



## STUDI LITERATUR: PENGARUH ASUPAN ENERGI PROTEIN DAN RIWAYAT ASI EKSKLUSIF TERHADAP STUNTING

I Made Sudarta✉, Syafruddin Ali Salaka

Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Mamuju

---

### ARTICLE INFO

#### Article history

Submitted : 2021-10-15

Revised : 2021-10-22

Accepted : 2021-11-22

---

#### Keywords:

*Protein*

*Energy intake*

*Exclusive breastfeeding*

*Stunting*

---

#### Kata Kunci:

*Asupan Energi*

*Protein*

*ASI eksklusif*

*Stunting*

---

### ABSTRACT

The incidence of short toddlers commonly referred to as stunting is one of the nutritional problems worldwide. In 2017 22.2% or about 150.8 million toddlers in the world experienced stunting. The Integrated Toddler Nutrition Status Survey (SSGBI) by Balitbangkes Kemenkes Republik Indonesia in 2019 shows that the highest proportion of stunting is found in East Nusa Tenggara, West Sulawesi, and West Nusa Tenggara. The districts in West Sulawesi with the highest percentage of very short and short toddlers at the age of 0 – 59 months in 2018 were Mamuju Regency which is 20.08% and 26.38%. This study aims to determine the influence of protein and energy intake and exclusive breastfeeding history of breastfeeding on stunting events. This research is a literature review that summarizes some relevant literature. Articles searched using google scholar database. After the screening, 21 articles were eligible and met the criteria. There is an influence of protein and energy intake and exclusive breastfeeding on stunting. It is expected that the results of this study will become one of the educational materials and nursing interventions that can be applied in the health service in preventing stunting.

Kejadian balita pendek, yang biasa disebut sebagai stunting, adalah salah satu masalah gizi di seluruh dunia. Pada 2017 22,2% atau sekitar 150,8 juta balita di dunia mengalami stunting. Survei Status Gizi Balita Terintegrasi (SSGBI) yang dilakukan oleh Balitbangkes Kemenkes Republik Indonesia pada tahun 2019 menunjukkan bahwa proporsi tertinggi stunting terdapat di Nusa Tenggara Timur, Sulawesi Barat, dan Nusa Tenggara Barat. Kabupaten di Sulawesi Barat dengan persentase balita usia 0 – 59 bulan sangat pendek dan pendek tertinggi pada 2018 yaitu Kabupaten Mamuju sebesar 20,08% dan 26,38%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh asupan energi dan protein serta riwayat ASI eksklusif terhadap kejadian stunting. Penelitian ini merupakan studi literatur yang merangkum beberapa literatur yang relevan. Artikel dicari dengan menggunakan database Google Scholar. Setelah dilakukan screening, 21 artikel memenuhi syarat dan memenuhi kriteria. Ada pengaruh asupan energi dan protein serta ASI eksklusif terhadap stunting. Diharapkan hasil penelitian ini akan menjadi salah satu bahan pendidikan dan intervensi keperawatan yang dapat diterapkan di pelayanan kesehatan dalam mencegah stunting.

---

#### ✉ Corresponding Author:

I Made Sudarta

Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Mamuju

Telp. 085394003997

Email: [sudharta.made@gmail.com](mailto:sudharta.made@gmail.com)

---

### PENDAHULUAN

Balita pendek atau yang biasa disebut dengan stunting merupakan salah satu masalah gizi yang dialami oleh balita di dunia saat ini. Pada tahun 2017 sekitar 22,2% atau 150,8 juta balita di dunia mengalami stunting. Namun sudah mengalami penurunan jika dibandingkan dengan angka kejadian stunting pada tahun 2000 yaitu sebesar 32,6% (Kemenkes RI, 2018).

Pada tahun 2017 diperkirakan lebih dari setengah balita stunting di dunia berasal dari

Asia (55%) sedangkan lebih dari sepertiganya (39%) tinggal di Afrika. Dari 83,6 juta balita stunting di Asia, proporsi terbanyak berasal dari Asia Selatan (58,7%) dan proporsi paling sedikit di Asia Tengah (0,9%) (Kemenkes RI, 2018).

Di Indonesia pada tahun 2018, angka kejadian balita sangat pendek dan pendek usia 0-59 bulan sebanyak 11,5% dan 19,3%. Kondisi ini meningkat dari tahun sebelumnya yaitu sebesar 9,8% dan balita pendek sebesar 19,8%. Provinsi dengan persentase tertinggi balita

adalah Nusa Tenggara Timur, sedangkan terendah adalah DKI Jakarta (Kemenkes RI, 2020).

