

ANALISIS FAKTOR DAN STRATEGI PENANGGULANGAN BEBAN GANDA MALNUTRISI (*The Double Burden Of Malnutrition*) DI INDONESIA

Shofiyah FitriYani

Program Studi Gizi, Fakultas Kedokteran,
Universitas Negeri Semarang
shofiyahfitriyani@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.15294/km.v6i1.414>

P-ISSN 2829-3851 | QRCBN 62-6861-4955-857

ABSTRAK

Latar Belakang: Beban ganda malnutrisi (Double Burden of Malnutrition) adalah kondisi di mana kekurangan gizi dan kelebihan gizi terjadi secara bersamaan, baik pada individu, rumah tangga, maupun populasi. **Tujuan:** Untuk memahami tentang beban ganda malnutrisi, faktor beban ganda malnutrisi, dan strategi penanggulangan beban ganda malnutrisi. **Metode:** Sistematic Literature Review (SLR) dengan menggunakan empat tahap, yaitu identifikasi, skrining, kelayakan dan hasil yang diterima. Pencarian dilakukan melalui Google Scholar dan PubMed. Setelah proses seleksi, tersisa 10 artikel yang dianalisis lebih lanjut berdasarkan judul, penulis, tahun publikasi, metode, dan hasil penelitian. **Hasil:** Beban ganda malnutrisi dipengaruhi faktor individu dan lingkungan, seperti usia dan pendidikan orang tua, pendapatan, pola makan, serta PHBS. Strategi penanggulangan mencakup penyuluhan gizi, peningkatan kapasitas petugas, intervensi langsung seperti PMT, PSG, vitamin A, kunjungan rumah, dan suplementasi mikronutrien. **Kesimpulan:** 1) Permasalahan beban ganda malnutrisi di Indonesia. 2) Faktor beban ganda malnutrisi pada rendahnya kualitas SDM dan beban ekonomi negara. 3) Strategi penanggulangan masalah beban ganda malnutrisi.

Kata Kunci: Beban Ganda Malnutrisi, Faktor, Penanggulangan.

PENDAHULUAN

Masalah gizi merupakan salah satu tantangan kesehatan masyarakat yang kompleks dan terus berkembang salah satu diantaranya adalah malnutrisi. Malnutrisi dahulu lebih banyak dihubungkan dengan kekurangan gizi yang sering diakibatkan oleh penyakit, kemiskinan, kelaparan, keadaan perang, dan bencana alam. Namun, dengan adanya perbaikan dan peningkatan di bidang pertanian, pendidikan, kesehatan masyarakat, perawatan kesehatan, dan standar hidup, pengertian masalah gizi dan kondisi terkait sekarang cakupannya menjadi lebih luas yang dikenal dengan istilah kekurangan gizi, kelainan makronutrien dan mikronutrien, obesitas, cachexia, sarkopenia, dan kelemahan (Cederholm et al., 2019)

Di banyak negara berkembang, termasuk Indonesia, terjadi fenomena yang dikenal sebagai double burden of malnutrition atau beban ganda malnutrisi. Istilah ini merujuk pada kondisi di mana masalah kekurangan gizi (seperti stunting, wasting, dan defisiensi mikronutrien) terjadi bersamaan dengan kelebihan gizi (seperti overweight dan obesitas) dalam satu populasi, rumah tangga, bahkan individu yang sama. Masalah beban ganda malnutrisi ini telah menjadi tantangan global yang semakin mengkhawatirkan dan berdampak pada seluruh siklus kehidupan. Secara global, sekitar 1,9 miliar orang dewasa mengalami kelebihan gizi, sementara 200 juta anak balita kekurangan gizi (Astuti et al., 2020).

Secara spesifik, Asia memiliki tingkat wasting sebesar 70% dan tingkat stunting sebesar 52% pada anak-anak di seluruh dunia, terutama di negara-negara dengan tingkat kemiskinan tinggi seperti Thailand dan Indonesia (Benedict et al., 2021). Bahkan, Indonesia mungkin memiliki tingkat stunting tertinggi di Asia setelah Leste (Syofyanengsih et al., 2022). Sebaliknya, lebih dari 48% anak dengan badan berat juga berasal dari Asia (Astuti et al., 2020). Saat ini Indonesia sedang menghadapi masalah gizi ganda yang dimana masalah

