

## **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

### **2.1 Stunting**

#### **2.1.1 Definisi Stunting**

*Stunting* adalah kelainan proses tumbuhkembang pada anak akibat ketidakcukupan gizi, seringnya infeksi dan kurangnya dukungan psikososial. Anak dikategorikan sebagai stunting jika tinggi badannya berada  $> 2$  SD di bawah median standar pertumbuhan anak (WHO, 2020). Sedangkan UNICEF mendefinisikan bahwa *stunting* sebagai hambatan perkembangan fisik dan otak akibat kekurangan nutrisi dalam waktu yang berkepanjangan panjang, membuat anak lebih pendek dibandingkan anak seusianya yang normal dan mengalami keterlambatan dalam berpikir (UNICEF, 2018).

Stunting menggambarkan kondisi di mana pertumbuhan tubuh dan otak anak terganggu, sebagai akibat dari kekurangan gizi yang berkepanjangan. Akhirnya, anak tumbuh lebih pendek dari standar usianya dan mengalami keterlambatan berpikir karena kekurangan gizi yang terjadi sejak dalam kandungan sampai 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Stunting* adalah kondisi ketika balita memiliki tinggi badan dibawah rata-rata. Gizi yang tidak mencukupi dalam waktu lama dapat mengganggu perkembangan otak, mengakibatkan disabilitas intelektual, menurunnya kemampuan belajar, dan memperbesar potensi penyakit kronik seperti, hipertensi, diabetes dan obesitas (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 1995/MENKES/SK/XII/2010, kondisi gizi anak dapat dikategorikan sebagai stunting (pendek) atau severely stunting (sangat pendek) berdasarkan pengukuran

Panjang Badan menurut Umur (PB/U) atau Tinggi Badan menurut Umur (TB/U). Jika panjang atau tinggi badan balita dibandingkan dengan standar WHO 2005 menunjukkan z-score kurang dari  $-2SD$ , maka balita tersebut dianggap pendek. Jika nilai z-score jatuh di bawah  $-3SD$ , maka balita dianggap sangat pendek (TNP2K, 2017).

Pertambahan tinggi badan secara alami mengikuti pertambahan usia. Berbeda dari berat badan, pertumbuhan tinggi badan lebih stabil dan dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungan. Dampak dari kekurangan gizi terhadap tinggi badan biasanya terlihat setelah waktu yang cukup lama, sehingga indeks ini bisa diandalkan untuk mencerminkan status gizi di masa lalu (Aritonang, 2013).

Gizi pada balita dicerminkan melalui klasifikasi yang menggunakan indeks PB/U atau TB/U, seperti yang ditampilkan dalam tabel 2.1

**Tabel 2.1 Kategori Status gizi**

<b>Indeks</b>	<b>Kategori Status Gizi</b>	<b>Ambang Batas Z-Score</b>
Berat Badan Menurut Umur (BB/U)	Gizi Buruk	$<-3 SD$
	Gizi Kurang	$-3 SD$ sampai dengan $<-2 SD$
	Gizi Baik	$-2 SD$ sampai dengan $2 SD$
	Gizi Lebih	$>2 SD$
Panjang Badan Menurut Umur (PB/U) atau Tinggi Badan Menurut Umur (TB/U)	Sangat Pendek	$<-3 SD$
	Pendek	$-3 SD$ sampai dengan $2 SD$
	Normal	$-2 SD$ sampai dengan $2 SD$
	Tinggi	$>2 SD$
Berat Badan Menurut Panjang Badan (BB/PB) atau Berat Badan Menurut Tinggi Badan (BB/TB)	Sangat Kurus	$<-3 SD$
	Kurus	$-3 SD$ sampai dengan $<-2 SD$
	Normal	$-2 SD$ sampai dengan $2 SD$
	Gemuk	$>2 SD$

*Sumber: Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standart Antropometri Anak*

### **2.1.2 Prevalensi Stunting**

Prevalensi *stunting* menurut UNICEF (2021) sebesar 21,9% anak mengalami *stunting*. Prevalensi *stunting* ataupun obesitas masih menjadi masalah yang serius. Dalam Rapat Kerja Nasional BKKBN, Kementerian Kesehatan RI memaparkan Laporan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) menunjukkan bahwa prevalensi *stunting* di Indonesia turun dari 24,4% pada tahun 2021 menjadi 21,6% pada tahun 2022. Sumatera Utara terkait kasus *stunting* sangat meresahkan, dengan 13 dari 33 kabupaten/kota dikategori “merah”.

Prevalensi *stunting* sebesar 47,1%, Mandailing Natal memuncaki posisi kedua dari 246 kabupaten/kota pada 12 provinsi prioritas berdasarkan data SSGI 2021. Padang Lawas, dengan prevalensi 42%, termasuk dalam 10 besar daerah berstatus merah. Selanjutnya, 6 daerah dengan status hijau dan prevalensi *stunting* antara 10 hingga 20% adalah Serdang Bedagai, Kota Medan, Asahan, Kota Tebingtinggi, Kota Pematang Siantar, dan Deli Serdang. Sementara, untuk hasil SSGI pada tahun 2022 sudah mengalami penurunan sehingga prevalensi *stunting* di Sumatera Utara mencapai 21,1%. Sementara pada tahun 2023 prevalensi *stunting* di kabupaten Langkat mencapai 18,32% (SSGI, 2021).

Langkat adalah salah satu kabupaten di Provinsi Sumatera Utara yang terdiri dari 23 kecamatan, 37 kelurahan dan 240 desa, serta terdapat 32 puskesmas yang berada di naungan Dinas Kesehatan Kabupaten Langkat. Terdapat 165 desa/kelurahan di Kabupaten Langkat yang menjadi lokus *stunting*, dan anak balita yang terkena *stunting* sebanyak 129 anak *stunting* pada tahun 2023.

