

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengertian Rumah Sehat

Rumah merupakan suatu bangunan fisik yang berfungsi sebagai tempat berlindung, dengan lingkungan yang mendukung kesehatan fisik, mental dan sosial penghuninya. Sementara itu, berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 829/Menkes/SK/VII/1999, rumah diartikan sebagai bangunan tempat tinggal atau hunian yang juga berperan sebagai sarana pembinaan keluarga. Sebagai makhluk yang memiliki akal dan bersifat dinamis, manusia senantiasa berupaya membangun diri dan lingkungan menuju perubahan yang lebih baik perkembangan budaya serta sistem sosial masyarakat turut mengalami perubahan dari waktu ke waktu, yang pada gilirannya mempengaruhi bentuk fisik, persepsi, dan makna dari rumah itu sendiri. Sejarah mencatat bahwa masyarakat tradisional dalam membangun hunian tidak hanya memperhatikan fungsi fisiknya, tetapi juga memuat nilai-nilai dan simbolisme yang bermakna (Kusmiyati, dkk. 2021).

Persyaratan tentang rumah sehat dapat diuraikan sebagai berikut:

a. Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 829/Menkes/SK/VII/1999 menyatakan bahwa:

- 1) Rumah adalah bangunan yang berfungsi sebagai tempat tinggal atau hunian dan sarana pembinaan keluarga
- 2) Perumahan adalah kelompok rumah yang berfungsi sebagai tempat tinggal atau tempat hunian dengan sarana dan prasarana lokal

- 3) Kesehatan perumahan adalah kondisi fisik, kimia, dan biologik di dalam rumah, dilingkungan rumah dan perumahan sehingga memungkinkan penghuni atau masyarakat memperoleh derajat kesehatan yang optimal.
- 4) Prasarana kesehatan lingkungan adalah komponen fisik utama lingkungan yang memungkinkan lingkungan permukiman berfungsi dengan baik.
- 5) Sarana kesehatan lingkungan adalah fasilitas penunjang yang berfungsi untuk penyelenggaraan dan pengembangan kehidupan ekonomis, sosial dan budaya.

b. Persyaratan rumah sehat menurut Winslow dan APHA

Menurut Winslow dan APHA rumah dikatakan sehat jika memenuhi persyaratan-persyaratan sebagai berikut:

1) Memenuhi kebutuhan fisiologis

Rumah yang sehat harus memenuhi persyaratan fisiologis guna menunjang fungsi tubuh secara optimal melalui penyediaan fasilitas yang memadai. Beberapa aspek kebutuhan fisiologis yang harus dipenuhi meliputi:

a) Pencahayaan

Setiap ruangan dalam rumah harus memiliki pencahayaan yang cukup, baik berupa cahaya alami dari sinar matahari maupun pencahayaan buatan seperti lampu. Tingkat pencahayaan harus disesuaikan dengan kebutuhan penghuni rumah.

b) Penghawaan

Sirkulasi udara dalam ruangan harus dirancang sedemikian rupa agar aliran udara segar dapat masuk dan berganti secara teratur. Jumlah udara yang tersedia juga perlu disesuaikan dengan kebutuhan per orang yang tinggal di dalam rumah

c) Kebisingan

Rumah harus bebas dari gangguan kebisingan yang dapat mengganggu ketenangan, baik yang berasal dari lingkungan luar maupun dari dalam rumah itu sendiri.

d) Ruang (space)

Rumah perlu menyediakan ruang yang memadai untuk mendukung berbagai aktivitas penghuni, seperti ruang bermain anak dan ruang belajar. Selain itu, ruangan utama seperti ruang tamu, kamar tidur, ruang makan, dan ruangan lain juga harus tersedia dan tertata dengan baik

2) Memenuhi syarat psikologis

Rumah yang sehat tidak hanya di tinjau dari aspek fisik, tetapi juga harus mendukung kesehatan mental dan kenyamanan psikologis penghuninya.

