



## ANALISIS KEBUTUHAN DAN PEMENUHAN NUTRISI PADA ANAK USIA DINI DI INDONESIA: TANTANGAN, DAMPAK, DAN STRATEGI INTERVENSI DALAM PENDIDIKAN

Enik Susilowati <sup>1\*</sup>, Rachma Hasibuan <sup>2</sup>, Khusnul Khotiman <sup>3</sup>, Siti Bunayyah <sup>4</sup>, Noor Iz Zumara <sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

<sup>1\*</sup>Email penulis koresponden: [240115450009@mhs.unesa.ac.id](mailto:240115450009@mhs.unesa.ac.id)

### Riwayat Artikel

Submitted:  
01-06-2025  
Accepted:  
08-06-2025  
Published:  
08-06-2025

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kebutuhan dan pemenuhan nutrisi anak usia dini di Indonesia dengan memperhatikan berbagai tantangan kontekstual yang dihadapi, dampak jangka panjang dari kekurangan gizi, serta efektivitas strategi intervensi yang telah diterapkan. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi literatur, yang mengkaji berbagai sumber data sekunder. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa pemenuhan nutrisi anak usia dini masih menghadapi berbagai hambatan, termasuk ketimpangan sosial ekonomi, rendahnya pengetahuan orang tua, pola konsumsi yang kurang sehat, serta keterbatasan layanan kesehatan dan sanitasi. Dampak dari ketidak terpenuhan kebutuhan gizi ini tidak hanya berupa gangguan pertumbuhan fisik seperti stunting, tetapi juga berpengaruh negatif terhadap perkembangan kognitif dan produktivitas masa depan anak. Kesimpulan penelitian menekankan perlunya pendekatan holistik dan berkelanjutan yang melibatkan pemberdayaan keluarga, edukasi gizi berbasis budaya lokal, pengawasan program yang berkesinambungan, serta peran aktif institusi pendidikan usia dini agar pemenuhan nutrisi anak dapat tercapai secara optimal bagi pembangunan sumber daya manusia Indonesia.

**Kata kunci:** pemenuhan; nutrisi; anak usia dini

### Abstract

*This study aims to analyze the nutritional needs and fulfillment of young children in Indonesia by considering various contextual challenges, the long-term effects of malnutrition, and the effectiveness of intervention strategies that have been implemented. The study uses a qualitative method with a literature review approach, which examines various secondary data sources. The results of the study reveal that the fulfillment of nutritional needs of young children still faces various obstacles, including socioeconomic inequality, low parental knowledge, unhealthy consumption patterns, and limited health and sanitation services. The impact of unmet nutritional needs is not only in the form of physical growth disorders such as stunting, but also has a negative effect on children's cognitive development and future productivity. The study's conclusion emphasizes the need for a holistic and sustainable approach involving family empowerment, nutrition education based on local culture, continuous program monitoring, and the active role of early childhood education institutions to ensure optimal nutrition for children, thereby contributing to the development of Indonesia's human resources.*

**Keywords:** fulfillment; nutrition, early childhood

Jurnal **MADINASIKA** diterbitkan oleh Fakultas Pascasarjana, Program Studi Magister Manajemen Pendidikan Islam, Universitas Majalengka

## PENDAHULUAN

Masalah gizi dan nutrisi merupakan isu kesehatan global yang secara signifikan memengaruhi kualitas hidup dan perkembangan sumber daya manusia suatu bangsa. Kebutuhan nutrisi yang optimal sejak usia dini menjadi fondasi utama dalam menentukan kesehatan jangka

panjang, prestasi akademik, dan produktivitas seseorang saat dewasa. Negara-negara dengan indeks pembangunan manusia yang tinggi umumnya menunjukkan perhatian besar terhadap pemenuhan kebutuhan nutrisi anak-anak, mengingat masa kanak-kanak adalah periode emas yang menentukan tumbuh kembang fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Di berbagai wilayah dunia, persoalan malnutrisi masih menjadi tantangan serius, baik dalam bentuk kekurangan gizi (undernutrition) maupun kelebihan gizi (overnutrition), yang keduanya berkontribusi terhadap peningkatan risiko penyakit tidak menular dan gangguan pertumbuhan (Arif et al., 2020). Penelitian (Indrayasa & Suryanti, 2023) menunjukkan bahwa investasi dalam pemenuhan nutrisi anak usia dini akan memberikan hasil signifikan terhadap pertumbuhan ekonomi dan pengentasan kemiskinan. Dalam konteks negara berkembang, permasalahan pemenuhan gizi anak lebih kompleks karena dipengaruhi oleh faktor struktural seperti kemiskinan, ketimpangan akses layanan kesehatan, dan pendidikan orang tua yang rendah. Kesadaran masyarakat terhadap pentingnya nutrisi sejak dini sering kali masih terbatas, menyebabkan intervensi gizi yang dilakukan tidak efektif atau tidak berkelanjutan. Persoalan ini menuntut kajian lebih mendalam secara kontekstual dan berbasis data dalam skala nasional, termasuk di Indonesia.

Indonesia sebagai negara berkembang menghadapi tantangan besar dalam memenuhi kebutuhan nutrisi anak usia dini yang tersebar di berbagai daerah dengan kondisi geografis, sosial, ekonomi, dan budaya yang sangat beragam. Data dari (Ilman & Wibisono, 2019) menunjukkan bahwa prevalensi stunting, wasting, dan underweight pada anak balita di Indonesia masih berada pada level yang mengkhawatirkan. Ketimpangan dalam distribusi layanan kesehatan, rendahnya tingkat pendidikan ibu, dan keterbatasan dalam pemenuhan makanan bergizi menjadi faktor-faktor utama yang memperburuk keadaan. Beberapa wilayah di Indonesia, terutama di daerah tertinggal, terluar, dan terdepan (3T), menunjukkan tingkat malnutrisi yang lebih tinggi dibandingkan dengan wilayah perkotaan atau daerah yang lebih maju (Putikadyanto et al., 2025). Situasi ini diperparah oleh keterbatasan anggaran, lemahnya koordinasi antar sektor, dan belum optimalnya implementasi program-program intervensi gizi yang telah dicanangkan pemerintah. Upaya edukasi mengenai pola makan seimbang, pentingnya ASI eksklusif, serta pemberian makanan pendamping ASI (MPASI) yang berkualitas belum menyentuh seluruh lapisan masyarakat secara merata. Tidak sedikit orang tua yang masih memiliki pengetahuan yang keliru mengenai kebutuhan gizi anak usia dini, yang berdampak pada praktik pemberian makanan yang tidak sesuai dengan standar kesehatan. Permasalahan ini menegaskan perlunya sinergi antara pemerintah, tenaga kesehatan, lembaga pendidikan, dan masyarakat dalam menghadirkan solusi komprehensif.

Berbagai dampak negatif dari pemenuhan nutrisi yang tidak optimal pada anak usia dini di Indonesia telah dibuktikan melalui sejumlah penelitian empiris dan data statistik. Stunting, misalnya, tidak hanya memengaruhi tinggi badan anak tetapi juga perkembangan otak yang berujung pada rendahnya kemampuan kognitif dan performa akademik di kemudian hari. Anak yang mengalami kekurangan gizi kronis sejak usia dini memiliki risiko lebih besar untuk mengalami gangguan metabolik dan penyakit degeneratif saat dewasa (Meikawati et al., 2021). Beban ganda malnutrisi juga menjadi persoalan serius di Indonesia, di mana masih ditemukan anak-anak yang menderita gizi kurang dan gizi lebih secara bersamaan dalam satu komunitas atau bahkan satu keluarga. Fenomena ini menunjukkan adanya perubahan pola konsumsi yang tidak sehat serta penetrasi produk makanan ultra-proses yang tinggi kalori namun miskin nutrisi. Dalam jangka panjang, generasi yang tumbuh dengan kualitas nutrisi yang buruk akan menghadapi keterbatasan dalam daya saing dan produktivitas nasional. Beban ekonomi yang diakibatkan oleh permasalahan gizi meliputi meningkatnya biaya kesehatan, menurunnya produktivitas kerja, dan lambatnya perkembangan sosial. Tantangan ini bukan hanya menjadi tanggung jawab sektor kesehatan saja, melainkan juga sektor pendidikan, ekonomi, dan sosial yang harus berkolaborasi dalam merumuskan strategi intervensi yang terarah dan berkelanjutan. Ketepatan strategi sangat diperlukan agar intervensi tidak hanya bersifat sementara, tetapi mampu menciptakan dampak jangka panjang yang positif terhadap kesejahteraan anak-anak Indonesia.

Strategi intervensi dalam mengatasi permasalahan gizi anak usia dini di Indonesia telah dilakukan melalui berbagai pendekatan yang mencakup program-program nasional maupun

lokal. Pemerintah melalui Kementerian Kesehatan dan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) telah meluncurkan berbagai kampanye gizi, seperti Gerakan Nasional Aksi Bergizi dan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK). Pendekatan ini bertujuan untuk memperkuat peran keluarga dan masyarakat dalam pemantauan pertumbuhan serta peningkatan kualitas makanan anak. Upaya pemberdayaan kader posyandu, pelatihan gizi untuk ibu, dan penyediaan makanan tambahan bergizi di daerah rawan gizi menjadi bagian dari intervensi yang dijalankan secara berkesinambungan (Susilawati et al., 2024). Walaupun demikian, efektivitas dari program-program tersebut masih menghadapi berbagai hambatan di lapangan, mulai dari rendahnya partisipasi masyarakat, kurangnya pelatihan bagi tenaga kesehatan, hingga lemahnya sistem monitoring dan evaluasi. Sebagian besar intervensi masih bersifat parsial dan belum terintegrasi dengan pendekatan lintas sektor secara holistik. Tantangan terbesar adalah membangun kesadaran kolektif bahwa pemenuhan gizi anak adalah tanggung jawab bersama yang memerlukan komitmen jangka panjang. Perluasan akses terhadap informasi dan sumber daya gizi, khususnya di wilayah marginal, harus menjadi prioritas dalam rencana strategis nasional. Hanya dengan pendekatan multisektoral dan berbasis data yang kuat, berbagai upaya intervensi dapat memberikan hasil yang signifikan dalam perbaikan status gizi anak di Indonesia.

Minimnya penelitian komprehensif berbasis data nasional yang secara khusus menganalisis keterkaitan antara kebutuhan dan pemenuhan nutrisi anak usia dini dengan tantangan-tantangan kontekstual di Indonesia menciptakan celah keilmuan yang perlu diisi. Penelitian yang tersedia masih terbatas pada pendekatan deskriptif dan belum mengintegrasikan analisis terhadap strategi intervensi dan dampaknya secara sistematis terhadap kesejahteraan anak. Kurangnya literatur yang membahas secara mendalam interelasi antara faktor struktural, budaya, dan kebijakan dalam memenuhi kebutuhan gizi anak menjadikan proses pengambilan keputusan kebijakan publik kurang didasarkan pada bukti ilmiah yang kuat. Kondisi ini menunjukkan pentingnya pengembangan studi yang tidak hanya memetakan masalah, tetapi juga menawarkan solusi berdasarkan analisis holistik dan kontekstual. Ketidakterpaduan dalam data dan kebijakan juga menimbulkan kesenjangan antara apa yang seharusnya dilakukan dan apa yang terjadi di lapangan. Diperlukan kajian yang dapat memberikan gambaran utuh mengenai permasalahan gizi anak usia dini, baik dari sisi kebutuhan, tantangan, dampak, maupun efektivitas strategi yang telah diterapkan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kebutuhan dan pemenuhan nutrisi pada anak usia dini di Indonesia dengan menelaah tantangan yang dihadapi, dampak jangka panjang dari ketidakterpenuhan gizi, serta mengkaji efektivitas strategi intervensi yang telah dijalankan agar dapat memberikan rekomendasi kebijakan yang lebih tepat sasaran dan berkelanjutan.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi literatur (*library research*) yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai kebutuhan dan pemenuhan nutrisi pada anak usia dini di Indonesia, dengan fokus utama pada tantangan yang dihadapi, dampak jangka panjang, serta strategi intervensi yang telah dilakukan. Sumber data dalam penelitian ini berasal dari berbagai literatur ilmiah, seperti artikel jurnal nasional dan internasional, laporan riset kesehatan, dokumen kebijakan pemerintah, serta publikasi dari lembaga-lembaga resmi yang relevan. Proses pengumpulan data dilakukan secara sistematis dengan cara menelusuri, menyeleksi, dan mengkaji pustaka yang relevan dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir guna memastikan aktualitas dan relevansi informasi (Siregar & Harahap, 2019). Data yang dikumpulkan kemudian diklasifikasikan berdasarkan tema utama penelitian, yaitu kebutuhan nutrisi, pemenuhan gizi, tantangan implementasi, dampak gizi buruk, serta strategi intervensi yang telah diterapkan di berbagai wilayah Indonesia. Prosedur seleksi literatur dilakukan menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi tertentu, seperti kesesuaian topik, kualitas metodologis artikel, dan relevansi dengan konteks anak usia dini di Indonesia. Setiap literatur yang digunakan dianalisis secara mendalam untuk menggali data empiris, argumen teoritis, serta rekomendasi kebijakan yang mendukung pemahaman menyeluruh atas isu yang dikaji. Penelitian ini tidak menggunakan instrumen survei ataupun

observasi lapangan karena seluruh data berasal dari sumber sekunder yang telah dipublikasikan. Fokus utama penelitian adalah mengkonstruksi pemahaman holistik dari berbagai sudut pandang ilmiah dan praktis yang telah dikembangkan oleh para peneliti terdahulu.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan teknik analisis isi (content analysis) yang memungkinkan peneliti untuk menginterpretasi makna, pola, dan hubungan antar informasi dalam dokumen-dokumen yang dikaji (Siregar & Harahap, 2019). Setiap dokumen dianalisis secara sistematis untuk mengidentifikasi kategori-kategori utama yang relevan dengan topik penelitian, seperti klasifikasi kebutuhan nutrisi menurut kelompok usia, indikator status gizi anak, tantangan struktural dalam pemenuhan gizi, serta strategi intervensi lintas sektor yang telah diterapkan. Data yang terkumpul dari berbagai sumber kemudian direduksi untuk menyaring informasi yang paling relevan, diorganisasikan ke dalam subtema, dan dibandingkan untuk menemukan kesamaan serta perbedaan. Langkah ini bertujuan untuk menemukan pola tematik yang konsisten, kontradiksi yang muncul, dan celah penelitian yang belum banyak dibahas dalam literatur sebelumnya. Dalam proses analisis, peneliti juga melakukan triangulasi sumber untuk memastikan validitas dan kredibilitas data, dengan membandingkan hasil kajian dari beberapa literatur yang memiliki perspektif metodologis dan institusional yang berbeda. Proses interpretasi dilakukan secara induktif dengan menggali makna kontekstual dari informasi yang ditemukan untuk membangun narasi ilmiah yang koheren dan komprehensif. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk menjelaskan fenomena secara mendalam tanpa terbatas pada angka-angka statistik, melainkan dengan memusatkan perhatian pada dinamika sosial, ekonomi, budaya, dan kebijakan yang memengaruhi status gizi anak usia dini. Hasil dari analisis ini digunakan sebagai dasar untuk menyusun argumentasi akademik serta menyusun rekomendasi yang relevan bagi para pemangku kepentingan dalam perbaikan kebijakan dan program pemenuhan nutrisi anak di Indonesia.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Tantangan Kebutuhan dan Pemenuhan Nutrisi pada Anak Usia Dini di Indonesia**

Kebutuhan dan pemenuhan nutrisi pada anak usia dini di Indonesia menghadapi tantangan yang kompleks dan multidimensional, yang berakar dari berbagai faktor sosial, ekonomi, budaya, dan struktural. Ketimpangan sosial ekonomi merupakan salah satu faktor utama yang menghambat akses keluarga terhadap sumber makanan bergizi, terutama di wilayah terpencil dan tertinggal (Farinatae et al., 2025). Kemiskinan yang masih melanda sebagian besar rumah tangga di pedesaan dan daerah marginal menyebabkan terbatasnya daya beli masyarakat untuk memperoleh pangan sehat dan bergizi. Rendahnya tingkat pendidikan orang tua, khususnya ibu, turut memengaruhi pemahaman tentang pentingnya asupan gizi seimbang bagi tumbuh kembang anak. Pola asuh yang tidak memperhatikan prinsip-prinsip gizi seimbang sering kali menyebabkan pemberian makanan tidak sesuai dengan kebutuhan fisiologis anak. Ketidakseimbangan informasi dan pengetahuan tentang praktik pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang tepat juga menjadi penyebab kurang optimalnya pemenuhan gizi anak usia dini (Maigoda et al., 2023). Infrastruktur pelayanan kesehatan dan gizi yang tidak merata memperburuk kesenjangan antara kelompok masyarakat yang berbeda, sehingga pemeriksaan status gizi anak dan pemberian intervensi dini tidak dapat dilaksanakan secara menyeluruh. Akses terhadap air bersih dan sanitasi yang masih rendah di beberapa wilayah turut berkontribusi terhadap tingginya kejadian infeksi dan penyakit diare yang dapat mengganggu penyerapan nutrisi pada anak.

Perubahan pola konsumsi masyarakat yang cenderung mengarah pada konsumsi makanan cepat saji dan makanan olahan turut memperbesar tantangan pemenuhan gizi anak di Indonesia, terutama di daerah perkotaan. Tingginya paparan terhadap iklan makanan tidak sehat yang menyasar anak-anak melalui media digital maupun televisi membuat anak lebih memilih makanan tinggi gula, garam, dan lemak dibandingkan makanan yang bergizi seimbang (Arindita et al., 2025). Urbanisasi yang pesat menyebabkan pergeseran budaya makan keluarga dari makanan rumahan yang sehat ke pola makan instan yang rendah kandungan nutrisinya.

Kurangnya regulasi yang ketat dari pemerintah terhadap pemasaran produk makanan tidak sehat kepada anak-anak menambah kerentanan terhadap pola makan yang tidak sesuai kebutuhan gizi. Ketidaksiesuaian antara kebijakan nasional dan pelaksanaan program di tingkat daerah juga menciptakan celah dalam implementasi intervensi gizi yang efektif. Rendahnya partisipasi masyarakat dalam program-program kesehatan gizi anak, seperti posyandu, disebabkan oleh minimnya sosialisasi dan dukungan dari tenaga kesehatan. Keterbatasan anggaran dan sumber daya manusia yang kompeten dalam bidang gizi anak turut menghambat efektivitas program intervensi yang dirancang pemerintah. Situasi ini menuntut adanya pendekatan yang lebih terpadu dan berkelanjutan dari berbagai pihak, termasuk pemerintah, sektor swasta, tenaga kesehatan, dan masyarakat untuk menghadapi tantangan kebutuhan dan pemenuhan nutrisi anak usia dini secara menyeluruh (Prayitno et al., 2022).

### **Dampak Tidak Terpenuhi Kebutuhan dan Pemenuhan Nutrisi pada Anak Usia Dini di Indonesia**

Kebutuhan dan pemenuhan nutrisi yang tidak terpenuhi pada anak usia dini di Indonesia dapat menyebabkan dampak jangka pendek dan jangka panjang yang serius terhadap perkembangan fisik dan kognitif anak. Pertumbuhan fisik anak yang tidak optimal, seperti stunting atau gagal tumbuh, merupakan salah satu dampak utama yang kerap ditemukan pada anak-anak yang mengalami kekurangan gizi kronis (Rahmidini, 2020). Proses pembentukan organ tubuh dan jaringan otak yang terganggu selama periode emas perkembangan (1000 hari pertama kehidupan) akan mengakibatkan keterlambatan perkembangan intelektual yang sulit diperbaiki di masa dewasa. Ketahanan tubuh anak yang lemah akibat asupan gizi yang tidak mencukupi menjadikannya lebih rentan terhadap berbagai penyakit infeksi seperti diare, pneumonia, dan infeksi saluran pernapasan akut. Penurunan daya tahan tubuh yang kronis memperburuk siklus kekurangan gizi karena penyakit mempercepat kehilangan nutrisi penting dalam tubuh anak (Manalor et al., 2023). Gangguan perilaku dan kesulitan dalam konsentrasi belajar juga menjadi dampak signifikan yang mempengaruhi performa akademik anak saat memasuki usia sekolah. Keterbatasan kemampuan belajar yang disebabkan oleh kekurangan zat gizi esensial seperti zat besi dan yodium berimplikasi pada rendahnya produktivitas di masa depan. Ketidakterpenuhinya gizi yang berkelanjutan sejak usia dini juga terbukti berkontribusi pada tingginya angka putus sekolah, ketimpangan pendidikan, dan peningkatan beban sosial ekonomi dalam jangka panjang.

