

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Stunting

##### 1. Pengertian

*Stunting* merupakan suatu keadaan dimana terjadi gangguan pertumbuhan pada anak berupa tinggi badan yang lebih rendah atau pendek (kerdil) dari standar yang ada untuk usianya (Widiastuti dkk 2019). *Stunting* merupakan hasil dari masalah gizi kronis yang dialami anak-anak sebagai akibat dari masalah gizi yang telah berlangsung sejak lama.

*Stunting* bisa disebut dengan gagal tumbuh dimana kondisi ini dialami anak sejak awal masa kehidupan yang dipresentasikan dengan nilai nilai *z-score*. Nilai yang digunakan dalam perhitungan ini adalah tinggi badan yang dibandingkan dengan umur anak. Tinggi badan dipilih karena bisa menjadi tanda jika adanya kekurangan zat gizi dalam waktu yang lama.

##### 2. Prevalensi

Prevalensi *Stunting* yang telah dikumpulkan oleh WHO pada tahun 2018 menunjukkan bahwa Indonesia termasuk dalam negara ketiga dengan prevalensi tertinggi di *South-East Asian Region* (Teja, M 2019). Sedangkan prevalensi *stunting* di Indonesia berdasarkan Riskesdas tahun 2018 sebesar 30,8%, dengan prevalensi ini maka menunjukkan *stunting* di Indonesia masih belum mencapai target WHO sebesar 20%.

berdasarkan Studi Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2019 menyatakan bahwa kejadian *stunting* di Indonesia telah mengalami penurunan menjadi 27,67%. Meskipun mengalami penurunan, hal ini masih tergolong tinggi karena belum mencapai target RPJMN 2024 sebesar 19%. Sedangkan untuk kejadian *stunting* yang ada di Kabupaten Malang berdasarkan Pemantauan Status Gizi tahun 2017 sebesar 28,3% dimana kondisi ini belum sesuai dengan target.

### **3. Faktor Resiko**

Stunting merupakan masalah gizi yang disebabkan karena kekurangan gizi kronis. Stunting merupakan masalah yang timbul karena Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) dan kurang gizi pada masa balita dan tidak adanya perbaikan yang lebih baik dalam pertumbuhannya. Selain itu, stunting juga disebabkan karena kurangnya konsumsi makanan bergizi yang mengandung protein, kalori, dan vitamin. Keseimbangan asupan gizi makro dan mikro merupakan faktor penting yang bisa digunakan sebagai pencegahan anak terkena stunting.

### **4. Dampak stunting**

Dampak yang akan muncul oleh stunting bisa berupa dampak jangka pendek dan dampak jangka panjang. Dampak jangka pendek yang ditimbulkan adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan, dan gangguan metabolisme tubuh,

Dampak jangka panjang yang ditimbulkan karena stunting adalah menurunnya prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga anak akan lebih mudah sakit, memiliki resiko penyakit degeneratif (diabetes, penyakit jantung, stroke, kanker) pada usia lanjut.

Menurut UNICEF (2013) balita stunting berpeluang besar dalam meningkatnya risiko penyakit kronis terkait gizi, seperti diabetes, hipertensi, dan obesitas di masa mendatang. Sedangkan menurut Depkes RI (2016) dampak stunting jangka panjang adalah risiko tinggi munculnya penyakit seperti kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke dan disabilitas pada usia tua serta kualitas kerja yang tidak kompetitif yang akan berakibat pada rendahnya produktivitas ekonomi.

### **5. Penanggulangan stunting**

Menurut Depkes RI (2016) upaya intervensi gizi yang dilakukan untuk balita *stunting* yang telah dilakukan di Indonesia adalah:

- a. Pada ibu hamil

- 1) Ibu memperbaiki gizi dan memperhatikan kesehatan dan ibu hamil perlu mendapatkan makanan yang baik. Apabila ibu hamil mengalami KEK maka perlu diberikan makanan tambahan.
  - 2) Ibu hamil akan mendapatkan tablet tambah darah minimal selama 90 hari selama kehamilan.
  - 3) Ibu hamil harus terus menjaga kesehatannya.
- b. Pada bayi baru lahir
- 1) Ketika bayi lahir langsung dilakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD).
  - 2) Bayi diberikan ASI eksklusif sampai berusia 6 bulan.
- c. Bayi usia 6 bulan sampai 2 tahun
- 1) Bayi diberikan makanan pendamping ASI sejak usia 6 bulan
  - 2) Bayi dan anak diberikan imunisasi lengkap dan diberikan kapsul vitamin A
  - 3) Pemberian ASI bisa dilanjutkan sampai anak usia 2 tahun
- d. Memantau pertumbuhan anak di posyandu setiap bulannya agar bisa mendeteksi dini jika terjadi gangguan dalam pertumbuhannya.
- e. Menjalankan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

## **B. Konsumsi Energi dan Protein**

Energi merupakan kemampuan untuk melakukan pekerjaan tubuh. Untuk mendapatkan energi yang dibutuhkan maka tubuh memerlukan makanan untuk mengubah makanan dalam bentuk lain. Kebutuhan energi utama dalam tubuh berasal dari karbohidrat dan lemak. Selain itu, protein juga menjadi salah satu sumber energi yang diperlukan oleh tubuh.

