

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stunting merupakan topik yang perlu mendapat perhatian dari semua kalangan mengingat dampak yang ditimbulkannya (Yanti et al., 2020). Dampak *Stunting* dalam jangka pendek dapat menyebabkan penurunan kemampuan belajar karena kurangnya perkembangan kognitif. Sedangkan dalam jangka panjang dapat menurunkan kualitas hidup anak di masa yang akan datang karena berkurangnya kesempatan mendapat pendidikan, peluang kerja, dan pendapatan yang lebih baik (Nirmalasari, 2020).

Stunting adalah keadaan gagal tumbuh pada anak usia kurang dari lima tahun akibat dari kekurangan gizi kronis, sehingga anak lebih pendek daripada anak seusianya (Astuti et al., 2020). Beberapa faktor, seperti asupan gizi yang tidak memadai, infeksi berulang, dan kondisi sosial ekonomi yang rendah, menjadi penyebab *Stunting* (Arifa et al., 2024). Selain faktor di atas, isolasi dari lingkungan, stres atau depresi yang berlebihan, emosi yang tidak terkendali, pola makan dan tidur yang tidak teratur, kecemasan yang berlebihan juga merupakan salah satu penyebab *Stunting* (Saripah, 2022).

Tidur adalah kondisi tidak sadar yang merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia (Djamalilleil et al., 2020). Semua orang memerlukan istirahat dan tidur agar dapat menjaga status kesehatan pada tingkat yang optimal. Selain itu proses tidur dapat memperbaiki sel dalam tubuh. Manfaat tidur bagi anak dapat membantu meningkatkan kecerdasan anak, memproduksi hormon pertumbuhan, penyimpanan energi, daya tahan, ketangkasan yang secara tidak langsung mempengaruhi kecerdasan, fungsi kognitif dan penyimpanan memori jangka panjang (Rita Puspa Sari & Feby Rizky Ramadan, 2020).

Gangguan tidur adalah masalah pada pola tidur seseorang yang akan menyebabkan memburuknya kualitas tidur yang berdampak pada kesehatan dan keselamatan penderitanya (Farasari et al., 2022). Salah satu faktor yang menjadi penyebab gangguan tidur pada anak usia dini adalah kurangnya keterlibatan orangtua dalam memberikan perlakuan seperti memberikan jadwal tidur yang baik pada anak. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, sebanyak 56,1% anak tertidur ketika disusui, 23,1% anak tertidur didekat orang tuanya, 22,6% anak tertidur dalam gendongan, sebanyak 20% anak tertidur sendiri ditempat tidur dan 20% anak tertidur ketika diayun. (Putri Gavinta & Kurniawati, 2021). Ketidakhadiran orang tua pada

malam hari juga dapat berdampak rasa aman dan berkaitan dengan emosional anak (Isna Maulidya & Raden Rachmy Diana, 2024).

Berdasarkan hal tersebut saya sebagai peneliti berasumsi adanya hubungan antara pengaruh pola tidur pada anak dengan masalah *Stunting*. Saya sebagai peneliti ingin meneliti lebih lanjut mengenai pengaruh pola tidur dengan masalah *Stunting* pada anak, serta mempelajari lebih dalam melalui hubungan antara pola tidur dengan faktor faktor penyebabnya, pola tidur dengan hormon pertumbuhan dan metabolisme anak, serta hubungan antara pola tidur dengan *Stunting* itu sendiri. Dengan mempelajari lebih mendalam mengenai topik ini, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi masyarakat secara keseluruhan.

1.2 Rumusan Masalah

1. Apakah ada hubungan antara pola tidur dengan kejadian *Stunting* pada anak ?
2. Bagaimana hubungan antara pola tidur dengan kejadian *Stunting* pada anak ?

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mempelajari dan meneliti hubungan antara pola tidur anak dengan kejadian *Stunting*.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menilai hubungan antara pola tidur pada anak dengan kejadian *Stunting*.
2. Menilai hubungan lama tidur, dengan risiko *Stunting* pada anak.
3. Menilai hubungan riwayat terbangun, dengan risiko *Stunting* pada anak.
4. Menilai hubungan dengan risiko *Stunting* pada anak.
5. Menilai kondisi ekonomi responden.
6. Menilai pendidikan terakhir responden.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Untuk Umum

1. Memahami tentang hubungan antara pola tidur dengan *Stunting* pada anak.
2. Membuka wawasan mengenai hubungan antara pola tidur dengan *Stunting* pada anak.

1.4.2 Untuk Peneliti

1. Memberi kontribusi mengenai hubungan ilmiah yang berkorelasi dengan pola tidur dan masalah *Stunting*.
2. Menyediakan dasar untuk penelitian lanjutan dan pengembangan intervensi kesehatan.

1.4.3 Untuk Masyarakat

1. Memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya pola tidur pada anak untuk mencegah *Stunting*.