

ASI eksklusif dan kejadian stunting pada balita: *literature review*

Triya Yestika Saleha, Yanti Cahyati, Novi Enis Rosuliana

Program Studi Diploma 4 Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya

How to cite (APA)

Saleha, T. Y., Cahyati, Y., & Rosuliana, N. E. (2026). ASI eksklusif dan kejadian stunting pada balita: literature review. *Jurnal Health Society*, 15(1), 9–18. <https://doi.org/10.62094/jhs.v15i1.246>

History

Received: 28 Agustus 2025

Accepted: 20 April 2026

Published: 27 April 2026

Corresponding Author

Yanti Cahyati, Program Studi
Diploma 4 Keperawatan,
Politeknik Kesehatan Kemenkes
Tasikmalaya;
yantinaufal@gmail.com



This work is licensed under a
[Creative Commons Attribution 4.0
International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

ABSTRAK

Latar Belakang: Indonesia menempati peringkat ketiga di Asia Tenggara dalam hal prevalensi stunting, prevalensi sebesar 30,8%. Stunting adalah kondisi anak di bawah usia lima tahun tidak dapat tumbuh dengan baik akibat kekurangan gizi yang berkepanjangan dengan tinggi badan yang rendah, yaitu kurang dari standar WHO di mana skor Z kurang dari -2SD. ASI eksklusif adalah kondisi di mana bayi mendapatkan ASI langsung dari ibu kandungnya, tanpa cairan atau makanan lain. Tinjauan literatur ini bertujuan untuk menentukan hubungan antara menyusui dan tingkat stunting pada balita.

Metode: Metode penelitian ini menggunakan tinjauan literatur dengan sumber artikel dari Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, dan MDPI pada periode 2018–2025. Proses pencarian dan seleksi artikel mengacu pada pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA), sehingga diperoleh 10 artikel yang layak dianalisis.

Hasil: Berdasarkan sintesis dari 10 artikel yang dianalisis dalam kajian literatur, ditemukan konsistensi hasil bahwa pemberian ASI eksklusif memiliki hubungan yang bermakna dengan penurunan kejadian stunting pada balita. Sebagian besar studi menunjukkan bahwa anak yang tidak mendapatkan ASI eksklusif memiliki risiko lebih tinggi mengalami stunting dibandingkan dengan anak yang mendapatkan ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara menyusui eksklusif dan frekuensi stunting pada balita.

Kata Kunci : Anak, ASI Eksklusif, Balita, Gizi, Stunting

ABSTRACT

Background: Indonesia ranks third in Southeast Asia in terms of stunting prevalence, with a prevalence of 30.8%. Stunting is a condition in which children under the age of five cannot grow properly due to prolonged malnutrition, resulting in children being shorter than the WHO standard, with a Z score of less than -2SD. Exclusive breastfeeding is a condition in which infants receive breast milk directly from their biological mothers, without any other liquids or foods. This literature review aims to determine the relationship between breastfeeding and stunting rates in toddlers.

Methods: This study employed a literature review, sourcing articles from Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, and MDPI for the period 2018–2022. The article search and selection process adhered to the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) guidelines, resulting in 10 articles deemed suitable for analysis.

Results: Based on the synthesis of the 10 articles analysed in the literature review, consistent results were found indicating that exclusive breastfeeding has a significant association with a reduction in the incidence of stunting among infants. The majority of studies showed that children who were not exclusively breastfed had a higher risk of stunting compared to those who were exclusively breastfed during the first six months of life.

Conclusion: There is a relationship between exclusive breastfeeding and the frequency of stunting in toddlers.

Keywords: Child, exclusive breastfeeding, toddler, nutrition, stunting.

Pendahuluan

Prevalensi stunting pada anak usia di bawah lima tahun di Indonesia menduduki peringkat ke ketiga tertinggi di Asia Tenggara yaitu mencapai 30,8% (Risikesdas, 2018). Permasalahan gizi kronis yang meningkattkkan angka kejadian stunting pada balita usia 12 hingga 59 bulan menjadi tantangan dalam bidang kesehatan. Masa emas perkembangan otak berlangsung hingga usia lima tahun, dengan sekitar 70% pertumbuhan terjadi pada dua tahun pertama kehidupan dan mencapai 90% pada usia lima tahun. Kondisi tersebut meningkatkan risiko gangguan perkembangan otak yang berdampak pada kecerdasan, kualitas sumber daya manusia, serta pembangunan ekonomi bangsa di masa depan (Damanik et al., 2022).

Stunting merupakan kegagalan tumbuh pada anak balita dengan ciri-ciri tinggi badan yang tidak sesuai dengan balita seusianya, akibat kondisi kesehatan dan kekurangan gizi secara berkelanjutan. Meskipun telah terjadi berbagai kemajuan di bidang kesehatan, stunting masih menjadi masalah serius. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya pemberian ASI eksklusif, padahal ASI berperan penting dalam mendukung pertumbuhan, perkembangan, serta pemenuhan nutrisi optimal bagi bayi dan balita. Keterkaitan antara stunting dan kekurangan gizi tercermin dari hambatan pertumbuhan anak yang tidak sesuai dengan usianya (Rilyani, 2021).

Stunting terjadi ketika seorang anak tidak tumbuh sesuai dengan kecepatan normalnya, biasanya terlihat pada usia 3 hingga 5 tahun akibat asupan gizi yang tidak memadai. Kondisi ini diukur melalui skor Z tinggi badan menurut usia (TB/U) yang berada di bawah standar, mencerminkan masalah kompleks akibat kekurangan gizi kronis. Dampaknya sangat serius, mulai dari penurunan kemampuan kognitif yang menghambat proses belajar, keterampilan motorik yang buruk, hingga produktivitas yang rendah. Dalam jangka panjang, stunting dapat menyebabkan disabilitas fungsi otak

dan menurunkan kualitas hidup hingga dewasa (Sambo et al., 2022).

Anak dengan stunting sebelum usia dua tahun berisiko menghadapi berbagai masalah psikologis pada masa remaja, termasuk peningkatan kemungkinan depresi. Selain itu, stunting dapat menyebabkan gangguan metabolisme, penurunan fungsi sistem kekebalan tubuh, hambatan pertumbuhan fisik, serta penurunan kemampuan kognitif, yang berdampak pada kesulitan memahami informasi di kemudian hari. Menurut Kerangka Kerja UNICEF, salah satu penyebab utama pertumbuhan terhambat pada balita adalah tidak seimbangnya pola konsumsi makanan. Oleh karena itu, pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan memiliki peran penting dalam mencegah terjadinya stunting (Sambo et al., 2022).

ASI merupakan sumber makanan utama balita. Pemberian ASI eksklusif dapat membantu perkembangan fisik anak, karena kalsium dari ASI diserap lebih baik dibandingkan susu formula. ASI mengandung karbohidrat dalam bentuk laktosa, lemak dalam bentuk asam lemak tak jenuh ganda, dan protein utama berupa laktalbumin, yang mudah dicerna oleh sistem pencernaan bayi. Program utama UNICEF mendorong pemberian ASI eksklusif selama enam bulan, diikuti pemberian makanan pendamping ASI, sambil tetap melanjutkan pemberian ASI hingga usia dua tahun atau lebih. Periode ini sangat penting untuk mencegah stunting dan obesitas pada bayi dan anak-anak (Muniari et al., 2022).

Bayi yang tidak menerima ASI dalam jumlah cukup berisiko mengalami masalah gizi dan gangguan kesehatan, termasuk stunting (Muniari et al., 2022). Selama enam bulan pertama kehidupan, bayi dapat sepenuhnya mencerna ASI, sehingga pemberian ASI eksklusif menjadi intervensi penting. Anak-anak yang tidak menerima ASI eksklusif berisiko mengalami kekurangan nutrisi pada masa awal perkembangan, yang dapat meningkatkan kemungkinan

gangguan pertumbuhan (Dewi et al., 2021; Hadi et al., 2021). Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita. Penelitian ini berfokus pada status pemberian ASI eksklusif sebagai faktor paparan dan kejadian stunting sebagai outcome pada balita.

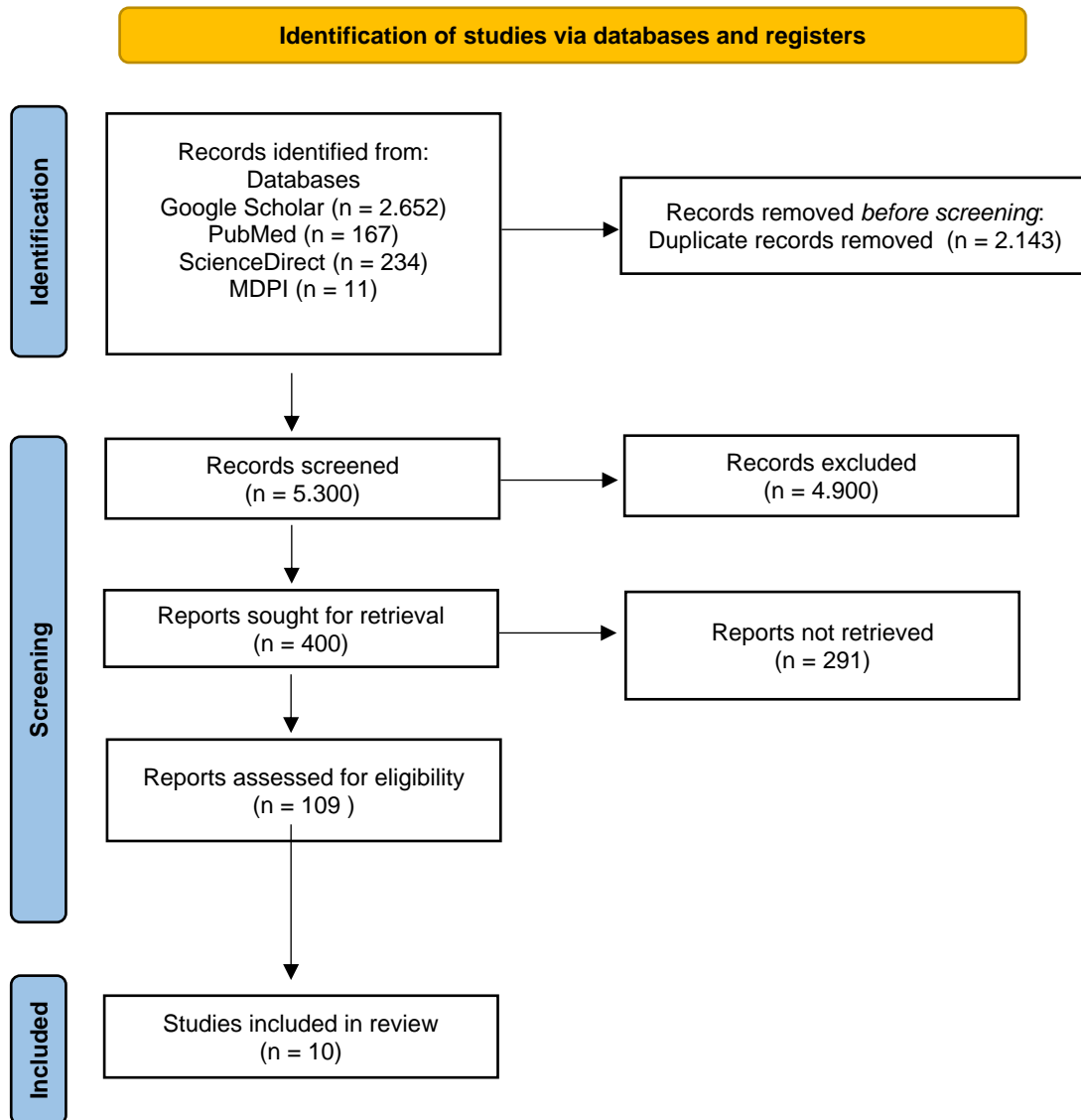
Metode

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan tinjauan literatur dengan pemilihan artikel berdasarkan pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) serta format PICOS. Data yang dianalisis merupakan data sekunder yang diperoleh melalui basis data elektronik Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, dan MDPI. Artikel yang digunakan berasal dari jurnal-jurnal yang membahas hubungan antara pemberian ASI eksklusif dan kejadian stunting pada balita. Pencarian dilakukan dengan menggunakan kata kunci yang disesuaikan dengan *Medical Subject Heading* (MeSH).

