ekonomi keluarga agar pertumbuhan dan perkembangan balita dapat berlangsung optimal.

Berdasarkan hasil temuan mengenai faktor-faktor penyebab stunting pada balita di Nusa Tenggara Timur (NTT), diperlukan langkah-langkah operasional yang terarah dan spesifik untuk menekan angka kejadian stunting. Tenaga kesehatan perlu memperkuat pemantauan pertumbuhan dan status gizi balita melalui kegiatan posyandu secara rutin serta memberikan edukasi intensif kepada ibu hamil dan ibu menyusui tentang pentingnya gizi seimbang, pemberian ASI eksklusif selama enam bulan, dan pemberian makanan pendamping ASI yang bergizi dan bervariasi. Upaya pencegahan penyakit infeksi juga harus ditingkatkan dengan penyuluhan mengenai kebersihan lingkungan, sanitasi rumah tangga, dan perilaku hidup bersih dan sehat. Pemerintah daerah diharapkan mengembangkan program intervensi gizi terpadu berbasis desa yang mencakup pelayanan kesehatan, peningkatan gizi keluarga, edukasi pola asuh, dan perbaikan sanitasi lingkungan. Selain itu, pemerintah perlu menjamin ketersediaan vaksin untuk imunisasi dasar lengkap serta memperluas cakupan pelayanan kesehatan hingga ke daerah terpencil. Dukungan ekonomi bagi keluarga berisiko tinggi juga perlu diperkuat melalui pemberdayaan usaha kecil, bantuan pangan bergizi, serta peningkatan akses terhadap air bersih. Sementara itu, masyarakat dan keluarga diharapkan berperan aktif dalam kegiatan posyandu, menerapkan pola makan bergizi seimbang dengan memanfaatkan sumber daya pangan lokal, menjaga kebersihan lingkungan, dan menerapkan pola asuh yang penuh perhatian serta responsif terhadap kebutuhan tumbuh kembang anak. Pendekatan kolaboratif antara tenaga kesehatan, pemerintah, dan masyarakat menjadi kunci utama dalam upaya menurunkan prevalensi stunting dan meningkatkan kualitas tumbuh kembang anak di NTT.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Adu, Iksan Kaleb., Weraman, Pius., Tira, Deviarbi Sakke. (2021). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Baa Kabupaten Rote Ndao. *Media Kesehatan Masyarakat. Media Kesehatan Masyarakat*, 3(3). 226-235. <https://doi.org/10.35508/mkm>
- Andriani, Windy. (2021). Penggunaan Metode Sistematis Literatur Review dalam Penelitian Ilmu Sosiologi. *Jurnal PTK Dan Pendidikan*. 7(2), 124-133. <https://doi.org/10.18592/ptk.v7i2.5632>
- Cintya, D., Oktiwati, A., Saputri D. (2015) Teori dan Konsep Tumbuh Kembang Bayi, Toddler, Anak dan Usia Remaja. Medika N, editor. Yogyakarta
- Damayanti D, Pritasari, Lestari NT. (2017). Gizi dalam Daur Kehidupan [Internet]. Edisi 2017. Jakarta: Repositori Riset Kesehatan Nasional
- Djogo, Herliana M.A., Betan, Yasinta., Dion, Yohanes. (2020). Hubungan Pekerjaan Ibu dan Praktif ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Balita di Kabupaten Timor Tengah Selatan. *Jurnal Kesehatan*. 8(2). 89-97. <https://doi.org/10.35913/jk.v8i2.200>
- Doy, Emerensiana., Ngura, Elisabeth Tantiana., Ita Efrida. (2021). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Stunting pada Anak Usia Dini di Kabupaten Ngada. *Jurnal Citra Pendidikan*. 1(1). 136-150. <https://doi.org/10.38048/jcp.v1i1.167>
- Gaspersz, Esther., Picauly, Intje., Sinaga, Masrida. (2020). Hubungan Faktor Pola Konsumsi, Riwayat Penyakit Infeksi, dan Personal Hygiene dengan Status Gizi Ibu Hamil di Wilayah Lokus Stunting Kabupaten Timor Tengah Utara. *Jurnal Pangan Gizi dan Kesehatan*. 9(2). 1081-1090. <https://doi.org/10.51556/ejpazih.v9i2.77>

- Hanifa, Fanni., & Mon, Novarista Intan. (2021). Hubungan Sanitasi Lingkungan, Berat Lahir dan Panjang Lahir dengan Stunting pada Anak Usia 25-72 Bulan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*. 11(03). <https://doi.org/10.33221/jiki.v11i03.1335>
- Hondru G., Lailou A., Wieringa F.T., Poirot E., Berger J., Christensen D.L., Roos, Nanna. (2020). Age Appropriate Feeding Practices in Cambodia and The Possible Influence On The Growth Of The Children: A Longitudinal Study. *Nutriet*. 12(1). <https://doi.org/10.3390/nu12010012>
- Keban, Clara M.G., Nayoan, Christina R., Liufeto, Mega O.L. (2022). Hubungan Antara Pola Pemberian Makan Dan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting Tahun 2022 di Kelurahan Fatukbot, Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Cakrawala Promkes*. 5(1). 51-57. <http://journal2.uad.ac.id/index.php/cp/index>
- Lemaking, Vinsensius B., Manimalai, Marinda., Djogo, Herliana M.A. (2022). Hubungan Pekerjaan Ayah, Pendidikan Ibu, Pola Asuh, dan Jumlah Anggota Keluarga dengan Kejadian Stunting pada Balita di Kecamatan Kupang Tengah, Kabupaten Kupang. *Ilmu Gizi Indonesia*. 05(02). 123-132. <https://ilgi.respati.ac.id/index.php/ilgi2017/article/view/254>
- Likka, Atri Y. E., Aspatria, Utma., Toy, Sarci M. (2025). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa. *SEHATMAS (Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat)*. 4(1). 188-203. <https://journal.literasisains.id/index.php/SEHATMAS>
- Nabuasa, Christin Debora. (2024). Hubungan Riwayat Pola Asuh, Pola Makan, Asupan Zat Gizi Terhadap Kejadian Stunting pada Anak Usia 24 – 59 Bulan di Kecamatan Biboki Utara Kabupaten Timor Tengah Utara Provinsi Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Pangan Gizi Dan Kesehatan*, 13(1), 58-74. <https://doi.org/10.51556/ejpazih.v13i1.228>
- Nainggolan B. G., Sitompul, M. (2019). Hubungan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 1-3 Tahun. *Nutrix Journal*, 3(1), 36–41. <https://doi.org/10.37771/nj.Vol3.Iss1.390>
- Oktarina, Z. (2012). Hubungan Bobot lahir Dan Faktor-Faktor Lainnya Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24- 59 Bulan Di Provinsi Aceh, Sumatra Utara, Sumatra Selatan Dan Lampung 2010 (Riskesdas 2010).
- Proverawati A. (2010). BBLR (Berat Badan Lahir Rendah). Cetakan 1. Medika N, editor. Yogyakarta
- Sir, Amelia, Asa, Simplexius., Tedjuhinga, Indri., Manurung, Imelda., Windoe Dwi., Wadu, Ampera. (2022). Faktor Ibu dan Anak pada Kejadian Stunting di Puskesmas Batakte. *Jurnal Kesehatan*. 10(3). 181-186. <https://doi.org/10.25047/j-kes.v10i3.359>
- Tamung, Elisabeth, Sudarman, Sumardi., Kartini. (2019). Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sita Kecamatan Rana Mese Kabupaten Manggarai Timur, NTT. *Jurnal Promotif Preventif*, 1(2), 43-53. <https://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP/article/view/251>
- Teuf, A. K., Littik, S. K., Talahatu, A. (2024). Faktor Penentu Kejadian Stunting pada Balita di Desa Penfui Timur Kecamatan Kupang Tengah. *Jurnal Pangan Gizi Dan Kesehatan*, 13(2), 137-147. <https://doi.org/10.51556/ejpazih.v13i2.340>

- Tim Penulis Buku Gubernur dan Wakil Gubernur. (2025). *Menenun Masa Depan Indonesia Dari Bumi Pancasila*. Yogyakarta. PT Kanisius
- Toda, Bosko Dapa., Picauly, Intje., Ndun, Helga. (2022). Factors Related to Stunting in the Working Area of Palla Community Health Center, Southwest Sumba Regency. *Lontar: Journal of Community Health*, 4(2), 125-135. <https://doi.org/10.35508/ljch.v4i2.4382>
- Tualaka, Astriana., Hinga, Indriati Teju., Riwu, Rut Rosina. (2022). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Anak Balita di Puskesmas Alak Kota Kupang Tahun 2022. *SEHATMAS (Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat)*. 2(1). 95-103. <https://journal.literasisains.id/index.php/SEHATMAS>
- UNICEF. (2019). Breastfeeding | UNICEF.
- Wange, Yohana F.P., Indriati A. Tedju Hinga, Indriati A. T., Sir, Amelya B., Syamruth, Yendris Krisno. (2025). Analisis Faktor Risiko Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Ngalupolo Kabupaten Ende. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*. 15(1). <https://doi.org/10.52643/jbik.v15i1.5499>
- WHO. (2019). Breastfeeding. Jenewa, Swiss, World Health Organization
- Yulnefia, & Sutia, M. (2022). Hubungan Riwayat Penyakit Infeksi Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-36 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Tambang Kabupaten Kampar. *Jambi Medical Journal: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 10(1), 154–163. <https://doi.org/10.22437/jmj.v10i1.10410>
- Zairinayati RP. (2019). Hubungan Hygiene Sanitasi dan Lingkungan dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *J Ilm Multi Sci Kesehatan*. 10(1). 78-91.