

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Stunting

1. Definisi Stunting

Hardiansyah menyatakan bahwa *stunting* adalah seseorang yang lebih pendek dibanding anak tumbuh normal yang seumur. *Stunting* merupakan salah satu bentuk gangguan pertumbuhan pada masa bayi dan anak yang terjadi akibat gangguan kekurangan gizi kronik dalam waktu yang lama yang dapat berpengaruh buruk.

Menurut Ramayulis, *stunting* atau disebut dengan "pendek merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis terutama dalam 1000 hari pertama kehidupan. Asupan zat gizi yang tidak seimbang adalah salah satu faktor yang berpengaruh langsung terhadap *stunting*.

Sedangkan Sutarto menyatakan bahwa *Stunting* adalah salah satu keadaan malnutrisi yang berhubungan dengan ketidakcukupan zat gizi masa lalu sehingga termasuk dalam masalah gizi yang bersifat kronis. *Stunting* atau perawakan pendek (*shortness*), suatu keadaan tinggi badan (TB) seseorang yang tidak sesuai dengan umur, yang penentuannya dilakukan dengan menghitung skor Z indeks Tinggi Badan menurut Umur (TB/U).

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi yang terjadi pada balita. *Stunting* yang terjadi pada balita merupakan hasil dari permasalahan gizi yang telah terjadi sejak awal kehidupannya”. Balita *stunting* adalah balita yang memiliki tinggi badan yang tidak sesuai dengan umumnya, yang ditunjukkan dengan hasil z-score dari tinggi badan berdasarkan umur yaitu kurang dari minus dua SD (<-2 SD).

2. Dampak *Stunting*

Stunting berdampak negatif yang akan berlangsung dalam kehidupan selanjutnya. Studi menunjukkan bahwa anak pendek sangat berhubungan dengan prestasi pendidikan yang buruk, lama pendidikan yang menurun dan pendapatan yang rendah sebagai orang dewasa. Anak-anak pendek menghadapi kemungkinan yang lebih besar untuk tumbuh menjadi orang dewasa yang kurang berpendidikan, miskin, kurang sehat dan lebih rentan terhadap penyakit tidak menular. Oleh karena itu, anak pendek merupakan prediktor buruknya kualitas sumber daya manusia yang diterima secara luas, yang selanjutnya menurunkan kemampuan produktif suatu bangsa di masa yang akan datang.

Stunting dapat menimbulkan dampak buruk bagi penderitanya. Dampak jangka pendek adalah terganggunya perkembangan otak kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Sedangkan dampak jangka panjang adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan risiko tinggi untuk

munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua, serta kualitas kerja yang tidak kompetitif yang berakibat pada rendahnya produktivitas ekonomi.

Sedangkan World Health Organization (WHO) stunting akan berdampak jangka pendek dan dampak jangka panjang.

a Dampak Jangka Pendek

- 1) Peningkatan kejadian kesakitan dan kematian;
- 2) Perkembangan kognitif, motoric, dan verbal pada anak tidak optimal; dan
- 3) Peningkatan biaya kesehatan.

b Dampak Jangka Panjang

- 1) Postur tubuh yang tidak optimal saat dewasa (lebih pendek dibandingkan pada umumnya),
- 2) Meningkatkan risiko obesitas dan penyakit lainnya,
- 3) Menurunnya kesehatan reproduksi,
- 4) Kapasitas belajar dan performa yang kurang optimal saat masa sekolah, dan
- 5) Produktivitas dan kapasitas kerja yang tidak optimal

3. Pengukuran Stunting

a Pemeriksaan antropometri *stunting*

Antropometri adalah berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi. Berbagai jenis ukuran

tubuh antara lain tinggi badan, berat badan, lingkaran lengan atas, dan tebal lemak di bawah kulit.

Antropometri berasal dari kata "anthropos" (tubuh) dan "metros (ukuran) sehingga antropometri secara umum artinya ukuran tubuh manusia. Ditinjau dari sudut pandang gizi, maka antropometri gizi adalah berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan gizi. Dimensi tubuh yang diukur, antara lain: umur, berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas, lingkaran kepala, lingkaran dada, lingkaran pinggul dan tebal lemak di bawah kulit. Perubahan dimensi tubuh dapat menggambarkan keadaan kesehatan dan kesejahteraan secara umum individu maupun populasi. Dimensi tubuh yang dibutuhkan pada penelitian ini yaitu umur dan tinggi badan, guna memperoleh indeks antropometri tinggi badan berdasar umur (TB/U).

1) Umur

Umur adalah suatu angka yang mewakili lamanya kehidupan seseorang. Usia dihitung saat pengumpulan data, berdasarkan tanggal kelahiran. Apabila lebih hingga 14 hari maka dibulatkan ke bawah, sebaliknya jika lebih 15 hari maka dibulatkan ke atas. Informasi terkait umur didapatkan melalui pengisian kuesioner,

2) Tinggi badan

Tinggi atau panjang badan ialah indikator umum dalam mengukur tubuh dan panjang tulang. Alat yang biasa dipakai disebut stadiometer. Ada dua macam yaitu: stadiometer portabel yang memiliki kisaran pengukur 840-2060 mm dan "harpender stadiometer digital yang memiliki kisaran pengukur 600-2100 mm.

