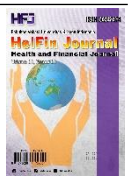
Volume 1 Nomor 2 (2024) 112-127
Health and Financial Journal
http://ejournal.uki.ac.id/index.php/hfj/index



GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN IBU DENGAN BALITA STUNTING

DESCRIPTION OF THE LEVEL OF ANXIETY OF MOTHERS WITH STUNTING TODDLERS

Diani Nur Cahyati[1], Yulia Susanti[2]*, Dona Yanuar Agus Santoso[3]

[1,2,3] Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendal

E-mail: dianinurcahyati@stikeskendal.ac.id[1], yuliasusanti@stikeskendal.ac.id[2*], donayanuar@stikeskendal.ac.id[3]

Abstrak

Prevalensi *stunting* lebih dari 20% dianggap sebagai masalah kesehatan masyarakat. Ada beberapa kabupaten di Jawa Tengah yang angka stuntingnya melebihi 20%. Jumlah kasus stunting di Kabupaten Kendal terus meningkat hingga mencapai 8,1% pada tahun 2021 dan 17,5% pada tahun 2022. Wilayah kerja Puskesmas Patebon tepatnya di Desa Kebonharjo dimana terdapat kasus stunting sebanyak 14,79% dari 3895 anak. Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan tingkat kecemasan ibu yang memiliki balita stunting. Metode penelitian ini deskriptif kuantitatif, dengan populasi ibu dengan balita stunting, menggunakan teknik total sampling yaitu 48 ibu dengan balita stunting. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Kebonharjo Patebon Kabupaten Kendal bulan September 2023 - Februari 2024. Hasil penelitian menunjukkan 4 kategori yaitu sebagian besar ibu memiliki tingkat kecemasan 0-4 kategori minimal sebanyak (56,3%), dan sebagian tingkat kecemasan ringan(14,6%), tingkat kecemasan sedang sebanyak (16,7%) dan tingkat kecemasan berat (12,5%). Diharapkan ibu sebaiknya mulai menjaga pola makan dan gaya hidup yang lebih baik, serta mengurangi rasa khawatir yang berlebihan sehingga dapat memicu timbulnya rasa cemas, meningkatkan pengetahuan tentang kecemasan sangat penting diketahui oleh seorang ibu karena untuk membantu mengurangi kekhawatiran dan memungkinkan ibu mengambil tindakan yang lebih efektif, hal ini diharapkan dapat menekan dan mencegah angka stunting.
Kata kunci: Balita, Ibu, Kecemasan, Stunting.

Abstract

A stunting prevalence of more than 20% is considered a public health problem. There are several districts in Central Java where the stunting rate exceeds 20%. The number of stunting cases in Kendal Regency continues to increase until it reaches 8.1% in 2021 and 17.5% in 2022. The work area of the Patebon Health Center is precisely in Kebonharjo Village where there are 14.79% of stunting cases out of 3895 children. The aim of this research is to describe the anxiety level of mothers who have stunted toddlers. This research method is quantitative descriptive. The population of mothers with stunted toddlers used a total sampling technique, namely 48 mothers with stunted toddlers. This research was carried out in Kebonharjo Patebon Village, Kendal Regency in September 2023 - February 2024. The results of the study showed 4 categories, namely the majority of mothers had a minimum level of anxiety of 0-4 categories (56.3%), and some had a mild level of anxiety (14.6 %), moderate anxiety levels (16.7%) and severe anxiety levels (12.5%). It is hoped that mothers should start maintaining better eating patterns and lifestyles, as well as reducing excessive worry which can trigger feelings of anxiety. Increasing knowledge about anxiety is very important for mothers to know because it helps reduce worries and allows mothers to take more effective action, this is expected to reduce and prevent stunting rates.
***Keyword**: toddlers, mother, worry, stunting.*

PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi kekurangan gizi yang kronis dan berkepanjangan. Menurut statistik kesehatan dunia 2019, Indonesia berada di posisi ketiga tertinggi dengan prevalensi stunting sebesar 36,4% di wilayah Asia Tenggara (Lehan et al., 2023). Pada tahun 2013, prevalensi balita stunting meningkat menjadi 37,2%, terdiri dari 19,2% balita pendek dan 18% balita sangat pendek. Angka stunting turun menjadi 27,5% pada tahun 2016, kemudian naik menjadi 29,6% pada tahun 2017, dan meningkat lagi menjadi 30,8% pada tahun 2018. Tingkat stunting di Indonesia menurun dari 24,4% pada tahun 2021 menjadi 21,6% pada tahun 2022 (Kemenkes, 2023).

