

**HUBUNGAN ASI EKSKLUSIF DENGAN KEJADIAN STUNTING : TINJAUAN
SISTEMATIS
EXCLUSIVE BREASTFEEDING RELATIONSHIP WITH STUNTING : A
SYSTEMATIC REVIEW**

***Ahmad Rifai¹, Tri Setyawati², Sumarni³**

¹Mahasiswa Program Profesi Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Tadulako- Palu, Indonesia, 94118

²Departemen Ilmu Kesehatan Sosial, Bioetika dan Hukum Medis, Fakultas Kedokteran, Universitas Tadulako- Palu, Indonesia, 94118

³Departemen Ilmu Gizi Klinik, Fakultas Kedokteran, Universitas Tadulako- Palu, Indonesia, 94118

Email : ahmadrifai1430@gmail.com

ABSTRACT

Background: Indonesia has a fairly severe nutritional problem which is marked by the many cases of malnutrition in children under five and of school age for both boys and girls. Stunting is seen from the condition of a person's height (TB) which is not suitable for age, which is determined by calculating the Z-index score of Height by Age (TB/U). Someone is said to be stunted if the Z-index score for TB/U is below -2 SD (standard deviation). Stunting occurs when the fetus is still in the womb and only appears when the child is two years old. Malnutrition at an early age increases infant and child mortality, causes sufferers to get sick easily and have poor posture as adults.

Purpose: To determine the relationship between exclusive breastfeeding and stunting.

Methods: This study used a method with literature review. Sources of research were obtained by searching for various national and international journals. Generally journals are indexed on Google Scholar, Elsevier, Science Direct, e-books, and others. The literature collected is in accordance with the theme to be raised.

Results: This study shows that from several literature reviews used in this study, there is a relationship between exclusive breastfeeding and stunting, however, several large-scale studies are still able to find a protective relationship between breastfeeding against stunting. An in-depth analysis is needed to examine the factors of the quality of breast milk that cause this relationship not to be found in some populations.

Conclusion: Exclusive breastfeeding can reduce the risk of stunting because infants and toddlers really need nutrition in breast milk. Toddlers who are not given exclusive breastfeeding are more likely to experience stunting than toddlers who are exclusively breastfed.

ABSTRAK

Latar Belakang : Indonesia mempunyai masalah gizi yang cukup berat yang ditandai dengan banyaknya kasus gizi kurang pada anak balita dan usia masuk sekolah baik pada laki-laki maupun perempuan. Stunting dilihat dari keadaan tinggi badan (TB) seseorang yang tidak sesuai dengan umur, yang penentuannya dilakukan dengan menghitung skor Z-indeks Tinggi Badan menurut Umur (TB/U). Seseorang dikatakan stunting bila skor Z-indeks TB/U- nya di bawah -2 SD (standar deviasi). 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 tak maksimal saat dewasa.

Tujuan : Untuk mengetahui hubungan ASI Eksklusif dengan kejadian Stunting.

Metode : Penelitian ini menggunakan metode dengan litelature review. Sumber dari penelitian diperoleh dengan mencari berbagi jurnal nasional dan internasional. Umumnya jurnal diindeks pada google scholar, Elsevier, science direnct, e-book, dan lainnya. Literalture yang dikumpulkan sesuai dengan tema yang akan diangkat.

Hasil : Studi ini menunjukkan dari beberapa literature review yang digunakan pada penelitian ini adanya hubungan ASI eksklusif dengan kejadian Stunting, namun, beberapa penelitian skala besar tetap mampu

menemukan hubungan protektif ASI terhadap stunting. Diperlukan analisis mendalam untuk menelaah faktor kualitas asi yang menyebabkan tidak ditemukannya hubungan tersebut pada beberapa populasi.

Kesimpulan : Pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko stunting karena bayi dan balita sangat membutuhkan nutrisi dalam ASI. balita yang tidak diberikan ASI eksklusif lebih berpeluang mengalami stunting dibandingkan balita yang diberi ASI eksklusif.

