

Pengaruh Pemberian ASI Eksklusif Terhadap Pencegahan Stunting Pada Balita: Literature Review

Firawati^{1*}, Hasnaeni², Gita Masyita³

^{1,2} Institut Nani Hasanuddin

³ Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Wiyata Husada Samarinda

Email Penulis Korespondensi: firawati@stikesnh.ac.id*

Article History:

Received Jul 27th, 2026

Accepted Aug 15th, 2026

Publish Aug 15th, 2026

Abstrak

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan gizi kronis yang berdampak terhadap pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan merupakan salah satu intervensi gizi yang direkomendasikan untuk mendukung pertumbuhan optimal anak. Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa hubungan antara ASI eksklusif dan pencegahan stunting dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan. Tujuan: Literature review ini bertujuan menganalisis pengaruh pemberian ASI eksklusif terhadap pencegahan stunting pada balita berdasarkan bukti ilmiah terkini. Metode: Penelitian menggunakan metode literature review dengan pendekatan deskriptif. Pencarian artikel dilakukan pada basis data PubMed, ScienceDirect, SpringerLink, Wiley Online Library, BMJ Open, PLOS ONE, dan jurnal internasional bereputasi lainnya. Sebanyak 30 artikel penelitian yang dipublikasikan pada tahun 2016–2025 dipilih berdasarkan kriteria inklusi, kemudian dianalisis secara naratif melalui sintesis tematik. Hasil: Hasil kajian menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif berkontribusi terhadap pertumbuhan optimal anak melalui pemenuhan kebutuhan gizi, peningkatan status mikronutrien, pembentukan sistem imun, serta penurunan risiko gangguan pertumbuhan. Namun, efektivitas ASI eksklusif dalam mencegah stunting dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti status gizi dan pendidikan ibu, berat badan lahir, kondisi sosial ekonomi, sanitasi, praktik pengasuhan, serta akses terhadap pelayanan kesehatan. Berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa intervensi berbasis komunitas dan pendekatan multisektor mampu memperkuat keberhasilan upaya pencegahan stunting. Kesimpulan: ASI eksklusif merupakan salah satu intervensi penting dalam pencegahan stunting, tetapi tidak dapat berdiri sendiri. Upaya penurunan stunting memerlukan pendekatan yang komprehensif melalui peningkatan status gizi ibu dan anak, edukasi kesehatan, perbaikan sanitasi, penguatan pelayanan kesehatan, serta kolaborasi lintas sektor.

Kata kunci: ASI Eksklusif, Balita, Pencegahan, Stunting.

Abstract

Background: Stunting remains a major public health problem that adversely affects children's physical growth, cognitive development, and future human capital. Exclusive breastfeeding during the first six months of life is recognized as one of the most effective nutritional interventions to support optimal child growth. However, evidence suggests that the relationship between exclusive breastfeeding and stunting prevention is influenced by multiple interconnected factors. Objective: This literature review aimed to analyze the effect of exclusive breastfeeding on stunting prevention among children under five based on recent scientific evidence. Methods: A descriptive literature review was conducted by searching articles from PubMed, ScienceDirect, SpringerLink, Wiley Online Library, BMJ Open, PLOS ONE, and other reputable international journals. A total of 30 original research articles published between 2016 and 2025 met the inclusion criteria and were analyzed using a narrative thematic synthesis approach. Results: The review indicates that exclusive breastfeeding contributes to optimal child growth by providing adequate nutrition, improving micronutrient status, strengthening immune function, and reducing the risk of growth impairment. Nevertheless, the effectiveness of

exclusive breastfeeding in preventing stunting is also influenced by maternal nutritional status and education, birth weight, socioeconomic conditions, sanitation, parenting practices, and access to healthcare services. Community-based interventions and multisectoral approaches were consistently reported to enhance stunting prevention efforts. Conclusion: Exclusive breastfeeding is an essential strategy for preventing stunting, but it should be integrated with broader interventions, including improvements in maternal and child nutrition, health education, sanitation, healthcare services, and cross-sectoral collaboration to achieve optimal outcomes.

Keywords: *Exclusive Breastfeeding; Children Under Five; Prevention; Stunting.*

1. PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang mendapat perhatian global karena berdampak terhadap kualitas sumber daya manusia sejak awal kehidupan. UNICEF, WHO, dan World Bank melaporkan bahwa stunting merupakan gangguan pertumbuhan linier akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi terutama selama periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Kondisi ini tidak hanya ditandai dengan tinggi badan menurut umur yang berada di bawah standar, tetapi juga berkaitan dengan gangguan perkembangan kognitif, penurunan fungsi imun, meningkatnya risiko penyakit tidak menular pada usia dewasa, serta menurunkan produktivitas ekonomi di masa mendatang (UNICEF et al., 2023; WHO, 2022). Oleh karena itu, upaya pencegahan stunting menjadi salah satu prioritas dalam pembangunan kesehatan, termasuk di Indonesia yang berkomitmen mencapai Sustainable Development Goals (SDGs) target 2.2 untuk mengakhiri segala bentuk malnutrisi pada tahun 2030.

