



Analisis Multidimensional Faktor Penyebab Stunting di Indonesia: *Literature Review*

Multidimensional Analysis of Factors Contributing to Stunting in Indonesia: A Literature Review

Fadean Stefany¹, Fatmayanti Nawai², Desty mahabatillah³, Nabila randenia⁴

¹Prodi S1 Gizi, Universitas Nazhatut Thullab Al-Muafa Sampang

²Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Gorontalo

³Prodi S1 Gizi, Universitas Muhammadiyah Cirebon

⁴Prodi S1 Gizi, Stikes husada Gemilang tembilahan

*Corresponding Author: stefanyfadean31@gmail.com

ABSTRAK

Sejarah artikel:

Diterima 29 Oktober 2025

Revisi 11 November 2025

Diterima 06 Desember 2025

Kata kunci:

*Stunting, Gizi Ibu, Sanitasi,
Sosial Ekonomi, Kebijakan Publik*

Stunting merupakan permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan serius bagi pembangunan sumber daya manusia di Indonesia. Kondisi ini mencerminkan gangguan pertumbuhan yang disebabkan oleh interaksi kompleks antara faktor biologis, sosial ekonomi, lingkungan, pendidikan, dan budaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis faktor-faktor utama penyebab stunting melalui pendekatan *systematic literature review* berdasarkan pedoman PRISMA. Sumber data diperoleh dari 20 artikel nasional dan internasional yang diterbitkan pada periode 2018–2025 melalui basis data Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, dan Garuda. Hasil analisis menunjukkan bahwa determinan utama stunting meliputi status gizi ibu hamil, praktik pemberian ASI dan MPASI, tingkat pendidikan dan pendapatan keluarga, kondisi sanitasi lingkungan, faktor sosial budaya dan kesehatan mental ibu, serta kecukupan asupan zat gizi makro dan mikro. Selain itu, inovasi teknologi seperti pemodelan *K-Means Clustering* berpotensi membantu pemerintah dalam mengidentifikasi kelompok berisiko tinggi dan merancang kebijakan berbasis data yang lebih tepat sasaran. Kesimpulannya, pencegahan stunting memerlukan pendekatan lintas sektor yang komprehensif dengan mengintegrasikan aspek gizi, kesehatan, pendidikan, ekonomi, lingkungan, dan kebijakan publik. Pendekatan ini diharapkan dapat mendukung percepatan pencapaian target nasional dan tujuan *Sustainable Development Goals (SDGs)* 2030 dalam penghapusan segala bentuk malnutrisi.

ABSTRACT

Keywords:

*stunting, maternal nutrition,
sanitation, socio-economy, public
policy*

Stunting represents a chronic malnutrition problem that remains a major challenge for the development of human capital in Indonesia. This condition reflects a growth disorder caused by the complex interaction of biological, socio-economic, environmental, educational, and cultural factors. This study aims to identify and analyze the main factors responsible for stunting through a systematic literature review approach based on the PRISMA guidelines. The data were obtained from 20 national and international articles published between 2018 and 2025, sourced from databases such as Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, and Garuda. The analysis results show that the primary

determinants of stunting include the nutritional status of pregnant women, exclusive breastfeeding and complementary feeding (MPASI) practices, family education and income levels, sanitary and environmental conditions, sociocultural factors and maternal mental health, as well as the adequacy of macro- and micronutrient intake. Moreover, technological innovations such as K-Means Clustering modeling can assist the government in identifying high-risk groups and designing more data-driven and targeted policies. In conclusion, the prevention of stunting requires an intersectoral and comprehensive approach integrating nutritional, health, educational, economic, environmental, and policy dimensions. This approach is essential to accelerate the achievement of national goals and the 2030 Sustainable Development Goals (SDGs) aimed at eliminating all forms of malnutrition.