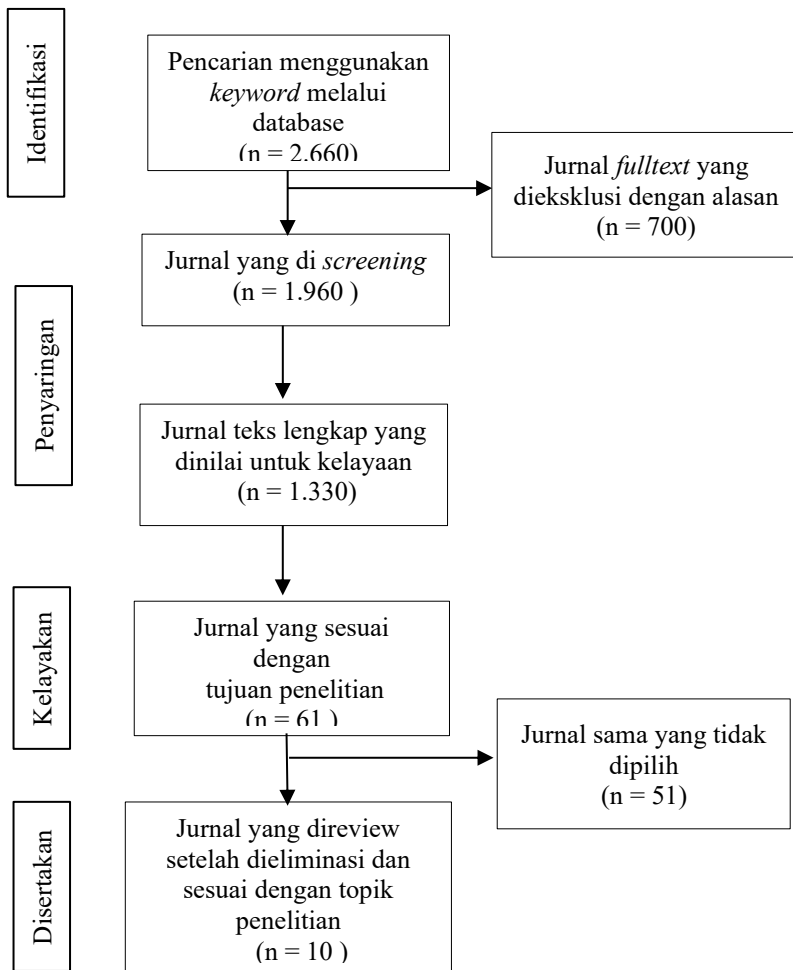
gizi yang kurang mengakibatkan anak stunting dan underweight, serta gizi berlebih yang dapat menyebabkan obesitas dan diabetes (Thontowi, 2017). Indonesia menderita kekurangan gizi yang cukup tinggi (defisiensi gizi makro dan mikro) yang disertai dengan meningkatnya prevalensi obesitas yang disebut sebagai 'Beban Ganda Masalah Gizi' (Double Burden of Malnutrition)(Watson et al., 2019) .Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa 17,7% balita di Indonesia mengalami masalah gizi, dengan 3,9% masuk dalam kategori gizi buruk dan 13,8% mengalami gizi kurang. Di sisi lain, sekitar 8% balita memiliki gizi lebih. Sementara itu, prevalensi obesitas pada Balita sebanyak 3,8%. Kondisi gizi kurang dan lebih tidak hanya terjadi pada balita dan anak – anak saja tetapi juga dapat dialami oleh remaja. Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 prevalensi status gizi kurus dan sangat kurus pada remaja usia 13-15 tahun sebesar 7,6 %, overweight 12,1%, dan obesitas 4,1% (Kementerian Kesehatan RI 2023). Asupan gizi yang cukup sangat penting terutama bagi remaja tidak hanya untuk memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan fisiologis yang cepat, tapi juga meletakkan dasar kesehatan yang baik di kemudian hari(Moore Heslin & Mcnulty, 2023).

Jika tidak ditangani, beban ganda malnutrisi akan berdampak buruk pada kesehatan masyarakat, produktivitas, dan kualitas SDM Indonesia. Oleh karena itu, diperlukan upaya terintegrasi lintas sektor untuk mengatasinya. Berdasarkan pendahuluan yang telah dijabarkan peneliti memiliki tujuan dari *literature review* ini bertujuan untuk menganalisis faktor dan strategi penanggulangan beban ganda malnutrisi (*the double burden of malnutrition*) di Indonesia.

METODE

Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini berupa Sistematic Literature Review (SLR) dengan menggunakan empat tahap, yaitu identifikasi, skrinning, kelayakan dan hasil yang diterima (Fajrini et al., 2024). SLR adalah sebuah metode untuk melakukan interpretasi dan evaluasi penelitian-penelitian terdahulu yang terkait pada suatu fenomena yang eksplisit, systematic, dan dapat dilakukan kembali oleh

