**BAB 2**

**KAJIAN PUSTAKA**

1. **Landasan Teori**
2. **ASI Eksklusif**

ASI Eksklusif merupakan air susu ibu yang di berikan kepada bayi sampai dengn umur bayi 6 bulan tanpa makanan dan ataupun minuman lain, kecuali suplemen dan obat. Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 33 Tahun 2012, Air Susu Ibu Eksklusif yang selanjutnya disebut ASI Eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada Bayi sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain.

1. **Komponen ASI**

Adapun komponen yang terkandung di dalam ASI menurut Mustika, dkk, (2018) adalah :

1. Kolostrum

Kolostrum merupakan susu pertama keluar, berbentuk cairan kekuningan yang diproduksi beberapa hari setelah kelahiran dan berbeda dengan ASI transisi dan ASI matur. Kolostrum mengandung protein tinggi 8,5%, sedikit karbohidrat 3,5%, lemak 2,5%, garam dan mineral 0,4%, air 85,1%, dan vitamin larut lemak. Kandungan protein kolostrum lebih tinggi, sedangkan kandungan laktosanya lebih rendah dibandingkan ASI matang. Selain itu, kolostrum juga tinggi imunoglobulin A (IgA) sekretorik, laktoferin, leukosit, serta faktor perkembangan seperti faktor pertumbuhan epidermal. Kolostrum juga dapat berfungsi sebagai pencahar yang dapat membersihkan saluran pencernaan bayi baru lahir (Anita Felicia, 2019).

1. Protein

Kandungan protein ASI cukup tinggi dan komposisinya berbeda dengan protein yang terdapat dalam susu sapi. Protein dalam ASI dan susu sapi terdiri dari protein whey dan Casein. Protein dalam ASI lebih banyak terdiri dari protein whey yang lebih mudah diserap oleh usus bayi, sedangkan susu sapi lebih banyak mengandung protein Casein yang lebih sulit dicerna oleh usus bayi. Jumlah protein Casein yang terdapat dalam ASI hanya 30% dibanding susu sapi yang mengandung protein ini dalam jumlah tinggi (80%). Disamping itu, beta laktoglobulin yaitu fraksi dari protein whey yang banyak terdapat di protein susu sapi tidak terdapat dalam ASI. Beta laktoglobulin ini merupakan jenis protein yang potensial menyebabkan alergi (Hendarto dan priggadini, 2015).

1. Lemak

ASI mengandung asam lemak jenuh dan tak jenuh yang seimbang dibanding susu sapi yang lebih banyak mengandung asam lemak jenuh. Seperti kita ketahui konsumsi asam lemah jenuh dalam jumlah banyak dan lama tidak baik untuk kesehatan jantung dan pembuluh darah (Hendarto dan priggadini, 2015).

1. Laktosa

Laktosa adalah karbohidrat utama dalam ASI yang juga berfungsi sebagai sumber energy untuk otak. Kadar laktosa yang terdapat dalam ASI hampir 2 kali lipat dibandingkan dengan susu formula dan terdapat enzim laktase yang berfungsi membantu penyerapan ASI pada usus bayi (Rinaldi aldi, 2020).

1. Vitamin A

Selain berfungsi untuk kesehatan mata, vitamin A juga berfungsi untuk mendukung pembelahan sel, kekebalan tubuh, dan pertumbuhan. ASI mengandung dalam jumlah tinggi tidak saja vitamin A dan tetapi juga bahan bakunya yaitu beta karoten. Hal ini salah satu yang menerangkan mengapa bayi yang mendapat ASI mempunyai tumbuh kembang dan daya tahan tubuh yang baik (Hendarto dan priggadini, 2015).

1. Zat besi

Kandungan zat besi ASI dan susu sapi tidak terlalu tinggi, tetapi zat besi dalam ASI lebih mudah diserap dan lebih banyak (> 50%). Dalam badan bayi terdapat cadangan zat besi, disamping itu ada zat besi yang berasal dari eritrosit yang pecah, bila ditambah dengan zat besi yang berasal dari ASI, maka bayi akan mendapat cukup zat besi sampai usia 6 bulan (Mustika dkk, 2018).

1. Taurin

Berupa asam amino dan berfungsi sebagai neurotransmitter, berperan penting dalam maturasi otak bayi. DHA dan ARA merupakan bagia dari kelompok molekul yang dikenal sebagai omega fatty acids. DHA (docosahexaenoic acid) adalah sebuah blok bangunan utama di otak sebagai pusat kecerdasan dan dijala mata. Akumulasi DHA di otak lebih dari dua tahun pertama kehidupan. ARA (arachidonic acid) yang ditemukan di seluruh tubuh dan bekerja bersama-sama dengan DHA untuk mendukung visual dan perkembangan mental bayi (Anita Felicia, 2019).

1. Lactobacilus

Laktobasilus bifidus berfungsi mengubah laktosa menjadi asam laktat dan asam asetat, yang menjadikan saluran pencernaan bersifat asam sehingga menghambat pertumbuhan mikroorganisme seperti bakteri E. coli yang sering menyebabkan diare pada bayi, shigela, dan jamur. Laktobasilus mudah tumbuh cepat dalam usus bayi yang mendapat ASI, karena ASI mengandung polisakarida yang berikatan dengan nitrogen yang diperlukan untuk pertumbuhan Laktobasilus bifidus. Susu sapi tidak mengandung faktor ini (Mustika dkk, 2018).

1. Lactoferin

Sebuah besi – batas yang mengikat protein, ketersediaan besi untuk bakteri dalam intensitas, serta memungkinkan bakteri sehat tertentu untuk berkembang. Memiliki efek langsung pada antibiotic berpotensi berbahaya seperti bakteri Staphylococci dan Escherichia Coli. Hal ini ditemukan dalam konsentrasi tinggi dalam kolostrum, tetapi berlangsung sepanjang tahun pertama, bermanfaat menghambat bakteri staphylococcus dan jamur candida (Anita Felicia, 2019).

1. Lisozim

Dapat memecah dinding bakteri sekaligus mengurangi insidens caries dentis dan maloklusi (kebiasaan lidah yang mendorong ke depan akibat menyusu dengan botol dan dot). Enzim pencernaan yang kuat yang ditemukan dalam air susu ibu pada tingkat 50 kali lebih tinggi daripada dalam susu formula. Lisozim menghancurkan bakteri berbahaya dan akhirnya mempengaruhi keseimbangan bakteri yang menghuni usus (Mustika dkk, 2018).

1. **Pentingnya pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan pertama**

Pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan pertama sangat penting bagi bayi (Maryunani, 2012), karena :

1. Pedoman internasional yang menganjurkan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama didasarkan pada bukti ilmiah tentang manfaat ASI bagi daya tahan hidup bayi, pertumbuhan dan perkembangannya.
2. ASI memberi semua energi dan gizi (nutrisi) yang dibutuhkan selama 6 bulan pertama hidupnya.
3. Pemberian ASI eksklusif mengurangi tingkat kematian bayi yang disebabkan berbagai penyakit yang umum menimpa anak-anak seperti diare dan radang paru, serta mempercepat pemulihan bila sakit dan membantu menjarangkan kelahiran.
4. **Cara mencapai ASI Eksklusif**

WHO dan UNICEF merekomendasikan langkah-langkah berikut untuk memulai dan mencapai ASI eksklusif, antara lain:

1. Menyusui dalamn satu jam setelah kelahiran.
2. Menyusui secara eksklusif: hanya ASI. Artinya, tidak ditambah makanan atau minuman lain, bahkan air putih sekalipun.
3. Menyusui kapanpun bayi meminta (on-demand), sesering yang bayi mau, siang dan malam.
4. Tidak menggunakan botol susu maupun empeng
5. Mengeluarkan ASI dengan memompa atau memerah de- ngan tangan, disaat tidak bersama anak.
6. Mengendalikan emosi dan pikiran agar tenang.
7. **Manfaat ASI Eksklusif bagi ibu dan bayi**

Pemberian ASI secara eksklusif, yaitu tidak dicampur apapun selama 6 berturut-turut, memberikan banyak manfaat (Maryunani, 2012), antara lain:

1. Manfaat bagi bayi
2. Kesehatan

Kandungan antibodi yang terdapat dalam ASI tetap paling baik sepanjang masa. Oleh karena itu, bayi yang mendapat ASI eksklusif lebih sehat dan lebih kuat dibanding yang tidak mendapat ASI. ASI juga mampu mencegah terjadinya kanker limfomaligna (kanker kelenjar). ASI juga menghindarkan anak dari busung lapar atau malnutrisi. Sebab komponen gizi ASI paling lengkap, termasuk protein, lemak, karbohidrat, mineral, vitamin, dan zat- zat penting lainnya. ASI adalah cairan hidup yang mampu diserap dan digunakan tubuh dengan cepat. Manfaat ini tetap diperoleh meskipun status gizi ihu kurang

1. Kecerdasan

Dalam ASI terkandung DHA terbaik, selain laktosa yang berfungsi untuk proses mielinisasi otak :

1. Mielinisasi otak adalah salah satu proses pematangan otak agar bisa berfungsi optimal.
2. Saat ibu memberikan ASI, terjadi proses stimulasi yang merangsang terbentuknya networking antar Jaringan otak hingga menjadi lebih banyak dan terjalin sempurna.
3. Ini terjadi melalui suara, tatapan mata, detak jantung, elusan, pancaran dan rasa ASI.
4. Emosi
5. Pada saat disusul, bayi berada dalam dekapan ibu.
6. Hal ini akan merangsang terbentuknya Emotional Intelligence/El.
7. Selain itu, ASI merupakan wujud curahan kasih sayang ibu pada buah hatinya.
8. Doa dan harapan yang didengungkan di telinga bayi anak selama proses menyusui pun akan mengasah kecerdasan spiritual anak.
9. Manfaat Memberikan ASI untuk Ibu :
10. ASI eksklusif adalah diet alami bagi ibu.

Dengan memberikan ASI eksklusif, berat badan ibu yang bertambah selama hamil, akan segera kembali mendekati berat semula. Naiknya horman oksitosin selagi menyusui, menyebabkan kontraksi semua otot polos, termasuk otot-otot uterus. Karena hal ini berlangsung terus-menerus, nilainya hampir sama dengan senam perut. Dengan demikian, memberikan ASI juga membantu memperkecil ukuran rahim ke ukuran sebelum hamil. Demikian juga halnya dengan aktivitas bangun malam untuk menyusul bayi yang haus dan mengganti popok basahnya, setara dengan olahraga. Berbagai kegiatan seperti menggendong, member makan, dan mengajak bermain juga merupakan kegiatan yang dapat menurunkan berat badan. Dengan demikian, menyusul (ASI) dapat membakar ka- lori sehingga membantu penurunan berat badan lebih cepat.