PENDAHULUAN

Dalam kondisi ideal, setiap anak di Indonesia berhak tumbuh dan berkembang secara optimal sesuai dengan potensi genetiknya. Pemenuhan gizi seimbang, pola asuh yang baik, sanitasi lingkungan yang layak, dan akses terhadap layanan kesehatan merupakan syarat utama untuk mencapai tumbuh kembang yang optimal. Peningkatan status gizi anak menjadi salah satu indikator keberhasilan pembangunan manusia dan menjadi bagian dari tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGs) 2030 yang menargetkan penghapusan segala bentuk malnutrisi termasuk stunting. (Abadi et al., 2020; Romadoniyah, 2022)

Namun secara empiris, kondisi di Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi stunting masih tinggi. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, angka stunting nasional berada di 21,5%, masih di atas ambang batas yang ditetapkan WHO sebesar 20%. Walaupun terjadi penurunan dari tahun 2018 yang mencapai 30,8%, masalah ini tetap menjadi perhatian karena berdampak pada kualitas sumber daya manusia Indonesia di masa depan. Stunting tidak hanya berpengaruh pada pertumbuhan fisik, tetapi juga berdampak pada perkembangan kognitif, produktivitas, dan kesehatan jangka panjang anak. Faktor penyebabnya meliputi asupan gizi yang tidak memadai, status ekonomi keluarga, pola asuh, kondisi lingkungan, serta tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu tentang gizi. (Agustiyani et al., 2025; Milah, 2022; Sagita & Siregar, 2022)

Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kejadian stunting disebabkan oleh interaksi berbagai faktor. (Mirza et al., 2023) status gizi ibu hamil berperan penting terhadap berat badan dan panjang badan bayi baru lahir. (Puspitaningrum, 2024) menemukan bahwa pendidikan ibu dan akses terhadap informasi kesehatan berpengaruh pada perilaku gizi keluarga. (Romadoniyah, 2022) menegaskan pentingnya faktor lingkungan dan sanitasi. (Agustiyani et al., 2025) mengidentifikasi faktor ekonomi dan ketahanan pangan sebagai determinan penting. Namun, belum banyak studi yang mengkaji faktor-faktor tersebut secara integratif dalam konteks multidisipliner. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian (*research gap*) dalam memahami faktor penyebab stunting secara komprehensif. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menyatukan berbagai temuan dari penelitian terdahulu mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian stunting melalui pendekatan *literature review* yang sistematis. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran menyeluruh tentang determinan utama stunting di Indonesia dan menjadi dasar bagi perumusan kebijakan intervensi yang lebih efektif dan berbasis bukti ilmiah.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan *literature review* dengan metode *systematic review* mengikuti pedoman PRISMA. Sumber data berasal dari jurnal nasional dan internasional yang diterbitkan pada periode 2018–2025 dan diperoleh melalui database Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, dan Garuda. Kata kunci yang digunakan meliputi 'stunting', 'balita', 'faktor risiko', 'status gizi', 'gizi ibu', dan 'MP-ASI'. Kriteria inklusi adalah artikel berteks lengkap, relevan dengan tema, menggunakan bahasa Indonesia atau Inggris, serta membahas faktor-faktor penyebab stunting pada balita. Setelah melalui proses seleksi dan validasi, sebanyak 20 artikel relevan digunakan dalam analisis. Data dianalisis menggunakan pendekatan tematik untuk mengidentifikasi pola dan hubungan antar faktor risiko.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis menunjukkan bahwa kejadian stunting disebabkan oleh faktor multifaktorial yang saling berkaitan. Faktor-faktor tersebut dapat dikategorikan ke dalam beberapa kelompok utama sebagai berikut:

Faktor biologis dan status gizi ibu memiliki peran penting dalam menentukan berat badan lahir serta perkembangan janin. Kondisi gizi ibu hamil, termasuk anemia dan kekurangan energi kronis (KEK), secara langsung memengaruhi proses pertumbuhan janin di dalam kandungan. Ibu yang mengalami KEK cenderung memiliki risiko dua kali lipat lebih tinggi untuk melahirkan bayi dengan kondisi stunting dibandingkan ibu dengan status gizi normal. Hal ini menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan gizi selama kehamilan merupakan faktor krusial dalam mencegah gangguan pertumbuhan pada anak sejak masa prenatal. (Mirza et al., 2023)

Pengetahuan ibu mengenai pentingnya pemberian air susu ibu (ASI) eksklusif serta makanan pendamping ASI (MPASI) merupakan faktor yang berperan signifikan dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. ASI eksklusif memberikan asupan gizi optimal bagi bayi selama enam bulan pertama kehidupan, sedangkan pemberian MPASI yang tepat waktu dan bergizi seimbang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi setelah periode tersebut berakhir. (Milah, 2022)

Penelitian lain, menunjukkan bahwa rendahnya tingkat pengetahuan ibu tentang tata cara dan pentingnya pemberian MPASI berkaitan dengan meningkatnya risiko terjadinya stunting pada anak. Hal ini menegaskan bahwa edukasi gizi bagi ibu, terutama terkait pola pemberian ASI dan MPASI yang sesuai rekomendasi kesehatan, menjadi langkah strategis dalam upaya pencegahan stunting pada anak usia dini. (Zahra et al., 2023).

