

**HUBUNGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DENGAN KEJADIAN STUNTING  
PADA BALITA UMUR 24-59 BULAN: LITERATURE REVIEW****Rochmawati\*, Ade Kurniawati**

Prodi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya  
Jalan Tamansari Km.2,5 Kota Tasikmalaya, Indonesia  
\*Email:rochmawati.ramadhan@gunadarma@staff.ac.id

**ABSTRAK**

Stunting adalah suatu kondisi terhambatnya pertumbuhan akibat kekurangan gizi atau kesehatan yang buruk sebelum dan sesudah lahir, sehingga mengakibatkan anak menjadi kecil untuk usianya. Untuk mengurangi prevalensi stunting, tindakan prenatal dan postnatal yang ditargetkan harus diterapkan, termasuk pemberian ASI eksklusif. Rendahnya angka pemberian ASI disebabkan oleh faktor predisposisi, kurangnya pengetahuan ibu, belum memahami pentingnya pendidikan ASI eksklusif, tingginya promosi pemberian susu formula, dan kurangnya dukungan masyarakat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada bayi usia 24 hingga 59 bulan. Metodologi Penelitian Penelitian ini menggunakan tinjauan literatur dalam empat tahap: identifikasi, penyaringan, kelayakan, dan hasil yang dapat diterima. Pencarian literatur mengakses 4.444 database elektronik online di Pubmed dan Google Scholar. Penelusuran literatur menunjukkan adanya hubungan antara pemberian ASI eksklusif dengan frekuensi kejadian stunting pada bayi usia 24 hingga 59 bulan. Bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif mempunyai kemungkinan 47,23 kali lebih besar mengalami stunting dibandingkan bayi yang mendapat ASI eksklusif.

**Kata kunci :** ASI eksklusif, stunting, balita 24 – 59 bulan, *literature review*

**ABSTRACT**

*Stunting is a condition of stunted growth due to malnutrition or poor health before and after birth, resulting in children being small for their age. To reduce the prevalence of stunting, targeted prenatal and postnatal measures should be implemented, including exclusive breastfeeding. The low rate of breastfeeding is caused by predisposing factors, lack of knowledge of mothers, not understanding the importance of exclusive breastfeeding education, high promotion of formula feeding, and lack of community support. The aim of this study was to determine the relationship between exclusive breastfeeding and the incidence of stunting in babies aged 24 to 59 months. Research Methodology This study used a literature review in four stages: identification, screening, feasibility, and acceptable results. The literature search accessed 4,444 online electronic databases on Pubmed and Google Scholar. A literature search shows a relationship between exclusive breastfeeding and the frequency of stunting in babies aged 24 to 59 months. Babies who are not exclusively breastfed are 47.23 times more likely to experience stunting than babies who are exclusively breastfed.*

**Keywords :** Exclusive breastfeeding, stunting, toddlers 24 – 59 months, *literature review*

## PENDAHULUAN

Stunting adalah suatu kondisi terhambatnya pertumbuhan akibat kekurangan gizi atau kesehatan yang buruk sebelum dan sesudah lahir, sehingga mengakibatkan anak menjadi kecil untuk usianya. Keterbelakangan pertumbuhan berarti tinggi badan menurut kurva pertumbuhan kurang dari -2 standar deviasi. Retardasi pertumbuhan adalah terhambatnya pertumbuhan linier anak akibat kekurangan nutrisi jangka panjang (1).

Stunting dianggap sebagai indikator malnutrisi kronis akibat asupan makanan yang tidak memadai dalam jangka panjang, peningkatan morbiditas, dan ukuran tubuh (tinggi/usia) yang tidak sesuai (2). Secara umum permasalahan terkait pertumbuhan linier pada anak kecil seringkali diabaikan karena dianggap normal selama berat badan anak memenuhi standar (3). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa stunting dikaitkan dengan peningkatan risiko kesakitan dan kematian, serta gangguan perkembangan motorik dan intelektual (4)

Pada tahun 2021, prevalensi stunting di Indonesia diperkirakan sebesar 24,4%. Mengurangi prevalensi

stunting memerlukan penerapan intervensi spesifik sebelum dan sesudah melahirkan, termasuk pemberian ASI eksklusif (5). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif untuk bayi hingga usia 6 bulan. Namun hal tersebut tidak mampu dilakukan oleh ibu karena berbagai kendala dalam proses menyusui. Pemberian ASI sejak dini dan eksklusif sangat penting untuk kelangsungan hidup anak. Hal ini melindungi anak dari berbagai penyakit yang berpotensi mematikan. Anak-anak yang mendapat ASI terbukti memiliki kinerja lebih baik dalam tes kecerdasan dan memiliki risiko lebih rendah mengalami kelebihan berat badan. (6)