Beberapa aspek yang perlu dipenuhi antara lain:

a) Menjamin privasi

Setiap anggota keluarga perlu mendapatkan ketenangan dan kebebasan dalam beraktivitas didalam rumah tanpa gangguan, baik dari sesama penghuni rumah, tetangga maupun orang luar.

b) Tersedianya Ruang Keluarga

Ruang keluarga berfungsi sebagai tempat berkumpul dan berinteraksi, yang penting untuk mempererat hubungan emosional antara anggota keluarga serta memenuhi kebutuhan psikologis mereka

c) Lingkungan yang sesuai

Pemilihan tempat tinggal sebaiknya disesuaikan dengan tingkat sosial ekonomi keluarga. Ketidaksesuaian strata sosial dalam lingkungan tempat tinggal dapat menimbulkan ketidaknyamanan dan gangguan psikologis.

d) Ketersediaan fasilitas dengan privasi tinggi

Rumah harus dilengkapi dengan fasilitas pribadi seperti kamar mandi dan kloset yang digunakan khusus oleh penghuni rumah menggunakan fasilitas sanitasi milik orang lain dianggap tidak etis dan mengganggu kenyamanan.

e) Jumlah kamar tidur yang memadai

Kamar tidur perlu disesuaikan dengan jumlah dan usia anggota keluarga. Anak dibawah usia dua tahun dapat berbagi kamar

dengan orang tua, sementara anak usia di atas 10 tahun perlu dipisahkan berdasarkan jenis kelamin. Anak berusia 17 tahun ke atas idealnya memiliki kamar sendiri.

f) Adanya halaman rumah

Keberadaan halaman yang dapat ditanami pohon atau taman berfungsi untuk memperindah rumah sekaligus meningkatkan kualitas udara dan melindungi dari populasi lingkungan

g) Kandang hewan peliharaan terpisah

Untuk mencegah risiko penyakit zoonosis dan menghindari gangguan dari hewan peliharaan, sebaiknya dibuatkan kandang terpisah dari area hunian.

3) Mencegah penularan penyakit

Rumah sehat harus dirancang sedemikian rupa agar tidak menjadi sumber penyakit, baik dari segi fisik, mental, maupun sosial. Beberapa aspek yang perlu diperhatikan meliputi:

a) Ketersediaan air bersih

Air bersih sangat penting untuk keperluan sehari-hari dan harus memenuhi syarat dari segi fisik, kimia dan mikrobiologi serta tersedia dalam jumlah yang mencukupi.

b) Kondisi rumah dan lingkungan sekitar

Rumah dan lingkungannya harus dirancang agar tidak menjadi tempat berkembang biaknya vektor penyakit. Ini meliputi sistem

penyimpanan sampah yang baik serta kebersihan lingkungan yang terjaga

c) Sarana pembuangan limbah dan tinja yang memadai

Tersedianya sistem pembuangan air Limbah dan tinja yang memenuhi standar sanitasi sangat penting untuk mencegah penyebaran penyakit.

d) Ukuran yang sesuai

Ukuran kamar sebaiknya tidak terlalu sempit untuk menghindari kondisi kumuh. Ukuran minimum kamar yang disarankan adalah 2,5m x 3m dengan tinggi langit-langit antara 2,75m – 3m. kepadatan penghuni dan sirkulasi udara serta pencahayaan alami turut memengaruhi risiko penyakit saluran pernapasan.

e) Fasilitas pengolahan dan penyimpanan makanan yang higienis

Area memasak dan penyimpanan makanan harus terlindungi dari pencemaran serta tidak mudah dijangkau oleh vektor penyakit dan hewan pengerat.

4) Mencegah terjadinya kecelakaan

Desain rumah juga harus memperhatikan aspek keselamatan guna menghindari kecelakaan domestik. Beberapa hal yang perlu dipertimbangkan antara lain:

a) Ventilasi yang memadai penting di area dapur untuk menghindari

akumulasi gas apabila terjadi kebocoran. Membuka jendela dapat membantu sirkulasi udara dan mengurangi risiko ledakan.