Tingkat pendidikan ibu dan kondisi sosial ekonomi keluarga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi anak secara optimal. Pendidikan yang lebih tinggi memungkinkan ibu memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya asupan gizi seimbang, praktik pemberian makan yang tepat, serta pola asuh yang mendukung tumbuh kembang anak. Selain itu, tingkat pendidikan juga berperan dalam kemampuan ibu mengakses informasi kesehatan dan layanan gizi yang relevan, sehingga dapat berkontribusi dalam menurunkan risiko terjadinya masalah gizi pada anak. Dengan demikian, pendidikan ibu menjadi salah satu determinan penting dalam upaya pencegahan stunting sejak dini. (Mirza et al., 2023).

Sementara itu, tingkat pendapatan keluarga turut menentukan kemampuan ekonomi dalam menyediakan pangan bergizi dan akses terhadap pelayanan kesehatan yang memadai. Keluarga dengan pendapatan rendah cenderung memiliki keterbatasan dalam memenuhi kebutuhan dasar anak, termasuk makanan bergizi, sanitasi, dan lingkungan yang sehat. Kondisi sosial ekonomi yang kurang mendukung dapat memperburuk risiko stunting karena anak tidak memperoleh asupan nutrisi yang sesuai kebutuhan tumbuh kembangnya. Oleh karena itu, peningkatan kesejahteraan ekonomi dan akses terhadap pendidikan menjadi faktor strategis dalam menekan prevalensi stunting di masyarakat. (Puspitaningrum, 2024).

Kondisi lingkungan dan sanitasi memiliki peranan yang sangat penting dalam menentukan status kesehatan serta pertumbuhan anak. Kualitas air bersih, tingkat kebersihan lingkungan, dan ketersediaan fasilitas sanitasi yang layak merupakan faktor utama yang memengaruhi risiko terjadinya penyakit infeksi pada anak. Lingkungan yang tidak higienis dapat menjadi sumber penularan berbagai penyakit, terutama yang berkaitan dengan sistem pencernaan. Air yang tercemar dan sanitasi yang buruk sering kali menyebabkan meningkatnya angka kejadian penyakit infeksi yang berdampak negatif terhadap kesejahteraan anak. Oleh karena itu, pengelolaan lingkungan yang sehat dan penyediaan air bersih menjadi aspek krusial dalam menjaga kesehatan anak. (Hardinata et al., 2023)

Penelitian menunjukkan bahwa kondisi sanitasi yang tidak memadai berkontribusi secara signifikan terhadap meningkatnya risiko infeksi berulang, seperti diare, yang berdampak pada terganggunya penyerapan zat gizi dalam tubuh anak. Gangguan tersebut dapat menyebabkan penurunan berat badan, melemahnya sistem imun, serta hambatan pada proses tumbuh kembang anak. Dalam jangka panjang,

infeksi yang terjadi secara berulang akibat sanitasi buruk dapat memperbesar kemungkinan terjadinya stunting. Dengan demikian, upaya peningkatan akses terhadap sanitasi layak dan edukasi mengenai kebersihan lingkungan sangat penting dalam mencegah masalah gizi kronis dan meningkatkan kualitas kesehatan anak.(Romadoniyah, 2022)

Aspek sosial budaya memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap pola konsumsi dan kesehatan ibu selama masa kehamilan. Norma atau kepercayaan budaya yang membatasi konsumsi jenis makanan tertentu sering kali menyebabkan ibu hamil mengalami kekurangan zat gizi penting yang dibutuhkan bagi pertumbuhan janin. Pembatasan makanan karena alasan tradisi dapat berdampak pada asupan energi, protein, dan mikronutrien yang tidak mencukupi, sehingga meningkatkan risiko gangguan perkembangan janin. Selain itu, nilai-nilai budaya yang menempatkan peran perempuan dalam posisi subordinat juga dapat membatasi akses ibu terhadap informasi dan layanan kesehatan. Oleh karena itu, intervensi gizi perlu mempertimbangkan konteks sosial budaya agar lebih efektif dalam meningkatkan kesehatan ibu dan anak.(Apulina Ginting & Nurlaela Hadi, 2023)

