

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Asupan Zat Gizi Pada Anak Usia (3-6 Tahun)

1. Definisi dan Pentingnya Zat Gizi Dalam Perkembangan

Perkembangan keterampilan motorik kasar, keterampilan motorik halus, keterampilan bahasa dan keterampilan sosial serta kemampuan untuk hidup sendiri adalah hasil dari proses ini. Tahap penting pertumbuhan dan perkembangan adalah yang terjadi selama masa bayi dan anak usia dini, karena ini adalah tahun-tahun ketika orang tua meletakkan fondasi bagi pertumbuhan anak mereka. Proses ini menentukan kesejahteraan fisik, mental, dan perilaku anak (Vyanti *et al.*, 2022).

Tubuh bergantung pada zat gizi, yaitu senyawa yang ditemukan dalam makanan dan penting untuk menjalankan fungsi tubuh yang normal. Definisi luas ini mencakup senyawa yang digunakan secara langsung untuk menghasilkan energi, memfasilitasi metabolisme (juga disebut koenzim), membangun struktur tubuh, atau mendukung sel-sel tertentu. Nutrisi juga berperan dalam berfungsinya organisme. (Yusri, 2020).

Dua kelompok zat gizi berbeda berdasarkan jumlah yang dibutuhkan tubuh :

- 1) Makronutrien adalah makanan terpenting yang berkontribusi terhadap pembentukan dan energi tubuh. Mereka berguna dalam jumlah besar dalam gram (g) dan mengandung karbohidrat, lemak, dan protein.
- 2) Mikronutrien bagian penting dari nutrisi makro agar dapat bekerja dengan baik. Mereka berguna dalam jumlah yang kecil. Mikronutrien dalam makanan terdiri dari mineral dan vitamin dan biasanya diukur dalam miligram (mg).

Faktor yang sangat penting untuk melanjutkan proses tumbuh kembang adalah gizi. Pada masa pertumbuhan, nutrisi sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan dan perkembangan manusia bergantung pada semua zat gizi esensial yang ditemukan dalam gizi, termasuk protein, karbohidrat, lemak,

mineral, vitamin, dan air. Kekurangan atau kekurangan zat gizi pada manusia dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan (Vyanti *et al.*, 2022).

Gizi sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Nutrisi harus ada dalam tubuh agar dapat mencapai hasil pertumbuhan dan perkembangan yang sebanding dengan tubuh, terutama pertumbuhan dan perkembangan fisik, sistem saraf dan otak, kecerdasan manusia dan tingkat kecerdasannya, serta hasil genetik elemen. Pemenuhan gizi atau kebutuhan gizi merupakan kunci untuk mencapai hasil pertumbuhan dan perkembangan yang sepadan dengan potensi genetik (Vyanti *et al.*, 2022).

a) Asupan Zat Gizi

Asupan zat gizi mengacu pada jumlah zat gizi, seperti energi, protein, zat besi, seng, dan kalsium, yang diterima anak dari makanan setiap hari. Sebaran asupan zat gizi makro responden disesuaikan dengan umur responden dan tergolong kurang (110% AKG) (Permatasari *et al.*, 2022).

Kategori untuk jumlah asupan zat gizi dikelompokkan menjadi :

- a. Kurang : <80% dari total kebutuhan
- b. Baik : 80 – 110% dari total kebutuhan
- c. Lebih : >110% dari total kebutuhan

b) Kebutuhan Zat Gizi Utama

a) Protein

Protein membentuk sel-sel tubuh dan berfungsi sebagai enzim, hormon, dan molekul penting lainnya. Protein disebut sebagai "blok pembangun" tubuh karena merupakan bahan mentah untuk membuat tubuh. Mereka menyediakan sumber energi dan asam amino esensial yang dibutuhkan untuk pembentukan sel-sel baru. Asam amino membentuk protein, Namun, ketidakseimbangan asam amino mengganggu kemampuan tubuh untuk memanfaatkan protein. Dalam situasi ketika jumlah asam amino yang diperlukan untuk sintesis protein terbatas, hal ini memungkinkan tubuh untuk memecah protein dan memperoleh asam amino yang dibutuhkan (Husain, 2021).

b) Lemak

Asam lemak dan trigliserida merupakan makronutrien yang disebut lemak. Karena kandungan energinya yang tinggi (9 kkal/kg), sangat penting untuk menyeimbangkan jumlah lemak dengan berat badan yang sesuai. Lemak merupakan sumber penyerapan vitamin yang larut dalam lemak, termasuk vitamin yang terdapat dalam A, D, E, dan K. Orang lebih menyukai makanan berlemak karena lemak membuat makanan terasa lebih enak. Asam lemak ini sangat penting karena tubuh manusia tidak mampu memproduksi asam lemak omega-6 dan omega-3 sendiri (Husain, 2021).