PENDAHULUAN

Indonesia mempunyai masalah gizi yang cukup berat yang ditandai dengan banyaknya kasus gizi kurang pada anak balita, usia masuk sekolah baik pada laki-laki dan perempuan. Masalah gizi pada usia sekolah dapat menyebabkan rendahnya kualitas tingkat pendidikan, tingginya angka absensi dan tingginya angka putus sekolah. Stunting adalah salah satu keadaan malnutrisi yang berhubungan dengan ketidakcukupan zat gizi masa lalu sehingga termasuk dalam masalah gizi yang bersifat kronis⁽¹⁾. Stunting dilihat dari keadaan tinggi badan (TB) seseorang yang tidak sesuai dengan umur, yang penentuannya dilakukan dengan menghitung skor Z- indeks Tinggi Badan menurut Umur (TB/U). Seseorang dikatakan stunting bila skor Z-indeks TB/U- nya di bawah - 2 SD (standar deviasi) ^(1,2).

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 tak

maksimal saat dewasa⁽¹⁾. *stunting* merupakan masalah gizi yang paling utama di Indonesia bahkan di dunia. Dari data UNICEF , pada tahun 2017 jumlah balita yang mengalami stunting di dunia sekitar 150,8 juta. Di kawasan Asia Tenggara, Indonesia masuk dalam negara ketiga dengan prevalensi tertinggi setelah Timur Leste (50,2%) dan India (38,4%) yang prevalensinya yaitu 36,4%⁽³⁾.

Prevalensi balita *stunting* di Indonesia pada tahun 2016 sekitar 27,5%, sedangkan pada tahun 2017 meningkat dengan jumlah 29,6% yang terbagi menjadi pendek 9,8% dan sangat pendek 19,8% menurut pemantauan status gizi. Jumlah ini masih diatas batas target yang telah ditetapkan oleh WHO (20%)⁽⁴⁾.

Indonesia, telah banyak dilakukan penelitian mengenai faktor risiko stunting. Risiko stunting dapat dimulai sejak masa konsepsi, yaitu dari faktor ibu. Ibu yang kurang memiliki pengetahuan mengenai kesehatan dan gizi sejak hamil sampai melahirkan berperan besar menimbulkan stunting pada anak yang dilahirkannya. Pada saat

hamil, layanan ANC-Ante Natal Care (pelayanan kesehatan untuk ibu selama masa kehamilan), Post Natal Care (pelayanan kesehatan untuk ibu setelah melahirkan), dan pembelajaran dini yang berkualitas juga sangat penting. Hal ini terkait dengan konsumsi suplemen zat besi yang memadai saat hamil, pemberian ASI eksklusif dan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) yang optimal⁽⁵⁾.

Melihat masalah tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti apa Hubungan asi Eksklusif dengan kejadian Stunting: Litelature Review?. Tujuan dari penelitian ini untuk melihat Untuk hubungan ASI Eksklusif dengan kejadian Stunting.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode dengan litelature review. Sumber dari penelitian diperoleh dengan mencari berbagai jurnal nasional dan internasional. Umumnya jurnal diindeks pada google scholar, Elsevier, science direnct, e-book, dan lainnya. Literalture yang dikumpulkan sesuai dengan tema yang akan diangkat.

HASIL

Studi ini menunjukkan dari beberapa literature review yang

digunakan pada penelitian ini adanya hubungan ASI eksklusif dengan kejadian Stunting, namun, beberapa penelitian skala besar tetap mampu menemukan hubungan protektif ASI terhadap stunting. Diperlukan analysis mendalam untuk menelah faktor kualitas asi yang menyebabkan tidak ditemukannya hubungan tersebut pada beberapa populasi.