Rendahnya angka pemberian ASI disebabkan oleh faktor predisposisi, rendahnya pengetahuan ibu, belum memahami pentingnya pendidikan ASI eksklusif, tingginya promosi pemberian susu formula, dan rendahnya dukungan masyarakat (7). Salah satu faktor penghambat produksi ASI adalah faktor psikologis khususnya stres yang terjadi pada ibu menyusui. Hingga 80% ibu mengalami stres pasca melahirkan, perasaan sedih atau marah dalam dua hari hingga dua minggu setelah melahirkan. (8)

Stres ibu dapat mengganggu proses laktasi dan mempengaruhi produksi ASI, karena stres dapat menghambat kerja oksitosin dan prolaktin, yaitu hormon yang berperan dalam proses laktasi (9). Salah satu cara untuk mengurangi stres pada ibu menyusui adalah dengan menjalani terapi hipnosis menyusui (10). Hal ini merupakan upaya alami yang memanfaatkan energi bawah sadar untuk memastikan proses menyusui nyaman dan lancar, serta ibu menghasilkan ASI yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi. Hal ini dilakukan melalui penguatan positif pada proses menyusui, dimana ibu dalam keadaan sangat rileks atau sangat fokus, dan diberikan dalam 6 bulan pertama kehidupannya (11). Banyak penelitian telah dilakukan mengenai penyebab stunting pada bayi usia 24 hingga 59 bulan. Tujuan dari studi literatur ini adalah untuk menganalisis hubungan pemberian ASI eksklusif dengan frekuensi kejadian stunting pada bayi usia 24–59 bulan.

## BAHAN DAN METODE

Desain penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (literature study). Pencarian literatur dilakukan dengan mengakses database online

elektronik Pubmed dan Google Scholar. Jenis data yang digunakan adalah data sekunder. Sumber data tinjauan pustaka ini diperoleh dari situs pencarian jurnal terpercaya yaitu Google Scholar periode 2019-2022. Metode analisis yang digunakan adalah analisis isi dokumen jurnal dengan menggunakan jurnal penelitian online yang diidentifikasi melalui situs pencarian jurnal referensi terpercaya. Catat sebagai berikut:

- a. Jurnal penelitian online tentang ASI Eksklusif dan kejadian stunting pada bayi usia 24 sampai 59 bulan (2 sampai 5 tahun),
- b. Jurnal penelitian online yang digunakan dari tahun 2019 sampai dengan tahun 2022.
- c. Jurnal riset online domestik dan internasional kelas satu
- d. Baik versi cetak maupun elektronik mempunyai nomor ISSN (International Standard Serial Number) atau P dan I pada Jurnal Penelitian
- e. Jurnal penelitian memiliki Digital Object Identifier (DOI) .
- f. Jurnal penelitian diambil melalui situs pencarian jurnal terpercaya (Google Scholar) .
- g. Jurnal penelitian full text

**HASIL**

Penelusuran literatur mengidentifikasi 23.130 jurnal dan artikel dengan kata kunci ASI Eksklusif dan stunting pada bayi usia 24 hingga 59 bulan. Selanjutnya, 8.840 artikel diidentifikasi berdasarkan kriteria eksklusi, waktu publikasi, dan kesesuaian penelitian. Pada langkah terakhir, evaluasi dilakukan dengan menghilangkan judul yang sama, jurnal dengan penulis yang sama, dan teks yang tidak lengkap.

Penulis menerima lima dokumen berisi teks lengkap sesuai kriteria yang ditentukan. Rinciannya adalah 4 dokumen berbahasa Indonesia dan 1 dokumen berbahasa Inggris.

Tabel 1. Hasil Temuan Literatur

No	Nama Peneliti (Tahun)	Judul Penelitian	Tempat Penelitian, Metode & Instrumen	Hasil Penelitian
1	Hardya Gustada Hikmahrachim et.al., (2019)	Efek ASI Eksklusif terhadap Stunting pada Anak Usia 6-59 bulan di Kabupaten Bogor tahun 2019	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puskesmas Kecamatan Ciampea, Kabupaten Bogor.</li> <li>• Penelitian ini menggunakan desain studi potong</li> <li>• Pemeriksaan antropometri meliputi berat badan dan tinggi badan dilakukan menggunakan instrumen yang terkalibrasi. Panjang badan diukur secara terlentang menggunakan papan ukur pada anak berusia kurang dari 1 tahun atau anak yang belum mampu berdiri, sementara anak berusia 1 tahun atau lebih diukur tinggi badannya dengan microtoise</li> </ul>	Analisis bivariat tidak menunjukkan hubungan antara ASI eksklusif dan stunting (PR 0,91 IK95% 0,60-1,37). Namun, ditemukan beberapa variabel dengan tingkat kemaknaan (nilai p) < 0.25, yakni jenis kelamin, kelompok usia, status gizi, waktu mulai MPASI, status imunisasi, usia ibu saat hamil, dan tinggi badan ibu. Seluruh variabel ini diikutsertakan pada analisis multivariat untuk menyingkirkan peran sebagai perancu ataupun interaksi.