c) Karbohidrat

Karbohidrat merupakan zat gizi makro yang terdiri dari gula, pati, dan serat. Glukosa menyediakan energi bagi sel darah merah, otak dan sistem saraf pusat, serta plasenta dan janin. Otot dan hati menyimpan glikogen, tetapi ketika tubuh kelebihan beban, glukosa diubah menjadi lemak. Setelah dicerna dengan cepat, gula adalah jenis karbohidrat yang diambil tubuh sebagai energi dan melewati aliran darah (Husain, 2021).

d) Vitamin

Vitamin terdiri dari senyawa organik dalam jumlah kecil, seperti karbon, hidrogen, oksigen, dan nitrogen, yang penting untuk perkembangannya selama proses alami. Nutrisi tersebut merupakan zat organik berupa partikel kecil yang terdapat pada berbagai makanan yang tidak dapat digunakan untuk menghasilkan energi. Klasifikasi vitamin didasarkan pada kelarutannya dalam lemak dan air. Kelompok vitamin B terdiri dari delapan vitamin yang larut dalam air: vitamin B1 (thiamin), vitamin B2 (riboflavin), vitamin B3 (niacin), vitamin B5 (asam pantotenat), vitamin B6 (pyridracin), dan vitamin B7 (asam pantotenat) dan vitamin B8 (Husain, 2021).

e) Mineral

Tubuh manusia mengandung mineral yang merupakan zat anorganik. Makanan hewani merupakan sumber mineral terbaik, kecuali magnesium, yang banyak

ditemukan pada makanan nabati. Hewan menyerap mineral dari tumbuhan dan memasukkannya ke dalam jaringan tubuhnya. Selain itu, pangan hewani memiliki ketersediaan mineral biologis yang lebih tinggi dibandingkan pangan nabati, dan pangan hewani memiliki kandungan pengikat mineral yang lebih rendah dibandingkan pangan nabati (Husain, 2021).

B. Sanitasi Pada Anak Usia Paud (3-6 Tahun)

1. Konsep Dasar Sanitasi Pada Anak Usia 3-6 Tahun

Dalam Mustajab, dkk (2021). Anak usia dini adalah tahap awal di mana perhatian utama harus diberikan pada pertumbuhan dan perkembangan mereka. Anak-anak usia dini juga menghadapi masalah kesehatan yang harus diatasi dan sangat sensitif terhadap rangsangan, yang membuat mereka lebih mudah diarahkan untuk melakukan kebiasaan positif, seperti mengadopsi gaya hidup yang bersih dan sehat. Ini juga dapat menjadi titik awal bagi anak-anak untuk memulai perkembangan mereka secara bertahap. Tidak hanya di kota-kota yang dapat menghasilkan perilaku hidup bersih dan sehat, tetapi juga di daerah terpencil diperlukan berbagai sarana canggih untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (Dzulfadhilah *et al.*, 2023).

Salah satu dari banyak faktor yang mempengaruhi perkembangan anak adalah lingkungan keluarga. Perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga. Anak-anak sering menghabiskan waktunya di rumah keluarga, sehingga keluarga memberikan contoh nyata dan mempengaruhi perilaku dan pribadinya (Qotimah & Masnina, 2018).

Kesehatan dan pertumbuhan anak sangat dipengaruhi oleh sanitasi lingkungan. Penyakit disebabkan oleh kebersihan, baik lingkungan maupun individu. Anak-anak dapat terkena penyakit seperti diare, cacangan, demam tifoid, dan hepatitis jika mereka tidak menjaga kebersihan. Demikian pula, jumlah kasus ISPA (Infeksi Saluran Pernapasan) dapat meningkat karena polusi udara yang berasal dari pabrik, asap kendaraan, atau asap rokok. Jika anak sakit sering, pertumbuhan mereka pasti terganggu (Qotimah & Masnina, 2018).

2. Konsep Dasar Hygiene Pada Anak Usia 3-6 Tahun

Dalam kehidupan sehari-hari, kebersihan pribadi sangat penting dan memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan seseorang, sebagaimana dinyatakan oleh Adams dan Y. Motarjemi (2003). Rasa kebersihan sangat dipengaruhi oleh nilai dan kebiasaan pribadi. Budaya, masyarakat, keluarga, pendidikan, dan persepsi individu terhadap kesehatan merupakan beberapa faktor yang mempengaruhi utama (Bagiastra & Damayanti, 2019).