PEMBAHASAN

Stunting didefinisikan sebagai kondisi status gizi balita yang memiliki panjang atau tinggi badan yang tergolong kurang jika dibandingkan dengan umur. Pengukuran dilakukan menggunakan standar pertumbuhan anak dari WHO, yaitu dengan interpretasi stunting jika lebih dari minus dua standar deviasi median. Balita stunting dapat disebabkan oleh banyak faktor seperti kondisi sosial ekonomi, gizi ibu saat hamil, kesakitan pada bayi, dan kurangnya asupan gizi pada bayi. Umumnya berbagai penyebab ini berlangsung dalam jangka waktu lama (kronik)⁽⁵⁾. Stunting Mengambarkan status gizi kurang yang bersifat kronik pada masa pertumbuhan dan perkembangan sejak awal kehidupan. Keadaan ini dipresentasikan dengan nilai z-score tinggi badan menurut umur

(TB/U) kurang dari -2 standar deviasi (SD) berdasarkan standar pertumbuhan menurut WHO⁽⁶⁾.

Menurut Unicef faktor penyebab stunting pada balita salah satunya yaitu asupan makanan yang tidak seimbang. Asupan makanan yang tidak seimbang termasuk dalam pemberian ASI eksklusif yang tidak diberikan selama 6 bulan⁽³⁾. World Health Organization (WHO) mengeluarkan rekomendasi tentang pemberian ASI eksklusif (bayi hanya diberikan ASI tanpa cairan atau makanan lain, kecuali suplemen vitamin, mineral, atau obat-obatan untuk keperluan medis) berusia 6 bulan, dan dilanjutkan pemberian ASI sampai dua tahun pertama kehidupannya⁽⁷⁾.

Pada penelitian Rakhmayu., et al (2019) hasil penelitian tersebut terdapat dampak pemberian ASI eksklusif pada kejadian stunting pada anak usia 6-24 bulan⁽¹¹⁾. Ini sesuai dengan penelitian dari Sampe, et al (2020), balita dibawah 5 tahun yang tidak diberikan ASI eksklusif berpeluang 61 kali lipat mengalami stunting dibandingkan balita yang diberi ASI eksklusif. Kemudian, balita yang tidak diberikan ASI eksklusif memiliki peluang 98% untuk mengalami stunting⁽¹²⁾. Penelitian serupa dilakukan oleh Gani., et al (2020)

pemberian ASI eksklusif pada anak di bawah 5 tahun secara signifikan berhubungan dengan kejadian stunting⁽¹³⁾. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Triana., et al (2019) terdapat hubungan yang signifikan antara pemberian ASI eksklusif dan kejadian stunting pada balita di Karanglewas Pusat Kesehatan. Dikarenakan Balita yang berusia tidak lebih dari 6 bulan memiliki saluran pencernaan yang tidak sempurna, sehingga mereka tidak dapat menerima makanan selain ASI. Jika bayi belum siap tetapi memiliki menerima makanan tambahan, maka ini dapat mengganggu pertumbuhannya, sehingga dapat menyebabkan stunting⁽¹⁴⁾.

Pada penelitian Barir, et al (2019) menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pemberian ASI eksklusif terhadap kejadian stunting. Kegagalan dari pertumbuhan setelah lahir adalah cerminan dari menyusui secara eksklusif yang kurang tepat dan menyebabkan stunting⁽¹⁵⁾. Pada Penelitian Lestari et al. (2018) menjelaskan bahwa ASI eksklusif dapat menurunkan angka kejadian stunting yang probabilitas 0,23 kali dibandingkan dengan mereka yang tidak diberikan ASI eksklusif⁽¹⁶⁾. Mikawati et

al (2019) juga menjelaskan melihat hubungan antara sejarah pemberian ASI secara eksklusif pada anak usia 0 sampai 6 bulan hingga kejadian stunting terdeteksi pada usia 2-5 tahun. Dari hasil penelitian, bahwa riwayat pemberian nutrisi terbaik pada anak usia 0-6 bulan adalah ASI eksklusif⁽¹⁷⁾.