### **1. Konsumsi energi**

Kedaaan gizi seseorang tergantung dari tingkat konsumsi. Baik dan kurangnya tingkat konsumsi ditunjukkan oleh kualitas makanan yang dikonsumsi. Kuantitas makanan menunjukkan kuantum masing-masing zat gizi kebutuhan tubuh.

Menurut Sediaoetama (2008) konsumsi dibagi menjadi 3 yaitu, konsumsi adekuat, konsumsi berlebih, konsumsi kurang. Konsumsi adekuat ini merupakan konsumsi yang membuat kesehatan menjadi lebih baik, sedangkan konsumsi berlebih merupakan konsumsi dengan jumlah yang berlebih. Dan untuk konsumsi kurang disebabkan karena jumlah konsumsi kurang sehingga mengakibatkan tubuh mengalami defisiensi.

Pemilihan dan konsumsi makanan yang baik akan berpengaruh pada terpenuhinya kebutuhan gizi sehari-hari untuk menjalankan dan menjaga fungsi normal tubuh. Namun, jika makanan yang dipilih dan dikonsumsi tidak sesuai (dari segi kualitas dan kuantitas) maka tubuh akan kekurangan zat-zat gizi esensial tertentu (Almatsier, 2001). Secara garis besar fungsi makanan bagi tubuh dibagi menjadi tiga fungsi yaitu, sebagai pemberi energi, sebagai pendukung pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh, dan juga sebagai pengatur proses tubuh. Energi, protein, lemak, dan karbohidrat dapat menghasilkan sesuatu

## 2. Konsumsi protein

Protein merupakan bagian dari semua sel hidup dan merupakan bagian terbesar tubuh sesudah air. Kebutuhan protein menurut FAO/WHO/UNU (1985) adalah konsumsi yang diperlukan untuk mencegah kehilangan protein yang diperlukan dalam masa pertumbuhan, kehamilan, dan menyusui. Konsumsi protein berpengaruh terhadap status gizi anak. Anak yang membutuhkan protein yang cukup tinggi untuk menunjang proses pertumbuhannya. Penyediaan pangan yang mengandung protein sangat penting, meskipun pertumbuhan masa kanak-kanak berlangsung lebih lambat daripada pertumbuhan bayi, tetapi kegiatan fisiknya meningkat.

Menurut Almatsier (2009) ada beberapa fungsi protein, diantaranya adalah:

### a. Pertumbuhan dan pemeliharaan

Sebelum sel-sel dapat mensintesis protein baru, harus tersedia semua asam amino esensial yang diperlukan dan cukup nitrogen atau ikatan amino (NH<sub>2</sub>) guna pembentukan asam-asam amino non esensial yang diperlukan. Pertumbuhan atau penambahan otot hanya mungkin bila tersedia cukup campuran asam amino yang sesuai termasuk untuk pemeliharaan dan perbaikan.

### b. Pembentukan ikatan-ikatan esensial tubuh

Hormon-hormon seperti tiroid, insulin, dan epinephrin adalah protein demikian pula sebagai enzim. Ikatan-ikatan ini bertindak sebagai katalisator atau membantu perubahan-perubahan biokimia yang terjadi di dalam tubuh.

c. Mengatur keseimbangan air

Cairan tubuh di dalam tiga bagian: Intraseluler (di dalam sel), ekstraseluler/ intraseluler (diantara sel), dan intravaskular (di dalam pembuluh darah). Kompartemen-kompartemen ini dipisahkan satu sama lain oleh membran sel. Distribusi cairan di dalam kompartemen-kompartemen ini harus dijaga dalam keadaan seimbang atau homeostasis. Keseimbangan ini diperoleh melalui sistem kompleks yang melibatkan protein dan elektrolit.

d. Memelihara netralitas tubuh

Protein tubuh bertindak sebagai *buffer*, yaitu bereaksi dengan asam dan basa untuk menjaga pH pada taraf konstan. Sebagian besar jaringan tubuh berfungsi dalam keadaan pH netral atau sedikit alkali (pH 7,35 – 7,45).

e. Pembentukan antibodi

Kemampuan tubuh untuk memerangi infeksi bergantung pada kemampuannya untuk memproduksi antibodi terhadap organisme yang menyebabkan infeksi tertentu atau terhadap bahan-bahan asing yang memasuki tubuh. Kemampuan tubuh untuk melakukan detoksifikasi terhadap bahan-bahan racun dikontrol oleh enzim yang terutama terdapat di dalam hati. Pada keadaan kurang protein kemampuan tubuh untuk menghalangi pengaruh toksik bahan-bahan racun ini berkurang.

f. Mengangkat zat-zat gizi

Protein memegang peranan esensial dalam mengangkat zat-zat gizi dari saluran cerna melalui dinding saluran cerna ke dalam darah, dari darah menuju jaringan-jaringan, dan melalui membran sel ke dalam sel-sel. Sebagian besar bahan yang mengangkut zat-zat gizi ini adalah protein.