Dalam Rosmila (2013), Kebersihan diri anak merupakan wujud kebersihan dalam rangka menjaga kesehatan dan kebersihan diri. Kebersihan pencernaan, kebersihan mulut dan gigi, atau sekadar membersihkan mata dan hidung, perawatan rambut, kebersihan tangan, kebersihan kaki, dan kebersihan kulit merupakan contoh kebersihan diri. Penyakit kulit sering kali disebabkan oleh kebersihan kulit yang buruk. Perilaku dan cara pandang anak asuh sangat penting untuk mencegah berkembangnya penyakit dan masalah kesehatan di lingkungan panti jompo. Oleh karena itu, penting untuk menerapkan perilaku sehat dan meningkatkan kebersihan diri. Menurut Kosnayani & Hidayat (2018) dan Zakiudin (2016), semua perilaku kesehatan dilakukan secara sadar agar anggota kelompok dan individu dapat menjaga kesehatan dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan kesehatan di masyarakat (Huvaaid & Zia, 2023).

3. Fasilitas Sanitasi

a) Air Bersih

Sumber air bersih adalah bagian penting dari sistem penyediaan air bersih karena tanpanya sistem tidak dapat beroperasi. Akibatnya, pelatihan tentang memprioritaskan pentingnya air bersih dalam mempromosikan kebersihan lingkungan dan mendorong hidup sehat. Lingkungan yang sehat dalam skenario ini menandakan kehidupan sehari-hari setiap individu (Indriyantono *et al.*, 2022).

b) Jamban

Pembangunan toilet merupakan upaya menjaga kesehatan dengan menciptakan lingkungan hidup yang sehat. Saat membangun toilet, harus sangat berhati-hati untuk menghindari terjadinya bau. Jamban adalah fasilitas yang dipergunakan dalam pembuangan kotoran atau feses manusia. Rumah yang sehat wajib memiliki

fasilitas jamban untuk bisa menjamin kesehatan pada setiap individu, maupun keluarga ataupun lingkungan masyarakat itu sendiri. Bila ada rumah yang tidak mempunyai jamban, maka hal ini bisa menjadikan salah satu anggota keluarga tidak bisa mempergunakan jamban dan menyebabkan anggota keluarga tersebut membuang kotoran bukan pada tempatnya melainkan ke sembarang tempat (Hestuningtyas & Noer, 2014).

1. Sarana

Fasilitas merupakan alat pembelajaran yang bersifat portable (Permendiknas No. 24 Tahun 2007). Menurut peneliti, fasilitas adalah suatu alat atau media yang digunakan untuk menunjang suatu kegiatan dengan maksud atau tujuan tertentu. Setiap hal yang berfungsi sebagai penggerak utama suatu proses (bisnis, pembangunan, proyek, dll.) disebut sebagai prasarana (Sarfah & Farida, 2021).

2. Tempat Sampah

Pemisahan sampah basah (organik) dan kering (anorganik) perlu dilakukan saat menggunakan tempat sampah. Untuk mencegah makanan terkontaminasi sampah, tempat sampah harus cukup tertutup dan diletakkan dekat dengan sumber sampah, namun tidak terlalu dekat dengan makanan (Sarfah & Farida, 2021).

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Sanitasi Pada Anak Usia 3-6 Tahun

1. Lingkungan

Sebagaimana dinyatakan oleh Maulana (2010) Perilaku kesehatan dipengaruhi oleh lingkungan, yang meliputi anggota keluarga, sekolah, teman sebaya, dan masyarakat (Ningsih, 2022).

2. Pendidikan

Menurut Rudiansyah dan Jonyanis (2014), Pendidikan sangat penting untuk kesehatan masyarakat, tetapi kurangnya pendidikan membuat sulit bagi mereka untuk memahami pentingnya kesehatan perorangan dan sanitasi lingkungan (Ningsih, 2022).

3. Ekonomi

Menurut Rudiansyah dan Jonyanis (2014), Salah satu komponen yang memengaruhi tingkat pengetahuan masyarakat tentang sanitasi lingkungan adalah ekonomi. Kecepatan dengan mana seseorang meminta bantuan ketika seseorang dalam keluarga sakit juga memengaruhi kemampuan anggaran rumah tangga (Ningsih, 2022).

4. Sarana

Menurut kamus KBBI, fasilitas adalah Sarana untuk menyederhanakan dan mempercepat tindakan. Ada dua jenis lembaga: lembaga sosial dan lembaga publik. Fasilitas pemerintah dan sektor swasta, seperti sekolah, klinik, lembaga keagamaan, atau layanan sosial lainnya, tersedia untuk anggota masyarakat. Fasilitas umum adalah fasilitas yang dapat digunakan oleh masyarakat, seperti : jalan umum dan penerangan (Ningsih, 2022).