### 2.1.3 Dampak Stunting

#### 1. Dalam jangka pendek

Stunting berefek pada kegagalan pertumbuhan, serta perkembangan mental dan fisik, proporsi tubuh yang tidak ideal, serta masalah metabolisme (Kemenkes, 2023).

#### 2. Dalam jangka Panjang

*Stunting* mengurangi kapasitas intelektual dan menyebabkan kerusakan permanen pada saraf dan sel otak, mengurangi kemampuan belajar di usia sekolah dan berdampak pada produktivitas dewasa. Kekurangan gizi dapat menghambat pertumbuhan dan meningkatkan kemungkinan terkena penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi, penyakit jantung koroner, dan stroke. (Kemenkes, 2023).

Kondisi stunting yang tinggi dan perkembangan anak yang kurang optimal bisa menimbulkan efek buruk pada masa depan anak serta menghambat pertumbuhan ekonomi dan kemajuan bangsa. Untuk itu, penting untuk memahami bagaimana stunting mempengaruhi peningkatan motorik kasar, motorik halus, bahasa, dan sosial anak balita (Wulansari dkk, 2021).

*Stunting* bisa memberikan akibat bagi kesinambungan hidup anak. World Health Organization memilah akibat yang disebabkan oleh stunting jadi 2 yang terdiri dari waktu pendek serta waktu jauh. Akibat waktu pendek dari *stunting* bisa menimbulkan kenaikan mortalitas serta morbiditas, di aspek kemajuan berbentuk penyusutan kemajuan kognitif, motorik, dan bahasa, serta di aspek ekonomi berbentuk kenaikan pengeluaran guna

anggaran kesehatan. *Stunting* juga dapat menimbulkan dampak jangka panjang di aspek kesehatan berbentuk perawakan yang pendek, kenaikan resiko buat kegemukan serta komorbiditasnya, serta penyusutan kesehatan pembiakan, di aspek kemajuan berbentuk penyusutan hasil serta kapasitas berlatih, serta di aspek ekonomi berbentuk penyusutan daya serta kapasitas kegiatan (Rauf Jabal et al., 2022).

#### **2.1.4 Upaya Pencegahan Stunting**

Upaya bersama dari berbagai pihak diperlukan untuk pencegahan stunting. Harus dimulai dari tahap kehamilan, dengan ibu hamil mulai mengambil tindakan untuk memastikan bayi yang akan lahir terlindungi (Kemenkes, 2023). Untuk melawan stunting, ibu hamil sebaiknya mengadopsi strategi berikut: Pertama, mengonsumsi makanan yang kaya protein untuk mendukung pertumbuhan optimal janin. Kedua, melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin untuk memantau kesehatan ibu dan bayi secara menyeluruh. Ketiga, jika diperlukan, mengonsumsi tablet tambah darah untuk memastikan asupan zat besi yang cukup, guna menghindari kekurangan nutrisi yang dapat berdampak negatif pada perkembangan bayi.

Dalam upaya mendukung kesehatan dan perkembangan optimal anak, orang tua sebaiknya menerapkan langkah-langkah proaktif berikut: Pertama, memberikan ASI eksklusif selama enam bulan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi. Kedua, memperkenalkan makanan pendamping ASI (MP-ASI) sesuai dengan usia bayi untuk memastikan pemenuhan kebutuhan gizi yang berkembang. Ketiga, melakukan pemeriksaan rutin ke dokter untuk memantau pertumbuhan, perkembangan, dan status gizi anak. Keempat, melengkapi imunisasi wajib serta

tambahan untuk melindungi anak dari berbagai penyakit. Kelima, memberikan stimulasi yang sesuai dengan tahap usia bayi untuk mendukung perkembangan kognitif dan motoriknya. Keenam, memastikan lingkungan rumah tetap bersih untuk menciptakan kondisi yang sehat. Terakhir, jika bayi mengalami sakit, segera membawa ke fasilitas kesehatan untuk penanganan yang tepat.

Anak-anak dapat mendukung kesejahteraan mereka dengan mematuhi beberapa prinsip kunci: Pertama, menjalani pola hidup sehat dengan menghindari rokok dan zat adiktif lainnya (NAPZA). Kedua, memastikan konsumsi gizi seimbang untuk mendukung pertumbuhan dan kesehatan yang optimal. Ketiga, mendapatkan pengetahuan yang cukup tentang kesehatan reproduksi untuk memahami pentingnya menjaga kesehatan tubuh dan mencegah risiko potensial.

#### **2.1.5 Intervensi Stunting**

Berbagai Strategi dan aturan terkait menangani stunting telah diterbitkan oleh pemerintah Indonesia. Selain itu, Instansi pemerintah dan lembaga-lembaga terkait juga memiliki inisiatif program-program yang mencakup intervensi gizi baik spesifik maupun sensitif, yang bisa berkontribusi mengurangi stunting. Intervensi Program Gizi Spesifik dilakukan oleh Kemenkes, bersama Puskesmas dan Posyandu, menjalankan inisiatif Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (Saputri, 2019).

Pemerintah telah meluncurkan berbagai program intervensi dengan sasaran yang spesifik untuk mendukung kesehatan ibu dan anak. Pertama, terdapat program yang fokus pada ibu hamil, diikuti oleh inisiatif untuk ibu menyusui dan anak usia 0-6 bulan, yang meliputi dorongan untuk Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dengan pemberian ASI colostrum serta edukasi tentang pentingnya ASI Eksklusif.