- b) Penerangan yang memadai penting untuk mencegah kecelakaan seperti tersandung, tertusuk, atau cedera saat melakukan aktivitas sehari-hari.
- c) Bangunan rumah sebaiknya tidak terlalu dekat dengan pohon besar yang berisiko tumbang dan menyebabkan kerusakan atau kecelakaan
- d) Pembangunan rumah harus mengikuti ketentuan garis sempadan untuk memastikan jarak aman antara bangunan dan jalan.
- e) Area seperti kamar mandi dan toilet harus menggunakan material lantai yang tidak licin untuk mencegah tergelincir serta dirawat serta rutin agar tetap aman
- f) Bagian rumah yang dekat dengan sumber api atau aliran listrik sebaiknya dibuat dari bahan yang tahan terhadap api guna meminimalkan risiko kebakaran.
- g) Perabot dan barang-barang dalam rumah perlu ditata agar memberikan ruang gerak yang cukup, terutama bagi anak-anak. Bahan- bahan beracun seperti obat, deterjen, atau bahan bakar harus disimpan jauh dari jangkauan anak-anak.

B. Sarana Sanitasi

Sanitasi dasar merupakan upaya utama dalam meningkatkan kesehatan manusia melalui penyediaan lingkungan yang sehat. Beberapa komponen penting dalam sanitasi dasar meliputi penyediaan air bersih, jamban sehat, pengelolaan sampah, serta saluran pembuangan air limbah. Sanitasi yang baik, terutama di lingkungan rumah tangga, berperan besar dalam menjaga

kesehatan masyarakat. Sebaiknya, lingkungan yang tidak bersih dan tidak memenuhi standar sanitasi dapat menyebabkan memburuknya kondisi kesehatan dan memicu berbagai penyakit. Oleh karena itu, untuk mencegah timbulnya penyakit akibat lingkungan yang tidak sehat, sanitasi lingkungan harus senantiasa di jaga, khususnya di kawasan pemukiman (Celesta, dkk 2019)

1. Sarana Air Bersih

Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 2 Tahun 2023, air untuk keperluan higiene dan sanitasi adalah air yang digunakan untuk kebersihan pribadi dan/atau rumah tangga. Air ini tersedia bagi rumah tangga yang memiliki sumber air sendiri atau yang memiliki akses langsung terhadap sumber tersebut. Masyarakat umumnya memanfaatkan berbagai sarana penyediaan air bersih, antara lain:

- a. Sumur gali (SGL), sarana yang digunakan untuk menampung air tanah sebagai sumber air bersih atau air minum
- b. Sumur Bor, dibuat dengan pengeboran hingga kedalaman tertentu untuk mengambil air tanah
- c. Sumur pompa tangan (SPT), sumur yang dibangun dengan cara menggali atau mengebor tanah hingga kedalaman tertentu dan dilengkapi dengan pompa tangan.
- d. Penampungan air hujan (PAH), fasilitas untuk menampung air hujan yang dapat dimanfaatkan sebagai air bersih atau air minum.

- e. Perpipaan sambungan langsung, sistem distribusi air minum yang dialirkan langsung ke rumah-rumah melalui jaringan pipa
 - f. Hidran umum, fasilitas pelayanan air minum berupa bak penampungan yang dilengkapi dengan kran
 - g. Kran umum, pelayanan air minum yang disalurkan langsung melalui jaringan perpipaan tanpa melalui tangki hidran
 - h. Perlindungan mata air (PMA), bangunan atau konstruksi yang berfungsi melindungi sumber mata air dari pencemaran, biasanya dilengkapi dengan bak penampungan.
2. Sarana Pembuangan Air Limbah

Berdasarkan Peraturan Menteri Lingkungan Hidup Nomor 68 Tahun 2016 tentang Baku Mutu Air Limbah Domestik, setiap usaha dan kegiatan yang menghasilkan air limbah domestik, setiap usaha dan kegiatan yang menghasilkan air limbah domestik wajib melakukan pengolahan sebelum dibuang ke lingkungan. Limbah cair rumah tangga umumnya berasal dari dapur, kamar mandi, dan sarana cuci tangan. Limbah ini, terutama dari kegiatan industri rumah tangga, mengandung berbagai zat berbahaya yang dapat membahayakan kesehatan manusia jika tidak diolah dengan benar. Selain itu, zat-zat tersebut juga berpotensi mencemari lingkungan.