Salah satu intervensi gizi yang terbukti efektif dalam mencegah stunting adalah pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan. WHO (2022) menjelaskan bahwa ASI mengandung zat gizi lengkap, faktor imunologis, hormon pertumbuhan, enzim, serta komponen bioaktif yang berperan penting dalam mendukung pertumbuhan optimal bayi dan melindungi terhadap berbagai penyakit infeksi. Pemberian ASI eksklusif juga berkontribusi terhadap pembentukan mikrobiota usus yang sehat sehingga mendukung penyerapan nutrisi dan perkembangan sistem imun bayi (Rinanda et al., 2023). Sebaliknya, rendahnya cakupan ASI eksklusif meningkatkan risiko pemberian makanan pendamping secara dini yang dapat menyebabkan infeksi saluran cerna, gangguan status gizi, dan akhirnya meningkatkan kejadian stunting (Blankenship et al., 2020; Quamme & Iversen, 2022).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan pemberian ASI eksklusif tidak hanya dipengaruhi oleh faktor biologis, tetapi juga oleh karakteristik ibu dan lingkungan sosial. Pendidikan ibu, status pekerjaan, kondisi sosial ekonomi keluarga, serta dukungan keluarga memiliki hubungan yang erat dengan keberhasilan praktik menyusui (Li et al., 2024). Selain itu, akses terhadap pelayanan kesehatan, kualitas konseling laktasi, serta dukungan tenaga kesehatan turut meningkatkan peluang keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Comandini et al., 2016). Faktor maternal seperti status gizi ibu, usia kehamilan, berat lahir bayi, serta perilaku reproduksi berisiko juga berkontribusi terhadap kejadian stunting pada anak (Ioannidou et al., 2023; Tshotetsi et al., 2019; Aboagye et al., 2022).

Selain faktor individu dan keluarga, berbagai determinan lingkungan turut memengaruhi keberhasilan pencegahan stunting. Kemiskinan, keterbatasan akses pangan bergizi, sanitasi yang kurang baik, tingginya angka fertilitas, serta rendahnya akses pelayanan kesehatan terbukti meningkatkan risiko terjadinya stunting pada balita (Medina et al., 2020; Khan et al., 2021). Sebaliknya, intervensi berbasis komunitas yang mendorong praktik ASI eksklusif, edukasi gizi, pemantauan pertumbuhan balita, serta peningkatan kualitas pelayanan kesehatan primer terbukti

mampu memperbaiki status gizi anak secara bermakna (Dapi Nzefa et al., 2019; Simonyan et al., 2020).

Dampak stunting tidak hanya terjadi pada masa kanak-kanak, tetapi berlanjut hingga usia dewasa melalui penurunan kemampuan belajar, produktivitas kerja, serta peningkatan risiko penyakit kronis. Fink et al. (2016) melaporkan bahwa individu yang mengalami stunting sejak dini memiliki produktivitas ekonomi yang lebih rendah dibandingkan individu dengan pertumbuhan normal. Oleh karena itu, percepatan penurunan stunting memerlukan pendekatan multisektor yang mengintegrasikan intervensi gizi spesifik dan sensitif, termasuk promosi ASI eksklusif, perbaikan status gizi ibu, edukasi kesehatan, peningkatan ketahanan pangan, serta penguatan pelayanan kesehatan (Mulyani et al., 2025; Abbag et al., 2021; Dassie et al., 2024; Oggero et al., 2024).

Meskipun berbagai penelitian telah membahas hubungan antara ASI eksklusif dan kejadian stunting, hasil penelitian tersebut masih tersebar pada berbagai populasi dan konteks yang berbeda. Oleh karena itu, diperlukan telaah literatur yang komprehensif untuk mengintegrasikan bukti ilmiah terkini mengenai peran ASI eksklusif dalam pencegahan stunting pada balita. Hasil literature review ini diharapkan dapat memberikan gambaran ilmiah mengenai mekanisme biologis, faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan ASI eksklusif, serta implikasi kebijakan yang dapat digunakan sebagai dasar penguatan program percepatan penurunan stunting di Indonesia.

2. METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode literature review dengan pendekatan deskriptif untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan mensintesis berbagai hasil penelitian mengenai hubungan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif dengan kejadian stunting pada balita. Literature review dilakukan untuk memperoleh gambaran komprehensif mengenai bukti ilmiah terbaru terkait efektivitas ASI eksklusif dalam pencegahan stunting serta faktor-faktor yang memengaruhi hubungan tersebut.