Selanjutnya, untuk ibu menyusui serta balita usia 7-23 bulan, program ini mendukung ASI yang diteruskan sampai usia 23 bulan, ditambah dengan MP-ASI, obat cacing, dan suplemen zinc, penambahan zat besi dalam makanan dan pencegahan malaria, imunisasi penuh dan strategi untuk mencegah serta mengatasi diare (Rosmina & Yuniar, 2018).

## **2.1 Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting**

Menurut UNICEF (1998) ada beberapa penyebab masalah gizi diantaranya: (UNICEF, 1998).

1. Akar masalah: krisis ekonomi dan politik
2. Penyebab utama: kemiskinan dan pendidikan, ketersediaan pangan, dan kesempatan kerja
3. Penyebab tidak langsung: akses pangan di tingkat rumah tangga, pengasuhan ibu dan anak, serta layanan medis
4. Penyebab langsung: konsumsi zat gizi dan infeksi penyakit.

### **2.2.1 Pendidikan Ibu**

Menurut UNICEF, pendidikan adalah salah satu elemen yang mempengaruhi terjadinya stunting pada anak balita. Menurut Riskesdas (2013) Stunting sering dipicu oleh rendahnya pendidikan dan pendapatan orangtua, khususnya ibu. Sebagai pengasuh utama, Ibu berperan utama dalam memilih dan Menyusun makanan. Kurangnya pendidikan dan pemahaman mengenai gizi membuat ibu kesulitan dalam memenuhi kebutuhan makanan bergizi seimbang (Soekirman, 2000).

Pendidikan adalah kunci untuk memperoleh pemahaman yang rinci. Individu dengan latarbelakang lebih tinggi biasanya memiliki pemahaman yang

komprehensif dibandingkan dengan pendidikan yang rendah. Menurut Undang-Undang RI Nomor 29 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan tinggi meliputi tahap setelah pendidikan menengah, mencakup program diploma, sarjana, magister, spesialis, dan doktor yang diselenggarakan oleh institusi pendidikan tinggi (Nugroho, Sasongko and Kristiawan, 2021).

Ibu rumah tangga memainkan peran utama dalam penentuan konsumsi makanan dan penyajian makanan keluarga. Pendidikan yang lebih tinggi meningkatkan kemampuan ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarga. Pendidikan Ibu merupakan hal yang sangat berpengaruh dengan kejadian *stunting* karena berperan sebagai pengasuh utama anak secara signifikan memengaruhi kualitas pengasuhan dan perawatan anak, karena pendidikan yang lebih tinggi memberikan wawasan yang lebih luas (Arumsari, 2008).

Kemampuan ibu dalam kesehatan, terutama terkait gizi dan perawatan anak, sangat vital mengingat banyaknya kasus *stunting* di Indonesia (Fitroh dkk., 2020). Muche menyatakan badan-badan terkait perlu fokus pada penanganan *stunting* dengan mengoptimalkan pelatihan bagi ibu dan memperkuat dukungan untuk pendidikan anak perempuan, memperbaiki status ekonomi rumah tangga, mempromosikan praktik pemberian makan yang sesuai, meningkatkan pendidikan dan pengarahan gizi untuk ibu, serta memperbaiki praktik higiene dan pembersihan (Muche dkk, 2021).

### **2.2.2 Pekerjaan Ibu**

*Stunting* sering terkait dengan pekerjaan, akibat terbatasnya waktu dalam mengasuh anak, pola asuh menjadi kurang optimal, dan asupan makanan bergizi yang tidak memadai. Pekerjaan memengaruhi pengetahuan seseorang, mereka yang



bekerja biasanya memiliki wawasan yang lebih luas daripada yang tidak bekerja, karena mereka lebih sering terpapar informasi (Lindawati et al., 2023).

Pekerjaan orangtua berperan penting dalam masalah gizi keluarga. Jenis pekerjaan yang dimiliki orangtua mempengaruhi penghasilan, yang pada gilirannya berdampak pada daya beli keluarga. Pendapatan keluarga terbatas cenderung mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan makanan dari segi kualitas dan kuantitas. Sebaliknya, pekerjaan dengan gaji yang memadai memenuhi kebutuhan utama dan sekundernya sehingga perkembangan anak dengan baik. Dengan kata lain, pekerjaan berkaitan erat dengan penghasilan dan kebutuhan rumah tangga.

Orangtua yang tidak bekerja dapat mempengaruhi keadaan ekonomi keluarga, yang selanjutnya berdampak pada daya beli pemilihan makanan yang bernutrisi dan sehat. Ini mempengaruhi status gizi anak, dengan ini faktor pekerjaan memainkan peran dalam kejadian stunting pada anak atau balita (Sulistiyawati, 2018).

### **2.2.3 Pendapatan Keluarga**

Berdasarkan pernyataan dari UNICEF bahwa akar masalah dari masalah gizi adalah krisis ekonomi. Kekurangan kemampuan kepala keluarga dalam menyediakan kebutuhan gizi bayi, baik dari aspek kualitas maupun kuantitas, dapat berdampak negatif pada status gizi bayi. Pendapatan, tingkat pendidikan, dan pengetahuan merupakan elemen sosial ekonomi yang memengaruhi perkembangan proses pertumbuhan. Kesejahteraan ekonomi memengaruhi kemampuan keluarga dalam memenuhi asupan gizi dan dalam memilih fasilitas kesehatan untuk ibu hamil dan balita (Rahmad, dkk, 2016).