Tinggi badan diukur dalam keadaan berdiri tegak lurus, tanpa alas kaki dan aksesoris kepala, kedua tangan tergantung rileks di samping badan, tumit dan pantat menempel di dinding, pandangan mata mengarah ke depan sehingga membentuk posisi kepala Frankfurt Plane (garis imaginasi dari bagian inferior orbita horisontal terhadap meatus acusticus eksterna bagian dalam). Bagian alat yang dapat digeser diturunkan hingga menyentuh kepala (bagian verteks). Pasien inspirasi maksimum pada saat diukur untuk meluruskan tulang belakang,

Pada bayi yang diukur bukan tinggi melainkan panjang badan. Biasanya panjang badan diukur jika anak belum mencapai ukuran linier 85 cm atau berusia kurang dari 2 tahun. Ukuran tinggi badan lebih pendek 0,5-1,5 cm dari pada panjang badan. Oleh sebab itu, bila anak diatas 2 tahun diukur dalam keadaan berbaring maka hasilnya dikurangi 1 cm sebelum diplot pada grafik pertumbuhan Anak dengan keterbatasan fisik seperti kontraktur dan tidak memungkinkan dilakukan pengukuran tinggi seperti di atas, terdapat cara pengukuran alternatif. Indeks lain yang dapat dipercaya dan sah untuk mengukur tinggi badan ialah rentang lengan (arm span), panjang lengan atas (upper arm length), dan panjang tungkai bawah knee height). Semua pengukuran di atas dilakukan sampai ketelitian 0.1 cm.

b Diagnosis dan klasifikasi

Penilaian status gizi balita yang paling sering dilakukan adalah dengan cara penilaian antropometri. Secara umum antropometri berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi. Antropometri digunakan untuk melihat ketidakseimbangan asupan protein dan energi. Beberapa indeks antropometri yang sering digunakan adalah berat

badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U), berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) yang dinyatakan dengan standar deviasi unit z (Z-score). *Stunting* dapat diketahui bila seorang balita sudah ditimbang berat badannya dan diukur panjang atau tinggi badannya, lalu dibandingkan dengan standar, dan hasilnya berada dibawah normal. Jadi secara fisik balita akan lebih pendek dibandingkan balita seumurnya. Penghitungan ini menggunakan standar Z score dari WHO. (Supariasa, dkk, 2014), yaitu:

- 1) Sangat pendek: Zscore <-3,0
- 2) Pendek : Zscore 2-3,0 s/d Zscore <-2,0
- 3) Normal : Zscore S-2,0

B. Faktor yang berhubungan dengan *Stunting*

Masalah balita pendek menggambarkan masalah gizi kronis, dipengaruhi dari kondisi ibu/calon ibu, masa janin dan masa bayi/balita, termasuk penyakit yang diderita selama masa balita. Dalam kandungan, janin akan tumbuh dan berkembang melalui penambahan berat dan panjang badan, perkembangan otak serta organ-organ lainnya. Kekurangan gizi yang terjadi dalam kandungan dan awal kehidupan menyebabkan janin melakukan reaksi penyesuaian. Secara paralel penyesuaian tersebut meliputi perlambatan pertumbuhan dengan pengurangan jumlah dan pengembangan sel-sel tubuh termasuk sel otak dan organ tubuh lainnya Banyak penelitian mengungkapkan bahwa prevalensi *stunting* banyak ditemukan pada balita dari keluarga yang berstatus sosial ekonomi rendah, penyakit infeksi, pendidikan yang rendah, jumlah anggota keluarga, pekerjaan ibu dan sanitasi lingkungan."

Stunting disebabkan oleh faktor multi dimensi dan tidak hanya disebabkan oleh faktor gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita. Intervensi yang paling menentukan untuk dapat mengurangi prevalensi stunting oleh karenanya perlu dilakukan pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dari anak balita. (Kemenkes, 2018)

1. Faktor Genetik

Soetjiningsih (1998) mengungkapkan bahwa faktor genetic merupakan modal dasar mencapai hasil proses pertumbuhan. Melalui genetik yang berada didalam sel telur yang telah dibuahi, dapat ditentukan kualitas dan kuantitas pertumbuhan. Faktor internal (genetik) antara lain termasuk berbagai faktor bawaan yang normal dan patologis, jenis kelamin, obstetrik dan ras atau suku bangsa. Apabila potensi genetik ini dapat berinteraksi dalam lingkungan yang baik akan menghasilkan pertumbuhan yang optimal." Genetik yang diturunkan oleh orang tua dan tersimpan dalam deocsiribose nucleic acid (DNA) akan menampilkan bentuk fisik dan potensi bayi. Meski faktor genetic merupakan faktor bawaan, namun faktor ini bukanlah satu-satunya faktor yang menentukan tumbuh kembang bayo (Fikawati S.dkk.,2015)

2. Obstetrik (Seperti: BBLR)

BBLR yaitu berat bayi lahir kurang dari 2500 gram akan membawa risiko kematian, gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak, termasuk dapat berisiko menjadi pendek jika tidak tertangani dengan baik (Kemenkes RI, 2016). Bayi berat lahir rendah (BBLR) adalah bayi dengan berat badan lahir kurang dari 2500 gram tanpa memandang usia gestasi, Berat sant lahir adalah berat bayi yang ditimbang dalam 1 jam setelah lahir. Bayi berat lahir rendah (BBLR) merupakan istilah lain untuk bayi prematur hingga tahun 1961. Istilah ini mulai diubah dikarenakan tidak seluruh bayi dengan berat badan lahir rendah lahir secara premature (Manuaba dkk., 2007),

Klasifikasi BBLR dapat dibagi berdasarkan derajatnya dan masa gestasinya. Berdasarkan derajatnya, BBLR diklasifikasikan menjadi tiga kelompok, antara lain :

- a Berat bayi lahir rendah (BBLR) atau low birth weight (LBW) dengan berat lahir 1500 - 2499 gram
- b Berat bayi lahir sangat rendah (BBLSR) atau very low birth weight (VLBW) dengan berat badan lahir 1000 - 1499 gram
- c Berat bayi lahir ekstrem rendah (BBLER) atau extremely low birth weight (ELBW) dengan berat badan lahir < 1000 gram

Berdasarkan masa gestasinya, BBLR dapat dibagi menjadi dua golongan, yaitu :

- a Prematuritas murni/Sesuai Masa Kehamilan (SMK) Bayi dengan masa kehamilan kurang dari 37 minggu dan berat badan sesuai dengan berat badan untuk usia kehamilan.