Hasil Survei Status Gizi Balita Terintegrasi (SSGBI) oleh Balitbangkes Kemenkes Republik Indonesia tahun 2019, diketahui bahwa proporsi stunting tertinggi terdapat di Nusa Tenggara Timur, Sulawesi Barat, dan Nusa Tenggara Barat. Hasil ini hampir sama dengan Riskesdas tahun 2018, dimana proporsi stunting tertinggi ada di Nusa Tenggara Timur, Sulawesi Barat, dan Aceh. Sedangkan untuk proporsi stunting terendah menurut SSGBI 2019 ada di Kepulauan Bangka Belitung, Kepulauan Riau dan Bali, menurut Riskesdas 2018 terdapat di Bali, DKI Jakarta, dan DI Yogyakarta (Kemenkes RI, 2020).

Berdasarkan hasil RISKESDAS Tahun 2018. Prevalensi balita sangat pendek dan pendek usia 0 – 59 bulan di Sulawesi Barat adalah 16,2% dan 25,4%. Kabupaten dengan persentase tertinggi adalah Kabupaten Mamuju yaitu sebesar 20,08% dan 26, 38%, sedangkan kabupaten dengan persentase terendah adalah Kabupaten Mamuju Utara yaitu sebesar 11,29% dan 23,51% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018).

Stunting pada anak berdampak pada penurunan sistem imunitas tubuh dan meningkatkan risiko terkena penyakit infeksi, kecenderungan menderita penyakit tekanan darah tinggi, diabetes, jantung dan obesitas akan lebih tinggi ketika anak stunting menjadi dewasa. Selain itu anak dengan stunting mempunyai rata-rata IQ 11 poin lebih rendah dibandingkan dengan anak yang tidak stunting (Lestari, W., Margawati, A., & Rahfiludin, Z, 2014).

Rendahnya pemberian ASI eksklusif menjadi salah satu pemicu terjadinya *stunting* pada anak balita, sebaliknya pemberian ASI yang baik akan membantu menjaga keseimbangan gizi anak sehingga tercapai pertumbuhan anak yang normal dan optimal (Alrahmad, A. H., Miko, A., & Hadi, A. 2010). Asupan nutrisi yang tidak seimbang berpengaruh terhadap pemenuhan zat gizi. Walaupun banyak faktor yang mempengaruhi, asupan gizi merupakan faktor langsung penyebab terjadinya *stunting* pada balita (Fitri, L., Ritawani, E., & Mentiana, Y. 2020).

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah asupan energi dan protein serta

riwayat ASI eksklusif berhubungan dengan stunting?. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh asupan energi protein dan riwayat ASI eksklusif terhadap kejadian stunting. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi bagi peneliti untuk pengembangan ilmu keperawatan khususnya tentang faktor risiko stunting.

## METODE PENELITIAN

### Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan studi literatur (*literature review*) yang merangkum beberapa literatur relevan. *Study literatur* atau studi pustaka adalah teknik dalam melaksanakan penelitian dengan mengkaji atau meninjau secara langsung pengetahuan, gagasan, atau temuan yang terdapat dalam literatur dengan merumuskan kontribusi teoretis dan metodologis berdasarkan topik.

### Waktu Penelitian

Pencarian artikel dimulai pada tanggal 17 Juni – 06 Agustus 2021

### Pengumpulan Data

Artikel dicari dengan menggunakan database *google scholar* dengan kata kunci faktor-faktor yang berhubungan dengan *stunting*, pengaruh asupan energi protein terhadap *stunting* dan pengaruh riwayat ASI eksklusif terhadap *stunting*. Setelah dilakukan *screening*, *eligibility* dan *include* maka diperoleh 21 artikel yang memenuhi kriteria.

#### Kriteria inklusi

- Artikel dengan *full text*
- Artikel yang terpublikasi secara nasional, Google Scholar
- Artikel yang sesuai dengan kata kunci.
- Artikel diatas tahun 2011

#### Kriteria eksklusi

- Artikel hanya abstrak saja
- Artikel di bawah tahun 2011
- Artikel tidak sesuai dengan kata kunci

Penelitian ini mencari daftar referensi dari penelitian sebelumnya, diperoleh sebanyak 86 studi yang diambil melalui pencarian. Sebanyak 40 artikel dalam pembersihan, dan ada 21 artikel yang termasuk dalam kriteria. Setelah itu dilakukan tinjauan sistematis terhadap pertanyaan yang dirumuskan secara jelas yang menggunakan sistematik dan eksplisit metode untuk mengidentifikasi, memilih, dan menilai secara kritis penelitian

yang relevan, dan untuk mengumpulkan dan menganalisis data dari studi yang termasuk dalam review.

### HASIL PENELITIAN

Pada penelitian ini menggunakan 21 (dua puluh satu) artikel penelitian yang dipilih sesuai dengan topik. Tiga literatur membahas tentang pengaruh asupan energi protein

terhadap *stunting*, 14 (empat belas) literatur membahas tentang pengaruh riwayat ASI eksklusif terhadap *stunting* dan tiga literatur membahas pengaruh keduanya yaitu pengaruh asupan energi protein dan pengaruh riwayat ASI eksklusif terhadap *stunting*.

