BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stunting merupakan kondisi gagal pertumbuhan pada anak usia di bawah lima tahun (balita). Kondisi gagal tumbuh yang terjadi pada balita diakibatkan oleh kekurangan asupan gizi dalam kurun waktu tertentu, serta terjadinya infeksi berulang terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu dimulai sejak terbentuknya janin sampai dengan anak berusia 24 bulan. Anak tergolong stunting jika panjang atau tinggi badannya berada di bawah minus dua standar deviasi panjang atau tinggi anak seumurnya (Setwapres, 2019).

Stunting adalah keadaan malnutrisi kronis yang diakibatkan oleh kekurangan gizi dalam jangka waktu tertentu. Stunting dapat terjadi sejak terbentuknya janin di dalam kandungan sampai bayi berusia 24 bulan. Malnutrisi yang terjadi dapat meningkatkan angka kematian bayi, mengakibatkan anak menjadi rentan terhadap penyakit dan menimbulkan kondisi yang buruk pada masa dewasa. Kemampuan kognitif balita stunting akan menurun, yang berakibat pada kerugian ekonomi jangka panjang di Indonesia (Rahmadhita, 2020). Faktor lain yang mengakibatkan tingginya angka stunting antara lain, tingkat asupan energi, durasi sakit, berat badan lahir, tingkat pendidikan ibu, tingkat pendapatan keluarga, tingkat asupan protein dan pemberian air susu ibu (ASI) eksklusif (Setiawan et al., 2018).

Organisasi Kesehatan Dunia atau WHO (2021), mengatakan angka kejadian stunting di dunia mencapai 22 % atau sebanyak 149,2 juta pada tahun 2020. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskedas) Tahun 2018, prevalensi anak Indonesia di bawah usia lima tahun yang mengalami stunting (pendek) yaitu 30,8 persen atau sekitar 7 juta balita (Kemenkes RI, 2018). Prevalensi stunting pada balita di Provinsi Bali tahun 2019 sebesar 14,4 % dan di kabupaten Gianyar prevalensi stunting diperkirakan sebesar 4,8% (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2020). Prevalensi balita stunting di Kabupaten Gianyar yang memiliki angka *stunting* yang cukup tinggi.(Dinkes Gianyar, 2019). Berdasarkan studi pendahuluan di Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar Tahun 2021 yang telah dilakukan dapat diketahui prevalensi stunting di Puskesmas Ubud 1 sebanyak 25 balita dan telah mengalami perubahan yang sangat baik di tahun berikutnya, sehingga saat dilakukan validasi data ulang pada Bulan Mei tahun 2022 didapatkan prevalensi stunting mengalami penurunan sehingga hanya terdapat 6 balita dengan stunting.

Pertumbuhan anak sangat dipengaruhi oleh asupan nutrisi serta aktivitas istirahat dan tidur anak. Menurut Damayanti (2018), anak tidur terlalu malam akan berisiko mengalami stunting, dikarenakan anak yang tidur terlalu malam akan mengalami hambatan dalam memproduksi hormon pertumbuhan yang berperan dalam pertambahan tinggi badan. Damayanti menjelaskan, bahwa anak yang kekurangan nutrisi berupa protein didukung dengan tidur larut malam cenderung terhambat pertumbuhannya. Banyaknya dampak terhadap tumbuh kembang anak

yang dipengaruhi akibat kualitas tidur balita kurang baik menandai pentingnya pemenuhan kebutuhan tidur anak agar tercukupi sehingga pertumbuhannya tidak terganggu. Pertumbuhan pada anak hingga usia satu tahun, bagian tubuh anak yang terus tumbuh adalah batang tubuh, setelah usia satu tahun hingga remaja, yang tumbuh pesat adalah bagian kaki, pada ujung-ujung tulang panjang ini ada lempeng pertumbuhan yang jika terus bertambah, tulang makin panjang dan tinggi badan anak terus bertambah.

Kualitas tidur merupakan suatu keadaan tidur yang dialami seorang individu agar dapat menghasilkan kesegaran dan kebugaran saat bangun. Tidur yang lelap sangat penting bagi pertumbuhan balita, karena saat tidur pertumbuhan otak balita mencapai puncaknya puncaknya bersamaan dengan otot, kulit, sistem jantung, pembuluh darah, metabolisme tubuh, dan tulang akan mengalami pertumbuhan pesat pada saat anak tidur. Proses pematangan otak tersebut terjadi ketika balita tidur ditahap *Rapid Eye Movement* (REM). Kematangan otak dibutuhkan balita untuk belajar bermacam hal. Balita yang kurang tidur akan menurunkan sistem kekebalan tubuh, sehingga bayi mudah sakit (Widyastutik, 2019). Keadaan ini disebabkan karena tubuh anak-anak memproduksi hormon pertumbuhan tiga kali lebih banyak pada saat anak tidur dibandingkan ketika anak dalam kondisi terjaga. *Growth Hormon* (GH) adalah salah satu hormon yang penting untuk pertumbuhan. Pedoman *National Sleep Foundation* (NSF) mengatakan kebutuhan tidur rata-rata anak normal usia 3-5 tahun yaitu sebanyak 10-13 jam per harinya. Bayi, anak dan remaja membutuhkan lebih banyak waktu tidur untuk proses pertumbuhan dan

perkembangan mereka (National Sleep Foundation, 2021). Kondisi dimana saat tidur anak terganggu maka *Growth Hormon* (GH) akan terganggu sehingga mengakibatkan gangguan kualitas tidur pada anak (Simanjuntak et al., 2017). Menurut penelitian Alza & Novita (2021), mengatakan bahwa anak yang memiliki tingkat kecukupan energi dan protein kurang dari kebutuhannya memiliki risiko lebih besar untuk mengalami stunting. Menurut penelitian Ribek & Ngurah (2020), dikatakan bahwa dengan tindakan keperawatan komplementer berupa pijat pada balita stunting juga dapat membantu menangani kualitas tidur pada balita stunting. Pijat membuat tidur lebih bekualitas sehingga merangsang pengeluaran hormon *endorphine* yang baik untuk pertumbuhan pada masa balita.

Berdasarkan uraian masalah di atas, penulis tertarik untuk melakukan penulisan berupa Karya Tulis Ilmiah yang berjudul Gambaran Kualitas Tidur Pada Balita Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Ubud I Tahun 2022. Dengan harapan agar kualitas tidur balita stunting baik sehingga mempercepat perbaikan proses pertumbuhannya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu Bagaimanakah “Gambaran Kualitas Tidur Pada Balita Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Ubud I Tahun 2022 ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Gambaran Kualitas Tidur Pada Balita Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Ubud I Tahun 2022.

2. Tujuan Khusus

Mendeskripsikan kualitas tidur pada balita stunting

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

a. Bagi Perkembangan IPTEK Keperawatan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi di bidang keperawatan anak khususnya mengenai kualitas tidur pada balita dengan stunting.

b. Bagi Peneliti

Studi kasus ini dapat digunakan sebagai data dasar untuk penelitian lebih lanjut, sehingga dapat memberikan gambaran nyata bagi peneliti dan menambah pengetahuan peneliti khususnya dalam bidang keperawatan anak.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan bisa digunakan untuk referensi dalam memberikan informasi kepada masyarakat terkait

pentingnya kualitas tidur pada balita stunting, sehingga dapat mencegah terjadinya risiko pertumbuhan yang lambat pada balita.

b. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi peneliti selanjutnya tentang gambaran kualitas tidur pada balita stunting.