

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Stunting

2.1.1 Definisi

Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai kebutuhan gizi. Stunting terjadi mulai janin masih dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua tahun. Kekurangan gizi pada usia dini meningkatkan angka kematian bayi dan anak, menyebabkan penderitanya mudah sakit dan memiliki postur tubuh tidak maksimal saat dewasa (MCA Indonesia, 2014).

2.1.2 Penyebab Stunting

Kejadian stunting pada anak merupakan suatu proses kumulatif yang terjadi sejak masa kehamilan, masa kanak – kanak dan sepanjang siklus kehidupan. Proses terjadinya sunting pada anak dan peluang peningkatan stunting terjadi dalam 2 tahun pertama kehidupan.

Faktor gizi ibu sebelum dan selama kehamilan merupakan penyebab tidak langsung yang memberikan kontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin. Ibu hamil dengan gizi kurang akan menyebabkan janin mengalami *Intrauterine Growth Retardation* (IUGR), sehingga bayi akan lahir dengan kurang gizi, dan mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan.

Anak – anak yang mengalami hambatan dalam pertumbuhan disebabkan kurangnya asupan makanan yang memadai dan penyakit infeksi yang berulang, dan meningkatnya kebutuhan metabolismik serta mengurangi nafsu makan, sehingga meningkatnya kekurangan gizi pada anak. Keadaan ini semakin mempersulit untuk mengatasi gangguan pertumbuhan yang akhirnya berpeluang terjadinya stunting (*Allen and Gillespie, (2001, dalam w. Atroparparea, 2014)*).

Gizi buruk kronis (stunting) tidak hanya disebabkan oleh satu faktor saja seperti yang sudah dijelaskan diatas, tetapi disebabkan oleh banyak faktor dimana faktor – faktor tersebut saling berhubungan satu sama lain (*Jurnal Gizi Indonesia, 2016*). Terdapat beberapa faktor penyebab stunting yaitu sebagai berikut:

1) BBLR (Berat Badan Lahir Rendah)

Bayi dengan berat badan lahir rendah lebih cenderung mengalami retardasi pertumbuhan intrauteri yang terjadi karena buruknya gizi ibu dan meningkatnya angka infeksi. Bayi dengan berat badan kurang dari normal (<2500gram) mungkin masih memiliki panjang badan normal pada waktu dilahirkan. Stunting baru akan terjadi beberapa bulan kemudian, walaupun hal ini sering tidak disadari oleh orangtua. Orang tua baru mengetahui anaknya stunting setelah anaknya mulai bergaul dengan teman – temannya, sehingga terlihat anak lebih pendek dengan temannya. Oleh karena itu anak yang lahir dengan berat badan kurang dibawah normal harus

diwaspadai akan menjadi stunting. Semakin awal dilakukan penanggulangan malnutrisi, maka akan semakin kecil resiko menjadi stunting.

2) Asi Ekslusif

World Health Organization (WHO) merekomendasikan bahwa ibu mulai menyusui dalam waktu satu jam setelah kelahiran, kemudian secara eksklusif menyusui bayi mereka sampai usia enam bulan. Akan lebih baik jika bisa melanjutkan menyusui sampai anak mencapai usia dua tahun atau lebih. Anak yang tidak mendapat ASI eksklusif memiliki kemungkinan lebih besar mengalami *stunting*.

3) Penyakit infeksi

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.

4) Masalah kebersihan makanan dan air

Penyebab *stunting* pada anak selanjutnya datang dari masalah kebersihan makanan dan air yang tidak terjamin. Makanan dan air yang terkontaminasi oleh polutan lingkungan atau yang

disebut mikotoksin. Bahan kimia berbahaya yang diproduksi oleh jamur pada makanan sisa, dapat menyebabkan infeksi yang menghambat pertumbuhan. Hal-hal sederhana seperti mencuci tangan dengan sabun menggunakan air bersih dan memastikan kondisi sanitasi dapat meminimalkan risiko infeksi seperti diare, yang menghentikan anak-anak dari pertumbuhan yang baik. Makanan yang disimpan di tempat terbuka atau di wadah yang tidak bersih, atau dibiarkan pada suhu yang memungkinkan bakteri untuk tumbuh, juga dapat membuat anak-anak sakit serta menghambat pertumbuhan mereka.

5) Pekerjaan orangtua (Ekonomi)

Pekerjaan orangtua mempunyai andil yang besar dalam masalah gizi. Pekerjaan orangtua berkaitan erat dengan penghasilan keluarga yang mempengaruhi daya beli keluarga. Keluarga dengan pendapatan yang terbatas, besar kemungkinan kurang dapat memenuhi kebutuhan makanannya secara kualitas dan kuantitas. Peningkatan pendapatan keluarga dapat berpengaruh pada susunan makanan. Pengeluaran yang lebih banyak untuk pangan tidak menjamin lebih beragamnya konsumsi pangan seseorang. Pendapatan keluarga yang memadai akan menunjang tumbuh kembang anak, karena orangtua dapat menyediakan semua kebutuhan anak baik primer maupun sekunder.

6) 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 kehiduan (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.

2.1.3 Dampak Stunting

Stunting dapat mengakibatkan penurunan intelogensi (IQ), sehingga prestasi belajar menjadi rendah dan tidak dapat melanjutkan sekolah. Bila mencari pekerjaan, peluang gagal tes wawancara pekerjaan menjadi besar dan tidak mendapat pekerjaan yang baik, yang berakibatkan penghasilan rendah (economic productivity hypothesis) dan tidak dapat mencukupi kebutuhan pangan. Anak yang menderita stunting berdampak tidak hanya pada fisik yang lebih pendek saja, tetapi pada kecerdasannya, produktivitas, dan prestasinya kelak setelah dewasa, sehingga akan menjadi beban negara. Selain itu dari aspek estetika seseorang yang tumbuh proposisional akan kehilangan lebih menarik dari yang tubuhnya pendek.

Stunting yang terjadi pada masa anak merupakan faktor resiko meningkatnya angka kematian, kemampuan kognitif dan pertumbuhan motorik yang rendah serta fungsi – fungsi tubuh yang tidak seimbang (Allen dan Gillestie (2001, dalam W.Atroparparea, 2014).

Gagal pertumbuhan yang terjadi akibat kurang gizi pada kehidupan berikutnya dan sulit diperbaiki. Masalah stunting menunjukkan ketidak cukupan gizi dalam jangka waktu panjang, yaitu kurang energi dan protein, juga beberapa zat gizi mikro.

2.1.4 Pencegahan Stunting

Dalam keadaan normal, tinggi badan tumbuh bersamaan dengan bertambahnya umur, namun pertambahan tinggi badan relatif kurang sensitif terhadap kurang gizi dalam waktu singkat. Jika terjadi gangguan pertumbuhan tinggi badan pada balita, maka untuk mengejar pertumbuhan tinggi badan optimal masih bisa diupayakan, sedangkan anak usia sekolah sampai remaja relatif kecil kemungkinannya. Maka peluang besar untuk mencegah stunting dilakukan sedini mungkin. Mencegah faktor resiko gizi kurang baik pada remaja putri, Wanita Usia Subur (WUS), ibu hamil maupun pada balita. Selain itu, menangani balita dengan tinggi dan berat badan rendah yang beresiko terjadi stunting, serta terhadap balita yang telah stunting agar tidak semakin berat.

Kejadian balita stunting dapat diputus mata rantainya sejak janin dalam kandungan dengan melakukan pemenuhan kebutuhan zat gizi bagi ibu hamil, artinya setiap ibu hamil harus mendapat makanan yang cukup

gizi, untuk mendapatkan suplementasi zat gizi (tablet Fe), dan terpantau kesehatannya. Setiap bayi yang baru lahir hanya mendapat ASI saja sampai umur 6 bulan (ekslusif) dan selah umur 6 bulan diberi makanan pendamping ASI (MPASI) yang cukup jumlah dan kualitasnya. Kejadian stunting pada balita yang bersifat kronis seharusnya dapat dipantau dan dicegah apabila pemantauan pertumbuhan balita dilakukan secara rutin dan benar. Memantau pertumbuhan balita di posyandu merupakan upaya yang sangat strategis untuk mendeteksi dini terjadinya gangguan pertumbuhan sehingga dapat dilakukan perneccehan terjadinya stunting.

Bersama dengan sektor lain meningkatkan sanitasi lingkungan dan penyediaan sarana, prasarana dan akses keluarga terhadap sumber air terlindung serta pemukiman yang layak, juga meningkatkan akses keluarga terhadap daya beli pangan dan biaya berobat bila sakit melalui penyediaan lapangan kerja dan peningkatan pendapatan. Peningkatan pendidikan ayah dan ibu yang berdampak pada pengetahuan dan kemampuan dalam penerapan kesehatan dan gizi keluarganya, sehingga anak berada dalam keadaan status gizi yang baik. Mempermudah akses keluarga terhadap informasi dan penyediaan informasi tentang kesehatan dan gizi anak yang mudah dimengerti dan dilaksanakan oleh setiap keluarga juga merupakan cara yang efektif dalam mencegah terjadinya anak stunting. Zat gizi mikro yang berperan untuk menghindari stunting pada anak :

a. Kalsium

Kalsium berfungsi dalam pembentukan tulang serta gigi, pembekuan darah dan kontraksi otot. Bahan makanan sumber kalsium antara lain: ikan teri kering, susu, keju, kacang – kacangan.

b. Yodium

Yodium sangat berguna bagi hormon tiroid dimana hormon tiroid mengatur metabolisme, pertumbuhan dan perkembangan tubuh, yodium juga penting untuk mencegah gondok dan kekerdilan.

Bahan makanan sumber yodium: ikan laut, udang, dan kerang.

c. Zink

Zink berfungsi dalam metabolisme tulang, penyembuhan luka, fungsi kekebalan dan pengembangan fungsi reproduksi laki – laki. Bahan makanan sumber zink: hati, kerang, telur dan kacang – kacangan.

d. Zat besi

Zat besi berfungsi sebagai sistem kekebalan tubuh, pertumbuhan otak dan metabolisme energi. Sumber zat besi antara lain: hati, telur, ikan, kacang – kacangan, sayuran hijau dan buah-buahan.

e. Asam folat

Asam folat terutama berfungsi pada periode pembelahan dan pertumbuhan sel, memproduksi sel darah merah dan mencegah

anemia. Sumber asam folat antara lain: bayam, lobak, kacang-kacangan, serealia dan sayur – sayuran.

2.2 Konsep Balita

2.2.1 Pengertian Balita

Anak balita adalah anak yang telah menginjak usia di atas satu tahun atau lebih popular dengan pengertian usia anak di bawah lima tahun (Muaris.H, 2006).

Menurut Sutomo. B. dan Anggraeni. DY, (2010), Balita adalah istilah umum bagi anak usia 1-3 tahun (batita) dan anak prasekolah (3-5 tahun). Saat usia batita, anak masih tergantung penuh kepada orang tua untuk melakukan kegiatan penting, seperti mandi, buang air dan makan. Perkembangan berbicara dan berjalan sudah bertambah baik. Namun kemampuan lain masih terbatas. Masa balita merupakan periode penting dalam proses tumbuh kembang manusia. Perkembangan dan pertumbuhan di masa itu menjadi penentu keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak di periode selanjutnya. Masa tumbuh kembang di usia ini merupakan masa yang berlangsung cepat dan tidak akan pernah terulang, karena itu sering disebut golden age atau masa keemasan.

2.2.2 Karakteristik Balita

Septiari (2012) menyatakan karakteristik balita dibagi menjadi dua yaitu:

Anak usia 1-3 tahun merupakan konsumen pasif artinya anak menerima makanan yang disediakan orang tuanya. Laju 7 pertumbuhan usia balita lebih besar dari usia prasekolah, sehingga diperlukan jumlah makanan yang relatif besar. Perut yang lebih kecil menyebabkan jumlah makanan yang mampu diterimanya dalam sekali makan lebih kecil bila dibandingkan dengan anak yang usianya lebih besar oleh sebab itu, pola makan yang diberikan adalah porsi kecil dengan frekuensi sering.

Anak usia prasekolah usia 3-5 tahun anak menjadi konsumen aktif. Anak sudah mulai memilih makanan yang disukainya. Pada usia ini berat badan anak cenderung mengalami penurunan, disebabkan karena anak beraktivitas lebih banyak dan mulai memilih maupun menolak makanan yang disediakan orang tuanya.

2.2.3 Tumbuh Kembang Balita

Secara umum tumbuh kembang setiap anak berbeda – beda, namun prosesnya senantiasa melalui tiga pola yang sama, yakni :

- 1 Pertumbuhan dimulai dari tubuh bagian atas menuju bagian bawah (sefalokaudal). Pertumbuhannya dimulai dari kepala hingga ke ujung kaki, anak akan berusaha menegakkan tubuhnya, lalu dilanjutkan belajar menggunakan kakinya.
- 2 Perkembangan dimulai dari batang tubuh ke arah luar. Contohnya adalah anak akan lebih dulu menguasai

penggunaan telapak tangan untuk menggenggam, sebelum ia mampu meraih benda dengan jari – jemarinya.

- 3 Setelah dua pola di atas dikuasai, barulah anak belajar mengeksplorasi keterampilan-keterampilan lain. Seperti melempar, menendang, berlari, dll.

Pertumbuhan pada bayi dan balita merupakan gejala kuantitatif. Pada konteks ini, berlangsung perubahan ukuran dan jumlah sel, serta jaringan intraseluler pada tubuh anak. Dengan kata lain, berlangsung proses multiplikasi organ tubuh anak, disertai penambahan ukuran – ukuran tubuhnya. Hal ini ditandai oleh :

1. Meningkatnya berat badan dan tinggi badan.
2. Bertambahnya ukuran lingkar kepala.
3. Muncul dan bertambahnya gigi dan geraham.
4. Menguatnya tulang dan membesarnya otot – otot.
5. Bertambahnya organ – organ tubuh lainnya, seperti rambut, kuku, dan sebagainya.

Penambahan ukuran – ukuran tubuh ini tentu tidak harus drastis. Sebaliknya, berlangsung perlahan, bertahap, dan terpola secara proporsional pada tiap bulannya. Ketika didapati penambahan ukuran tubuhnya, artinya proses pertumbuhannya berlangsung baik, Sebaliknya jika yang terlihat gejala penurunan ukuran itu sinyal terjadinya gangguan atau hambatan proses pertumbuhan.

Cara mudah mengetahui baik tidaknya pertumbuhan bayi dan balita adalah dengan mengamati grafik pertambahan berat dan tinggi badan yang terdapat pada Kartu Menuju Sehat (KMS). Dengan bertambahnya usia anak harusnya bertambah pula berat dan tinggi badannya. Cara lainnya yaitu dengan pemantauan status gizi. Pemantauan status gizi pada bayi dan balita telah dibuatkan standarisasinya oleh *Harvard University* dan Wolanski. Penggunaan standar tersebut di Indonesia telah dimodifikasi agar sesuai untuk kasus anak Indonesia.

Perkembangan pada masa balita merupakan gejala kualitatif, artinya pada diri balita berlangsung proses peningkatan dan pematangan (maturasi) kemampuan personal dan kemampuan sosial.

1. Kemampuan personal ditandai pendayagunaan segenap fungsi alat – alat pengindraan dan sistem organ tubuh lain yang dimilikinya.

Kemampuan fungsi pengindraan meliputi :

- 1 Penglihatan, misalnya melihat, melirik, menonton, membaca dan lain – lain.
- 2 Pendengaran, misalnya reaksi mendengarkan bunyi, menyimak pembicaraan dan lain – lain.
- 3 Penciuman, misalnya mencium dan membau sesuatu
- 4 Peraba, misalnya reaksi saat menyentuh atau disentuh, meraba benda, dan lain – lain.
- 5 Pengecap, misalnya menghisap ASI, mengetahui rasa makanan dan minuman.

Pada sistem tubuh lainnya di antaranya meliputi :

- 1 Tangan, misalnya menggenggam, mengangkat, melempar, mencoret – coret, menulis dan lain – lain.
 - 2 Kaki, misalnya menendang, berdiri, berjalan, berlari dan lain – lain.
 - 3 Gigi, misalnya menggigit, mengunyah dan lain – lain.
 - 4 Mulut, misalnya mengoceh, melafal, teriak, bicara, menyanyi dan lain – lain.
 - 5 Emosi, misalnya menangis, senyum, tertawa, gembira, bahagia, percaya diri, empati, rasa iba dan lain – lain.
 - 6 Kognisi, misalnya mengenal objek, mengingat, memahami, mengerti, membandingkan dan lain – lain.
 - 7 Kreativitas, misalnya kemampuan imajinasi dalam membuat, merangkai, menciptakan objek dan lain – lain.
2. Kemampuan sosial.

Kemampuan sosial (sosialisasi), sebenarnya efek dari kemampuan personal yang makin meningkat. Dari situ lalu dihadapkan dengan beragam aspek lingkungan sekitar, yang membuatnya secara sadar berinteraksi dengan lingkungan itu. Contoh pada anak yang telah berusia satu tahun dan mampu berjalan, dia akan senang jika diajak bermain dengan anak – anak lainnya, meskipun ia belum pandai dalam berbicara, ia akan merasa senang berkumpul dengan anak – anak tersebut. Dari sinilah dunia

sosialisasi pada lingkungan yang lebih luas sedang dipupuk, dengan berusaha mengenal teman – temanya.

