

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kajian Teori

2.1.1 Konsep Balita

2.1.1.1 Definisi Balita

Istilah di bawah lima tahun atau disingkat “balita” adalah istilah yang populer dalam program kesehatan. Balita merupakan kelompok rentan usia dan merupakan tujuan dari program KIA di lingkup dinas kesehatan. Balita merupakan proses pertumbuhan tubuh dan otak yang sangat cepat dalam mencapai kemampuan yang ideal. Fase pertumbuhan dan perkembangan anak saat ini tidak sepenuhnya ditunjang oleh perkembangan kemampuan bahasa, imajinasi, kesadaran sosial, emosional dan siklus berjalan dengan cepat dan itulah alasannya untuk perbaikan tahap berikutnya (Supartini, 2014).

Balita merupakan salah satu kelompok yang mendapat perhatian prioritas utama oleh pemerintah dalam upaya mengembangkan gizi, karena anak-anak pada usia ini masih sangat membutuhkan gizi untuk proses perkembangan dan pertumbuhannya. Balita yang kekurangan gizi memiliki risiko yang lebih tinggi dan dapat menyebabkan kematian dibandingkan dengan anak yang tidak kekurangan gizi (WHO, 2015).

Balita merupakan tahapan perkembangan anak yang sudah berinjak lebih dari satu sampai lima tahun atau biasa dalam hitungan 12-59 bulan. Masa ini sangat penting dalam proses tumbuh kembangnya sehingga disebut *golden period* yang di mana proses pertumbuhan dan perkembangan anak sangat cepat baik secara fisik, psikologis, mental dan sosialnya. Balita sebagai fase perkembangan anak yang

sangat tidak berdaya melawan suatu penyakit, salah satu masalah dari penyakit tersebut adalah akibat dari kekurangan/kelebihan asupan gizi (Kemenkes RI, 2015).

Masa balita adalah tahap emas dalam pertumbuhan fisik, mental, dan emosional anak. Untuk kelangsungan hidup anak agar optimal sebagai generasi selanjutnya perlu mendapatkan kebutuhan dasar anak akan asah, asih, dan asuh. Dimana Kebutuhan dasar ini akan memberikan kesehatan bagi anak agar tidak ada hambatan atau gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak selanjutnya, *the golden age* adalah sebutan lain yang artinya tidak akan terulang lagi masa tersebut. Oleh sebab itu usia balita perlu mendapatkan perhatian lebih dalam memenuhi kebutuhan gizi mereka (Nafi *et al.*, 2021).

2.1.1.2 Karakteristik Balita

Usia anak 1-3 tahun akan mengalami pertumbuhan fisik yang lambat, namun kemajuan motoriknya akan meningkat dengan cepat (Hatfield, 2008). Pada usia ini dapat mengeksplorasi dan mengamati lingkungan secara intensif yang di mana mencoba mencari tahu bagaimana sesuatu dapat berfungsi atau terjadi, memahami pentingnya “tidak”. Kemarahan yang meningkat, perilaku negatif dan keras kepala (Hockenberry *et al.*, 2016).

Setiap anak memiliki masa pertumbuhan dan perkembangan yang berbeda di setiap tahapnya. Karakteristik perkembangan pada anak balita secara keseluruhan ada 4 bagian, yaitu:

- 1) *Negativism* merupakan anak yang memberikan reaksi negatif dengan mengatakan “tidak”.
- 2) *Ritualism* merupakan bahwa anak akan menyederhanakan hal-hal (tugas) untuk melindungi diri sendiri dan meningkatkan rasa aman mereka. Balita akan

melakukan hal-hal tanpa hambatan jika ada seseorang di sampingnya (keluarga) karena anak akan memiliki rasa aman yang baik ketika ada bahaya.

- 3) *Temper tantrum* merupakan sikap di mana anak memiliki perasaan yang berubah dengan cepat. Anak akan menjadi marah dengan cepat jika anak tidak dapat melakukan sesuatu yang tidak bisa.
- 4) *Egocentric* merupakan tahapan dalam perkembangan psikososial anak. Citra diri anak akan meningkat pada awalnya. Peningkatan citra diri akan membuat anak lebih yakin, memiliki pilihan untuk memisahkan diri dari orang lain, mulai menumbuhkan keinginan untuk mencapai sesuatu yang dibutuhkan anak dengan cara yang berbeda dan anak dapat memahami kekecewaan dalam mencapai sesuatu (Prince and Gwin, 2014; Hockenberry *et al.*, 2016)

2.1.2 Konsep Tumbuh Kembang

2.1.2.1 Definisi

Tumbuh kembang adalah indikasi dari morfologi, biokimia, dan fisiologi yang terjadi pada saat permulaan hingga tahap dewasa yang dapat dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungan. Pertumbuhan yang cepat terjadi pada usia janin 0-1 tahun dan pubertas. Padahal pada balita pertumbuhan dapat mudah diamati. Dalam tumbuh kembang anak balita memiliki fase yang sama, namun kecepatannya berbeda (Soetjiningsih, 2012).

Balita merupakan kelompok usia yang paling rawan terjadinya kekurangan energi dan protein. Penerimaan besar gizi sangat penting untuk proses tumbuh kembang pada anak. Makanan yang baik adalah zat gizi yang jumlahnya cukup. Apabila zat gizi tubuh tidak dapat terpenuhi maka akan menimbulkan beberapa

dampak yang serius, misalnya gagal pertumbuhan dan perkembangan (Waryana, 2010).

Pertumbuhan adalah proses peningkatan bentuk tubuh dalam jumlah besar akibat bertambahnya sel dan pembentukan protein. Hal ini dapat diukur seperti berat badan dan tinggi badan (Armini dkk., 2017).

Perkembangan adalah peningkatan kemampuan yang berkaitan dengan struktur dan fungsi tubuh yang lebih optimal (Armini dkk., 2017).

Pertumbuhan dan perkembangan dapat didefinisikan sebagai suatu proses pertumbuhan fisik yang ditandai oleh perluasan ukuran organ-organ tubuh karena pertumbuhan sel dan suatu proses non fisik terhadap produksi kemampuan mengenai kematangan (Sembiring, 2019).

2.1.2.2 Ciri-Ciri Tumbuh Kembang

(Menurut Dewi dkk., 2015) ciri-ciri tumbuh kembang meliputi:

1) Perkembangan menyebabkan perubahan

Perkembangan yang tetap erat kaitannya dengan pertumbuhan akan disertai dengan perubahan kemampuannya misal, kemajuan pengetahuan anak akan mencapai perkembangan saraf pikiran.

2) Pertumbuhan dan perkembangan fase pertama setiap anak dapat melewati satu periode perkembangan sebelumnya. Misal, seorang anak dapat berjalan lebih dahulu sebelum ia berdiri, dengan demikian peningkatan dini adalah periode dasar bagi anak karena menentukan pergantian peristiwa berikutnya.

3) Pertumbuhan dan perkembangan setiap anak memiliki kecepatan proses yang berbeda, baik selama pertumbuhan fisik maupun perkembangan struktur fungsi organ setiap anak.

- 4) Perkembangan berkorelasi dengan pertumbuhan, akan terjadi peningkatan mental, memori, daya berpikir, asosiasi dan lain-lain. Dengan bertambahnya usia, berat badan, dan tinggi badan secara normal anak akan sehat pada masa tahap perkembangannya.
- 5) Perkembangan mempunyai pola yang tepat terhadap jalannya, hal ini terjadi di daerah proksimal berkembang ke bagian distal jari-jari yang memiliki kemampuan koordinasi motorik halus.
- 6) Perkembangan memiliki tahapan yang berurutan, perkembangan normal tidak dapat diubah, misalnya anak terlebih dahulu membuat lingkaran sebelum diberi pilihan untuk menggambar kotak, anak dapat tetap tinggal sebelum anak dapat berjalan, dll.

2.1.2.3 Tahap Tumbuh Kembang Anak

- 1) Periode prenatal dari saat konsepsi hingga melahirkan. Saat ini proses terjadi dengan cepat. Ketika sel telur yang telah disiapkan mengalami diferensiasi cepat hingga terbentuknya organ-organ tubuh yang berfungsi sesuai dengan tugasnya, hanya membutuhkan waktu 9 bulan di dalam kandungan. Masa embrio berlangsung saat terjadinya konsepsi sampai umur 8 minggu (beberapa menyatakan selama 12 minggu). Saat ini terbentuklah organ yang sangat peka terhadap lingkungan. Pada masa janin ini terjadi proses pertumbuhan yang cepat, perkembangan fisik yang ideal, dan organ-organ yang telah dibentuk mulai bekerja.
- 2) Periode neonatal, terjadi transformasi lingkungan dari kehidupan intrauterine kehidupan ekstrauterin dan terjadi perubahan siklus darah. Kemampuan organ tubuh yang ditujukan dengan kewajibannya. Dalam 7 hari pertama (anak usia

dini), bayi harus mendapatkan perhatian khusus, karena angka kematian pada tahap awal tinggi.

- 3) Pada fase bayi dan anak dini, pertumbuhan tahap ini sangat cepat meskipun kecepataannya telah ditunda dan siklus perkembangan sedang terjadi, terutama sistem sensorik.
- 4) Pada fase prasekolah, periode kecepatan pertumbuhan lambat dan stabil, ada kecepatan peningkatan kecepatan motorik dan fungsi ekskresi. Aktivitas fisik pada anak akan meningkat dan kemampuan berpikir akan meningkat.

2.1.2.4 Kebutuhan Dasar Anak

Kebutuhan dasar anak untuk tumbuh kembang sebagian besar dibagi menjadi 3 golongan antara lain (Syifaузakia, 2020):

- 1) Kebutuhan fisik-biomedis (ASUH)

Meliput pangan (kebutuhan utama), perawatan kesehatan mendasar yaitu pemberian imunisasi, menyusui, pengukuran berat badan, dan pengobatan jika sakit, penginapan yang layak, kebersihan, sanitasi lingkungan, kebugaran jasmani, dan rekreasi.

- 2) Kebutuhan emosi atau kasih sayang (ASIH)

Kebutuhan yang mendalam atau lembut mencakup koneksi yang nyaman, mendapatkan perasaan bahwa semuanya baik-baik saja, penghiburan, keamanan, diperhatikan, diberdayakan, dibantu, dihargai, dipenuhi dengan kebahagiaan tanpa adanya ancaman.

- 3) Pemberian kebutuhan stimulasi (ASAH)

Pemberian kebutuhan perasaan dengan mendidik dan menyegarkan intelektual sejak dini untuk lebih mengembangkan psikososial anak seperti,

wawasan, etika, kehormatan, agama, moral, karakter, kemampuan bahasa, inovasi dan kebebasan.

2.1.3 Konsep Pola Asuh Orang Tua

2.1.3.1 Peran Orang Tua Dalam Mengasuh Anak

Pola asuh adalah suatu bentuk kontribusi orang tua dalam memfokuskan, memelihara, mempersiapkan, mengarahkan, melatih, tanggung jawab dan kehangatan anak melalui perilaku yang sesuai standar dan struktur karakter pada anak. Setiap orang tua memiliki budaya yang berbeda, hal ini dapat menyebabkan dampak perkembangan dalam membesarkan anak. Sehingga kecenderungan tersebut akan berdampak pada pengasuhan. Pembinaan dalam keluarga dapat berlangsung dengan baik dan dapat mendorong peningkatan karakter anak menjadi manusia dewasa yang berwawasan agama, sosial, karakter, kebebasan, potensi fisik dan mental yang tumbuh secara ideal (Ulfah dan Fauziah, 2020).

Orang tua hendaklah mengajak anak-anaknya bermain di berbagai tempat dan dapat menghidupkan pergantian peristiwa anak sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik dan dapat bermain dengan teman sebayanya. Hal yang perlu diperhatikan orang tua ketika anak bermain adalah keamanan dan kenyamanan. Jika latihan bermain membuatnya kotor orang tua dengan cepat membersihkan, sehingga tidak memiliki alasan untuk melarang anak bermain di tempat kotor (Sumiyati, 2017).

2.1.3.2 Jenis-Jenis Pola Asuh Orang Tua

Menurut (Putri dan Aryanto, 2020). Pola asuh orang tua dibagi menjadi tiga antara lain, yaitu:

a) Pola asuh otoriter

Pengasuhan ini adalah pendekatan untuk mengajar anak dengan memutuskan diri sendiri tanpa memasukkan anak ke dalam mengemukakan pendapat. Dalam prinsip ini harus dipatuhi oleh anak dengan tidak berpikir dua kali untuk mempertimbangkan kondisi anak. Dengan asumsi anak menyangkal akan ditolak.

b) Pola asuh demokratis

Pengasuhan ini adalah contoh orang tua yang memberikan anak kesempatan untuk menawarkan sudut pandang, bermain dan melakukan apa pun yang dibutuhkan anak tanpa melampaui batas dan aturan yang ditetapkan oleh orang tua.

c) Pola asuh permisif

Pengasuhan ini adalah pengasuhan yang memberikan kesempatan kepada anak untuk melakukan segalanya kecuali dalam pengasuhan ini orang tua tidak sepenuhnya fokus pada anak, hal ini tidak dapat membantu untuk mengembangkan kepribadian anak. Semua hal harus memiliki batasan yang membutuhkan bimbingan orang tua agar anak dapat menyadari mana yang baik dan tidak.

2.1.4 Konsep Zat Gizi

2.1.4.1 Definisi Zat Gizi

Zat gizi merupakan zat yang terdapat dalam makanan dan dibutuhkan oleh tubuh. Kemampuan gizi dalam siklus metabolisme, mulai dari proses pencernaan, penyerapan makanan di usus halus, transportasi oleh darah untuk mencapai target dan menghasilkan energi, pertumbuhan tubuh, pemeliharaan jaringan tubuh, dan penyembuhan penyakit, sedangkan gizi merupakan keseimbangan antara zat gizi yang masuk ke dalam tubuh (konsumsi) dari makanan dengan gizi yang dibutuhkan untuk kebutuhan siklus metabolisme tubuh (Par'I, 2017).

2.1.4.2 Prinsip Zat Gizi Pada Balita

Fase awal balita adalah waktu pergantian peristiwa secara fisik dan mental yang cepat. Saat ini otak besar balita dipersiapkan untuk menghadapi peningkatan yang berbeda seperti mencari tahu bagaimana berjalan dan berbicara. Kesejahteraan anak balita sangat dipengaruhi oleh gizi yang dikonsumsi dalam tubuh.

Tabel 2.1 Kecukupan Gizi Rata-Rata Pada Anak Prasekolah

Gol. Umur	BB	TB	Energi	Protein
1-3 tahun	12 Kg	89 cm	1220 kkal	23 gr
4-6 tahun	18 Kg	108 cm	1720 kkal	32 gr

Anak balita merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan badan yang cepat, sehingga membutuhkan zat gizi yang tinggi setiap kilogram berat badannya. Balita juga kelompok usia yang paling sering mengalami kekurangan gizi. Masa balita merupakan masa pertumbuhan sehingga membutuhkan gizi yang cukup. Jika gizinya buruk, kesehatan otak pun berkurang dan itu akan mempengaruhi kehidupan di sekolah dan usia prasekolah.

2.1.4.3 Standar Kecukupan Gizi

Standar kecukupan zat gizi diperlukan nilai rujukan kuantitas zat gizi esensial yang harus dipenuhi untuk mencegah defisiensi zat gizi yang didasarkan pada jenis kelamin, umur, dan aktivitas yang berbeda tiap individu (Saunders and Stroud, 2015) karena kebutuhan tubuh dalam sehari untuk mencapai derajat yang ideal. Kebutuhan gizi setiap individu berbeda, tergantung dari berbagai faktor yang mempengaruhinya. Penilaian standar kecukupan gizi diarahkan oleh tingkat angka kecukupan gizi (AKG). AKG yang digunakan sebagai pedoman merupakan hasil dari Wirda Karya Pangan dan Gizi yang dimutakhirkan secara berkala.

2.1.4.4 Angka Kecukupan Gizi

1) Energi

Energi dibutuhkan anak usia 1-3 tahun membutuhkan asupan gizi sebanyak 1000 kkal, sedangkan anak usia 4-5 tahun membutuhkan energi sebanyak 1550 kkal. Energi yang dibutuhkan setiap anak sangat berbeda dalam hal kerja aktif, pencernaan tubuh, namun penilaian asupan yang sehat harus dilihat dari pertumbuhan kemudian dibandingkan dengan grafik rasio terhadap lemak tubuh.

2) Protein

Protein dibutuhkan oleh balita untuk dukungan jaringan baru dan perubahan sintesis tubuh. Untuk anak usia 1- 3 tahun membutuhkan protein sekitar 25 gram, sedangkan untuk anak usia 4-5 tahun memerlukan protein sekitar 39 gram. Protein pada makanan dapat dijumpai pada makanan seperti kacang-kacangan, tahu, tempe, telur, daging, susu, hati, dan keju.

3) Mineral

Sumber mineral juga ditemukan dalam jenis makanan sehari-hari seperti sayuran, wortel, bayam, tomat, labu, apel, jambu biji dan pisang.

4) Kalsium

Kalsium sangat dibutuhkan untuk pematangan tulang dan gigi, kebutuhan kalsium pada anak sekitar 150-200 gram/hari. Kalsium dapat ditemui di susu, ikan teri, dan ikan berduri lemak.

5) Besi

Zat besi pada setiap anak berbeda, untuk anak yang usia 1-3 tahun membutuhkan zat besi sebanyak 8,0 mg, sedangkan untuk anak yang usia 4-5 tahun sebanyak 9,0 mg. zat besi didapatkan seperti ikan, kacang, sayuran, serta rumput laut.

6) Seng gizi

Seng gizi sangat diperlukan oleh anak dimasa pertumbuhan yang di mana manfaat seng dapat meningkatkan fungsi kognitif, imun tubuh, terhindar dari radikal bebas. Kebutuhan seng pada anak yang usia 1-3 tahun membutuhkan sebanyak 0,46 mg/kgBB/hari, sedangkan pada anak yang usia 4-5 tahun membutuhkan seng sebanyak 0,38 mg/kgBB/hari, seng sering didapat di daging, ikan dan kerang.

7) Yodium

Yodium diperlukan untuk anak dalam pertumbuhan dan perkembangan. Kebutuhan yodium pada anak berbeda sesuai dengan usia anak, di mana anak yang berusia 1-3 tahun membutuhkan yodium sebanyak 10 mcg/kgBB/hari sedangkan anak yang berusia 4-5 tahun membutuhkan yodium sebanyak 8

mcg/kgBB/hari. Sumber yodium berasal dari air laut dan hasil laut seperti kerang, dan rumput laut. Bahaya dari kekurangan yodium pada anak akan berdampak pada pertumbuhan terlambat, penurunan tingkat kognitif dan pembesaran kelenjar tiroid.

8) Vitamin

Vitamin pada balita sangat penting untuk siklus metabolisme, kebutuhan vitamin tidak sepenuhnya oleh asupan energi, gula, lemak dan protein.

9) Suplemen Gizi

Peningkatan gizi anak tidak perlu sembarangan memperhatikan status kesehatan anak, misalnya anak lebih suka tidak makan produk organik, maka anak harus diberikan suplemen makanan seperti vitamin dan buah-buahan untuk gizi yang baik (Istiany dan Rusilanti, 2014).

2.1.5 Konsep Status Gizi

2.1.5.1 Definisi Status Gizi

Status gizi anak balita sangat penting, karena dasar hidup sehat diletakkan selama periode itu. Malnutrisi pada anak usia dini memiliki masalah yang serius, konsekuensi jangka panjang karena menghambat motorik, sensorik, perkembangan kognitif, sosial dan emosional (Vasudevan and Udayashankar, 2019).

Status gizi adalah keadaan fisiologis seseorang dilihat dari konsumsi dan kebutuhan makanan yang dibutuhkan oleh tubuh (Raymond *et al.*, 2021).

Status gizi adalah suatu proses makhluk hidup yang memanfaatkan makanan yang dimakan secara teratur melalui proses sistem pencernaan terkait dengan datangnya zat-zat yang tidak dapat digunakan untuk menunjang kehidupan,

perkembangan, dan kemampuan organ serta menghasilkan energi (Supariasa dkk., 2017).

Gizi sehat adalah keadaan tubuh yang disebabkan oleh makanan yang dimakan dan penggunaan suplemen yang baik yang didapatkan dari pola makan yang sehat, akan sangat mempengaruhi kesehatan. Status gizi yang tidak seimbang dalam memenuhi nutrisi dalam tubuh akan membahayakan tubuh yang dapat menimbulkan dampak racun (Istiany dan Rusilanti, 2014).

Gizi yang baik dapat membuat balita memiliki berat badan yang normal dan sehat, sehingga mereka tidak mudah terserang penyakit infeksi, terlindung dari penyakit yang berkelanjutan dan kematian yang secara tiba-tiba (Depkes, 2014).

Masalah gizi adalah masalah yang kompleks yang disebabkan oleh bermacam pemicu, misalkan ekonomi, pendidikan, pengetahuan serta sikap ibu dalam memberi asupan pada anaknya.

Jadi dapat disimpulkan bahwa status gizi merupakan asupan seseorang dengan jumlah gizi baik yang diserap ke dalam tubuh dari makanan, minuman, obat-obatan, dan suplemen yang dikonsumsi agar tidak mudah terserang dari berbagai macam penyakit.

2.1.5.2 Klasifikasi Status Gizi

Klasifikasi status gizi harus memiliki ukuran tetap yang ditulis dalam buku antropometri yang saat ini digunakan oleh Indonesia adalah WHO-NCHS. Dalam pandangan buku Harvard, status gizi dapat dikelompokkan menjadi 4 antara lain, yaitu:

- 1) Gizi lebih, termasuk kelebihan berat badan
- 2) Gizi baik, termasuk berat badan ideal

- 3) Gizi kurang, termasuk berat badan yang kurang dari normal dan ketidaksehatan kalori protein (PCM)
- 4) Gizi buruk, termasuk, stunting, marasmus dan kwashiorkor (Ariani, 2017).

Menurut Kemenkes RI pada tahun 2010, dinyatakan bahwa dalam menentukan karakteristik status gizi balita menurut BB/U, dibagi menjadi empat, yaitu:

- 1) Gizi buruk : < -3 SD
- 2) Gizi kurang : -3 SD sampai < -2 SD
- 3) Gizi baik : -2 SD sampai 2 SD
- 4) Gizi lebih : > 2 SD

2.1.5.3 Metode Penilaian Status Gizi

Penilaian status gizi dapat dilihat dengan beberapa pendekatan, khususnya dilihat secara langsung dan tidak langsung (Supariasa dkk., 2017).

1) Secara Langsung

Penilaian ini dikelompokkan menjadi:

a) Antropometri

1) Pengertian

Antropometri diartikan suatu ukuran tubuh manusia yang dinilai perspektif gizi, sehingga antropometri yang sehat adalah suatu pengukuran yang berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dari tingkat usia dan tingkat kesehatan gizi.

2) Jenis Parameter

Indikator status gizi yang dapat dilakukan dengan mengukur beberapa parameter ialah antropometri. Parameternya mencakup; usia, berat badan,

tinggi badan, lingkaran lengan, lingkaran kepala, lingkaran dada, lingkaran pinggul dan ketebalan di bawah kulit.

3) Indeks Antropometri

a) Berat Badan Menurut Umur (BB/U)

Bobot badan merupakan batasan yang kurang tepat dalam memberikan gambaran indeks masa tubuh. Berat badan sangat rentan terhadap perubahan mendadak, misalnya karena terserang penyakit infeksi, penurunan nafsu makan, atau jumlah yang dikonsumsi.

Dalam kondisi normal, lebih tepatnya ketika kondisi kesehatan yang baik dan keselarasan antara penggunaan dan kebutuhan gizi di pastikan, berat badan akan berkembang secara normal dengan adanya penambahan usia.

b) Tinggi Badan Menurut Umur (TB/U)

Merupakan batas antropometri yang menggambarkan kondisi perkembangan tubuh seiring bertambahnya usia.

c) Berat Badan Menurut Tinggi Badan (BB/TB)

Memiliki hubungan dengan tinggi badan. Dalam kondisi normal, peningkatan berat badan pada kecepatan tertentu. Indeks BB/TB adalah petunjuk yang layak untuk mengevaluasi status gizi yang sedang berlangsung dalam menentukan berat badan.

d) Lingkaran Lengan Atas Menurut Umur (LILA/U)

Lingkaran lengan atas merupakan batas antropometri yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapa saja baik profesional maupun non profesional, salah satunya unit posyandu yang

memanfaatkan teknik ini. Lingkaran lengan atas dihubungkan dengan indeks BB/U dan BB/TB dan metode ini dapat memberikan gambaran kondisi jaringan otot dan lapisan lemak bawah kulit.

b) Pemeriksaan Klinis

Penilaian klinis merupakan penilaian yang signifikan untuk menilai status gizi daerah setempat. Metode ini tergantung pada perubahan yang terjadi tidak kecukupan zat gizi. Penilaian ini dapat dilihat pada bagian jaringan epitel, seperti kulit, mata, rambut, dan mukosa mulut atau organ dekat dengan lapisan permukaan tubuh seperti kelenjar tiroid.

Penggunaan metode ini sebagian besar untuk tinjauan klinis cepat. Tinjauan ini di arahkan untuk membedakan indikasi klinis umum dari kekurangan setidaknya salah satu zat gizi. Selain itu, metode ini digunakan untuk mengetahui tingkat status gizi seseorang dengan pemeriksaan fisik, yaitu tanda dan gejala atau riwayat penyakit.

c) Penilaian Status Gizi Secara Biokimia

Penilaian status gizi ini disebut juga pemeriksaan laboratorium adalah metode yang mengukur kadar zat gizi dalam tubuh atau pelepasan tubuh yang kemudian akan dinilai normatif yang sudah ditetapkan. Tes klinis rutin dapat membantu mengevaluasi status gizi pasien dan spesimen yang digunakan untuk diuji laboratorium antara lain; darah, urine, tinja dan beberapa jaringan tubuh lainnya seperti hati dan otot (Truijen *et al.*, 2021).

Metode ini digunakan untuk memastikan bahwa kemungkinan kondisi malnutrisi yang lebih parah akan terjadi. Banyak gejala klinis yang kurang

jelas, sehingga penemuan kimia faal dapat lebih berguna dalam menentukan analisis kekurangan/kelebihan gizi secara tepat.

d) Penilaian Status Gizi Secara Biofisik

Adalah penilaian dengan memperkirakan status gizi dengan melihat kapasitas kemampuan jaringan tubuh dan melihat perubahan struktur jaringan.

2) Secara Tidak Langsung

Penilaian status gizi ini dapat dipisahkan menjadi 3 bagian yaitu; tinjauan pemanfaatan makanan, pengukuran vital dan etiologi.

2.1.5.4 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Balita

1) Penyebab Langsung

a) Asupan Makanan

Pengukuran asupan makanan sangat penting untuk mengetahui kebenaran dari apa yang dimakan individu dan ini dapat berguna untuk mengukur status gizi dan menemukan faktor diet yang dapat menyebabkan kurang sehatnya makanan (Supariasa, 2013).

b) Pola Makan

Pola makan yang baik adalah pola makan yang sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan. Pola makan yang biasa dan berbagai hidangan dapat memenuhi kecukupan sumber makanan, asupan zat pembangun, dan pengatur kebutuhan gizi balita sehingga interaksi tubuh kembang anak tetap sehat (Novitasari dkk, 2016).

c) ASI Eksklusif

Hal ini yang dimaksud ialah pemberian ASI saja tanpa makanan dan minuman lain sampai dengan usia setengah tahun selain obat-obatan dan vitamin (Giri dkk., 2013) bahwa balita yang hanya diberi ASI pada umumnya akan memiliki status gizi yang baik atau tidak BGM sedangkan individu yang tidak diberikan ASI eksklusif akan lebih sering memiliki status gizi tidak cukup.

d) Penyakit Infeksi

Adanya hubungan antara penyakit infeksi dan status gizi merupakan sesuatu yang saling berhubungan satu sama lain mengingat anak balita yang mengalami penyakit infeksi akan membuat nafsu makan anak berkurang sehingga konsumsi makanan untuk kebutuhan tidak terpenuhi yang kemudian membuat anak menjadi lemah yang akhirnya mudah terserang penyakit (Novitasari dkk., 2016)

Dalam Supariasa, 2013 menyatakan bahwa ada hubungan yang sangat erat antara infeksi dengan malnutrisi mereka menekankan interaksi yang sinergi antara malnutrisi dengan penyakit infeksi, dan juga infeksi akan mempengaruhi status gizi dan mempercepat malnutrisi.

2) Penyebab Tidak Langsung

a) Pelayanan Kesehatan

1) Puskesmas

Sebagai sebuah organisasi memiliki kegiatan yang berbeda-beda.

Salah satunya adalah posyandu, di mana posyandu terdapat skrining

pertama yang mengamati status gizi balita, pengarahan tentang gizi, PMT, vitamin A, dll (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2016).

Hal ini menyebabkan ibu yang tidak aktif mengunjungi posyandu akan mengakibatkan kurangnya pengetahuan status gizi, tidak mendapat dukungan dan dukungan dari tenaga kesehatan apabila ibu menyusui kondisi kesehatan balitanya, serta pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita yang tidak dapat di periksa secara optimal dengan alasan pemantauan tumbuh kembang balita dapat diperiksa melalui KMS (Sugiyarti dkk., 2014).

Ibu yang rutin ke posyandu dapat dipantau status gizi anak balitanya oleh petugas kesehatan dan begitu juga sebaliknya ibu yang tidak konsisten mengunjungi posyandu status gizi balitanya akan sulit diketahui (Novitasari dkk., 2016).

2) Rumah Sakit atau Fasilitas Kesehatan Lainnya

Informasi dari klinik medis dapat memberikan gambaran tentang keadaan gizi di dalam masyarakat. Jika masalah pencatatan klinik tidak bagus, informasi ini tidak dapat memberikan gambaran yang seharusnya (Supriasa, 2013).

b) Sosial Budaya

1) Tingkat Pendidikan

Seseorang semakin tinggi sekolahnya maka semakin tinggi gajinya, sehingga akan mempengaruhi kualitas dan jumlah makanan yang dimakan (Wahyuningsih dan Shilfia, 2017).

Semakin maju pendidikan seseorang semakin sederhana untuk mendapatkan informasi, baik mendapatkan dari orang lain maupun komunikasi digital lainnya. Informasi erat kaitannya dengan pendidikan yang maju, semakin luas juga mendapatkan informasi yang dimilikinya (Ariani, 2017).

2) Pendapatan

Pendapatan menunjukkan kemampuan keluarga untuk membeli makanan yang dengan demikian akan mempengaruhi status gizi. Keluarga dengan pendapatan besar berpotensi untuk membelikan makanan bergizi bagi kerabatnya, sehingga dapat memenuhi kebutuhan pangan setiap harinya (Adriana, 2013).

Kapasitas keluarga untuk membeli makanan berdasarkan besar kecilnya pendapatan dan pengeluaran harga atas bahan makanan itu sendiri. Penghasilan yang relatif besar akan mempengaruhi peningkatan status gizi. Jika pendapatan meningkat, berapa banyak makanan dan jenis makanan yang dimakan akan lebih membaik dan sebaliknya jika pendapatan keluarga rendah, berapa banyak makanan yang dimakan akan berada dalam bahaya terhadap status gizi. Semakin tinggi penghasilan yang didapatkan maka semakin tinggi pula konsumsi makanan bergizi (Sugiyarti dkk., 2014)

3) Tingkat Pengetahuan

Gizi buruk dapat dihindarkan jika dalam keluarga terutama ibu yang memiliki tingkat pengetahuan baik tentang gizi, orang tua yang kurang memiliki informasi tentang gizi akan cenderung tidak fokus pada

zat gizi dalam pemenuhan keluarga mereka terutama untuk balitanya dan kebersihan makanan yang mereka makan sehingga akan mempengaruhi status gizi yang dibutuhkan oleh tubuh (Ariani, 2017).

4) Tradisi

Dalam hal sikap terhadap makanan masih banyaknya larangan, anggapan aneh dan pantangan di mata masyarakat, sehingga menyebabkan pemanfaatan pangan bergizi menjadi rendah (Supariasa, 2013).

2.1.5.5 Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Status Gizi

Sumber daya manusia (SDM) merupakan salah satu faktor yang harus diperhatikan dalam meningkatkan kualitas gizi. Balita merupakan kelompok usia yang sedang mengalami masa pertumbuhan yang pesat sehingga membutuhkan zat gizi yang tinggi untuk setiap kilogram berat badannya. Padahal kelompok usia inilah yang paling sering mengalami kekurangan gizi.

Akibat dari kekurangan gizi akan menghambat pertumbuhan mental dan fisik anak. Masalah gizi juga bisa membuat anak mengalami masalah tumbuh kembang yang harus dialaminya. Masalah gizi yang tak terselesaikan karena rendahnya kesadaran masyarakat akan pentingnya gizi, rendahnya pendidikan, dan rendahnya tingkat penghasilan.

a) Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Status Gizi Balita

Ibu memiliki peran penting bagi anak-anaknya, terutama dalam hal makanan. Ibu memiliki kewajiban untuk mengatur perawatan keluarga, sehingga ibu harus memahami pentingnya menyiapkan makanan untuk anak-anaknya. Faktor yang melatarbelakangi pengasuhan ibu adalah pemahaman ibu mengartikan makanan yang dibutuhkan anaknya, khususnya informasi tentang

sumber makanan yang dapat memenuhi nutrisi, jenis penggunaan yang digunakan, porsi makan anak dan waktu pemberian. Merawat balita dengan pengetahuan terbatas akan mempengaruhi pengaturan makanan untuk balita sehingga jika pengetahuan ibu baik, maka pola makan balita juga akan meningkat, dengan mengikuti program posyandu secara konsisten dan memahami informasi terkait ruang lingkup gizi, maka semakin mudah ibu untuk mengasuh balitanya.

b) Hubungan Pekerjaan Keluarga dengan Status Gizi Balita

Balita sangat bergantung dengan ibu dalam memenuhi kebutuhannya. Biasanya, balita disapih lebih cepat saat ibu bekerja di luar rumah, hal inilah akan berdampak buruk pada status gizi balita apabila gizi untuk anak yang disapih tidak dipantau (Suhardjo, 2008).

Saat ini ibu tidak hanya berperan sebagai individu yang mengurus keadaan rumah atau hanya mengurus anak-anaknya, namun ibu juga memiliki aktivitas di luar rumah yang bertujuan untuk mendapatkan penghasilan tambahan. Ketika ibu bekerja, kewajiban anak diserahkan kepada *baby sister* atau kerabat lainnya, orang yang dibebani kewajiban ini tidak dijamin memiliki pengalaman dan kemampuan menangani anak. Dalam keadaan seperti ini, dikhawatirkan balita akan terlantar karena tidak adanya pengasuhan dan perhatian dari peran orang tua serta tidak terpenuhinya kecukupan gizi yang dianjurkan. Penggunaan makanan sehari-hari akan mempengaruhi berat badan sebagai gambaran status gizi balita (Khomsan, 2010).

c) Hubungan Pendapatan dengan Status Gizi Balita

Tingkat pendapatan keluarga yang memadai akan menunjang tumbuh kembang anaknya, karena orang tua dapat memberikan semua kebutuhan anaknya, seperti makanan dan kebutuhan tambahan. Penghasilan juga menentukan jenis makanan apa saja yang akan dibeli. Keluarga yang tidak mampu membelikan besar pangan, sementara keluarga yang dapat membelikan olahan susu. Jadi dapat disimpulkan bahwa penghasilan merupakan komponen penting untuk jumlah makanan, ada hubungan yang jelas antara penghasilan dan gizi. Pengaruh peningkatan penghasilan yaitu kesejahteraan status gizi bagi keluarga yang sehat.

Keterbatasan ekonomi sering kali disalahkan karena tidak terpenuhi kebutuhan anak yang sehat, padahal jika diperhatikan dengan seksama, pemenuhan gizi pada anak tidaklah mahal, apalagi jika dibandingkan dengan biaya obat-obatan yang harus dibeli saat berobat di rumah sakit. Seperti yang ditunjukkan oleh Supariasa (2012) keberadaan penghasilan keluarga akan lebih baik bagi keluarga dengan ibu bekerja dibandingkan dengan keluarga hanya mengandalkan kepala keluarga atau ayah secara finansial. Kehidupan keluarga yang unggul akan benar-benar ingin membelikan perhatian yang wajar tentang asupan gizi anak balitanya.

Status gizi anak yang tidak memadai adalah masalah ekonomi yang rendah dan penghasilan yang menengah, salah satu faktor yang sering dialami oleh banyak keluarga (Wali dkk., 2020). Penyebabnya adalah keadaan ekonomi yang lemah, penghasilan yang tidak mencukupi dari pekerjaan dan biaya makanan yang mahal. Untuk memenuhi kebutuhan makanan anaknya, banyak orang tua

yang merasa kesulitan dari beberapa faktor tersebut. Padahal masa kritis gizi kurang yang dialami anak terjadi antara usia 1-3 tahun. Hubungan pendapatan per kapita dan status gizi sangat mempengaruhi peningkatan pendidikan dan peningkatan penyelenggaraan pelayanan kesehatan yang diinginkan oleh masyarakat. Keluarga dengan pendapatan yang layak akan memilih tingkat pendidikan dan kesehatan yang baik dan berkualitas.

d) Hubungan Pendidikan dengan Status Gizi Balita

Pendidikan adalah pekerjaan individu untuk membina karakter dan kapasitas di dalam dan di luar sekolah (baik formal maupun informal). Pendidikan adalah proses mengubah sikap dan perilaku individu atau kelompok dan lebih jauh lagi merupakan pekerjaan untuk mengembangkan individu melalui upaya mendidik dan melatih, yang dapat menambah pengalaman. Semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah individu tersebut untuk mendapatkan informasi yang luas.

Pendidikan orang tua adalah salah satu elemen penting dalam pengembangan dan peningkatan anak, karena mereka bisa mendapatkan semua informasi, terutama tentang bagaimana membesarkan anak yang sehat. Pendidikan formal maupun non formal dipercaya dapat membangun informasi tentang gizi yang baik untuk anak dan sangat dibutuhkan oleh ibu dalam memperluas informasi dengan tujuan akhir untuk mengolah dan mengetahui hubungan antara makanan dan kesehatan atau kebutuhan tubuh termasuk kesehatan untuk keluarganya terutama anak balita. Seseorang ibu dengan pendidikan tinggi sebenarnya akan merancang menu makanan yang sehat dan bergizi untuk dirinya dan keluarganya untuk memenuhi gizi esensialnya.

Pengembangan lebih lanjut makanan keluarga adalah pintu masuk utama dalam mengatur makanan, oleh karena itu ibu adalah tujuan utama pembinaan gizi keluarga. Pendidikan diharapkan aktivitas individu yang salah berakibat bahaya malnutrisi pada balita. Rendahnya pendidikan akan mempengaruhi tingkat pemahaman dalam mengasuh anak dan pengarahannya yang akan berdampak pada penurunan status gizi.

e) Hubungan Sikap Ibu dengan Status Gizi Balita

Dalam memenuhi gizi balita, ibu memegang peranan penting. Ibu adalah orang yang paling dekat dengan anak, orang pertama yang berhubungan dengan anak dan juga memberikan waktu tambahan untuk fokus pada anak.

Pengetahuan dan sikap seorang ibu merupakan faktor kecenderungan yang mempengaruhi sikap. Dengan asumsi ibu memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi balita, maka dipercaya bahwa ibu juga akan memiliki sikap dan perilaku yang baik dalam memuaskan makanan balitanya. Pengetahuan ibu tentang nutrisi akan mempengaruhi hidangan makanan yang disajikan kepada keluarga, termasuk balita. Sikap ibu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi balita juga penting dalam pemberian asupan makanan ke balita. Sikap merupakan faktor yang mempengaruhi seseorang. Perubahan sikap berkelanjutan dapat mengoptimalkan gizi yang sehat, oleh karena itu sikap ibu terhadap pemberian gizi anak sangat berpengaruh apabila pengetahuan ibu kurang.

2.2 Kerangka Teori



kestabilan berat badan 5. Memiliki energi yang cukup untuk beraktivitas	rendah 5. Risiko kematian dini	hati	7. Anemia berat 8. Dehidrasi berat 9. Penurunan kesadaran
---	-----------------------------------	------	---

Gambar 2.4 Kerangka Teori

Sumber: (Wahyuningsih dan Shilfia 2020), (Supariasa, 2012)

2.3 Kerangka Konsep

Variabel Independen

Variabel Dependen



Gambar 2.5 Kerangka Konsep

2.4 Hipotesa Penelitian

Hipotesis adalah solusi singkat untuk rencana masalah. Karena singkat, penting untuk menunjukkan kenyataan melalui informasi yang dikumpulkan secara tepat (Sugiyono, 2017).

Ho : Tidak ada hubungan antara pendapatan, pekerjaan, pendidikan, pengetahuan, dan sikap ibu dengan status gizi balita.

Ha : Ada hubungan antara pendapatan, pekerjaan, pendidikan, pengetahuan, dan sikap ibu dengan status gizi balita.