ASI Eksklusif diketahui memberikan semua nutrisi penting untuk pertumbuhan dan kekebalan anak di dalam 6 bulan pertama kehidupan, sehingga menawarkan efek perlindungan terhadap stunting. Sehingga pada penelitian Uwiringiyimana et al (2019) rendahnya angka pemberian ASI eksklusif akan berdampak pada stunting⁽¹⁸⁾. Dikarenakan menurut Sugiyanto et al (2019) Anak balita yang mendapatkan ASI eksklusif mengurangi risiko stunting 1,67 unit dibandingkan dengan anak-anak balita yang tidak mendapatkan ASI Eksklusif⁽¹⁹⁾. Pada penelitian yang sama Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh Hikmahrachim (2019) menyatakan bahwa riwayat pemberian ASI eksklusif memiliki hubungan yang bermakna dengan kejadian stunting. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa balita yang diberi ASI memiliki risiko 9,3 kali lebih rendah untuk menderita stunting

daripada anak-anak yang tidak disusui⁽²⁰⁾.

Rendahnya proporsi ASI eksklusif akan berdampak terhadap rendahnya imunitas yang dimiliki bayi. Diare dan pneumonia merupakan penyebab utama angka kematian bayi dan balita yaitu lebih dari 50% disebabkan karena rendahnya asupan gizi pada bayi yang disebabkan tidak terlaksananya pemberian ASI eksklusif. Pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu intervensi efektif untuk mengurangi angka kesakitan/kematian bayi⁽⁸⁾.

Pemberian ASI eksklusif bersifat protektif terhadap kejadian stunting. Namun, pada jangka pendek, ASI eksklusif memberikan perlindungan pada infeksi diare dan pernapasan yang telah banyak bukti bahwa infeksi berkepanjangan menyebabkan balita stunting. Pada jangka panjang, ASI eksklusif memberikan perlindungan terhadap penyakit tidak menular seperti diabetes, tekanan darah, dan kolestrol serta obesitas⁽⁹⁾.

Stunting tidak hanya disebabkan oleh pemberian ASI secara non-eksklusif, tetapi juga inisiasi dini, makanan pendamping serta susu formula. Selain itu stunting juga

berhubungan dengan infeksi yang dialami oleh bayi dan anak balita, misalnya diare. Faktor sosial ekonomi, menjadi faktor lain yang berkontribusi untuk Stunting. Oleh karena itu, kelompok berpenghasilan rendah hingga menengah harus menerima bantuan nutrisi untuk mendukung tumbuh kembang. Beberapa faktor lain yang mempengaruhi kejadian stunting termasuk kunjungan ANC dan imunisasi, BBLR, pekerjaan ibu, pendapatan keluarga, dan status ekonomi, pemberian vitamin A, umur penyapihan, kesadaran ibu akan pentingnya ASI⁽¹⁰⁾.

KESIMPULAN

Pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko stunting karena bayi dan balita sangat membutuhkan nutrisi dalam ASI. balita yang tidak diberikan ASI eksklusif lebih berpeluang mengalami stunting dibandingkan balita yang diberi ASI eksklusif.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sutarto, STT., Mayasari, D., Indriyani, R. . Stunting, Faktor Resikodan Pencegahannya. *AGROM EDICINE UNILA*. 2018. 5(1), 540-545.
2. Cynthia, C., Suryawan, IWB., & Widiassa, AM. Hubungan asi eksklusif dengan kejadian stunting pada anak usia 12-59 bulan di rsud wangaya kota denpasar. *Jurnal Kedokteran Meditek*. 2019. 25(1), 29-35.
3. Unicef. 2018. Situasi Anak Di Indonesia. <https://www.unicef.org/indonesia/sites/unicef.org.indonesia/files/2020-07/Situasi-Anak-di-Indonesia-2020.pdf>
4. Kementerian Kesehatan RI. 2018. Situasi Balita Pendek (Stunting) Di Indonesia
5. Nirmalasari, N. O. Stunting Pada Anak: Penyebab Dan Faktor Risiko Stunting Di Indonesia. *Qawwam*. 2020.14(1), 19-28.
6. Ni'mah, K., & Nadhiroh, S. R. Faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita. *Media Gizi Indonesia*.2015.10(1), 13-19.
7. Kurniawan,B . Determinan keberhasilan pemberian air susu ibu eksklusif. *Jurnal Kedokteran Brawijaya* 2013: 236-240.
8. Who. Pekan Menyusui Dunia: UNICEF dan WHO menyerukan Pemerintah dan Pemangku Kepentingan agar mendukung semua ibu menyusui di Indonesia selama COVID-19. 2020.
9. Sulistianingsih A, Sari R. ASI eksklusif dan berat lahir berpengaruh terhadap stunting pada

- balita 2-5 tahun di Kabupaten Pesawaran. *J Gizi Klin Indones.* 2018;15(2):45.
10. Rachmayanti, R. D., Kevaladandra, Z., Ibnu, F., & Khamidah, N. Systematic Review: Protective Factors from the Risks of Stunting in Breastfeeding Period. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia.*2022. 17(2), 72-78.
 11. Rakhmahayu, A., Dewi, Y. L. R., & Murti, B. Logistic regression analysis on the determinants of stunting among children aged 6-24 months in Purworejo Regency, Central Java. *Journal of Maternal and Child Health.*2019.4(3), 158-169.
 12. Sampe, A., Toban, R. C., & Madi, M. A. Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada.*2020.11(1), 448-455.
 13. Gani, AA., Widasari, L., Otoluwa, AS., Hadju, V., Palutturi, S., Thaha, A.R. Risk factors for stunting among children in Banggai Regency, Indonesia. *Enfermería Clínica,* 2020. 30, 149-152.
 14. Triana, N. Y., & Haniyah, S. Relationship of Exclusive Breastfeeding, Complementary Feeding and Nutritional Intake with Stunting in Children in Karanglewas Health Center. In *1st International Conference on Community Health (ICCH 2019).*2020.(pp. 74-78). Atlantis Press.
 15. Barir, B., Murti, B., & Pamungkasari, E. P. The associations between exclusive breastfeeding, complementary feeding, and the risk of stunting in children under five years of age: a path analysis evidence from Jombang East Java. *Journal of Maternal and Child Health.*2019.4(6), 486-498.
 16. Lestari, E. D., Hasanah, F., & Nugroho, N. A. Correlation between non-exclusive breastfeeding and low birth weight to stunting in children. *Paediatrica Indonesiana.*2019.58(3), 123-7.
 17. Mikawati. The Relationship between Exclusive Breastfeeding (ASI) and Mother Heightwith Incident Rates Stunting among Child Age 2-5 Years In Barombong Public Health Center, Gowa, Sulawesi Selatan. *KnE Life Sciences.*2019 .558-567.

18. Uwiringiyimana, V., Ocké, M. C., Amer, S., & Veldkamp, A. Predictors of stunting with particular focus on complementary feeding practices: A cross-sectional study in the northern province of Rwanda. *Nutrition*.2019.60, 11-18.
19. Sugiyanto, J., Raharjo, S. S., & Dewi, Y. L. R. The effects of exclusive breastfeeding and contextual factor of village on stunting in bontang, east kalimantan, indonesia. *Journal of Epidemiology and Public Health*.2019.4(3), 222-233.
20. Hikmahrachim HG., Rohsiswatmo R., & Ronoatmodjo, S. Efek ASI Eksklusif terhadap Stunting pada Anak Usia 6-59 bulan di Kabupaten Bogor tahun 2019. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*. 2019.3(2).