Untuk mencegah dampak negatif terhadap kesehatan dan lingkungan, diperlukan sistem saluran pembuangan air limbah (SPAL) yang baik. SPAL merupakan rangkaian perpipaan atau komponen lain yang

berfungsi untuk mengalirkan air limbah dari sumbernya menuju tempat pengolahan (Celesta, dkk. 2019).

3. Sarana pembuangan Sampah

Sampah adalah barang sisa (bekas) yang padat yang dibuat oleh manusia selama aktivitas sehari-hari atau pekerjaan rumah tangga. Ada beberapa jenis-jenis sampah:

a. Sampah organik

Sampah organik berasal dari makhluk hidup, baik manusia maupun hewan, dan dibagi menjadi dua kategori: sampah organik basah yang memiliki kandungan airnya banyak seperti sisa sayuran dan kulit buah. Sampah organik kering memiliki air yang sedikit seperti kertas, kayu, ranting pohon, dan dedaunan kering.

b. Sampah anorganik

Sampah anorganik berasal dari bahan yang bisa diperbaharui, seperti plastik dan logam.

4. Jamban Sehat

Sebagaimana tercantum dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2014 tentang Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM), kondisi jamban yang sehat berperan penting dalam memutus rantai penyebaran penyakit. Jamban yang memenuhi syarat kesehatan harus dibangun, dimiliki dan digunakan oleh setiap keluarga, serta ditempatkan dilokasi yang mudah diakses oleh seluruh penghuni rumah.

Jamban sehat memiliki standar dan persyaratan konstruksi sebagai berikut:

- a. Bangunan atas jamban, yang meliputi dinding dan/atau atap, harus mampu melindungi pengguna dari panas matahari, hujan, dan angin.
- b. Bangunan tengah jamban terdiri dari dua komponen utama:
 - 1) Lubang pembuangan kotoran (tinja dan urine) harus bersifat saniter, dilengkapi dengan konstruksi leher angsa. Pada konstruksi semi-saniter, lubang dapat dibuat tanpa leher angsa, namun tetap harus ditutup rapat.
 - 2) Lantai jamban harus terbuat dari bahan yang tidak licin, kedap air, serta memiliki saluran pembuangan air bekas menuju sistem pembuangan air limbah (SPAL).
- c. Bangunan bawah jamban berfungsi untuk menampung, mengolah, dan menguraikan tinja agar tidak mencemari lingkungan serta mencegah penularan penyakit melalui vektor. Terdapat dua jenis bangunan bawah jamban:
 - 1) Tangki septik, yaitu wadah kedap air yang menyimpan limbah tinja dan urine. Bagian padat limbah akan tertinggal dalam tangki, sementara bagian cairan dialirkan ke bidang resapan atau sumur resapan. Bila tidak tersedia resapan, digunakan sistem filtrasi untuk mengendalikan cairan limbah.
 - 2) Cubluk, yaitu lubang galian di tanah yang menampung limbah padat dan cair. Limbah cair akan meresap ke dalam tanah tanpa mencemari air tanah, sedangkan limbah padat akan terurai secara biologis.

Dinding cubluk dapat diperkuat dengan bahan seperti batu kali, buis beton, anyaman bambu, kayu, atau pasangan bata untuk mencegah longsoran.

5. Pencahayaan

Pencahayaan adalah penerangan yang berasal dari sumber alami, seperti sinar matahari, atau dari sumber buatan, seperti lampu dalam rumah, yang dapat diukur dengan lux meter. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2023 Tentang Kesehatan Lingkungan menetapkan bahwa pencahayaan dalam ruangan tidak boleh kurang dari 60 Lux. Cahaya matahari bertindak sebagai gemercid, yang membunuh bakteri atau kuman. Setiap ruangan harus memiliki lubang cahaya atau ventilasi yang memungkinkan cahaya masuk secara langsung atau tidak langsung untuk mendapatkan pencahayaan, terutama cahaya alami (Rahmawati, dkk. 2021).

