

HUBUNGAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT IBU TERHADAP KEJADIAN STUNTING PADA BALITA

Ayu Emellia Safitri¹, Adi Buyu Prakoso^{2*}, Muzaroah Ermawati³

Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Duta Bangsa Surakarta^{1,2,3}

*Corresponding Author : adi_buyuprakoso@udb.ac.id

ABSTRAK

Balita adalah individu atau kelompok orang yang termasuk dalam kelompok umur tertentu. Anak usia dini dibedakan menjadi bayi (0-1 tahun), balita (1-3 tahun), dan anak prasekolah >3-5 tahun ke atas. Stunting merupakan masalah gizi yang disebabkan oleh bermacam-macam faktor dan saling berinteraksi satu sama lain. Macam-macam penyebab stunting adalah pendidikan ibu yang rendah dan pengetahuan ibu yang kurang pemahaman mengenai pemenuhan asupan nutrisi pada balita, tidak memberikan air susu ibu (ASI) eksklusif, Pemberian Makan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) yang tidak sesuai umur, Riwayat Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR), Riwayat Penyakit Infeksi Seperti ISPA, dan diare berulang-ulang, sanitasi lingkungan yang buruk, dan status ekonomi keluarga yang rendah dalam memenuhi nutrisi pada anak. Kejadian stunting pada balita akan mempengaruhi sistem tubuh yang rendah sehingga rentan terkena serang infeksi kuman dan penyakit lainnya jika tidak bersih dan terawat dalam menjaga kesehatan. Hal tersebut erat kaitannya dengan penerapan PHBS yang dimana memiliki keterkaitan dengan perilaku ibu yang berperan dalam pola pengasuhan balita. Kontribusi ibu sangat berpengaruh dalam menentukan kualitas hidup balita di masa yang akan datang sehingga begitu penting perilaku ibu dalam mengetahui dan memahami cara untuk menerapkan PHBS dengan baik. Perilaku ibu yang baik tentang penerapan PHBS memiliki peluang yang baik bagi kualitas kesehatan sehingga dapat mencegah terjadinya kejadian stunting pada balita. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi yang menggunakan pendekatan *cross-sectiona*. Teknik pengambilan *sampel* yang digunakan Teknik sampling. Penelitian ini sebanyak 92 responden. Hasil penelitian diperoleh Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang kurang pada balita sebanyak 52 (56,5%). Hasil uji Chi Square didapatkan nilai p value = 0,00 (<0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan perilaku hidup bersih dan sehat ibu dengan kejadian stunting pada balita.

Kata kunci : balita, perilaku hidup bersih dan sehat ibu, stunting

ABSTRACT

Toddlers are individuals or groups of people who fall into a certain age group. Early childhood is divided into infants (0-1 years), toddlers (1-3 years), and preschool children >3-5 years and over. Stunting is a nutritional problem caused by various factors and interacting with each other. Low birth weight (LBW), history of infectious diseases such as ARI, and repeated diarrhea, poor environmental sanitation, and low family economic status in providing nutrition for children. The incidence of stunting in toddlers will affect the lower body system so that it is susceptible to germ infections and other diseases if it is not clean and well maintained to maintain health. This is closely related to the implementation of PHBS which is related to the behavior of mothers who play a role in parenting patterns for toddlers. The mother's contribution is very influential in determining the quality of life of toddlers in the future, so it is very important for the mother's behavior to know and understand how to implement PHBS well. Good maternal behavior regarding the implementation of PHBS has a good opportunity for health quality so that it can prevent stunting in toddlers. This research uses quantitative methods with a descriptive correlation design using a cross-sectional approach. Sampling technique used Sampling technique. This research consisted of 92 respondents. The research results showed that 52 (56.5%) of the children under five (56.5%) lacked clean and healthy living behavior. The Chi Square test results obtained a p value = 0.00 (<0.05) so it can be concluded that there is a relationship between maternal clean and healthy living behavior and the incidence of stunting in toddlers.