Keluarga yang memiliki pendapatan rendah menghadapi kesulitan dalam membeli makanan bergizi. Sebaliknya, pendapatan yang tinggi memungkinkan keluarga untuk memenuhi kebutuhan makanan setiap anggotanya. Pendapatan yang lebih besar memberikan keluarga peluang lebih besar untuk memilih bahan pangan dalam jumlah dan jenis yang diinginkan. Besar pendapatan keluarga memengaruhi ketersediaan pangan karena pendapatan menentukan kemampuan untuk membeli makanan yang sesuai dengan kapasitas belanja (Sutarto, 2020).

Penelitian Lia (2021) mengungkapkan bahwa 67,9% keluarga dengan balita stunting memiliki pendapatan di bawah UMR, sementara hanya 32,1% keluarga tanpa stunting yang berada di bawah UMR. Uji *chi-square* menemukan *p-value* 0,004 (OR=0,178; CI 95%: 0,52 hingga 0,607), yang menunjukkan adanya hubungan signifikan variable pendapatan keluarga dan kejadian stunting (Agustin dkk, 2021).

#### **2.2.4 Pemberian ASI Eksklusif**

Menurut Kemenkes RI bahwa ASI eksklusif berarti memberikan hanya ASI kepada bayi tanpa tambahan makanan atau minuman lain sampai bayi berusia 6 bulan, kecuali obat dan vitamin. Beragam kebijakan dan langkah-langkah pemerintah telah diterapkan untuk meningkatkan prevalensi ASI eksklusif. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 menetapkan setiap ibu pasca melahirkan harus menyusui bayinya dengan ASI eksklusif (Kemenkes, 2018).

Cairan alami yang keluar dari payudara ibu, yang ideal, praktis, terjangkau, dan aman untuk bayi atau disebut dengan ASI, sangat penting dalam rangka memenuhi asupan gizi yang diperlukan bayi pada 6 bulan pertama. Komponen

utama ASI adalah multivitamin, karbohidrat, lemak, protein, air, kreatinin serta mineral yang dapat dicerna dengan mudah oleh bayi (Novayanti, dkk, 2021). Gizi yang buruk selama kehamilan dan masa awal kehidupan bisa bikin anak stunting. Kekurangan gizi sejak dalam kandungan hingga lahir bisa mengakibatkan isu kesehatan pada balita (Kemenkes, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan Margareta Clara Asprika mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara ASI eksklusif dan kejadian stunting pada balita usia 24-59 bulan di Puskesmas Cecar, dengan *p-value* 0,000 ( $<0,05$ ). Dalam kelompok kasus, 72 responden (87,80%) tidak memberikan ASI eksklusif, sedangkan di kelompok kontrol hanya 8 responden (09,76%). Responden yang tidak memberikan ASI eksklusif berisiko 12.000 kali lebih tinggi mengalami stunting (Asprika, 2023).



### 2.3 Kajian Integrasi Keislaman

Agama Islam selalu mengutamakan kesehatan fisik dan mental karena menurut Islam kesehatan adalah hal yang paling penting bagi setiap orang karena tanpa kesehatan setiap orang akan kesulitan menjalani kehidupan sehari-hari, terutama dalam melakukan ibadah untuk mengharapkan keridhoan Allah SWT. Sebagaimana Rasulullah bersabda:

نِعْمَتَانِ مَغْبُورٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ، الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ

Artinya: “Dua kenikmatan yang sering dilupakan oleh kebanyakan manusia adalah kesehatan dan luang.” (HR. Al-Bukhari: 6412, at-Tirmidzi: 2304, Ibnu Majah: 4170).

Dalam pandangan Islam sangat penting menjaga kesehatan, seperti hadist berikut:

مَنْ أَصْبَحَ مِنْكُمْ مُعَافَى فِي جَسَدِهِ أَمِنًا فِي سِرِّهِ عِنْدَهُ قُوَّةٌ يَوْمَهُ فَكَأَنَّمَا حِيزَتْ لَهُ الدُّنْيَا

Artinya : “Barangsiapa di antara kalian masuk pada waktu pagi dalam keadaan sehat badannya, aman pada keluarganya, dia memiliki makanan pokoknya pada hari itu, maka seolah-olah seluruh dunia dikumpulkan untuknya” (HR. Ibnu Majah, no: 4141, Shahih Al-Jami’ush Shaghir no. 5918).

Rasulullah SAW juga bersabda:

مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وَعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ ، بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ لَقِيْمَاتٍ يُقِمْنَ صُلْبَهُ ، فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ ، فَتَلْتُ لِطَعَامِهِ ، وَتَلْتُ لِشَرَابِهِ ، وَتَلْتُ لِنَفْسِهِ

Artinya:

“Tidaklah anak Adam memenuhi wadah yang lebih buruk dari perut, cukup baginya beberapa suapan yang menegakkan tulang punggungnya, apabila tidak mampu

*maka sepertiga untuk makanannya, sepertiga untuk minumnya, dan sepertiga untuk nafasnya.” (HR. At-Tirmidzi: 2380, Ibnu Majah: 3349. Hadits ini dinyatakan shahih oleh Syaikh al-Albani)*

Didefinisikan sebagai kehidupan yang higienis, kesehatan dalam islam sangat mendukung hal-hal baik contohnya, Menerapkan pola makan seimbang, pemeliharaan kebersihan lingkungan sekitar serta pengelolaan limbah yang baik. Jika hal tersebut tidak dilakukan, makan kesakitan akan menjadi ancaman nyata, tentunya masyarakat, terutama anak dan balita, akan mudah terjangkit penyakit seperti penyakit infeksi yang akhirnya dapat menyebabkan stunting. Anjuran menjaga kesehatan dalam islam juga terdapat didalam hadist sebagaimana Rasulullah SAW bersabda.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَلْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ خَيْرٍ، إِخْرَصَ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعَانَ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجَزْ، وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَّرَ اللَّهُ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ

*Artinya: “Dari Abu Hurairah Radhiyallahu anhu, beliau berkata, Rasûlullâh Shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda, Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allâh Azza wa Jalla daripada Mukmin yang lemah; dan pada keduanya ada kebaikan. Bersungguh-sungguhlah untuk mendapatkan apa yang bermanfaat bagimu dan mintalah pertolongan kepada Allâh (dalam segala urusanmu) serta janganlah sekali-kali engkau merasa lemah. Apabila engkau tertimpa musibah, janganlah engkau berkata, Seandainya aku berbuat demikian, tentu tidak akan begini dan begitu, tetapi katakanlah, Ini telah ditakdirkan Allâh, dan Allâh berbuat*

*apa saja yang Dia kehendaki, karena ucapan seandainya akan membuka (pintu) perbuatan syaitan” (HR Bukhari).*

*Stunting* adalah keadaan dimana anak dan balita mengalami kekurangan nutrisi yang berkelanjutan yang dapat menyebabkan masalah dalam perkembangan mereka. *stunting* berdampak pada penurunan intelektual atau kognitif dan penyakit degenerasi pada anak. Untuk mencegah *stunting* pada anak, ibu harus dididik tentang pentingnya nutrisi untuk pertumbuhan anak selama masa kehamilan dan setelah melahirkan, karena ini dapat memengaruhi perilaku mereka dalam memberikan gizi seimbang pada anak.

Dalam perspektif Al-Qur'an dan Hadits, agar menghasilkan keturunan yang unggul baik secara fisik maupun mental, serta tumbuh dan berkembang dengan optimal termasuk menjaga agar tidak terjadi *stunting* adalah kewajiban dalam ajaran agama serta amanah dari Allah. QS. An-Nisa ayat 9 menyebutkan:

وَلْيَخْشَ الَّذِينَ لَوْ تَرَكَوْا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَّةً ضِعْفًا خَافُوا عَلَيْهِمْ فَلْيَتَّقُوا اللَّهَ وَلْيَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا

*Artinya: "Dan hendaklah takut (kepada Allah) orang-orang yang sekiranya mereka meninggalkan keturunan yang lemah di belakang mereka yang mereka khawatir terhadap (kesejahteraan)nya. Oleh sebab itu, hendaklah mereka bertakwa kepada Allah, dan hendaklah mereka berbicara dengan tutur kata yang benar." (QS. An-Nisa ayat 9).*

Angka *stunting* terus meningkat, seperti yang ditunjukkan oleh SSGI 2022. Upaya yang lebih kuat diperlukan untuk mengurangi angka *stunting*, seperti meningkatkan gizi individu dan kelompok untuk mencapai tingkat gizi yang disarankan, mengajarkan keluarga tentang gizi, melakukan posyandu secara teratur, mendapatkan ASI dan MP-ASI yang bervariasi. Keluarga juga harus

memperhatikan kualitas, kebersihan, dan kebaikan makanan yang mereka konsumsi.

Sebagaimana yang terdapat pada surah Al-Baqarah ayat 168.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ ﴿١٦٨﴾

*Artinya: “Wahai manusia, makanlah dari apa yang ada di bumi yang halal lagi baik, dan janganlah kalian mengikuti langkah-langkah setan. Sesungguhnya setan itu musuh yang nyata bagimu.”*

Ayat diatas mengenai larangan untuk mengonsumsi makanan yang tidak halal atau yang dilarang dalam Islam. Ayat tersebut mengingatkan umat Islam untuk hanya makan makanan yang baik dan halal, dan menghindari yang haram atau tidak sesuai dengan ketentuan syariat.

Islam juga memerintahkan untuk menyusui anak hingga 2 tahun seperti terdapat dalam surat Al Baqarah ayat 233 juga merupakan bagian dari mencegah terjadinya penyakit dan stunting pada anak. Tidak hanya itu ayah juga bertanggung jawab menyediakan sumber pendapatan yang halal dan berkualitas untuk keluarga. Ini adalah informasi yang esensial untuk dipelajari dan dipahami dan diterapkan oleh masyarakat. Tanggung jawab ini tentu diberikan oleh tokoh agama selain sebagai penggerak program kerja pemerintah dan kementerian agama.

*Stunting* disebabkan oleh berbagai faktor yang saling terkait, dengan pola asuh menjadi salah satu faktor penting. kualitas pola asuh yang tidak baik bisa mengakibatkan isu gizi, sementara peran orang tua, terutama ibu, sangat krusial dalam memenuhi kebutuhan gizi anak. Pengetahuan yang memadai tentang gizi penting untuk menyusun menu yang seimbang. Ibu yang kurang pengetahuan dan

sikap gizi akan kesulitan dalam memilih makanan yang bergizi, yang berdampak negatif pada status gizi anak.