Prevalensi stunting di atas 20% dianggap sebagai masalah kesehatan masyarakat. Secara keseluruhan, Provinsi Jawa Tengah menghadapi masalah kesehatan masyarakat karena beberapa kabupaten memiliki prevalensi stunting di atas 20%. Di Kabupaten Kendal kasus stunting terus meningkat, dari 8,1% pada tahun 2021 menjadi 17,5% pada tahun 2022. Prevalensi stunting terus naik, penelitian perlu dilakukan, terutama di wilayah kerja Puskesmas Patebon, tepatnya di Desa Kebonharjo, di mana terdapat 14,79% kasus stunting dari 3.895 anak (Dinkes Kab. Kendal, 2023).

Peran ibu sangat penting dalam mendukung upaya mengatasi masalah gizi, terutama dalam penyediaan asupan gizi bagi keluarga (Apriluana & Fikawati, 2018). Masalah stunting, jika tidak ditangani dengan cepat, dapat mengakibatkan penurunan tingkat kecerdasan anak, meningkatkan rentan terhadap penyakit, dan berisiko terhadap penurunan produktivitas di masa depan (Dian Ramadhoni dkk., 2022). Banyaknya masalah yang timbul akibat stunting juga menyebabkan banyak ibu mengalami kecemasan terkait tumbuh kembang balita. Kecemasan ini sering kali disebabkan oleh kurangnya pengetahuan, rendahnya tingkat pendidikan, kondisi ekonomi yang sulit, dan kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar.

Menurut data dari Kementerian Kesehatan (Kemenkes, 2023), tingkat stunting cenderung lebih tinggi di daerah dengan tingkat kemiskinan yang tinggi. Ini menunjukkan bahwa kondisi ekonomi yang buruk dapat mempengaruhi prevalensi stunting di suatu wilayah. Dalam konteks ini, peran ibu dalam memastikan asupan gizi yang cukup bagi keluarga sangat penting untuk mencegah

stunting dan mengoptimalkan pertumbuhan serta perkembangan anak-anak mereka.

Kecemasan adalah perasaan takut terhadap kemungkinan terjadinya sesuatu yang mendorong seseorang untuk bersiap menghadapi ancaman (Sutejo, 2018; Hanung Lidiana et al., 2022). Respon cemas ini dapat berdampak negatif pada ibu dan anak, sehingga mengurangi kualitas pengasuhan ibu terhadap anak. Kecemasan ibu terhadap kesehatan anak dapat mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis mereka. Ibu sering mengalami kelelahan karena kurang tidur, penurunan konsentrasi, serta mudah marah dan tersinggung (Iswati & Naviati, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh Saripah (2022) menunjukkan bahwa dari wawancara dengan enam ibu yang memiliki anak stunting, tiga di antaranya mengalami kecemasan berat, satu mengalami kecemasan sedang, dan dua mengalami kecemasan ringan. Semua ibu tersebut merasakan kecemasan terhadap anak mereka, namun perbedaannya terletak pada cara ibu mengatasi masalah tersebut. Ibu dengan anak stunting sering merasa gelisah, tidak tenang, takut, mengalami perubahan suasana hati, merasa malu, minder, dan cenderung menutup diri dari lingkungan serta sulit bersosialisasi. Emosi ibu juga mudah tersulut ketika ditanya tentang kesehatan anak mereka. Berdasarkan latar belakang dan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran kecemasan ibu dengan balita stunting.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah deskriptif kuantitatif dengan satu variabel. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu dengan balita stunting yang terdata dari 12 Agustus hingga 12 November 2023, dengan total sebanyak 48 ibu balita. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Kebonharjo Patebon, Kabupaten Kendal, dari September 2023 hingga Februari 2024, dengan menggunakan metode total sampling. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner GAD-7 (*Generalized Anxiety Disorder*) yang ditulis oleh Robert L dan diadaptasi oleh Andira Larasati et al., 2015, dari Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Hasil uji validitas menunjukkan nilai antara 0,648 hingga 0,800, dan uji reliabilitas menghasilkan nilai 0,867.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa lebih dari setengah

ibu yang memiliki anak stunting berusia antara 20-30 tahun, yaitu sebanyak 37 responden (77,1%). Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar ibu berpendidikan SMA, yaitu sebanyak 38 responden (79,2%). Mayoritas ibu tidak bekerja, dengan jumlah 29 responden (60,4%). Menurut analisis data pendapatan, mayoritas keluarga memiliki pendapatan antara 1-3 juta rupiah, sebanyak 37 responden (72,1%). Menurut analisis data penelitian diketahui mayoritas balita usia 25 - 60 bulan sebanyak 34 (70,8%) responden. Diketahui bahwa sebagian besar balita merupakan anak pertama sebanyak 35 responden (72,9%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, pendapatan keluarga Di Desa Kebonharjo Patebon Kabupaten Kendal (N=48)

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Usia		
20-30 tahun	37	77,1
31-40 tahun	11	22,9
Pendidikan		
SMA	38	79,2
Diploma/Sarjana	10	20,8
Pekerjaan		
Tidak bekerja	29	60,4
PNS	2	4,2
Wiraswata	14	29,2
Buruh	3	6,3
Pendapatan		
1-3 juta	37	72,1
3,5-5 juta	11	22,9

Karakteristik responden, seperti usia ibu, tingkat pendidikan, pekerjaan, pendapatan, usia anak, dan anak keberapa, dapat signifikan mempengaruhi tingkat kecemasan serta perkembangan anak yang mengalami stunting. Berdasarkan analisis dari tabel 1, mayoritas ibu di Desa Kebonharjo Kabupaten Kendal berusia 20-30 tahun, yakni sebanyak 37 (77,1%), sedangkan ibu dengan usia 31-40 tahun berjumlah 11 (22,9%). Penelitian menunjukkan bahwa ibu yang berusia 20-30 tahun rentan mengalami kecemasan karena pada rentang usia tersebut, mereka mungkin kurang memiliki pengalaman dan kesiapan dalam menentukan pola pengasuhan serta pilihan makanan yang tepat untuk anak, yang dapat menyebabkan kekhawatiran. Studi oleh Alam Putra dkk. (2021) juga mendukung bahwa usia dapat menjadi faktor penyebab kecemasan, khususnya di usia dewasa, dengan rentang usia 21-45 tahun sebagai rentang yang paling sering mengalami kecemasan.

Penelitian lainnya, seperti yang dilakukan oleh Natalya (2020) dan Demur (2020), juga menegaskan bahwa usia dewasa madya memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami kecemasan.

Secara umum, semakin bertambahnya usia ibu, biasanya pengalaman dan kematangan dalam pola pengasuhan serta pemilihan gizi anak juga bertambah. Oleh karena itu, penting untuk mempertimbangkan karakteristik ini dalam upaya penanganan kecemasan dan perbaikan pola asuh bagi ibu yang memiliki anak dengan masalah stunting.

Selain usia, tingkat pendidikan ibu juga berpotensi memengaruhi tingkat kecemasan serta gaya pengasuhan yang diterapkan oleh ibu. Berdasarkan data dari tabel 1, mayoritas ibu memiliki latar belakang pendidikan SMA sebanyak 38 orang (79,2%), sedangkan ibu dengan pendidikan diploma/sarjana hanya 10 orang (20,8%). Menurut penelitian ini, tingkat pendidikan dapat mempengaruhi kemampuan ibu dalam memberikan pola asuh kepada anak-anak mereka. Ibu yang memiliki pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik dan lebih mungkin untuk memberikan asuhan yang baik terutama dalam hal nutrisi anak. Pendidikan orang tua, baik ayah maupun ibu, serta gaya pengasuhan mereka juga dapat mempengaruhi seberapa baik mereka dapat memahami perkembangan anak. Informasi yang diperoleh tentang cara merawat, menjaga kesehatan, dan mendidik anak juga sangat berpengaruh.

Tingkat pendidikan ibu juga berhubungan dengan perkembangan anak. Ibu dengan pendidikan tinggi, misalnya lebih dari 7 tahun pendidikan formal, cenderung memiliki anak yang berkembang dengan baik. Sebaliknya, ibu dengan pendidikan yang terbatas mungkin tidak dapat memberikan dukungan yang cukup untuk perkembangan anak mereka, dan ini dapat menghambat perkembangan anak. Orang tua dengan pendidikan tinggi juga memiliki akses yang lebih luas terhadap informasi eksternal tentang pengasuhan anak dan kesehatan.

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa pendidikan orang tua memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan sosial-emosional anak. Misalnya, Indanah & Yulisetyaningrum (2019) menemukan hubungan yang signifikan antara pendidikan orang tua dan perkembangan sosial-emosional anak. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Amaranggani (2018), yang menunjukkan bahwa mayoritas orang tua memiliki pendidikan menengah. Dengan demikian, tingkat pendidikan ibu tidak

hanya memengaruhi pola asuh anak tetapi juga berpotensi mempengaruhi kesehatan dan perkembangan anak secara keseluruhan.

Berdasarkan tabel 1, hasil analisis menunjukkan bahwa jumlah ibu yang tidak bekerja lebih banyak daripada ibu yang bekerja. Jumlah ibu yang tidak bekerja sebanyak 29 (60,4%), sedangkan yang bekerja sebagai PNS hanya 2 (4,2%). Tingkat kontak yang sedikit antara orang tua dan anak bisa ditentukan baik saat mereka di rumah maupun di tempat kerja. Ketika orang tua bekerja, hal ini dapat mempengaruhi tingkat perasaan dan interaksi dengan anak. Menurut analisis peneliti, hal ini berdampak pada kecukupan gizi dalam keluarga, terutama pada balita yang membutuhkan asupan gizi yang optimal untuk pertumbuhannya.

Sebaliknya, ibu yang tidak bekerja atau berperan sebagai ibu rumah tangga memiliki kesempatan yang lebih besar untuk mengasuh dan merawat anaknya secara intensif. Penelitian oleh Setyaningrum (2018) menunjukkan bahwa ikatan antara ibu dan anak memiliki dampak signifikan terhadap perkembangan sosial-emosional anak. Stimulasi dan kontak dengan orang tua berperan penting dalam perkembangan sosial-emosional anak. Tingkat kontak yang sedikit antara anak dan orang tua dapat tercermin dari seberapa sering orang tua berada di rumah atau bekerja. Kehadiran orang tua yang bekerja cenderung mengurangi interaksi antara mereka dengan anak. Anak yang memiliki ibu yang bekerja memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami stunting dibandingkan dengan anak yang memiliki ibu yang tidak bekerja. Ini juga berdampak pada kecukupan gizi dalam keluarga, terutama untuk balita yang sangat membutuhkan asupan gizi yang memadai untuk pertumbuhannya. Sebaliknya, ibu yang tidak bekerja memiliki kesempatan lebih besar untuk memberikan perhatian dan asuhan yang baik kepada anak-anak mereka.

Berdasarkan tabel 1, tingkat pendapatan keluarga juga memiliki dampak signifikan terhadap gizi yang diterima anak, yang dapat berkontribusi pada risiko stunting. Hasil analisis menunjukkan bahwa keluarga dengan penghasilan bulanan 1-3 juta memiliki jumlah terbanyak, yaitu 37 keluarga (72,1%), dibandingkan dengan keluarga yang pendapatannya 3,5-5 juta per bulan,

hanya 11 keluarga (22,9%). Menurut hasil analisis peneliti, masalah stunting sering kali terkait dengan tingkat kecemasan yang tinggi di kalangan ibu terkait perkembangan anak mereka. Semakin rendah tingkat pendapatan keluarga, semakin terbatas pula kemampuan untuk memberikan gizi yang memadai kepada anak. Pendapatan keluarga memainkan peran krusial dalam menentukan kualitas dan kuantitas perkembangan anak, karena hal ini mempengaruhi kemampuan orang tua untuk memenuhi kebutuhan anak mereka.

Penelitian oleh Indanah & Yulisetyaningrum (2019) menunjukkan bahwa kondisi ekonomi yang rendah sering terkait dengan pendapatan keluarga yang terbatas, yang dapat berdampak pada gizi anak. Data dari Kementerian Kesehatan (Kemenkes, 2018) juga mendukung bahwa tingkat stunting cenderung lebih tinggi di daerah-daerah dengan tingkat kemiskinan yang tinggi. Dengan demikian, tingkat pendapatan keluarga tidak hanya mempengaruhi kualitas gizi yang dapat diberikan kepada anak, tetapi juga dapat menjadi faktor penting dalam mengatasi masalah stunting pada anak - anak.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi karakteristik Balita Stunting berdasarkan usia dan anak ke- Di Desa Kebonharjo Patebon Kabupaten Kendal (N=48)

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Usia		
1-24 bulan	14	29,2
25-60 bulan	34	70,8
Anak Ke-		
1	35	72,9
2	9	18,8
3	3	6,3
4	1	2,1

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik anak yang mengalami stunting dapat dilihat dari tabel 2, dimana sebagian besar anak berada dalam rentang usia 25-60 bulan, yakni sebanyak 34 anak (70,8%), sedangkan anak usia 0-24 bulan hanya 14 anak (29,2%). Menurut penelitian Wulandari (2016), masa anak usia dini merupakan masa emas ("*golden age*") yang sangat penting karena perkembangannya sangat cepat dan berpengaruh besar terhadap perkembangan selanjutnya. Pada rentang usia 25-60 bulan, anak-anak sedang aktif belajar banyak hal, termasuk pertumbuhan fisik, perkembangan motorik, sosio-emosional, dan kognitif mereka. Nutrisi yang cukup sangat penting sebagai dasar untuk perkembangan semua keterampilan ini

sepanjang masa kanak-kanak hingga dewasa.

Menurut penelitian Nadhilah & Kurniasari (2020), anak usia 2,5-6 tahun mengalami perkembangan emosional yang kuat, dengan kecenderungan mengalami kecemasan seperti ledakan amarah dan kecemburuan, yang sering kali terkait dengan perhatian dan dukungan keluarga. Studi lainnya, seperti yang dilakukan oleh Rukmana et al. (2016) dan Rahayuh et al. (2015), menunjukkan bahwa anak-anak pada usia yang lebih muda, khususnya usia 6-24 bulan, lebih rentan mengalami stunting akibat kurangnya asupan gizi yang memadai atau kondisi kronis seperti penyakit.

Penelitian Fitrie Wellina et al. (2016) juga menemukan bahwa anak-anak yang mengalami stunting umumnya berusia <18 bulan, dengan persentase yang lebih tinggi dibandingkan dengan usia ≥18 bulan. Hal ini menunjukkan bahwa kecukupan gizi pada usia dini sangat penting untuk mencegah stunting. Dapat disimpulkan bahwa usia anak pada masa "*golden age*" memiliki kebutuhan gizi yang meningkat. Kekurangan asupan gizi selama periode ini dapat meningkatkan risiko terjadinya stunting, yang dapat memiliki dampak jangka panjang terhadap perkembangan anak. Oleh karena itu, penting untuk memahami dan memenuhi kebutuhan gizi anak selama masa penting ini untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangannya secara optimal.

Berdasarkan tabel 2, hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar anak yang mengalami stunting adalah anak pertama, yaitu sebanyak 35 anak (72,9%), sedangkan hanya ada 1 responden yang menyatakan anaknya sebagai anak keempat (2,1%). Menurut penelitian, kelahiran anak pertama sering kali menjadi momen yang sangat dinantikan oleh orang tua. Oleh karena itu, persiapan yang matang baik secara materi maupun pengetahuan sangat penting. Orang tua perlu memperluas pengetahuan mereka tentang kelahiran anak pertama, termasuk literasi tentang pola asuh yang baik, nutrisi untuk ibu dan anak, serta kesehatan mental ibu. Ini adalah kesempatan yang baik bagi kedua orang tua untuk membaca dan memperdalam pengetahuan mereka.

Gerakan Keluarga Berencana juga dianggap dapat meningkatkan

kesejahteraan ibu dan anak serta menciptakan norma keluarga kecil bahagia sebagai dasar masyarakat yang sejahtera melalui pengendalian kelahiran (Kasad & Keumalahayati, 2021). Jarak kelahiran anak yang kurang dari 2 tahun diketahui dapat berpengaruh pada kesehatan bayi yang lahir, termasuk risiko lahir prematur atau berat lahir rendah, dibandingkan dengan jarak kelahiran lebih dari 2 tahun. Jarak kelahiran yang terlalu dekat juga dapat memengaruhi status gizi dalam keluarga karena menimbulkan kesulitan dalam mengelola perawatan anak dan mengganggu suasana di rumah (Lutviana & Budiono, 2010). Secara keseluruhan, jumlah anak dan jarak kelahiran mereka dapat berdampak signifikan terhadap status gizi anak dalam keluarga. Untuk ibu yang memiliki lebih dari satu anak dan jarak kelahiran yang pendek, bisa menghadapi kesulitan dalam memberikan perawatan gizi yang memadai untuk anak-anak mereka.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu Balita Stunting Di Desa Kebonharjo Patebon Kabupaten Kendal

Kecemasan	Frekuensi	Persentase
Minimal 0-4	17	56,3
Ringan 5-9	7	14,6
Sedang 10-14	8	16,7
Berat >14	6	12,5

Berdasarkan analisis distribusi frekuensi data penelitian dapat diketahui sebagian besar ibu memiliki kecemasan dalam kategori kecemasan minimal, yaitu sebanyak 17 (56,3%) responden, tetapi masih ada ibu yang memiliki kecemasan ringan sebanyak 7 (14,6%) responden, kecemasan sedang sebanyak 8 (16,7%) responden dan kecemasan berat sebanyak 6 (12,5%) responden. Data tersebut dapat dilihat pada tabel 3. Berdasarkan analisis data penelitian dapat diketahui hasil kuesioner dalam hal yang paling banyak dirasakan ibu adalah Tidak Sama Sekali (TSS) “Gelisah hingga sulit untuk duduk, diam” (79.2%) dan ibu juga tidak sama sekali “Menjadi mudah jengkel dan marah” (72.9%). Pada hal yang Kurang dari Satu Minggu (KSM) dirasakan ibu adalah “Tidak dapat menghentikan atau mengendalikan rasa khawatir” (33.3%) dan “Merasa tidak tenang (gugup, gelisah,cemas)” (39.6%). Pada hal yang Satu Minggu (SM) dirasakan ibu adalah “Tidak dapat menghentikan atau mengendalikan rasa khawatir” (33.3%) dan “Gangguan istirahat” (6.3%). Pada hal yang paling sedikit dirasakan ibu adalah rasa Hampir Setiap Hari (HSH) adalah “Merasa takut jika sesuatu yang buruk terjadi” (20.8%) dan “Terlalu khawatir banyak hal” (27.1%).

Hasil analisis data penelitian ini didapatkan ibu yang memiliki tingkat kecemasan pada kategori kecemasan minimal lebih banyak yaitu sebesar 17 (56,3%) dibandingkan dengan ibu yang memiliki tingkat kecemasan berat yang hanya diperoleh 6 (12,5%). Hasil analisis peneliti kecemasan yang timbul pada responden disebabkan oleh kurangnya pengetahuan mengenai status gizi dan cara memperbaiki status gizi anak, disamping itu juga stressor dari lingkungan turut berpengaruh terhadap tingkat kecemasan ibu terutama pada ibu muda yang belum memiliki pengalaman mengasuh anak. Pada ibu yang hampir setiap hari dapat menghentikan atau mengendalikan rasa khawatir dapat disebabkan karena ibu memiliki strategi koping yang baik serta dukungan keluarga yang baik pula. Pendapat ini didukung oleh Wulan et al (2020) yang menyatakan bahwa adanya pengetahuan dan dukungan dari keluarga akan mengurangi kecemasan yang dialami orang tua. Kecemasan (ansietas/*anxiety*) adalah gangguan alam perasaan ketakutakan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realistis (*reality testing ability*), masih baik, kepribadian masih tetap utuh tidak mengalami keretakan pribadi (*spilliting personality*), perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal (Tasya et al., 2022).

Kecemasan adalah kondisi yang ditandai oleh ketegangan fisik dan kekhawatiran berlebihan. Kecemasan pada ibu dapat disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk kurangnya pengetahuan, tingkat pendidikan yang rendah, penyakit anak, kondisi ekonomi keluarga, dan kurangnya dukungan dari keluarga. Penelitian oleh Iswati & Naviati (2017) menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan ibu, seperti usia dewasa muda, pendidikan dan pekerjaan ibu, usia anak, jenis kelamin anak, dan durasi penyakit anak. Penelitian lain juga menemukan bahwa perempuan cenderung mengalami stres lebih banyak dibandingkan laki-laki karena perempuan lebih mudah stres dan mengalami perubahan suasana hati. Studi terbaru menguatkan bahwa kondisi kejiwaan perempuan sangat dipengaruhi oleh hormon, sehingga perempuan memiliki tingkat depresi, gangguan stres, dan masalah kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki (Mubin et al., 2018).

Secara teori, perempuan lebih sensitif dan mudah terganggu oleh masalah psikologis, terutama kecemasan. Hal ini disebabkan oleh kesulitan wanita dalam mengontrol kesehatan mereka, terutama bagi yang telah mengalami menopause. Selain penurunan sistem tubuh dan hormon, stres akibat keadaan dan lingkungan juga sangat berpengaruh (Bela Pratiwi et al., 2022). Respon cemas yang muncul dapat memberikan dampak buruk bagi ibu dan anak, yang mengakibatkan pengasuhan ibu menjadi kurang optimal. Kecemasan ibu terhadap kondisi kesehatan anak dapat mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis ibu. Ibu menjadi lelah karena kurang tidur, mengalami penurunan konsentrasi, serta mudah marah dan tersinggung (Iswati & Naviati, 2017).

Semua perubahan yang dialami oleh ibu merupakan reaksi terhadap berbagai tekanan dalam hidup, yang memaksa ibu untuk beradaptasi. Perubahan psikologis yang progresif terjadi ketika ibu menghadapi situasi hidup yang penuh tekanan. Oleh karena itu, ibu harus mampu menyesuaikan diri dengan tekanan tersebut, yang dapat menyebabkan perubahan emosional negatif.

Ketidakmampuan ibu untuk beradaptasi dengan berbagai tekanan ini dapat menimbulkan gejala gangguan psikologis seperti stres atau depresi. Selain gangguan psikologis yang dialami ibu, kondisi emosional negatif selama merawat anak juga sangat terkait dengan hasil yang dapat merugikan bagi anak tersebut (Hastuti et al., 2022). Jika kecemasan dibiarkan terus-menerus, hal ini dapat berkembang menjadi depresi yang kemudian menimbulkan masalah pada anak, seperti gangguan dalam interaksi ibu dan anak, kurangnya kasih sayang, dan penurunan responsivitas (Nugraha & Keliat, 2020). Kesehatan mental ibu dapat menjadi faktor penyebab stunting pada anak. Berbagai masalah psikologis, fisik, dan sosial dapat muncul sebagai dampak berkelanjutan, seperti avoidance, kecemasan, penyakit kronis, kelelahan, perubahan citra tubuh, penurunan harga diri, dan penurunan motivasi dalam perawatan kesehatan. Semua ini dapat berdampak negatif pada kualitas hidup ibu, yang pada gilirannya mempengaruhi kondisi anak-anak yang dilahirkan, berpotensi menyebabkan stunting (Burden et al., 2016).

Ibu akan menjadi pengasuh utama baik untuk anak normal maupun anak

stunting. Peran pengasuh sangat penting dalam proses tumbuh kembang anak. Faktor ini mempengaruhi praktik pengasuhan, yang pada akhirnya berdampak pada asupan gizi dan kesehatan bayi, sehingga mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan mereka. Kurangnya interaksi ibu dan rendahnya stimulus psikososial tertentu juga dapat berdampak negatif pada pertumbuhan anak stunting (Masrul et al., 2019). Dengan demikian, ibu memegang peranan kunci dalam proses tumbuh kembang anak. Kecemasan yang tidak ditangani dengan baik tidak hanya dapat menimbulkan masalah pada ibu tetapi juga pada anak. Pentingnya koping stres dan dukungan keluarga yang baik dapat memberikan dampak positif pada ibu, sehingga tingkat kecemasan ibu dapat menurun atau bahkan hilang. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga yang optimal sangat penting untuk pemenuhan status gizi balita. Dukungan keluarga berfungsi sebagai elemen internal dalam keluarga (Susanti et al., 2018). Penelitian oleh Zuhrotunida & Yudiharto (2017) menguatkan bahwa kualitas dan kuantitas dukungan keluarga dapat dinilai dari tiga parameter: dukungan materi, informasi, dan psikologis. Dengan demikian, dukungan keluarga yang diberikan kepada ibu akan membentuk koping yang efektif, mengurangi masalah psikologis seperti kecemasan pada ibu.

KESIMPULAN DAN SARAN

Simpulan penelitian ini bahwa sebagian besar responden berusia 20-30 tahun (77.1%), berpendidikan SMA, (79,2%) ibu tidak bekerja (60,4%) serta, memiliki pendapatan keluarga sebesar 1-3 juta (77,1%). Karakteristik Balita sebagian besar berusia 25-60 bulan (70,8%) dan merupakan anak pertama (72,9%). Sebagian besar ibu memiliki tingkat kecemasan minimal (56,5%), tingkat kecemasan ringan (14,6%), tingkat kecemasan sedang (16,7%) dan tingkat kecemasan berat (12,5%). Mengatasi permasalahan kecemasan pada ibu dengan Balita stunting adalah dengan dukungan dari keluarga.

REFERENSI

Abdul, D., & Asaf, S. (2019). Upaya Pemenuhan Kebutuhan Dasar Manusia. Jurnal Ilmiah Cakrawarti, 2(2), 26–31. https://doi.org/10.47532/JIC.V2I2.126

Apriluana, G., & Fikawati, S. (2018). Analisis Faktor-Faktor Risiko

terhadap Kejadian Stunting pada Balita (0-59 Bulan) di Negara Berkembang dan Asia Tenggara. Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 28(4), 247–256. https://doi.org/10.22435/MPK.V28I4.472

Atmi Rahmawati, L., Ranggauni Hardy, F., Anggraeni Dyah Purbasari Program Studi, A. S., Masyarakat, K., & Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Abstrak, F. (t.t.). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stunting Sangat Pendek dan Pendek pada Anak Usia 24-59 Bulan di Kecamatan Sawah Besar. Dalam Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat (Vol. 12).

Bidan, B., Skripsi, Y., Studi, P., & Kebidanan, S. (t.t.). HUBUNGAN KECEMASAN TERHADAP PENGELUARAN ASI PADA IBU POST PARTUM DI KLINIK PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN ALIH JENJANG SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN DHARMA HUSADA BANDUNG 2023.

Burden, C., Bradley, S., Storey, C., Ellis, A., Heazell, A. E. P., Downe, S., Cacciatore, J., & Siassakos, D. (2016). From grief, guilt pain and stigma to hope and pride - a systematic review and meta-analysis of mixed-method research of the psychosocial impact of stillbirth. BMC Pregnancy and Childbirth, 16(1), 1–12. https://doi.org/10.1186/S12884-016-0800-8/FIGURES/6

Hanung Lidiana, E., Hartutik, S., Mustikasari, H., Ilmu Kesehatan, F., & Surakarta, A. (t.t.). DENGAN PEMBERIAN TERAPI HOPNOSIS LIMA DI DESA JATI KABUPATEN KARANGANYAR. https://jurnal.aiska-university.ac.id/index.php/Empowerment

Hayaturrahmi, & Halimuddin. (2018). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TINGKAT KECEMASAN KELUARGA PASIEN DI INSTALASI GAWAT DARURAT FACTORS WHICH AFFECTS THE ANXIETY LEVEL OF PATIENT'S FAMILY IN EMERGENCY ROOM: Vol. III (Nomor 3).

Julianti, E., & Elni. (2020). Determinants of Stunting in Children Aged 12-59 Months. Nurse Media Journal of Nursing, 10(1), 36–45. https://doi.org/10.14710/NMJN.V10I1.25770

JUNILAWATI, L. (2018). FAKTOR YANG MEMENGARUHI EFEKTIVITAS PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN PADA BALITA GIZI KURANG DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS LANGSA LAMA TAHUN 2018. http://repository.helvetia.ac.id

Keperawatan Silampari Volume, J., Virjunesty Lehan, A., Asrianti Utami, T., Wirdani Ningsih, P., & Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus, S. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita. Jurnal Keperawatan Silampari, 6(2), 961–972. https://doi.org/10.31539/JKS.V6I2.4856

Kesehatan, J., Saintika, M., Ed Z N A Sa I T I K A, S. Y., Dewi, D. R., & Demur, N. (2021). Hubungan Karakteristik dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Terpasang Infus di Ruang Rawat Inap Interne. Jurnal Kesehatan Medika Saintika, 11(1), 16–26. https://doi.org/10.30633/JKMS.V11I1.504

Mustika Aji Nugroho, N., Sarwo Prayogi, A., Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, M., & Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, D. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Audio Visual Android Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Spinal Anestesi di RSU PKU Muhammadiyah Bantul. Jurnal Teknologi Kesehatan (Journal of Health Technology), 16(1), 08–15. https://doi.org/10.29238/JTK.V16I1.558

Natalya, W., Sarjana, P., Fikes, K., Muhammadiyah, U., & Pekalongan, P. (2020). GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN WARGA TERDAMPAK COVID 19 DI KECAMATAN COMAL KABUPATEN PEMALANG. Prosiding University Research Colloquium, 458–463. https://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1230

Notoatmodjo, S. (1997). Ilmu kesehatan masyarakat : prinsip-prinsip dasar / Soekidjo Notoatmodjo. 214. https://books.google.com/books/about/Ilmu_kesehatan_masyarakat.html?id=AJpunQEACAAJ

Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4%. (t.t.). Diambil 1 Agustus 2024, dari https://www.kemkes.go.id/id/rilis-kesehatan/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-ke-216-dari-244

Putra, F. A. I., & Widayanti, I. (2021). FAKTOR-FAKTOR PENYEBAP KECEMASAN ORANG TUA TERHADAP HOSPITALISASI BAYI DI KAMAR BAYI RESIKO TINGGI. Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (JIKI), 14(2), 34–43. https://doi.org/10.47942/JIKI.V14I2.793

Rahmidini, A., & Program Studi III Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Respati, Mk. D. (2020). Prosiding Seminar Nasional Kesehatan "Peran Tenaga Kesehatan Dalam Menurunkan Kejadian Stunting.

SARI, Y. (2022). GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MENGHADAPI PERSALINAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS AEK GODANG KABUPATEN PADANG LAWAS UTARA TAHUN 2021. http://localhost:8080/xmlui/handle/123456789/3054

sasasa1212. (t.t.).

Selamat Datang di Direktorat Promosi Kesehatan Dan Pemberdayaan Masyarakat. (t.t.). Diambil 1 Agustus 2024, dari https://promkes.kemkes.go.id/?P=8486

Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B. W., & Löwe, B. (2006a). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: The GAD-7. Archives of Internal Medicine, 166(10), 1092–1097. https://doi.org/10.1001/ARCHINTE.166.10.1092

Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B. W., & Löwe, B. (2006b). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: The GAD-7. Archives of Internal Medicine, 166(10), 1092–1097.

https://doi.org/10.1001/ARCHINTE.166.10.1092

Tri, S., Lestari, L., Studi Keperawatan, P., Kedokteran, F., Tanjungpura, U., & Hadari Nawawi, J. H. (t.t.). HUBUNGAN PEMENUHAN KEBUTUHAN ASUH IBU TERHADAP STATUS STUNTING PADA BALITA USIA 1-5 TAHUN DI PUSKESMAS X KABUPATEN KUBU RAYA THE RELATIONSHIP OF MATERNAL NEEDS FULFILMENT AND CASES OF STUNTING ON CHILDREN AT THE AGE OF 1-5 YEARS OLD AT PUSKESMAS X REGENERANCY OF KUBU RAYA.

Wulandari, H. W., & Kusumastuti, I. (2020). Pengaruh Peran Bidan, Peran Kader, Dukungan Keluarga dan Motivasi Ibu terhadap Perilaku Ibu dalam Pencegahan Stunting pada Balitanya. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 19(02), 73–80. https://doi.org/10.33221/JIKES.V19I02.548