Keywords : clean and healthy living behavior of mothers, toddlers, stunting

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi yang disebabkan oleh bermacam-macam faktor dan saling berinteraksi satu sama lain. Macam-macam penyebab stunting adalah pendidikan ibu yang rendah dan pengetahuan ibu yang kurang pemahaman mengenai pemenuhan asupan nutrisi pada balita, tidak memberikan air susu ibu (ASI) eksklusif, Pemberian Makan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) yang tidak sesuai umur, Riwayat Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR), Riwayat Penyakit Infeksi Seperti ISPA, dan diare berulang-ulang, sanitasi lingkungan yang buruk, dan status ekonomi keluarga yang rendah dalam memenuhi nutrisi pada anak. Kejadian Stunting dapat disebabkan oleh beberapa factor. Factor langsung adalah kurangnya asupan makan dan adanya penyakit infeksi. Penyakit infeksi menyebabkan metabolisme nutrisi didalam tubuh terganggu sehingga dapat menyebabkan kekurangan gizi saat pertumbuhan (Katona, 2008 dalam Lynawati, 2020). Faktor lainnya adalah pengetahuan ibu yang kurang, pola asuh yang salah, sanitasi, dan kebersihan yang buruk juga rendahnya pelayanan Kesehatan.

World Health Organization (WHO) (2020),diperkirakan sebanyak 149 juta anak setara dengan 22% anak di bawah usia 5 tahun mengalami stunting. Lebih dari separuh anak yang mengalami stunting di dunia berasal dari Asia sebanyak 14 juta, sementara lebih dari sepertiganya berada di Afrika mencapai 9,6 juta. Indonesia menduduki peringkat kedua angka stunting balita tertinggi di Asia Tenggara pada tahun 2020 dengan data sebesar 24,4% atau sekitar 5,33 juta balita mengalami stunting (Risksdas, 2018). Berdasarkan data angka balita stunting menurut 34 provinsi di Indonesia yang diambil dari hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021, peringkat tertinggi dalam angka stunting adalah Nusa Tenggara Timur (37,8%). Kemudian Jawa Tengah pada peringkat 28 (20,9%), sedangkan prevalensi terendah terdapat di Bali sebesar 10,9%). Pada tahun 2021 Kementerian Kesehatan Provinsi Jawa Tengah menyebutkan angka stunting di Kabupaten Sukoharjo mencapai 7,11% atau setara dengan sekitar 3. 296 balita stunting yang tersebar di 12 kabupaten (Dinas Kesehatan Sukoharjo, 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang sudah dilakukan pada tanggal 15 November 2023 di Puskesmas Baki, jumlah balita diwilayah Puskesmas Baki sebanyak 4.277 balita, dengan jumlah stunting sebanyak 92 balita. Data balita stunting terbanyak di Desa Ngrombo dengan jumlah balita stunting sebanyak 25 anak, selanjutnya diperingkat kedua berada di Desa Jetis dengan jumlah balita stunting sebanyak 17 anak.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode kuantitatif. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif korelasi, yang menggunakan pendekatan cross-sectional. Populasi pada penelitian ini sebanyak 92 responden yaitu ibu yang mempunyai balita yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Baki. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah semua ibu yang memiliki balita usia 1-5 tahun. Dengan teknik pengambilan sampel total sampling. Analisa data Univariat pada penelitian ini menggunakan distribusi frekuensi dan analisa Bivariat pada penelitian ini menggunakan uji Chi Square.

HASIL

Penelitian ini dilakukan di Desa Ngrombo, Baki, Sukoharjo pada 19 maret sampai dengan 25 april 2024 menggunakan 92 responden.

Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini terdiri dari usia, pekerjaan, pendidikan dapat dilihat dalam tabel berikut.

