

## **BAB 1 PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Stunting ialah keadaan status gizi yang mengacu pada indeks PB/U atau TB/U dengan hasil pengukuran tersebut berupa ambang batas (Z-Score)  $< 2$  SD sampai dengan  $3$  SD (pendek) dan  $< 3$  SD (sangat pendek). Stunting adalah gangguan gizi kronis akibat asupan gizi yang terjadi setelah mengonsumsi makanan yang tak cocok dengan kebutuhan gizi, Stunting dapat terjadi sejak bayi baru lahir, masih dalam kandungan dan terakhir saat masih anak-anak hingga menginjak usia dua tahun (Rahmawati Atmi Luluk, 2020).

Stunting masih sangat umum terjadi di masyarakat umum dan sangat menyusahkan anak-anak. Balita ialah fase yang amat krusial bagi perkembangan dan pertumbuhan anak, dan jika asupan zat gizi, menjaga pola hidup sehat tidak baik selama ini, akan membantu memprediksi perkembangan dan pertumbuhan di masa depan. Kurangnya konsumsi zat gizi bisa memicu berbagai masalah gizi, yang paling sering terjadi adalah gizi buruk (stunting) (Hidayat, Syairozi Muhammad, 2017).

Menurut World Health Organization pada tahun 2020, sekitar mencapai 149 juta balita yang menderita stunting secara global, sedangkan 45 juta anak lain berkemungkinan mempunyai berat badan rendah atau terlalu kurus (Nestle Health Science, 2021). Indonesia ialah negara peringkat ke-enam di wilayah Asia tenggara sesudah Bhutan, Timor Leste, Maldives, Bangladesh, serta India. Kejadian ini

diakibatkan oleh sejumlah aspek yang saling berkaitan, tak sekedar buruknya konsumsi gizi oleh ibu hamil ataupun balita (WHO, 2020)

Indonesia, banyak dilakukan penelitian tentang faktor ibu yang dapat menyebabkan risiko stunting berkembang seiring berjalannya waktu. Stunting disebabkan oleh orang tua yang tidak memiliki banyak wawasan terkait kesehatan serta gizi sejak hamil sampai melahirkan sangat dominan berpengaruh dalam mengalami stunting bagi anak yang dilahirkan. Di masa kehamilan, *ANC-Ante Natal Care* (pelayanan kesehatan untuk ibu hamil), *Post Natal Care* (pelayanan kesehatan untuk ibu setelah melahirkan), dan pembelajaran dini yang berkualitas sangat penting. Hal ini terkait dengan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) yang optimal, pembelian ASI eksklusif, dan konsumsi zat besi selama kehamilan.(Nirmalasari, 2020).Prevalensi stunting di Indonesia mengalami perubahan dari tahun ketahun. Di Indonesia, Stunting menduduki peringkat ke 4 setelah Pneumonia (52,9%), Diare (40,0%), Campak (29,3%).Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) prevalensi Tahun 2017 stunting di Indonesia sebanyak 29,6%, tahun 2018 mengalami peningkatan menjadi 30,8 % dan 2019 menurun menjadi 27,7 %,Tahun 2021 sebanyak 24,4 % dan di Tahun 2022 sebanyak 21,6 % (Survei Status Gizi Indonesia, 2021).

