

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Cuci Tangan Pakai Sabun

Langkah untuk mewujudkan Indonesia bersih, sehat, dan berkualitas, dapat dimulai dari hal-hal sederhana di lingkungan rumah tangga seperti menjaga kebersihan dan kesehatan, peduli akan kondisi lingkungan sekitar termasuk membiasakan cuci tangan pakai sabun sejak usia dini. Cuci Tangan Pakai Sabun merupakan hal yang amat penting, untuk mengurangi risiko wabah berikutnya di masa depan. Disamping itu menjadi hal penting untuk menghentikan kematian yang sesungguhnya dapat dicegah, yang disebabkan oleh infeksi saluran pernapasan dan diare yang bertanggung jawab atas 25% kematian anak setiap tahun di Indonesia.

Perilaku cuci tangan yang benar dilakukan dengan menggunakan sabun dan air bersih yang mengalir (Kasjono, 2021). Kriteria Sarana CTPS adalah fasilitas yang mendukung praktik cuci tangan pakai sabun, yang dilengkapi dengan aliran air bersih, sabun, serta saluran pembuangan air limbah (Permenkes RI, 2014). Waktu-waktu penting bagi seseorang untuk melakukan CTPS antara lain :

- 1) sebelum makan
- 2) sebelum mengolah dan menghidangkan makanan
- 3) sebelum menyusui
- 4) sebelum memberi makan bayi/balita

5) sesudah buang air besar/kecil

6) sesudah memegang hewan/unggas

serta melakukan langkah-langkah CTPS yang benar dengan mempraktekkan :

- 1) Basahi kedua tangan dengan air bersih mengalir.
- 2) Gunakan sabun pada tangan secukupnya.
- 3) Gosok telapak tangan yang satu ke telapak tangan lainnya
- 4) Gosok punggung tangan dan sela jari
- 5) Gosok telapak tangan dan sela jari dengan posisi saling bertautan
- 6) Gosok punggung jari ke telapak tangan dengan posisi jari saling bertautan
- 7) Genggam dan basuh ibu jari dengan posisi memutar
- 8) Gosok bagian ujung jari ke telapak tangan agar bagian kuku terkena sabun
- 9) Gosok tangan yang bersabun dengan air bersih mengalir
- 10) Keringkan tangan dengan lap sekali pakai atau tisu
- 11) Bersihkan pemutar keran air dengan lap sekali pakai atau tisu

Kebiasaan ibu dalam mengajarkan dan melakukan cuci tangan dengan sabun sebelum memberi makanan atau setelah buang air besar dapat menurunkan risiko stunting sebesar 15%. Cuci tangan dengan air mengalir dan sabun penting bukan hanya bagi anak yang sudah mengenal lingkungan sekitarnya. Peran ibu sangat krusial selama 1.000

hari pertama kehidupan anak, dengan memperhatikan kondisi tempat tinggal dan sanitasi lingkungan yang baik, agar tidak mengganggu pertumbuhan dan perkembangan anak (Kusumawati dkk., 2021).

Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 ayat (2) huruf b diwujudkan melalui kegiatan paling sedikit terdiri atas:

- 1) membudayakan perilaku cuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan sabun secara berkelanjutan; dan
- 2) menyediakan dan memelihara sarana cuci tangan yang dilengkapi dengan air mengalir, sabun, dan saluran pembuangan air limbah.

(Permenkes RI, 2014)

B. Kejadian Stunting

1. Defenisi Stunting

Stunting adalah kondisi ketika tinggi badan seseorang lebih rendah dari standar normal berdasarkan usia dan jenis kelaminnya. Tinggi badan merupakan salah satu parameter antropometri yang digunakan untuk mengevaluasi status gizi seseorang. Terjadinya stunting menunjukkan adanya kekurangan gizi yang berlangsung dalam waktu lama atau bersifat kronis. Diagnosis stunting ditegakkan dengan membandingkan nilai z-score tinggi badan menurut umur (TB/U) terhadap kurva pertumbuhan standar yang berlaku secara internasional. Di Indonesia, acuan yang digunakan untuk menentukan stunting adalah grafik pertumbuhan yang

diterbitkan oleh World Health Organization pada tahun 2005 (Candra, 2020).

Anak balita yang mengalami stunting memiliki risiko menghadapi gangguan dalam perkembangan fisik maupun kognitif secara optimal di masa depan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Anak dengan stunting memiliki risiko lebih tinggi mengalami peningkatan angka kesakitan dan kematian, keterlambatan perkembangan motorik dan mental, penurunan kemampuan intelektual dan produktivitas, serta peningkatan risiko penyakit degeneratif dan obesitas. Selain itu, anak juga lebih rentan terhadap penyakit infeksi. Faktor yang memengaruhi kejadian stunting antara lain pola asuh, ketersediaan air minum, kondisi sanitasi, serta akses terhadap pelayanan kesehatan (Olsa et al., 2018).