## C. ASI Eksklusif

### 1. Pengertian ASI

ASI merupakan makanan terbaik untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi untuk tumbuh kembang optimal. Pemberian ASI eksklusif dimulai kurang dari satu jam setelah lahir (inisiasi menyusui dini = IMD) sampai umur 6 bulan.

ASI adalah makanan pertama yang paling baik untuk bayi. ASI mengandung kolostrum, dan gizi dalam kolostrum sangat penting untuk bayi, yaitu protein sebesar 16%, Immunoglobulin A (IgA), laktoferin dan sel darah putih. Selain itu ASI juga mengandung banyak vitamin dan mineral yang terkandung dalam ASI adalah vitamin A, B, C, D, B6, B12, kalsium, besi, tembaga dan seng (Elfian dkk,2009).

Penelitian Khatoon (2011) di Bangladesh dengan menggunakan metode *cross sectional* menyimpulkan terdapat hubungan yang positif antara pemberian ASI dengan peningkatan pertumbuhan tinggi badan anak (Rizal dkk,2016)

## **2. ASI Eksklusif**

Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 33 tahun 2012 tentang Pemberian ASI Eksklusif pada pasal 1 menyatakan bahwa Air Susu Ibu yang selanjutnya disingkat ASI adalah cairan hasil sekresi kelenjar payudara ibu. 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.

Setiap ibu yang melahirkan harus memberikan ASI Eksklusif kepada Bayi yang dilahirkannya (PP RI No.33 tahun 2012, pasal 6). Dilanjutkan dengan penjelasan pada pasal 7 bahwa ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 6 tidak berlaku dalam hal terdapat:

- a. indikasi medis
- b. ibu tidak ada; atau
- c. ibu terpisah dari Bayi.

Pemenuhan kebutuhan bayi 0-6 bulan telah dapat terpenuhi dengan pemberian ASI saja. Menyusui eksklusif juga penting karena pada usia ini, makanan selain ASI belum mampu dicerna oleh enzim-enzim yang ada di dalam usus selain itu pengeluaran sisa pembakaran makanan belum bisa dilakukan dengan baik karena ginjal belum sempurna (Kemenkes R.I, 2012).

### 3. Kandungan ASI

Siswosuharjo (2013) memaparkan bahwa ASI mengandung zat-zat ajaib yang tidak bisa ditemukan dalam susu formula manapun karena mengandung zat-zat yang diperlukan oleh bayi untuk proses perkembangan otak dan sarafnya, dan lebih baik dari susu formula. Berikut kandungan yang terdapat dalam ASI menurut Siswosuharjo,2013:

- 1) Kolostrum, yaitu cairan yang berwarna kuning kental yang keluar saat hari pertama kelahiran. Kolostrum mengandung zat kekebalan tubuh (antibodi).
- 2) Susu transisi, yaitu ASI yang keluar pada hari ketiga sampai hari kesepuluh setelah persalinan.
- 3) Susu *mature*, yaitu ASI yang keluar setelah hari kesepuluh pascapersalinan. Komposisinya stabil dan tidak berubah
- 4) *Epidernal growth factor*, yaitu komponen pertumbuhan yang terdapat di dalam ASI, komponen ini berperan untuk proliferasi dan diferensiasi dari epitel sel usus.
- 5) Faktor kekebalan, antara lain menghambat bakteri patogen (*Lactobacillus bifidus*), antistafilokok (menghambat pertumbuhan stafilokok), IgA sekresi dan Ig lainnya (mencegah infeksi saluran pencernaan), C3 dan C4 (mempunyai daya opsonic, kemotatik, dan anafilatoksik), *lisozym* (menghancurkan sel dinding bakteri), laktoperoksidase (menghancurkan streptokok), sel darah putih (fagositosis, menghasilkan SigA, C3 dan C4), laktoferrin (membunuh kuman dengan cara mengubahnya menjadi zat besi).

ASI memiliki banyak manfaat untuk bayi. Oleh karenanya, ibu sangat disarankan untuk menyusui bayinya secara eksklusif selama 6 bulan dan tetap melanjutkan menyusui hingga usia anak 2 tahun (Siswosuharjo,2013).