Analisis sintesis grid pencarian literatur dijelaskan pada tabel berikut ini:

**Tabel 1. Analisis Sintesis Grid Pencarian Literature**

No	Penulis	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Instrumen	Hasil
1	Agustina Dwi Utami, Dono Indarto, Yulia Lanti Retno Dewi	Pengaruh Asupan Nutrisi dan Faktor Sosial Ekonomi terhadap kejadian Stunting pada Siswa SD di Surakarta	Studi observasional analitik, menggunakan desain cross sectional	Penelitian ini menggunakan kuesioner dan pengukuran tinggi badan untuk pengumpulan data.	Hasil statistik menunjukkan bahwa Kejadian Stunting dipengaruhi oleh asupan energi, asupan protein, pendidikan ibu, pendapatan keluarga.
2	Sugiyanto, Sumarlan	Analisis faktor yang berhubungan dengan stunting pada balita usia 25 – 60 bulan di wilayah kerja puskesmas Limbong Kabupaten Luwu Utara	Rancangan penelitian menggunakan desain Cross Sectional	Kuesioner	Asupan energi, asupan protein, pemberian ASI Eksklusif berhubungan dengan kejadian stunting pada balita usia 25 – 60 bulan di wilayah kerja Puskesmas Limbong Kabupaten Luwu Utara
3	Nilatul Izah, Evi Zulfiana, Nora Rahmanindar	Analisis Sebaran Dan Determinan Stunting Pada Balita Berdasarkan Pola Asuh (Status Imunisasi dan Pemberian ASI Eksklusif)	Kuantitatif dengan desain casecontrol	Kuesioner	Pola asuh pemberian ASI eksklusif berpengaruh terhadap kejadian stunting pada balita dimana didapat nilai $p = 0,002 (<0,05)$ .
4	Welmince Ina Lobo, Anna Henny Talahatu, Rut Rosina Riwu	Faktor penentu kejadian stunting pada anak balita di Wilayah Kerja Puskesmas Alak Kota Kupang	Jenis penelitian survei analitik dengan rancangan cross sectional.	Kuesioner	Hasil penelitian menunjukkan tingkat kecukupan energi dan tingkat kecukupan protein berhubungan dengan stunting.
5	Farah Okky Aridiyah, Ninna Rohmawati, Mury Ririanty	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Balita di Wilayah Pedesaan dan Perkotaan	Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan desain cross-sectional	Kuesioner	Hasil analisis menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi terjadinya stunting pada anak balita yang berada di wilayah pedesaan dan perkotaan adalah pendidikan ibu,

No	Penulis	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Instrumen	Hasil
					pengetahuan ibu mengenai gizi, pemberian ASI eksklusif, umur pemberian MP-ASI, tingkat kecukupan zink dan zat besi, riwayat penyakit infeksi serta faktor genetik.
6	Khoirun Ni'mah, Siti Rahayu Nadhiroh	Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita	Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan desain studi kasus kontrol.	Data primer diperoleh melalui wawancara menggunakan kuesioner kepada ibu balita. Status gizi stunting diperoleh melalui pengukuran tinggi badan balita menggunakan microtoise dengan tingkat ketelitian 0,1 cm.	Terdapat hubungan antara panjang badan lahir balita, riwayat ASI eksklusif, pendapatan keluarga, pendidikan ibu dan pengetahuan gizi ibu terhadap kejadian stunting pada balita.
7	Intje Picauly dan Sarci Magdalena Toy	Analisis Determinan dan Pengaruh Stunting Terhadap Prestasi Belajar Anak Sekolah di Kupang dan Sumba Timur, NTT	Jenis penelitian ini adalah survei analitik dengan menggunakan desain cross sectional.	Microtoise, Food Frequency Questionnaires (FFQ); kuesioner. Nilai rata-rata ulangan harian.	Asupan protein, Pendapatan keluarga, pengetahuan gizi ibu, pola asuh ibu, riwayat penyakit infeksi, riwayat imunisasi dan pendidikan ibu merupakan faktor penyebab terjadinya stunting.
8	Sri Handayani, Wiwin Noviana Kapota, Eka Oktavianto	Hubungan Status ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Batita Usia 24 – 36 Bulan di Desa Watugajah Kabupaten Gunungkidul	Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif korelasional menggunakan pendekatan cross sectional	Pemberian ASI eksklusif diukur menggunakan kuesioner pemberian ASI eksklusif dan stunting diukur menggunakan lembar observasi antropometri dan mikrotoise.	Ada hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada batita usia 24 – 36 bulan di Desa Watugajah, Kabupaten Gunung kidul.
9	Cynthia, I Wayan Bikin Suryawan, A.A Made Widiasa	Hubungan Riwayat ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 12 – 59 Bulan di RSUD Wangaya Kota Denpasar	Metode potong lintang dengan menggunakan data sekunder dari rekam medis	Infantometer dan timbangan bayi, mikrotoise dan timbangan berdiri.	Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara ASI eksklusif dengan stunting.
10	Dewi Pusparani Sinambela1,	Pengaruh Riwayat Pemberian ASI Eksklusif dengan	survei analitik	wawancara langsung dengan orang tua balita	Terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian ASI