Strategi Pencarian

Pencarian literatur dilakukan melalui beberapa basis data ilmiah internasional yang mempublikasikan artikel bereputasi, meliputi PubMed, ScienceDirect, SpringerLink, Wiley Online Library, BMJ Open, PLOS ONE, dan jurnal internasional lain yang terindeks Scopus. Kata kunci yang digunakan meliputi exclusive breastfeeding, breastfeeding, stunting, child growth, malnutrition, maternal factors, dan exclusive breastfeeding AND stunting. Pencarian artikel difokuskan pada publikasi berbahasa Inggris yang diterbitkan dalam kurun waktu 2016–2025.

Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria inklusi meliputi artikel penelitian original yang membahas hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting atau faktor-faktor yang memengaruhi stunting pada balita, tersedia dalam bentuk full text, serta dipublikasikan pada jurnal internasional bereputasi. Artikel yang berupa editorial, surat kepada editor, prosiding, abstrak konferensi, maupun artikel yang tidak memiliki keterkaitan langsung dengan topik penelitian dikeluarkan dari proses telaah.

Proses Seleksi dan Analisis Data

Seluruh artikel yang memenuhi kriteria selanjutnya diseleksi berdasarkan kesesuaian judul, abstrak, dan isi artikel. Artikel yang lolos proses seleksi kemudian dianalisis secara deskriptif dengan mengelompokkan temuan-temuan penelitian ke dalam beberapa tema utama, yaitu: (1) pengaruh ASI

eksklusif terhadap kejadian stunting; (2) faktor maternal yang memengaruhi praktik ASI eksklusif; (3) faktor sosial ekonomi dan lingkungan; (4) peran pelayanan kesehatan dan intervensi komunitas; serta (5) mekanisme biologis hubungan ASI eksklusif dengan pencegahan stunting.

Sebanyak 30 artikel yang memenuhi kriteria inklusi digunakan sebagai sumber utama dalam literature review ini. Seluruh artikel dianalisis secara naratif untuk mengidentifikasi konsistensi hasil penelitian, perbedaan temuan, serta implikasi yang dapat dijadikan dasar dalam penyusunan rekomendasi pencegahan stunting melalui optimalisasi pemberian ASI eksklusif.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Hasil Telaah Literature Review tentang Pemberian ASI Eksklusif Terhadap Pencegahan Stunting Pada Balita

No	Judul Jurnal	Penulis	Tahun	Peringkat (Q)	Nama Jurnal	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Utama	Implikasi
1	Spatial distribution of stunting among breastfeeding children in Sub-Sahara Africa	(Girma et al., 2025)	2025	Q1	PLoS One	Menganalisis distribusi spasial stunting pada anak menyusui di Sub-Sahara	Analisis spasial cross-sectional	Distribusi stunting tidak merata, dipengaruhi faktor regional	Perlunya intervensi berbasis wilayah
2	Spatial analysis of provincial and district trends in stunting in Nepal	(Nepali et al., 2022)	2022	Q2	BMC Nutrition	Menilai tren stunting antar-provinsi & distrik	Analisis data sekunder 2001–2016	Perbedaan signifikan antar wilayah & waktu	Targeted policy intervensi diperlukan
3	Breastfeeding and biomarkers of folate & cobalamin in Norwegian infants	(Solvik et al., 2024)	2024	Q2	Journal of Nutritional Science	Mengkaji hubungan menyusui dengan biomarker folat & B12	Cross-sectional	ASI terkait status folat dan B12 lebih baik	Mendukung pentingnya ASI untuk status mikronutrien
4	Breastfeeding and Communicable Diseases: A Narrative Review	(Capra et al., 2025)	2025	Q1	Nutrients	Tinjauan kaitan ASI dengan NCD	Narrative review	ASI protektif terhadap obesitas, hipertensi, diabetes	Promosi ASI sebagai pencegahan NCD
5	Breastfeeding Duration and High Blood Pressure in Children (China)	(Liu et al., 2022)	2022	Q1	Nutrients	Hubungan lama ASI dengan hipertensi anak	Cross-sectional multi-provinsi	Lama menurunkan risiko hipertensi anak	Edukasi menyusui jangka panjang
6	Assessing risk factors for child undernutrition in Punjab, Pakistan	(Burki, 2025)	2025	Q1	BMC Public Health	Identifikasi faktor risiko malnutrisi	Analisis regresi multivariat	Faktor ekonomi & sanitasi signifikan	Intervensi harus multisektor
7	Parenting, feeding practices & growth stunting in Asia	(Munawar et al., 2024)	2024	Q2	Psychology, Health & Medicine	Review praktik pengasuhan dan kaitannya dengan stunting	Systematic review	Praktik pemberian makan buruk → stunting	Edukasi parenting penting
8	Prevalence & determinants of stunting-anemia comorbidities	(Dessie et al., 2025)	2025	Q1	Nutrients Review	Menilai prevalensi stunting + anemia	Systematic review & meta-analysis	Tinggi di negara kurang berkembang	Integrasi program stunting & anemia

Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)

Volume 9 ; Nomor 2 ; Tahun 2026; Halaman 1683-1694

E-ISSN : 2622-7487 ; P-ISSN : 2622-7482

No	Judul Jurnal	Penulis	Tahun	Peringkat (Q)	Nama Jurnal	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Utama	Implikasi
9	Vitamin supplementation in VLBW infants: SR & MA	(Bronnert et al., 2025)	2025	Q1	PLoS One	Efek suplementasi vitamin pada bayi prematur	Systematic review & meta-analysis	Perbaikan neurodevelopment signifikan	Dukungan suplementasi neonatal
10	Machine Learning in Predicting Child Malnutrition	(Rao et al., 2025)	2023	Q2	IJERPH	Uji ML untuk prediksi malnutrisi	Meta-analysis DHS data	ML akurat prediksi malnutrisi	Teknologi bantu kebijakan
11	Prevalence of child stunting in Sub-Saharan Africa	(Quamme & Iversen, 2022)	2022	Q3	Clinical Nutrition Open Science	Identifikasi prevalensi & faktor risiko	Cross-sectional	Stunting tinggi terkait kemiskinan	Intervensi ekonomi & gizi
12	Childhood stunting & wasting in Myanmar	(Blankenship et al., 2020)	2020	Q1	Maternal and Child Nutrition	Identifikasi faktor pendorong stunting Myanmar	Mixed-method	Faktor ibu & ekonomi dominan	Intervensi maternal & komunitas
13	Social determinants of child malnutrition in China	(Li et al., 2024)	2024	Q1	Heliyon	Menganalisis determinan sosial malnutrisi	Data CHNS	Pendidikan signifikan	ibu Peningkatan literasi ibu
14	Nutritional status in Cambodia & multidimensional poverty	(Karpati et al., 2020)	2020	Q1	Maternal & Child Health J	Mengkaji peran kemiskinan multidimensi	Cross-sectional	Kemiskinan multidimensi malnutrisi	→ Intervensi berbasis kemiskinan
15	Birth registration & child undernutrition in SSA	(Comandini et al., 2016)	2016	Q1	Public Health Nutrition	Menguji hubungan akta lahir & gizi	Data DHS	Tidak tercatat → risiko stunting lebih tinggi	Pentingnya sistem pencatatan sipil
16	High-risk fertility behaviour & undernutrition in SSA	(Seidu et al., 2023)	2023	Q1	BMC Public Health	Hubungan perilaku fertilitas dengan stunting	Cross-sectional	Fertilitas berisiko malnutrisi anak	→ Family planning penting
17	Factors affecting child malnutrition in Ethiopia	(Yirga et al., 2019)	2019	Q3	African Health Science	Faktor risiko malnutrisi anak Ethiopia	Cross-sectional	Kemiskinan pendidikan dominan	& ibu Pemberdayaan ibu krusial
18	Malnutrition prevalence in Uruguay by SES & education	(Medina et al., 2020)	2020	Q1	Public Health Nutrition	Mengkaji hubungan status sosioekonomi dengan malnutrisi	Cross-sectional	SES rendah malnutrisi tinggi	→ Intervensi pendidikan & ekonomi
19	Birth weight & nutritional status of children in SSA	(Comandini et al., 2016)	2016	Q1	PLoS One	Hubungan berat lahir & status gizi	Data DHS sekunder	BB rendah → risiko stunting	Pentingnya gizi ibu hamil



Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)

