

# Bunda Harus Ketahui Hal Ini agar Anak Terhindar dari Stunting

## PENUHI KEBUTUHAN GIZI

Cegah Stunting



[Realitarakyat.com](http://Realitarakyat.com) – Praktisi kesehatan Dokter Spesialis Anak dr. Mega Oktariena mengimbau kepada seluruh orang tua agar mewaspadai stunting pada anak, dan mencegah sebelum usia anak menginjak dua tahun.

“Usia di bawah dua tahun itu *golden period* tumbuh kembang bayi, terutama perkembangan otak, yang dapat terjadi sampai 80 persen,” katanya dalam diskusi memperingati Pekan ASI Sedunia, yang diikuti secara daring di Jakarta, Rabu (2/8).

Mega mengatakan pencegahan stunting pada anak yang berusia lebih dari dua tahun tetap bisa dilakukan, namun, hasilnya tidak akan semaksimal pada anak yang berusia di bawah dua tahun.

Hal tersebut, kata dia, diakibatkan oleh kebutuhan gizi yang berbeda. Sehingga perlu upaya lebih untuk mencegah stunting terjadi pada anak berusia lebih dari dua tahun.

Adapun salah satu ciri khas dari stunting, dia menyebutkan, adalah tinggi badan anak yang lebih kecil, dibandingkan dengan anak seusianya.

“Juga nantinya berpengaruh pada perkembangan otak, yang baru terlihat pada usia sekolah,” ujar dokter yang praktik di Rumah Sakit Pusat Infeksi (RSPI) Sulianti Saroso, Jakarta itu.

Mega menjelaskan perkembangan otak yang terhambat diiringi dengan penurunan kualitas intelektual, yang ditandai dengan kesulitan anak saat mempelajari pelajaran yang menggunakan nalar seperti matematika.

Oleh karena itu, ia mengimbau kepada seluruh orang tua agar selalu memantau berat badan, tinggi badan, serta perkembangan anak agar stunting dapat diintervensi.

Pemantauan perkembangan anak, kata dia, dapat dilakukan dengan rutin membawa anak ke posyandu setiap bulan. Dengan hal tersebut, maka intervensi dapat dilakukan sebelum usia anak menginjak dua tahun.

“Kalau sudah terlanjur, sudah usia lima tahun misalnya, maka orang tua perlu mendorong anak untuk menggali dan memaksimalkan bakatnya yang lain untuk memotivasinya” kata Mega Oktariena.