6. Ventilasi

Ventilasi merupakan proses memasukan udara segar dan bersih ke dalam ruangan serta mengeluarkan udara kotor dari dalam rumah, baik secara alami maupun menggunakan bantuan alat. Udara segar sangat penting bagi kesehatan manusia, sehingga ruangan yang tidak memiliki sistem ventilasi yaang baik dapat menimbulkan dampak negatif terhadap kesehatan. Ventilasi dibedakan menjadi dua jenis, ventilasi alamiah adalah sistem pertukaran udara yang terjadi secara alami melalui bukaan seperti lubang angin, jendela, dan dinding. Sementara itu, ventilasi buatan

menggunakan alat bantu seperti kipas angin, exhaust fan atau pendingin udara (AC) untuk mengatur sirkulasi udara di dalam ruangan (Sudirman dkk. 2020).

C. Kualitas Lingkungan Rumah

1. Kepadatan Lalat

Kepadatan lalat menggambarkan jumlah vektor dan hewan pembawa penyakit dalam jangka waktu tertentu, baik pada tahap pra-dewasa maupun dewasa, tergantung pada jenisnya. Salah satu alat yang digunakan untuk mengukur indeks kepadatan lalat adalah Fly Grill. Pengukuran ini difokuskan pada sasaran yang berkaitan langsung dengan kesehatan manusia, karena memiliki relevansi dalam upaya pengendalian lalat. Lalat diketahui mampu menularkan lebih dari seratus jenis patogen penyebab penyakit pada manusia, sehingga perannya dalam penyebaran penyakit menjadi sangat penting. Patogen tersebut umumnya berasal dari sumber-sumber yang tercemar, seperti tempat pembuangan sampah, kotoran dan limbah organik lainnya. Patogen kemudian menempel pada mulut dan bagian tubuh lalat, yang selanjutnya dapat mencemari makanan manusia (Prajaningtyastiti, dkk. 2021)

2. Bebas jentik

Angka Bebas Jentik (ABJ) adalah salah satu indikator yang paling sering digunakan untuk surveilans vektor. Meningkatnya ABJ di suatu wilayah untuk menghentikan rantai penularan virus Dengue, yang dapat

menyebabkan peningkatan angka penyakit Dengue (Pratamawati, dkk. 2019).

3. Bebas Tikus

Perlu upaya pemberantasan untuk mengentikan rantai penularan penyakit karena keberadaan tikus di rumah sangat mengganggu dan dapat menjadi vektor penularan penyakit. Untuk menghilangkan tikus, ada beberapa metode pengendalian: fisik, kimia, dan biologi. Pengendalian fisik melibatkan penempatan perangkap tikus dan membersihkan tempat perindukan tikus; pengendalian kimia melibatkan penggunaan obat nyamuk seperti baigon, soffel, dan autan; dan pengendalian biologi melibatkan penggunaan hewan peliharaan seperti kucing.

4. Pemanfaatan Pekarangan

Pekarangan yang dikelola secara terpadu dengan berbagai tanaman dikenal sebagai pemanfaatan pekarangan rumah. Pemanfaatan pekarangan rumah juga dapat memberi manfaat bagi kehidupan keluarga, seperti sebagai sumber pangan dan pendapatan. hal ini dilakukan untuk memotong mata rantai penularan penyakit.

D. Perilaku Hidup Sehat

1. Pembuangan Tinja

Pembuangan kotoran yang baik adalah harus dibuang ke dalam tempat penampungan kotoran yang disebut jamban. Penggunaan jamban yang tidak baik dan pembuangan feses secara sembarangan dapat mencemari lingkungan. Penularan mikroorganisme patogen yang berasal

dari tinja lebih mudah terjadi di lingkungan yang tidak sehat. Bayi yang sakit dapat mengurangi asupan nutrisi mereka, menyebabkan penularan berat badan. (Nisa, dkk. 2022)

2. Mencuci Tangan dengan sabun

Perilaku cuci tangan pakai sabun merupakan salah satu tindakan dalam mencegah timbulnya penyakit. Bersih jemari dan tangan anda dengan air yang mengalir dan sabun. Ini dilakukan karena tangan sering kali berfungsi sebagai pengangkut kuman, yang memungkinkan patogen berpindah dari satu orang ke orang yang lain melalui kontak langsung atau tidak langsung. (Mayasari, dkk. 2022).

E. Pengertian Stunting

Menurut standar antropometri untuk menilai status gizi anak, balita pendek (stunting) didefinisikan sebagai status gizi yang didasarkan pada indeks PB/U atau TB/U. Hasilnya harus berada di bawah ambang batas Z-Score di bawah -2 SD hingga -3 SD, yang berarti pendek/stunted, dan sangat pendek/sangat stunted)

Stunting adalah keadaan di mana pertumbuhan fisik seorang anak terhambat, sehingga anak menjadi lebih pendek dari tinggi normal untuk usianya. Kondisi ini disebabkan oleh kekurangan gizi kronis, yaitu kekurangan asupan makanan bergizi yang berlangsung lama. Kekurangan gizi ini dimulai sejak bayi berada dalam kandungan dan berlanjut hingga masa awal kehidupan setelah lahir. (Maryumi, dkk. 2024)

F. Ciri- ciri Stunting

Mengetahui ciri-ciri anak yang mengalami stunting sangat penting agar kondisi ini dapat segera ditangani. Beberapa tanda yang dapat dikenali antara lain:

1. Terjadinya keterlambatan dalam masa pubertas
2. Anak berusia 8-10 tahun cenderung menjadi pendiam dan menghindari kontak mata
3. Laju pertumbuhan fisik anak lebih lambat dari normal
4. Wajah anak tampak lebih muda dibandingkan dengan anak seusianya.
5. Pertumbuhan gigi berlangsung lebih lambat dari biasanya.
6. Anak memunjukkan performa yang rendah dalam tes yang berkaitan dengan perhatian dan daya ingat.

G. Penyebab Stunting

Stunting disebabkan oleh dua faktor utama, yaitu penyakit dan kurangnya asupan gizi. Kedua hal ini erat kaitannya dengan pola pengasuhan anak, ketersediaan dan akses terhadap makanan bergizi, pelayanan kesehatan, serta kondisi sanitasi lingkungan. Meski begitu, akar permasalahan biasanya berada pada tingkat individu dan keluarga, seperti rendahnya tingkat pendidikan serta pendapatan rumah tangga.

Selain itu, kondisi ibu juga turut mempengaruhi, seperti kekurangan gizi sejak sebelum kehamilan, saat hamil, dan menyusui, tinggi badan ibu yang kurang. Infeksi, kehamilan di usia remaja, masalah kesehatan mental, jarak kehamilan yang terlalu dekat, serta tekanan darah tinggi. Lingkungan tempat tinggal anak juga berperan, misalnya kurangnya stimulasi dan aktivitas anak,

minimnya perhatian dan pengasuhan, buruknya sanitasi dan akses air bersih, keterbatasan akses dan ketersediaan makanan, serta pola distribusi makanan dalam keluarga (Arbain dkk. 2022).

Ketersediaan sanitasi yang memadai sangat penting untuk mencegah stunting serta penyakit infeksi yang dapat mengganggu tumbuh kembang anak. Namun, kondisi di lapangan menunjukkan bahwa akses terhadap air bersih yang layak masih belum merata, dan umumnya hanya dinikmati oleh kelompok masyarakat berpenghasilan menengah ke atas (Sudirman, dkk. 2020).

H. Dampak Stunting

Stunting memiliki dampak jangka panjang yang serius, baik secara individu maupun bagi masyarakat secara keseluruhan:

1. Dampak Kesehatan

a. Gangguan Pertumbuhan dan Perkembangan

Anak stunting biasanya memiliki tinggi badan yang lebih pendek dari yang diharapkan dan pertumbuhan fisik yang terhambat. Hal ini dapat berdampak pada kesehatan dan kualitas hidup secara keseluruhan anak.

b. Gangguan Kognitif

Perkembangan kognitif anak-anak, termasuk kemampuan belajar, konsentrasi, dan kinerja kognitif secara umum, dapat dipengaruhi oleh stunting. Hal ini dapat berdampak pada prestasi akademik anak-anak di sekolah dan kemampuan mereka untuk berpartisipasi secara aktif dalam masyarakat di kemudian hari.

c. Risiko Penyakit Kronis

Stunting dapat mempengaruhi perkembangan organ dan fungsi fisiologis yang penting untuk tubuh anak-anak, sehingga meningkatkan risiko penyakit kronis seperti diabetes, penyakit jantung, dan hipertensi di kemudian hari.

d. Risiko Kematian

Anak-anak yang mengalami stunting lebih rentan terhadap penyakit infeksi dan memiliki risiko kematian yang lebih tinggi, terutama selama masa bayi dan balita.