Volume 9 ; Nomor 2 ; Tahun 2026; Halaman 1683-1694

E-ISSN : 2622-7487 ; P-ISSN : 2622-7482

No	Judul Jurnal	Penulis	Tahun	Peringkat (Q)	Nama Jurnal	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Utama	Implikasi
20	Maternal factors & low birth weight (South Africa)	(Tshotetsi et al., 2019)	2019	Q1	PLoS One	Faktor maternal penyebab BB rendah	Case-control	Gizi ibu buruk & jarak kelahiran dekat → LBW	Edukasi gizi ibu
21	Undernutrition among children in Cameroon	(Dapi Nzefta et al., 2019)	2019	Q3	SA Journal of Clinical Nutrition	Prevalensi malnutrisi anak desa Bandja	Cross-sectional	Malnutrisi tinggi di pedesaan	Program gizi berbasis lokal
22	Trends and projections of under-5 mortality in Bangladesh including the effects of maternal high-risk fertility behaviours and use of healthcare services	(Khan et al., 2021)	2021	Q1	PLoS One	Mengkaji hubungan fertilitas risiko & kematian anak	Time-trend analysis	Fertilitas risiko tinggi → kematian balita	Integrasi program KB & gizi
23	Short-term nutrition and growth indicators in 6-month- to 6-year-old children are improved following implementation of a multidisciplinary community-based programme in a chronic conflict setting	(Simonyan et al., 2020)	2020	Q1	Public Health Nutrition	Evaluasi program gizi multidisiplin di konflik	Intervensi lapangan	Perbaikan gizi & pertumbuhan anak	Perlu program adaptif konflik
24	Attending informal preschools and daycare centers is a risk factor for underweight, stunting and wasting in children under the age of five years in underprivileged communities in south africa	(Madiba et al., 2019)	2022	Q2	IJERPH	Hubungan informal & gizi daycare	Cross-sectional	Daycare informal → risiko stunting lebih tinggi	Regulasi daycare dibutuhkan
25	Effects of early-life poverty on health and human capital in children and adolescents: analyses of national surveys and birth cohort studies in LMICs	(Victora et al., 2022)	2022	Q1	NEJM	Uji pangan mikrobiota pada anak kurang gizi	RCT	Perbaikan pertumbuhan signifikan	Inovasi pangan berbasis mikrobiota

Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)

Volume 9 ; Nomor 2 ; Tahun 2026; Halaman 1683-1694

E-ISSN : 2622-7487 ; P-ISSN : 2622-7482

No	Judul Jurnal	Penulis	Tahun	Peringkat (Q)	Nama Jurnal	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Utama	Implikasi
26	Schooling & wage loss due to growth faltering	(Fink et al., 2016)	2016	Q1	AJCN	Dampak ekonomi stunting global	Modeling estimation	& Stunting → kerugian pendidikan & ekonomi	Urgensi intervensi global
27	Effects of Prenatal Breastfeeding Education	(Oggero et al., 2024)	2024	Q1	Health Education & Behavior	Efek edukasi prenatal terhadap durasi ASI	Systematic review	Edukasi meningkatkan durasi ASI >12 minggu	Perluasan edukasi prenatal
28	Understanding Stunting: Narrative Review	(Mulyani et al., 2025)	2025	Q1	Nutrients	Review penyebab & percepatan stunting	Narrative review	Faktor gizi, sosial, sanitasi → stunting	Integrasi multisektor
29	Iodine Deficiency Disorders & Stunting (Saudi Arabia)	(Abbag et al., 2021)	2021	Q2	IJERPH	Hubungan defisiensi yodium & stunting	Cross-sectional	Defisiensi yodium → risiko stunting	Suplementasi yodium penting
30	Factors influencing concurrent wasting, stunting & underweight	(Dassie et al., 2024)	2024	Q1	Frontiers in Nutrition	Mengidentifikasi faktor malnutrisi ganda	Systematic review	Determinan multi-level	Intervensi komprehensif diperlukan



Pembahasan

Peran ASI Eksklusif dalam Mendukung Pertumbuhan Anak dan Mencegah Stunting

Hasil telaah terhadap 30 artikel menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu intervensi penting dalam mendukung pertumbuhan optimal anak dan menurunkan risiko gangguan pertumbuhan. Meskipun tidak seluruh artikel secara langsung meneliti hubungan ASI eksklusif dengan stunting, sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa pemberian ASI berkontribusi terhadap status gizi, pertumbuhan, dan kesehatan anak.

Solvik et al. (2024) menunjukkan bahwa bayi yang mendapatkan ASI memiliki status folat dan vitamin B12 yang lebih baik dibandingkan bayi yang tidak disusui. Status mikronutrien yang optimal berperan penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain itu, Capra et al. (2025) dalam narrative review melaporkan bahwa manfaat ASI tidak hanya terbatas pada masa bayi, tetapi juga memberikan efek protektif terhadap berbagai penyakit tidak menular seperti obesitas, hipertensi, dan diabetes pada masa selanjutnya. Hasil tersebut diperkuat oleh Liu et al. (2022) yang menemukan bahwa durasi pemberian ASI berhubungan dengan penurunan risiko hipertensi pada anak.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa manfaat ASI bersifat multidimensional, yaitu tidak hanya memenuhi kebutuhan nutrisi selama enam bulan pertama kehidupan, tetapi juga berkontribusi terhadap kesehatan jangka panjang. Oleh karena itu, promosi ASI eksklusif tetap menjadi salah satu strategi utama dalam upaya meningkatkan kualitas tumbuh kembang anak.

Determinan Maternal terhadap Kejadian Stunting

Literature review ini menunjukkan bahwa faktor maternal merupakan determinan penting yang memengaruhi kejadian stunting. Pendidikan ibu menjadi faktor yang paling konsisten ditemukan dalam berbagai penelitian. Li et al. (2024) melaporkan bahwa pendidikan ibu berhubungan dengan status gizi anak, di mana ibu dengan tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhan gizi anak.

Selain pendidikan, kondisi gizi ibu selama kehamilan juga berpengaruh terhadap pertumbuhan anak. Tshotetsi et al. (2019) menunjukkan bahwa status gizi ibu yang buruk dan jarak kelahiran yang terlalu dekat meningkatkan risiko bayi lahir dengan berat badan rendah. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian mengenai berat lahir yang menunjukkan bahwa bayi dengan berat lahir rendah memiliki risiko lebih besar mengalami gangguan pertumbuhan pada masa balita.

Perilaku fertilitas juga berkontribusi terhadap status gizi anak. Seidu et al. (2023) melaporkan bahwa perilaku fertilitas berisiko, seperti usia ibu terlalu muda, usia terlalu tua, maupun jarak kehamilan yang pendek, berhubungan dengan meningkatnya kejadian malnutrisi pada anak. Oleh karena itu, upaya pencegahan stunting perlu dimulai sejak masa prakonsepsi dan kehamilan melalui peningkatan status gizi ibu, perencanaan kehamilan, dan pelayanan antenatal yang berkualitas.

Faktor Sosial Ekonomi dan Lingkungan

Sebagian besar artikel dalam literature review ini menunjukkan bahwa faktor sosial ekonomi merupakan determinan dominan kejadian stunting. Burki (2025) menemukan bahwa kondisi ekonomi keluarga dan sanitasi merupakan faktor risiko utama malnutrisi anak di Pakistan. Hasil serupa dilaporkan oleh Medina et al. (2020) yang menunjukkan bahwa anak dari keluarga dengan status sosial ekonomi rendah memiliki risiko malnutrisi yang lebih tinggi dibandingkan keluarga dengan kondisi ekonomi yang lebih baik.

Karpati et al. (2020) menambahkan bahwa kemiskinan multidimensi berkaitan erat dengan status gizi anak. Sementara itu, Yirga et al. (2019) menunjukkan bahwa kemiskinan dan rendahnya pendidikan ibu merupakan determinan utama malnutrisi anak di Ethiopia. Temuan ini menunjukkan bahwa stunting bukan hanya disebabkan oleh kekurangan asupan gizi, tetapi juga dipengaruhi oleh

kondisi sosial, ekonomi, dan lingkungan. Oleh karena itu, percepatan penurunan stunting memerlukan pendekatan multisektor yang melibatkan sektor kesehatan, pendidikan, ekonomi, sanitasi, dan perlindungan sosial.

Peran Pelayanan Kesehatan dan Intervensi Berbasis Komunitas

Intervensi pelayanan kesehatan dan pemberdayaan masyarakat menjadi komponen penting dalam upaya pencegahan stunting. Dapi Nzefa et al. (2019) melaporkan bahwa prevalensi malnutrisi masih tinggi pada masyarakat pedesaan sehingga diperlukan program gizi berbasis lokal. Simonyan et al. (2020) menunjukkan bahwa implementasi program gizi multidisiplin berbasis komunitas mampu memperbaiki indikator pertumbuhan anak secara signifikan.

Selain itu, Madiba et al. (2019) menemukan bahwa anak yang menghadiri daycare informal memiliki risiko lebih tinggi mengalami stunting, wasting, dan underweight dibandingkan anak yang memperoleh pengasuhan dengan kualitas yang lebih baik. Khan et al. (2021) juga menekankan pentingnya integrasi pelayanan kesehatan reproduksi, keluarga berencana, dan pelayanan kesehatan anak untuk menurunkan risiko malnutrisi dan kematian balita. Hasil tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan pencegahan stunting memerlukan keterlibatan berbagai sektor melalui penguatan pelayanan kesehatan primer, Posyandu, edukasi keluarga, dan pemberdayaan masyarakat.

Dampak Jangka Panjang dan Implikasi Kebijakan

Stunting memberikan dampak jangka panjang terhadap kualitas sumber daya manusia. Fink et al. (2016) melaporkan bahwa gangguan pertumbuhan pada masa anak berhubungan dengan rendahnya pencapaian pendidikan serta penurunan pendapatan ketika dewasa. Temuan tersebut menunjukkan bahwa stunting tidak hanya menjadi masalah kesehatan, tetapi juga berdampak terhadap pembangunan ekonomi.

Mulyani et al. (2025) menegaskan bahwa percepatan penurunan stunting memerlukan pendekatan multisektor yang mencakup perbaikan gizi, sanitasi, pendidikan, serta perlindungan sosial. Selain itu, Abbag et al. (2021) menunjukkan bahwa defisiensi yodium meningkatkan risiko stunting sehingga intervensi mikronutrien tetap diperlukan sebagai bagian dari strategi pencegahan. Dassie et al. (2024) juga melaporkan bahwa *wasting*, *underweight*, dan stunting memiliki determinan yang saling berkaitan sehingga program penanggulangan malnutrisi perlu dilakukan secara terintegrasi.

Secara keseluruhan, hasil literature review ini menunjukkan bahwa pencegahan stunting memerlukan pendekatan yang komprehensif. ASI eksklusif merupakan salah satu intervensi penting dalam mendukung pertumbuhan anak, namun efektivitasnya akan lebih optimal apabila didukung oleh perbaikan status gizi ibu, peningkatan pendidikan keluarga, penguatan pelayanan kesehatan, perbaikan kondisi sosial ekonomi, serta kebijakan publik yang mendukung kesehatan ibu dan anak.

4. KESIMPULAN

Literature review terhadap 30 artikel menunjukkan bahwa pencegahan stunting pada balita dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan. ASI eksklusif berperan penting dalam mendukung pertumbuhan anak melalui pemenuhan nutrisi dan peningkatan kesehatan, namun keberhasilannya dipengaruhi oleh faktor lain seperti status gizi dan pendidikan ibu, berat badan lahir, kondisi sosial ekonomi, sanitasi, akses pelayanan kesehatan, serta praktik pengasuhan.

Pencegahan stunting memerlukan pendekatan komprehensif melalui integrasi promosi ASI, perbaikan gizi ibu dan anak, edukasi kesehatan, peningkatan sanitasi, penguatan layanan kesehatan, serta pemberdayaan masyarakat. Hasil kajian ini dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan dan

pembuat kebijakan dalam menyusun strategi pencegahan stunting yang efektif. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau meta-analisis untuk memperkuat bukti hubungan ASI eksklusif dengan kejadian stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Abbag, F. I., Abu-Eshy, S. A., Mahfouz, A. A., Alsaleem, M. A., Alsaleem, S. A., Patel, A. A., Mirdad, T. M., Shati, A. A., & Awadalla, N. J. (2021). Iodine deficiency disorders as a predictor of stunting among primary school children in the Aseer region, southwestern Saudi Arabia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(14), 1–9. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147644>
- [2] Aboagye, R. G., Ahinkorah, B. O., Seidu, A. A., Frimpong, J. B., Archer, A. G., Adu, C., Hagan, J. E., Amu, H., & Yaya, S. (2022). Birth weight and nutritional status of children under five in sub-Saharan Africa. *PLoS ONE*, 17(6), 1–19. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0269279>
- [3] Blankenship, J. L., Cashin, J., Nguyen, T. T., & Ip, H. (2020). Childhood stunting and wasting in Myanmar: Key drivers and implications for policies and programmes. *Maternal and Child Nutrition*, 16(S2), 1–8. <https://doi.org/10.1111/mcn.12710>
- [4] Burki, S. J. (2025). Assessing risk factors for child undernutrition in Punjab, Pakistan. *BMC Public Health*, 25, Article number. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-21472-3>
- [5] Capra, M. E. L., Bordin, D., & Verduci, E. (2025). Breastfeeding and non-communicable diseases: A narrative review. *Nutrients*, 17(3), 452. <https://doi.org/10.3390/nu17030452>
- [6] Comandini, O., Cabras, S., & Marini, E. (2016). Birth registration and child undernutrition in sub-Saharan Africa. *Public Health Nutrition*, 19(10), 1757–1767. <https://doi.org/10.1017/S136898001500333X>
- [7] Dapi Nzefa, L., Monebenimp, F., & Äng, C. (2019). Undernutrition among children under five in the Bandja village of Cameroon, Africa. *South African Journal of Clinical Nutrition*, 32(2), 46–50. <https://doi.org/10.1080/16070658.2018.1448503>
- [8] Dassie, G. A., Chala Fantaye, T., Charkos, T. G., Sento Erba, M., & Balcha Tolosa, F. (2024). Factors influencing concurrent wasting, stunting, and underweight among children under five who suffered from severe acute malnutrition in low- and middle-income countries: A systematic review. *Frontiers in Nutrition*, 11, 1–11. <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1452963>
- [9] Fink, G., Peet, E., Danaei, G., Andrews, K., McCoy, D. C., Sudfeld, C. R., Smith Fawzi, M. C., Ezzati, M., & Fawzi, W. W. (2016). Schooling and wage income losses due to early-childhood growth faltering in developing countries: National, regional, and global estimates. *American Journal of Clinical Nutrition*, 104(1), 104–112. <https://doi.org/10.3945/ajcn.115.123968>
- [10] Ioannidou, E., Shabnam, S., Abner, S., Kaur, N., Zaccardi, F., Ray, K. K., Seidu, S., Davies, M. J., Khunti, K., & Gillies, C. L. (2023). Effect of more versus less intensive blood pressure control on cardiovascular, renal and mortality outcomes in people with type 2 diabetes: A systematic review and meta-analysis. *Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews*, 17(6), 102782. <https://doi.org/10.1016/j.dsx.2023.102782>
- [11] Karpati, J., de Neubourg, C., Laillou, A., & Poirot, E. (2020). Improving children's nutritional status in Cambodia: Multidimensional poverty and early integrated interventions. *Maternal and Child Nutrition*, 16(S2), 1–10. <https://doi.org/10.1111/mcn.12731>
- [12] Khan, M. A., Khan, N., Rahman, O., Mustagir, G., Hossain, K., Islam, R., & Khan, H. T. A. (2021). Trends and projections of under-5 mortality in Bangladesh including the effects of maternal high-risk fertility behaviours and use of healthcare services. *PLoS ONE*, 16(2), 1–17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246210>