2	Asmaul Husna, Teungku Nih Farisni (2022)	Hubungan ASI Eksklusif dengan Stunting pada anak balita di Desa Arongan Kecamatan Kuala Pesisir Kabupaten Nagan Raya	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posyandu Desa Arongan dan Puskesmas Kecamatan Kuala Pesisir.</li> <li>• Jenis penelitian yang digunakan yaitu deskriptif analitik dengan desain cross-sectional.</li> </ul>	Balita yang diberikan ASI Eksklusif dengan status kejadian normal yaitu 218 balita (88,26%) dan jumlah balita yang diberikan ASI Eksklusif dengan status kejadian stunting yaitu 6 balita (2,43%). Sedangkan Jumlah balita yang tidak diberikan ASI Eksklusif dengan status kejadian normal yaitu 10 balita (4,05%) dan jumlah balita yang tidak diberikan ASI Eksklusif dengan status kejadian stunting yaitu 13 balita (5,26%). Hasil Uji Chi-square diperoleh nilai p-value yaitu 0,000 yaitu lebih kecil dari nilai sig ( $\alpha$ ) = 0,05 (0,000 < 0,05). Artinya terdapat hubungan antara pemberian ASI Eksklusif dengan stunting pada balita di Desa Arongan Kecamatan Kuala Pesisir Kabupaten Nagan Raya. Hasil uji OR diperoleh nilai yaitu 47,23. artinya balita yang tidak diberikan ASI Eksklusif berpeluang 47,23 kali lipat mengalami stunting dibandingkan balita yang diberi ASI Eksklusif
3	Erna Eka Wijayanti. (2019).	Hubungan Antara BBLR, ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting Pada Balita Umur 2-5 Tahun.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Penelitian ini dilakukan di Desa Jadi Kecamatan Semanding Kabupaten Tuban, Jawa Timur, Indonesia.</li> <li>• Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik dengan pendekatan case</li> </ul>	Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 47 balita yang tidak mendapatkan ASI eksklusif hampir seluruhnya mengalami stunting sebanyak 44 responden (94%). Sedangkan balita yang diberikan ASI eksklusif hampir seluruhnya normal

			<ul style="list-style-type: none"> <li>control.</li> <li>Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner, microtoise longboard dan grafik Z-score.</li> </ul>	<p>sebanyak 30 responden (79%). Berdasarkan hasil uji chi square diperoleh nilai <math>p = (0,000)</math> yang lebih kecil dari nilai <math>\alpha (0,05)</math> yang berarti ada hubungan antara ASI eksklusif dengan kejadian Stunting pada balita umur 2-5 tahun di desa Jadi Kecamatan Semanding-Tuban.</p>
4	Dewi Purnama Windasari, et, al (2020)	Faktor Hubungan Dengan Kejadian Stunting Puskesmas Tamalate Kota Makassar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Tamalate Kota Makasar</li> <li>Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional study.</li> <li>kuesioner terstruktur, mikrotoa, dan Zscore dalam aplikasi WHO Anthro.</li> </ul>	<p>Penelitian ini menunjukkan bahwa balita yang tidak mendapatkan ASI eksklusif sebesar 57,1% mengalami kejadian stunting, sebaliknya balita yang mendapatkan ASI secara eksklusif cenderung tidak mengalami stunting. Hasil uji statistik diperoleh nilai <math>p = 0,001</math>, hal tersebut bermakna bahwa pemberian ASI eksklusif mempunyai hubungan signifikan (<math>p &lt; 0,05</math>) dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Tamalate.</p>
5	Molla Kahssay, et al (2020)	Determinants of stunting among children aged 6 to 59 months in pastoral community, Afar Region, North East Ethiopia: unmatched case control	<ul style="list-style-type: none"> <li>Penelitian ini dilakukan di Pedesaan Kabupaten Dubti, Wilayah Afar Ethiopia</li> <li>Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode desain dan periode Studi kasus kontrol tak tertandingi berbasis</li> </ul>	<p>Hasil penelitian ini ditemukan bahwa balita atau anak yang berasal dari ibu yang tidak berpendidikan (AOR = 4.92, CI 95% (1.94, 12.4), jarak kelahiran sebelumnya kurang dari 24 bulan (AOR = 4.94, 95% (2.17, 11.2), tidak ada tindak lanjut ANC (AOR = 2.81, 95% (1.1.46, 5.38), tidak ada akses ke jamban (AOR = 3.26, 95%</p>

study.