peneliti lain (reproducible) (Priharsari, 2022) Literature yang digunakan diperoleh dengan cara menelusuri database elektronik secara online melalui Google Scholar dan PubMed. Kata kunci yang digunakan untuk mencari literatur antara lain : “beban ganda malnutrisi”, “faktor beban ganda malnutrisi”, dan “strategi penanggulangan beban ganda malnutrisi”. Pencarian referensi dilakukan antara 17-20 Juli 2025. Tahap pertama yang dilakukan pada pencarian awal mencakup 2.660 studi menggunakan keyword melalui database, yang kemudian disaring lagi dan didapatkan hasil 1.710 studi berdasarkan studi yang diterbitkan pada tahun 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, dan 2025. Kemudian disaring berdasarkan topik yang peneliti ambil yaitu faktor dan strategi penanggulangan beban ganda malnutrisi didapat 1.330 studi. Setelah melalui proses seleksi berdasarkan rentang waktu publikasi dan bahasa yang sesuai kemudian dinilai kelayakannya dimana studi berisi mengenai faktor dan strategi penanggulangan beban ganda malnutrisi didapat 61 studi, hingga akhirnya diperoleh 10 jurnal setelah menyisihkan jurnal yang tidak dipilih. Setelah itu, setiap jurnal yang terpilih dianalisis untuk diidentifikasi judul, penulis, tahun publikasi, metode yang digunakan, serta hasil penelitian. Berikut adalah tabel metode penelitian :



Gambar 1. Diagram of the SLR (2020)

Data yang dianalisis meliputi karakteristik penelitian seperti penulis, tahun publikasi, metode penelitian, tujuan penelitian, dan hasil penelitian. Data tersebut kemudian dianalisis menggunakan metode sintesis deskriptif dan analisis tematik. Mengingat penelitian yang dilakukan memiliki cakupan, metodologi, dan hasil yang luas, penelitian ini memenuhi kriteria untuk analisis yang lebih menyeluruh guna menentukan kualitas metodologi dan relevansinya dengan topik penelitian.

PEMBAHASAN

Untuk memahami lebih dalam tentang topik yang sedang diteliti, penulis telah menganalisis 10 jurnal ilmiah yang berkaitan. Setiap jurnal dilihat berdasarkan judul, tahun terbit, tujuan penelitian, metode yang digunakan, dan hasil dari penelitian tersebut. Tujuan dari analisis ini adalah untuk mengetahui apa saja yang sudah pernah diteliti, bagaimana cara peneliti lain melakukan penelitiannya, serta apa saja hasil yang mereka temukan. Dengan mengetahui hal-hal tersebut, penulis bisa mendapatkan gambaran yang lebih jelas dan mendalam sebagai dasar untuk melakukan analisis.

Tabel 1. Ringkasan Penelitian Analisis Faktor dan Strategi Penanggulangan Beban Ganda Malnutrisi (*The Double Burden Of Malnutrition*) di Indonesia

N o	Referensi	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
1.	Prevalensi dan Faktor yang Berhubungan dengan Terjadinya Beban Gizi Ganda pada Keluarga di Indonesia (Astuti et al., 2020)	Menganalisis prevalensi dan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap fenomena gizi ganda pada keluarga Indonesia	Pada penelitian ini menggunakan metode <i>cross-sectional</i> dengan menggunakan jumlah sampel sebesar 6468 keluarga pada data Indonesian Family Life Survey (IFLS) tahun 2014	Hasil analisis dengan uji chi-square menunjukkan terdapat variabel yang memiliki hubungan secara signifikan dengan terjadinya masalah gizi ganda pada keluarga di Indonesia, yaitu faktor usia ibu ($p=0,001$), pendidikan ibu ($p=0,022$), jumlah anak

dengan.. (p=0,001), dan jumlah anggota rumah tangga(p=0,001)

2.	Beban Ganda dan Tiga Malnutrisi antara Ibu-Anak dan Pengaruhnya Terhadap Kejadian Stunting di Desa Gunung Selan Kecamatan.	Mengidentifikasi Penyebab Tiga Gizi Buruk dan Beban Ganda di Desa Gunung Selan Berdasarkan Karakteristik Ibu, Anak, dan Rumah Tangga	Metode analisis statistik, yang menggunakan regresi ordinal untuk menunjukkan hubungan antara variabel independen dan dependen.	Faktor signifikan yang mempengaruhi malnutrisi 1. Beban tiga dan ganda malnutrisi: – Ibu tidak sekolah: 0,047 – Ibu berpendidikan SD-SMP: -0,042 – Anak >2: -0,027 – Penghasilan < UMR: -0,036 2. Malnutrisi tunggal pada
----	--	--	---	---

(Aprilia & Muhamad Subhan,

2025)		anak:		
		– Ibu tidak sekolah: 0,035 – Ibu berpendidikan SD–SMP: 0,032		
		Anak >2: 0,02		
		– Penghasilan < UMR: 0,027		
N o.	Referensi	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
3.	Mengatasi Tiga Beban Malnutrisi: Strategi Penyuluhan Sensitif Gizi untuk Masa Depan Indonesia Emas (Amanah et al., 2024)	Penelitian ini bertujuan untuk mengatasi tiga beban malnutrisi	Dengan menggunakan prinsip inklusif dan metode yang fleksibel, tujuan intervensi ini adalah untuk meningkatkan ketahanan gizi nasional, menurunkan prevalensi kekurangan gizi, dan meningkatkan	Strategi mengatasi malnutrisi: – Memperkuat program penyuluhan gizi berbasis masyarakat, – Mengintegrasikan pendidikan gizi ke dalam penyuluhan pertanian, – Meningkatkan