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا أَنَّ امْرَأَةً قَالَتْ: يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنَّ ابْنِي هَذَا كَانَ بَطْنِي لَهُ وَعَاءٌ وَثَدْيِي لَهُ سَقَاءٌ وَحَجْرِي لَهُ جِوَاءٌ وَإِنَّ أَبَاهُ طَلَّقَنِي وَأَرَادَ أَنْ يَنْتَزِعَهُ مِنِّي فَقَالَ لَهَا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَنْتِ أَحَقُّ بِهِ مَالِمَ تَنْكِحِي

*Artinya: “Dari Abdullah bin Umar ra, bahwa seorang perempuan pernah berkata, ‘Ya Rasulullah, sesungguhnya anakku ini adalah perutku yang mengandungnya, susuku memberi makan dan minumannya, serta pangkuanku yang melindunginya, sedangkan bapaknya telah menceraikan aku dan mau mengambil anak dariku. ‘Rasulullah bersabda kepadanya, ‘engkau lebih berhak atas anak itu selama engkau belum menikah.’ (HR Ahmad dan Abu Dawud).*

Berdasarkan hadist, orang tua harus menerapkan pola asuh yang optimal untuk melindungi anak dari segala bentuk bahaya dan penyakit. Ini selaras dengan maqashid syariah, yang mencakup pemeliharaan agama, jiwa, akal, harta, dan kelangsungan generasi mendatang. Upaya pencegahan stunting menjadi bagian integral dari menjaga jiwa dan akal, sejalan dengan prinsip maqashid syariah yang menegaskan larangan terhadap penyiksaan atau pembunuhan (Yati, 2022).

Islam juga mengajarkan perlunya perlunya pendidikan pada masa menjelang kelahiran dalam QS. Al-Araf: 172 sebagai berikut:

وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ ۖ قَالُوا بَلَىٰ شَهِدْنَا أَن تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ

*Artinya: “Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu mengeluarkan keturunan anak-anak Adam dari sulbi mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka*



*(seraya berfirman): "Bukankah Aku ini Tuhanmu?" Mereka menjawab: "Betul (Engkau Tuhan kami), kami menjadi saksi". (Kami lakukan yang demikian itu) agar di hari kiamat kamu tidak mengatakan: "Sesungguhnya kami (bani Adam) adalah orang-orang yang lengah terhadap ini (keesaan Tuhan)". (QS.Al-A'Arif:172)*

Pemahaman orang tua mengenai gejala konsekuensi, dan cara mencegah stunting sangat menentukan sikap dan perilaku mereka dalam merawat kesehatan anak, sehingga dapat mengurangi risiko stunting. Khususnya, pengetahuan ibu merupakan faktor risiko utama anak-anak stunting biasanya memiliki ibu yang kurang memahami hal ini (Kusumawati,2015). Pencegahan stunting sangat bergantung pada pengetahuan orang tua. Pengetahuan yang baik meningkatkan kesadaran akan pentingnya pencegahan stunting, yang kemudian membentuk perilaku kesehatan seperti pemenuhan gizi, menjaga lingkungan, sanitasi rumah, serta menerapkan hidup bersih dan sehat (Harmoko, 2017). Beragam elemen, baik internal maupun eksternal, dapat memengaruhi pengetahuan seseorang, termasuk latar belakang pendidikan, jenis pekerjaan, usia, minat, pengalaman, akses informasi, dan budaya setempat (Mubarak, 2012).

Status ekonomi keluarga memengaruhi status gizi, dengan balita dari keluarga berstatus kekurangan sumber daya ekonomi mengalami stunting (Bhiswakarma, 2011). Tinggi badan orang tua juga dapat diwariskan; anak dari orang tua bertubuh pendek lebih berisiko memiliki tubuh pendek, terutama jika penyebabnya adalah faktor genetik, namun tidak jika disebabkan oleh nutrisi atau kondisi patologis (Kusuma & Nuryanto, 2013). Perkembangan dan pertumbuhan balita dapat terhambat oleh sejumlah faktor, termasuk kondisi kemiskinan (Illahi,

2017). Rendahnya kesadaran akan kesehatan, gizi yang tidak mencukupi, dan pola asuh yang kurang baik (Vipin Chandran, 2009).

Dalam Al-Qur'an surat An-Nisa Ayat 5 dijelaskan bahwa seseorang harus berusaha mencari nafkah untuk keluarganya.

وَلَا تُؤْتُوا السُّفَهَاءَ أَمْوَالَكُمُ الَّتِي جَعَلَ اللَّهُ لَكُمْ قِيَمًا وَارْزُقُوهُمْ فِيهَا وَاكْسُوهُمْ وَقُولُوا لَهُمْ قَوْلًا مَعْرُوفًا

*Artinya: "Dan janganlah kamu serahkan kepada orang-orang yang belum sempurna akalnya, harta (mereka yang ada dalam kekuasaanmu) yang dijadikan Allah sebagai pokok kehidupan. Berilah mereka belanja dan pakaian (dari hasil harta itu) dan ucapkanlah kepada mereka kata-kata yang baik".*

Stunting juga dipengaruhi oleh faktor pra-kelahiran seperti gizi ibu hamil, serta faktor pasca-kelahiran seperti pemberian ASI eksklusif atau menyusui selama 2 tahun, sesuai dengan Al-Qur'an surah Al-Baqarah Ayat 233.

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنَمِّىَ الرِّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا لَا تُضَارَّ وَالِدَةٌ بَوْلِدِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بَوْلِدِهِ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تُسْتَرْضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُمْ بِالْمَعْرُوفِ

*Artinya:*

*"Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. Dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara ma'ruf. Seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. Janganlah seorang ibu menderita*

*kesengsaraan karena anaknya dan seorang ayah karena anaknya, dan warispun berkewajiban demikian. Apabila keduanya ingin menyapih (sebelum dua tahun) dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan, maka tidak ada dosa atas keduanya. Dan jika kamu ingin anakmu disusukan oleh orang lain, maka tidak ada dosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang patut. Bertakwalah kamu kepada Allah dan ketahuilah bahwa Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan.”(Q.S Al-Baqarah:233)*

Asupan gizi anak, penyakit infeksi, kondisi sosial ekonomi, dan pelayanan kesehatan berkontribusi terhadap kegagalan pertumbuhan linear (Fikrina & Rokhanawati, 2017). Pola makan yang baik mempengaruhi status gizi anak (Sambo et al., 2020). Penelitian oleh Sampe et al. menunjukkan bahwa balita yang tidak diberi ASI eksklusif memiliki risiko 61 kali lebih besar mengalami stunting dibandingkan yang diberi ASI eksklusif (SJMJ et al., 2020).