2.2.4 Kebutuhan Utama Proses Tumbuh Kembang

Dalam proses tumbuh kembang, anak memiliki kebutuhan yang harus terpenuhi, kebutuhan tersebut yakni :

1 Pemenuhan kebutuhan gizi (asuh)

Usia balita adalah periode penting dalam proses tumbuh kembang anak yang merupakan masa pertumbuhan dasar anak. Usia ini perkembangan kemampuan berbahasa, berkreativitas, kesadaran social, emosional, dan inteligensi anak berjalan sangat cepat. Pemenuhan kebutuhan gizi dalam rangka menopang tumbuh kembang fisik dan biologis balita perlu diberikan secara tepat dan berimbang. Tepat berarti makanan yang diberikan mengandung zat – zat gizi yang sesuai kebutuhannya, berdasarkan tingkat usia. Berimbang berarti komposisi zat – zat gizinya menunjang proses tumbuh kembang sesuai usianya. Terpenuhinya kebutuhan gizi secara baik, perkembangan otaknya akan berlangsung optimal. Keterampilan fisiknya pun akan berkembang sebagai dampak perkembangan bagian otak yang mengatur sistem sensorik dan motoriknya. Pemenuhan kebutuhan fisik atau biologis yang baik, akan berdampak pada sistem imunitas tubuhnya sehingga daya tahan

tubuhnya akan terjaga dengan baik dan tidak mudah terserang penyakit.

2 Pemenuhan kebutuhan emosi dan kasih sayang (asih)

Kebutuhan ini meliputi upaya orang tua mengekspresikan perhatian dan kasih sayang, serta perlindungan yang aman dan nyaman kepada si anak. Orang tua perlu menghargai segala keunikan dan potensi yang ada pada anak. Pemenuhan yang tepat atas kebutuhan emosi atau kasih sayang akan menjadikan anak tumbuh cerdas secara emosi, terutama dalam kemampuannya membina hubungan yang hangat dengan orang lain. Orang tua harus menempatkan diri sebagai teladan yang baik bagi anak – anaknya. Melalui keteladanan tersebut anak lebih mudah meniru unsur – unsur positif, jauhi kebiasaan memberi hukuman pada anak sepanjang hal tersebut dapat diarahkan melalui metode pendekatan berlandaskan kasih sayang.

3 Pemenuhan kebutuhan stimulasi dini (asah)

Stimulasi dini merupakan kegiatan orang tua memberikan rangsangan tertentu pada anak sedini mungkin. Bahkan hal ini dianjurkan ketika anak masih dalam kandungan dengan tujuan agar tumbuh kembang anak dapat berjalan dengan optimal. Stimulasi dini meliputi kegiatan merangsang melalui sentuhan – sentuhan lembut secara

ber variasi dan berkelanjutan, kegiatan mengajari anak berkomunikasi, mengenal objek warna, mengenal huruf dan angka. Selain itu stimulasi dini dapat mendorong munculnya pikiran dan emosi positif, kemandirian, kreativitas dan lain – lain. Pemenuhan kebutuhan stimulasi dini secara baik dan benar dapat merangsang kecerdasan majemuk (multiple intelligences) anak. Kecerdasan majemuk ini meliputi, kecerdasan linguistic, kecerdasan logis-matematis, kecerdasan spasial, kecerdasan kinestetik, kecerdasan musical, kecerdasan intrapribadi (intrapersonal), kecerdasan interpersonal, dan kecerdasan naturalis.

2. 3 Hasil Penelitian Jurnal

Hasil penelitian Wiwien Fitrie Wellina 2016, salah satu faktor resiko kejadian stunting kurangnya asupan gizi dalam jangka waktu yang lama, sehingga dapat terjadi perlambatan pertumbuhan dan berpengaruh terhadap status gizi. Penyakit infeksi (diare dan ISPA) dapat mengakibatkan berat badan turun secara akut dan berpengaruh pada status gizi balita bila terjadi dalam jangka waktu yang lama. Balita dengan status gizi yang kurang mempunyai sistem imun yang rendah yang dapat membuat balita mudah terkena penyakit infeksi. Paparan pestisida yang diterima oleh ibu hamil dapat juga menjadikan bayinya stunting. Beberapa jenis pestisida dikenal sebagai thyroid disrupting chemicals (TDCs) dapat mengganggu struktur dan fungsi kelenjar tiroid, mengganggu sintesis, sekresi, peningkatan dan eliminasi hormon tiroid, yang berdampak terjadinya hipotiroidisme. Hipotiroidisme

pada ibu hamil menyebabkan terjadinya gangguan tumbuh kembang janin/anak yang dilahirkannya.

2. 4 Kerangka Teori

Tinjauan teori berkaitan dengan masalah yang akan diteliti, variabel-variabel yang akan diteliti. Dasar membuat kerangka teori. Maka kerangka teori pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bagan 2.4 Kerangka Teori