C. Perkembangan Anak Usia Paud (3-6 Tahun)

1. Perkembangan Kognitif

Kata “kognitif” berasal dari kata “cognition” yang sinonim dengan “tahu/mengetahui”. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, kognisi diartikan sebagai kegiatan atau proses memperoleh pengetahuan, yang terdiri atas kesadaran dan emosi, serta usaha mempelajari informasi melalui pengalaman pribadi dan akibat-akibatnya. Dari segi perkembangan kognitif, anak diharapkan memiliki keterampilan dan hasil belajar sebagai berikut : kemampuan berpikir kritis, menalar secara logis, memecahkan masalah, dan menemukan hubungan sebab-akibat (Hijriati, 2017).

a) Perkembangan Fisik

Perkembangan fisik mengacu pada kemajuan fisik dan modifikasi dalam tubuh seseorang. Perubahan bentuk dan ukuran tubuh merupakan perubahan yang paling mencolok . Masa kanak-kanak merupakan masa terlama dalam kehidupan seseorang dimana ia Sangat bergantung pada orang lain.Ini dimulai setelah lahir dan berlangsung dari 0 hingga 2 tahun. Meliputi anak usia dini (usia 2 sampai 6

tahun) dan anak akhir (usia 6 sampai 12 tahun). Masa kanak-kanak dimulai pada akhir masa bayi dan digantikan oleh kemandirian. Perkembangan fisik juga mencakup perkembangan keterampilan motorik. Perkembangan keterampilan motorik merupakan perubahan bertahap dalam kendali dan kemampuan melakukan gerakan, dicapai melalui interaksi faktor maturasi serta pelatihan dan pengalaman seumur hidup, dan tercermin dalam perubahan dan gerakan yang dilakukan dalam pertunjukan (Hijriati, 2017).

b) Perkembangan Motorik

Perkembangan motorik mengacu pada perkembangan unsur matang yang mengontrol gerak tubuh dan perkembangan otak yang merupakan pusat gerak. Gerakan-gerakan tersebut secara jelas dibedakan menjadi gerakan kasar dan gerakan halus. Kondisi lingkungan khususnya lingkungan rumah mempunyai pengaruh yang besar terhadap perkembangan motorik anak. Mengembangkan keterampilan motorik dini sangat penting untuk perolehan keterampilan, sebagaimana dibuktikan oleh kapasitas untuk melakukan tugas motorik tertentu. Tingkat kemahiran yang dimiliki anak dalam melakukan tugas motorik tertentu dapat digunakan untuk menilai kualitas motorik mereka. Keterampilan motorik dapat dilaksanakan secara efisien jika tugas tersebut diselesaikan dengan tingkat keberhasilan yang tinggi. (Saripudin, 2019).

1. Perkembangan Motorik Kasar

Menurut Bambang Sujiono (2007), gerak-gerik anak disebut dengan gerak motorik kasar. Ini mencakup koordinasi sebagian besar tubuh dan merupakan penggunaan otot-otot besar seperti lengan, kaki, dan seluruh bagian tubuh. Keterampilan motorik kasar pada anak berkembang lebih cepat dibandingkan keterampilan motorik halus. Misalnya, Anda akan bisa mengambil benda besar lebih cepat dibandingkan benda kecil (Saripudin, 2019).

2. Perkembangan Motorik Halus

Pengertian motorik halus meliputi gerakan-gerakan bagian tubuh tertentu yang dilakukan oleh otot-otot kecil tanpa memerlukan tenaga sebagaimana yang didefinisikan oleh Susanto (2011). Tetapi, dalam tugas-tugas seperti menggambar,

menulis, menggunting, dll., koordinasi tangan dan mata diperlukan (Indraswari, 2012).

c) Perkembangan Sosial

Individu anak, peran orang tua, orang dewasa di lingkungannya, dan teman kanak-kanak adalah semua faktor penting untuk perkembangan sosial anak. Perkembangan sosial anak bergantung pada bagaimana anak kecil berinteraksi dengan orang dewasa, teman sebaya, dan masyarakat luas agar dapat beradaptasi sesuai standar yang diharapkan oleh negara dan bangsanya. Selanjutnya mencapai kematangan dalam hubungan sosial disebut pembangunan sosial. Dapat juga diartikan sebagai proses pembelajaran beradaptasi dengan standar, etika, dan adat istiadat, yaitu terbentuknya kelompok yang berkomunikasi dan bekerja sama (Indraswari, 2012).

d) Perkembangan Emosional

Semakin banyak orang yang memahami bahwa perkembangan emosi merupakan bagian penting dalam tumbuh kembang anak. Pada tahap awal perkembangannya, bayi mengungkapkan rasa aman dalam keluarga ketika kebutuhannya dipenuhi oleh lingkungan. Bayi suka menyentuh dan merasakan sesuatu, pada tahap ini, pembelajaran mempengaruhi perkembangan. Tahap perkembangan emas atau golden age merupakan istilah lain dari anak usia dini. Pada tahap ini, sebagian besar sel otak mengendalikan semua perilaku. Oleh karena itu emosi diartikan sebagai pengalaman emosional yang menyertai adaptasi terhadap keadaan mental dan fisik seseorang dan diwujudkan dalam perilaku. Oleh karena itu emosi diartikan sebagai pengalaman emosional yang menyertai adaptasi terhadap keadaan mental dan fisik seseorang dan diwujudkan dalam perilaku yang terlihat. Emosi disebut juga emosi dan dapat mengekspresikan emosi seperti: B. Pengalaman emosional, suka atau tidak senang, marah, terkejut, bahagia, sedih, jijik. Ekspresi perilaku dan respons fisiologis juga sering dikaitkan dengan emosi (Sukatin *et al.*, 2020).

