

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC002025118006, 25 Agustus 2025

Pencipta

Nama : **Adelia Kholila Putri, Lia Dian Ayuningrum dkk**
Alamat : Kp Pondok Aren 003/001, Pondok Aren, Kota Tangerang Selatan, Banten, 15425
Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta

Nama : **Universitas Alma Ata**
Alamat : Jl. Brawijaya No.99, Jadan, Tamantirto, Kec. Kasihan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55183, Kasihan, Kab. Bantul, DI Yogyakarta, 55183

Kewarganegaraan : Indonesia

Jenis Ciptaan : **Booklet**

Judul Ciptaan : **Waspada! Stunting: e-booklet Pemantauan Gizi dan Perkembangan Anak Usia Dini**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 19 Agustus 2025, di Kota Yogyakarta

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan Pengumuman.

Nomor Pencatatan : 000958267

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



a.n. MENTERI HUKUM
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL
u.b
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri

Agung Damarsasongko,SH.,MH.
NIP. 196912261994031001

LAMPIRAN PENCIPTA

No	Nama	Alamat
1	Adelia Kholila Putri	Kp Pondok Aren 003/001 Pondok Aren, Kota Tangerang Selatan
2	Lia Dian Ayuningrum	Sonosewu 005 Ngestiharjo Kasihlan, Kab. Bantul
3	Prasetya Lestari	Krangean RT 002/Sorobayan DK. VI, Gadingsari, Sanden, Bantul Sanden, Kab. Bantul



Waspada! Stunting:

e-booklet

Pemantauan Gizi Dan Perkembangan Anak Usia Dini



Stunting Bisa Dicegah dengan Gizi Seimbang adalah pesan penting untuk mencegah masalah gizi kronis pada anak yang memengaruhi pertumbuhan fisik dan perkembangan otak

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT atas tersusunnya buku saku ini sebagai panduan praktis dalam mendampingi tumbuh kembang anak usia dini dan mencegah stunting sejak awal kehidupan. Sebagaimana kita ketahui, masa 8000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang dimulai sejak kehamilan hingga usia 21 tahun merupakan periode penting yang menentukan kualitas kesehatan, kecerdasan, dan produktivitas seseorang di masa depan. Terutama pada 1000 hari pertama, anak sangat rentan mengalami gangguan pertumbuhan apabila asupan gizi dan stimulasi tidak terpenuhi secara optimal.

Melalui buku saku ini, diharapkan pembaca dapat lebih memahami pentingnya pemantauan gizi dan perkembangan anak sejak dini. Informasi dalam buku ini disusun secara ringkas dan mudah dipahami, agar dapat dimanfaatkan oleh orang tua, kader posyandu, maupun tenaga kesehatan dalam upaya pencegahan stunting di lingkungan masing-masing.

Semoga buku ini membawa manfaat dan menjadi salah satu langkah kecil yang berdampak besar dalam menciptakan generasi Indonesia yang lebih sehat dan unggul.

Yogyakarta, 2025
Penyusun

Adelia Kholila Putri, Lia Dian
Ayuningrum, Prasetya Lestari

Daftar Isi

Kata Pengantar	ii
Daftar Isi	iii
Pendahuluan	1
• Definisi Stunting	2
• Dampak Jangka Panjang	2
• Pentingnya 8000 HPK	4
• 1000 HPK sebagai periode paling kritis	4
• Pentingnya Gizi dan Stimulasi Sejak Dalam Kandungan	5
• Penyebab Stunting	6
Pemantauan Status Gizi Anak	7
• Pengukuran Body Size Pada Anak	8
• Penimbangan Berat Badan Anak	9
• Cara menimbang Anak	10
• Pengukuran Panjang/Tinggi Badan Anak (PB/TB)	12
• Jenis Alat Ukur PB/TB dan menggunakannya	12
• Kartu Menuju Sehat (KMS)	14
• Cara Membaca Kurva KMS	15
• Jadwal Pemantauan Pertumbuhan Anak di Posyandu	17
Deteksi Perkembangan Anak	19
• Pengertian SDIDTK	20
• Kuesioner Pra Skrining Perkembangan	21
• Waktu dan Cara Penggunaan KPSP	22
• Aspek Perkembangan Yang di Nilai	22
Peran Orang Tua dan Kader Dalam Pencegahan Stunting	25

Kenali Tanda Bahaya pada Anak	28
• Tanda-tanda Anak Kekurangan Gizi	29
• Tanda-tanda Perkembangan Berdasarkan Usia untuk Rujukan Anak	30
• Cara Pencegahan Stunting: Membangun Generasi Sehat Sejak Dini	32
Daftar Pustaka	35



Apa Itu Stunting?



Definisi Stunting

Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan yang dialami anak-anak akibat gizi buruk, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai. Anak-anak dikatakan stunting jika tinggi badan mereka terhadap usia lebih dari dua standar deviasi di bawah median Standar Pertumbuhan Anak WHO.

Dampak Jangka Panjang

Dampak jangka panjang stunting yaitu postur tubuh tidak optimal saat dewasa, meningkatnya risiko obesitas dan penyakit lainnya, menurunnya kesehatan reproduksi, kapasitas belajar dan performa yang kurang optimal saat masa sekolah, dan produktivitas dan kapasitas kerja tidak optimal.



Kenali Perbedaan

Stunting

Tinggi badan lebih pendek dari anak seusianya

Wajah tampak lebih muda dari anak seusianya

Berat badan menurun

Berdampak pada gangguan metabolisme

Kekurangan gizi dalam jangka panjang (terutama di masa 1.000 hari pertama kehidupan anak)

Tidak adanya peningkatan berat badan dalam periode tertentu

Gizi Buruk (Wasting)

Anak tampak sangat kurus

Berat badan jauh dibawah standar

Lingkar lengan atas kecil

Ada kemungkinan perut anak menjadi buncit

Mudah mengalami infeksi karena kekebalan tubuhnya rendah

Mengakibatkan pertumbuhan anak berhenti sebelum waktunya

Disebabkan oleh kekurangan asupan gizi dalam waktu yang relatif singkat



Pentingnya 8000 HPK

Masa 8000 Hari Pertama Kehidupan, yang mencakup 1000 hari pertama dari kehamilan hingga usia dua tahun serta 7000 hari berikutnya hingga anak berusia 21 tahun, merupakan periode kritis dalam menentukan kualitas tumbuh kembang anak. Pola makan Bergizi seimbang menjadi kunci utama untuk memastikan anak mendapatkan nutrisi yang cukup guna mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan otak, serta sistem imun yang optimal.

1000 HPK sebagai periode paling kritis

1000 Hari Pertama Kehidupan mencakup masa sejak terbentuknya janin di dalam kandungan (270 hari) hingga anak berusia dua tahun pertama (730 hari). Masa ini disebut periode emas karena pertumbuhan dan perkembangan tubuh, otak, serta kemampuan kognitif anak berlangsung sangat cepat dan menentukan kualitas hidupnya di masa depan. Selama kehamilan, organ penting seperti otak, jantung, dan paru-paru mulai terbentuk. Setelah lahir, anak mulai beradaptasi dengan lingkungan dan mengalami puncak perkembangan kognitif. Kekurangan gizi pada masa ini berisiko menyebabkan gangguan pertumbuhan, penurunan kecerdasan, penyakit tidak menular, hingga stunting. Karena itu, asupan gizi harus diperhatikan sejak masa remaja, calon pengantin, ibu hamil, hingga anak usia dua tahun.