- komunitas. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner terstruktur yang telah diuji sebelumnya, dan papan pengukur tinggi badan yang terkalibrasi. CI(1.54–6.94), anak yang lahir dari ibu pendek <150cm (AOR = 3.75, 95% CI (1.54, 9.18), balita atau anak yang tidak mendapat kolostrum (AOR = 4.45, 95% CI (1.68, 11.8), ASI kurang dari 24 bulan (AOR = 3.14, 95% CI (1.7, 5.79) dan ASI non-eksklusif (AOR = 6.68, 95% (3.1), 14,52). Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel-variabel tersebut merupakan faktor penentu stunting dengan CI 95%.

## PEMBAHASAN

Beberapa penelitian telah dilakukan untuk menjelaskan penyebab stunting pada anak kecil, terutama usia 24 hingga 59 bulan. Beberapa penelitian tersebut menyatakan bahwa terjadinya stunting pada bayi kemungkinan disebabkan oleh pemberian ASI eksklusif pada bayi. Penelitian ini dilakukan di Indonesia dan luar negeri untuk mengungkap penyebab stunting. Berdasarkan penelitian Husna (2022), Wijayanti (2019), Windasari dkk. (2020) (12)(13).

Berbeda dengan Hikmahrachim dkk. (2019) tidak menunjukkan hubungan antara pemberian ASI eksklusif dengan retardasi pertumbuhan.

Namun ada beberapa variabel yang dimasukkan dengan tingkat signifikansi (p-

value) < .0,25 yaitu jenis kelamin, kelompok umur, status gizi, waktu inisiasi MPASI, status vaksinasi, usia ibu saat hamil, dan tinggi badan ibu (14).

Pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi pada masa balita. Hal ini sejalan dengan Rivanica dan Oxyandi (2016) yang mengatakan bahwa Air Susu Ibu (ASI) sangat berperan dalam pemenuhan nutrisi balita, karena ASI memberikan semua energi dan gizi (nutrisi) yang dibutuhkan bayi selama 6 bulan pertama kehidupannya, pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi tingkat kematian bayi yang disebabkan oleh berbagai penyakit (15).

Berbeda dengan Hikmahrachim dkk. (2019) Monika (2014) menyatakan dalam teorinya bahwa ASI mengandung

karbohidrat. Karbohidrat utama dalam ASI adalah laktosa yang merupakan komponen utama ASI. Laktosa 4550% memenuhi kebutuhan energi bayi Anda. Jenis karbohidrat lain yang ditemukan dalam ASI adalah oligosakarida, yang berperan penting dalam melindungi bayi Anda dari infeksi.

Menurut Monika (2014), ASI juga mengandung 3,5 gram lemak per 100 ml. Lemak dibutuhkan sebagai sumber energi, dan hingga 50% energi yang dibutuhkan bayi berasal dari lemak ASI (16). Lemak ASI mengandung DHA dan ARA, dua asam lemak yang sangat penting untuk perkembangan neurologis dan visual bayi Anda. ASI juga mengandung enzim lipase, yang bertugas mencerna lemak dan mengubahnya menjadi energi yang dibutuhkan bayi. ASI juga mengandung enzim amilase yang berperan dalam pencernaan karbohidrat. Oleh karena itu, fokus pada kandungan ASI dapat membantu mengurangi kejadian malnutrisi dan stunting yang umum terjadi pada anak kecil. (17).

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan tinjauan pustaka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pemberian ASI eksklusif dengan frekuensi kejadian stunting pada bayi usia 24–59 bulan. Kami berharap hasil

penelitian ini dapat menjadi data dasar untuk melakukan penelitian selanjutnya dengan menggunakan desain, metode, dan sampel yang berbeda, seperti dukungan keluarga terhadap pemberian ASI eksklusif, untuk mencapai hasil penelitian yang lebih baik.