Kata kunci dalam literature review ini disusun menggunakan kombinasi istilah utama yang mencakup “menyusui eksklusif” atau “ASI” dengan “stunting” serta “balita” atau “anak”, yang dihubungkan dengan operator Boolean “OR” untuk memperluas

hasil pencarian, termasuk variasi seperti “ASI eksklusif” dan “kejadian stunting pada balita”. Sementara itu, kriteria inklusi dan eksklusi ditetapkan untuk memastikan relevansi artikel yang ditelaah, di mana studi yang dimasukkan adalah penelitian yang membahas hubungan antara pemberian ASI eksklusif dan insidensi stunting pada balita dengan intervensi berupa ASI eksklusif, tanpa pembanding khusus, serta menggunakan desain penelitian korelasional. Artikel yang dipilih merupakan publikasi dengan tahun terbit lebih dari 2018 dan menggunakan bahasa Indonesia atau Inggris, sedangkan artikel yang tidak menjelaskan hubungan secara spesifik antara pemberian ASI eksklusif dan kejadian stunting, diterbitkan sebelum tahun 2018, atau menggunakan bahasa selain Indonesia dan Inggris, dikeluarkan dari proses telaah.

Dari hasil pencarian artikel melalui Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, dan MDPI pada rentang tahun 2018–2022 diperoleh 7.443 publikasi. Selanjutnya, pemilihan literatur dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan sebelumnya untuk memastikan validitas sumber data. Proses penyaringan dan pengumpulan literatur dirangkum pada Bagan 1.



Bagan 1. Diagram Alur PRISMA

Hasil

Tabel 1. Hasil Pencarian Literatur

| No | Peneliti | Judul | Jenis & Sampel Penelitian | Hasil |
|----|----------------------|--|---|---|
| 1. | Sambo et al., (2022) | Pemberian ASI Eksklusif sebagai Faktor Risiko Kejadian Stunting pada Anak Usia 3-5 Tahun di Kecamatan Lau, Kabupaten Maros | Desain dalam penelitian ini menggunakan <i>case control</i> . Sampel diambil dari sebanyak 132 balita. Metode pengambilan sampel menggunakan <i>cluster random sampling</i> dengan jumlah sampel 132, | Hasil uji statistik <i>P-value</i> sebesar 0,000 yang ditemukan menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting di Kecamatan Lau, Kabupaten Maros. |

| | | | | |
|----|------------------------|--|---|---|
| | | | 60 kelompok kontrol, dan 72 kelompok kasus. | |
| 2. | Aryani et al., (2022) | Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 1-5 Tahun di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Ulee Karena Kecamatan Ulee Kota Banda Aceh. | Desain yang digunakan <i>Cross Sectional</i> dengan menggunakan metode <i>proporsional simple random sample</i> , jumlah sampel sebanyak 96 orang. | Hasil uji chi kuadrat menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pemberian ASI Eksklusif dengan kejadian stunting pada balita usia 1-5 tahun di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Ulee Kareng Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh Tahun 2021 ($p\text{-value } 0,000 < \alpha = 0,05$). |
| 3. | Mawaddah (2019) | Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 24-36 Bulan. | Metode penelitian analitik observasional dengan pendekatan kontrol retrospektif. Populasi penelitian adalah semua anak berusia 24-36 bulan yang berada di wilayah kerja Puskesmas Tampang Tumpang Anjir dengan jumlah sampel yaitu 78 balita. | Hasil penelitian menunjukkan bahwa 8,97% balita yang diberikan ASI eksklusif dengan stunting dan 41% balita yang tidak diberikan ASI eksklusif dengan stunting. Hasil uji statistik menunjukkan $p < 0,000$ dan nilai OR 29,558. Ada hubungan yang bermakna antara pemberian ASI eksklusif dan kejadian stunting pada usia 24-36 bulan. |
| 4. | Damanik et al., (2022) | Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Balita di Desa Perlis Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Durian Kabupaten Langkat. | Desain penelitian retrospektif. Sampel dengan teknik <i>purposive sampling</i> diperoleh sebanyak 79 balita. Analisis bivariat menggunakan uji korelasi Pearson | Uji statistik korelasi menghasilkan nilai p sebesar 0,001 yang menunjukkan bahwa kejadian stunting pada balita di Desa Perlis Wilayah Kerja Puskesmas Tangkahan Durian Kabupaten Langkat adalah pemberian ASI eksklusif. Dengan nilai R sebesar 0,565, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang tinggi antara kejadian stunting dengan variabel pemberian ASI eksklusif. |
| 5. | Elba et al., (2021) | Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Jatinangor. | Jenis penelitian yang digunakan adalah dengan cara kuantitatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>total</i> | Temuan uji dan informasi mengenai hubungan antara pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Jatinangor telah tersedia. Karena uji <i>chi-</i> |

| | | | | |
|----|-------------------------|--|--|--|
| | | | <p><i>sampling</i>, yaitu sebanyak 100 balita yang mengalami stunting.</p> | <p><i>square</i> digunakan dalam penelitian ini (<i>p value</i> < 0,05, khususnya <i>p value</i> 0,000), maka terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian stunting pada balita dengan pemberian ASI eksklusif.</p> |
| 6. | Rilyani (2021) | Pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita | <p>Desain penelitian ini adalah analitik observasional dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>, jumlah sampel yang digunakan adalah 82 orang.</p> | <p>Analisis <i>Chi-Square</i> menunjukkan bahwa nilai <i>p-value</i> adalah 0,001 (0,001 < 0,10), yang menunjukkan bahwa hipotesis diterima (H_a) dan ditolak (H_o). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara variabel pemberian ASI eksklusif dengan kejadian balita di Wilayah Kerja Puskesmas X Kabupaten Lampung Tengah. Hal ini mengimplikasikan. Pada tahun 2020, kejadian stunting pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas X Kabupaten Lampung Tengah dapat dipengaruhi oleh pemberian ASI eksklusif.</p> |
| 7. | Pramulya et al., (2021) | Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 24-60 Bulan | <p>Desain dalam penelitian ini adalah deskriptif korelasi. Besar sampel 92 balita diambil dengan menggunakan metode quota sampling. Analisis bivariat menggunakan uji <i>chi-square</i>.</p> | <p>Statistik uji chi square untuk analisis ini menghasilkan nilai <i>p-value</i> sebesar 0,0001 ($\alpha = 0,05$). Dengan demikian, jika nilai <i>p-value</i> 0,0001 < 0,05, maka dapat dikatakan bahwa kejadian stunting pada anak usia 24 - 60 bulan di wilayah kerja Puskesmas Langkan berhubungan dengan pemberian ASI.</p> |
| 8. | Putri Ayudia (2020) | & Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 6-59 Bulan Di Kota Padang | <p>Penelitian ini merupakan penelitian observasional. Penelitian ini dilaksanakan di puskesmas kota Padang. Populasi dalam penelitian ini anak umur 6 - 59 bulan yang mengalami Stunting. Sampel</p> | <p>Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara ASI eksklusif dengan kejadian stunting, OR=38,89, artinya kejadian stunting 38,89 kali beresiko pada anak yang tidak ASI eksklusif dari pada anak ASI eksklusif. Disarankan</p> |

| | | | | |
|-----|------------------------|---|--|---|
| | | | dalam penelitian ini sebanyak 44 kelompok ASI Eksklusif dan 44 Kelompok Tidak ASI Eksklusif. | |
| 9. | Louis et al., (2022) | Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Balita | Desain yang digunakan adalah analitik survei dan pendekatan <i>cross-sectional</i> . Sampel sebanyak 30 anak berusia 12-59 bulan. Analisis data menggunakan Chi-Square. | Nilai p-value penelitian untuk variabel yang hanya mencakup pemberian ASI adalah 0,02 ($\alpha = 0,05$). Temuan penelitian ini menunjukkan nilai p-value sebesar 0,002 ($\alpha = 0,05$) untuk hubungan antara kejadian stunting dengan pemberian ASI eksklusif pada balita berusia 12 hingga 59 bulan. |
| 10. | Latifah et al., (2020) | Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 1-5 Tahun. | Desain yang digunakan adalah korelatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Dalam penelitian ini menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> , jumlah sampel peneliti menggunakan rumus Slovin dengan hasil 48 responden. | Uji chi square, dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak jika nilai p kurang dari 0,05. Dengan demikian, kejadian stunting pada balita usia 1 hingga 5 tahun berhubungan dengan pemberian ASI eksklusif. |

Pembahasan

Analisis literatur terhadap sepuluh artikel menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita. Mayoritas studi melaporkan bahwa balita yang tidak mendapatkan ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan memiliki risiko lebih tinggi mengalami stunting dibandingkan dengan balita yang memperoleh ASI eksklusif. Hal ini berkaitan dengan peran ASI sebagai sumber nutrisi optimal yang mengandung makronutrien, mikronutrien, serta komponen imunologis yang esensial untuk mendukung pertumbuhan linear dan perkembangan sistem kekebalan tubuh anak.

Pemberian ASI eksklusif sangat memengaruhi stunting karena balita

mendapatkan nutrisi terbaik selama enam bulan pertama kehidupan mereka. Jika Anda kekurangan ASI eksklusif, Anda dapat mengalami berbagai efek negatif, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Gagal tumbuh yang menghambat perkembangan anak, terutama pada usia balita, dikenal sebagai stunting. Dampak jangka pendek stunting termasuk penurunan sistem kekebalan tubuh, gangguan fungsi kognitif dan prestasi akademik, serta peningkatan risiko penyakit metabolik dan diabetes, obesitas, penyakit jantung, dan kanker (Sumarni et al., 2020).

ASI adalah sumber nutrisi utama yang sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Ini membantu ginjal dan sistem pencernaan,

yang membantu pertumbuhan fisik secara optimal. Selain itu, ASI mengandung kalsium dengan tingkat penyerapan yang lebih tinggi daripada susu formula, yang membantu mencegah stunting (Pramulya et al., 2021; Purbasary et al., 2022). Balita yang tidak mendapatkan ASI eksklusif lebih cenderung mengalami stunting atau keterlambatan perkembangan dibandingkan dengan balita yang mendapatkannya (Louis et al., 2022).

Ketika tinggi atau panjang badan bayi di bawah standar normal, stunting dapat diidentifikasi. Anak stunting tampak lebih pendek secara fisik dibandingkan balita seusianya. Salah satu tanda utama stunting adalah indeks tinggi badan menurut usia (TB/U) yang rendah. Kondisi ini menunjukkan pertumbuhan linear tanpa potensi genetik karena asupan gizi yang terbatas atau masalah kesehatan. Pemberian ASI eksklusif sejak lahir terbukti memiliki dampak positif terhadap sistem kekebalan tubuh, pertumbuhan, dan perkembangan anak. Dengan pemberian ASI eksklusif sejak lahir, kebutuhan nutrisi bayi dapat dipenuhi secara optimal untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang sehat (Putri & Ayudia, 2020).

Ketidakcukupan pemberian ASI dapat menyebabkan asupan nutrisi yang tidak memadai, meningkatkan risiko malnutrisi, dan pada akhirnya berkontribusi pada stunting (Suryani, 2021). Makanan terbaik untuk bayi baru lahir adalah ASI. ASI memiliki banyak keuntungan dari segi fisik, psikologis, ekonomi, energi, gizi, dan kekebalan dibandingkan dengan sumber makanan lain. Kolostrum sebagai ASI pertama yang keluar setelah melahirkan, kaya akan lemak dan protein, dan melindungi bayi dari banyak penyakit. Salah satu penyebab stunting pada balita adalah kurangnya praktik pemberian ASI eksklusif. Nutrisi yang buruk pada awal kehidupan anak akan memengaruhi tumbuh kembangnya di masa mendatang. Bayi mendapatkan pola makan seimbang yang

mendukung pertumbuhan terbaik mereka dengan menyusui dengan benar (Ali, 2021).

Selama enam bulan pertama kehidupan, bayi hanya diberi ASI secara eksklusif, yang berarti mereka tidak menerima makanan atau minuman apapun selain ASI. ASI dianggap sebagai makanan terbaik untuk bayi baru lahir karena mengandung nutrisi yang lengkap dan seimbang, dan lebih mudah diserap oleh tubuh dibandingkan susu formula. ASI juga mengandung berbagai zat penting seperti tembaga, kobalt, selenium, dan fosfor dalam jumlah yang sesuai dengan kebutuhan bayi. Setelah enam bulan, bayi mulai diberi makanan pendamping ASI (MP-ASI), dan mereka terus diberi ASI hingga usia dua tahun atau lebih (Suryani, 2021).

Makanan alami terbaik untuk bayi adalah ASI karena praktis, hemat, dan mudah dicerna. Ini juga memiliki komposisi nutrisi yang sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan pencernaan bayi. ASI menyerap kalsium dengan lebih baik daripada susu formula, membantu pertumbuhan bayi, terutama dalam hal tinggi badan. Berbagai faktor, termasuk status gizi ibu hamil, asupan makanan, ketersediaan makanan, berat badan lahir, panjang badan lahir, dan pola pemberian makanan tambahan selain menyusui eksklusif, berkontribusi pada prevalensi stunting pada balita (Pratama & Irwandi, 2021).

Berdasarkan tinjauan terhadap 10 jurnal, terdapat hubungan signifikan antara pemberian ASI eksklusif dan kejadian stunting pada balita. Pemberian ASI secara teratur berperan dalam meningkatkan kecerdasan, daya tahan tubuh, serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal. Selain itu, ASI juga membantu mencegah infeksi dan menurunkan risiko gangguan gizi, termasuk stunting.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil tinjauan dalam jurnal di atas, dapat disimpulkan bahwa ada korelasi yang signifikan antara stunting dan pemberian ASI eksklusif. Risiko stunting pada balita berkurang jika ASI eksklusif diberikan secara optimal. ASI memiliki nutrisi yang seimbang dan ideal, dengan kadar kalsium, fosfor, natrium, dan kalium yang lebih rendah dibandingkan susu formula, dan kandungan tembaga, kobalt, dan selenium yang lebih tinggi untuk memenuhi kebutuhan bayi. Komponen ini mendukung pertumbuhan yang optimal, termasuk pertumbuhan tinggi badan. Oleh karena itu, penulis merekomendasikan pemberian ASI eksklusif untuk mencegah stunting dan meningkatkan kualitas hidup balita.

Saran

Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain kohort prospektif agar hubungan kausal antara pemberian ASI eksklusif dan kejadian stunting dapat dibuktikan lebih kuat dengan kontrol variabel perancu seperti sosial ekonomi, pendidikan ibu, dan praktik MP-ASI. Disarankan pula standarisasi pengukuran menggunakan indikator WHO (z-score TB/U) serta instrumen yang tervalidasi agar hasil penelitian lebih akurat dan dapat dibandingkan. Selain itu, penting dilakukan studi intervensi berbasis keluarga dan komunitas untuk menguji efektivitas promosi ASI eksklusif dalam menurunkan prevalensi stunting secara nyata.

Daftar Pustaka

- Ali, A. (2021). Current Status of malnutrition and stunting in pakistani children: what needs to be done? *Journal of the American College of Nutrition*, *40*(2), 180–192.
<https://doi.org/10.1080/07315724.2020.1750504>
- Aryani, R., Afriana, & Azizah, C. (2022). Hubungan Pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita 1-5 tahun di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Ulee Kareng Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, *8*(1), 81–91.
<https://doi.org/10.33143/jhtm.v8i1.1942>
- Damanik, R. K., Silitonga, E., Sidabukk, I. R. R., & Perdana, P. D. (2022). Hubungan Pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita di Desa Perlis Wilayah Kerja Puskesmas Tangkahan Durian Kabupaten Langkat. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, *7*(2), 150–156.
<https://doi.org/10.51143/jksi.v7i2.350>
- Dewi, D. L., Rahayu, S., Putri, N. R., Nugrahaeni, I. K., & Faculty, M. (2021). ASI eksklusif suatu upaya pencegahan kejadian stunting: A Literature Review. *Journal of Midwifery Science : Basic and Applied Research*, *3*(2), 46–50.
<https://doi.org/10.31983/jomisbar.v3i2.8113>
- Elba, F., Daryanti, E., Poddar, S., & Shrestha, S. (2021). The effect of compliance of intake of fe tablets through the whatsapp group messenger program for pregnant women on the increase in hb level at the garuda health center, Bandung City. *Malaysian Journal of Medicine & Health Sciences*, *17*(SUPP4), 132–136.
<http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-85108973438&partnerID=MN8TOARS>
- Hadi, H., Fatimatasari, F., Irwanti, W., Kusuma, C., Alfiana, R. D., Asshiddiqi, M. I., Nugroho, S., Lewis, E. C., & Gittelsohn, J. (2021). Exclusive breastfeeding protects young children from stunting in a low-income population: a study from eastern indonesia. In *Nutrients* (Vol. 13, Issue 12, p. 4264).
<https://doi.org/10.3390/nu13124264>
- Latifah, A. M., Purwanti, L. E., & Sukamto, F. I. (2020). Hubungan pemberian ASI

- eksklusif dengan kejadian stunting pada balita 1-5 tahun. *Health sciences journal*, 4(1), 131-142. <https://doi.org/10.24269/hsj.v4i1.409>
- Louis, S. L., Mirania, A. N., & Yuniarti, E. (2022). Hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada anak balita. *Maternal & Neonatal Health Journal*, 3(1), 7–11. <https://doi.org/10.37010/mnhj.v3i1.498>
- Mawaddah, S. (2019). Hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita usia 24-36 bulan. *Jurnal Berkala Kesehatan*, 5(2), 60–66. <https://doi.org/10.20527/jbk.v5i2.7340>
- Muniari, N. K., Gusti, N., Pramita, A., & Mastiningsih, P. (2022). The relationship between exclusive breastfeeding and stunting incidents in toddlers in the working area of the UPT Puskesmas Susut I Bangli. *Journal Of Ageing And Family (JOAF)*, 2(2), 112–117. <https://doi.org/10.52643/joaf.v2i2.4144>
- Pramulya, I., Wijayanti, F., & Saparwati, M. (2021). Riwayat pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita usia 24-60 bulan. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 7(1), 8–13. <https://doi.org/10.47718/jib.v7i1.878>
- Pratama, M. R., & Irwandi, S. (2021). The relation between exclusive breastfeeding with stunting in the hinai kiri community health center, Secanggang District, Langkat Regency. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, 4(1), 17–25. <https://doi.org/10.52236/ih.v12i2.650>
- Purbasary, E. K., Hikmawati, K., Hidayatin, T., & Yanni. (2022). Exclusive breastfeeding relationship with the incidence of stunting in toddlers in the region work of puskesmas lohbenar. *JOSS: Journal of Social Science*, 1(4), 1264–1282. <https://joss-almakkipublisher.com/index.php/jss>
- Putri, A., & Ayudia, F. (2020). Hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada anak usia 6-59 bulan di Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 11(2), 91–96. <https://doi.org/10.30633/jkms.v11i1.640>
- Rilyani, R. (2021). Exclusive breastfeeding with the incidence of stunting in toddlers. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10, 1–6. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.489>
- Riskesdas. (2018). *Nutritional status of indonesian toddlers. health research and development agency, Ministry of Health of the Republic of Indonesia*. <https://kemkes.go.id/id/potret-sehat-indonesia-riskesdas-2018>
- Sambo, Mery, G. Y., Madu, A. S., Tandiboro, & Antjelita. (2022). Pemberian ASI eksklusif sebagai faktor risiko kejadian stunting pada anak usia 3-5 tahun Di Kecamatan Lau Kabupaten Maros. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 2(2), 122–128. <https://doi.org/10.56742/nchat.v2i2.51>
- Sumarni, S., Oktavianisya, N., & Suprayitno, E. (2020). Pemberian air susu ibu eksklusif berhubungan dengan kejadian stunting pada balita di Pulau Mandangin Kabupaten Sumenep Provinsi Jawa Timur. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 5(1), 39–43. <https://doi.org/10.34008/jurhesti.v5i1.174>
- Suryani, L. (2021). Hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Limapuluh Kota Pekanbaru. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 3(2), 126–131. <https://doi.org/10.32807/jmu.v3i2.120>