ASI adalah nutrisi yang sempurna untuk bayi karena mencakup semua kebutuhan gizinya dan memberikan perlindungan terhadap penyakit. WHO merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama. Pemerintah Indonesia telah menetapkan pedoman ini sejak 2004 melalui Kepmenkes No. 450/MENKES/IV/2004 dan Undang-Undang No. 36 pasal 128 tahun 2009 tentang kesehatan (Fahriani R, dkk.2016).

Islam telah mengatur semua aspek kehidupan manusia, termasuk kesehatan, termasuk ilmu gizi. Islam menekankan pentingnya menjaga kesehatan dengan mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang dan memperhatikan apa yang dikonsumsi setiap hari. Hal ini ditunjukkan dalam ayat-ayat Al-Qur'an yang menerangkan bahwa mengonsumsi makanan halal dan tidak berlebihan adalah baik:

يَبْنِيْءَآدَمَ خُدُوْا زِيْنَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوْا وَاشْرَبُوْا وَلَا تُسْرِفُوْا ۗ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ

*Artinya: “Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) mesjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan” (QS. Al-A’raf Ayat 31)*

Beberapa pesan tentang nutrisi seimbang dapat diterapkan dan digunakan sebagai contoh dalam kehidupan sehari-hari. Pertama, Anda harus bersyukur, mengonsumsi keanekaragaman makanan, dan mempertimbangkan aspek keamanan pangan. Praktik makan yang sehat adalah yang tidak teburu-buru. Dengan rasa syukur dan penghargaan variasi makanan dapat mendukung tercapainya cara makan yang optimal. Dengan cara ini, proses mengunyah, mencerna dan menyerap makanan oleh tubuh menjadi lebih efektif. Perintah bersyukur terdapat pada Qur'an Surat An-Nahl ayat 114.

فَكُلُوْا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللّٰهُ حَلٰلًا طَيِّبًا وَاشْكُرُوْا نِعْمَتَ اللّٰهِ اِنْ كُنْتُمْ اِيَّاهُ تَعْبُدُوْنَ

*Artinya: “Maka makanlah yang halal lagi baik dari rezeki yang telah diberikan Allah kepadamu; dan syukurilah nikmat Allah, jika kamu hanya kepada-Nya saja menyembah.”*

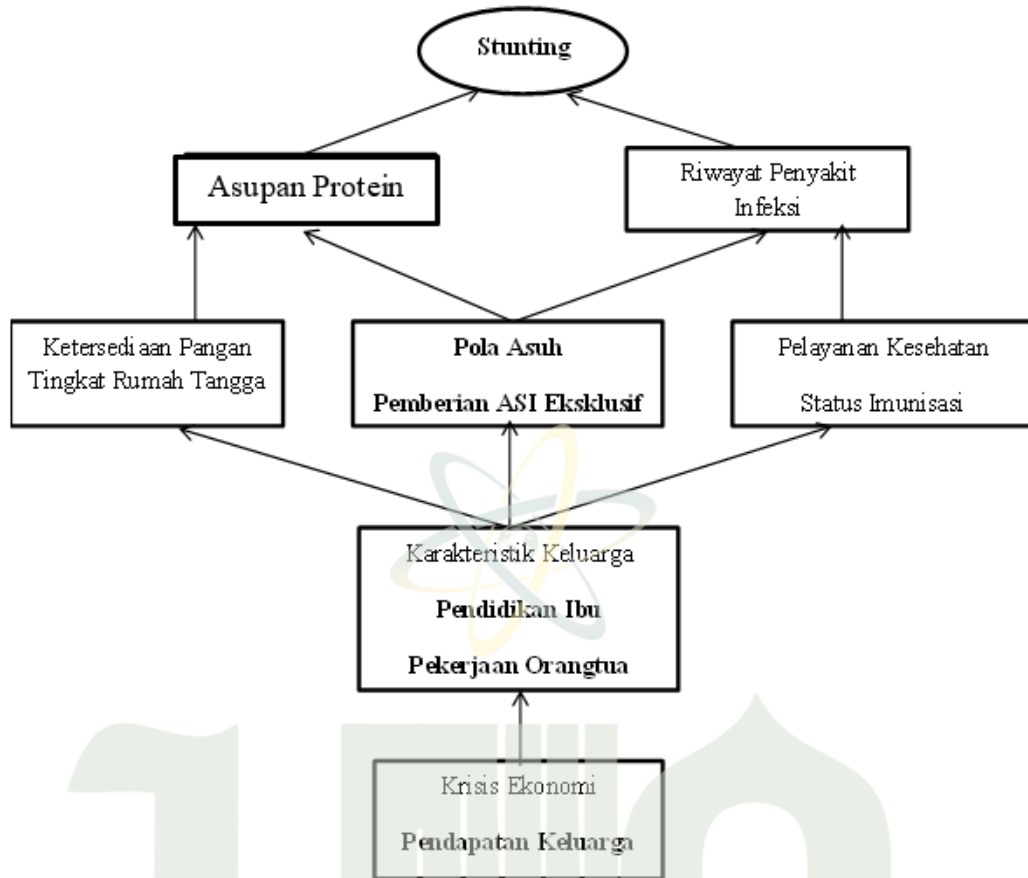
Islam mengajarkan cara menjaga dan meningkatkan kesehatan melalui empat dimensi penting. Kesehatan jasmani (ash shihatu al jasiyyah) berfokus pada optimalisasi fungsi organ tubuh, memastikan tubuh tetap sehat dan bugar. Kesehatan rohani (nafiyyah) dan spiritual (ruhaniyyah) mencakup pengembangan ketahanan mental dan akhlak yang baik, serta semangat beribadah yang terus membara kepada Allah SWT. Kesehatan sosial (ash shihatu al itjima’iyyah) menekankan pentingnya interaksi harmonis dengan seluruh makhluk Allah SWT, termasuk manusia, hewan, tumbuhan, dan elemen lainnya di alam semesta.