e) Perilaku Anak Usia 3-6 Tahun

Sebagaimana diutarakan Chamidah (2018), anak-anak merupakan generasi penerus negeri ini yang berhak memperoleh tumbuh kembang yang optimal. Oleh karena itu, demi kebaikan negara di masa depan, kita

membutuhkan anak-anak yang memiliki kualifikasi tinggi. Oleh karena itu, penting untuk mulai memperhatikan proses tumbuh kembang anak sejak dini. Masa keemasan sekali seumur hidup dimulai antara usia 0 dan 5 tahun (Hening Prastiwi, 2019).

Tiga gejala utama gangguan mental yang dikenal sebagai gangguan pemusatan perhatian/hiperaktivitas (GPPH) adalah kurangnya perhatian (ketidakmampuan berkonsentrasi), hiperaktif, dan impulsif, yang dapat berlangsung terus-menerus atau bertahan lama (Ningrum, 2022).

Dalam penelitian Pordanjani et al. (2016), keterlibatan orang tua dan perannya selama terapi bermain lebih baik dalam mengurangi gejala GPPH, mengubah perilaku pada anak GPPH, dan meningkatkan hubungan orang tua-anak hasil. Karena orang tua selalu menjadi orang pertama yang menyayangi dan mendidik anaknya. Oleh karena itu, orang tua yang terlibat langsung dalam proses terapi ingin menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman bagi anaknya, sehingga dapat lebih leluasa mengungkapkan pikirannya. Orang tua juga berperan sebagai terapis dan mediator antara anak dan orang di sekitarnya. Orang tua harus terus mendukung anak penderita GPPH dalam belajar dan bereksperimen dengan percaya diri (Ningrum, 2022).

D. Gangguan Pemusatan Perhatian dengan Hiperaktivitas (GPPH)

1. Pengertian GPPH

Anak hiperaktif tidak mengalami gangguan pemusatan perhatian/hiperaktivitas (ADHD), namun anak yang mengalami gangguan pemusatan perhatian/hiperaktivitas (ADHD) bersifat hiperaktif dan impulsif. Hiperaktif merupakan penyakit masa kanak-kanak yang gejala utamanya bersifat perilaku. Hiperaktif merupakan kelainan masa kanak-kanak yang gejala utamanya bersifat perilaku. Kita berbicara tentang defisit perhatian atau defisit perhatian karena anak-anak ini mengalami kesulitan berkonsentrasi pada tugas yang diberikan. Meskipun mereka memiliki motivasi yang tinggi, mereka merasa sangat sulit untuk menyelesaikan tugas dan menginvestasikan banyak energi ke dalamnya (Trisanti *et al.*, 2020).

Gejala penurunan perhatian dan/atau hiperaktif atau impulsif disebut gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (GPPH). Kedua fitur tersebut harus ada dan ada dalam berbagai situasi untuk diagnosis (Trisanti *et al.*, 2020).

2. Faktor Penyebab GPPH

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak-anak dari orang tua yang mengalami GPPH memiliki gangguan genetik (Trisanti *et al.*, 2020).

1. Konsumsi berbagai zat oleh ibu selama kehamilan juga bisa menjadi faktor penyebabnya seperti : tembakau dan alkohol.
2. Meskipun diyakini bahwa BBLR meningkatkan kemungkinan ADHD pada anak-anak, masih belum pasti apakah gejala-gejala ini berlanjut hingga dewasa.
3. Mereka yang lahir lebih awal mungkin mengalami peningkatan kemungkinan ADHD, yang terkait dengan riwayat prenatal mereka. Bukti tambahan mengonfirmasi keberadaan ADHD pada 30% di antara anak usia sekolah yang lahir pada usia kehamilan 36 minggu. Bayi prematur lebih mungkin mengalami gangguan perkembangan seperti ADHD.
4. Kemungkinan faktor lain yang meningkatkan kejadian GPPH adalah riwayat pencabutan forceps. Hal ini belum diteliti dengan baik.
5. Riwayat kejang demam selain trauma kepala juga diduga meningkatkan kejadian GPPH pada anak.
6. Laki-laki lebih sering terjadi berdasarkan jenis kelamin. Perkiraan rasio pria dan wanita adalah 3:1 dan 4:1 pada komunitas.

3. Ciri-Ciri GPPH

Menurut Paternotte (2010) ciri-ciri anak dengan Attention Deficit Hyperactivity Disorder antara lain :

a. Gangguan perhatian dan konsentrasi

Anak-anak yang didiagnosis dengan GPPH mengalami kesulitan besar memusatkan perhatian mereka pada berbagai hal. Kesulitan ini bukan disebabkan oleh rangsangan eksternal yang mengganggu pemeliharaan perhatian. Anak-anak

dengan GPPH mengalami kesulitan menghalangi rangsangan tersebut dari pikiran mereka. Misalnya, siswa tidak hanya mendengarkan apa yang dikatakan guru, tetapi juga suara mobil, pesawat terbang, dan gemeretak kursi di sekitar mereka. Mereka pun mendengarkan gambar-gambar di papan tulis dan garis-garis pada pakaian teman tetangganya. Ini akan membutuhkan lebih banyak konsentrasi dan mengabaikan rangsangan yang tidak penting sebelumnya. Ini tidak terkait dengan tingkat kecerdasan anak atau kemampuan mereka; sebaliknya, itu terkait dengan bagaimana anak-anak menggunakan berbagai aspek otak mereka (Trisanti *et al.*, 2020).

b. Impulsivitas

Anak-anak yang didiagnosis dengan GPPH biasanya impulsif. Mereka akhirnya memulai tugas atau menjawab pertanyaan sebelum mereka benar-benar mendengar atau membaca atau memahami apa yang diharapkan dari mereka. Mereka tetap duduk di kursinya. Berkendara ke tujuan Anda tanpa merasa takut atau memukul anak-anak lain. Dengan kata lain, mereka bertindak tanpa mempertimbangkan apa yang akan terjadi setelahnya. Mereka tidak memiliki fungsi rem sistem kontrol, yang memiliki kemampuan untuk mengontrol perilaku mereka. Ini adalah gambaran umum dari anak-anak. Anak-anak GPPH jelas tidak mengalami perkembangan, tetapi perkembangan fungsi biasanya meningkat seiring bertambahnya usia. Kita dapat melihat bagaimana mereka bertindak seperti anak taman kanak-kanak dengan cara yang sama seperti anak-anak yang sudah dewasa. Sekarang kita tahu bahwa kondisi ketinggalan ini juga disebabkan oleh faktor biologis (Trisanti *et al.*, 2020).

c. Hiperaktivitas

Anak-anak GPPH selalu bergerak. Mereka tidak dapat berhenti bergerak sepanjang hari. Mereka tidak pernah tenang, santai, atau frustrasi. Anak-anak ini selalu merasa tidak tenang di dalam hatinya. Dia membutuhkan banyak energi untuk menjadi santai dan tenang. Saat mereka menjadi lebih tua, mereka akan kehilangan lebih banyak "hiperaktivitas kecil" seperti mengutik-ngutik dengan jari, bergoyang-goyang, atau berputar (Trisanti *et al.*, 2020).

4. Dampak GPPH

Dampak dari Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktifitas adalah sebagai berikut (Alam, 2014) :

1. Anak kurang mampu berpartisipasi secara baik dalam kegiatan pembelajaran
2. Anak sering mengabaikan perintah orang tua
3. Anak sulit disiplin

Jika tidak diobati, gangguan hiperaktif (GPPH) menciptakan hambatan terhadap perilaku sosial dan penyesuaian akademik di lingkungan rumah dan sekolah. Hal ini menyebabkan pertumbuhan yang buruk pada anak-anak dan masalah perilaku di kemudian hari. (Alam, 2014). Kondisi lain yang menyertai gangguan hiperkinetik adalah:

1. Gangguan Perilaku
2. Sikap menentang
3. Depresi
4. Gangguan Kecemasan
5. Ketidakmampuan Belajar
6. Gangguan Jiwa
7. Gangguan Pemusatan Perhatian (Attention Deficit)
8. Gangguan Pengendalian Motorik (Motor Control Disorders)
9. Gangguan Perseptual (DAMP)
10. Autisme

E. Hubungan Antara Asupan Zat Gizi, Sanitasi Dan Perkembangan Anak

1. Keterkaitan Pola Makan Dengan Perkembangan Optimal Anak

Menurut Khomsan et al., (2007); Putri Prasasti (2018). Gizi merupakan sarana yang digunakan manusia untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Kebiasaan seperti sikap, kepercayaan, dan makanan yang biasa dikonsumsi juga termasuk Kebiasaan makan anak-anak dipengaruhi oleh pilihan makanan yang dibuat oleh orang tua mereka, termasuk anak-anak prasekolah. Sejak usia dini, penting untuk memastikan anak-anak mendapatkan makanan yang sehat dan bergizi. Hal ini dapat mengoptimalkan pertumbuhan fisik dan kognitif anak yang pada akhirnya dapat mempengaruhi kesehatannya di kemudian hari (Kastorini et al., 2019). Oleh karena itu, baik ibu maupun ayah harus selalu mengawasi dan menerapkan pola

makan sehat dan bergizi untuk anak-anak mereka yang masih di prasekolah (Harlistyarintica & Fauziah, 2020).

2. Keterkaitan Kecukupan Zat Gizi Dengan Perkembangan Optimal Anak

Kebutuhan tubuh akan zat gizi yang seimbang, yang merupakan definisi gizi yang baik. Faktor metabolik dan genetik menentukan kebutuhan nutrisi seseorang. Untuk memastikan anak-anak berkembang secara optimal, sangat penting bagi mereka untuk mendapatkan asupan gizi yang seimbang. Sejak janin dalam kandungan, pemberian makanan bergizi sangat penting karena pertumbuhan fisik yang baik sangat bergantung pada makanannya. Faktor gizi dalam makanan juga harus diperhatikan di masa kanak-kanak awal, karena nafsu makan mereka biasanya menurun. Status gizi seorang anak yang normal, gemuk, atau kurus dapat berdampak pada perkembangan kognitifnya. Anak yang kurang berat badan memiliki kebutuhan gizi yang lebih rendah, yang dapat menyebabkan kelelahan dan kelesuan. Sehingga anak kesulitan berkonsentrasi selama perkembangan kognitifnya. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa bahwa nutrisi sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama perkembangan kognitif, karena otak manusia membutuhkan banyak nutrisi untuk berkembang dengan baik (Alestari *et al.*, 2019).

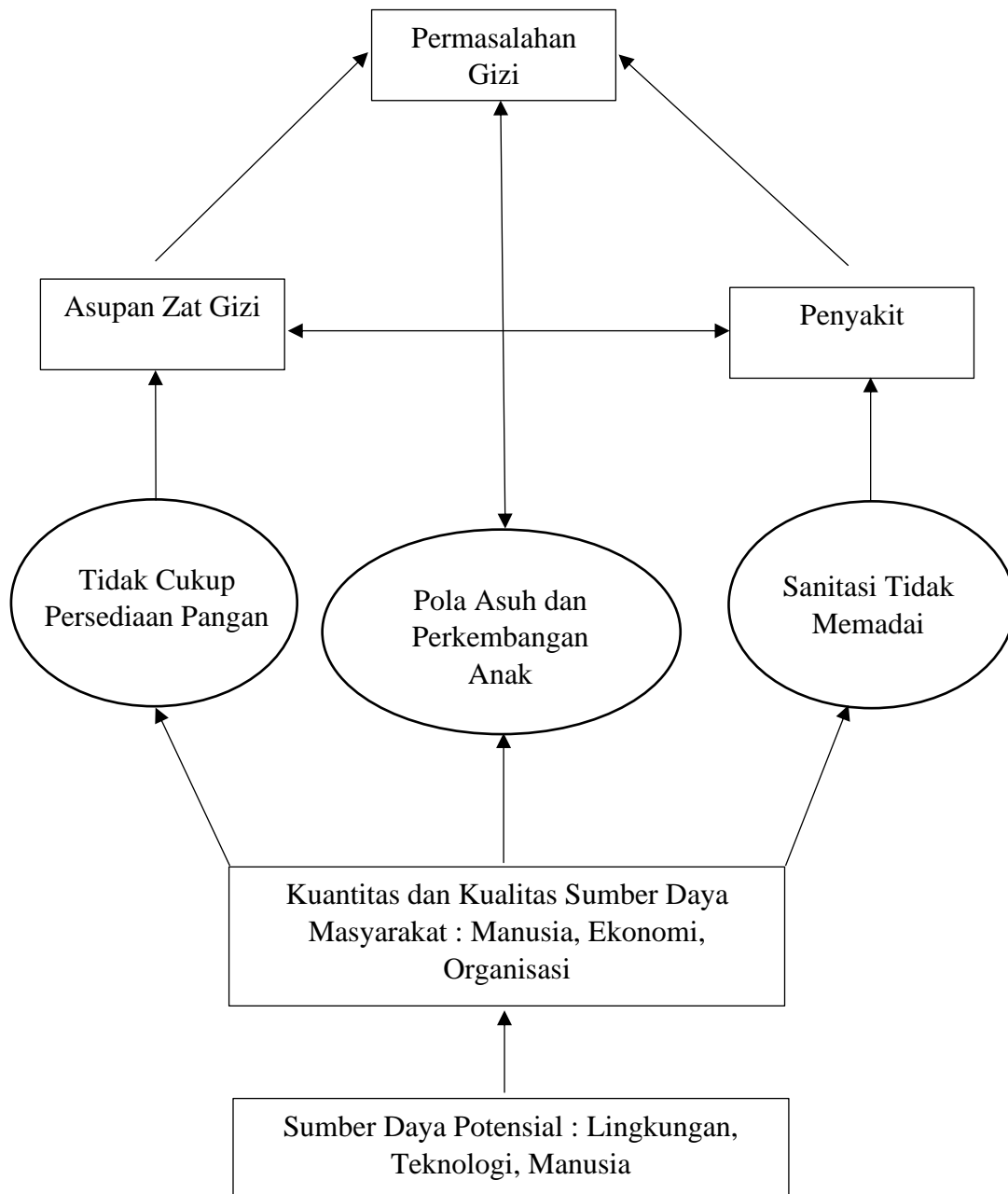
3. Keterkaitan Praktik Sanitasi Dengan Perkembangan Optimal Anak

Menurut Engle (1997), Selama masa kanak-kanak, perkembangan seorang anak sangatlah penting karena memengaruhi kesejahteraan fisik dan mentalnya serta kemampuan intelektualnya. Permasalahan gizi salah satunya dipengaruhi oleh perilaku pengasuhan orang tua. Kebersihan dan kerapian lingkungan merupakan salah satu pola asuh yang baik. Praktik makan seperti persiapan dan penyimpanan makanan. Merawat bayi yang sakit, termasuk layanan medis yang tersedia. Anda harus selalu mempertimbangkan lingkungan sekitar anak Anda untuk menghindari masalah kesehatan yang berkelanjutan. Rumah dan sekitarnya harus mempertimbangkan beberapa faktor, termasuk bangunan, area bermain anak, ventilasi, sinar matahari, pencahayaan, air murni, pembuangan sampah, kamar mandi, toilet/WC, dan taman. Kebersihan masyarakat dan lingkungan berdampak pada tumbuh kembang anak (Purnama & Andrias, 2016).

Menurut Depkes RI (2003), prinsip higiene sanitasi dalam ilmu sanitasi berarti mengontrol bahan makanan, orang, lokasi, dan peralatan yang dapat atau mungkin menyebabkan penyakit. Peran ibu dalam membantu mengatasi masalah gizi anak yang diasuhnya, antara lain memberikan ASI dan nutrisi, mengobati penyakit menular pada anak kecil, termasuk akses terhadap layanan kesehatan dasar, dan mengatur kebersihan ibu. Kesehatan lingkungan bayi dan perawatan gizi bayi (Purnama & Andrias, 2016).

Seperti yang dinyatakan oleh Hidayat (2011), sanitasi lingkungan berdampak pada tingkat gizi seseorang, konsumsi makanan, dan penyakit infeksi. Sanitasi lingkungan memengaruhi kesehatan seseorang. Sanitasi lingkungan adalah faktor yang mendorong penyebaran penyakit menular. Sanitasi lingkungan secara tidak langsung memengaruhi kesehatan anak balita dan, pada akhirnya, kesehatan gizi anak balita juga dapat dipengaruhi (Purnama & Andrias, 2016).

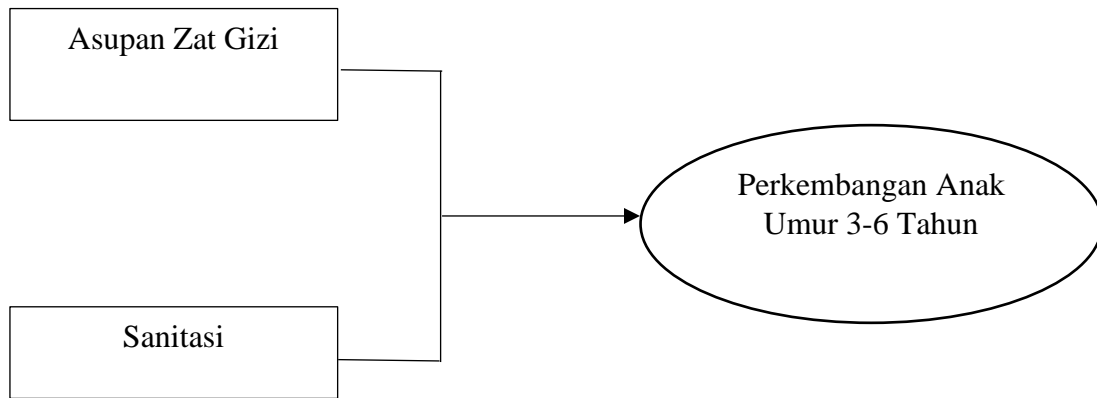
F. Kerangka Teori



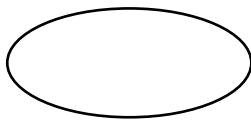
Sumber : UNICEF 1998 (Dimodifikasi)

Gambar 1. Kerangka Teori

A. Kerangka Konsep



Keterangan :



: Variabel Dependen



: Variabel Independen



: Hubungan Antar Variabel

Gambar 2. Kerangka Konsep