No	Penulis	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Instrumen	Hasil
	Putri Vidiyari D Nurul Hidayah	Kejadian Stunting Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin		menggunakan checklist	eksklusif dengan kejadian stunting pada balita.
11	Erika Fitria Lestari, Luluk Khusnul Dwihestie.	ASI Eksklusif Berhubungan dengan Kejadian Stunting Pada Balita	Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasi dengan metode case-control	Pengumpulan data kejadian stunting didapatkan dari hasil rekapan Puskesmas Moyudan sedangkan data pemberian ASI Eksklusif menggunakan kuesioner	Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting dibuktikan dengan hasil uji chi Square, dengan $p\text{-value} < \alpha$ yaitu 0,000 dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,429.
12	Devillya Puspita Dewi	Status Stunting Kaitannya dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Balita di Kabupaten Gunung Kidul	Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan case control study	Kuesioner	Kesimpulan menunjukkan bahwa status stunting mempunyai kaitan dengan pemberian ASI Eksklusif pada balita di Kabupaten Gunung Kidul.
13	Sr. Anita Sampe, Rindani Claurita Toban, Monica Anung Madi	Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting Pada Balita.	Penelitian ini menggunakan pendekatan case control study	Data diperoleh dengan melakukan pengukuran TB terhadap anak menggunakan microtoise dan pengisian kuesioner terhadap ibu.	Berdasarkan hasil penelitian ada hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita.
14	Wanda Lestari, Ani Margawati, M. Zen Rahfiludin.	Faktor risiko stunting pada anak umur 6 – 24 bulan di Kecamatan Penanggalan Kota Subulussalam Provinsi Aceh	Desain penelitian ini adalah kasus-kontrol	Pengukuran, wawancara dengan kuesioner dan food recall	Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor risiko kejadian stunting yaitu rendahnya tingkat kecukupan energi, rendahnya tingkat kecukupan protein, tidak diberi ASI eksklusif.
15	Maria Nova, Olivia Afriyanti.	Hubungan Berat Badan, ASI eksklusif, MP-ASI dan asupan energi dengan stunting pada Balita Usia 24 – 59 Bulan di Puskesmas Lubuk Buaya	Desain dalam penelitian ini adalah Cross Sectional	Data berat badan lahir, Pemberian ASI Eksklusif dan Pemberian MP-ASI diperoleh melalui wawancara menggunakan kuesioner. Data Asupan Energi diperoleh melalui	Kesimpulannya berat badan lahir, pemberian MP-ASI, dan Asupan Energi memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting pada balita usia 24 – 59 bulan dan pemberian ASI Eksklusif tidak memiliki hubungan

No	Penulis	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Instrumen	Hasil
				wawancara dengan menggunakan Food Frequency Questionnaire (FFQ).	yang tidak signifikan dengan kejadian stunting pada balita usia 24 – 59 bulan.
16	Lidia Fitri	Hubungan BBLR dan ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting di Puskesmas Lima Puluh Pekanbaru	Jenis penelitian ini adalah analitik kuantitatif dengan desain cross-sectional	kuesioner	Dapat disimpulkan terdapat hubungan antara BBLR dan ASI eksklusif dengan kejadian stunting.
17	Sofia Mawaddah	Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 24 – 36 Bulan	Metode penelitian analitik observasional dengan pendekatan kontrol retrospektif.	Data diperoleh dari buku register Puskesmas Tampang Tumbang Anjir dan data primer diperoleh dari isian format isian yang ditanyakan pada ibu yang memiliki balita usia 24 – 36 bulan.	Ada hubungan yang bermakna antara pemberian ASI eksklusif dan kejadian stunting pada usia 24 – 36 bulan
18	Lidia Fitri, Ernita	Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dan MP-ASI Dini dengan Kejadian Stunting Pada Balita	Merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan desain case control dengan pendekatan retrospektif	Kuesioner	Terdapat hubungan yang signifikan antara ASI eksklusif dan pemberian MP ASI dini dengan kejadian stunting
19	Dini Nugraheni, Nuryanto, Hartanti Sandi Wijayanti, Binar Panunggal, Ahmad Syauqy	ASI Eksklusif dan Asupan Energi Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Usia 6 – 24 Bulan di Jawa Tengah	Penelitian ini menggunakan rancangan studi analitik observasional dengan pendekatan Cross-sectional	Data Variabel bebas pada penelitian ini didapatkan dengan pengisian kuesioner dan hasil wawancara oleh tim Manajemen data dari Direktorat Gizi Masyarakat dan Balitbangkes Kementerian Kesehatan.	Determinan faktor yang paling berhubungan dengan kejadian stunting dilihat berdasarkan variabel pada penelitian ini yaitu riwayat inisiasi menyusui dini (IMD), riwayat ASI Eksklusif, asupan energi, dan asupan protein