Data provinsi Bali pada tahun 2021 dengan kasus stunting tertinggi berada di Kabupaten Karangasem mencapai 22,9%, Kabupaten Klungkung 19,4%, Kabupaten Jembrana 14,3%, Kabupaten Bangli 11,8%, Kabupaten Tabanan 9 %, Kota Denpasar 9 %, Kabupaten Buleleng 8,9 %, Kabupaten Badung 8,7% dan Kabupaten Gianyar 5,1 % (Cindy Mutia Annur, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Hidayat, Syairozi Muhammad, 2017) tingkat penyebaran stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Sidemen yakni mencapai 35% dengan stunting cenderung didominasi pada balita berjenis kelamin perempuan (38,3%), tingkatan pendidikan ibu rendah (35,1%), riwayat ASI tidak eksklusif (44,9%), dan riwayat BBLR (66,7%). Mengacu pada data diatas, bisa disimpulkan bahwasanya tingkat penyebaran stunting di Kabupaten Karangasem cukup tinggi. Masalah tersebut perlu ditanggulangi supaya dapat mewujudkan derajat kesehatan yang maksimal. Keseluruhan lapisan masyarakat tak terkecuali pemerintah, petugas kesehatan, juga keluarga perlu ikut andil guna pencegahan dan penurunan kejadian stunting. Stunting mampu diatasi dengan mengidentifikasi aspek-aspek penyebabnya. Mengacu pada studi salah satu penyebab kejadian ini yakni asupan nutrisi juga buruknya aktivitas tidur dan istirahat pada anak balita.

Pertumbuhan dan perkembangan anak sangat terpengaruh asupan makanan juga waktu tidur dan istirahat anak. Menurut (Darmayanti, 2018), anak yang tidur terlalu larut berisiko menderita stunting, karena anak yang tidur terlalu larut mempunyai gangguan ketika produksi hormon pertumbuhan yang berpengaruh bagi tinggi badan. Damayanti memaparkan, anak dengan gizi kurang meliputi asupan protein terbantu dengan tidur dalam waktu yang larut malam dapat mencegah pertumbuhan. Banyaknya pengaruh terhadap tumbuh kembang anak yang dipengaruhi oleh kualitas tidur yang buruk pada anak kecil menggaris bawahi pentingnya memenuhi kebutuhan tidur anak dengan cara yang tidak mengganggu tumbuh kembangnya. Pertumbuhan pada anak sampai usia 12 bulan, bagian tubuh yang berkembang menerus adalah badan, dari usia satu tahun sampai pubertas, kaki tumbuh pesat, ujung tulang panjang ini memiliki

lempengan pertumbuhan sebagai mereka tumbuh lebih jauh, tulang akan memanjang dan anak akan terus tumbuh.

Kualitas tidur ialah mutu atau kondisi fisiologis yang diperoleh ketika seseorang tertidur, yang memperbaiki berbagai proses tubuh yang berlangsung saat nanti terbangun. Kriteria tidur yang mempunyai kualitas berdasarkan Rosalina Dewi ialah wajah yang rileks, otot lemas, tampak aktif dan ceria ketika bangun tidur, terbangun dari tidur sesudah mengalami fase REM yakni ketika berlangsungnya sebuah mimpi. Sudjatmiko memaparkan kriteria tidur berkualitas ialah jika tidurnya mampu melewati fase REM dan Non REM dengan tidak ada hambatan dan memerlukan durasi 8 jam. Ciri siklus REM yakni membutuhkan durasi 4 jam, sesekali bayi menangis, terkadang jari-jari bergerak, serta bola mata bergerak (Nyoman Ribek & Gusti Ketut Gede Ngurah, 2020)

Berdasarkan studi Ribek, N., Ngurah (2020), dipaparkan bahwasanya dengan tindakan keperawatan komplementer meliputi pijat bagi balita stunting juga mampu menanggulangi buruknya kualitas tidur balita stunting. Pijat mengakibatkan lebih berkualitasnya tidur bagi bayi yang nantinya memicu produksi hormon endorfin yang baik guna pertumbuhan balita. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Sukmawati, 2020) kualitas tidur merupakan mutu atau kondisi fisiologis tertentu yang diperoleh dari individu ketika tertidur, yang mampu memperbaiki berbagai proses tubuh yang berlangsung ketika terbangun nantinya. Bila kualitas tidur baik, maka kegunaan fisiologis tubuh semacam sel otak sudah normal kembali saat terbangun dari tidur. Manfaat pijat balita stunting ialah memberi pengaruh rileks bagi balita yang nantinya bisa memudahkan balita untuk tertidur nyenyak. Manfaat pijat balita stunting ialah

dampak biokimia yang memberi perubahan fisik yang mengubah gelombang otak dengan positif, melancarkan aliran napas dan darah, serta menambah pertumbuhan disertai rangsang taktil, menambah konsentrasi bayi serta mengakibatkan bayi tertidur.

Upaya yang bisa diaplikasikan dalam penanggulangan stunting ialah dengan memijat bayi. Hal ini dapat memperlancar sirkulasi darah, meningkatkan kegunaan kognitif, yang nantinya bisa menanggulangi stunting. Pijat bayi juga mampu menambah hormon endorfin yang nantinya menimbulkan kesan nyaman, tenang, serta memulihkan kegunaan *vervus vagus* yang mengakibatkan bayi menjadi cepat lapar sehingga kebutuhan ASI bertambah, begitu pula produksi enzim, yang nantinya memudahkan pencernaan makanan sehingga signifikan guna menambah berat badan anak balita (Purwanti, 2021).

Mengacu dalam temuan studi pendahuluan di Puskesmas Sidemen didapatkan jumlah data balita stunting di desa Sangkan Gunung wilayah kerja Puskesmas Sidemen dari tahun 2021 sebanyak 33 balita stunting dan di tahun 2022 jumlah balita stunting di desa Sangkan Gunung wilayah kerja Puskesmas yaitu sebanyak 41 balita stunting, maka berdasarkan uraian masalah di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yaitu mengenai “Gambaran Kualitas Tidur Anak Balita Stunting Di Desa Sangkan Gunung Wilayah Kerja Puskesmas Sidemen Tahun 2023?”.

Dengan harapan agar kualitas tidur anak balita stunting menjadi lebih baik sehingga proses tumbuh kembang teratasi.

## **B. Rumusan Masalah**

Mengacu pada latar belakang diatas, maka didapati rumusan masalah pada studi ini yakni “Bagaimanakah Kualitas Tidur Balita Stunting di Desa Sangkan Gunung Wilayah Kerja Puskesmas Sidemen Kabupaten Karangasem Tahun 2023?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan Umum dari studi ini yakni untuk mengetahui Gambaran Kualitas Tidur Balita Stunting di Desa Sangkan Gunung Wilayah Kerja Puskesmas Sidemen Kabupaten Karangasem Tahun 2023.

### **2. Tujuan Khusus**

Penelitian ini mempunyai tujuan khusus yakni:

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin balita Stunting di desa Sangkan Gunung wilayah kerja Puskesmas Sidemen Tahun 2023.
- b. Mendeskripsikan kualitas tidur berdasarkan umur balita stunting di desa Sangkan Gunung wilayah kerja Puskesmas Sidemen Kabupaten Karangasem Tahun 2023.
- c. Mendeskripsikan kualitas tidur berdasarkan jenis kelamin balita stunting di desa Sangkan Gunung wilayah kerja Puskesmas Sidemen Kabupaten Karangasem Tahun 2023.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Praktis**

Studi ini diinginkan mampu memberi kegunaan pada bidang ilmu pengetahuan, guna salah satu landasan kepustakaan juga digunakan sebagai landasan bagi studi

mendatang terkait Gambaran Kualitas Tidur Balita Stunting di desa Sangkan Gunung Wilayah Kerja Puskesmas Sidemen Kabupaten Karangasem Tahun 2023.

## **2. Manfaat Pengembangan IPTEK Keperawatan**

Hasil studi ini diinginkan memberi kegunaan untuk perkembangan teknologi dan ilmu keperawatan guna menambah wawasan tentang Gambaran Kualitas Tidur Balita Stunting di desa Sangkan Gunung Wilayah Kerja Puskesmas Sidemen Tahun 2023.

## **3. Manfaat Peneliti Untuk Pengembangan Lebih Lanjut**

Temuan studi ini diinginkan mampu digunakan sebagai landasan dalam melaksanakan studi terkait kualitas tidur balita stunting.