2. Penyebab Stunting

Menurut Candra (2020) Penyebab stunting sangat kompleks. Namun penyebab atau faktor resiko utama dapat di kategorikan menjadi :

- a. Faktor Genetik
- b. Status Ekonomi
- c. Jarak Kelahiran
- d. Riwayat BBLR
- e. Anemia pada Ibu

f. Hygiene dan Sanitasi Lingkungan

3. Dampak Stunting

Stunting berdampak pada keberlangsungan hidup anak, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Dalam jangka pendek, stunting dapat mengganggu perkembangan otak, pertumbuhan fisik, tingkat kecerdasan, serta metabolisme tubuh. Dari sisi kesehatan, dampak jangka pendeknya meliputi meningkatnya angka kesakitan dan kematian. Sementara itu, dari aspek perkembangan, stunting dapat menyebabkan penurunan kemampuan kognitif, motorik, dan bahasa (Safira, 2022).

Dalam jangka panjang, stunting juga berpengaruh pada kondisi ekonomi. Individu yang mengalami stunting cenderung memiliki kapasitas kerja yang lebih rendah, sehingga berdampak pada pendapatan dan produktivitas yang lebih rendah

Anak yang mengalami stunting sebelum usia dua tahun diperkirakan akan memiliki kemampuan kognitif dan psikososial yang lebih rendah di masa depan, akibat perkembangan otak yang tidak optimal sehingga memengaruhi kemampuan berpikir dan pengendalian emosi (Safira, 2022).

4. Indeks Antropometri dan Standar Pertumbuhan Anak

Antropometri berarti pengukuran ukuran tubuh. Dalam konteks gizi, antropometri berkaitan dengan pengukuran berbagai dimensi fisik tubuh. Metode ini digunakan untuk menilai adanya ketidakseimbangan antara asupan energi dan protein, yang dapat terlihat dari pertumbuhan fisik serta perkembangan jaringan tubuh. Data seperti berat badan, panjang badan, dan tinggi badan dimanfaatkan untuk menentukan status gizi melalui perhitungan indeks antropometri. Indeks antropometri merupakan gabungan beberapa parameter pengukuran tubuh yang mengacu pada standar Badan Kesehatan Dunia (Safira, 2022).

Tabel 1

Klasifikasi Status Gizi pada Anak

-z-score	BB/U	TB/U	BB/TB	IMT/U
>3SD	Obesitas	Tinggi	Obesitas	
>2 s/d SD	<i>Overweight</i>	Tinggi	<i>Overweight</i>	Gemuk (usia 0-60 bulan)
				Obes (usia 5-18 tahun)
1 s/d 2 SD	Normal	Normal	Normal	Gemuk (usia 5-18 tahun)
-2 s/d SD	Normal	Normal	Normal	Normal
<-2 s/d -3 SD	Gizi kurang (<i>Underweight</i>)	Pendek (<i>Stunted</i>)	Kurus (<i>Wasted</i>)	Kurus (<i>Wasted</i>)
<-3 SD	Gizi buruk (<i>Severely underweight</i>)	Sangat pendek (<i>Severely stunted</i>)	Sangat Kurus (<i>Severely wasted</i>)	Sangat Kurus (<i>Severely wasted</i>)

Sumber: (Helmyati dkk., 2019)

C. Faktor Yang Berhubungan Dengan *Stunting*

1. Karakteristik Balita

a. Jenis Kelamin

Jenis kelamin memengaruhi besarnya kebutuhan gizi seseorang, khususnya pada anak, sehingga terdapat kaitan antara jenis kelamin dan status gizi. Perbedaan ini terjadi karena komposisi tubuh laki-laki dan perempuan tidak sama, yang berdampak pada perbedaan kebutuhan asupan.

b. Riwayat Berat Badan Lahir Rendah

Bayi yang lahir dengan berat badan kurang dari normal (<2500 gr) mungkin masih memiliki panjang badan normal pada waktu dilahirkan. *Stunting* baru akan terjadi beberapa bulan kemudian.

2. Karakteristik Keluarga

a. Pendidikan Orang Tua

Ibu yang berpendidikan tinggi dan memiliki pekerjaan di luar rumah berisiko memiliki anak dengan kejadian wasting yang lebih tinggi. Aktivitas kerja yang padat dapat mengurangi waktu serta perhatian dalam mengasuh anak, sehingga peluang terjadinya kekurangan gizi meningkat. Di sisi lain, tingkat pendidikan ayah yang tinggi justru berkontribusi dalam menurunkan risiko malnutrisi pada anak (Helmyati dkk., 2019).