Kepala relatif lebih besar dari badannya, kulit tipis, transparan, lemak subkutan kurang, tangisnya lemah dan jarang

b Dismaturitas/Kecil Masa Kehamilan (KMK).

Berat badan lahir rendah dan prematur sering terjadi bersama-sama. dan kedua faktor tersebut berhubungan dengan peningkatan morbiditas dan mortalitas bayi baru lahir. Berat bayi yang kurang saat lahir beresiko besar untuk hidup selama persalinan maupun sesudah persalinan. Dikatakan berat badan lahir rendah apabila berat bayi kurang dari 2500 gram (Price dan Gwin, 2014). BBLR, yaitu berat bayi lahir kurang dari 2500 gram akan membawa risiko kematian gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak, termasuk berisiko menjadi pendek jika tidak tertangani dengan baik. (Kemenkes RI 2016).

3. Ras/Etnis/Suku Bangsa

Kelompok etnik, etnis atau suku bangsa adalah suatu golongan manusia yang anggota-anggotanya mengidentifikasi dirinya dengan sesamanya, biasanya berdasarkan garis keturunan yang dianggap sama. Ini adalah sebuah gejala yang terkandung dalam pengalaman manusia" meskipun definisi ini seringkali mudah diubah-ubah.

4. Umur

Menurut Sutomo. B. dan Anggraeni. DY. (2010). Balita adalah sebutan untuk anak usia 1-3 tahun (batita) dan untuk anak usia (3-5 tahun). Pada usia ini anak memerlukan perhatian penuh dari orang tua untuk melakukan kegiatan penting. Seperti mandi, buang air dan makan. Perkembangan berbicara dan berjalan sudah bertambah baik. Namun kemampuan lain masih terbatas. Usia anak yang sering ditemukan dengan kejadian *stunting* adalah usia 24 bulan keatas. Dari hasil penelitian Linda Adair (1997) *stunting* paling sering terjadi pada anak usia 2-3 tahun.

5. Jenis kelamin

Jenis kelamin merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap kejadian *stunting* pada balita. Perempuan lebih banyak mengandung lemak dalam tubuhnya energi yang diperlukan 10 persen lebih rendah dari laki-laki. Kebutuhan gizi anak laki-laki lebih besar dari perempuan. Pada tahun pertama laki laki lebih berisiko malnutrisi karena ukuran tubuh lebih besar dan membutuhkan asupan lebih besar, jika tidak terpenuhi dalam jangka waktu lama akan meningkatkan risiko gangguan pertumbuhan. Pada tahun pertama kehidupan, laki-laki lebih rentan mengalami malnutrisi daripada perempuan karena ukuran tubuh laki-laki yang besar dimana membutuhkan asupan energi yang lebih besar pula sehingga bila asupan makan tidak terpenuhi dan kondisi tersebut terjadi dalam jangka waktu lama dapat meningkatkan gangguan pertumbuhan. Penelitian (Adair dan Guilkey, 1997) di Filipina pada 3000 partisipan di Cebu melihat perkembangan bayi sejak lahir hingga berumur 24 bulan. Hasil penelitiannya adalah bayi laki-laki cenderung menjadi *stunting* saat memasuki usia satu tahun, dan bayi perempuan pada usia dua tahun. Hal ini terkait pola asuh orang tua dalam memberikan makanan pada anak. Di Filipina,

anak laki-laki cenderung diberikan makanan kaya akan protein dibandingkan anak perempuan.

6. Kelainan kromosom

Kelainan kromosom pada bayi yang masih berada di dalam kandungan memang jarang terjadi. Namun, banyak orang tua yang merasa khawatir bayinya akan terpengaruh. Tes deteksi kelainan kromosom pada bayi dapat membantu orang tua menyiapkan penanganan lebih dini secara tepat, Kendati Anda selalu menjaga kehamilan Anda agar calon bayi tumbuh sehat, namun terdapat beberapa ibu hamil yang mengidap kelainan kromosom sehingga menimbulkan penyakit-penyakit tertentu.

Kromosom adalah struktur yang mengandung unsur-unsur genetika manusia. Manusia memiliki total 46 kromosom, dua di antaranya adalah kromosom seks, yang disebut X dan Y. kromosom pada wanita sebanyak 46 XX, sedangkan pada pria sebanyak 46XY. Setiap setengah dari sepasang kromosom, diwarisi dari masing-masing orang tua.

Kelainan kromosom juga telah menyebabkan setidaknya 50 persen keguguran di masa awal kehamilan. *Sindrom Down* menyebabkan seseorang yang mengalaminya memiliki IQ yang rendah dan keadaan fisik yang berbeda, seperti tungkai yang pendek.

Mungkin seseorang lebih sering mendengar bahwa kelainan genetik menyebabkan penyakit seperti *autisme* atau *down syndrome*. Kelainan genetik dapat menyebabkan gangguan lain dikarenakan kelainan ini menimbulkan cacat kromosom. Kelainan ini disebut sebagai sindrom Turner, yaitu kelainan yang terjadi lantaran

seorang anak perempuan terlahir hanya memiliki satu buah kromosom. Kromosom X pasangannya bisa jadi rusak atau bahkan hilang sama sekali.

Anak yang terlahir dengan sindrom ini biasanya akan mengalami gangguan kesehatan termasuk diantaranya gangguan dalam perkembangan fisik seperti postur pendek, tidak mengalami menstruasi karena tidak memiliki darah haid, mandul, kelainan jantung, susah beradaptasi secara sosial, bahkan kesulitan dalam mempelajari sebagian hal. Dalam sejarahnya penyakit ini baru ditemukan oleh seorang dokter bernama Henry Turner pada tahun 1938, oleh karena itu kondisi penyakit semacam ini diberi nama sindrom Turner.

7. Status Gizi anak

Hubungan Antara Stunting Dengan Nutrisi Pada Pertumbuhan Balita Nutrisi merupakan salah satu komponen penting dalam proses tumbuh dan berkembang selama masa pertumbuhan, sehingga kebutuhan zat gizi yang diperlukan seperti protein, karbohidrat, lemak, mineral, vitamin dan air. Apabila semua kebutuhan tersebut tidak terpenuhi atau kurang terpenuhi maka akan menghambat pertumbuhan dan perkembangan pada anak

Periode masa pra-sekolah merupakan periode pertumbuhan cepat. Hal ini tampak pada pertumbuhan sel otak, pertumbuhan kerangka dan perbanyakan sel. Pertumbuhan anak yang baru sembuh dari sakit atau pulih dari keadaan kurang gizi lebih lambat, namun akan cepat pulih kembali setelah diberikan makanan yang bergizi". Dalam sebuah penelitian mengatakan fungsi utama protein dalam tubuh adalah untuk pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan. Sebelum energi diperlukan

oleh tubuh untuk mendukung semua mekanisme biologis dan kimiawi di dalam tubuh. Pada anak yang mengalami kurang energi maka hormone pertumbuhannya akan berkurang. Apabila tidak terpenuhi maka efisiensi proses metabolisme tidak adekuat sehingga maturasi organ terganggu dan sangat meningkatkan risiko berbagai penyakit. Hal inilah yang mendasari komorbiditas yang tinggi pada perawakan pendek atau balita pendek

Jadi kebutuhan nutrisi yang seimbang pada balita mempengaruhi tumbuh kembangnya balita, karena asupan atau jenis makanan yang dikonsumsi balita sangat mempengaruhi pertumbuhan balita. Apabila asupan gizi yang pada balita tidak sesuai akan mempengaruhi status gizi pada balita yang akan menyebabkan gagal tubuh dan terjadinya stunting pada balita

8. Lingkungan

Faktor lingkungan sangat menentukan tercapainya potensi genetik yang optimal. Apabila kondisi lingkungan kurang mendukung atau jelek, maka potensi genetik yang optimal tidak tercapai. Lingkungan ini meliputi lingkungan "bio-fisikopsikososial" yang akan mempengaruhi setiap individu mulai dari masa konsepsi sampai akhir hayatnya. Secara garis besar, faktor lingkungan dapat dibagi dua yaitu: faktor prenatal dan lingkungan pascanatal. Faktor-faktor prenatal adalah faktor lingkungan yang mempengaruhi anak pada waktu masih dalam kandungan. Faktor lingkungan pascanatal adalah faktor lingkungan yang mempengaruhi pertumbuhan anak setelah lahir. (Supriasa,dkk. 2014)

Tanner dalam Fikawati dkk (2017) menyatakan Pertumbuhan manusia merupakan hasil interaksi antara faktor genetik/keturunan dengan lingkungan. Seseorang tidak dapat mencapai pertumbuhan yang ditentukan oleh bawaan genetiknya jika berada di lingkungan yang tidak adekuat walaupun blueprint genetiknya menentukan bahwa dia seharusnya berbadan tinggi." Alamsyah (2013) menyatakan bahwa rumah merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang berfungsi sebagai tempat tinggal atau hunian. Menurut WHO, rumah merupakan struktur fisik atau bangunan untuk tempat berlindung, dimana lingkungan berguna untuk kesehatan jasmani dan rohani serta keadaan sosialnya baik untuk kesehatan keluarga dan individu. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa rumah sehat adalah bangunan tempat berlindung dan beristirahat serta sebagai sarana pembinaan keluarga yang menumbuhkan kehidupan sehat secara fisik, mental dan sosial sehingga seluruh anggota keluarga dapat bekerja secara produktif.

Hubungan antara perumahan dan pemukiman dengan kesehatan lebih umum ditemukan dan lebih kuat di negara berkembang, dimana data terakhir menunjukkan hubungan yang kuat antara kondisi kesehatan yang jelek dan keterbatasan secara kuantitatif maupun kualitatif dalam suplai air, makanan dan sanitasi. Perumahan yang tidak memadai dengan ventilasi yang kurang baik, kurangnya fasilitas pembuangan limbah padat, pencemaran udara dan kebisingan, serta kepadatan yang berlebihan cenderung menimbulkan efek-efek negatif bagi kesehatan.

Krieger and Higgins dalam Keman (2007) menyatakan perumahan yang layak untuk tempat tinggal harus memenuhi syarat kesehatan sehingga penghuninya tetap sehat. Perumahan yang sehat tidak lepas dari ketersediaan prasarana dan sarana yang

terkait, seperti penyediaan air bersih, sanitasi, pembuangan sampah, transportasi, dan tersedianya pelayanan sosial. Air bersih merupakan salah satu kebutuhan manusia untuk memenuhi standar kehidupan manusia secara sehat. Ketersediaan air bersih yang terjangkau dan berkelanjutan menjadi bagian terpenting bagi setiap individu baik yang tinggal di perkotaan maupun pedesaan.

Salah satu studi pencemaran lingkungan yang berdampak pada kesehatan masyarakat adalah cemaran pestisida yang banyak digunakan pada pertanian. Pada satu wilayah yang penggunaan pestisidanya tinggi ditemukan perbedaan proporsi penderita hipotiroidisme (berdasarkan kadar TSHs/Thyroid Stimulating Hormons) yang nyata antara daerah terpapar dan daerah tidak terpapar cemaran pestisida. Bila dibiarkan, pertumbuhan akan terganggu dan menyebabkan kejadian stunting (pendek) yang semakin banyak.

9. Penyakit infeksi

Riwayat penyakit infeksi dapat mempengaruhi pertumbuhan anak karena ketika anak sakit daya tahan tubuh anak atau imun tubuh anak akan melemah dan anak akan menjadi lebih mudah terserang penyakit. Ketika anak sakit, nafsu makan akan berkurang dan akan diikuti dengan daya tahan tubuh semakin melemah, mudah terinfeksi penyakit lain dan pertumbuhan anak akan terganggu

Penyakit infeksi yang disebabkan oleh hygiene dan sanitasi yang buruk (misalnya diare dan kecacingan) dapat mengganggu penyerapan nutrisi pada proses pencernaan. Beberapa penyakit infeksi yang diderita bayi dapat menyebabkan berat badan bayi turun. Jika kondisi ini terjadi dalam waktu yang cukup lama dan tidak

disertai dengan pemberian asupan yang cukup untuk proses penyembuhan maka dapat mengakibatkan *stunting*

Pengurangan status gizi terjadi karena asupan gizi yang kurang dan sering terjadinya infeksi. Jadi faktor lingkungan, keadaan dan perilaku keluarga berpengaruh pada status gizi balita. Kecukupan energy dan protein per hari per kapita jika dibanding Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan baik anak normal atau pendek." (Sutarto,dkk., 2018).

C. Pencegahan Stunting

Pencegahan stunting dilakukan melalui intervensi gizi spesifik yang ditujukan dalam 1000 hari pertama kehidupan (HPK). Intervensi gizi spesifik untuk mengatasi permasalahan gizi pada ibu hamil, ibu menyusui 0-6 bulan, ibu menyusui 7-23 bulan.

Pemberian konseling gizi kepada individu dan keluarga dapat membantu untuk mengenali masalah kesehatan terkait gizi, memahami penyebab terjadinya masalah gizi, dan membantu individu serta keluarga memecahkan masalahnya sehingga terjadi perubahan perilaku makan yang disepakati bersama. (Ramayulis R, 2018)

Di Indonesia upaya penanggulangan stunting kenal dengan strategi lima pilar, yang terdiri dari:

1. Perbaikan gizi masyarakat terutama pada ibu pra hamil, ibu hamil dan anak
2. Penguatan kelembagaan pangan dan gizi

3. Peningkatan aksesibilitas pangan yang beragam
4. Peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat
5. Peningkatan pengawasan mutu dan keamanan pangan

Kejadian balita stunting dapat diputus mata rantainya sejak janin dalam kandungan dengan cara melakukan pemenuhan kebutuhan zat gizi bagi ibu hamil, artinya setiap ibu hamil harus mendapatkan makanan yang cukup gizi, mendapatkan suplementasi zat gizi Fe), dan terpantau kesehatannya Selain itu setiap bayi baru lahir hanya mendapat ASI saja sampai umur 6 bulan (Eksklusif) dan setelah umur 6 bulan diberi Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang cukup jumlah dan kualitasnya. Ibu nifas selain mendapat makanan cukup gizi, juga diberi suplementasi zat gizi berupa kapsul vitamin A. Kejadian *stunting* pada balita yang bersifat kronis seharusnya dapat dipantau dan dicegah apabila pemantauan pertumbuhan balita dilaksanakan secara rutin dan benar. Memantau pertumbuhan balita di posyandu merupakan upaya yang sangat strategis untuk mendeteksi dini terjadinya gangguan pertumbuhan, sehingga dapat dilakukan pencegahan terjadinya balita *stunting*.

Selain itu menurut Kemenkes RI (2016) upaya intervensi pada stunting adalah sebagai berikut:

1. Pada ibu hamil
 - a Memperbaiki gizi dan kesehatan ibu hamil merupakan cara terbaik dalam mengatasi stunting, Ibu hamil perlu mendapat makanan yang baik, sehingga apabila ibu hamil dalam keadaan sangat kurus atau

telah mengalami Kurang Energi Kronis (KEK), maka perlu diberikan makanan tambahan kepada ibu hamil tersebut,

- b Setiap ibu hamil perlu mendapat tablet darah, minimal 90 tablet selama kehamilan
- c Kesehatan ibu harus tetap dijaga agar ibu tidak mengalami sakit.

2. Pada saat bayi lahir

- a Persalinan ditolong oleh bidan atau dokter terlatih dan begitu bayi lahir melakukan Inisiasi Menyusu Dini (IMD)
- b Bayi sampai dengan usia 6 bulan diberi Air Susu Ibu (ASI) saja (ASI Eksklusif)

3. Bayi berusia 6 bulan sampai dengan 2 tahun.

- a Mulai usia 6 bulan, selain ASI bayi diberi Makanan Pendamping ASI (MP-ASI). Pemberian ASI terus dilakukan sampai bayi berumur 2 tahun atau lebih.
- b Bayi dan anak memperoleh kapsul vitamin A, imunisasi dasar lengkap

4. Memantau pertumbuhan Balita di posyandu merupakan upaya yang sangat strategis untuk mendeteksi dini terjadi gangguan pertumbuhan.

5. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) harus diupayakan oleh setiap rumah tangga termasuk meningkatkan akses terhadap air bersih dan fasilitas sanitasi, serta menjaga kebersihan lingkungan. PHBS menurunkan kejadian sakit terutama penyakit infeksi yang dapat membuat energi untuk

pertumbuhan terahlihan kepada perlawanan tubuh menghadapi unfeksi. gizi sulit diserap oleh tubuh dan terhambatnya pertumbuhan.

Untuk mewujudkan penurunan angka stunting, pemerintah menetapkan stunting sebagai salah satu program prioritas. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 39 Tahun 2016 tentang Pedoman Penyelenggaraan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga, upaya yang dilakukan untuk menurunkan prevalensi stunting di antaranya sebagai berikut:

1. Ibu Hamil dan Bersalin

- a Intervensi pada 1000 hari pertama kehidupan,
- b Mengupayakan jaminan mutu ante natal care (ANC) terpadu,
- c Meningkatkan persalinan di fasilitas,
- d Menyelenggarakan program pemberian makanan tinggi kalori, protein dan mikronutrien (TPKM),
- e Deteksi dini penyakit menular dan tidak menular),
- f Pemberantasan kecacingan,
- g Meningkatkan transformasi Kartu Menuju Sehat (KMS) ke dalam buku KIA,
- h Menyelenggarakan konseling Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dan ASI Eksklusif, dan
- i Penyuluhan dan pelayanan KB.

2. Balita

- a Pemantauan pertumbuhan balita,
 - b Menyelenggarakan kegiatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) untuk balita,
 - c Menyelenggarakan stimulasi dini dan perkembangan anak, dan
 - d Memberikan pelayanan kesehatan yang optimal.
3. Anak Usia Sekolah
- a Melakukan revitalisasi Usaha Kesehatan Sekolah (UKS),
 - b Menguatkan Kelembagaan Tim Pembina UKS,
 - c Menyelenggarakan Program Gizi Anak Sekolah (PROGRAS), dan
 - d Memberlakukan sekolah sebagai kawasan bebas rokok dan narkoba
4. Remaja
- a Meningkatkan penyuluhan untuk perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), pola gizi seimbang, tidak merokok, dan mengonsumsi narkoba, dan
 - b Pendidikan kesehatan reproduksi
5. Dewasa Muda
- a Penyuluhan dan pelayanan keluarga berencana (KB),
 - b Deteksi dini penyakit (menular dan tidak menular), dan
 - c Meningkatkan penyuluhan untuk PHBS, pola gizi, tidak merokok/mengonsumsi narkoba.

Peranan sanitasi dalam pencegahan stunting dikenal dengan 5 pilar Sanitasi Total Berbasis Lingkungan, terdiri:

1. Kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun, terutama sebelum makan dan setelah buang air besar maupun buang air kecil
2. Pengelolaan air minum dan makanan dalam rumah tangga
3. Menghentikan kebiasaan buang air besar sembarangan
4. Pengelolaan sampah padat rumah tangga
5. Pengelolaan limbah cair rumah tangga.

D. Faktor- Faktor yang Memengaruhi Kesehatan

Menurut Hendrik L Blum dalam (Notoatmodjo S. 2011) ada 4 faktor yang mempengaruhi derajat kesehatan masyarakat atau perorangan. Faktor-faktor tersebut dapat digambarkan sebagai berikut:

1. Lingkungan

Lingkungan memiliki pengaruh yang dan peranan terbesar diikuti perilaku, fasilitas kesehatan dan keturunan. Lingkungan sangat bervariasi, umumnya digolongkan menjadi tiga kategori, yaitu yang berhubungan dengan aspek fisik dan sosial. Lingkungan yang berhubungan dengan aspek fisik contohnya sampah, air,

udara, tanah, iklim, perumahan, dan sebagainya. Sedangkan lingkungan sosial merupakan hasil interaksi antar manusia seperti kebudayaan, pendidikan, ekonomi, dan sebagainya.

2. Perilaku

Perilaku merupakan faktor kedua yang mempengaruhi derajat kesehatan masyarakat karena sehat atau tidak sehatnya lingkungan kesehatan individu, keluarga dan masyarakat sangat tergantung pada perilaku manusia itu sendiri. Di samping itu, juga dipengaruhi oleh kebiasaan, adat istiadat, kebiasaan, kepercayaan, pendidikan sosial ekonomi, dan perilaku-perilaku lain yang melekat pada dirinya.

3. Pelayanan kesehatan

Pelayanan kesehatan merupakan faktor ketiga yang mempengaruhi derajat kesehatan masyarakat karena keberadaan fasilitas kesehatan sangat menentukan dalam pelayanan pemulihan kesehatan, pencegahan terhadap penyakit, pengobatan dan keperawatan serta kelompok dan masyarakat yang memerlukan pelayanan kesehatan. Ketersediaan fasilitas dipengaruhi oleh lokasi, apakah dapat dijangkau atau tidak. Yang kedua adalah tenaga kesehatan pemberi pelayanan, informasi dan motivasi masyarakat untuk mendatangi fasilitas dalam memperoleh pelayanan serta program pelayanan kesehatan itu sendiri apakah sesuai dengan kebutuhan masyarakat yang memerlukan.

4. Keturunan

Keturunan (genetik) merupakan faktor yang telah ada dalam diri manusia yang dibawa sejak lahir, misalnya dari golongan penyakit keturunan seperti diabetes melitus dan asma bronchial.

E. Faktor Determinan *Stunting*

Status gizi buruk pada ibu hamil dan bayi merupakan faktor utama yang menyebabkan anak balita mengalami *stunting*. Ada banyak sekali hal-hal yang dapat memicu terjadinya gizi buruk ini. Berikut adalah penyebab gizi buruk pada ibu hamil dan bayi yang masih sering ditemui:

1. Pengetahuan ibu yang kurang memadai

Sejak di dalam kandungan, bayi sudah membutuhkan berbagai nutrisi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Untuk mencapai ini, ibu harus berada dalam keadaan sehat dan bergizi baik. Jika ibu tidak memiliki pengetahuan akan asupan nutrisi yang baik untuknya dan janin, hal ini akan sulit didapatkan.

Begitu pula setelah lahir, 1000 hari pertama kehidupan (0-2 tahun) adalah waktu yang sangat krusial untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Pada masa ini, bayi membutuhkan ASI eksklusif selama 6 bulan dan tambahan makanan pendamping ASI (MPASI) yang berkualitas setelahnya. Oleh karena itu, ibu harus memiliki pengetahuan yang cukup mengenai gizi anak.

Faktor lainnya yang juga dapat memicu stunting adalah jika anak terlahir dengan kondisi sindrom alkohol janin (fetus alcohol syndrome). Kondisi ini disebabkan oleh konsumsi alkohol berlebihan saat hamil yang kemungkinan diawali ketidaktahuan ibu akan larangan terhadap hal ini.

2. Infeksi berulang atau kronis

Tubuh mendapatkan energi dari asupan makanan. Penyakit infeksi berulang yang dialami sejak bayi menyebabkan tubuh anak selalu membutuhkan energi lebih untuk melawan penyakit. Jika kebutuhan ini tidak diimbangi dengan asupan yang cukup, anak akan mengalami kekurangan gizi dan akhirnya berujung dengan stunting. Terjadinya infeksi sangat erat kaitannya dengan pengetahuan ibu dalam cara menyiapkan makan untuk anak dan sanitasi di tempat tinggal.

3. Sanitasi yang buruk

Sulitnya air bersih dan sanitasi yang buruk dapat menyebabkan *stunting* pada anak. Penggunaan air sumur yang tidak bersih untuk masak atau minum disertai kurangnya ketersediaan kakus merupakan penyebab terbanyak terjadinya infeksi.

Kedua hal ini bisa meninggikan risiko anak berulang-ulang menderita diare dan infeksi cacing usus (cacingan).

4. Terbatasnya layanan kesehatan

Kenyataannya, masih ada daerah tertinggal di Indonesia yang kekurangan layanan kesehatan. Padahal, selain untuk memberikan perawatan pada anak atau ibu hamil yang sakit, tenaga kesehatan juga dibutuhkan untuk memberi pengetahuan mengenai gizi untuk ibu hamil dan anak di masa awal kehidupannya.

F. Dampak *Stunting* terhadap Kesehatan Anak

Stunting pada anak dapat mempengaruhinya dari ia kecil hingga dewasa. Dalam jangka pendek, stunting pada anak menyebabkan terganggunya perkembangan otak, metabolisme tubuh, dan pertumbuhan fisik. Sekilas, proporsi tubuh anak stunting mungkin terlihat normal. Namun, kenyataannya ia lebih pendek dari anak-anak seusianya.

Seiring dengan bertambahnya usia anak, stunting dapat menyebabkan berbagai macam masalah, di antaranya:

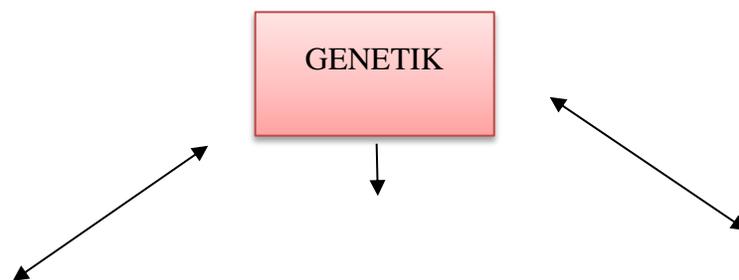
- Kecerdasan anak di bawah rata-rata sehingga prestasi belajarnya tidak bisa maksimal.
- Sistem imun tubuh anak tidak baik sehingga anak mudah sakit.

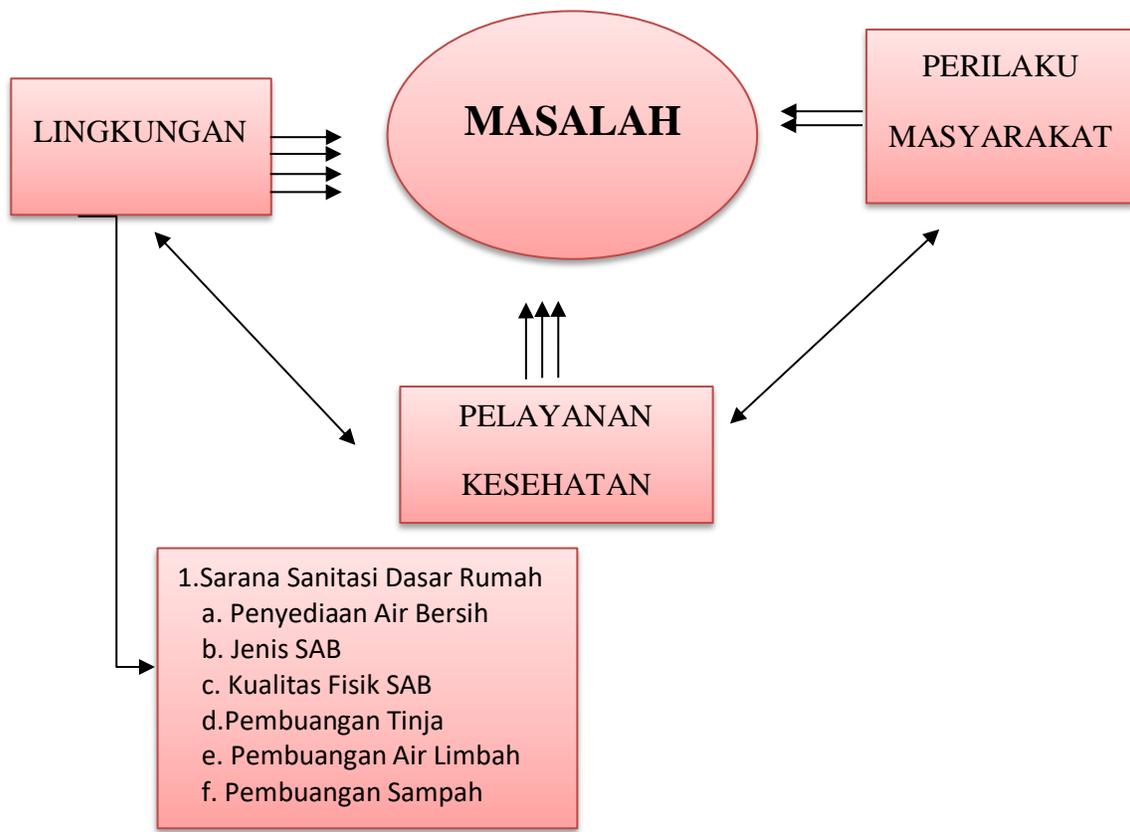
- Anak akan lebih tinggi berisiko menderita penyakit diabetes, penyakit jantung, stroke, dan kanker.

Dampak buruk stunting yang menghantui hingga usia tua membuat kondisi ini sangat penting untuk dicegah. Gizi yang baik dan tubuh yang sehat merupakan kunci dari pencegahan stunting. Berikut hal-hal yang harus diingat untuk mencegah stunting:

- Mengonsumsi makanan dengan kandungan nutrisi yang dibutuhkan selama hamil dan selama menyusui.
- Memberikan nutrisi yang baik kepada Si Kecil, seperti memberikan ASI eksklusif dan nutrisi penting lainnya seiring pertambahan usi
- Rutin memeriksakan kehamilan serta pertumbuhan dan perkembangan anak setelah lahir.
- Menerapkan pola hidup bersih dan sehat, terutama mencuci tangan sebelum makan, serta memiliki sanitasi yang bersih di lingkungan rumah.

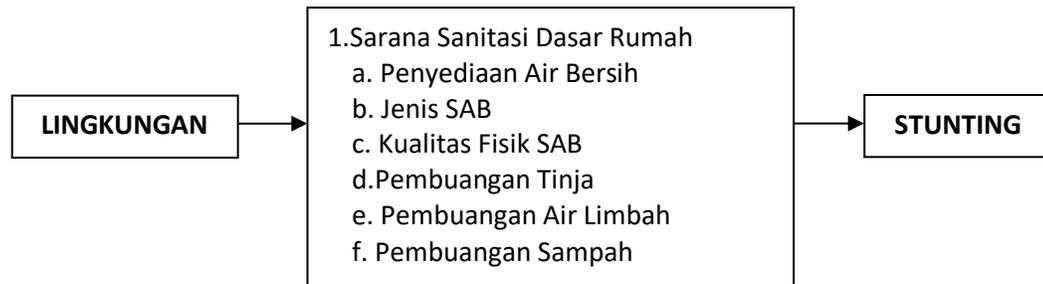
G. Kerangka Teori





Gambar 2. 1 sumber: Menurut H.L. Blum dalam <https://www.informasibidan.com>

H. Kerangka Konsep



Gambar 2. 2 Kerangka Konsep

I. Definisi Operasional

Tabel 2. 1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
Sarana Sanitasi	Sarana air bersih	checklist	observasi	Tidak ada	Ordinal
				Ada, bukan milik sendiri	
				Ada, milik sendiri	
	Jenis sarana air bersih	checklist	observasi	Sumur gali	Ordinal
				Sumur bor	
				PDAM	
	kualitas fisik air bersih	checklist	observasi	Memenuhi syarat	Ordinal
				Tidak Memenuhi syarat	
	Jamban (sarana pembuangan kotoran)	checklist	observasi	Tidak ada	Ordinal
				Ada, bukan leher angsa, tidak ada tutup, disalurkan ke sungai/kolam	
	Sarana pembuangan air limbah (SPAL)	checklist	observasi	Tidak ada, sehingga tergenang tidak teratur di halaman rumah	Ordinal
				Ada, diresapkan tetapi mencemari sumber air (jarak dengan sumber air < 10m)	
				Ada, dialirkan ke selokan terbuka	
				Ada, diresapkan dan tidak mencemari sumber air (jarak dengan sumber air >10m)	
Sarana pembuangan sampah (tempat sampah)	checklist	observasi	Ada, disalurkan ke selokan tertutup (saluran kota) untuk diolah lebih lanjut	Ordinal	
			Tidak ada		
			Ada, tapi kedap air dan tidak ada tutup		
			Ada, kedap air dan tidak bertutup		
				Ada, kedap air dan bertutup	