

# Mari Cegah Generasi Mendatang dari Bahaya Stunting

Sunday, 15 May 2022 WIB, Oleh: Satria




Kita mesti mencegah generasi mendatang dari *stunting*. *Stunting* atau perawakan pendek sebetulnya adalah masalah kekurangan gizi dalam waktu yang lama. Oleh karena kekurangan gizi dalam waktu lama, maka timbul masalah gizi kronis sehingga mengganggu pertumbuhan tubuh dan perkembangan otak pada penderita.

“Bila *stunting*, maka paling tidak, 20 atau 30 tahun yang akan datang, maka anak-anak (penderita *stunting*) ini akan menjadi suatu generasi dengan kualitas yang kurang baik. Oleh karena itu, perlu kita usahakan agar generasi kedepan menjadi semakin baik dan semakin unggul,” tutur Guru Besar bidang Pendidikan Kedokteran, Prof. dr. Ova Emilia, dalam video edukasi berjudul ‘*Stunting - Deteksi dan Intervensi*’ yang dipublikasikan melalui kanal Youtube UGM Channel pada Senin, (9/5).

Berdasarkan penelitian-penelitian yang telah dilakukan, dr. Ova menjelaskan bahwa *stunting* disebabkan oleh kondisi kekurangan nutrisi sebelum hamil, kondisi kekurangan nutrisi pada saat hamil, kehamilan pada usia remaja, kemudian karena memberikan makanan pengganti ASI yang berkualitas rendah, karena interval kehamilan yang terlalu dekat, serta karena infeksi berulang.

“Jadi, faktor penyebab utama *stunting* dapat kita ringkas menjadi tiga hal, yakni karena pertumbuhan dalam rahim yang terlambat atau disebut dengan ‘janin tumbuh lambat’, kemudian yang kedua ialah nutrisi yang tidak kuat untuk mendukung pertumbuhan, dan yang ketiga adalah infeksi,” jelas dr. Ova.

Maka dari itu, untuk mencegah *stunting*, salah satu hal yang sangat perlu diperhatikan adalah 1.000 hari pertama kehidupan generasi mendatang. 1000 hari pertama disini dimulai dari perkembangan



dalam rahim ibu (kehamilan) sampai 2 tahun pertama setelah melahirkan. Kita mesti memastikan bahwa generasi mendatang mendapatkan asupan gizi yang cukup pada fase tersebut.

Dokter Ova menjelaskan selama periode 1.000 hari pertama itu terdapat kejadian pertumbuhan dan perkembangan dari organ-organ tubuh. Organ utama yang tumbuh dan berkembang adalah otak yang akan memengaruhi kepandaian atau kemampuan kognitif dari sang anak. Oleh karena itu, pemenuhan nutrisi sangat penting pada fase tersebut.

Dokter Ova menegaskan bahwa pencegahan stunting ini tidak hanya menjadi tanggung jawab sektor kesehatan. Sebab, *stunting* turut bergantung kepada permasalahan ketahanan atau kecukupan pangan, keterjangkauan dan akses pangan, kondisi higienis lingkungan sekitar, norma masyarakat, dan lain sebagainya.

Dalam video edukasi tersebut, dr. Ova juga menuturkan beberapa tips untuk mengetahui apakah nutrisi pada anak sudah tercukupi atau belum. Silahkan tonton video lengkapnya [disini](#).

Penulis: Aji

---

## **Berita Terkait**

- [Generasi Milenial Kunci Masa Depan Bangsa Lebih Sehat](#)
- [SKK UGM Gelar Pelatihan Penanggulangan dan Penanganan Bahaya Kebakaran](#)
- [Tekan Stunting, UGM dan Danone Luncurkan Buku Seri Cegah Stunting](#)
- [Program Eradikasi Stunting Melalui Pemberian Telur Alfalfa](#)
- [Mahasiswa UGM Kembangkan Aplikasi Deteksi Dini Stunting](#)