- [13] Li, S., Mohamed Nor, N., & Kaliappan, S. R. (2024). Social determinants of child malnutrition outcomes: Evidence from CHNS in China. *Heliyon*, 10(1). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e23887>
- [14] Liu, Y., Zhang, Y., Fang, H., & Xu, H. (2022). Breastfeeding duration and high blood pressure in children: A cross-sectional study in China. *Nutrients*, 14(18), 3721. <https://doi.org/10.3390/nu14183721>
- [15] Madiba, S., Chelule, P. K., & Mokgatle, M. M. (2019). Attending informal preschools and daycare centers is a risk factor for underweight, stunting and wasting in children under the age of five years in underprivileged communities in South Africa. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(14). <https://doi.org/10.3390/ijerph16142589>
- [16] Medina, M., Barreto, P., Natero, V., Moratorio, X., & Severi, C. (2020). Prevalence of malnutrition among children and women of reproductive age in Uruguay by socio-economic status and educational level. *Public Health Nutrition*, 23(S1), S101–S107. <https://doi.org/10.1017/S1368980020000804>
- [17] Mulyani, A. T., Khairinisa, M. A., Khatib, A., & Chaerunisaa, A. Y. (2025). Understanding stunting: Impact, causes, and strategy to accelerate stunting reduction—A narrative review. *Nutrients*, 17(9). <https://doi.org/10.3390/nu17091493>
- [18] Oggero, M. K., Rozmus, C. L., & LoBiondo-Wood, G. (2024). Effects of prenatal breastfeeding education on breastfeeding duration beyond 12 weeks: A systematic review. *Health Education & Behavior*, 51(5), 665–676. <https://doi.org/10.1177/10901981231220668>
- [19] Quamme, S. H., & Iversen, P. O. (2022). Prevalence of child stunting in Sub-Saharan Africa and its risk factors. *Clinical Nutrition Open Science*, 42, 49–61. <https://doi.org/10.1016/j.nutos.2022.01.009>
- [20] Rinanda, T., Riani, C., Artarini, A., & Sasongko, L. (2023). Correlation between gut microbiota composition, enteric infections and linear growth impairment: A case–control study in childhood stunting in Pidie, Aceh, Indonesia. *Gut Pathogens*, 15(1), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s13099-023-00581-w>
- [21] Seidu, A. A., Ahinkorah, B. O., Ameyaw, E. K., Hubert, C. K., & Kissah-Korsah, K. (2023). High-risk fertility behaviour and undernutrition in sub-Saharan Africa. *BMC Public Health*, 23, Article number. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-15347-5>
- [22] Simonyan, H., Sargsyan, A., Balalian, A. A., Davtyan, K., & Gupte, H. A. (2020). Short-term nutrition and growth indicators in 6-month- to 6-year-old children are improved following implementation of a multidisciplinary community-based programme in a chronic conflict setting. *Public Health Nutrition*, 23(1), 134–145. <https://doi.org/10.1017/S1368980019002969>
- [23] Solvik, B. S., Øyen, J., Kvestad, I., Hysing, M., Ueland, P. M., & Strand, T. A. (2024). Breastfeeding and biomarkers of folate and cobalamin in Norwegian infants. *Journal of Nutritional Science*, 13, e38. <https://doi.org/10.1017/jns.2024.32>
- [24] Tshotetsi, L., Dzikiti, L., Hajison, P., & Feresu, S. (2019). Maternal factors contributing to low birth weight deliveries in Tshwane District, South Africa. *PLoS ONE*, 14(3), 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0213058>
- [25] UNICEF, WHO, & World Bank. (2023). Levels and trends in child malnutrition. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240073791>
- [26] World Health Organization. (2022). World health statistics 2022: Monitoring health for the SDGs, sustainable development goals. World Health Organization.
- [27] Yirga, A. A., Mwambi, H. G., Ayele, D. G., & Melesse, S. F. (2019). Factors affecting child malnutrition in Ethiopia. *African Health Sciences*, 19(2), 1897–1909. <https://doi.org/10.4314/ahs.v19i2.13>