1. Mengurangi risiko anemia:
2. Pada saat memberikan ASI, otomatis risiko perdarahan pasca bersalin berkurang.
3. Naiknya kadar hormon oksitosin selama menyusul akan menyebabkan semua otot polos mengalami kontraksi.
4. Kondisi inilah yang mengakibatkan uterus mengecil sekaligus menghentikan
5. Perlu diketahui, perdarahan yang berlangsung dalam tenggang waktu lama merupakan salah satu penyebab anemia.
6. Dengan demikian, memberikan ASI segera setelah melahirkan akan meningkatkan kontraksi rahim, yang berarti mengurangi risiko perdarahan.
7. Mencegah kanker
8. Dalam berbagai penelitian diketahui bahwa ASI dapat mencegah kanker, khususnya kanker payudara
9. Pada saat menyusui tersebut, hormon esterogen mengalami penurunan
10. Sementara tanpa aktivitas menyusui, kadar homon estrogen tetap tinggi dan hal inilah yang diduga menjadi salah satu pemicu kanker payudara karena tidak adanya keseimbangan antara hormon estrogen dan progesteron.
11. Manfaat Ekonomis:
12. Dengan menyusui, ibu tidak perlu mengeluarkan dana untuk membeli susu/suplemen bagi bayi.
13. Cukup dengan ASI eksklusif, kebutuhan bayi selama 6 bulan terpenuhi dengan sempurna.
14. Selain itu, ibu tidak perlu repot untuk mensterilkan peralatan bayi seperti dot, cangkir, gelas, atau sendok untuk memberikan susu kepada bayi.
15. **Kendala pemberian ASI Eksklusif**

Ada beberapa kendala yang membuat ASI tidak bisa diberikan secara eksklusif (Maryunani, 2012). ASI terpaksa tidak diberikan secara eksklusif jika:

1. Ibu terinfeksi HIV, mengidap TBC aktif, dan hepatitis B aktif
2. Puting ibu terlalu masuk sehingga tidak mungkin diisap bayi dan menghambat pemberian ASI. Beberapa kasus pusing mendelep masuk ke dalam masih bisa diatasi. Hanya perlu waktu bagi bayi untuk bereksplorasi dan belajar mengisap pada puting payudara ibu dengan kondisi seperti itu. Sebenarnya, bentuk puting seperti apapun semestinya tidak sampai mengusik reflex isap yang merupakan refleks dasar bayi.
3. Bayi karena berbagai sebab harus mendapat perawatan terpisah dari ibunya dalam jangka waktu lama. Bayi seperti ini tetap dimungkinkan mendapat ASI, meskipun tentu saja sudah tidak eksklusif lagi. Bayi juga membutuhkan waktu lebih lama untuk belajar mengisap ASI langsung dari ibunya.
4. **Risiko tidak memberikan ASI Eksklusif**

Bayi yang tidak diberikan ASI secara eksklusif akan berisiko terhadap kekebalan tubuh sehingga mudah terkena infeksi, mengalami gangguan tumbuh kembang, dan kekurangan gizi. Dengan tidak adanya zat antobodi didalam tubuh bayi akan mudah terserang berbagai macam penyakit dan bisa menyebabkan kematian. Penelitian dengan judul ASI Eksklusif cegah ISPA pada anak mengemukakan bahwa memberikan ASI Eksklusif pada menurukan risiko infeksi saluran pernafasan atas dan bawah (Nur A 2019).

1. **Stunting**

Stunting adalah masalah kekurangan gizi kronis pada anak balita sehingga menyebabkan tinggi anak tidak sesuai dengan usianya. Kekurangan gizi tersebut terjadi sejak dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir akan tetapi, kondisi stunting baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun (TNP2K, 2017). Stunting merupakan masalah malnutrisi yang belum bisa di atasi sepenuhnya oleh pemerintah. Di lihat dari hasil Riset Kesehatan Dasar 2018 menyatakan prevalensi stunting severe (sangat pendek) yaitu 19,3%, lebih tinggi dibanding prevalensi pada tahun 2013 sebesar 19,2% dan 18% pada tahun 2007. Hal ini membuktikan bahwa balita di Indonesia masih banyak yang mengalami kurang gizi kronis yang berarti dimana program pemerintah yang dilaksanakan selama ini belum berhasil mengatasi masalah stunting.

Stunting adalah kondisi dimana tinggi badan anak balita kurang dari normal berdasarkan usia dan jenis kelamin. Tinggi badan adalah salah satu jenis pemeriksaan antropometri dimana menunjukkan status gizi seseorang. Adanya stunting berarti menunjukkan status gizi yang kurang (malnutrisi) dalam jangka waktu yang lama (kronis) pada anak. Diagnosanya ditegakkan dengan membandingkan nilai z score panjang badan atau tinggi badan per usia yang diperoleh dari grafik pertumbuhan yang sudah digunakan secara global. Panjang badan dapat di ukur dengan infant ruler untuk anak usia di bawah 2 tahun. Cara penggunaanya dengan meletakan infant ruler di alas yang datar seperti meja lalu baringkan anak dengan posisi terlentang dengan kepala anak menempel pada panel kepala dan kaki di luruskan lalu geser panel bawah dan letakan tepat pada telapak kaki anak, hingga menyentuh ujung telapak kaki anak. Sedangkan, pengukuran tinggi badan menggunakan microtoise untuk anak di atas 2 tahun. Microtoise cukup ditempel di dinding dengan ketinggian 2 meter dari permukaan tanah. Cara penggunaannya hanya dengan menarik batas pengukur kepala sampai menyentuh kepala anak.

Indonesia sendiri menggunakan grafik pertumbuhan yang dibuat oleh World Health Organization (WHO) tahun 2005 untuk menegakkan diagnosis stunting. Berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak maka status gizi anak dikategorikan seperti dalam tabel di bawah ini.

**Tabel 2.1. Kategori Status Gizi Anak Berdasarkan Indeks Antropometri**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Indeks** | **Kategori Status Gizi** | **Ambang Batas**  **(Z- score)** |
| Berat badan menurut umur (BB/U) anak usia 0-60 bulan | Berat badan sangat kurang (severely underweight) | <-3SD |
| Berat badan kurang (underweight) | -3SD sampai dengan <-2SD |
| Berat badan normal | -2SD sampai dengan +1SD |
| Risiko berat badan lebih | > +1SD |
| Panjang badan atau tinggi badan menurut umur (PB/U atau TB/U) anak usia 0-60 bulan | Sangat pendek (severely stunted) | <-3 SD |
| Pendek (stunted) | -3SD sampai dengan <-2SD |
| Normal | -2SD sampai dengan +3SD |
| Tinggi | >+3SD |
| Berat badan menurut panjang badan atau tinggi badan (BB/PB atau BB/TB) anak usia 0-60 bulan | Gizi buruk (severely wasted) | <-3 SD |
| Gizi kurang (wasted) | -3SD sampai dengan <-2SD |
| Gizi baik (normal) | -2SD sampai dengan +1SD |
| Berisiko gizi lebih (possible risk of overweight) | >+1SD sampai dengan +2SD |
| Gizi lebih (overweight) | >+2SD sampai dengan +3SD |
| Obesitas (obese) | >+3SD |
| Indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) anak usia 0-60 bulan | Gizi buruk (severely wasted) | <-3 SD |
| Gizi kurang (wasted) | -3SD sampai dengan <-2SD |
| Gizi baik (normal) | -2SD sampai dengan +1SD |
| Berisiko gizi lebih (possible risk of overweight) | >+1SD sampai dengan +2SD |
| Gizi lebih (overweight) | >+2SD sampai dengan +3SD |
| Obesitas (obese) | >+3SD |

Sumber : Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak

1. **Faktor Penyebab Stunting**

Berdasarkan hasil penelitian- penelitian baik di dalam negeri maupun luar negeri faktor penyebab atau faktor risiko terjadinya stunting di kategorikan menjadi faktor internal dan faktor eksternal (Candra Ayu, 2020) :

Faktor internal merupakan faktor yang berkaitan dengan kesehatan tubuh balita, seperti :

1. Faktor Genetik

Tinggi badan orang tua sangat mempengaruhi kejadian stunting pada anak. Hal ini, sesuai dengan hasil penelitian yang di lakukan oleh (Winda, S.A, 2021) bahwa tinggi badan orangtua mempunyai pengaruh terhadap kejadian stunting pada balita. Apabila orang tua pendek, terutama ibu karena kondisi patologis dan gen dalam kromosom dengan sifat pendek akan menyebabkan anaknya akan mewarisi gen tersebut. Tinggi badan ibu akan memberikan pengaruh terhadap tinggi badan seorang anak. Jika ibu memiliki tinggi badan yang tidak ideal, maka anak akan berpotensi memiliki tinggi badan yang tidak ideal. Tinggi badan merupakan ekspresi genetik atau faktor yang diturunkan pada anak, dan berhubungan dengan terjadinya stunting. Ibu yang pendek karena gen pada kromosom yang membawa sifat pendek dapat meneruskan sifat pendek kepada anaknya, karena genetik seseorang diwariskan melalui gen (Aisyatun dan siti, 2019).

Pertumbuhan manusia dipengaruhi oleh faktor genetik, lingkungan dan hormon. Genetik merupakan salah satu faktor yang tidak dapat diubah karena diturunkan langsung dari orang tua kepada anaknya. Genetik yang membawa sifat pendek diduga mempengaruhi kerja hormonal yang sangat berperan dalam pertumbuhan khususnya pertumbuhan linier. Hormon sangat mempengaruhi keadaan tubuh melalui perubahan dalam pertumbuhan. Adanya hormon pertumbuhan mempengaruhi penimbunan tulang kortikal dan mungkin merangsang pertumbuhan dan pertambahan tinggi badan. Ibu yang pendek cenderung akan memiliki anak yang pendek dikarenakan faktor genetik yang diturunkannya kepada anaknya, sehingga orang tua hanya dapat memaksimalkan faktor lingkungan untuk mendukung anaknya mencapai pertumbuhan maksimal yang dapat dicapainya. Adapun balita yang mengalami stunting meskipun tinggi badan orang tuanya normal, mungkin dipengaruhi oleh faktor hormon yang dapat berpengaruh pada pertumbuhan dan pematangan tulang. Orangtua yang memiliki tinggi badan yang pendek karena gen pembawa kromosom pendek kemungkinan besar akan menurunkan sifat pendek tersebut terhadap anaknya. Anak dengan orang tua yang pendek, baik salah satu maupun keduanya, lebih berisiko untuk tumbuh pendek dibanding anak dengan orang tua yang tinggi badannya normal (Chifdillah utami, 2019).

1. Riwayat BBLR

Berat badan lahir rendah menandakan janin mengalami malnutrisi di dalam kandungan sedangkan underweight menandakan kondisi malnutrisi yang akut. Stunting sendiri terutama disebabkan oleh malnutrisi yang lama. Bayi yang lahir dengan berat badan kurang dari normal (<2500 gr) 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 bahwa anaknya stunting umumnya setelah anak mulai bergaul dengan teman-temannya sehingga terlihat anak lebih pendek dibanding teman-temannya. Oleh karena itu anak yang lahir dengan berat badan kurang atau anak yang sejak lahir berat badannya di bawah normal harus diwaspadai akan menjadi stunting. Semakin awal dilakukan penanggulangan malnutrisi maka semakin kecil risiko menjadi stunting (Nirmalasari, 2020).

1. Penyakit infeksi

Penyakit infeksi dapat menggangu pertumbuhan linier dengan terlebih dahulu mempengaruhi status gizi anak balita. Hal ini terjadi karena penyakit infeksi dapat menurunkan intake makanan, mengganggu absorbsi zat gizi, menyebabkan hilangnya zat gizi secara langsung, meningkatkan kebutuhan metabolik. Terdapat interaksi bolak-balik antara status gizi dengan penyakit infeksi. Malnutrisi dapat meningkatkan risiko infeksi, sedangkan infeksi dapat menyebabkan malnutrisi yang mengarahkan ke lingkaran setan. Apabila kondisi ini terjadi dalam waktu lama dan tidak segera diatasi maka dapat menurunkan intake makanan dan mengganggu absorbsi zat gizi, sehingga dapat meningkatkan risiko terjadinya stunting pada anak balita (Ariati, 2019).

Sedangkan faktor eksternal merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan balita, seperti :

1. Anemia pada Ibu

Anemia pada ibu hamil sebagian besar disebabkan oleh defisiensi zat gizi mikro terutama zat besi. Akibat defisiensi zat besi pada ibu hamil akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin sehingga janin yang dilahirkan sudah malnutrisi. Malnutrisi pada bayi jika tidak segera diatasi akan menetap sehingga menimbulkan malnutrisi kronis yang merupakan penyebab stunting. Ibu hamil dengan anemia memiliki resiko yang lebih besar untuk melahirkan bayi dengan berat di bawah normal dikarenakan anemia dapat mengurangi suplai oksigen pada metabolisme ibu sehingga dapat terjadi proses kelahiran imatur (bayi prematur). Pengaruh metabolisme yang tidak optimal juga terjadi pada bayi karena kekurangan kadar hemoglobin untuk mengikat oksigen, sehingga kecukupan asupan gizi selama di dalam kandungan kurang dan bayi lahir dengan berat di bawah normal (Ernawati, 2020).

1. Jarak Kelahiran

Jarak kelahiran mempengaruhi pola asuh orangtua terhadap anaknya. Jarak kelahiran dekat membuat orangtua cenderung lebih kerepotan sehinga kurang optimal dalam merawat anak. Hal ini disebabkan karena anak yang lebih tua belum mandiri dan masih memerlukan perhatian yang sangat besar. Apalagi pada keluarga dengan status ekonomi kurang yang tidak mempunyai pembantu atau pengasuh anak. Perawatan anak sepenuhnya hanya dilakukan oleh ibu seorang diri, padahal ibu juga masih harus mengerjakan pekerjaan rumah tangga yang lain. Akibatnya asupan makanan anak kurang diperhatikan (Sumardiah, 2019).

Jarak kelahiran kurang dari dua tahun juga menyebabkan salah satu anak, biasanya yang lebih tua tidak mendapatkan ASI yang cukup karena ASI lebih diutamakan untuk adiknya. Akibat tidak memperoleh ASI dan kurangnya asupan makanan, anak akan menderita malnutrisi yang bisa menyebabkan stunting. Jarak kehamilan yang terlalu dekat, selain kurang baik untuk anak yang baru dilahirkan juga kurang baik untuk ibu. Kesehatan ibu dapat terganggu karena kondisi fisik yang belum sempurna setelah melahirkan sekaligus harus merawat bayi yang membutuhkan waktu dan perhatian sangat besar. Ibu hamil yang tidak sehat akan menyebabkan gangguan pada janin yang dikandungnya. Gangguan pada janin dalam kandungan juga akan mengganggu pertumbuhan sehingga timbulah stunting(Chifdillah utami, 2019)..

1. Asupan Zat Gizi

Zat gizi sangat penting bagi pertumbuhan. Pertumbuhan adalah peningkatan ukuran dan massa konstituen tubuh. Pertumbuhan adalah salah satu hasil dari metabolisme tubuh. Metabolisme didefinisikan sebagai proses dimana organisme hidup mengambil dan mengubah zat padat dan cair asing yang diperlukan untuk pemeliharaan kehidupan, pertumbuhan, fungsi normal organ, dan produksi energi. Asupan zat gizi yang menjadi faktor risiko terjadinya stunting dapat dikategorikan menjadi 2 yaitu asupan zat gizi makro atau mkronutrien dan asupan zat gizi mikro atau mikronutrien. Berdasarkan hasil-hasil penelitian, asupan zat gizi makro yang paling mempengaruhi terjadinya stunting adalah asupan protein, sedangkan asupan zat gizi mikro yang paling mempengaruhi kejadian stunting adalah asupan kalsium, seng, dan zat besi (Ariati, 2019).