			kan standar hidup masyarakat umum.	kompetensi petugas penyuluhan, berfokus pada pendidikan gizi untuk ibu hamil dan anak kecil, – mengintegrasikan penyuluhan dengan sektor kesehatan.
4.	Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Malnutrisi pada Balita di Puskesmas Indong Halmaheera Selatan Maluku Utara (Maharti ningsih	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian malnutrisi pada balita di Puskesmas Indong Kabupat	Penelitian ini menggunakan <i>Case Control Retrospective</i> . Populasi pada penelitian ini orang tua dengan anak balita umur 6-59 sebanyak 250 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan	Dari 50 ibu balita yang mengalami malnutrisi, sebagian besar balita memiliki faktor risiko sebagai berikut: – Riwayat penyakit menular (74%) – Berpenghasilan rendah (84%) – Pengetahuan ibu rendah

	et al., 2023)	en Halmahe ra Selatan Provinsi Maluku Utara.	kan <i>purposive sampling</i> . Instrument yang digunakan berupa kuesioner. Analisis data menggunakan uji <i>Chy Square Test</i> .	(70%) – Ketersediaan pangan rendah (74%) – Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) buruk (82%) – Pola asuh buruk (68%) – Berada dalam keluarga kecil (60%)
5.	Determinan Dual Form of Malnutrition pada Ibu dan Anak di Indonesia: Studi Literatur. (Pangesti & Dewi, 2025)	Penelitian ini bertujuan untuk melihat determinan kejadian Dual Form of Malnutrition di Indonesia	Metode yang digunakan adalah studiliteratur dengan penelusuran artikel melalui Google Scholar dan Pubmed dengan menerapkan kriteria inklusi dan eksklusi.	Determinan DFM pada kasus anak stunting dan ibu overweight/obesitas di Indonesia meliputi: pendidikan orang tua, pendapatan keluarga, pekerjaan ibu, paritas, tinggi badan ibu, pola asuh makan (termasuk

pemberian makan responsif dan riwayat ASI), serta asupan protein anak dan lemak ibu. Determinan DFM terbagi menjadi penyebab tidak langsung (faktor sosial demografi dan pola asuh makan) dan penyebab langsung (asupan zat gizi anak dan ibu).

No.	Referensi	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
6.	Program Posyandu /Puskesmas Tamalate dalam Menurunkan Kasus Malnutrisi pada Balita di Indonesia	Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menurunkan kasus malnutrisi pada balita di Indonesia	Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan data primer dari responden dan data sekunder sebagai	Hasilnya, program – program ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya gizi, memperbaiki status gizi balita dan ibu hamil, serta menurunkan

	a	a	pendukung serta mengguna kan Teknik <i>purposive sampling</i>	prevalensi balita gizi kurang dan stunting di wilayah kerja Puskesmas Tamalate.
7.	Literatur e Riview : Masalah Terkait Malnutrisi: Penyebab, Akibat, dan Penangg ulangann ya (Syamsu et al., 2024)	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memper oleh pemaha man yang lebih baik tentang masalah terkait malnutri si Berupa penyebab, akibat, dan penangg ulangnn ya.	Mengguna kan metode penelitian yang berupa studi kepustakaa n (library research).	Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan dari mereview jurnal yang sesuai dengan tema dapat disimpulkan bahwa status gizi pada anak balita sering digunakan untuk melihat status gizi masyarakat secara umum.

8.	Malnutrisi pada Anak Dibawah Lima Tahun Dan Pemberian Suplementasi Mikronutrien (Setyoningih, 2024)	Tujuan dari literatur review ini untuk menganalisis kejadian malnutrisi pada balita dan efektivitas pemberian suplementasi mikronutrien untuk mengatasi malnutrisi.	Literature review dengan critical appraisal. Data diekstrak dari beberapa sumber dan kemudian di sintesis menjadi artikel review dari 10 artikel yang berbeda.	Analisis dari 10 jurnal yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan hasil bahwa pemberian suplementasi mikronutrien dapat membantu pemenuhan zat gizi pada anak dengan malnutrisi.
9.	Model Giga (Pemenuhan Gizi Keluarga) Sebagai Upaya Pencegahan Stunting dan Malnutrisi	Tujuan penelitian ini adalah meningkatkan pengetahuan dan kemampuan masyarakat dalam mengen	Metode yang akan dilakukan adalah dengan diskusi kelompok terfokus, penyuluhan, simulasi, dan membentuk pojok gizi (metode hidroponik	Hasil evaluasi pelaksanaan pengabdian didapatkan bahwa terjadi peningkatan pemahaman peserta sebanyak 90% menjadi pemahaman yang baik, dan 10% peserta memiliki pemahaman

	(Baharuet al., 2022)	ali	). Peserta berjumlah 40 orang	cukup mengenai kebutuhan gizi, memilih, mempersiapkan serta mengonsumsi makanan sesuai kebutuhan dengan prinsip gizi
N o.	Referensi	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
		kebutuhan gizi, memilih, mempersiapkan serta mengonsumsi makanan sesuai kebutuhan dengan prinsip gizi seimbang di desa Karang Anyar kabupaten Lampung Selatan	terdiri dari masyarakat, kader kesehatan dan kelompok wanita tani.	seimbang. Kemampuan masyarakat juga sudah baik, hampir 95% peserta sudah mampu membentuk pojok gizi keluarga melalui evaluasi simulasi dan diskusi. Rerata hasil pretes adalah 55,63 dan mengalami peningkatan di hasil postes yaitu sebesar 83,5.