Pentingnya Gizi dan Stimulasi Sejak Dalam Kandungan

Pentingnya Gizi Seimbang Sejak Kehamilan

Asupan gizi yang baik pada ibu hamil sangat menentukan perkembangan janin:

- Protein, zat besi, asam folat, zinc, dan yodium penting untuk mencegah bayi lahir prematur, BBLR, dan risiko stunting.
- Ibu hamil dianjurkan mengonsumsi makanan beragam dan bergizi seimbang, serta tablet tambah darah (TTD) secara rutin.
- Gizi ibu yang buruk sebelum dan selama kehamilan dapat berdampak pada gangguan pertumbuhan, keterlambatan perkembangan otak, dan penyakit kronis di kemudian hari.

Pentingnya Stimulasi Sejak Dalam Kandungan

Stimulasi sederhana seperti mengajak janin berbicara, membacakan doa atau cerita, mendengarkan musik lembut, serta memberikan sentuhan lembut di perut dapat:

- Merangsang perkembangan otak dan sistem saraf janin
- Meningkatkan kemampuan janin merespon rangsangan
- Membentuk keterikatan emosional ibu dan anak sejak dini



Penyebab Stunting



01 Ibu hamil kekurangan asupan gizi

Sekitar 20 persen stunting sudah terjadi saat bayi berada dalam kandungan. Pemicunya adalah asupan gizi yang tidak memadai. Kurangnya asupan gizi ini bisa membuat ibu hamil mengalami anemia defisiensi zat besi. Akibatnya, kondisi ini bisa menghambat pertumbuhan janin.



02 Gizi anak yang tidak terpenuhi

1000 Hari Pertama Kehidupan adalah masa penting bagi tumbuh kembang anak. Kurangnya nutrisi seperti protein, zat besi, dan zinc dapat menghambat pertumbuhan. Masalah ini sering dipicu oleh posisi menyusui yang salah, tidak diberikannya ASI eksklusif, pola makan yang tidak tepat, atau MP-ASI yang kurang bernutrisi.



03 Pola asuh orang tua

Pola asuh berpengaruh besar terhadap tumbuh kembang anak. Ketidaktepatan dalam pemberian makan, seperti kurangnya perhatian pada asupan gizi, dapat meningkatkan risiko terjadinya stunting.



04 Infeksi berulang

Anak yang memiliki imunitas lemah cenderung mudah sakit. Infeksi yang berulang-ulang dapat menghambat proses pertumbuhannya hingga berujung stunting.



05 Sanitasi yang kurang baik

Keterbatasan akses untuk air bersih berperan dalam risiko stunting. Anak yang tumbuh lingkungan dengan sanitasi dan kondisi air yang tidak layak cenderung mudah terkena penyakit.



06 Kurangnya akses ke layanan kesehatan

Kurangnya akses terhadap layanan kesehatan yang memadai, termasuk pemeriksaan rutin, imunisasi, dan perawatan kesehatan anak, dapat menghambat deteksi dan penanganan dini terhadap masalah pertumbuhan anak.



Pemantauan Status Gizi Anak

Pengukuran Body Size Pada Anak

Antropometri adalah pengukuran dimensi tubuh dan komposisi dasar manusia sesuai usia dan status gizi. Pada bayi, antropometri penting untuk menilai status gizi, mendeteksi gangguan atau kegagalan pertumbuhan, menilai kecukupan ASI atau MP-ASI, serta menjadi skrining awal bagi bayi yang membutuhkan asuhan gizi khusus.

Melalui fungsi ini, antropometri memungkinkan deteksi dini dan penanganan masalah gizi secara tepat dan cepat. Pengukuran rutin di posyandu setiap bulan seperti berat dan panjang badan bertujuan memantau pertumbuhan dan status gizi bayi secara berkala. Oleh karena itu, pengukuran antropometri sangat penting untuk mendukung pemantauan tumbuh kembang bayi yang optimal.



Penimbangan Berat Badan Anak (BB)

Penimbangan berat badan adalah proses mengukur massa tubuh anak untuk mengetahui apakah pertumbuhannya sesuai dengan usianya. Menurut *World Health Organization* (WHO), berat badan merupakan indikator penting untuk menilai status gizi saat ini apakah anak mengalami gizi baik, kurang, buruk, atau lebih.



Jenis Timbangan Berat Badan:

- **Timbangan Dacin**

Digunakan dengan kain timbangan untuk bayi. Umumnya tersedia di posyandu.

- **Timbangan Digital**

Bayi diletakkan telentang, hasil langsung terbaca secara otomatis dan lebih akurat.

- **Timbangan Digital Berdiri**

Untuk anak >2 tahun yang sudah bisa berdiri sendiri. Anak berdiri tanpa alas kaki.

Cara menimbang anak menggunakan Dacin :

1. Posisikan Anda dengan tangan kanan siap menggeserkan bandul.
2. Mata penimbang tidak boleh jauh dengan (tidak boleh rendah atau tinggi) dari batang Dacin
3. Naikan anak ke dalam sarung timbang dengan posisi aman
4. Gerakan bandul geser dengan tangan kanan, sampai batang Dacin seimbang
5. Bacalah skala data pada batang dacin dengan benar selanjutnya catat angka tersebut.
6. Arahkan kembali bandul ke angka 0, kemudian anak diturunkan



Gambar 1. Pengukuran berat badan menggunakan timbangan Dacin (Sumber: [www. Google. com](http://www.Google.com))

Pengukuran menggunakan timbangan digital :

1. Letakkan timbangan pada posisi yang rata atau datar dan keras
2. Pastikan alat timbang menunjukkan angka "0.00" sebelum melakukan penimbangan dengan menekan tombol on/off
3. Pastikan anak tidak menggunakan pakaian tebal, pampers, popok, selimut dll agar mendapatkan data berat badan yang seakurat mungkin
4. Letakkan bayi ditengah timbangan, maka akan muncul angka berat badan bayi
5. Catat hasil penimbangan



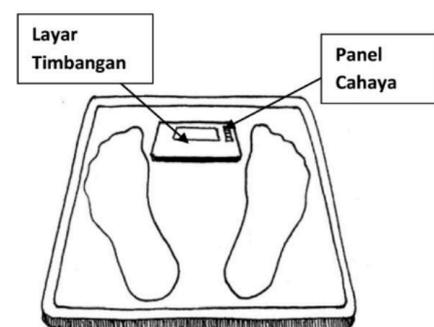
Gambar 2. Pengukuran berat badan menggunakan timbangan digital (Sumber : Canva)

Pengukuran menggunakan timbangan pegas

1. Letakkan timbangan pada posisi yang rata atau datar dan keras
2. Pastikan jarum timbangan menuju angka 0
3. Pastikan anak tidak menggunakan pakaian tebal, pampers, popok, selimut dll agar mendapatkan data berat badan yang seakurat mungkin
4. Ibu/pengasuh diminta untuk menggendong bayi tanpa menggunakan selendang
5. Jika jarum timbangan sudah menuju angka 0 mintalah ibu untuk berdiri di tengah tengah alat timbang dengan menggendong sang bayi
6. Pastikan posisi badan ibu tegak, mata lurus ke depan, kaki tidak menekuk dan kepala tidak menunduk ke bawah. Sebisa mungkin bayi dalam keadaan tenang saat ditimbang
7. Setelah ibu berdiri dengan benar, maka jarum angka menuju ke angka hasil penimbangan
8. Catat hasil penimbangan pertama
9. Ibu melakukan proses penimbangan yang sama tanpa menggendong bayi
10. Catat hasil penimbangan kedua
11. Untuk mengetahui hasil penimbangan berat badan bayi maka hasil



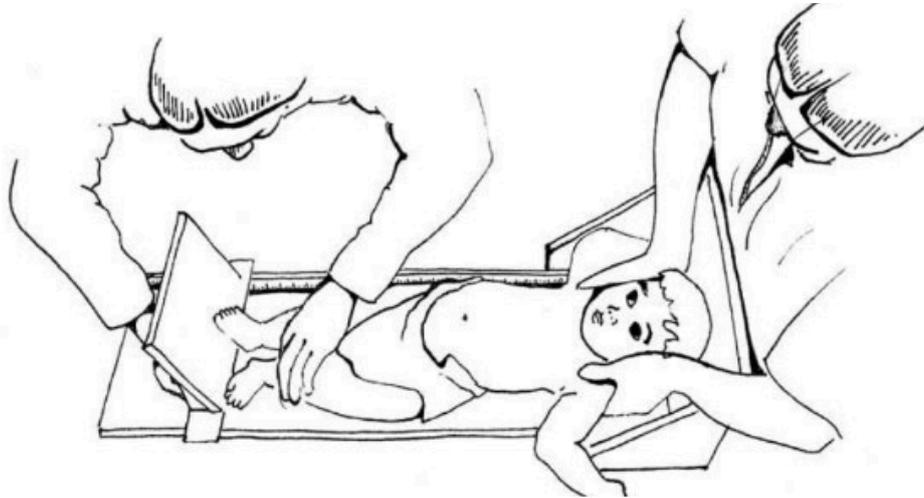
Gambar 3. Pengukuran berat badan menggunakan timbangan pegas
(Sumber: www. Google. com)



Pengukuran Panjang/Tinggi Badan Anak (PB/TB)

Pengukuran panjang bada atau tinggi badan bertujuan untuk menilai pertumbuhan linier anak.

Menurut WHO, ukuran ini digunakan untuk mendeteksi risiko stunting atau gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis. Mengukur panjang badan atau tinggi badan anak tergantung dari umur dan kemampuan anak untuk berdiri. Mengukur panjang badan dilakukan dengan cara anak berbaring (terlentang), sedangkan mengukur tinggi badan anak harus berdiri tegak

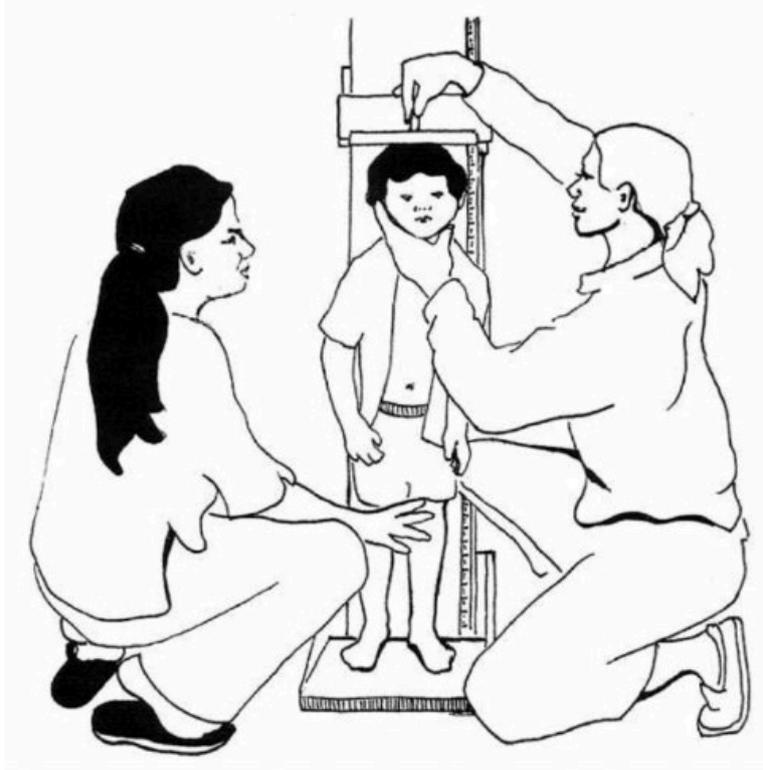


- **Infantometer**

Digunakan untuk bayi usia 0–24 bulan yang belum bisa berdiri. Bayi dibaringkan dengan kepala dan kaki menyentuh alat ukur.

1. Letakkan bayi diatas infantometer. Pastikan kepala bayi ada di headboard
2. Pengukuran panjang badan ini memerlukan 2 orang. Orang pertama memegang kepala bayi, memastikan kepala bayi tegak lurus, dan memastikan bahu dan pantat menempel dengan papan
3. Orang kedua memastikan kaki lurus dengan menekan lutut dan mendorong footboard hingga menekan telapak kaki
4. Catat hasil pengukuran dengan ketelitian 0.1cm

**Jenis Alat Ukur
PB/TB dan
menggunakannya**



• **Microtoise**

Untuk anak usia >2 tahun yang bisa berdiri. Anak berdiri tegak tanpa alas kaki.

1. Pastikan sepatu/alas kaki, kaos kaki dan hiasan rambut sudah dilepaskan
2. Posisikan anak berdiri tegak lurus di bawah alat geser microtoise, pandangan lurus ke depan
3. Posisikan anak tegak bebas, bagian belakang kepala, tulang belikat, pantat, dan tumit menempel ke dinding. Karena posisi ini sulit dilakukan pada anak obesitas, maka tidak perlu keempat titik tersebut menempel ke dinding, asalkan tulang belakang dan pinggang dalam keseimbangan (tidak membungkuk ataupun tengadah)
4. Posisikan kedua lutut dan tumit rapat
5. Pastikan posisi kepala sudah benar dengan mengecek garis Frankfort
6. Tarik kepala microtoise sampai puncak kepala anak
7. Baca angka pada jendela baca dan mata pembaca harus sejajar dengan garis merah
8. Angka yang dibaca adalah yang berada pada garis merah dari angka kecil ke arah angka besar
9. Catat hasil pengukuran tinggi badan

Kartu Menuju Sehat (KMS)

KMS adalah kartu berisi catatan perkembangan berat, tinggi, serta berbagai hal yang bertujuan untuk memantau kesehatan anak. Hasil pencatatan di KMS juga bisa digunakan untuk mendeteksi ada tidaknya gangguan pertumbuhan anak, seperti mengarah ke gizi kurang, gizi lebih, hingga obesitas.

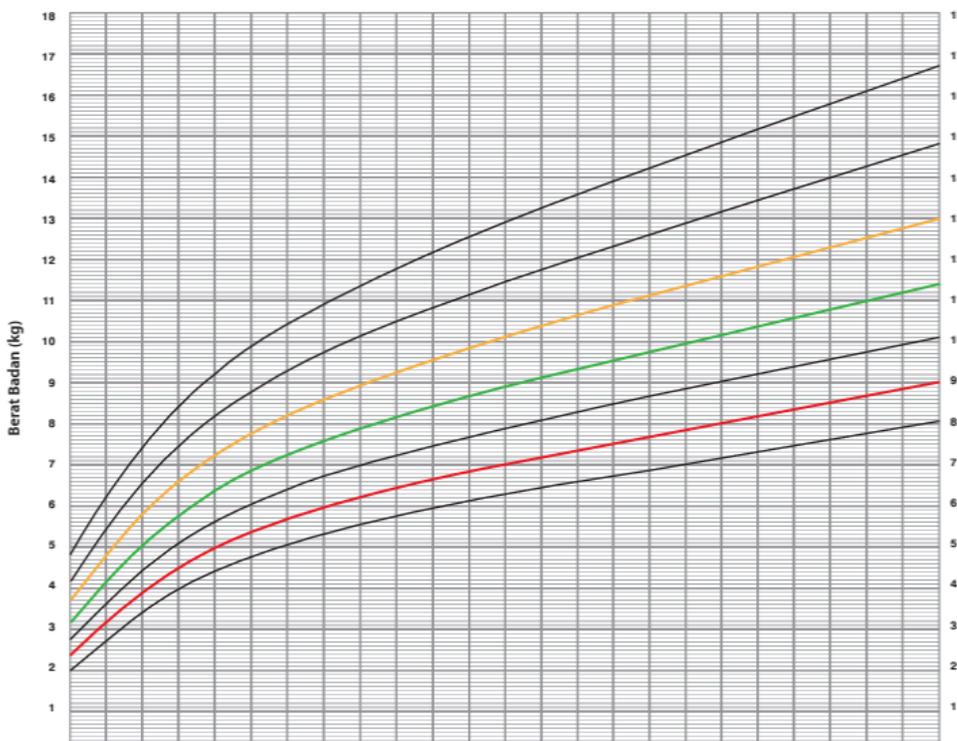


KMS
KARTU MENUJU SEHAT
Untuk Perempuan

Nama Anak : _____

Nama Posyandu : _____

Timbanglah Anak Anda Setiap Bulan
Anak Sehat, Tambah Umur Tambah Berat, Tambah Pandai



● Garis hijau, batas garis pertumbuhan normal

● Garis merah, batas garis pertumbuhan yang menandakan gizi kurang

● Garis oranye, batas garis pertumbuhan yang menandakan gizi lebih

Hasil pencatatan di KMS balita akan menentukan status berat bayi berdasarkan usia, yang bisa dibagi dalam 2 kategori, yaitu:

Naik (N), jika grafik mengikuti garis pertumbuhan atau kenaikan berat badannya lebih atau sama dengan standar kenaikan berat badan sesuai usia

Tidak naik (T), jika grafik mendatar atau menurun dari garis pertumbuhan, atau kenaikan berat badannya kurang dari standar kenaikan berat badan sesuai usia

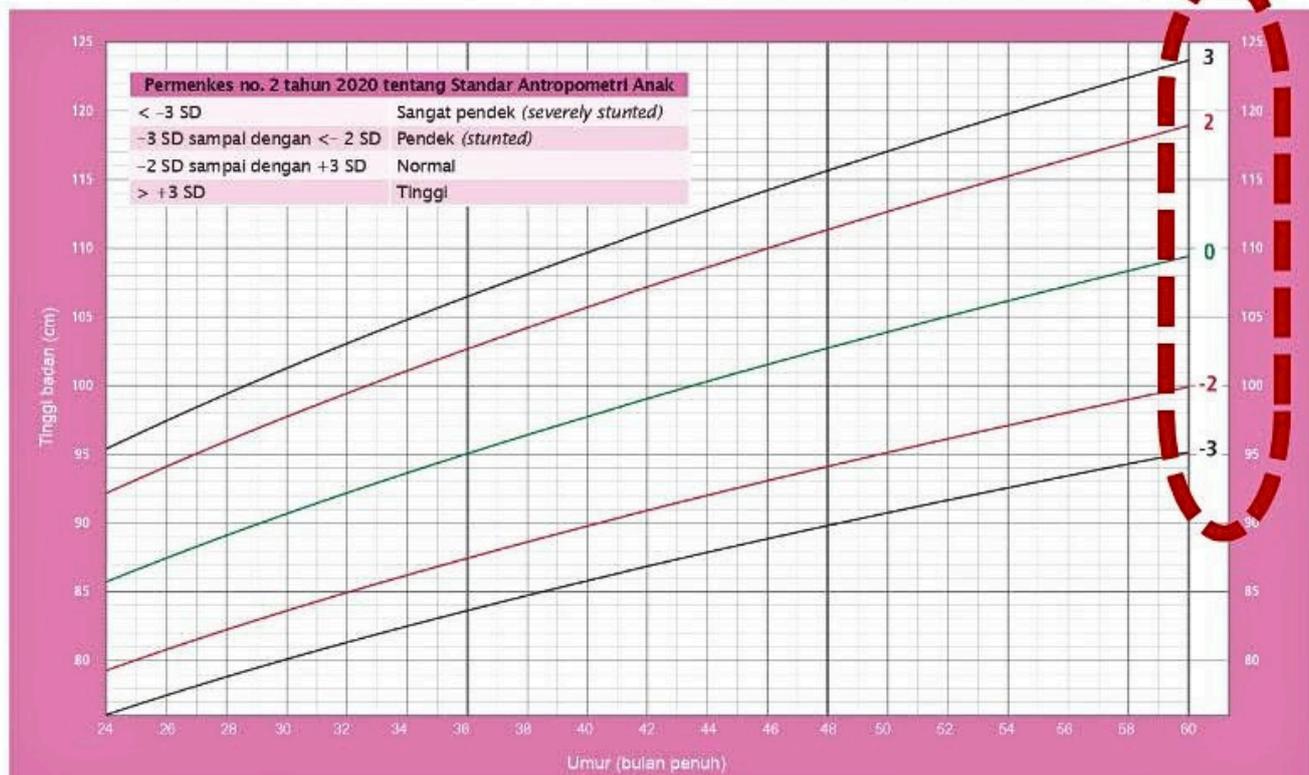
Umur (Bulan)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
Bulan Penimbangan																										
BB (kg)																										
KBM (gr)	800	900	800	600	500	400				300																
N/T																										
ASI Eksklusif																										

Cara Membaca Kurva KMS

Ketahui Arti Garis Pada Kurva Panjang Badan

Disebut sebagai Grafik Pertumbuhan Anak (GPA) untuk menandakan standar pertumbuhan ideal bagi anak. Pencatatan/ploting penting dilakukan setiap bulan.

Permenkes no. 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak	
< -3 SD	Sangat pendek (<i>severely stunted</i>)
-3 SD sampai dengan <- 2 SD	Pendek (<i>stunted</i>)
-2 SD sampai dengan +3 SD	Normal
> +3 SD	Tinggi

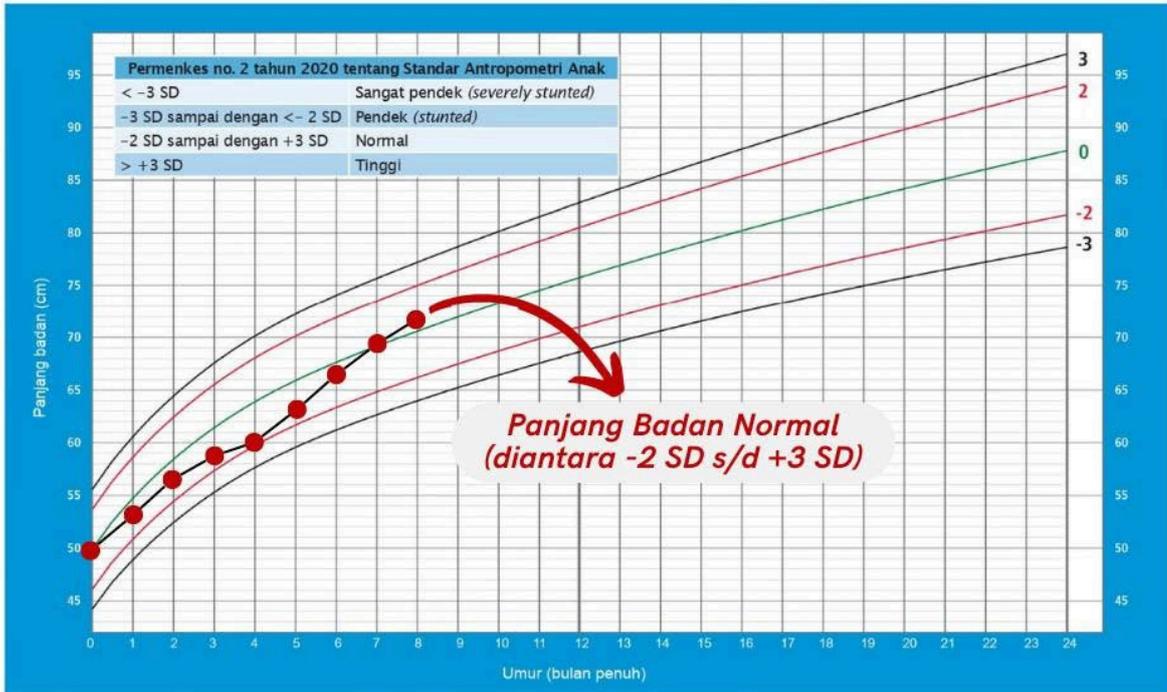


Panjang Badan Sesuai Umur

Grafik Panjang Badan Menurut Umur Anak Laki-laki

0-2 tahun

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN



Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

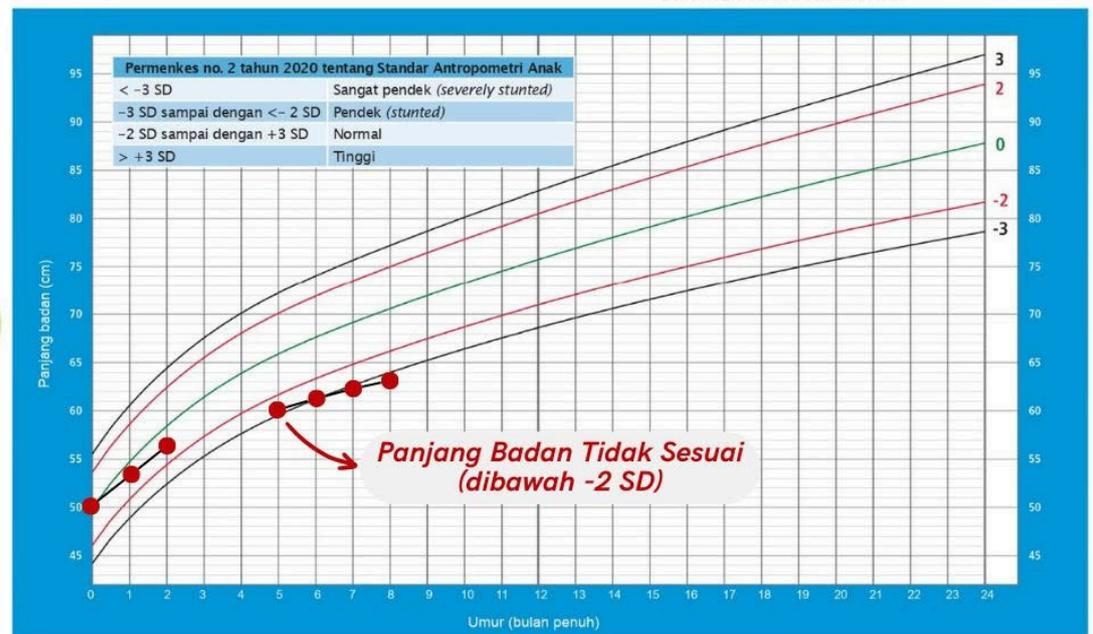
Hasil pengukuran menunjukkan panjang badan di atas garis -2

Mulai Umur 2 Bulan, Panjang Badan Anak Termasuk Pendek

Grafik Panjang Badan Menurut Umur Anak Laki-laki

0-2 tahun

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN



Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

Mulai umur 5 bulan, panjang badan anak termasuk pendek karena berada di bawah garis merah atau -2.



Jadwal Pemantauan Pertumbuhan Anak di Posyandu

Pemantauan pertumbuhan anak dilakukan secara rutin setiap bulan di posyandu, terutama untuk anak usia 0–59 bulan (balita). Pemantauan ini meliputi:



Penimbangan berat badan (BB)



Pengukuran panjang/tinggi badan (PB/TB)



Pencatatan hasil ke dalam Kartu Menuju Sehat (KMS)



Pemantauan perkembangan anak dan pemberian penyuluhan gizi

Frekuensi Pemantauan:

- **Bayi 0–12 bulan** → Setiap bulan tanpa terlewat
- **Anak usia 1–5 tahun** → Minimal 1 kali setiap 3 bulan, namun tetap dianjurkan hadir tiap bulan

Kegiatan yang Umumnya Dilakukan di Posyandu:

- Penimbangan dan pengukuran
- Pemberian vitamin A
- Deteksi tumbuh kembang (menggunakan KPSP)
- Konseling gizi dan pola asuh
- Rujukan ke puskesmas bila ditemukan masalah gizi atau perkembangan

Kenapa rutin penting?



Karena stunting tidak terjadi mendadak. Dengan pemantauan teratur, gangguan pertumbuhan bisa dideteksi **lebih awal** dan segera ditangani.





Deteksi Perkembangan Anak

Apa itu SDIDTK?



SDIDTK adalah singkatan dari Stimulasi, Deteksi, dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang. SDIDTK merupakan upaya untuk memantau tumbuh kembang anak secara rutin agar setiap penyimpangan bisa diketahui sejak dini dan segera ditangani.

Dalam pelaksanaan SDIDTK, terutama pada bagian deteksi dini, digunakan beberapa jenis kuesioner atau alat skrining untuk menilai perkembangan anak. Di antaranya:

- KPSP (Kuesioner Pra Skrining Perkembangan)
- DDST (*Denver Developmental Screening Test*)
- CHAT (*Checklist for Autism in Toddlers*)
- KMME (Kuesioner Masalah Mental Emosional)
- TDD (Tes Daya Dengar)
- TDL (Tes Daya Lihat)

Salah satu alat yang paling sering digunakan oleh tenaga kesehatan di Posyandu, Puskesmas, dan layanan kesehatan lainnya adalah KPSP, karena penggunaannya mudah, cepat, dan dapat melibatkan peran serta orang tua secara langsung.

KPSP

Kuesioner Pra Skrining Perkembangan

KPSP (Kuesioner Pra Skrining Perkembangan) adalah instrumen yang digunakan untuk mendeteksi dini penyimpangan tumbuh kembang pada anak usia 0-72 bulan. KPSP membantu mengidentifikasi apakah perkembangan anak normal atau ada keterlambatan, sehingga intervensi yang tepat dapat segera dilakukan.

KPSP berisi serangkaian pertanyaan yang ditujukan kepada orang tua atau pengasuh anak untuk mengukur perkembangan anak dalam empat aspek utama:



Motorik Kasar



Motorik Halus



Bahasa



Sosialisasi dan Kemandirian

Waktu dan Cara Penggunaan KPSP

Digunakan saat anak berusia
3,6,9,12,15,18,21,24,30,36,42,48,54,60,66,72 bulan.

Kuesioner diisi oleh petugas atau kader dengan cara mengamati langsung atau bertanya kepada orang tua.

Pertanyaan disesuaikan dengan usia anak, terdiri dari 9–10 soal per tahapan usia.

Aspek Perkembangan yang Dinilai

KPSP menilai 4 aspek utama perkembangan:

1. Motorik kasar : berdiri sendiri, melompat
2. Motorik halus : menyusun balok, menggambar
3. Bahasa : menyebut nama benda, mengikuti perintah
4. Sosial : memberi makan diri sendiri, bermain bersama

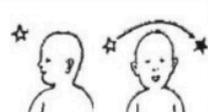
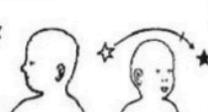
Cara Menggunakan KPSP



Kuesioner Pra Skrining Perkembangan (KPSP) Bayi Umur 3 Bulan

Alat dan bahan yang dibutuhkan:

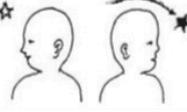
- Gulungan wool merah

Pertanyaan		Jawaban		
		Ya	Tidak	
1.	Pada saat bayi terlentang, apakah masing-masing lengan dan tungkai bergerak dengan mudah ? Jawab 'Tidak' bila salah satu atau kedua tungkai atau lengan bayi bergerak tak terarah atau tak terkendali.	Gerak kasar		
2.	Jangan membuat suara apapun. Pada saat bayi terlentang apakah ia melihat dan menatap wajah Anda?	Sosialisasi dan kemandirian		
3.	Pada saat Anda mengajak bayi berbicara dan tersenyum, apakah ia tersenyum kembali kepada Anda?	Sosialisasi dan kemandirian		
4.	Apakah bayi dapat mengeluarkan suara-suara lain (mengoceh) selain menangis?	Bicara dan bahasa		
5.	Apakah bayi suka tertawa keras walau tidak digelitik atau diraba-raba?	Bicara dan bahasa		
6.	Ambil gulungan wool merah, lalu letakkan di atas wajah di depan mata bayi. Gerakkan wool dari samping kiri ke kanan kepala atau sebaliknya. Apakah ia dapat mengikuti gerakan Anda dengan menggerakkan kepalanya dari kanan atau kiri ke tengah ? 	Gerak halus		
7.	Ambil gulungan wool merah, lalu letakkan di atas wajah di depan mata bayi. Gerakkan wool dari samping kiri ke kanan kepala atau sebaliknya. Apakah ia dapat mengikuti gerakan Anda dengan menggerakkan kepalanya dari satu sisi hampir sampai pada sisi yang lain ? 	Gerak halus		
8.	Pada saat bayi tengkurap di alas yang datar, apakah ia dapat mengangkat kepalanya seperti pada gambar? 	Gerak kasar		
9.	Pada saat bayi tengkurap di alas yang datar, apakah ia dapat mengangkat kepalanya sehingga membentuk sudut 45° seperti pada gambar? 	Gerak kasar		
10.	Pada saat bayi tengkurap di alas yang datar, apakah ia dapat mengangkat kepalanya dengan tegak seperti pada gambar? 	Gerak kasar		

Kuesioner Pra Skrining Perkembangan (KPSP) Bayi Umur 6 Bulan

Alat dan bahan yang dibutuhkan:

- Gulungan wool merah
- Kismis, kacang, atau uang logam
- Pensil
- Mainan

Pertanyaan		Jawaban		
		Ya	Tidak	
1.	Bayi diposisikan terlentang. Ambil gulungan wool merah, letakkan di atas wajah di depan mata bayi. Gerakkan wool dari samping kiri ke kanan kepala. Apakah ia dapat mengikuti gerakan Anda dengan menggerakkan kepala sepenuhnya dari satu ke sisi yang lain? 	Gerak halus		
2.	Pada posisi bayi terlentang, pegang kedua tangannya lalu tarik perlahan ke posisi duduk. Dapatkah bayi mempertahankan lehernya secara kaku seperti pada gambar? Jawab 'Tidak' bila kepala bayi jatuh kembali seperti gambar.  Jawab: YA Jawab: TIDAK	Gerak kasar		
3.	Ketika bayi tengkurap di alas yang datar, apakah ia dapat mengangkat dada dengan kedua lengannya sebagai penyangga seperti pada gambar? 	Gerak kasar		
4.	Bayi dipangku orang tua atau pengasuh. Dapatkah bayi mempertahankan posisi kepala dalam keadaan tegak dan stabil? Jawab 'Tidak' bila kepala bayi cenderung jatuh ke kanan, kiri, atau ke dadanya.	Gerak kasar		
5.	Bayi dipangku orang tua atau pengasuh. Sentuhkan pensil di punggung tangan atau ujung jari bayi (jangan meletakkan di atas telapak tangan bayi). Apakah bayi dapat menggenggam pensil itu selama beberapa detik ? 	Gerak halus		
6.	Bayi dipangku orang tua atau pengasuh. Dapatkah bayi mengarahkan matanya pada benda kecil sebesar kacang, kismis atau uang logam? Jawab 'Tidak' jika ia tidak dapat mengarahkan matanya.	Gerak halus		
7.	Bayi dipangku orang tua atau pengasuh. Dapatkah bayi meraih mainan yang diletakkan agak jauh namun masih berada dalam jangkauan tangannya ?	Gerak halus		
8.	Tanyakan kepada orang tua atau pengasuh, pernahkah bayi berbalik paling sedikit 2 kali, dari terlentang ke tengkurap atau sebaliknya?	Gerak kasar		
9.	Tanyakan kepada orang tua atau pengasuh, pernahkah bayi mengeluarkan suara gembira bernada tinggi atau memekik tetapi bukan menangis?	Bicara dan bahasa		
10.	Tanyakan kepada orang tua atau pengasuh, pernahkah orang tua atau pengasuh melihat bayi tersenyum ketika melihat mainan yang lucu, gambar, atau binatang peliharaan pada saat ia bermain sendiri?	Sosialisasi dan kemandirian		

1. Cocokkan usia anak dengan tabel KPSP pada gambar.

2. Baca setiap pertanyaan di kolom usia tersebut

3. Lakukan penilaian dengan:

- Jawab "Ya" jika anak bisa melakukan tugas yang diminta.
- Jawab "Tidak" jika anak belum mampu atau tidak mau melakukan.

4. Hitung jumlah jawaban "Ya":

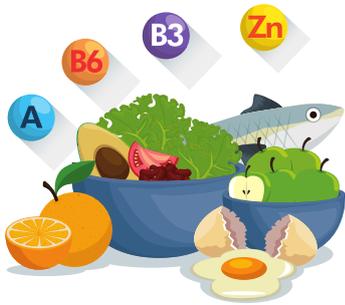
- 9–10 "Ya" → Perkembangan sesuai
- 7–8 "Ya" → Perlu evaluasi ulang 2 minggu kemudian
- 6 "Ya" → Perlu dirujuk ke fasilitas kesehatan

5. Catat hasilnya di Buku KIA atau KMS anak.



Peran Orang Tua dan Kader Posyandu dalam Pencegahan Stunting

Peran Orang Tua



01

Memastikan anak mendapat gizi seimbang sejak dalam kandungan hingga usia 5 tahun.



02

Memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan dan MP-ASI yang bergizi, bervariasi, dan aman mulai usia 6 bulan.



03

Mengikuti pemantauan rutin di posyandu setiap bulan untuk memeriksa berat badan, panjang/tinggi badan, dan perkembangan anak.



04

Melakukan stimulasi perkembangan di rumah sesuai usia anak (bicara, motorik, sosial).



05

Menjaga kebersihan dan sanitasi rumah tangga untuk mencegah diare dan infeksi.



06

Segera membawa anak ke fasilitas kesehatan jika ada tanda gizi kurang, sakit berulang, atau perkembangan terhambat.

Peran Kader

- Melakukan penimbangan dan pengukuran panjang/tinggi badan dengan alat yang benar dan sesuai standar WHO.
- Mencatat hasil di KMS dan memantau pertumbuhan anak secara berkala.
- Memberikan penyuluhan gizi dan edukasi pola asuh kepada orang tua.
- Mendeteksi dini risiko stunting dan mengarahkan orang tua untuk periksa ke puskesmas jika ditemukan masalah.
- Mengawasi pemberian vitamin, imunisasi, dan suplementasi gizi seperti tablet tambah darah untuk ibu hamil.
- Mendorong partisipasi aktif masyarakat dalam kegiatan posyandu dan program pencegahan stunting.





Kenali Tanda Bahaya pada Anak

TANDA-TANDA ANAK KEKURANGAN GIZI

Berat badan turun



Sering sakit karena daya tahan
tubuh rendah

Kulit kering dan bersisik



Pertumbuhan terhambat



Gangguan pencernaan



Sering merasa cepat lelah



Tanda-tanda Perkembangan Berdasarkan Usia untuk Rujukan Anak

Usia Anak	Tanda-tanda Bahaya
1 bulan	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak terkejut dengan suara keras. • Tidak mengikuti gerakan objek secara sekilas dengan mata.
2 bulan	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak merespons suara keras. • Tidak memperhatikan benda saat bergerak. • Tidak memasukkan tangan ke mulut. • Tidak dapat menahan kepala saat mendorong saat tengkurap.
3 bulan	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak tersenyum pada orang lain. • Tidak dapat mengangkat kepala dan mendorong dada ke atas saat tengkurap. • Tidak mengikuti gerakan dengan memutar kepala. • Tidak memasukkan tangan ke mulut. • Tidak tertawa menanggapi Anda.
4 bulan	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak memperhatikan benda saat bergerak. • Tidak tersenyum pada orang lain. • Tidak dapat menjaga kepala tetap stabil. • Tidak mendesah atau mengeluarkan suara. • Tidak memasukkan sesuatu ke dalam mulut. • Tidak mendorong dengan kaki saat telapak kaki diletakkan di permukaan yang keras. • Kesulitan menggerakkan satu atau kedua mata ke segala arah.
6 bulan	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak mencoba untuk meraih sesuatu yang berada dalam jangkauannya. • Tidak menunjukkan kasih sayang terhadap pengasuhnya. • Tidak merespons suara di dekatnya. • Kesulitan memasukkan sesuatu ke mulut. • Tampak sangat lemas, seperti boneka kain. • Tidak mengeluarkan bunyi vokal seperti "ah," "eh," "oh." • Tidak berguling ke arah mana pun. • Tidak tertawa atau mengeluarkan suara memekik. • Tampak sangat kaku, dengan otot-otot tegang.
9 bulan	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak menopang beban pada kaki dengan dukungan. • Tidak duduk dengan bantuan. • Tidak mengoceh seperti "mama," "baba," "dada." • Tidak memainkan permainan apa pun yang melibatkan permainan bolak-balik. • Tidak menanggapi nama sendiri. • Tampaknya tidak mengenali orang yang dikenalnya. • Tidak melihat ke arah yang Anda tunjuk. • Tidak memindahkan mainan dari satu tangan ke tangan lain.

Usia Anak	Tanda-tanda Bahaya
12 bulan (1 tahun)	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak merangkak. • Tidak dapat berdiri ketika ditopang. • Tidak mencari hal-hal yang tersembunyi dari pandangan sementara bayi Anda memperhatikan. • Tidak menunjuk pada sesuatu. • Tidak mempelajari gerakan seperti melambaikan tangan atau menggelengkan kepala sebagai tanda “tidak”. • Tidak mengucapkan kata tunggal seperti “mama” atau “dada.” • Kehilangan keterampilan yang pernah dimiliki.
18 bulan	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak bermaksud untuk memperlihatkan sesuatu kepada orang lain. • Tidak bisa berjalan. • Tidak tahu kegunaan benda-benda yang familiar seperti sisir, sendok atau cangkir. • Tidak meniru orang lain. • Tidak memperoleh kata-kata baru. • Tidak mengatakan sedikitnya enam kata. • Tidak peduli atau menyadari saat pengasuhnya pergi atau kembali. • Kehilangan keterampilan yang pernah dimiliki.
24 bulan (2 tahun)	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak tahu apa yang harus dilakukan dengan benda-benda umum, seperti sikat, telepon, garpu atau sendok. • Tidak menyalin tindakan dan kata-kata. • Tidak mengikuti instruksi sederhana. • Tidak menggunakan frasa dua kata seperti “minum air.” • Tidak berjalan dengan stabil. • Kehilangan keterampilan yang pernah dimiliki.
3 tahun	<ul style="list-style-type: none"> • Sering terjatuh atau kesulitan menaiki tangga. • Mengeluarkan air liur atau bicaranya tidak jelas. • Tidak dapat memainkan mainan sederhana seperti papan pasak, puzzle sederhana, atau memutar pegangan. • Tidak mengerti instruksi sederhana. • Tidak berbicara dalam kalimat. • Tidak melakukan kontak mata. • Tidak berpura-pura atau berpura-pura. • Tidak ingin bermain dengan anak-anak lain atau dengan mainan. • Kehilangan keterampilan yang pernah dimilikinya.
4 tahun	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak bisa melompat di tempat. • Kesulitan dalam mencoret-coret. • Tidak menunjukkan minat pada permainan interaktif atau khayalan. • Mengabaikan anak-anak lain atau tidak menanggapi orang di luar keluarga. • Menolak berpakaian, tidur, dan menggunakan toilet. • Tidak mengerti “sama” dan “berbeda”. • Tidak menggunakan kata “saya” dan “kamu” dengan benar. • Tidak mengikuti perintah tiga bagian.
5 tahun	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak menunjukkan beragam emosi. • Menunjukkan perilaku ekstrem seperti ketakutan yang luar biasa, agresif, pemalu atau sedih. • Tidak seperti biasanya dan tidak aktif. • Mudah terganggu dan kesulitan berkonsentrasi pada satu aktivitas selama lebih dari lima menit. • Tidak menanggapi orang lain atau hanya menanggapi secara dangkal. • Tidak bisa membedakan mana yang nyata dan mana yang khayalan. • Tidak memainkan berbagai permainan dan aktivitas. • Tidak dapat memberikan nama depan dan belakang. • Tidak menggambar gambar.



Cara Pencegahan Stunting: Membangun Generasi Sehat Sejak Dini

01 Menjaga Kesehatan dan Gizi Ibu Hamil

Pencegahan stunting dimulai sejak masa kehamilan. Ibu hamil harus mendapatkan asupan gizi yang cukup dan seimbang agar janin tumbuh optimal.

Langkah yang bisa dilakukan antara lain:

- Mengonsumsi makanan dengan gizi lengkap: karbohidrat, protein hewani dan nabati, lemak sehat, sayur, serta buah.
- Mengonsumsi suplemen zat besi dan asam folat secara teratur.
- Melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin (minimal 4 kali selama kehamilan).
- Menghindari paparan rokok, minuman beralkohol, dan stres berlebihan.
- Mencukupi kebutuhan istirahat serta tetap aktif dengan olahraga ringan, seperti berjalan kaki.

02 Pemberian ASI Eksklusif

Memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama sangat penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi dan memperkuat daya tahan tubuhnya.

Mengapa ASI Penting:

- Mengandung zat gizi lengkap yang dibutuhkan bayi.
- Melindungi dari infeksi saluran cerna dan pernapasan.
- Meningkatkan ikatan emosional antara ibu dan bayi.

03 Pemberian MPASI yang Tepat

Setelah usia 6 bulan, bayi membutuhkan Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang bergizi seimbang.

Tips Pemberian MPASI:

- Mulai dengan makanan yang halus, kemudian tingkatkan teksturnya secara bertahap.
- Berikan makanan tinggi protein seperti telur, ikan, daging, tahu, dan tempe.
- Sertakan sayur dan buah setiap hari.
- Jangan hanya memberi makanan instan atau camilan tidak bergizi.

04 Imunisasi Lengkap dan Pemantauan Tumbuh Kembang

Imunisasi penting untuk melindungi anak dari penyakit yang bisa mengganggu pertumbuhannya.

Langkah Pencegahan:

- Pastikan anak mendapatkan imunisasi dasar lengkap.
- Rutin memantau berat badan, tinggi badan, dan lingkaran kepala anak di posyandu.
- Jika ditemukan tanda-tanda gangguan tumbuh kembang, segera konsultasikan ke tenaga kesehatan.

05 Menjaga Kebersihan dan Sanitasi Lingkungan

Lingkungan yang bersih mencegah anak terkena infeksi berulang seperti diare atau cacangan, yang dapat menghambat penyerapan gizi.

Kebiasaan Sehat:

- Cuci tangan pakai sabun sebelum makan dan setelah buang air.
- Gunakan air bersih untuk minum dan memasak.
- Gunakan jamban sehat.
- Hindari anak bermain di tempat yang kotor atau dekat dengan limbah.

06 Edukasi Pola Asuh dan Perawatan Anak

Orang tua, khususnya ibu, perlu mendapatkan edukasi tentang cara merawat dan memberikan makanan yang tepat kepada anak.

Edukasi yang Perlu Diberikan:

- Cara menyusun menu seimbang untuk anak.
- Pentingnya stimulasi sejak bayi (bermain, bicara, sentuhan).
- Menyusui dengan benar dan memberi MPASI sesuai umur.
- Mengenali tanda-tanda kekurangan gizi pada anak.

07 Intervensi Terpadu dari Pemerintah dan Masyarakat

Pencegahan stunting memerlukan kerja sama lintas sektor, seperti kesehatan, pendidikan, dan sanitasi.

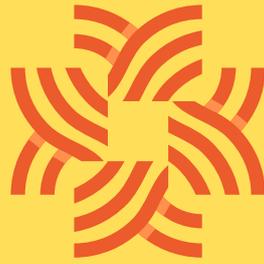
Dukungan yang Diperlukan:

- Akses ke fasilitas kesehatan yang mudah dan terjangkau.
- Bantuan makanan tambahan bagi ibu hamil dan balita kurang gizi.
- Program posyandu aktif dan terintegrasi.
- Edukasi dan pelatihan bagi kader dan masyarakat.



“Cegah stunting dengan gizi seimbang dan stimulasi perkembangan sejak dini karena anak sehat, cerdas, dan bahagia adalah masa depan bangsa yang kuat.”





DAFTAR PUSTAKA

1. Qoyyimah AU, Hartati L, Fitriani SA. Hubungan kejadian stunting dengan perkembangan anak usia 24–59 bulan di Desa Wangen Polanharjo, Klaten. *J Kebidanan*. 2020;12(1):1-110.
2. Siloam Hospitals. Ini perbedaan stunting dan gizi buruk yang perlu dipahami. Siloam Hospitals. 2024 . <https://www.siloamhospitals.com>
3. UNICEF. (2022). *Kondisi Anak-Anak Dunia 2022: Edisi Gizi* . Dana Anak-Anak Perserikatan Bangsa-Bangsa. Diakses dari <https://www.unicef.org/reports/state-of-worlds-children-2022>
4. *Frontiers in Public Health*. (2021). Diversifikasi sumber daya pangan lokal dan dampaknya terhadap luaran gizi. *Frontiers in Public Health* . <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021>
5. Sudargo, Toto dkk. 2018. *1000 Hari Pertama Kehidupan*. Pers Universitas Gadjah Mada: Yogyakarta.
6. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2024. Manfaat penimbangan balita di posyandu untuk cegah stunting. *Ayo Sehat*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/manfaat-penimbangan-balita-di-posyandu>
7. Agus Hendra AL-Rahmad. *Penilaian Status Gizi dan Pertumbuhan Balita*. Banda Aceh: Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Aceh; 2023.
8. Maddeppungeng M. *Buku Panduan Kuesioner Pra Skrining Perkembangan (KPSP)*. Makassar: Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin; 2018.
9. Puskesmas Meninting. *Cara pencegahan stunting: Membangun generasi sehat sejak dini*. 2025 [Internet]. Lombok Barat: Puskesmas Meninting. Available from: <https://puskesmasmenintinglobar>