Di sisi lain, kondisi mental ibu selama kehamilan juga memiliki hubungan erat dengan pola pengasuhan dan kualitas pemberian gizi pada anak. Stres psikologis yang dialami ibu dapat memengaruhi keseimbangan hormon, nafsu makan, serta kemampuan ibu dalam memberikan perhatian dan perawatan yang optimal kepada anak. Gangguan kesehatan mental seperti depresi pascapersalinan juga dapat menurunkan respons emosional dan kedekatan antara ibu dan anak, yang pada akhirnya berpengaruh terhadap pola makan dan pertumbuhan anak. Dengan demikian, menjaga kesehatan mental ibu melalui dukungan sosial, konseling, dan edukasi gizi menjadi faktor penting dalam mewujudkan kesejahteraan anak secara holistik.(Nabila et al., 2024)

Asupan zat gizi makro dan mikro memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak pada masa usia dini. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kecukupan konsumsi protein dan lemak memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi anak usia 2–5 tahun. Protein berfungsi sebagai bahan utama pembentuk jaringan tubuh dan enzim, sedangkan lemak berperan sebagai sumber energi serta membantu penyerapan vitamin yang larut dalam lemak. Kekurangan salah satu dari kedua zat gizi makro tersebut dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan linear dan menurunkan daya tahan tubuh anak. Oleh karena itu, pemenuhan kebutuhan protein dan lemak yang seimbang menjadi aspek penting dalam upaya pencegahan stunting serta peningkatan kualitas gizi anak pada usia pra-sekolah.(Natalina et al., 2023).

Pemanfaatan teknologi modern memiliki peranan strategis dalam mendukung upaya pemerintah mengatasi permasalahan stunting secara lebih efektif dan terarah. Inovasi seperti penerapan metode pemodelan *K-Means Clustering* memungkinkan identifikasi kelompok masyarakat dengan risiko tinggi stunting berdasarkan faktor sosial ekonomi secara lebih akurat. Melalui analisis berbasis data tersebut, pemerintah dapat memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai distribusi kerentanan gizi di berbagai wilayah. Pendekatan ini sekaligus memperkuat dasar pengambilan keputusan dalam penyusunan kebijakan yang responsif terhadap kondisi riil masyarakat. Dengan demikian, kebijakan publik berbasis data menjadi instrumen penting dalam merancang program intervensi gizi yang efektif, efisien, dan tepat sasaran untuk menurunkan prevalensi stunting secara berkelanjutan.(Rudiansyah et al., 2023)

Secara umum, berbagai literatur menegaskan bahwa stunting merupakan permasalahan kesehatan yang bersifat kompleks dan multidimensional. Kondisi ini tidak hanya dipengaruhi oleh faktor gizi semata, tetapi juga oleh aspek sosial, ekonomi, lingkungan, pendidikan, dan budaya yang saling berkaitan. Oleh karena itu, penanggulangan stunting memerlukan pendekatan lintas sektor yang terintegrasi dengan melibatkan berbagai bidang seperti kesehatan, pendidikan, pertanian, dan pemberdayaan masyarakat. Intervensi yang efektif harus mencakup peningkatan gizi, edukasi kesehatan, perbaikan sanitasi, serta penguatan kesejahteraan sosial ekonomi keluarga. Pendekatan komprehensif semacam ini diharapkan mampu menciptakan perubahan berkelanjutan dalam menurunkan prevalensi stunting di masyarakat.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian literatur, stunting merupakan permasalahan gizi kronis yang bersifat kompleks, multidimensional, dan saling berkaitan antar faktor. Kondisi ini tidak hanya dipengaruhi oleh kekurangan asupan gizi makro dan mikro, tetapi juga oleh status gizi



ibu, pola pemberian ASI dan MPASI, tingkat pendidikan, kondisi sosial ekonomi, sanitasi lingkungan, serta faktor sosial budaya dan kesehatan mental ibu. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa interaksi antar faktor tersebut secara signifikan memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak sejak masa prenatal hingga usia dini. Oleh karena itu, upaya penanggulangan stunting harus dilakukan secara terpadu melalui pendekatan lintas sektor dengan mengintegrasikan aspek kesehatan, pendidikan, ekonomi, dan lingkungan. Pemanfaatan teknologi serta kebijakan publik berbasis data juga diperlukan untuk mengidentifikasi kelompok risiko tinggi dan merumuskan intervensi yang lebih efektif, efisien, dan berkelanjutan. Pendekatan komprehensif ini diharapkan mampu mempercepat pencapaian target nasional dalam penurunan angka stunting serta mendukung tercapainya tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGs) 2030 terkait penghapusan segala bentuk malnutrisi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abadi, E., Ayu, L., & Putri, R. (2020). Korelasi antropometri ibu hamil dengan panjang badan bayi baru lahir sebagai prediktor stunting. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 167–172. <https://doi.org/10.56338/pjkm.v10i2.1370>
- Agustiyani, A. T., Jannah, I. N., Abdurrahman, N. A., Sulastri, A., Perdani, A. L., Program, N., & Indonesia, U. P. (2025). Faktor Penyebab Dan Strategi Penanggulangan Stunting: Sebuah Studi Literatur. *Pena Nursing*, 3(2), 98–108.
- Apulina Ginting, J., & Nurlaella Hadi, E. (2023). Faktor Sosial Budaya yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(1), 43–50. <https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3>
- Hardinata, R., Wibowo, S., & Hadi, M. (2023). Faktor Nasional yang Berpengaruh terhadap Stunting di Indonesia. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*, 7(3), 121–128. <https://doi.org/10.34123/semnasoffstat.v2023i1.1867>
- Milah, A. S. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu Pentingnya Pemberian Makanan Pendamping Asi Dengan Angka Kejadian Stunting Untuk Balita Pada Masa Pandemic Covid -19 Di Desa Pasirbatang Kecamatan Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2021. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 3471(8).
- Mirza, Maria, M., Handayani, & Lina. (2023). Pengaruh Status Gizi Ibu Hamil terhadap Kejadian Stunting : Studi Literatur © xxxx Program Studi S-1 Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(2), 22–27. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jkmi, jkmi@unimus.ac.id>
- Nabila, A. B., Yuliana, & Yulastri, A. (2024). Keterkaitan Nutrisi, Kesehatan Mental, dan Kepemimpinan dalam Meningkatkan Kualitas Hidup. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(3), 43448–43457. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/23528>
- Natalina, S. L., Maulida, F., & Kahirun, N. (2023). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi pada Anak Usia 2-5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Kuamang Kecamatan Panti Kabupaten Pasaman. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 2787–2797. <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i3.17735>
- Puspitaningrum, M. & E. M. (2024). Faktor Pendidikan Dan Sumber Informasi Ibu Hamil Terhadap Pencegahan Stunting Di Pmb Sulistio Rahayu Kabupaten Lampung Tengah. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(September), 7315–7323. <https://doi.org/10.31004/jkt.v5i3.31345>
- Romadoniyah. (2022). Literatur Review : Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Balita di Negara Berkembang. *Jurnal Pendidikn Tambusai*, 6 Nomor 2(2614–3097), 11647–11656. <https://doi.org/10.31004/jptam.v6i2.4304>
- Rudiansyah, Setiawan, D., & Shucy Ramawati Fadila. (2023). Identifikasi Faktor Risiko Stunting pada Anak-anak dengan Metode K means Clustering menggunakan Dataset Kaggle. *JEKIN - Jurnal Teknik Informatika*, 3(1), 10–16. <https://doi.org/10.58794/jekin.v3i1.443>

- Sagita, S., & Siregar, K. N. (2022). Stunting Risk Factors in Children Under Five in Indonesia: A Scoping Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 5(6), 654–661. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i6.2289>
- Zahra, R., Alyakin Dakhi, R., Lina Tarigan, F., & Ester J. Sitorus, M. (2023). Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Pada Anak Balita Umur 12-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Ranto Peureulak Kabupaten Aceh Timur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(3), 16286–16308. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v7i3.20329>