Tabel 1. Karakteristik Responden Ibu (N=92)

Karakteristik Responden	F (%)	
Usia Ibu	< 20 tahun	25 (27,2%)
	>20 tahun	67 (72,8%)
Pekerjaan Ibu	Wiraswasta	21 (22,8%)
	IRT	43 (46,7%)
	Petani	19 (20,7%)
	PNS	9 (9,8%)
Pendidikan Ibu	SD	4 (4,3%)
	SMP	35 (38,0%)
	SMA	34 (37,0%)
	Perguruan tinggi	19 (20,7%)
PHBS	kurang	52 (56,5%)
	Cukup	40 (43,5%)

Tabel 1 sebagian besar usia ibu berada pada kategori usia Resiko rendah >20 tahun sebanyak 67 responden (72,8%). Sebagai besar pekerjaan ibu adalah Irt sebanyak 43 responden (46,7%). Sebagai besar jenis pendidikan adalah Smp sebanyak 35 responden (38,0%). Dan sebagai besar Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang kurang adalah sebanyak 52 responden (50,5%).

Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Ibu terhadap Kejadian Stunting pada Balita

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Balita (N=92)

Karakteristik Responden	F (%)	
Jenis Kelamin	Laki-Laki	44 (47,8%)
	Perempuan	48 (52,2%)
Usia Balita	12-24 Bulan	34 (37,0%)
	25-36 Bulan	23 (25,0%)
	37-48 Bulan	13 (14,1%)
	40-60 Bulan	22 (23,9%)
Kejadian Stunting	Sangat Pendek	34 (37,0%)
	Pendek	58 (63,0%)

Tabel 2 menunjukkan sebagian besar usia balita adalah 12-24 bulan sebanyak 34 anak dengan presentase (37%). Pada jenis kelamin perempuan sebanyak 48 anak dengan presentase (52,2%). Selanjutnya kejadian *Stunting* pendek sebanyak 58 anak dengan presentase (63%).

Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Ibu terhadap Kejadian Stunting pada Balita

Tabel 3. Analisa Hubungan Perilaku Hidup Bersih terhadap Kejadian Stunting

Kejadain Stunting	Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Ibu		P Value
	Sangat Pendek	Pendek	
	f	f	0,000
Kurang	18	40	
Cukup	34	0	

Tabel 3 menunjukkan bahwa Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat terhadap kejadian stunting dengan kategori kurang mempunyai kejadian perilaku hidup bersih dan sehat cukup sebanyak 40 orang. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat terhadap kejadian stunting pada balita di wilayah kerja puskesmas baki sukoharjo. Hasil uji chi square di dapatkan nilai p value=0.000 (<0,05) maka Ho ditolak dan Ha diterima.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Hasil bahwa usia ibu yang memiliki balita stunting yaitu kategori usia ≥ 20 Tahun sebanyak 67 responden (72,8%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Azani et al., 2023) Menyatakan hasil penelitian pada usia 20-30 tahun sebanyak 32 (49,2%) responden. Usia ibu 18-39 tahun diperkirakan memiliki kedewasaan dalam mengasuh dan merawat anaknya, tetapi di usia tersebut ibu memiliki banyak aktivitas dan kesibukan sehingga ibu tidak terlalu paham untuk menerapkan pengetahuan, khususnya dalam pendidikan gizi pada balita (Sihite & Tanziha, 2021).

Usia seorang ibu dapat menjadi salah satu indikator kesiapannya menjadi orang tua, karena peran ibu akan semakin berfungsi ketika ia mencapai usia dewasa. Semakin tua usia seorang tua maka semakin matang pula pemikiran dan pengambilan keputusannya menurut wong (2017) dalam Lusiana (2018) kesediaan orang tua untuk menerapkan pola pengasuhan orang tua, kecuali jika orang tua terlalu muda untuk melakukan peran tersebut dikatakan bahwa hal ini dapat dicapai melalui pendidikan yang baik. Dibutuhkan kekuatan fisik dan mental agar dapat dirasakan secara optimal (Lusiana, 2018).

Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu

Hasil bahwa pendidikan ibu yang memiliki balita stunting yaitu kategori SMP sebanyak 35 responden (38%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Rahayu 2014) menyatakan hasil penelitian sebagai besar ibu berpendidikan kebawah sebanyak 35 (68,6%) responden.

Ibu dengan pendidikan SMA keatas mudah menerima informasi dibandingkan dengan ibu yang berpendidikan SD ataupun SMP. Pendidikan adalah suatu proses pertumbuhan, perkembangan dan lebih baik dari diri seseorang, kelompok atau masyarakat. Latar belakang pendidikan mempengaruhi hasil, pengetahuan dan perilaku ibu. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka semakin mudah dalam menerima informasi. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat pendidikan seseorang, semakin kesulitan dalam menerima sebuah informasi (Pratiwi & Puspitasari, 2017).

Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Hasil bahwa pekerjaan ibu yang memiliki balita stunting yaitu kategori Ibu Rumah Tangga sebanyak 43 responden (46,7%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Fitria ha yu palupi 2023). menyatakan hasil penelitian hampir setengahnya adalah ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 51 responden dengan presentasi 47,2%. Ibu yang bekerja tidak berhubungan dengan kejadian stunting dikarenakan ibu yang bekerja dapat membantu perekonomian keluarga sehingga keluarga mempunyai pendapatan yang cukup dan mampu memenuhi kebutuhan pangan keluarga dengan kualitas dan kuantitas yang baik. Ibu yang bekerja memiliki lebih sedikit waktu untuk memastikan balita mereka mendapatkan nutrisi yang cukup dan memperhatikan apa yang mereka makan. Sebaliknya, ibu yang tidak bekerja yakni ibu rumah tangga yang banyak menghabiskan waktu di rumah dikarenakan tidak perlu pergi ke tempat lain untuk bekerja (Azzahra , 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa IRT memiliki waktu lebih banyak dalam memberikan perhatian dan perawatan kepada anak. Meskipun ibu rumah

angga mempunyai waktu lebih banyak dalam mengurus anaknya, namun asupan protein yang buruk seperti kurang memperhatikan kebutuhan asupan protein anak dapat menyebabkan gangguan kesehatan. Jadi, ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja harus bisa membagi waktu dengan anak-anaknya. Dengan cara ini, kebutuhan makan anak akan terpenuhi dan perkembangannya akan meningkat (Mentari & Hermansyah, 2018).

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Balita

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Kecamatan Baki Sukoharjo didapatkan hasil bahwa balita perempuan lebih berpotensi stunting dibandingkan balita laki-laki. Pada balita perempuan didapatkan hasil 48 balita dengan responden (52,2%), sedangkan balita laki-laki berjumlah 44 balita dengan responden (47,8%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Ririnisahawaitun 2021) responden pada penelitian ini sebagai besar berjenis kelamin perempuan yaitu 27 (57%) balita.

Laki-laki lebih beresiko terkena malnutrisi dari pada perempuan karena ukuran tubuh laki-laki yang lebih besar sehingga membutuhkan asupan energi yang lebih besar. Jika asupan makanan tidak terpenuhi dan berlangsung dalam jangka waktu yang lama dapat meningkatkan resiko gangguan pertumbuhan yaitu *stunting*. Namun *stunting* bisa terjadi pada balita dari semua jenis kelamin dan latar belakang. Faktor-faktor seperti gizi buruk, Kesehatan yang buruk, lingkungan yang tidak bersih, dan kurangnya akses terhadap layanan Kesehatan dapat berkontribusi terhadap resiko *stunting* pada balita perempuan maupun laki laki (WHO, 2018).

Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Ibu terhadap Kejadian Stunting pada Balita Usia 1-5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Baki

Hasil penelitian yang telah dilakukan di Kecamatan Baki Sukoharjo didapatkan hasil bahwa Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan kategori kurang mempunyai kejadian stunting sangat pendek sebanyak 34 balita, sedangkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan kategori cukup tidak mempunyai kejadian stunting sangat pendek dengan 0 balita. Hasil uji chi square didapatkan nilai p value= 0,000 (<0,005). Perilaku terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang kurang atau cukup juga dapat menyebabkan stunting secara spesifik dijelaskan seperti, pengetahuan ibu yang kurang dalam memenuhi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat saat masa kehamilan serta paska melahirkan untuk meningkatkan produksi ASI yang baik (Pratiwi & Puspitasari, 2017).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat erat kaitannya dengan kesehatan lingkungan dan jika tidak dilaksanakan dengan benar dapat menyebabkan infeksi dan penyakit pada anak usia 5 tahun, serta berdampak signifikan terhadap terjadinya stunting (Zalukhu et al., 2022). Salah satu penyebab anak stunting adalah kebersihan lingkungan dan Praktik kebersihan yang buruk. Ketika kebersihan lingkungan tidak memadai, anak kecil dapat terserang diare dan kehilangan nutrisi yang mendorong pertumbuhan (Azzahra, 2023).

Ibu merupakan pemegang peran terpenting dalam proses perawatan dan pengurusan balita. Ibu juga bias disebut sebagai role model dalam keluarga karena ibu rumah tangga hampir setiap hari berada dirumah (Dhefiana et al., 2023). Ibu berperan besar atas tumbuh kembang dan perilaku balita. Pada penelitian terdahulu menjelaskan hubungan wawasan ibu yang rendah mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan kejadian stunting memiliki resiko balita mengalami stunting (Adriany et al., 2021). Penelitian lain juga mengungkapkan hal serupa, yaitu ibu dengan wawasan perilaku hidup bersih dan sehat yang baik membuat balita berpeluang kecil terjangkit stunting dan begitu pun sebaliknya pada ibu yang memiliki wawasan perilaku hidup bersih dan sehat yang rendah (Dhefiana et al., 2023). Pengetahuan merupakan dasar bagi orang tua dalam menentukan status kesehatan dalam keluarga. Hal ini dapat terjadi dikarenakan kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan berkurangnya kualitas asupan gizi anak yang dapat berdampak menjadi kejadian stunting.

KESIMPULAN

Balita didefinisikan sebagai anak yang berusia antara 12 dan 59 bulan. Pada balita yang sangat beresiko terkena *stunting* yaitu berkisaran umur >12 bulan. Hal ini disebabkan karena semakin bertambahnya usia maka semakin besara pula kebutuhan asupan makanan yang harus terpenuhi. Stunting dapat dicegah dengan cara melakukan perilaku hidup bersih dan sehat yang dilakukan oleh ibu dalam merawat anak. Dari data diatas didapatkan hasil ada hubungan perilaku hidup bersih dan sehat terhadap kejadian stunting pada anak.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada responden, kader, kepala puskesmas dan semua pihak yang ikut berpartisipasi dalam proses penelitian ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk pembaca dan untuk penulis serta untuk peneliti berikutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Noor, M. A., Suyanto, S., & Aini, D. N. (2022). Pengetahuan Perawatan Kaki terhadap Resiko Ulkus Diabetik Pasien Diabetes Melitus (DM). *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 139–144. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i1.3273>
- Pola, H., Dengan, M., Sukoharjo, L. G., Azzahra, S., Suharno, P., Studi, P., Keperawatan, S., Kesehatan, I., & Duta, U. (2023). *Hubungan pola makan dengan kejadian stunting pada balita usia 1 – 3 tahun di desa langenharjo grogol sukoharjo*.
- Sangadji, A. M., Perawat, Y., Selatan, S., & Panakkukang, S. (2021). *HUBUNGAN PERILAKU DAN PENGETAHUAN IBU DALAM PENERAPAN PHBS DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA USIA 3-5 TAHUN HUBUNGAN PERILAKU DAN PENGETAHUAN IBU DALAM PENERAPAN PHBS DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA USIA 3-5 TAHUN*.
- Srimaya. (2020). Hubungan tingkat pengetahuan dan perawatan kaki dengan kejadian ulkus diabetik pada penderita diabetes melitus. *Jurnal Kesehatan*, 4(1).