2. Dampak Ekonomi

a. Kemiskinan

Stunting merupakan bagian dari siklus kemiskinan yang berkelanjutan di mana anak-anak yang mengalaminya cenderung memiliki kesempatan yang lebih terbatas untuk mendapatkan pendidikan yang berkualitas tinggi dan mencapai potensi ekonomi mereka secara penuh di masa dewasa.

b. Kurangnya Produktivitas Ekonomi

Stunting dapat mempengaruhi produktivitas ekonomi negara secara keseluruhan karena meningkatkan biaya perawatan kesehatan jangka panjang dan menurunkan kapasitas dan keterampilan kerja orang usia kerja (Maryumi, dkk. 2024)

I. Pencegahan Stunting

1. Pemenuhan kebutuhan Gizi ibu hamil
2. Pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dan ASI Eksklusif
3. Pemberian obat cacing dan pemantauan pertumbuhan balita
4. Peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) serta sanitasi lingkungan
5. Penanganan stunting melalui peningkatan kualitas sanitasi lingkungan

Intervensi peningkatan kualitas sanitasi lingkungan di daerah prioritas stunting mencakup beberapa kegiatan sebagai berikut:

- a. Peningkatan kualitas sanitasi jamban bagi keluarga miskin di wilayah stunting
- b. Perluasan akses terhadap jamban sehat dan higienis bagi keluarga miskin yang telah menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat.
- c. Penyediaan dan peningkatan ketersediaan sarana cuci tangan pakai sabun di rumah tangga miskin yang telah mengalami perubahan perilaku kesehatan
- d. Peningkatan pendapatan keluarga miskin dan berpenghasilan rendah (MBR) melalui pelibatan mereka dalam program intervensi kesehatan lingkungan.

J. Hubungan Sanitasi Lingkungan dengan stunting

1. Komponen rumah

a. Tidak memiliki langit-langit

Langit-langit rumah yang tidak memenuhi syarat menjadi lebih rentan terhadap debu, kotoran dan hama. Kotoran dan hama ini dapat menjadi sumber penyakit infeksi seperti diare dan penyakitb pernapasan. Anak-anak yang sering sakit, terutama yang mengalami diare berkepanjangan akan sulit menyerap nutrisi dengan baik sehingga meningkatkan kejadian stunting.

b. Lantai retak dan berdebu

Lantai yang tidak bersih dapat menjadi tempat berkembang biak bagi bakteri dan parasit. Balita yang sering bermain di lantai yang kotor berisiko lebih tinggi terkena infeksi saluran pencernaan. Infeksi ini dapat menyebabkan malabsorpsi nutrisi yang penting untuk pertumbuhan mereka, sehingga berkontribusi pada kejadian stunting.

c. Tidak memiliki ventilasi

Ventilasi yang buruk di rumah dapat menyebabkan sirkulasi udara yang tidak baik, meningkatkan risiko penyakit pernapasan seperti pneumonia. Udara yang tidak bersih dapat memperburuk kondisi kesehatan anak terutama balita yang sistem kekebalan tubuhnya masih berkembang. Anak yang sering sakit akan mengalami penurunan nafsu makan dan kesulitan dalam mencerna makanan, yang mengakibatkan anak mengalami stunting.

d. Tidak ada lubang asap dapur

Anak-anak yang terpapar secara terus-menerus dapat mengalami gangguan pernapasan kronis. Gangguan ini tidak hanya menurunkan kualitas hidup anak tetapi juga dapat meningkatkan resiko infeksi yang mengganggu penyerapan nutrisi dan meningkatkan risiko stunting oleh karena itu, perlu untuk memperbaiki kondisi rumah dan meningkatkan kebersihan serta ventilasi adalah salah satu langkah penting untuk mencegah terjadinya stunting (Telan, dkk. 2024).