1 0.	Peran Pemberdayaan Masyarakat dan Tenaga Kesehatan dalam Menanggulangi Malnutrisi di desa Air Anyir Kecamatan Merawang Kabupaten Bangka Provinsi Kepulauan Bangka Belitung	Menemukan aktor yang peduli dan mampu membatasi perubahan pada program kesehatan yang bertujuan untuk mengatasi masalah malnutrisi di Desa Air Anyir.	Studi kasus dengan tipe desain kasus tunggal terjal (embedded). Pengumpulan data dengan metode wawancara mendalam kepada 12 informan, yang dilakukan pada bulan Februari 2022. Analisa data dengan transkrip data, penyajian dan membuat kesimpulan.	Dalam penelitian ini membenarkan bahwa peran pemberdayaan masyarakat dan peran petugas kesehatan di Kampung KB mempengaruhi status gizi masyarakat Desa Air Anyir dengan dibuktikan pada data gizi Puskesmas Baturu adanya penurunan kasus balita gizi kurang di Desa Air Anyir di tahun 2020 yaitu balita gizi kurang ada 6 anak dengan persentase 2,8%, di tahun 2021 balita gizi kurang ada 4 anak dengan persentase 1,8%.
---------	--	---	--	---

**(Syamsi
nar &
Hasanba
sri,
2022)**

Jurnal pertama adalah penelitian yang dilakukan Astuti et al (2020) Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis prevalensi serta faktor-faktor yang berkontribusi terhadap fenomena gizi ganda pada keluarga di Indonesia. Penelitian ini menggunakan desain studi cross-sectional, dengan menganalisis data dari Indonesian Family Life Survey (IFLS)

tahun 2014. Jumlah sampel yang dianalisis mencakup 6.468 keluarga dari berbagai wilayah di Indonesia. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji chi-square untuk mengidentifikasi hubungan antara berbagai faktor sosiodemografis dengan kejadian gizi ganda dalam rumah tangga. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat beberapa faktor yang memiliki hubungan signifikan dengan terjadinya masalah gizi ganda dalam keluarga. Faktor-faktor tersebut meliputi: usia ibu, pendidikan ibu, jumlah anak, jumlah anggota rumah tangga.

Selanjutnya jurnal kedua pada penelitian yang dilakukan oleh Aprilia dan Muhammad Subhan (2025) Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi penyebab tiga beban malnutrisi dan beban gizi ganda di Desa Gunung Selan dengan meninjau karakteristik ibu, anak, dan rumah tangga. Fenomena tiga beban malnutrisi (*triple burden of malnutrition*) yang mencakup kekurangan gizi, kelebihan gizi, dan defisiensi mikronutrien serta beban gizi ganda dalam satu rumah tangga. Penelitian ini menggunakan pendekatan analisis statistik regresi ordinal, yang bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel independen (karakteristik ibu, jumlah anak, dan penghasilan keluarga) terhadap status gizi keluarga sebagai variabel dependen. Penelitian ini memperlihatkan bahwa tingkat pendidikan ibu, jumlah anak dalam keluarga, dan kondisi ekonomi rumah tangga merupakan faktor-faktor penting yang memengaruhi status gizi, baik secara tunggal maupun dalam bentuk beban ganda atau tiga beban. Rendahnya pendidikan ibu serta keterbatasan ekonomi terbukti meningkatkan kerentanan keluarga terhadap berbagai bentuk malnutrisi.

Pada jurnal ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Amanah et al (2024) Penelitian ini bertujuan untuk mengatasi tiga beban malnutrisi yaitu kekurangan gizi, kelebihan gizi, dan kekurangan mikronutrien dengan metode intervensi yang fleksibel. Fokus utama dari upaya ini adalah meningkatkan ketahanan gizi nasional, menurunkan prevalensi malnutrisi, serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat secara keseluruhan, khususnya di wilayah pedesaan dan kelompok rentan. Untuk mencapai tujuan

tersebut, diterapkan sejumlah strategi terintegrasi yang menempatkan masyarakat sebagai pusat intervensi, yaitu: memperkuat program penyuluhan gizi berbasis masyarakat, mengintegrasikan pendidikan gizi ke dalam kegiatan penyuluhan pertanian, meningkatkan kompetensi petugas penyuluhan, mengintegrasikan program penyuluhan dengan sektor kesehatan,

Penelitian yang dilakukan oleh Mahartiningsih et al (2023) pada jurnal ke empat bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian malnutrisi pada balita di Puskesmas Indong, Kabupaten Halmahera Selatan, Provinsi Maluku Utara. Menggunakan desain case control retrospective, penelitian ini melibatkan 250 orang tua dengan balita usia 6–59 bulan, dengan pengambilan sampel secara purposive sampling dan instrumen berupa kuesioner. Analisis data dilakukan menggunakan uji Chi-Square. Dari 50 ibu dengan balita yang mengalami malnutrisi, ditemukan beberapa faktor risiko yang dominan, yaitu: penghasilan rendah (84%), perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) yang buruk (82%), riwayat penyakit menular (74%), ketersediaan pangan rendah (74%), pengetahuan ibu rendah (70%), pola asuh yang buruk (68%), dan tinggal dalam keluarga kecil (60%). Temuan ini menunjukkan bahwa kondisi ekonomi, lingkungan, dan faktor perilaku ibu memiliki peran penting dalam menentukan status gizi balita.

Jurnal kelima penelitian yang dilakukan oleh Pangestuti & Dewi (2025) bertujuan untuk mengidentifikasi determinan kejadian Dual Form of Malnutrition (DFM) di Indonesia, khususnya pada kasus anak stunting dan ibu overweight/obesitas. Metode yang digunakan adalah studi literatur dengan penelusuran artikel melalui Google Scholar dan PubMed, menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa determinan DFM meliputi: pendidikan orang tua, pendapatan keluarga, pekerjaan ibu, paritas, tinggi badan ibu, serta pola asuh makan, termasuk pemberian makan responsif dan riwayat ASI. Selain itu, asupan protein anak dan asupan lemak ibu juga berperan signifikan.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Syamsu et al (2024) di jurnal ke enam Penelitian ini bertujuan untuk menurunkan

kasus malnutrisi pada balita di Indonesia, dengan fokus di wilayah kerja Puskesmas Tamalate. Menggunakan metode deskriptif kualitatif, penelitian ini mengandalkan data primer dari responden serta data sekunder sebagai pendukung, dengan teknik purposive sampling. Program yang dilakukan pada penelitian ini meliputi Pemberian Makanan Tambahan (PMT), Pemantauan Status Gizi (PSG), Sweeping Bulan Vitamin A, kunjungan rumah melalui Tim Pendamping Keluarga (TPK), serta edukasi dan penyuluhan gizi. Hasilnya, program-program ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya gizi, memperbaiki status gizi balita dan ibu hamil, serta menurunkan prevalensi balita gizi kurang dan stunting di wilayah kerja Puskesmas Tamalate. Program-program ini, bersama dengan edukasi gizi yang diberi kepada masyarakat, telah menunjukkan hasil positif dalam menurunkan angka stunting dan wasting. Melalui pendekatan terintegrasi dan kolaboratif, Puskesmas Tamalate berkontribusi pada peningkatan kesehatan ibu dan anak, serta menciptakan masyarakat yang lebih sehat dan berpengetahuan mengenai pentingnya asupan gizi yang baik. Adapun dengan pendekatan kolaboratif antara petugas kesehatan, kader posyandu, dan masyarakat, Puskesmas Tamalate telah berkontribusi signifikan dalam mencapai target Sustainable Development Goals (SDGs) untuk mengurangi angka malnutrisi pada tahun 2030.

Pada jurnal ke tujuh, penelitian yang dilakukan oleh Kalma Lailani & Yulastri (2022) bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai masalah malnutrisi, khususnya terkait penyebab, dampak, dan upaya penanggulangannya. Metode yang digunakan adalah studi kepustakaan (library research), dengan menelaah berbagai jurnal ilmiah yang relevan dengan topik. Hasil kajian menunjukkan bahwa status gizi anak balita sering dijadikan indikator utama dalam menilai status gizi masyarakat secara keseluruhan. Hal ini disebabkan karena balita merupakan kelompok usia yang paling rentan terhadap perubahan status gizi, sehingga mencerminkan kondisi kesehatan dan kesejahteraan gizi masyarakat secara umum. Penelitian ini menegaskan pentingnya intervensi gizi yang berfokus pada balita, baik dalam upaya pencegahan maupun

penanggulangan malnutrisi di tingkat masyarakat.

Penelitian yang dilakukan oleh Setyoningsih (2024) di jurnal ke delapan ini bertujuan untuk menganalisis kejadian malnutrisi pada balita serta menilai efektivitas pemberian suplementasi mikronutrien dalam penanggulangannya. Kajian dilakukan melalui critical appraisal terhadap 10 artikel ilmiah, dengan data yang diekstraksi dan disintesis menjadi satu artikel review. Hasil analisis menunjukkan bahwa pemberian suplementasi mikronutrien terbukti efektif dalam membantu pemenuhan zat gizi pada anak yang mengalami malnutrisi, sehingga dapat menjadi salah satu strategi intervensi yang penting dalam upaya perbaikan status gizi balita.

Pada jurnal ke sembilan, penelitian yang dilakukan oleh Baharu et al (2022) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan masyarakat dalam mengenali kebutuhan gizi, serta memilih, mempersiapkan, dan mengonsumsi makanan sesuai prinsip gizi seimbang di Desa Karang Anyar, Kabupaten Lampung Selatan. Metode yang digunakan meliputi diskusi kelompok terfokus, penyuluhan, simulasi, dan pembentukan pojok gizi berbasis hidroponik. Kegiatan ini melibatkan 40 peserta dari masyarakat umum, kader kesehatan, dan kelompok wanita tani. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman, dengan 90% peserta mencapai pemahaman baik dan 10% pemahaman cukup. Sebanyak 95% peserta juga mampu membentuk pojok gizi keluarga, berdasarkan hasil simulasi dan diskusi. Nilai rata-rata pretes sebesar 55,63 meningkat menjadi 83,5 pada postes, menandakan peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta secara signifikan.

Pada jurnal ke sepuluh penelitian yang dilakukan oleh Syamsinar & Hasanbasri (2022) ini bertujuan untuk mengidentifikasi aktor yang peduli dan mampu mendorong perubahan dalam program kesehatan terkait penanggulangan malnutrisi di Desa Air Anyir. Menggunakan pendekatan studi kasus dengan desain kasus tunggal terjal (embedded), data dikumpulkan melalui wawancara mendalam terhadap 12 informan pada Februari 2022 dan dianalisis melalui transkripsi, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa

pemberdayaan masyarakat dan peran aktif petugas kesehatan di Kampung KB berkontribusi signifikan terhadap perbaikan status gizi masyarakat. Hal ini dibuktikan melalui data Puskesmas Baturu yang mencatat penurunan balita gizi kurang dari 6 anak (2,8%) pada tahun 2020 menjadi 4 anak (1,8%) pada tahun 2021 di Desa Air Anyir.

PENUTUP

Masalah malnutrisi dan gizi ganda di Indonesia merupakan fenomena kompleks yang disebabkan oleh kombinasi faktor individu, keluarga, dan lingkungan. Faktor sosiodemografis seperti pendidikan ibu, pendapatan keluarga, jumlah anak, dan pola asuh memiliki kontribusi besar terhadap risiko malnutrisi. Selain itu, beban gizi ganda dan tiga beban malnutrisi semakin banyak ditemukan dalam satu keluarga atau rumah tangga. Untuk menanggulangi masalah ini, berbagai strategi telah diterapkan, mulai dari intervensi berbasis masyarakat, edukasi gizi, pemberian makanan tambahan, hingga pemberdayaan masyarakat melalui pendekatan kolaboratif lintas sektor.

Beban ganda malnutrisi dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari sisi individu maupun lingkungan. Faktor sosiodemografis seperti usia ibu, pendidikan dan pekerjaan orang tua, pendapatan keluarga, jumlah anak, dan anggota rumah tangga turut berperan. Selain itu, faktor kesehatan dan pola makan seperti riwayat penyakit, pemberian ASI, asupan protein dan lemak, pola asuh makan, serta pengetahuan ibu tentang gizi sangat memengaruhi status gizi anak. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) juga menjadi aspek penting dalam mencegah malnutrisi ganda.

Strategi penanggulangan beban ganda malnutrisi meliputi penyuluhan gizi berbasis masyarakat dan integrasi pendidikan gizi dalam penyuluhan pertanian. Peningkatan kompetensi petugas pemberdayaan masyarakat juga penting untuk memantau dan mengevaluasi masalah gizi. Selain itu, dilakukan intervensi langsung seperti Pemberian Makanan Tambahan (PMT), Pemantauan Status Gizi (PSG), sweeping

vitamin A, serta kunjungan rumah oleh Tim Pendamping Keluarga (TPK). Suplementasi mikronutrien juga menjadi upaya penting dalam memperbaiki status gizi balita.