1. Pemberian ASI Eksklusif

Status menyusui juga merupakan faktor risiko terhadap kejadian stunting. Rendahnya pemberian ASI eksklusif menjadi salah satu pemicu terjadinya stunting pada anak balita yang disebabkan oleh kejadian masa lalu dan akan berdampak terhadap masa depan anak balita, sebaliknya pemberian ASI yang baik oleh ibu akan membantu menjaga keseimbangan gizi anak sehingga tercapai pertumbuhan anak yang normal (Agus dan tanti, 2019).

1. Status Ekonomi

Satus ekonomi yang kurang dapat mempengaruhi daya beli makanan yang baik rendah sehingga kualitas dan kuantitas makanan yang kurang menyebabkan kebutuhan zat gizi anak tidak terpenuhi, padahal anak memerlukan zat gizi yang lengkap untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa orangtua dengan daya beli rendah jarang memberikan telur, daging, ikan atau kacang-kacangan setiap hari. Hal ini berarti kebutuhan protein anak tidak terpenuhi karena anak tidak mendapatkan asupan protein yang cukup. Pada kelompok status ekonomi kurang maupun status ekonomi cukup masih banyak dijumpai ibu yang memiliki pengetahuan rendah di bidang gizi. Walaupun mereka rutin ke posyandu, namun di posyandu mereka jarang memperoleh informasi tentang gizi. Informasi tentang gizi diperoleh dari tenaga kesehatan yang mereka datangi pada saat anak sakit, itupun hanya sedikit. Informasi dari media massa maupun media cetak juga tidak banyak diperoleh karena ibu tifk gemar membaca artikel tentang kesehatan (Ernawati, 2020).

Status ekonomi kurang seharusnya tidak menjadi kendala dalam pemenuhan kebutuhan gizi keluarga karena harga bahan pangan di negara kita sebenarnya tidak mahal dan sangat terjangkau. Jenis bahan makanan juga sangat bervariasi dan dapat diperoleh di mana saja. Namun karena pengetahuan akan gizi yang kurang menyebabkan banyak orangtua yang beranggapan bahwa zat gizi yang baik hanya terdapat dalam makanan yang mahal. Membuat masakan yang bergizi dan enak rasanya memang membutuhkan kreativitas dan kesabaran. Keterbatasan waktu terkadang membuat orangtua lebih senang membelikan makanan jajanan daripada memasak sendiri. Pada makanan jajanan sering ditambahkan zat-zat aditif yang bisa membahayakan kesehatan. Selain itu makanan jajanan kebersihan dan keamanannya sangat tidak terjamin (Sumardiah, 2019).

1. **Ciri-ciri Balita Stunting**

Menurut Kemenkes RI tahun 2020, balita bisa diketahui stunting bila dari hasil pengukuran tinggi badan balita yang tidak sesuai dengan standart maupun usianya. Selain tubuh yang berperawakan pendek dari anak seusianya, ada juga ciri-ciri lainnya yakni:

1. Pertumbuhan melambat.

Pertumbuhan yang tertunda terjadi ketika seorang anak tidak tumbuh dengan kecepatan normal sesuai usianya. Keterlambatan pertumbuhan juga bisa didiagnosis pada anak yang tinggi badannya dalam kisaran normal, tapi kecepatan pertumbuhannya melambat.

1. Pertumbuhan gigi terlambat

Bayi terlambat tumbuh gigi juga bisa disebabkan oleh gangguan fisik pada gusi atau tulang rahang yang tidak memungkinkan gigi untuk muncul.

1. Performa buruk pada kemampuan fokus dan memori belajarnya.

Gangguan konsentrasi terutama pada anak bisa menimbulkan pengaruh negatif. Gangguan konsentrasi bisa mengganggu performa anak di sekolah. Mereka juga bisa kesulitan melakukan kegiatan sehari-hari. Anak juga kesulitan menangkap informasi secara detail. Tidak jarang gangguan konsentrasi juga berpengaruh pada cara berkomunikasi.

1. Berat badan balita tidak naik bahkan cenderung menurun.

Berat badan turun drastis merupakan salah satu tanda dari malnutrisi, yaitu kondisi ketika tubuh kekurangan nutrisi untuk menjalankan fungsinya. Berat badan anak turun biasanya disebabkan karena kalori yang terbakar dengan mudah, tidak makan makanan sehat, menderita penyakit, atau metabolisme tubuh rendah. Penurunan berat badan anak yang tak terduga dapat memiliki efek buruk pada kesehatan dan pertumbuhan anak secara keseluruhan.

1. Wajah tampak lebih muda dari anak seusianya dan anak mudah terserang berbagai penyakit infeksi.
2. **Dampak Stunting**

Stunting dapat menimbulkan dampak yang sangat buruk, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Menurut WHO, Pertumbuhan stunting yang terjadi pada usia dini dapat berlanjut dan berisiko untuk tumbuh pendek pada usia dewasa muda. Stunting dalam jangka panjang akibat buruk yang dapat timbul adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunya kekebalan tubuh sehingga mudah terserang penyakit, dan risiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, kapasitas belajar dan performa yang kurang optimal saat berada di masa sekolah dan disabilitas di usia tua. (Atikah, Rahayu, 2018).

Dampak stunting dalam jangka pendek adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolism dalam tubuh.(Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi, 2017). Masalah stunting khususnya seseorang yang pendek dengan dampak negatif yang akan berlangsung dalam kehidupan selanjutnya, Studi mengatakan bahwa seseorang yang pendek sangat berhubungan dengan prestasi pendidikan yang buruk, lama pendidikan yang menurun dan pendapatan yang rendah sebagai orang dewasa.(Untung et al., 2021). Stunting mengakibatkan kemampuan pertumbuhan yang rendah pada masa berikutnya, baik fisik maupun kognitif, dan akan berpengaruh terhadap produktivitas di masa dewasa (Pusat Kajian Gizi Dan Kesehatan Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar, 2017).

1. **Pencegahan dan Penanggulangan Stunting**

Pencegahan stunting harus dilaksanakan secara komprehensif, melibatkan seluruh komponen, tidak kasus per kasus. Menurut Candra Ayu, 2020 Program pencegahan yang bisa dilakukan antara lain:

1. Mempersiapkan pernikahan yang baik

Pernikahan seharusnya tidak hanya mempertimbangkan kepentingan calon ayah dan ibu atau pasangan yang akan menikah, namun juga perlu mempertimbangkan kepentingan calon anak yang akan dilahirkan. Variasi genetik harus dipertimbangkan untuk mendapatkan keturunan yang bebas dari risiko penyakit atau gangguan termasuk gangguan pertumbuhan. Faktor genetik calon orang tua berdasarkan bukti penelitian berhubungan dengan stunting. Seorang wanita yang tinggi badannya kurang dari normal diusahakan menikah dengan pria yang tinggi badannya normal atau lebih, demikian juga sebaliknya. Dengan demikian variasi genetik menjadi lebih besar sehingga anak yang dilahirkan memiliki peluang lebih besar untuk memperoleh tinggi badan normal. Jika seorang wanita pendek menikah dengan pria pendek, variasi genetik menjadi lebih sedikit, sehingga kemungkinan besar juga akan memperoleh keturunan atau anak yang pendek. Selain faktor genetik, calon orang tua juga harus mempertimbangkan faktor sosial ekonomi karena secara tidak langsung faktor sosial ekonomi juga berhubungan dengan stunting. Sebelum menikah, calon pengantin atau calon orang tua sebaiknya sudah mempunyuai penghasilan yang tetap dan diperkirakan cukup untuk memenuhi kebutuhan keluarga sehari-hari. Kebutuhan zat gizi keluarga terutama anak tidak boleh kurang karena dalam jangka panjang akan menimbulkan gangguan pertumbuhan atau stunting.

1. Pendidikan Gizi

Kurangnya pendidikan kesehatan dan gizi menyebabkan masyarakat lebih mudah percaya pada informasi yang tidak jelas sumbernya. Bahkan, banyak yang mengaplikasikan atau menerapkan informasi tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Hal seperti ini lama-lama dapat merugikan bahkan dapat membahayakan status kesehatan masyarakat. Pendidikan kesehatan dan gizi dapat di berikan secara formal dan non formal di masyarakat. Pendidikan kesehatan dan gizi dapat di berikan secara formal seperti informasi umum tentang kesehatan dan gizi selain diberikan dalam bentuk mata pelajaran juga harus diaplikasikan dalam kehidupan sekolah sehari-hari sehingga siswa mempunyai pengetahuan dan kebiasaan hidup sehat baik di rumah maupun di sekolah. Salah satu contoh materi pendidikan gizi yang harus diberikan di sekolah dan atau masyarakat adalah Pesan Gizi Seimbang yang berisi pedoman pola makan yang bendar untuk berbagai kelompok masyarakat. Sedangkan, Pendidikan kesehatan dan gizi secara non formal dapat di berikan kepada masyarakat melalui penyuluhan, konseling secara langsung kepada masyarakat atau melalui media komunikasi seperti media cetak, media elektronik dan media sosial di internet. Kelompok-kelompok sosial di masyarakat seperti kelompok PKK, karang taruna, pengajian dan sebagainya bisa dijadikan sebagai sasaran kegiatan edukasi gizi non formal. Selain itu lembaga pelayanan masyarakat seperti posyandu balita, posyandu lansia juga dapat menjadi sasaran yang baik karena mempunyai tenaga yaitu kader yang bisa membantu kegiatan edukasi dan konseling gizi.

1. Suplementasi Ibu Hamil

Pertumbuhan janin di dalam kandungan sangat tergantung pada kondisi ibu yang mengandungnya. Status kesehatan dan status gizi ibu yang baik sangat dibutuhkan oleh janin supaya dapat tumbuh dan berkembang dengan normal. Oleh karena itu ibu hamil harus tespenuhi kebutuhan zat gizinya baik untuk dirinya sendiri maupun untuk janinnya. Selain zat gizi yang dibutuhkan sehari-hari, ada beberapa zat gizi khusus yang sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin. Zat gizi tersebut adalah protein dan beberapa mikronutrien yaitu asam folat, zat besi, Iodium dan kalsium. Mikronutrien ini dibutuhkan dalam jumlah lebih banyak pada saat kehamilan.

Hasil penelitian di Rumah Sakit Singaparna Medical Centre (SMC) kabupaten Tasikmalaya pada tahun 2018 menyatakan bahwa kejadian anemia pada ibu hamil sebesar 8,7%. Penelitian tersebut juga menyimpulkan ada hubungan signifikan antara anemia ibu hamil dengan kejadian Bayi Berat Lahir rendah (BBLR). Berat badan lahir bayi yang rendah merupakan faktor risiko penting untuk terjadinya stunting. Untuk mengatasi hal tersebut, ibu hamil perlu mengkonsumsi suplemen mikronutrien

1. Suplementasi ibu menyusui

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan utama bagi bayi. Oleh karena itu kuantitas dan kualitas ASI tidak boleh kurang. Kualitas dan kuantitas ASI sangat tergantung pada asupan gizi ibu menyusui. Kebutuhan zat gizi selama menyusui hampir sama dengan kebutuhan zat gizi saat hamil. Selama ini program suplementasi untuk ibu menyusui belum ada sehingga masalah defisiensi mikronutrien pada ibu menyusui angka kejadiannya tinggi. Dengan adanya suplementasi mikronutrien pada ibu hamil dan menyusui, dapat menurunkan angka kejadian penyakit akibat defisiensi mikronutrien seperti anemia.

1. Suplementasi mikronutrien untuk balita

Suplementasi mikronutrien pada balita selain berpengaruh langsung ke pertumbuhan juga berpengaruh terhadap kejadian penyakit infeksi seperti ISPA dan diare. Seng dan zat besi merupakan zat gizi yang penting untuk imunitas. Defisiensi seng dan zat besi menurunkan imunitas sehingga balita mudah terserang penyakit infeksi. Penyakit infeksi yang sering terjadi pada balita dapat menyebabkan balita mengalami gangguan tumbuh kembang dan menjadi stunting.

1. Mendorong peningkatkan aktivitas anak di luar ruangan.

Aktivitas di luar ruangan artinya aktivitas yang dilakukan di luar ruangan sehingga anak terpapar sinar matahari secara langsung. Manfaat dari paparan sinar matahari adalah untuk membentuk vitamin D sehingga anak terhindar dari defisiensi vitamin D. Selain kalsium dan mineral lain, agar dapat tumbuh optimal tulang juga membutuhkan vitamin D. Vitamin D dapat diperoleh dari makanan dan dari tubuh kita sendiri yang mampu membentuk vitamin D dengan bantuan sinar matahari. Makanan sumber vitamin D sebagian besar berasal dari produk hewani yang harganya relatif mahal. Sementara pemnbentukan vitamin D dengan bantuan sinar matahari tidak membutuhkan biaya sama sekali. Dewasa ini aktivitas di luar ruangan anak cenderung berkurang. Anak lebih suka bermain gadget di dalam ruangan sehingga paparan terhadap sinar matahari sangat sedikit. Hal ini menyebabkan kejadian defisiensi vitamin D meningkat.

Hasil penelitian menyebutkan bahwa kadar vitamin D serum yang rendah berhubungan dengan kejadian underweight dan stunting pada anak (Mokhtar, 2018). Aktivitas di luar ruangan selain bermanfaat untuk meningkatkan paparan terhadap sinar matahari juga bermanfaat untuk menurunkan kejadian obesitas. Aktivitas di luar ruangan biasanya membutuhkan energi yang banyak sehingga mampu membakar lemak dan mengurangi timbunan lemak yang menyebabkan obesitas. Aktivitas fisik meliputi bermain, permainan, olahraga, transportasi, pekerjaan rumah, rekreasi, pendidikan jasmani, atau olahraga yang direncanakan, dalam konteks kegiatan keluarga, sekolah, dan masyarakat.

1. **Kerangka Konseptual**

Kerangka konseptual adalah suatu hubungan yang akan menghubungkan secara teoritis antara berbagai variabel penelitian, di antaranya yaitu variabel terikat atau dependen dengan variabel bebas atau independen yang akan diukur atau diamati melalui proses penelitian yang akan dilaksanakan (Sugiyono, 2017).

Faktor –faktor yang mempengaruhi terjadinya stunting :

1. Faktor internal:
2. Faktor genetik
3. Riwayat BBLR
4. Penyakit infeksi
5. Faktor eksternal:
6. Anemia pada ibu
7. Jarak kelahiran
8. Asupan zat gizi
9. Sosial ekonomi

Asupan gizi tidak adekuat

Stunting

a. Pemberian ASI Eksklusif

Sumber : Candra, 2020

Keterangan :

: Variabel yang di teliti

: Variabel yang tidak di teliti

: Hubungan yang di teliti

Gambar 3.1 Kerangka konseptual penelitian hubungan pemberian ASI Eksklusif

dengan kejadian stunting di Desa Minggir Kecamatan Winongan.

Dari gambar kerangka konsep diatas dapat diketahui bahwa ada berbagai faktor yang menjadi dapat mempengaruhi terjadinya stunting, diantaranya terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berkaitan dengan kesehatan tubuh balita, seperti faktor genetik, riwayat BBLR dan penyakit infeksi. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan balita, seperti anemia pada ibu, jarak kelahiran, asupan zat gizi, status ekonomi dan pemberian ASI Eksklusif.

Faktor pemberian ASI yang tidak diberikan secara eksklusif akan berpengaruh terhadap status kesehatan balita sendiri seperti asupan gizi kurang pada balita sehingga menyebabkan balita stunting.