Stunting bukan sekedar masalah gizi buruk, namun merupakan masalah multi-kausal dan lintas sektoral. Untuk mencegah stunting, sebaiknya orang tua memenuhi kebutuhan gizi anak, memberikan ASI eksklusif selama enam bulan, melakukan deteksi dini melalui konseling, dan mengukur berat badan dan tinggi badan anak secara rutin. Untuk membantu anak-anak tumbuh sehat dan membina generasi penerus yang sejahtera. Selain itu, diperlukan kolaborasi antar berbagai sektor untuk memastikan anak tumbuh sehat dan menjadi generasi penerus yang berkualitas.

### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Nirmalasari NO. Stunting Pada Anak : Penyebab dan Faktor Risiko Stunting di Indonesia. *Qawwam J Gend Mainstreaming*. 2020;14(1):19–28.
2. Rahayu A, Yulidasari F, Putri AO, Anggraini L. *Study Guide - Stunting dan Upaya Pencegahannya*. Buku stunting dan upaya pencegahannya. 2018. 88 p.
3. de Onis M, Branca F. *Childhood*

- stunting: A global perspective. *Matern Child Nutr.* 2016;12:12–26.
4. Akombi BJ, Agho KE, Hall JJ, Wali N, Renzaho AMN, Merom D. Stunting, wasting and underweight in Sub-Saharan Africa: A systematic review. Vol. 14, *International Journal of Environmental Research and Public Health.* MDPI AG; 2017.
  5. Assaf S, Juan C. Stunting and Anemia in Children from Urban Poor Environments in 28 Low and Middle-Income Countries. *Nutrients.* 2020;12(3539):5–8.
  6. Hadi H, Fatimatasari F, Irwanti W, Kusuma C, Alfiana RD, Ischaq Nabil Asshiddiqi M, et al. Exclusive breastfeeding protects young children from stunting in a low-income population: A study from eastern indonesia. *Nutrients.* 2021;13(12):1–14.
  7. SJMJ SA, Toban R, Madi M. Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *J Ilm Kesehat Sandi Husada* [Internet]. 2020 Jun 30;9(1 SE-Articles). Available from: <https://akper-sandikarsa.e-journal.id/JIKSH/article/view/314>
  8. Cetthakrikul N, Topothai C, Suphanchaimat R, Tisayaticom K, Limwattananon S, Tangcharoensathien V. Childhood stunting in Thailand: when prolonged breastfeeding interacts with household poverty. *BMC Pediatr* [Internet]. 2018 Dec 27;18(1):395. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30591029>
  9. Umiyah A, Hamidiyah A. Exclusive Breastfeeding With Stunting. *Str J Ilm Kesehat.* 2020;9(2):471–7.
  10. Novayanti LH, Armini NW, Mauliku J. Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Balita Umur 12-59 Bulan di Puskesmas Banjar I Tahun 2021. *J Ilm Kebidanan (The J Midwifery).* 2021;9(2):132–9.
  11. Rusmil VK, Prahastuti TO, Erlangga Luftimas D, Hafisah T. Exclusive and Non-Exclusive Breastfeeding among Stunted and Normal 6–9 Month-Old-Children in Jatinangor Subdistrict, Indonesia. *Althea Med J.* 2019;6(1):35–41.
  12. Husna A, Farisni TN. Hubungan Asi Eksklusif Dengan Stunting Pada Anak Balita Di Desa Arongan Kecamatan Kuala Pesisir Kabupaten Nagan Raya. *J Biol Educ.* 2022;10(1):33–43.
  13. Purnamasari M, Rahmawati T. Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting Pada Balita Umur 24-59 Bulan. *J Ilm Kesehat Sandi Husada.* 2021;10(1):290–9.

14. Hikmahrachim HG, Rohsiswatmo R, Ronoatmodjo S. Efek ASI Eksklusif terhadap Stunting pada Anak Usia 6-59 bulan di Kabupaten Bogor tahun 2019. *J Epidemiol Kesehat Indones.* 2020;3(2):77–82.
15. Rachmayanti RD, Kevaladandra Z, Ibnu F, Khamidah N. Systematic Review: Protective Factors from the Risks of Stunting in Breastfeeding Period. *J Promosi Kesehat Indones.* 2022;17(2):72–8.
16. Eralsyah MNS, Angraini DI, Iqbal M, Juni ; |. Pencegahan Stunting (Literature Review). *J Agromedicine [Internet].* 2023;9(1):49–54. Available from: <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/agro/article/view/3085>
17. Marliana Yunita. Pengaruh Pemberian Asi Eksklusif Terhadap Perkembangan Bayi Di Desa Kekait Kecamatan Gunung Sari. *J Kesehat Prima.* 2017;11(1):50–6.