Ketidakeimbangan asupan nutrisi pada anak usia dini bukan hanya berdampak pada individu, tetapi juga menciptakan konsekuensi kolektif yang mempengaruhi kualitas sumber daya manusia dan pembangunan nasional. Tingginya prevalensi stunting dan wasting di Indonesia mencerminkan permasalahan sistemik yang berdampak pada rendahnya indeks pembangunan manusia (IPM), terutama pada indikator kesehatan dan pendidikan (Munandar et al., 2019). Penurunan kualitas generasi muda akibat defisiensi nutrisi sejak dini akan berdampak pada rendahnya kemampuan daya saing bangsa dalam menghadapi tantangan global. Biaya kesehatan yang meningkat akibat tingginya angka morbiditas pada anak-anak dengan status gizi buruk turut membebani sistem pelayanan kesehatan publik dan anggaran negara. Produktivitas tenaga kerja di masa depan yang terhambat oleh keterbatasan kapasitas intelektual dan fisik akan mengurangi efisiensi ekonomi nasional. Generasi yang mengalami gizi buruk berisiko besar mengalami gangguan metabolik seperti obesitas, diabetes tipe 2, dan penyakit kardiovaskular pada usia dewasa akibat pola nutrisi yang tidak seimbang sejak dini. Kesenjangan sosial ekonomi pun akan semakin melebar karena anak-anak dari keluarga miskin yang mengalami gizi buruk lebih sulit keluar dari siklus kemiskinan antargenerasi. Ketidakterpenuhinya kebutuhan gizi anak usia dini pada akhirnya menjadi faktor krusial yang mengancam keberlanjutan pembangunan manusia dan memerlukan intervensi yang tepat, menyeluruh, serta berbasis bukti ilmiah.

### **Strategi Intervensi Kebutuhan dan Pemenuhan Nutrisi pada Anak Usia Dini di Indonesia**

Strategi intervensi pemenuhan nutrisi pada anak usia dini di Indonesia disusun secara menyeluruh dan multisektoral. Intervensi ini tidak hanya menasar aspek kesehatan fisik, tetapi juga mencakup sosial-ekonomi, budaya lokal, hingga literasi masyarakat. Salah satu pilar utama

dalam strategi ini adalah pemberdayaan keluarga, terutama ibu sebagai pengambil keputusan utama dalam pola konsumsi anak (Lawalata et al., 2023). Untuk itu, berbagai upaya dilakukan, antara lain:

1. Edukasi gizi yang menysasar ibu dan keluarga sebagai fondasi utama, karena ibu sangat menentukan pola makan anak.
2. Penyuluhan gizi melalui posyandu, puskesmas, dan sekolah dasar sebagai sarana edukatif masyarakat.
3. Pengembangan materi edukasi yang disesuaikan dengan budaya lokal, bahasa daerah, dan tingkat literasi masyarakat.
4. Pelatihan pengelolaan makanan bergizi murah dan mudah diakses untuk keluarga berpenghasilan rendah.
5. Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbasis pangan lokal untuk anak rawan gizi.
6. Pelibatan tokoh masyarakat dan pemimpin lokal guna menciptakan dukungan sosial dan membentuk perilaku positif.
7. Pengawasan berkelanjutan oleh kader gizi dan tenaga kesehatan agar intervensi tidak bersifat sementara.
8. Kolaborasi lintas sektor sebagai kunci keberhasilan jangka panjang dari program berbasis keluarga.

Institusi pendidikan anak usia dini, seperti PAUD dan TK, memainkan peran strategis dalam pembentukan kebiasaan makan sehat sejak dini. Melalui integrasi kurikulum gizi dan kerja sama dengan orang tua, sekolah menjadi wahana efektif dalam edukasi gizi (Arifin et al., 2025). Intervensi di institusi pendidikan meliputi:

1. Integrasi kurikulum gizi ke dalam pembelajaran anak usia dini.
2. Edukasi kepada guru dan orang tua tentang pentingnya menu sehat dan bahaya jajanan tidak bergizi.
3. Pengawasan kantin sekolah agar hanya menyediakan makanan yang sesuai standar gizi.
4. Pemeriksaan status gizi anak melalui pengukuran antropometri dan skrining berkala.
5. Penyediaan dapur sehat dan bahan makanan bergizi dengan dukungan pemerintah dan swasta.
6. Penggunaan data gizi anak sebagai dasar perumusan kebijakan yang tepat sasaran.
7. Pembentukan perilaku makan sehat sejak dini untuk mencegah stunting dan malnutrisi jangka panjang.

Institusi pendidikan anak usia dini memiliki posisi krusial dalam membentuk pola makan sehat sejak masa perkembangan awal. Penanaman kebiasaan yang tepat pada fase ini menjadi landasan kuat untuk mencegah masalah gizi jangka panjang seperti stunting dan malnutrisi. Peran pendidikan gizi dalam lingkungan sekolah tidak hanya menjadi tanggung jawab internal, melainkan juga memerlukan sinergi yang erat dengan orang tua sebagai mitra utama dalam mendukung pola makan sehat anak (Malik, 2024). Dengan demikian, pendekatan yang sistematis dan terintegrasi menjadi kunci keberhasilan intervensi gizi. Penguatan kapasitas tenaga pendidik dan pengawasan ketat terhadap penyediaan makanan di lingkungan sekolah akan memastikan standar gizi terpenuhi secara konsisten. Data dan informasi mengenai status gizi anak berfungsi sebagai pijakan dalam merumuskan kebijakan yang efektif dan adaptif terhadap kebutuhan nyata di lapangan. Selain itu, fasilitas pendukung seperti dapur sehat dan bahan makanan bergizi dengan dukungan multisektor mampu menciptakan lingkungan yang kondusif bagi pembentukan perilaku makan yang sehat. Keseluruhan upaya ini menegaskan pentingnya institusi pendidikan anak usia dini sebagai arena strategis dalam mewujudkan generasi masa depan yang sehat dan produktif.

## **KESIMPULAN**

Kebutuhan dan pemenuhan nutrisi pada anak usia dini di Indonesia menghadapi berbagai tantangan yang kompleks dan saling terkait. Permasalahan ini dimulai dari ketimpangan sosial

ekonomi yang menyebabkan keterbatasan akses terhadap pangan bergizi, terutama di wilayah pedesaan dan daerah tertinggal, di mana kemiskinan masih merajalela serta daya beli masyarakat sangat rendah sehingga menyulitkan keluarga dalam menyediakan makanan sehat. Rendahnya tingkat pendidikan orang tua, khususnya ibu, turut memperburuk pemahaman mengenai pentingnya asupan gizi seimbang bagi tumbuh kembang anak. Hal ini berdampak pada pola asuh dan pemberian makanan yang kurang tepat sesuai kebutuhan fisiologis anak, termasuk praktik pemberian makanan pendamping ASI yang belum optimal. Selain itu, infrastruktur pelayanan kesehatan dan gizi yang tidak merata memperparah kesenjangan dalam pemantauan status gizi anak serta pelaksanaan intervensi dini yang efektif. Lingkungan dengan akses terbatas terhadap air bersih dan sanitasi juga meningkatkan risiko infeksi yang dapat mengganggu penyerapan nutrisi, memperberat kondisi gizi buruk.

Di sisi lain, perubahan pola konsumsi masyarakat, khususnya di daerah perkotaan, yang lebih condong pada konsumsi makanan cepat saji dan olahan tinggi gula, garam, dan lemak turut memperparah masalah. Hal ini diperburuk oleh minimnya regulasi terkait pemasaran produk tidak sehat pada anak dan lemahnya sinergi antara kebijakan nasional dan implementasi di daerah. Dampak dari ketidakcukupan nutrisi ini sangat serius, mulai dari stunting, gangguan perkembangan kognitif, peningkatan risiko penyakit infeksi, hingga masalah perilaku yang menghambat potensi akademik dan produktivitas masa depan. Secara makro, hal ini berkontribusi pada rendahnya indeks pembangunan manusia, tingginya biaya kesehatan, dan melemahnya daya saing bangsa. Oleh karena itu, strategi intervensi yang dirancang perlu menitikberatkan pada pendekatan multisektoral yang menasar pemberdayaan keluarga, edukasi gizi berbasis budaya lokal, pelibatan tokoh masyarakat, dan pengawasan berkelanjutan. Peran sentral institusi pendidikan anak usia dini sangat penting dalam membentuk kebiasaan makan sehat melalui integrasi kurikulum, pengawasan kantin, pemeriksaan status gizi, serta kolaborasi erat dengan orang tua sebagai mitra strategis, demi memastikan pemenuhan gizi yang optimal dan mencegah malnutrisi jangka panjang. Sinergi komprehensif dari semua pihak sangat dibutuhkan untuk menjamin generasi masa depan Indonesia tumbuh sehat dan produktif dalam konteks pembangunan manusia yang berkelanjutan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arif, S., Isdijoso, W., Fatah, A. R., & Tamyis, A. R. (2020). Tinjauan strategis ketahanan pangan dan gizi di Indonesia. *Jakarta: SMERU Research Institute*.
- Arifin, M. N., Rifa'i, M., & Pratama, H. D. (2025). Perspektif Guru Terhadap Program Makan Bergizi Dalam Meningkatkan Kualitas Warga Negara. *Menulis: Jurnal Penelitian Nusantara*, 1(5), 20-25.
- Arindita, R., Sari, K., Apriliani, R., & Lesmana, S. (2025). Edukasi Gizi Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Untuk Mencegah Obesitas Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Satya Widayakarya*, 2(2), 101-115.
- Farinatae, A. A., Haurissa, M. C., & Sharon, P. J. (2025). Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kesejahteraan Penduduk Melalui Pertumbuhan Ekonomi. *Neraca: Jurnal Ekonomi, Manajemen dan Akuntansi*, 3(4), 427-440.
- Ilman, A. S., & Wibisono, I. D. (2019). Mengurangi Stunting Melalui Reformasi Perdagangan: Analisis Harga Pangan dan Prevalensi Stunting di Indonesia.
- Indrayasa, K. B., & Suryanti, P. E. (2023). Pentingnya Investasi Gizi untuk Anak Usia Dini. *Jurnal Yoga dan Kesehatan*, 6(2), 127-136.
- Lawalata, C. M., Embuai, S., & Laisila, M. (2023). Strategi Meningkatkan Kualitas Peran Ibu dalam Penanggulangan Wabah Menuju Keluarga Tangguh di Maluku Tengah Provinsi Maluku. *KAMBOTI: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 4(1), 1-12.
- Maigoda, T. C., Simbolon, D., & Al Rahmad, A. H. (2023). *Kenali Stunting Sejak Dini*. Penerbit NEM.
- Malik, L. R. (2024). Peran Guru KB-TKIT Mardhatillah Dalam Penerapan Pola Hidup Sehat dengan Gizi Seimbang. *EDUCASIA: Jurnal Pendidikan, Pengajaran, dan Pembelajaran*, 9(2), 75-85.
- Manalor, L. L., Namangdjabar, O. L., Mirong, I. D., Yulianti, H., Anggaraeningsih, N. L. M. D. P., Kristin, D. M., & Risyati, L. (2023). *Pemberdayaan Masyarakat dalam Upaya Pencegahan Stunting*. Rena Cipta Mandiri.

- Meikawati, W., Rahayu, D. P. K., & Purwanti, I. A. (2021). Berat badan lahir rendah dan anemia ibu sebagai prediktor stunting pada anak usia 12–24 bulan di wilayah Puskesmas Genuk Kota Semarang. *Media Gizi Mikro Indonesia*, 13(1), 37-50.
- Munandar, A. I., Darjono, A. H., & Zeffa Aprilasani, S. T. (2019). *Pembangunan Berkelanjutan: Studi Kasus Di Indonesia*. Bypass.
- Prayitno, G., Hasyim, A. W., Subagiyo, A., Dinanti, D., & Roziqin, F. (2022). *Ruang Berketahanan Pangan: Menjawab Tantangan Produksi Pangan Berkelanjutan dengan Optimasi Keruangan Menuju Indonesia Berdaulat*. Universitas Brawijaya Press.
- Putikadyanto, A. P. A., Efendi, A. N., Alatas, M. A., Romadhon, S., & Wachidah, L. R. (2025). Program Makan Bergizi Gratis: Analisis Kritis Transformasi Pendidikan Indonesia Menuju Generasi Emas 2045. *Entita: Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial dan Ilmu-Ilmu Sosial*, 767-780.
- Rahmidini, A. (2020). Stunting Literatur Review: Hubungan Stunting Dengan Perkembangan Motorik Dan Kognitif Anak. In *Jurnal Seminar Nasional* (Vol. 2, No. 01, pp. 90-104).
- Siregar, A. Z., & Harahap, N. (2019). *Strategi dan teknik penulisan karya tulis ilmiah dan publikasi*. Deepublish.
- Susilawati, B., Abdiyah, K., Rosnaida, A., Hasanah, J. N., & Aulia, D. (2024). Tantangan dan strategi penanggulangan stunting di desa paguyuban. *BESIRU: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(12), 1076-1087.