No	Penulis	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Instrumen	Hasil
20	Eko Setiawan, Rizanda Machmud, Masrul	Faktor-faktor yang berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 24 – 59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kecamatan Padang Timur Kota Padang Tahun 2018	Penelitian ini merupakan studi analitik observasional dengan desain <i>cross-sectional</i>	Microtoise dan kuesioner.	Terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat asupan energi dengan kejadian stunting. Tingkat asupan protein tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting.
21	Delmi Sulastri	Faktor Determinan Kejadian Stunting pada Anak Usia Sekolah di Kecamatan Lubuk Kilangan Kota Padang	Penelitian dengan desain cross sectional study	pengukuran tinggi badan (TB) menggunakan microtoise dengan ketelitian 0,1 cm dan pada ibunya dilakukan wawancara, sedangkan untuk menghitung asupan energi dan protein dilakukan melalui wawancara menggunakan semi kuantitatif Food Frequency Questionnaire (FFQ), Status gizi stunting ditegakkan berdasarkan kriteria tinggi badan apabila berada < -2 SD.	Hasil penelitian ini menunjukkan hubungan yang tidak bermakna antara asupan protein dengan status gizi ( $p > 0,05$ ), dimana anak pendek lebih banyak terdapat pada asupan protein kurang.

## PEMBAHASAN

### Pengaruh Asupan Energi Protein terhadap Stunting

Proses pertumbuhan sangat ditentukan oleh kecukupan total makanan/asupan energi yang dikonsumsi. Semakin optimal jumlah asupan energi yang dikonsumsi akan semakin ideal pula proses pertumbuhan manusia. Dan sebaliknya jika asupan makanan/energi yang dikonsumsi kurang dari kebutuhan tubuh maka akan mengakibatkan terhambatnya proses pertumbuhan sehingga mengakibatkan stunting, bahkan dapat mengarah ke kondisi malnutrisi (Sugiyanto, S., & Sumarlan, S. 2021).

Pemenuhan kebutuhan gizi seimbang untuk pertumbuhan bukan hanya tentang asupan energi saja, tetapi juga terkait dengan asupan protein. Asupan protein balita dibagi

menjadi dua kategori, yaitu rendah dan cukup. Kategori asupan protein rendah apabila < 100% AKG dan kategori asupan cukup apabila  $\geq 100\%$  dari AKG (Sugiyanto, S., & Sumarlan, S. 2021).

Protein terdiri dari asam-asam amino. Di samping menyediakan asam amino esensial, protein juga menyuplai energi dalam keadaan terbatas dari karbohidrat dan lemak. Protein merupakan salah satu zat gizi makro yang berfungsi sebagai zat pembangun, pemelihara sel dan jaringan tubuh serta membantu dalam metabolisme sistem kekebalan tubuh seseorang. Protein yang berasal dari makanan akan dicerna dan diubah menjadi asam amino yang berfungsi sebagai prekursor dari neurotransmitter dan berperan dalam perkembangan otak anak

(Lobo, W. I., Talahatu, A. H., & Riwu, R. R. 2019).

Terdapat tujuh artikel yang membahas tentang pengaruh asupan energi protein terhadap *stunting*. Dari ketujuh artikel tersebut ada dua artikel yang menjelaskan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi protein dengan kejadian *stunting*. Hal ini dapat terjadi karena asupan protein yang dikonsumsi dijadikan sebagai sumber energi. Dimana protein merupakan salah satu sumber energi utama bagi tubuh. Dan akan terjadi pemecahan protein apabila asupan energi tidak adekuat.

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin responden dari ketujuh artikel tersebut menunjukkan bahwa didominasi oleh jenis kelamin perempuan dan rata-rata usia responden yaitu berusia 12 bulan sampai dengan usia 59 bulan.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Utami A. D dkk (2017) menjelaskan bahwa kejadian *stunting* dipengaruhi oleh asupan energi protein. Pada penelitian Sugiyanto dan Samarlan (2020) menjelaskan bahwa kejadian *stunting* memiliki hubungan yang signifikan dengan asupan protein. Penelitian yang dilakukan oleh Welmince I. L dkk (2019) juga menjelaskan bahwa *stunting* dipengaruhi oleh tingkat kecukupan protein. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Intje P dan Sarci M. T (2012) juga menunjukkan bahwa asupan protein berhubungan dengan *stunting*. Pada penelitian yang dilakukan Wanda L dkk (2012) Menunjukkan bahwa faktor risiko *Stunting* adalah asupan protein tidak adekuat.