2. Sarana Sanitasi

a) Pengolahan sampah

Rumah yang sampahnya tidak dikelola dengan baik atau dibuang sembarangan selain merusak pemandangan, kebiasaan buang sampah sembarangan dapat menimbulkan penyakit yang berdaampak pada penurunan kualitas hidup manusia. Sampah yang berserakan memungkinkan kuman penyebab penyakit untuk berkembangbiak, dan dapat menjadi sarang bagi hewan perantara penyakit untuk berkembangbiak, dan dapat menjadi sarang bagi hewan perantara penyakit yang terjadi akibat lingkungan yang kotor misalnya infeksi cacing tambang dan cacing gelang. Agar tidak terjangkit penyakit akibat sanitasi yang buruk, biasakan membuang sampah pada tempatnya, dan jangan lupa cuci tangan setelahnya (Hasanah, dkk. 2021)

b) Saluran pembuangan air limbah

Air limbah yang berasal dari dapur atau kamar mandi umumnya dibuang begitu saja tanpa melalui sistem pembuangan yang memadai. Kondisi ini menyebabkan air limbah menggenang di sekitar halaman rumah. Genangan air tersebut berpotensi menjadi tempat berkembang biaknya mikroorganisme penyebab penyakit serta habitat bagi vektor penyakit seperti kecoa, lalat, dan nyamuk. Salah satu contohnya adalah nyamuk *Anopheles*, yang merupakan penyebab malaria dan sangat menyukai genangan air sebagai tempat bertelur (Hassnah, dkk. 2021). Untuk mencegah genangan air limbah menjadi tempat berkembangbiaknya mikroorganisme, limbah rumah tangga sebaiknya dialirkan ke sistem penampungan tertutup. Penyaluran limbah dalam sistem tertutup ini dapat mengurangi pencemaran, baik dari segi bau, kandungan bahan kimia, maupun mikroorganisme patogen yang ada di dalamnya (Mia, dkk. 2021).

3. Kualitas Lingkungan

Kualitas lingkungan rumah berkaitan dengan bebas jentik. Memberantas jentik di rumah salah satu langkah preventif yang penting dalam upaya mencegah stunting. Dengan cara membersihkan genangan air, menutup tempat penampungan air dan menggunakan obat anti jentik jika diperlukan. Pemberantasan jentik nyamuk sangat penting di rumah apalagi keluarga yang memiliki balita stunting karena nyamuk merupakan vektor penyakit yang menyebabkan berbagai penyakit menular seperti

malaria, chikungunya, dan demam berdarah. Balita dengan kondisi stunting memiliki sistem kekebalan tubuh yang lebih rentan, sehingga lebih mudah terkena penyakit-penyakit ini dan juga balita stunting cenderung memiliki kesehatan yang lebih rapuh. Menjaga lingkungan rumah bebas dari jentik nyamuk membantu mencegah potensi penyakit yang dapat memperburuk kondisi kesehatan mereka (Hasni, dkk. 2024).

4. Perilaku Penghuni

Perilaku higienis, khususnya mencuci tangan pakai sabun sebelum berinteraksi dengan balita atau sebelum memberi makan, sangat penting untuk mencegah risiko stunting. Tangan yang kotor dapat menjadi media penularan bakteri patogen melalui makanan atau minuman yang dikonsumsi balita, sehingga mengganggu sistem pencernaan dan pertumbuhan mereka. Anak-anak yang sering bermain di tanah atau lingkungan sekitar tanpa mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir berisiko terinfeksi penyakit seperti cacingan. Infeksi cacing dapat menyebabkan anemia, menurunnya nafsu makan, dan kekurangan gizi, yang berujung pada terhambatnya pertumbuhan fisik dan mental balita. Jika tidak ditangani dengan segera, kondisi ini dapat memicu terjadinya stunting (Mayasari, dkk. 2022)