Karakteristik tersebut akan membentuk pola pengasuhan yang berdampak pada kondisi gizi anak. Pendidikan ibu turut menentukan mutu pengasuhan, termasuk dalam memilih bahan makanan. Ibu dengan pendidikan yang lebih tinggi biasanya lebih cermat dalam menentukan jenis dan jumlah makanan yang berkualitas dibandingkan ibu dengan pendidikan rendah atau menengah. Oleh karena itu, semakin tinggi pendidikan orang tua,

semakin baik pula status gizi anak (Apriliuna dan Fikawati, 2018).

b. Pekerjaan Orang Tua

Faktor pekerjaan memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, karena individu yang bekerja cenderung memiliki wawasan lebih luas dibandingkan mereka yang tidak bekerja, akibat seringnya memperoleh informasi baru. Status pekerjaan ibu sangat memengaruhi perilakunya dalam memberikan nutrisi kepada balita. Ibu yang bekerja umumnya memiliki waktu lebih sedikit untuk bersama anak, sehingga asupan makanan anak kurang terkontrol dan perhatian terhadap perkembangan anak menjadi berkurang.

c. Pendapatan Orang Tua

Pendapatan keluarga berhubungan erat dengan kemampuan memenuhi kebutuhan sehari-hari. Penelitian menunjukkan bahwa keluarga dengan pendapatan lebih tinggi memiliki akses yang lebih baik terhadap makanan bergizi dan beragam. Balita dari keluarga berpendapatan menengah ke atas cenderung memperoleh asupan gizi yang lebih optimal, sedangkan balita dari keluarga kurang mampu memiliki risiko lebih tinggi mengalami stunting. Anak yang mengalami stunting berpotensi menghadapi

Keluarga dengan pendapatan terbatas kemungkinan kesulitan memenuhi kebutuhan gizi anak secara optimal, yang berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan anak (Apriliuna dan Fikawati, 2018).

3. Penyakit Infeksi

Penyakit infeksi merupakan faktor yang berpengaruh langsung terhadap proses pertumbuhan anak. Kurangnya asupan nutrisi untuk anak akan menyebabkan bertambahnya jumlah anak dengan *growth faltering* (gangguan pertumbuhan).

Anak yang menderita penyakit seperti diare, ISPA, demam, batuk, pilek, dan penyakit lainnya yang sering diderita oleh balita kemungkinan akan lebih besar mengalami kejadian stunting. Hal ini terjadi karena penyakit infeksi dapat menurunkan intake makanan, mengganggu absorpsi zat gizi sehingga menyebabkan hilangnya zat gizi secara langsung dan meningkatkan kebutuhan metabolik (Himawati dan Fitria, 2020).

4. Pola Asuh Ibu

Pola asuh yang kurang optimal dapat memicu terjadinya stunting, misalnya karena terbatasnya pengetahuan ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi selama kehamilan maupun setelah melahirkan guna menunjang produksi ASI yang berkualitas. Sebaliknya, orang tua yang senantiasa mendampingi dan memberi perhatian, terutama dalam menyediakan makanan bergizi, akan membantu anak mencapai status gizi yang baik sekaligus

menurunkan risiko stunting (Angkat, 2018)

D. Hubungan penerapan cuci tangan pakai sabun (CTPS) dengan penurunan stunting

Kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, merupakan salah satu faktor penting dalam pencegahan stunting. Kebiasaan mencuci tangan dengan sabun dapat membantu mengurangi paparan kuman, bakteri, dan parasit yang dapat menyebabkan berbagai penyakit infeksi pada anak.

Kebiasaan mencuci tangan pakai sabun memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting pada balita. Perilaku CTPS yang baik dapat mengurangi risiko anak terpapar kuman penyebab penyakit sehingga dapat menurunkan kemungkinan terjadinya infeksi. Infeksi yang terjadi secara berulang pada anak dapat menyebabkan gangguan metabolisme dan penyerapan nutrisi sehingga berkontribusi terhadap terjadinya stunting. (Herawati,dkk, 2020)

Anak yang berasal dari keluarga dengan kebiasaan mencuci tangan yang kurang baik memiliki risiko lebih besar mengalami stunting dibandingkan dengan anak yang berasal dari keluarga yang memiliki kebiasaan mencuci tangan yang baik. (Syam, 2017)

Penerapan perilaku CTPS merupakan bagian dari praktik higiene yang sangat penting dalam mencegah penyakit infeksi. Tangan yang tidak dicuci dengan sabun dapat menjadi media penularan berbagai mikroorganisme patogen yang dapat masuk ke dalam tubuh melalui

makanan atau minuman yang dikonsumsi anak. Kondisi ini dapat menyebabkan gangguan kesehatan yang pada akhirnya berdampak pada status gizi dan pertumbuhan anak. (Siti, dkk, 2023)

Secara teori, praktik cuci tangan pakai sabun dapat memutus rantai penularan penyakit berbasis lingkungan. Sabun mampu menghilangkan kotoran dan mikroorganisme yang menempel pada tangan sehingga dapat mengurangi risiko kontaminasi makanan maupun benda yang sering disentuh oleh anak. Dengan berkurangnya risiko penyakit infeksi, maka tubuh anak dapat menyerap zat gizi secara optimal sehingga pertumbuhan dan perkembangan anak dapat berlangsung dengan baik. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, khususnya ibu yang memiliki balita, mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat.