

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, faktor determinan yang memengaruhi kejadian stunting pada balita usia 24–59 bulan di Kelurahan Nunbaun Delha, Kota Kupang, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Asupan Gizi Makro

Kecukupan asupan gizi makro (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) berperan penting dalam mencegah stunting. Balita dengan asupan gizi rendah menunjukkan proporsi stunting yang lebih tinggi, sedangkan balita dengan asupan gizi baik atau berlebih memiliki risiko stunting yang lebih rendah atau tidak terjadi stunting sama sekali.

2. Riwayat Penyakit Infeksi

Riwayat infeksi seperti diare, batuk, demam, dan sesak napas terkait dengan meningkatnya risiko stunting. Infeksi dapat mengganggu penyerapan nutrisi, menurunkan nafsu makan, dan meningkatkan kebutuhan energi, sehingga memperburuk pertumbuhan linear balita. Riwayat pilek memiliki pengaruh yang lebih kecil, namun infeksi berulang tetap berpotensi menimbulkan gangguan pertumbuhan.

3. Interaksi antara Asupan Gizi dan Infeksi

Kombinasi antara asupan gizi yang tidak memadai dan riwayat penyakit infeksi meningkatkan risiko stunting lebih tinggi dibanding balita dengan gizi memadai dan riwayat penyakit minimal. Hal ini menunjukkan bahwa stunting merupakan masalah multifaktorial yang dipengaruhi oleh faktor gizi dan kesehatan secara bersamaan.

Dengan demikian, faktor determinan stunting pada balita di wilayah penelitian meliputi kecukupan asupan gizi makro, riwayat penyakit infeksi, serta interaksi antara kedua faktor tersebut, yang semuanya berperan dalam menentukan status gizi dan pertumbuhan anak.

B. Saran

1. Bagi Orang Tua Balita

Tetap pertahankan status gizi anak dan perhatikan pola makan harian balita, tidak hanya jumlah, tetapi juga kualitas dan keragamannya, pantau pertumbuhan balita secara rutin di Posyandu atau fasilitas kesehatan terdekat agar gangguan gizi dapat dideteksi dini dan ciptakan lingkungan yang mendukung.

2. Untuk Puskesmas Alak Kota Kupang

Lakukan pemantauan gizi secara berkala, bukan hanya pengukuran berat dan tinggi, tetapi juga wawancara pola makan dan kondisi kesehatan umum anak, libatkan kader kesehatan dalam penyuluhan agar informasi gizi dapat menjangkau lebih banyak keluarga