### 4. Manfaat Pemberian ASI

Mendapatkan ASI merupakan hak anak. Hak tersebut harus dipenuhi oleh orangtua, masyarakat, pemerintah, dan Negara. Berikut beberapa manfaat pemberian ASI yang didapatkan ibu dan bayi menurut Sekartini dan Endyarni, 2011:

- 1) ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi, karena mengandung zat gizi yang paling sesuai dengan kebutuhan bayi yang sedang dalam

tahap percepatan tumbuh kembang, terutama pada 2 tahun pertama kehidupan.

- 2) ASI memberikan seperangkat zat perlindungan pada bayi terhadap berbagai penyakit akut maupun kronis.
- 3) Memberikan interaksi psikologis yang kuat dan seimbang antara ibu dan bayi yang merupakan kebutuhan dasar tumbuh kembang anak.
- 4) Ibu yang menyusui juga memperoleh manfaat menjadi lebih sehat. Antara lain dapat berperan sebagai program KB (keluarga berencana) alami, menurunkan risiko perdarahan setelah melahirkan, anemia, serta mencegah kanker payudara dan indung telur.

Menyusu eksklusif selama 6 bulan terbukti memberikan risiko yang lebih kecil terhadap berbagai penyakit infeksi pada anak seperti diare, infeksi saluran napas, infeksi telinga, pneumonia dan infeksi saluran kemih. Selain itu, dapat pula mengurangi risiko terhadap kejadian obesitas, diabetes, alergi, ataupun kanker pada anak, dikarenakan zat kekebalan yang berasal dari ibu dan terdapat dalam ASI akan ditransfer ke bayi untuk membantu mengatur respon imun tubuh melawan infeksi.

#### **D. Hubungan Konsumsi Energi dan Kejadian Stunting pada Balita**

Energi merupakan komponen yang diperlukan tubuh untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Selain itu energi juga diperlukan untuk mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan terutama pada balita. Dalam melakukan pemilihan jenis makanan menjadi penting untuk memenuhi kebutuhan zat gizi dalam tubuh. Secara umum energi dalam tubuh berasal dari karbohidrat, lemak, protein, vitamin, dan mineral. Dalam hal ini masing-masing zat gizi memiliki peran yang berguna untuk tubuh. (Azmy Ulul, 2018)

Menurut Azmy (2018) terdapat hubungan antara pengaruh kurangnya konsumsi energi terhadap kejadian stunting yang terjadi pada balita. Selain itu hal pendapat ini juga diperkuat dalam penelitian yang dilakukan oleh Nugraheni Dini (2020) dimana konsumsi energi yang kurang pada anak usia 6-24 bulan memiliki risiko mengalami kejadian stunting dibandingkan dengan anak yang mengonsumsi energi cukup dan sesuai dengan kebutuhannya. Selain itu, dalam penelitian yang dilakukan Anastru (2018) juga disebutkan



bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya stunting pada anak balita adalah kurangnya konsumsi energi.

#### **E. Hubungan Konsumsi Protein dan Kejadian Stunting pada Balita**

Protein merupakan komponen yang membentuk energi. Dimana protein memiliki fungsi yang sangat bagus bagi tubuh, yaitu sebagai pengganti sel-sel tubuh yang rusak. Selain itu protein memiliki fungsi untuk membantu membangun sel tubuh dimana hal ini sangat penting bagi balita yang sedang berada dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan (azmy ulul, 2018). Hal ini diperkuat dengan pendapat Sundari (2016) bahwa pertumbuhan yang terjadi pada anak balita sangat membutuhkan asupan protein yang tinggi dibandingkan dengan orang dewasa.

Menurut penelitian yang dilakukan Anastru (2018), kejadian stunting yang ada pada balita selain disebabkan karena kurangnya konsumsi energi juga disebabkan oleh kurangnya konsumsi protein. Sehingga anak usia balita akan cenderung mengalami stunting jika terjadi kekurangan asupan protein. Dalam penelitian lain yang dilakukan Sundari (2016) diketahui bahwa kurangnya asupan protein akan menyebabkan kejadian stunting yang terjadi pada balita. Hal ini dikarenakan balita yang kurang konsumsi proteinnya akan mengalami keterhambatan dalam proses pertumbuhan.

#### **F. Hubungan ASI Eksklusif dan Kejadian Stunting pada Balita**

ASI Eksklusif merupakan salah satu faktor yang sering dikaitkan dengan kejadian stunting, dimana balita yang tidak mendapatkan ASI eksklusif akan memiliki resiko mengalami stunting. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Indrawati (2017) disebutkan bahwa balita yang tidak mendapatkan ASI eksklusif masuk kedalam kategori sangat pendek. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Anita Sampe (2020) bahwa kejadian stunting yang terjadi pada anak balita disebabkan karena tidak mendapatkan ASI eksklusif.