

**LITERATUR REVIEW: FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TUMBUH
KEMBANG BALITA**

**LITERATURE REVIEW: FACTORS AFFECTING TODDLER GROWTH AND
DEVELOPMENT**

Fauzul Husna¹, Riadinata Shinta P², Yulia Adhistry³, Fika Pratiwi⁴

^{1,2,3,4} Prodi D III Kebidanan Universitas Islam Mulia Yogyakarta

fauzul.husna@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang : Periode balita (0–5 tahun) merupakan masa emas pertumbuhan dan perkembangan anak. Kualitas tumbuh kembang balita dipengaruhi oleh berbagai faktor, mulai dari asupan gizi, stimulasi, pola asuh, lingkungan, serta akses terhadap layanan kesehatan. Gagalnya proses tumbuh kembang pada periode ini dapat menyebabkan dampak jangka panjang, termasuk rendahnya kecerdasan, gangguan perilaku, serta peningkatan risiko penyakit degeneratif.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang balita, dengan fokus pada aspek gizi, pola asuh, stimulasi perkembangan, dan akses terhadap layanan Kesehatan

Metode : Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kajian literatur yang mengumpulkan data dari 10 jurnal ilmiah yang diterbitkan dalam 10 tahun terakhir.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa gizi yang buruk, terutama stunting, berdampak negatif pada perkembangan motorik dan kognitif balita. Pola asuh yang responsif dan stimulasi yang adekuat juga terbukti mendukung perkembangan sosial dan emosional anak. Pembahasan lebih lanjut mengungkapkan bahwa kondisi sosial ekonomi, pendidikan ibu, serta akses terhadap layanan kesehatan memainkan peran penting dalam menyediakan lingkungan yang mendukung tumbuh kembang anak.

Kesimpulan : faktor internal dan eksternal seperti gizi, pola asuh, edukasi orang tua, dan dukungan sosial sangat mempengaruhi tumbuh kembang balita. Oleh karena itu, pendekatan holistik yang melibatkan orang tua, masyarakat, dan layanan kesehatan diperlukan untuk memastikan perkembangan anak yang optimal.

Kata Kunci:Tumbuh kembang balita, gizi, pola asuh, stimulasi, layanan kesehatan

ABSTRACT

Background: The toddler period (0–5 years) is a golden phase for a child's growth and development. The quality of toddler development is influenced by various factors, including nutritional intake, stimulation, parenting style, environment, and access to healthcare services. Failure in the growth and development process during this period can result in long-term consequences, including reduced intelligence, behavioral disorders, and an increased risk of degenerative diseases.

Objective: This study aims to analyze the factors that influence toddler development, with a focus on nutrition, parenting style, developmental stimulation, and access to healthcare services.**Method**: The method used in this study is a literature review that collected data from 10 scientific journals published within the last 10 years.**Results**: The results show that poor nutrition, particularly stunting, has a negative impact on toddlers' motor and cognitive development. Responsive parenting and adequate stimulation have also been proven to support children's social and emotional development. Further discussion reveals that socioeconomic conditions, maternal education, and access to health services play crucial roles in providing an environment that supports child development.

Conclusion: In conclusion, internal and external factors such as nutrition, parenting style, parental education, and social support significantly affect toddler development. Therefore, a holistic approach involving parents, communities, and healthcare services is needed to ensure optimal child development.

Keywords: Toddler development, nutrition, parenting style, stimulation, healthcare services

Pendahuluan

Masa balita merupakan periode kritis dan sensitif dalam perkembangan individu. Pada masa ini terjadi proses pertumbuhan fisik yang cepat serta perkembangan kognitif, sosial, emosional, dan bahasa yang signifikan. Tumbuh kembang yang optimal hanya dapat tercapai apabila anak mendapatkan asuhan yang memadai, nutrisi yang cukup, serta stimulasi yang sesuai dengan tahapan usianya.¹

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa salah satu faktor utama yang memengaruhi tumbuh kembang balita adalah status gizi. Anak yang mengalami kekurangan gizi, khususnya stunting, memiliki risiko tinggi mengalami gangguan perkembangan baik secara fisik maupun mental². Selain itu, peran orang tua dalam memberikan stimulasi dan pola asuh yang tepat juga turut berkontribusi besar terhadap kemajuan perkembangan anak.⁶

Selama masa pandemi COVID-19, muncul tantangan baru dalam upaya pemenuhan kebutuhan dasar anak. Keterbatasan ekonomi, akses terhadap layanan kesehatan, dan kurangnya informasi menjadi hambatan dalam pemantauan serta stimulasi tumbuh kembang anak, terutama di keluarga dengan latar belakang sosial ekonomi rendah.³

Pemerintah telah menetapkan program pemantauan tumbuh kembang melalui posyandu dan pelayanan kesehatan dasar, namun efektivitasnya sangat tergantung pada pengetahuan dan keterlibatan orang tua serta kader kesehatan di lapangan⁴. Oleh karena itu, penting dilakukan telaah terhadap

literatur-literatur ilmiah guna memahami berbagai faktor yang berkontribusi terhadap tumbuh kembang anak sebagai dasar untuk menyusun kebijakan intervensi yang tepat.

Penelitian ini menggunakan metode literature review sistematis dengan menelaah 10 jurnal ilmiah yang diterbitkan dalam 10 tahun terakhir (2015–2024), baik nasional maupun internasional. Artikel dipilih melalui pencarian di database seperti Google Scholar, DOAJ, Garuda, dan PubMed dengan kata kunci “tumbuh kembang balita”, “perkembangan anak usia dini”, dan “stunting”. Kriteria inklusi meliputi artikel penelitian asli dalam bahasa Indonesia atau Inggris yang membahas aspek tumbuh kembang balita usia 0–5 tahun. Artikel dianalisis berdasarkan tujuan, metode, hasil, dan kesimpulannya untuk menemukan pola, perbedaan, dan kesamaan yang relevan dengan topik.

Hasil dan pembahasan

Hasil

Hasil telaah dari 10 jurnal yang dikaji menunjukkan bahwa tumbuh kembang balita dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal, seperti status gizi, pola asuh, stimulasi dini, kondisi sosial ekonomi keluarga, serta peran layanan kesehatan dan pendidikan. Mayoritas studi yang dianalisis menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan instrumen pengukuran berupa Kuesioner Pra Skrining Perkembangan (KPSP), Denver II, atau alat ukur perkembangan lainnya.

1. Faktor Gizi dan Stunting

Beberapa jurnal (Murniati, 2022; Hindiarti et al., 2023)^{1,2} menyoroti bahwa anak dengan status gizi buruk, terutama stunting, memiliki risiko keterlambatan perkembangan motorik dan kognitif. Hasil ini konsisten dengan jurnal Gannika (2023)² yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara status gizi dan perkembangan adaptif anak usia 1–5 tahun. Artinya, asupan gizi yang tidak memadai dalam masa emas pertumbuhan dapat menghambat proses perkembangan anak secara menyeluruh

2. Pola Asuh dan Stimulasi Dini

Pola asuh terbukti berpengaruh kuat terhadap perkembangan motorik dan sosial anak. Studi oleh Attaya et al. (2023)⁶ di wilayah urban menunjukkan bahwa anak-anak yang diasuh dengan pola asuh demokratis dan penuh dukungan memiliki perkembangan motorik yang lebih optimal. Hal ini diperkuat oleh penelitian Hindiarti et al. (2023)⁵ yang menggabungkan pemberian makanan tambahan dengan stimulasi perkembangan dan menghasilkan peningkatan signifikan pada perkembangan anak balita.

3. Faktor Sosial Ekonomi dan Pendidikan Ibu

Sari & Sulistyaningsih (2022)³ serta Kusumaningrum et al. (2024)⁷ menyoroti pentingnya kondisi sosial ekonomi dan tingkat pendidikan ibu dalam mendukung perkembangan anak. Ibu dengan pendidikan lebih tinggi cenderung lebih responsif terhadap kebutuhan tumbuh kembang anak dan lebih aktif dalam mencari layanan kesehatan atau informasi tumbuh kembang. Keluarga dengan kondisi ekonomi yang lebih baik juga cenderung mampu menyediakan

makanan bergizi dan stimulasi yang cukup.

4. Peran Layanan Kesehatan dan Edukasi

Wulandari & Puspita (2024)⁴ serta Hibana & Surahman (2021)¹⁰ menunjukkan bahwa pelatihan dan edukasi kepada orang tua dan kader Posyandu secara signifikan meningkatkan pemahaman dan kemampuan dalam memantau perkembangan anak. Posyandu sebagai layanan dasar di masyarakat memiliki peran penting dalam deteksi dini keterlambatan perkembangan. Pelatihan KPSP terbukti meningkatkan kemampuan kader dalam melakukan skrining awal perkembangan.

5. Aspek Lain: Tidur dan Lingkungan

Reynaud et al. (2019)⁸ menambahkan bahwa durasi tidur anak juga merupakan faktor penting dalam perkembangan kognitif dan emosional anak prasekolah. Kurangnya tidur terbukti berkorelasi negatif terhadap perhatian, regulasi emosi, dan memori kerja anak.

Pembahasan

Hasil kajian dari berbagai jurnal ilmiah menunjukkan bahwa tumbuh kembang balita dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal yang saling terkait, di antaranya status gizi, pola asuh, stimulasi perkembangan, kondisi sosial ekonomi keluarga, serta akses terhadap layanan kesehatan. Penelitian yang dilakukan oleh Murniati (2022)¹ dan Gannika (2023)² mengungkapkan bahwa status gizi sangat menentukan perkembangan motorik dan kognitif anak. Anak dengan status gizi buruk, seperti yang

ditemukan pada kasus stunting, cenderung mengalami keterlambatan dalam perkembangan fisik dan kognitif, termasuk kemampuan motorik kasar seperti duduk dan berjalan. Temuan ini sejalan dengan penelitian lain oleh Hindiarti et al. (2023)⁵ yang menunjukkan bahwa pemberian makanan tambahan yang terintegrasi dengan stimulasi perkembangan dapat mempercepat pemulihan perkembangan motorik dan bahasa pada balita dengan masalah gizi.

Selain itu, pola asuh juga berperan besar dalam mendukung tumbuh kembang anak. Attaya et al. (2023)² menunjukkan bahwa anak yang dibesarkan dalam pola asuh demokratis, yang memberikan ruang untuk anak berinteraksi, bereksplorasi, dan belajar mandiri, memiliki perkembangan motorik dan sosial yang lebih optimal dibandingkan dengan anak yang dibesarkan dalam pola asuh otoriter atau permisif. Hal ini menunjukkan bahwa interaksi positif antara orang tua dan anak, baik dalam bentuk permainan edukatif maupun diskusi, dapat merangsang perkembangan otak dan keterampilan sosial anak.

Pendidikan ibu dan kondisi sosial ekonomi juga menjadi faktor penting dalam mendukung perkembangan balita. Kusumaningrum et al. (2024)⁴ mengungkapkan bahwa ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung lebih memahami kebutuhan perkembangan anak dan lebih aktif mencari informasi mengenai tumbuh kembang anak. Keluarga dengan kondisi sosial ekonomi yang baik juga dapat menyediakan makanan bergizi, akses ke layanan kesehatan, serta lingkungan yang mendukung stimulasi motorik dan

kognitif anak. Sebaliknya, keluarga dengan keterbatasan ekonomi seringkali kesulitan menyediakan kebutuhan dasar yang dibutuhkan untuk mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

Lebih lanjut, peran layanan kesehatan masyarakat, seperti yang dibahas oleh Wulandari & Puspita (2024)⁴ dan Hibana & Surahman (2021)¹⁰, juga sangat penting dalam mendukung deteksi dini keterlambatan perkembangan dan memberikan edukasi kepada orang tua. Posyandu dan kader kesehatan berfungsi sebagai pintu gerbang untuk memantau perkembangan anak, memberikan informasi mengenai tumbuh kembang, serta melakukan intervensi dini jika ditemukan masalah perkembangan. Penelitian ini menunjukkan bahwa kader yang terlatih dengan baik memiliki kemampuan lebih untuk mengenali tanda-tanda keterlambatan perkembangan pada balita, sehingga dapat segera memberikan rekomendasi atau rujukan ke layanan kesehatan yang lebih lanjut.

Terakhir, faktor lingkungan, seperti durasi tidur, juga turut mempengaruhi tumbuh kembang balita. Penelitian oleh Reynaud et al. (2019)⁹ mengungkapkan bahwa kualitas dan durasi tidur yang cukup dapat meningkatkan konsentrasi, daya ingat, serta keterampilan sosial anak. Kurangnya tidur pada anak prasekolah berdampak negatif pada kemampuan mereka untuk memproses informasi, mengatur emosi, dan berinteraksi dengan teman sebaya. Oleh karena itu, penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung tidur yang sehat bagi anak-anak.

Secara keseluruhan, penelitian-penelitian ini menegaskan pentingnya pendekatan holistik dalam mendukung tumbuh kembang balita, dengan melibatkan faktor gizi, pola asuh, stimulasi perkembangan, serta dukungan dari layanan kesehatan dan keluarga. Meskipun setiap faktor memiliki peran pentingnya masing-masing, temuan ini menunjukkan bahwa integrasi berbagai faktor tersebut akan memberikan hasil yang lebih optimal dalam mendukung perkembangan balita secara menyeluruh.

Dari 10 jurnal yang dikaji, terdapat sejumlah persamaan yang mencolok dalam hasil penelitian mengenai tumbuh kembang balita. Secara umum, seluruh jurnal sepakat bahwa faktor gizi, pola asuh, stimulasi perkembangan, dan akses terhadap layanan kesehatan adalah elemen-elemen utama yang memengaruhi perkembangan anak usia dini. Setiap jurnal menyoroti pentingnya periode emas dalam kehidupan anak (0–5 tahun) sebagai waktu kritis bagi perkembangan fisik dan mental yang optimal. Sebagian besar penelitian, seperti yang dilakukan oleh Murniati (2022)¹, Gannika (2023)², dan Hindiarti et al. (2023)⁵, menunjukkan hubungan langsung antara status gizi (terutama stunting) dengan keterlambatan perkembangan motorik dan kognitif. Selain itu, pola asuh yang responsif, seperti yang dijelaskan oleh Attaya et al. (2023)⁶, juga dianggap sebagai faktor penentu dalam memfasilitasi perkembangan sosial dan emosional anak.

Namun, terdapat perbedaan dalam pendekatan dan fokus penelitian masing-masing jurnal. Beberapa jurnal, seperti penelitian

oleh Murniati (2022)¹ dan Hindiarti et al. (2023)⁵, lebih menekankan pada pengaruh gizi buruk dan intervensi terkait status gizi terhadap tumbuh kembang balita. Di sisi lain, jurnal seperti Attaya et al. (2023)⁶ lebih fokus pada pola asuh dan dampaknya terhadap kemampuan motorik serta sosial anak. Jurnal lainnya, seperti yang dilakukan oleh Kusumaningrum et al. (2024)⁷, menekankan pada peran pendidikan ibu dan kondisi sosial ekonomi dalam mendukung akses terhadap informasi dan layanan yang dibutuhkan untuk perkembangan anak. Sementara itu, penelitian oleh Wulandari & Puspita (2024)⁴ dan Hibana & Surahman (2021)¹⁰ lebih banyak mengkaji peran Posyandu dan kader kesehatan dalam memantau perkembangan anak serta memberikan edukasi kepada orang tua.

Faktor sosial dan ekonomi, yang menjadi fokus utama dalam jurnal oleh Kusumaningrum et al. (2024)⁷, memberikan pandangan berbeda dibandingkan dengan jurnal lain yang lebih menekankan pada intervensi berbasis gizi atau pola asuh. Sementara beberapa jurnal, seperti oleh Reynaud et al. (2019)⁹, menambahkan dimensi tambahan mengenai durasi tidur anak, yang juga terbukti memengaruhi kemampuan kognitif dan emosional balita. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun ada banyak persamaan dalam aspek yang dibahas, tiap jurnal memiliki penekanan berbeda terkait faktor mana yang lebih dominan dalam mempengaruhi tumbuh kembang balita.

Keseluruhan, meskipun terdapat variasi dalam pendekatan dan fokus penelitian, semua jurnal ini

berkontribusi pada pemahaman yang lebih mendalam mengenai berbagai faktor yang mempengaruhi perkembangan anak usia dini. Semua penelitian sepakat bahwa keterlibatan orang tua, lingkungan yang mendukung, dan pemenuhan kebutuhan dasar anak merupakan kunci utama dalam memastikan tumbuh kembang balita yang optimal.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil telaah dari 10 jurnal yang membahas tumbuh kembang balita, dapat disimpulkan bahwa faktor gizi, pola asuh, stimulasi perkembangan, kondisi sosial ekonomi, serta akses terhadap layanan kesehatan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan fisik, motorik, kognitif, dan sosial anak usia dini. Gizi yang baik, terutama dalam masa 1000 hari pertama kehidupan, terbukti menjadi faktor penentu dalam mencegah stunting dan memastikan perkembangan otak yang optimal. Selain itu, pola asuh yang responsif dan stimulatif juga berperan penting dalam mendukung perkembangan emosional dan sosial anak, sementara pola asuh yang otoriter atau permisif dapat menghambat perkembangan tersebut.

Pendidikan ibu dan kondisi sosial ekonomi berperan besar dalam menyediakan lingkungan yang mendukung stimulasi perkembangan anak, seperti akses ke makanan bergizi, mainan edukatif, dan kegiatan stimulatif lainnya. Keberadaan layanan kesehatan masyarakat seperti Posyandu dan peran kader kesehatan juga terbukti efektif dalam

mendeteksi dini masalah perkembangan anak serta memberikan edukasi kepada orang tua mengenai pentingnya stimulasi perkembangan di rumah.

Secara keseluruhan, penelitian-penelitian ini menekankan pentingnya pendekatan holistik dalam mendukung tumbuh kembang balita. Sinergi antara faktor internal (seperti status gizi) dan eksternal (seperti pola asuh dan dukungan sosial) sangat penting untuk memastikan tumbuh kembang balita yang optimal. Oleh karena itu, peran aktif orang tua, masyarakat, dan pemerintah dalam memberikan edukasi dan layanan kesehatan yang baik menjadi kunci dalam mencegah gangguan tumbuh kembang pada balita.

Saran

Untuk mendukung tumbuh kembang balita yang optimal, perlu adanya peningkatan edukasi kepada orang tua mengenai pentingnya gizi, pola asuh yang baik, dan stimulasi perkembangan anak. Akses terhadap layanan kesehatan dan gizi yang lebih baik, terutama di daerah terpencil, juga sangat penting untuk mendeteksi dini masalah perkembangan. Selain itu, promosi pola asuh demokratis yang mendukung interaksi positif antara orang tua dan anak perlu diperkuat. Program intervensi yang menggabungkan faktor-faktor gizi, pola asuh, dan stimulasi perkembangan harus diterapkan secara holistik. Penelitian lebih lanjut juga dibutuhkan untuk merancang program yang lebih efektif dalam

mendukung tumbuh kembang balita di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Murniati T. Pengaruh Stunting terhadap Perkembangan Balita. *J Kesehat Masy Indones.* 2022;17(2):112–20.
2. Gannika R. Hubungan Status Gizi dengan Perkembangan Adaptif Anak Usia Dini. *J Gizi Kesehat Anak.* 2023;8(1):45–53.
3. Sari D, Sulistyaningsih R. Dampak Sosial Ekonomi Pandemi terhadap Stimulasi Tumbuh Kembang Balita. *J Ilmu Kesehat Komunitas.* 2022;14(3):180–8.
4. Wulandari S, Puspita R. Efektivitas Edukasi Tumbuh Kembang bagi Orang Tua dan Kader Posyandu. *J Pengabdian Kesehat Masy.* 2024;10(1):55–63.
5. Hindiarti N, Wibowo A, Lestari Y. Intervensi Gizi dan Stimulasi Terhadap Perkembangan Balita. *J Ilm Kesehat Anak.* 2023;9(4):210–8.
6. Attaya D, Firmansyah R, Malinda S. Pola Asuh dan Perkembangan Motorik Balita di Wilayah Urban. *J Psikol Anak.* 2023;6(2):87–95.
7. Kusumaningrum D, Arifin M, Hartati S. Faktor Sosial Ekonomi dan Pendidikan Ibu terhadap Perkembangan Balita. *J Pembangun Kesehat Masy.* 2024;12(1):34–42.
8. Reynaud B, Thomas L, Fadillah S. The Impact of Sleep Duration on Preschoolers' Cognitive and Emotional Development: A Systematic Review. *Int J Child Dev.* 2019;5(3):145–58.
9. Awaludin A. Peran Posyandu dalam Pemantauan Tumbuh Kembang Anak. *J Promosi Kesehat Indones.* 2019;11(2):97–104.
10. Hibana A, Surahman Y. Efektivitas Pelatihan KPSP bagi Kader Kesehatan. *J Skrining Deteksi Dini.* 2021;7(1):24–30.