Sesuai dengan teori bahwa protein berfungsi sebagai zat pembangun. Dimana seluruh lapisan sel terdiri atas protein yang membawa mikronutrien. Protein juga berfungsi sebagai pengatur tubuh dan membentuk DNA baru bagi tubuh. Sehingga jika tubuh kekurangan protein dalam jangka waktu yang panjang maka akan terganggunya regulasi tubuh dan hormon pertumbuhan dapat terganggu dan menyebabkan gangguan gizi seperti *stunting* (Fitri, L., Ritawani, E., & Mentiana, Y,2020).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Eko S di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang dari bulan Agustus sampai bulan April 2018 memperoleh hasil dimana asupan energi protein tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kejadian *stunting*. Hasil

penelitian yang dilakukan oleh Sulastri (2012) juga menunjukkan hasil yang sama dimana hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara asupan energi protein dengan *stunting*.

Kejadian ini dapat disebabkan karena asupan protein yang dikonsumsi dijadikan sebagai sumber energi. Dimana protein merupakan satu dari tiga sumber energi utama bagi tubuh manusia. Pemecahan protein akan terjadi jika asupan energi tidak adekuat. Apabila diet tidak mengandung protein dan/atau energi dalam jumlah yang cukup maka tubuh akan mengalami defisiensi protein (Setiawan, E., Machmud, R., & Masrul, M,2018).

Terdapatnya hubungan yang tidak bermakna antara asupan energi dengan status gizi, kemungkinan disebabkan adanya faktor-faktor lain yang mempengaruhi status gizi seseorang. Faktor tersebut diantaranya adalah aktivitas fisik, riwayat penyakit, kebiasaan jajan, yang pada penelitian ini tidak diteliti (Sulastri, D,2012).

### **Pengaruh Riwayat ASI Eksklusif terhadap Stunting**

ASI sangat dibutuhkan dalam masa pertumbuhan bayi agar kebutuhan gizinya tercukupi. Oleh karena itu ibu harus dan wajib memberikan ASI secara eksklusif kepada bayi sampai umur bayi 6 bulan dan tetap memberikan ASI sampai bayi berumur 2 tahun untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi (Alrahmad, Miko, & Hadi, 2010).

Panjang anak juga berhubungan dengan Pemberian ASI. Durasi menyusui positif berhubungan dengan pertumbuhan panjang, semakin lama anak-anak disusui maka semakin cepat pula mereka tumbuh baik pada tahun kedua dan pada tahun ketiga kehidupan (Nova, 2018). Anak yang tidak diberikan ASI eksklusif pada usia 0 – 6 bulan dan pemberian MP-ASI yang tidak sesuai, anak akan dapat berdampak *stunting* dan akan sering terkena infeksi (Nugraheni, D., Nuryanto, N., Wijayanti, H. S., Panunggal, B., & Syauqy, A,2020).

Terdapat delapan belas artikel yang membahas tentang pengaruh ASI eksklusif terhadap *stunting*. Sebagian besar artikel tersebut menjelaskan bahwa riwayat pemberian ASI eksklusif berpengaruh terhadap *stunting*. Tetapi terdapat tiga artikel penelitian menjelaskan bahwa ASI eksklusif tidak berpengaruh secara signifikan terhadap

*stunting*. Ini membuktikan bahwa *stunting* pada bayi tetapi dapat juga dipengaruhi oleh asupan makanan selain ASI termasuk salah satunya adalah asupan energi dan protein pada makanan pendamping ASI.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Sugiyanto dan Sumaran di wilayah kerja Puskesmas Limbong Kabupaten Luwu Utara Provinsi Sulawesi Selatan, menunjukkan bahwa ASI eksklusif memiliki hubungan yang signifikan dengan terjadinya *stunting*. Penelitian yang dilakukan oleh Izah dkk tahun 2020 menunjukkan pemberian ASI eksklusif berpengaruh terhadap kejadian *stunting* pada balita. Pada penelitian yang dilakukan oleh Khoirun Ni'mah dan Siti Rahayu Nadhiroh (2015), menunjukkan bahwa balita yang tidak mendapatkan ASI Eksklusif selama 6 bulan pertama lebih tinggi pada kelompok balita *stunting* (88,2%) dibandingkan dengan kelompok balita normal (61,8%). Pada penelitian yang dilakukan oleh Sinambela dkk (2019) menjelaskan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian ASI eksklusif dengan kejadian *stunting* pada balita di wilayah kerja puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Erika Fitria Lestari dan Luluk Khusnul Dwihestie (2020) menunjukkan bahwa adanya hubungan pemberian ASI Eksklusif dengan kejadian *stunting*. Penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2015) menunjukkan bahwa status *stunting* mempunyai kaitan dengan pemberian ASI Eksklusif pada balita di Kabupaten Gunung Kidul. Pada penelitian yang dilakukan oleh Sampe dkk (2020), menunjukkan ada hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian *stunting* pada balita. Sedangkan pada uji odds ratio didapatkan balita yang tidak diberikan ASI eksklusif berpeluang 61 kali lipat mengalami *stunting* dibandingkan balita yang diberi ASI eksklusif. Penelitian yang dilakukan oleh Wanda Lestari dkk (2014) menunjukkan bahwa ada hubungan antara ASI eksklusif dengan *stunting*. Penelitian yang dilakukan oleh Fitri (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pemberian ASI eksklusif dengan kejadian. Penelitian yang dilakukan oleh Sofia Mawaddah (2019), Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara pemberian ASI eksklusif dan kejadian *stunting* pada usia 24-36 bulan. Penelitian yang dilakukan oleh Lidia Fitri dan Ernita (2018) dimana hasil uji menunjukkan bahwa ada

hubungan pemberian ASI eksklusif dengan *stunting*. Pada penelitian yang dilakukan oleh Dini Nugraheni dkk (2020) menjelaskan bahwa *stunting* berhubungan dengan riwayat ASI Eksklusif.

Dari hasil-hasil penelitian tersebut dapat dijelaskan bahwa pemberian ASI eksklusif bagi bayi sampai usia 6 bulan sangat berpengaruh untuk menurunkan risiko *stunting* pada anak. Namun pentingnya pemberian ASI eksklusif belum sepenuhnya disadari oleh masyarakat. Persentase Bayi kurang dari 6 bulan mendapat ASI Eksklusif secara nasional sekitar 66,1% (Kemenkes RI,2020).

ASI merupakan bentuk makanan ideal untuk memenuhi gizi anak, karena ASI sanggup memenuhi kebutuhan gizi bayi untuk hidup selama 6 bulan pertama kehidupan. ASI merupakan sumber makanan yang penting bagi kesehatan bayi. ASI dapat memenuhi tiga perempat dari kebutuhan protein bayi usia 6 – 12 bulan, selain itu ASI juga mengandung semua asam amino esensial yang dibutuhkan bayi (Izah, N., Zulfiana, Ev., & Rahmanindar, N,2020).

Adanya perbedaan hasil pada penelitian ini banyak faktor yang dapat menyebabkan terjadinya *stunting* dan ASI eksklusif bukan satu-satunya penyebab *stunting*. Tetapi juga ada penyebab lain seperti asupan makanan selain ASI karena kebutuhan zat gizi yang tinggi, khususnya setelah masa pemberian ASI eksklusif dan pada penderita penyakit infeksi (Cynthia, C., Bikin Suryawan, I. W., & Widiasa, A. M, 2019). Keadaan *stunting* tidak hanya ditentukan oleh faktor status pemberian ASI eksklusif, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti: kualitas Makanan Pendamping ASI (MP-ASI), kecukupan asupan gizi yang diberikan kepada anak setiap hari, serta status kesehatan bayi (Setiawan, E., Machmud, R., & Masrul, M, 2018).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Adapun kesimpulan yang diperoleh dari penelitian ini yaitu: Ada pengaruh asupan energi protein dan riwayat ASI eksklusif dengan kejadian *stunting*. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi salah satu bahan edukasi dan intervensi keperawatan yang dapat diterapkan di pelayanan kesehatan dalam mencegah *stunting*.

Saran yang dapat diberikan antara lain diharapkan kepada Dinas kesehatan melakukan

upaya peningkatan pengetahuan tentang penyebab dan dampak dari stunting, serta pihak puskesmas perlu melakukan penyuluhan yang berkesinambungan tentang ASI eksklusif dan upaya memenuhi kebutuhan energi dan protein pada balita.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Alrahmad, A. H., Miko, A., & Hadi, A. (2010). Kajian Stunting pada anak balita ditinjau dari pemberian ASI eksklusif, MP-ASI, status imunisasi dan karakteristik keluarga di kota Banda Aceh. *Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes RI Aceh*, 1–13.
- Aridiyah, F. O., Rohmawati, N., & Ririanty, M. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Balita di Wilayah Pedesaan dan Perkotaan (The Factors Affecting Stunting on Toddlers in Rural and Urban Areas). 3(1).
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). Laporan Riskesdas Sulawesi Barat. 249.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). Laporan\_Nasional\_RKD2018\_FINAL.pdf. In Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (p. 198). [http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan\\_Nasional\\_RKD2018\\_FINAL.pdf](http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf)
- Basri, N., Sididi, M., & Sartika. (2021). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita (24-36 Bulan). *Window of Public Health Journal*, 416–425. <https://doi.org/10.33096/woph.v1i5.98>
- Cynthia, C., Bikin Suryawan, I. W., & Widiasta, A. . M. (2019). Hubungan ASI eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 12-59 bulan di RSUD Wangaya Kota Denpasar. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 25(1), 29–35. <https://doi.org/10.36452/jkdoktmeditek.v25i1.1733>.
- Dewi, D. P. (2015). Status Stunting Kaitannya Dengan Pemberian Asi. *Jurnal Medika Respatiespati*, 10, 60–66.
- Dwi Utami, A., Lanti, Y., & Dewi, R. (2017). The Effect of Nutrient Intake and Socioeconomic Factor toward Stunting Incidence among Primary School Students in Surakarta. *Journal of Epidemiology and Public Health*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/jepublichealth.2017.02.01.01>.
- Fitriami, E., & Huriah, T. (2019). Determinan kejadian Stunting pada Anak di Indonesia : A Literature Review. *Jurnal Smart Keperawatan*, 6(2), 113. <https://doi.org/10.34310/jskp.v6i2.190>
- Fitri, L. (2018). Hubungan BBLR dan ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting di Puskesmas Lima Puluh Pekanbaru. *Jurnal Endurance*, 3(1), 131. <https://doi.org/10.22216/jen.v3i1.1767>.
- Fitri, L., & Ernita. (2019). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dan MP ASI Dini dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 8(1), 19–24.
- Fitri, L., Ritawani, E., & Mentiana, Y. (2020). *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan Hubungan Asupan Energi dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 2-5 Tahun Kota Pekanbaru*. *Jurnal Endurance Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 5(3), 591–597.
- Handayani, S., Kapota, W. N., & Oktavianto, E. (2019). Hubungan Status Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Batita Usia 24-36 Bulan Di Desa Watugajah Kabupaten Gunungkidul. *Medika Respati : Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(4), 287.
- Indriyan, E., Dewi, Y. L. R., & Salimo, H. (2018). Biopsychosocial Determinants of Stunting in Children Under Five: A Path Analysis Evidence from the Border Area West Kalimantan. *Journal of Maternal and Child Health*, 03(02), 146–155. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2018.03.02.07>
- Izah, N., Zulfiana, Ev., & Rahmanindar, N. (2020). Analisis Sebaran Dan Determinan Stunting Pada Balita Berdasarkan Pola Asuh (Status Imunisasi Dan Pemberian Asi Eksklusif). *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(1), 27. <https://doi.org/10.26751/jikk.v11i1.764>
- Kemenkes RI. (2018). Buletin Stunting. *Kementerian Kesehatan RI*, 301(5), 1163–1178.
- Kemenkes RI. (2020). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. *Kementerian Kesehatan RI*, [https://doi.org/10.5005/jp/books/11257\\_5](https://doi.org/10.5005/jp/books/11257_5)
- Lestari, E.F., & Dwihestie, L. K. (2020). ASI

- Eksklusif Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 10(2), 129–136.
- Lestari, W., Margawati, A., & Rahfiludin, Z. (2014). Risk factors for stunting in children aged 6-24 months in the sub-district of Penanggalan, Subulussalam, Aceh Province. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 3(1), 37–45. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jgi/article/view/8752/7081>.
- Lobo, W. I., Talahatu, A. H., & Riwu, R. R. (2019). Faktor Penentu Kejadian Stunting pada Anak Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Alak Kota Kupang. *Media Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 59–67. <https://doi.org/10.35508/mkm.v1i2.1953>.
- Nova, M., & Afriyanti, O. (2018). Hubungan Berat Badan, Asi Eksklusif, Mp-Asi Dan Asupan Energi Dengan Stunting Pada Balita Usia 24–59 Bulan di Puskesmas Lubuk Buaya. *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal)*, 5(1), 39–45. <https://doi.org/10.33653/jkp.v5i1.92>
- Nugraheni, D., Nuryanto, N., Wijayanti, H. S., Panunggal, B., & Syauqy, A. (2020). Asi Eksklusif Dan Asupan Energi Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Usia 6 – 24 Bulan Di Jawa Tengah. *Journal of Nutrition College*, 9(2), 106–113. <https://doi.org/10.14710/jnc.v9i2.27126>
- Picauly, I., & Toy, S. M. (2013). Analisis Determinan dan Pengaruh Stunting Terhadap Prestasi Belajar Anak Sekolah Di Kupang Dan Sumba Timur, NTT. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 8(1), 55. <https://doi.org/10.25182/jgp.2013.8.1.55-62>
- Setiawan, E., Machmud, R., & Masrul, M. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kecamatan Padang Timur Kota Padang Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(2), 275.
- Sinambela, D. P., Darsono, P. V., & Hidayah, N. (2020). Pengaruh Riwayat Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(1), 102–111.
- SJMJ, S. A. S., Toban, R. C., & Madi, M. A. (2020). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 448–455. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.314>
- Sugiyanto, S., & Sumarlan, S. (2021). Analisa Faktor Yang Berhubungan Dengan Stunting Pada Balita Usia 25-60 Bulan. *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal)*, 7(2), 9–20. <https://doi.org/10.33653/jkp.v7i2.485>
- Sulastri, D. (2012). Faktor Determinan Kejadian Stunting Pada Anak Usia Sekolah Di Kecamatan Lubuk Kilangan Kota Padang. *Majalah Kedokteran Andalas*, 36(1), 39. <https://doi.org/10.22338/mka.v36.i1.p39-50.2012>
- Wijayanti, F., Pramulya S, I., & Saparwati, M. (2020). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-60 Bulan. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 35–41. <https://doi.org/10.34035/jk.v12i1.545>