DAFTAR PUSTAKA

- Amanah, S., Azhari, R., Syamsiah, S., & Armadhani, A. (2024). Mengatasi Tiga Beban Malnutrisi: Strategi Penyuluhan Sensitif Gizi untuk Masa Depan Indonesia Emas. *Journal Article*, 6(4), 1053–1059.
- Aprilia, M., & Muhammad Subhan. (2025). Beban Ganda Dan Tiga Malnutrisi Antara Ibu-Anak Dan Pengaruhnya Terhadap Kejadian Stunting Di Desa Gunung Selan Kecamatan Argamakmur. *MATHunesa: Jurnal Ilmiah Matematika*, 13(1), 34–47.
<https://doi.org/10.26740/mathunesa.v13n1.p34-47>
- Astuti, N. F. W., Huriyati, E., & Susetyowati. (2020). The Prevalence and Determinants of Household Dual Burden Malnutrition in Indonesia. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(1), 100–115.
<https://doi.org/10.30597/mkmi.v16i1.9064>
- Baharu, M., Juli, N., Giga, M., Gizi, P., Sebagai, K., Angraini, D. I., Apriliana, E., Sari, M. I., & Suwandi, J. F. (2022). Model Giga (Pemenuhan Gizi Keluarga) Sebagai Upaya Pencegahan Stunting dan Malnutrisi. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 6(1), 39–50.
- Benedict, L., Hong, S. A., Winichagoon, P., Tejativaddhana, P., & Kasemsup, V. (2021). Double burden of malnutrition and its association with infant and young child feeding practices among children under-five in Thailand. *Public Health Nutrition*, 24(10), 3058–3065.
<https://doi.org/10.1017/S1368980020003304>
- Cederholm, T., Jensen, G. L., Correia, M. I. T. D., Gonzalez, M. C., Fukushima, R., Higashiguchi, T., Baptista, G., Barazzoni, R., Blaauw, R., Coats, A., Crivelli, A., Evans, D. C., Gramlich, L., Fuchs-Tarlovsky, V., Keller, H., Llido, L., Malone, A., Mogensen, K. M., Morley, J. E., ... Fuchs, V. (2019). GLIM criteria for the diagnosis of malnutrition – A consensus report from the global clinical nutrition community. *Clinical Nutrition*, 38(1), 1–9.
<https://doi.org/10.1016/j.clnu.2018.08.002>

- Fajrini, F., Romdhona, N., Herdiansyah, D., Studi, P., Masyarakat, K., Masyarakat, F. K., & Jakarta, U. M. (2024). Systematic Literature Review : Stunting pada Balita di Indonesia dan Faktor yang Mempengaruhinya. *Kedokteran Dan Kesehatan*, 20(1), 55–73. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK/article/view/12489>
- Kalma Lailani, F., & Yulastri, A. (2022). Literature Riview : Problems Related to Malnutrition: Causes, Effects, and Countermeasures. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 2(2), 129–138. <https://jurnal.poltekkespalembang.ac.id/index.php/jgk/article/view/1503>
- Mahartiningsih, I., Kundayanti, R., & Suprihatin, S. (2023). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Malnutrisi pada Balita di Puskesmas Indong Halmahera Selatan Maluku Utara. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan Nasional*, 1(1), 24. <https://doi.org/10.47313/jkkn.v1i1.2260>
- Moore Heslin, A., & McNulty, B. (2023). Adolescent nutrition and health: characteristics, risk factors and opportunities of an overlooked life stage. *Proceedings of the Nutrition Society*, 82(2), 142–156. <https://doi.org/10.1017/S0029665123002689>
- Pangestuti, M., & Dewi, K. R. (2025). Determinan Dual Form of Malnutrition pada Ibu dan Anak di Indonesia: Studi Literatur. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, 6(02), 88–95.
- Priharsari, D. (2022). Systematic Literature Review di Bidang Sistem Informasi dan Ilmu Komputer. *Jurnal Teknologi Informasi Dan Ilmu Komputer*, 9(2), 263. <https://doi.org/10.25126/jtiik.2022923884>
- Setyoningsih, D. (2024). Malnutrisi Pada Anak Dibawah Lima Tahun dan Pemberian Suplementasi Mikronutrien. *Jurnal Keperawatan GSH*, 13(1), 46–55. <https://jurnal.akpergshwng.ac.id/index.php/kep/article/view/118>
- Syamsinar, & Hasanbasri, M. (2022). Peran Pemberdayaan Masyarakat Dan Tenaga Kesehatan Dalam Menanggulangi Malnutrisi Di Desa Air Anyir Kecamatan

- Merawang Kabupaten Bangka Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. *Jurnal Manajemen Pelayanan Kesehatan (The Indonesian Journal of Health Service Management)*, 25(02). <https://doi.org/10.22146/jmpk.v25i02.4783>
- Syamsu, R. F., Arkam, K. R., Nabila, Annisa, Humairah, A. R., Desy Nurdianty, Khaeri, R., Eli, & Andi Paraqleta Nur. (2024). Program Posyandu/Puskesmas Tamalate dalam Menurunkan Kasus Malnutrisi pada Balita di Indonesia. *Wal'afiat Hospital Journal*, 5(2), 124–129. <https://whj.umi.ac.id/index.php/whj/article/view/45>
- Syofyanengsih, S., Fajar, N. A., & Novrikasari, N. (2022). Hubungan Peran Keluarga terhadap Kejadian Stunting: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(2), 1167. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i2.2399>
- Thontowi, D. N. (2017). Gizi dan 1000 hpk. *Saintika Medika*, 13(2), 129.
- Watson, F., Minarto, Sukotjo, S., Rah, J. H., & Maruti, A. K. (2019). Kajian Sektor Kesehatan Pembangunan Gizi di Indonesia. In *Kementerian PPN/Bappenas*.