Sedangkan kesehatan ekonomi (ash shihatu al iqtishadiyah) terkait dengan keberadaan materi dan stabilitas finansial, yang mendukung pemenuhan kebutuhan hidup dan kelangsungan kehidupan sehari-hari.

Su'dan mencatat bahwa lebih dari 100 ayat dalam Al-Qur'an berkaitan dengan gizi, yang memandu kita untuk memperbaiki pola makan secara keseluruhan. Ayat-ayat ini mengajarkan kita untuk mengonsumsi makanan yang halal dan bergizi, makan dan minum dengan moderasi, serta menyusui bayi hingga usia dua tahun. Mengamalkan ajaran tersebut membantu kita menghindari masalah gizi yang dapat memicu penyakit.

Dari pandangan Islam, pencegahan stunting adalah tugas penting yang harus diemban oleh masyarakat Muslim. Hal ini sejalan dengan perintah Allah yang mengajarkan untuk tidak menjadi kaum yang lemah. Seperti yang tertulis dalam Surat An-Nisa ayat 9. Prinsip dari pencegahan stunting adalah sejalan dengan isi Al-Qur'an pada ayat tersebut, "Islam menekankan pentingnya menjaga pola makan dan kesehatan, seperti yang kita alami banyak anak kekurangan gizi. Ini menunjukkan bahwa dalam Islam, kesehatan dan nutrisi sangat diperhatikan. "Salah satu pesan penting dari seminar ini adalah untuk calon pengantin, khususnya calon ibu hamil, agar mendapatkan edukasi yang memadai mengenai nutrisi yang diperlukan selama kehamilan. Hal ini penting agar mereka mampu mengatasi kehamilan dengan baik dan melahirkan anak dalam kondisi sehat.

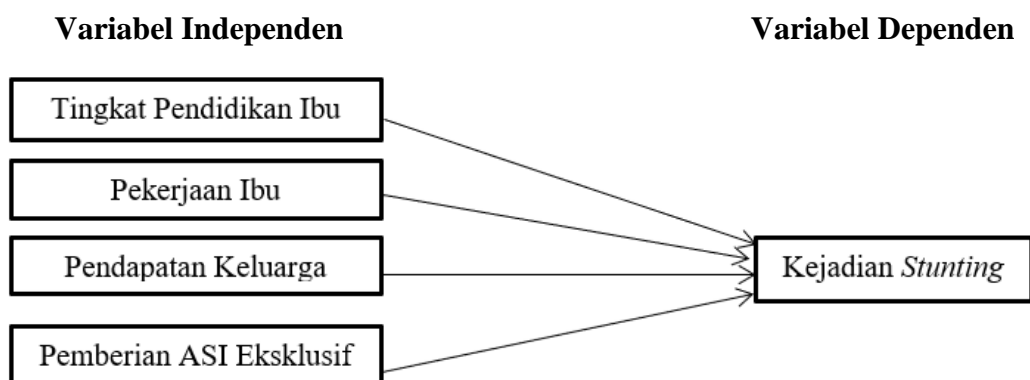
## 2.4 Kerangka Teori



**Gambar 2.1** Kerangka Teori

Sumber: Teori UNICEF 1998

## 2.5 Kerangka Konsep



**Gambar 2.2** Kerangka Konsep

## 2.6 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan dugaan awal dalam penelitian yang perlu diuji kebenarannya (Notoadmodjo, 2010).

1.  $H_0$  = Tidak ada hubungan antara pendidikan Ibu dengan kejadian *stunting* pada balita di Puskesmas Tanjung Beringin.
2.  $H_a$  = Ada hubungan antara pendidikan Ibu dengan kejadian *stunting* pada balita di Puskesmas Tanjung Beringin.
3.  $H_0$  = Tidak ada hubungan antara pekerjaan ibu dengan kejadian *stunting* pada balita di Puskesmas Tanjung Beringin.
4.  $H_a$  = Ada hubungan antara pekerjaan ibu dengan kejadian *stunting* pada balita di Puskesmas Tanjung Beringin.
5.  $H_0$  = Tidak ada hubungan antara pendapatan keluarga dengan kejadian *stunting* pada balita di Puskesmas Tanjung Beringin.
6.  $H_a$  = Ada hubungan antara pendapatan keluarga dengan kejadian *stunting* pada balita di Puskesmas Tanjung Beringin.
7.  $H_0$  = Tidak ada hubungan antara pemberian ASI eksklusif dengan kejadian *stunting* pada balita di Puskesmas Tanjung Beringin.

8. Ha = Ada hubungan antara pemberian ASI eksklusif dengan kejadian *stunting* pada balita di Puskesmas Tanjung Beringin.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN