

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Balita

a. Pengertian Balita

Balita adalah anak-anak di bawah usia lima tahun yang tumbuh dan berkembang dengan sangat cepat. Karena kurangnya nutrisi dan kualitas makanan yang dibutuhkan balita pada usia ini, mereka lebih rentan terhadap gangguan gizi dan penyakit. Malnutrisi dapat terjadi akibat mengonsumsi makanan yang tidak memenuhi semua kebutuhan gizi balita. (Kumala, Afrinis, and Afiah 2023).

Menurut Khulafa'ur Rosidah & Harsiwi (2019), masa balita merupakan masa pembentukan dan perkembangan manusia, namun juga merupakan masa yang rentan karena balita sangat rentan terhadap gangguan pertumbuhan dan risiko yang menyertainya. Menurut Willis (2006), masa balita juga disebut sebagai "masa keemasan" karena pada masa ini anak-anak memperoleh keterampilan dasar persepsi, bahasa, dan perkembangan intelektual yang intensif. Karena pada masa ini merupakan masa yang paling krusial bagi orang tua untuk meletakkan dasar bagi pertumbuhan dan perkembangan anak di masa mendatang, masa bayi dan balita merupakan masa perkembangan yang paling krusial. (Umasugi et al., 2020)

Menurut Lasman dkk. (2002), masa depan fisik, mental, dan perilaku anak sangat dipengaruhi oleh pertumbuhan dan perkembangan awal mereka (Lasman dkk., 2022). Deteksi dini merupakan salah satu cara untuk mengetahui adanya penyimpangan dalam tumbuh kembang anak sehingga dapat diberikan penanganan yang tepat untuk pencegahan, stimulasi, penyembuhan, dan pemulihan berdasarkan tanda-tandanya. (Sukeksi dkk., 2011) Salah satu cara untuk menyiapkan generasi penerus yang berkualitas adalah dengan mendukung upaya deteksi tumbuh kembang. (Setyatama, Siswati, and Masturoh 2023).

Ukuran fisik dan struktur tubuh dapat diukur dalam satuan panjang dan berat sebagai hasil dari pertumbuhan, yaitu peningkatan ukuran dan

jumlah sel dan jaringan antarsel. Perubahan jumlah, ukuran, dan fungsi sel, organ, dan individu semuanya terkait dengan pertumbuhan. Menurut Thamaria (2017), ada dua jenis pertumbuhan: pertumbuhan linier dan pertumbuhan massa jaringan. Perkembangan lurus menggambarkan status gizi yang terkait dengan masa lalu. Pengukuran linier yang rendah biasanya menunjukkan kekurangan gizi sebagai akibat dari kekurangan energi dan protein sebelumnya. Tinggi badan dan panjang badan adalah dua pengukuran linier yang umum. Status gizi pada saat pengukuran atau saat ini tercermin dalam pertumbuhan massa jaringan. (Yuliantini and Sari 2024).

a. Pengukuran Status Stunting Balita

Status gizi merupakan salah satu indikator paling umum terjadinya stunting pada tubuh. Status gizi merupakan cara untuk meningkatkan kesehatan seseorang dengan menciptakan keseimbangan antara energi orang tersebut dan energi orang-orang di sekitarnya yang dapat mengarah pada keadaan normal. Terkait dengan status tubuh, stunting merupakan salah satu faktor penyebabnya. Gizi yang normal dapat menyebabkan tubuh mengalami banyak pertumbuhan dan perkembangan, yang dapat menyebabkan terjadinya stunting sebagai bagian dari penanganan gizi. (Asy-Syifa et al. 2023)

Sejak anak lahir, penilaian pertumbuhan dapat dilakukan sedini mungkin. Program skrining komprehensif untuk deteksi dini bertujuan untuk mengidentifikasi penyimpangan pertumbuhan dan faktor risiko pada anak usia dini. Penyimpangan pertumbuhan anak dapat diidentifikasi sejak dini melalui deteksi dini, sehingga dapat memberikan indikasi yang jelas untuk upaya pencegahan, stimulasi, penyembuhan, dan pemulihan selama fase pertumbuhan yang krusial. (Yuliantini and Sari 2024)

Penjelasan data yang diperoleh melalui berbagai metode untuk mengidentifikasi populasi atau individu yang berisiko mengalami kekurangan gizi atau kelebihan gizi dikenal sebagai penilaian status gizi. Ada dua jenis penilaian status gizi:

- 1) Penilaian langsung : antropometri, klinis, biokimia, dan biofisik

2) Penilaian tidak langsung : survei konsumsi makanan, statistik vital, faktor ekologi

Lingkar kepala, berat badan, dan tinggi badan bayi dan balita dapat diukur untuk menilai pertumbuhannya. Indikator TB/U digunakan untuk mengetahui apakah bayi dan balita termasuk dalam kategori tinggi, normal, pendek, atau sangat pendek. Pemantauan pertumbuhan anak (gagal tumbuh) dilakukan dengan indikator BB/U. Selain itu, gangguan pertumbuhan otak dapat diketahui dari lingkar kepala yang kecil atau besar (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Tumbuh kembang anak, kondisi kesehatan, dan status gizinya mutlak perlu diperhatikan. Kita dapat mencegah terjadinya stunting pada anak dengan melakukan pengawasan terhadap anak. Oleh karena itu, upaya pencegahan kecacatan perlu dilakukan dengan melakukan skrining status gizi yang baik agar masyarakat, khususnya para ibu, secara sadar dan terus menerus melakukan skrining tumbuh kembang anak dan balitanya serta menjadi pelopor di tingkat daerah dalam mencegah kecacatan. (Asy-Syifa et al. 2023)

Usia balita dan hasil pengukuran PB atau TB kemudian ditambahkan ke dalam rumus untuk menentukan status gizinya dengan cara berikut:

$$z\text{-score} = \frac{\text{nilai individu subjek} - \text{nilai median buku rujukan}}{\text{nilai simpang baku rujukan}}$$

Nilai-nilai individu subjek kemudian dibandingkan dalam pengukuran antropometri dengan nilai standar deviasi acuan Standar Pertumbuhan Anak WHO (WHO CGS) yang dapat ditemukan pada lampiran 7 dan 8. Sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak, standar WHO CGS telah resmi ditetapkan sebagai standar antropometri untuk menilai status gizi anak di Indonesia. Keputusan ini diambil setelah dilakukan diskusi dengan para ahli. Standar WHO CGS menjelaskan bagaimana tumbuh kembang anak akan berkembang jika mereka mendapatkan pola asuh dan praktik gizi yang tepat. (LATIFAH n.d.)

Menurut ketentuan Kementerian Kesehatan tahun 2020 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020), klasifikasi status gizi balita berdasarkan indeks PB/U atau TB/U adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Klasifikasi Status Gizi Balita Umur 0-60 Bulan berdasarkan Indeks PB/U atau TB/U

Indeks	Status gizi	Simpangan baku
Panjang badan menurut umur atau tinggi badan menurut umur (PB/U atau TB/U) anak usia 0-60 bulan	Sangat pendek (severely stunted)	< -3 SD
	Pendek (stunted)	-3 SD sampai dengan <-2 SD
	Normal	-2 SD sampai dengan +3 SD
	Tinggi	>+3 SD

Sumber: (Kemenkes RI, 2020)

b. Permasalahan Gizi Pada Ballita

Menurut UNICEF, kekurangan gizi pada balita dapat disebabkan secara langsung oleh dua hal: kurangnya asupan gizi dari makanan dan penyakit infeksi (Handayani, 2017). Berbagai faktor yang menyebabkan terjadinya kelaparan adalah sulitnya memperoleh makanan bergizi dan terjangkau di lingkungan sekitar, perilaku dan budaya dalam penanganan makanan dan pengasuhan anak, serta kurangnya layanan kesehatan. (Fitriani et al. 2023)

Gizi berlebih, kekurangan energi protein (KEP), anemia, kekurangan vitamin A (KVA), dan gangguan kekurangan yodium (GAKY) merupakan masalah gizi yang dihadapi balita. (LATIFAH n.d.)

a) Kekurangan Energi Protein (KEP)

Berat badan rendah pada balita dengan Kekurangan Energi Protein (KEP) mengakibatkan kurangnya lemak dan massa otot. Anak yang kurus juga memiliki lebih sedikit otot dan lemak dalam tubuh karena mereka mengonsumsi lebih sedikit makanan. Sistem kekebalan tubuh anak (antibodi) melemah karena kekurangan makanan, sehingga mereka rentan terhadap penyakit. (LATIFAH n.d.)

b) Anemia Gizi

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih terus menghantui Indonesia tanpa memandang usia dan jenis kelamin, dan siapa pun dapat mengalaminya tanpa menyadarinya. Menurut Friedrich dkk. (2019), anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin (HB) dalam darah lebih rendah dari nilai normal untuk kelompok usia dan jenis kelamin. Penyebab paling umum dari penyakit ini adalah kekurangan zat besi. Kekurangan darah yang terus-menerus karena infeksi virus yang parah dan terus-menerus (diare, demam berdarah, HIV). Asupan nutrisi yang tidak memadai atau tidak mencukupi, penyerapan zat besi yang terhambat, dan pola makan yang tidak terkontrol untuk menurunkan berat badan. (Aspihani, Kabuhung, and Ulfa 2023)

c) Kekurangan Vitamin A(KVA)

Fungsi utama vitamin A adalah menjaga kesehatan mata; fungsi tambahannya antara lain meningkatkan kekebalan tubuh, memaksimalkan perkembangan janin, dan berfungsi sebagai antioksidan. Rabun senja merupakan tanda awal VAD dan pada akhirnya akan mengakibatkan kebutaan jika tidak diobati. Orang yang kadar retinol serumnya kurang dari 20 mcg/dl berisiko tinggi terkena VAD. (LATIFAH n.d.)

d) Gangguan Akibat Kekurangan Yodium(GAKY)

Menurut Danamik (2019), GAKI merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang sangat serius karena dampaknya dapat memengaruhi kualitas sumber daya manusia dan kelangsungan hidup. Yodium merupakan mineral yang berperan penting dalam produksi

hormon tiroksin dan dibutuhkan tubuh dalam jumlah yang relatif sedikit. (Jayadi et al. 2023)

e) Kelebihan Berat Badan dan Obesitas

Kegemukan pada remaja memperbesar risiko penyakit berat dan lebih rentan mengalami berbagai penyakit infeksi yang berisiko dan bahkan meninggal saat dewasa, berat badan memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kelemahan hidup seseorang menjadi lebih terbatas (Mulyana dan Farida, 2022). Anak yang mengalami obesitas dapat mengalami berbagai masalah kesehatan, termasuk penyakit kardiovaskular dan diabetes melitus—yang paling serius adalah kemungkinan kematian—serta masalah psikologis seperti rendahnya rasa percaya diri, gangguan makan, dan hubungan dengan kualitas hidup yang rendah (Agustin & Indriani, 2017). Selain masalah kesehatan dan masalah sosial, obesitas juga dapat mengakibatkan diskriminasi sosial dalam bentuk perundungan dan pengucilan. Obesitas pada anak dapat menyebabkan masalah fisik seperti sakit punggung dan pembengkakan kaki. Anak yang mengalami hal ini juga dapat menjadi kurang kompetitif, kurang lincah, mudah lelah, dan sering mengantuk. Sebaliknya, masalah psikologis meliputi rendahnya harga diri dan kecenderungan merasa malu saat berinteraksi dengan orang lain. (Gerungan and Katuuk 2023).

f) Stunting

Stunting merupakan kondisi anak yang mengalami kekurangan gizi kronis akibat kurangnya asupan gizi dalam jangka waktu lama. Hal ini menyebabkan gangguan pertumbuhan pada anak, yaitu tinggi badan anak lebih rendah atau lebih pendek (kerdil) dari normal seusianya. Banyak orang yang menganggap remeh kondisi tubuh anak yang pendek karena sering disebut sebagai sifat keturunan (genetik) yang diturunkan dari kedua orang tuanya. Padahal, kita tahu bahwa jika dibandingkan dengan faktor perilaku, lingkungan sosial, ekonomi, budaya, politik, dan layanan kesehatan, faktor genetik merupakan faktor penentu kesehatan yang paling kecil pengaruhnya. Sementara itu, Kementerian Kesehatan

(Kemenkes) mendefinisikan stunting sebagai balita dengan z-score kurang dari $-2,00$ SD/simpangan baku (stunting) atau $-3,00$ SD/simpangan baku (stunting berat). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa stunting merupakan gangguan pertumbuhan yang mempengaruhi tumbuh kembang anak baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang.(Asmaryadi 2023)

B. Pengetahuan ibu tentang gizi

a. Pengertian Pengetahuan

Mubarak (2011) mendefinisikan pengetahuan sebagai "segala sesuatu yang diketahui berdasarkan pengalaman", artinya pengetahuan akan tumbuh seiring dengan pengalaman. Tingkat kecukupan gizi yang dicapai balita akan sangat dipengaruhi oleh orang tua, khususnya ibu, yang memiliki pengetahuan gizi yang baik. Pengetahuan gizi yang baik dapat membantu ibu dalam menentukan kualitas dan kuantitas makanan, serta ibu akan mampu menyediakan kandungan gizi yang tepat untuk memenuhi kebutuhan gizi balita, khususnya terkait kandungan zat dalam makanan, kebersihan makanan, dan waktu makan. (Putri, Lestari, and Ningsih 2022).

Usia dan pendidikan merupakan dua contoh faktor yang memengaruhi pengetahuan. Proses belajar dipengaruhi oleh pendidikan, dan semakin tinggi pendidikan seseorang, maka semakin mudah pula baginya untuk menyerap informasi. Pendidikan dan pengetahuan saling berkaitan erat, karena diharapkan seseorang yang berpendidikan tinggi akan memiliki pengetahuan yang lebih banyak. Mentalitas dan pemahaman seseorang dapat dipengaruhi oleh usianya. Pola pikir dan pemahaman seseorang akan semakin berkembang seiring bertambahnya usia, sehingga pengetahuan yang diperolehnya juga akan semakin baik. (Putri, Lestari, and Ningsih 2022)Penyebab mendasar yang paling signi-

fikan adalah rendahnya tingkat pendidikan dan pengetahuan orang tua, terutama ibu. Hal ini berdampak besar pada seberapa baik orang, keluarga, dan masyarakat dapat menggunakan sumber daya yang sudah

mereka miliki untuk memperoleh cukup makanan. (Ertiana and Zain 2023).

Karena pengetahuan orang tua mempengaruhi bagaimana orang tua mampu memenuhi kebutuhan pangan bagi anaknya, mengonsumsi pangan sesuai gizi yang benar, memilih jenis pangan, dan mengutamakan pangan di tengah keluarga, maka faktor pengetahuan ibu tentang gizi dan tingkat pendidikan memegang peranan penting dalam mencegah terjadinya status gizi buruk atau kurang pada balita (Maulana, 2012). Gizi dan tumbuh kembang anak sangat dipengaruhi oleh pengetahuan orang tua, khususnya pengetahuan ibu. Saat masih balita, kebanyakan anak tidak begitu peduli dengan makanan dan hanya mau makan apa yang diberikan oleh orang tuanya. Oleh karena itu, diperlukan informasi yang cukup bagi ibu, khususnya tentang gizi pada balita, agar status gizi anak dapat terpenuhi dengan baik sehingga ibu dapat memahami gizi apa saja yang dibutuhkan anak untuk tumbuh dan berkembang. (Sutrisno and Tamim 2023)

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut Menurut Notoatmodjo 2010 yaitu:

a. Pendidikan

Tingkat kesehatan dan keputusan untuk berperilaku sehat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan ibu. Sikap dan perilaku ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi anak, khususnya terkait kebiasaan konsumsi keluarga, juga dipengaruhi oleh pendidikan ibu. Ibu yang memiliki pendidikan yang baik akan cenderung memilih makanan yang berkualitas dan mengandung gizi yang baik untuk dikonsumsi anak, sehingga kecukupan gizi dapat terpenuhi. (Ainin, Ariyanto, and Kinanthi 2023)

b. Sosial Budaya dan Ekonomi

Proses pertumbuhan dipengaruhi oleh status sosial ekonomi dalam hal pendapatan, pendidikan, dan pengetahuan orang tua. Keadaan keuangan berhubungan dengan kapasitas keluarga untuk mengatasi

masalah asupan gizi dan bagaimana seseorang memilih layanan kesehatan untuk bayi. (Oktavia 2021).

Gaji keluarga berkaitan dengan kemampuan keluarga dalam memenuhi kebutuhan hidup, baik kebutuhan pokok, penunjang, maupun tersier. Gaji keluarga yang tinggi memudahkan pemenuhan kebutuhan hidup, sebaliknya gaji keluarga yang rendah lebih sulit memenuhi kebutuhan hidup. Kualitas dan kuantitas pangan keluarga akan terpengaruh oleh pendapatan yang rendah. (Husna et al. 2023).

c. Lingkungan

Landasan yang kokoh bagi pertumbuhan jangka panjang anak adalah sanitasi yang bersih. Disinfeksi yang tepat dan kokoh dengan asumsi bahwa tempat sterilisasi yang digunakan memenuhi prasyarat kesehatan, misalnya, sumber air yang sehat dan aman, jamban yang sehat, tempat pembuangan sampah yang tertutup dan kedap air, dan tempat pembuangan sampah yang tidak mencemari lingkungan. (Ainin, Ariyanto, and Kinanthi 2023)

Polusi dan habitat patogen tercipta akibat buruknya sanitasi lingkungan, yang meningkatkan kemungkinan penularan penyakit menular. Penyakit yang tidak dapat disembuhkan membuat nafsu makan anak menurun dan terbatas dalam mengonsumsi makanan, hal ini akan berdampak pada penurunan berat badan bayi dalam jangka panjang, penurunan berat badan yang terus-menerus akan mempengaruhi status kesehatan yang juga menurun. Ketika seorang anak terserang penyakit menular, zat gizi yang seharusnya digunakan untuk pertumbuhan justru digunakan untuk melawan infeksi dalam tubuh. Stunting merupakan salah satu gangguan pertumbuhan yang dapat terjadi akibat kekurangan gizi yang terus-menerus. Hal ini dapat memperlambat proses pertumbuhan. (Ainin, Ariyanto, and Kinanthi 2023)

c. Cara mengukur pengetahuan

Secara umum, Arikunto (2010) mengatakan bahwa soal yang digunakan untuk mengukur pengetahuan terbagi menjadi dua kategori, yaitu soal objektif seperti pilihan ganda, menjodohkan, dan benar-salah,

dan soal subjektif seperti soal esai. Soal pilihan ganda atau objektif lebih disukai untuk pengukuran pengetahuan karena kecepatan penilaiannya dan kemudahan adaptasinya terhadap pengetahuan yang diukur. Umumnya, penilaian pilihan ganda menggunakan nilai nol jika responden menjawab salah dan nilai satu jika menjawab benar. (Gizi and Laila n.d.)

d. Klasifikasi hasil pengukuran

Kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data pengetahuan dalam penelitian ini. Melalui kuesioner, data dapat diperoleh langsung dari sampel penelitian dan kemudian diolah menjadi temuan penelitian. Penulis menggunakan kuesioner dengan pertanyaan tentang pengetahuan gizi ibu untuk penelitian ini. Kuesioner yang berisi 15 pertanyaan digunakan untuk mengetahui tingkat pengetahuan responden. (Tantejo, Chriastianto, and Restuastuti 2014).

Menurut Nurasalam (2016), informasi individu dapat diuraikan pada skala subjektif, khususnya:

- 1) Pengetahuan baik : 76% - 100%
- 2) Pengetahuan cukup : 56% - 75%
- 3) Pengetahuan kurang : < 56

C. Pola Pemberian Makan

a. pengertian pola pemberian makan

Pola makan merupakan suatu cara untuk mengatur jumlah, jenis, dan frekuensi makan makanan dengan tujuan agar dapat berfungsi untuk menjaga kesehatan, fungsi otak, pencegahan, dan juga proses penyembuhan suatu penyakit. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014, pola makan yang sehat sangat diperlukan untuk mencapai pemenuhan gizi yang optimal. Informasi yang memberikan gambaran tentang frekuensi, jumlah, dan jenis makanan yang dikonsumsi setiap hari oleh suatu kelompok masyarakat dan merupakan ciri khas kelompok tersebut disebut dengan pola makan. Gizi buruk terjadi apabila makanan yang dikonsumsi memiliki kualitas yang buruk dan rendah zat gizi. Sebaliknya, dengan

mengonsumsi makanan yang berkualitas baik dan memiliki kandungan gizi yang baik bagi tubuh, maka tubuh akan mencapai kondisi kesehatan yang ideal dan asupan gizi yang cukup bagi tubuh. (Kalla, Picauly, and Boeky 2023)

Pemberian makanan responsif (RF), sebagaimana didefinisikan oleh WHO dan UNICEF, adalah kapasitas pengasuh untuk memberi makan anak secara aktif dan responsif, termasuk metode pemberian makanan berdasarkan usia dan memberikan contoh kebiasaan sehat. Ibu memainkan peran penting dalam asupan dan pengembangan perilaku makan anak melalui pola pemberian makanan, menanggapi kurangnya nafsu makan anak dengan mendorong mereka untuk makan, merawat di iklim yang terlindungi, dan memanfaatkan komunikasi yang positif. Konsep pemberian makanan responsif terhubung dengan minat anak terhadap makanan dan berpotensi memengaruhi status gizi dengan memengaruhi asupan dalam hal kualitas dan kuantitas. Kemampuan untuk makan sendiri dan penerimaan makanan adalah dua hasil positif dari pemberian makanan responsif. Lebih jauh, Pengasuhan Responsif menggabungkan ide-ide psikososial yang bagus untuk perubahan psikologis dan mental anak-anak. (Rokhanawati, Nuzuliana, and Wijhati 2023)

Bila balita tidak diberi makan dengan benar, mereka bisa kekurangan gizi, yang dapat memengaruhi perkembangan mental dan fisik mereka. Akibat kecerdasan otaknya yang terganggu, anak-anak akan tampak pendek dan kurus saat mereka mencapai usia sekolah. (Rokhanawati, Nuzuliana, and Wijhati 2023)

Ketersediaan pangan dan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi memengaruhi pola asuh ibu dalam hal pemberian makanan. Saat memberi makan anak, ibu harus sabar karena sering kali menemui anak yang tidak mau makan. (MCA, 2013). Pemberian makanan yang kreatif oleh ibu juga sangat penting. Ibu diharapkan dapat merangsang nafsu makan anak atau membuat makanan yang menarik. (Banowo and Hidayat 2021)

b. Cara mengukur pola pemberian makan

Kuesioner Frekuensi Makanan Semi Kuantitatif (SQ-FFQ) merupakan alat untuk menggambarkan pola asupan gizi seseorang dalam jangka waktu tertentu. Strategi ini setara dengan teknik frekuensi makanan dalam hal pengaturan dan cara melakukannya. Perbedaan utamanya adalah jumlah atau porsi setiap makanan yang dimakan selama periode tertentu seperti hari ke hari, minggu ke minggu, atau bulan ke bulan. Lebih jauh, SQ-FFQ juga dapat menentukan seberapa banyak asupan suplemen secara menyeluruh. Langkah-langkah metode frekuensi makanan Supriasa et al. (2016) adalah sebagai berikut:

- 1) responden diwawancarai mengenai frekuensi konsumsi jenis makanan sumber zat gizi yang ingin diketahui.
- 2) Kemudian tanyakan mengenai URT dan porsinya. Untuk memudahkan responden gunakan buku foto bahan makanan.
- 3) Estimasi ukuran porsi yang dikonsumsi responden ke dalam ukuran berat (gram).
- 4) Konversi semua frekuensi bahan makanan untuk perhari
- 5) Kemudian kalikan frekuensi perhari dengan ukuran berat (gram) untuk mendapatkan berat yang dikonsumsi dalam gram perhari.
- 6) Hitung semua daftar bahan makanan yang dikonsumsi responden sesuai dengan yang terisi di dalam form.
- 7) Setelah semua bahan makanan diketahui berat yang dikonsumsi dalam gram/hari, maka semua berat dijumlahkan sehingga diperoleh total asupan zat gizi responden.

Metode SQ-FFQ menurut Supriasa dkk. (2016) memiliki beberapa kelebihan, antara lain relatif murah dan mudah, responden dapat mengisi kuesioner sendiri, tidak memerlukan pelatihan khusus, dan dapat mengetahui asupan zat gizi makro dan mikro harian. Sebaliknya, metode SQ-FFQ memiliki beberapa kekurangan, antara lain sulitnya membuat kuesioner untuk pengumpulan data, cukup membosankan bagi pewawancara, perlu dilakukan percobaan pendahuluan untuk

mengetahui jenis bahan makanan yang akan dimasukkan dalam daftar kuesioner, dan responden harus jujur dan memiliki motivasi yang kuat.

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi pola pemberian makan pada balita

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pola pemberian makan. Menurut (Zulkarnaen, Dahlan, and Ahmadin 2022).

a. Faktor sosial status ekonomi

Status keuangan adalah gambaran keadaan seseorang atau masyarakat umum yang dilihat dari sudut pandang keuangan, misalnya, tingkat pendidikan, gaji, pekerjaan, dll. Gaya hidup keluarga kemungkinan besar dibentuk oleh status ekonominya. Pertumbuhan dan perkembangan anak-anak juga akan didukung oleh pendapatan keluarga yang memadai, karena orang tua mampu memenuhi semua kebutuhan primer dan sekunder anak-anak mereka. Sangat mungkin bahwa keuangan masih belum pasti berdasarkan tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, gaji, dan sumber daya/aset yang dimiliki oleh keluarga. (Fitriah, Supriatiningrum, and Ernawati 2023).

b. Faktor Pendidikan

Pendidikan kesehatan bagi para ibu tentang cara mengelola gizi di rumah dengan lebih baik dan mengubah kebiasaan makan anak-anak mereka merupakan salah satu pilihan. Perubahan perilaku berbasis kesadaran diri merupakan tujuan dari pendidikan kesehatan, yang ditujukan baik kepada individu maupun kelompok. Tujuan dari pendidikan kesehatan adalah untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan dari waktu ke waktu. Proses perubahan cara berperilaku ini tidak hanya melalui serangkaian pemberian materi dan sistem, tetapi merupakan siklus yang panjang dan berkelanjutan melalui peningkatan kesadaran; upaya preventif, rehabilitatif, dan terapeutik. (Sefrina and Imanah 2023)

c. Faktor Lingkungan

Terdapat dua jenis lingkungan, yaitu lingkungan sosial dan lingkungan keluarga. Menurut Sutikno (2011), lingkungan keluarga

memegang peranan penting dalam penanganan dan pencegahan segala masalah kesehatan. Amsyari (1986) menyatakan bahwa lingkungan keluarga merupakan lingkungan pertama yang mempengaruhi perkembangan anak. (Elvita et al. 2023)

d. Faktor Sosial Budaya

Budaya merupakan salah satu faktor yang memengaruhi status kesehatan, termasuk gizi keluarga. Kata "sosial" yang merujuk pada "masyarakat" dan "budaya" yang merujuk pada semua produk, preferensi, dan inovasi lingkungan merupakan akar dari istilah "sosial" dan "budaya". Budaya sosial mencakup semua aspek kehidupan dalam arti luas. Budaya merupakan karakteristik yang akan memengaruhi perilaku dan kebiasaan serta berfungsi sebagai panduan bagi kehidupan manusia, mengarahkan mereka ke arah yang benar. Makna mendasar dari budaya sosial terletak pada kemampuan untuk menumbuhkan dan mengevaluasi kepekaan seseorang terhadap nilai-nilai budaya, memperluas perspektif seseorang terhadap isu-isu kemanusiaan dan budaya, dan memahami kritik terhadap cara manusia mengekspresikan pengalaman mereka di dunia melalui seni. Pola hidup manusia sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor sosial dan budaya, termasuk seberapa baik bayi dan anak-anak tetap sehat. (Ginting and Hadi 2023)

Dari sudut pandang sosial budaya, pangan bukan hanya sekedar sumber gizi. Menurut Dirjen Binkesmas Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, faktor budaya merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pola makan dan kebiasaan makan seseorang. Faktor ini cukup menentukan jenis pangan yang sering dikonsumsi, selain itu ketersediaan pangan di suatu daerah juga mempengaruhi pola makan masyarakat setempat. Hal tersebut dikenal dengan kebiasaan makan yang akan menghasilkan suatu pola makan apabila pangan tersebut dikonsumsi secara berulang-ulang. (Zulkarnaen, Dahlan, and Ahmadin 2022).

D. Stunting

Stunting merupakan kondisi di mana seorang anak menderita kekurangan gizi kronis akibat kurangnya asupan gizi dalam jangka waktu

yang lama. Hal ini menyebabkan gangguan pertumbuhan pada anak, yaitu tinggi badan anak lebih rendah atau lebih pendek (kerdil) dari ukuran normal untuk usianya. Banyak orang yang menerima begitu saja kondisi tubuh anak yang pendek karena sering disebut sebagai sifat keturunan (genetik) yang diturunkan dari kedua orang tuanya.(Asmaryadi 2023).

a. Faktor Risiko Stunting

Gagasan tentang masalah gizi yang dicetuskan oleh (UNICEF, 1998), menunjukkan bahwa penyebab masalah status gizi mencakup berbagai bidang. Penyebab masalah status gizi pada anak kecil dibagi menjadi penyebab mendasar, tidak langsung, dan tidak langsung. Kemiskinan dan kurangnya pengetahuan merupakan akar penyebab masalah status gizi balita. Status gizi secara langsung dipengaruhi oleh faktor asupan makanan dan penyakit menular, sedangkan ketahanan pangan, pola asuh yang buruk, sanitasi dan air bersih, serta layanan kesehatan dasar yang tidak memadai merupakan penyebab tidak langsung. (Kartika n.d.).

a) Faktor langsung

1. Kurang asupan makanan

Gagasan tentang masalah gizi yang dicetuskan oleh (UNICEF, 1998), menunjukkan bahwa penyebab masalah status gizi mencakup berbagai bidang. Penyebab masalah status gizi pada anak kecil dibagi menjadi penyebab mendasar, tidak langsung, dan tidak langsung. Kemiskinan dan kurangnya pengetahuan merupakan akar penyebab masalah status gizi balita. Status gizi secara langsung dipengaruhi oleh faktor asupan makanan dan penyakit menular, sedangkan ketahanan pangan, pola asuh yang buruk, sanitasi dan air bersih, serta layanan kesehatan dasar yang tidak memadai merupakan penyebab tidak langsung. (Holimombo 2023)

Kualitas zat gizi yang dikonsumsi balita akan terganggu, dan ini dapat menyebabkan kurangnya pemenuhan gizi harian. Kemungkinan terjadinya stunting akan meningkat akibat kekurangan gizi dan stunting yang disebabkan oleh kekurangan gizi ini. (Holimombo 2023)

Rendahnya asupan makanan yang menyehatkan dan pola makan yang tidak seimbang dapat memengaruhi tumbuh kembang anak dan meningkatkan risiko cacat lahir. Hal ini disebabkan karena kurangnya pemahaman ibu tentang pentingnya gizi sebelum, selama, dan setelah melahirkan. (Azmi et al. 2023)

a) Kebutuhan energi

Kinetika aktivitas fisik harian balita dipengaruhi oleh energi dari kombinasi asupan makronutrien (protein, lemak, dan karbohidrat), yang mendukung proses pertumbuhan. (Kumala, Afrinis, and Afiah 2023)

b) Kebutuhan protein

Menurut Wijayanti Novita (2017), protein merupakan zat gizi terpenting yang dibutuhkan balita untuk menunjang pertumbuhannya. Balita yang kebutuhan proteinnya tidak terpenuhi dari asupan makanan sehari-hari akan berdampak pada penurunan status gizinya (Wijayanti Novita, 2017). Protein yang berasal dari makanan diserap, dicerna, dan diubah menjadi molekul mono-peptida atau asam amino yang berfungsi sebagai prekursor neurotransmitter dan berperan dalam perkembangan otak (Wijayanti Novita, 2017). Protein sangat dibutuhkan oleh balita, mengingat bayi berada pada masa pertumbuhan yang ideal, maka kemampuan protein dapat membentuk jaringan baru dan menambah massa yang dapat menunjang kesehatannya. (Kumala, Afrinis, and Afiah 2023)

c) Kebutuhan lemak

Selain karbohidrat dan protein, lemak menyediakan energi. Lemak membantu tubuh menyerap vitamin, terutama vitamin yang larut dalam lemak (vitamin A, D, E, dan K), menjaga struktur dan membran sel pengangkut darah, serta meningkatkan rasa makanan. (Anumpitan, Zuraida, and Nasution 2023)

d) Kebutuhan karbohidrat

Dibandingkan dengan protein dan lemak, karbohidrat merupakan sumber energi utama dan mudah diperoleh. Karbohidrat digunakan untuk mengenyangkan dan menghasilkan energi serta cadangan energi bagi tubuh. Biji-bijian seperti beras, jagung, dan ketan, umbi-umbian seperti

singkong, ubi jalar, kentang, dan talas, mi, roti, dan pisang merupakan contoh karbohidrat. (Anumpitan, Zuraida, and Nasution 2023)

2. Penyakit infeksi

Di seluruh dunia, penyakit menular merupakan penyebab utama kematian dan kecacatan. Tubuh manusia merupakan rumah bagi banyak mikroorganisme. Mikroorganisme dapat ditemukan di lingkungan luar dan masuk ke dalam tubuh melalui makanan, minuman, pernapasan, atau kontak langsung. Infeksi adalah pola pertumbuhan mikroorganisme abnormal yang menjadi pertahanan tubuh (Subur, 2021). Karena kekebalan tubuh mereka masih dalam tahap awal atau belum berkembang sepenuhnya, balita sangat rentan terhadap penyakit menular. (Kumala, Afrinis, and Afiah 2023)

b) Faktor tidak langsung

a) Kurangnya ketersediaan pangan tingkat rumah tangga

Konsumsi pangan seseorang dapat dipengaruhi oleh pengetahuan gizi ibunya. Seseorang yang memiliki pemahaman gizi yang baik akan mampu menerapkan pengetahuan tersebut saat memilih dan menyiapkan makanan, sehingga dapat menjamin ketahanan pangan yang lebih baik dan memastikan anak-anak beserta keluarganya memperoleh gizi yang cukup. Rendahnya kualitas sumber daya manusia (SDM) suatu negara dapat ditunjukkan dengan kasus stunting pada anak. Perekonomian Indonesia akan mengalami kerugian jangka panjang akibat kondisi stunting, yang juga meningkatkan risiko penyakit, menurunkan produktivitas, dan menurunkan kemampuan kognitif. (Tidar, Rahmawati, and Wahyani 2023).

b) Perilaku/pola asuh ibu

Menurut Ratu et al. (2019), pola asuh merupakan interaksi antara orang tua dengan anak yang meliputi pola asuh dan pola pemberian makan. Menurut Kuhu et al. (2016), terdapat hubungan antara status gizi (BB/U) balita dengan pola asuh berupa sikap mengasuh dan pola

pemberian makan. Semakin baik pola asuh yang diberikan maka akan semakin baik pula status gizi balita begitu pula sebaliknya apabila ibu memberikan pola asuh yang kurang baik dalam mengasuh balita maka akan mempengaruhi kesehatan balita. (Setiawati, Fajar, and Hasyim 2023)

Faktor lain yang menyebabkan anak mengalami stunting adalah pola asuh yang buruk. Pola asuh di sini melibatkan pemberian makanan pada anak sebagai kebiasaan dan perilaku. Stunting dapat terjadi pada anak jika orang tuanya gagal memberikan gizi yang cukup. Selain itu, otak dan pertumbuhan anak dapat terpengaruh oleh faktor ibu seperti gizi yang tidak memadai selama kehamilan dan remaja. (Agustini et al. 2023)

Feeding rules merupakan aturan makan yang di anjurkan untuk digunakan ibu dalam menunjang keberhasilan dalam memberi makan pada balita. Berikut adalah tabel *feeding rules* (aturan pemberian makan) (LATIFAH n.d.):

Tabel 3. Feeding Rules (aturan pemberian makan)

Aturan	Keterangan
Jadwal	- Makanan utama tiga kali dan makanan selingan dua kali yang terjadwal -Waktu makan 30 menit -Air putih boleh dikonsumsi di antara waktu makan
Lingkungan	-Iklim yang menawan (tidak ada tekanan untuk makan) -Selama makan, tidak boleh ada mainan, televisi, atau perangkat permainan elektronik. -Tidak boleh ada makanan sebagai hadiah.
Prosedur	-Jika anak menunjukkan bahwa mereka tidak mau makan dengan menutup mulut, memalingkan kepala, atau menangis, dorong mereka untuk makan sendiri. -Janjikan kembali makanan sebagai pilihan yang netral (tanpa paksaan)

	-Jika setelah 10-15 menit anak tersebut benar-benar tidak mau makan, maka sistem makan selesai.
--	---

c) Kurangnya pelayanan Kesehatan

Akses terbatas terhadap aset dan layanan kesehatan merupakan tantangan penting dalam mencegah kecacatan di masa kini. Akses terhadap sumber daya kesehatan yang memadai sulit dilakukan di banyak daerah, terutama di daerah pedesaan dan terpencil. Faktor-faktor seperti jarak yang jauh, kurangnya infrastruktur, dan terbatasnya fasilitas kesehatan merupakan hambatan terhadap layanan kesehatan yang diharapkan dapat memantau perkembangan dan pertumbuhan anak secara optimal (Segala et al., 2016). Layanan gizi, pendidikan kesehatan, dan intervensi pencegahan stunting semuanya dapat terhambat oleh kurangnya akses. (Martony 2023).

d) Lingkungan tidak seha

Anak-anak lebih mungkin mengalami hambatan pertumbuhan jika mereka tidak memiliki akses terhadap air bersih dan sanitasi yang buruk. Tumbuh di lingkungan dengan kondisi air dan sanitasi yang buruk dapat berdampak pada perkembangan anak. (Arifuddin et al. 2023)

e) Pengetahuan ibu

Status gizi balita akan dipengaruhi oleh ketidaktahuan ibu tentang gizi, sehingga ibu akan kesulitan memilih makanan bergizi untuk anak-anaknya. Karena sikap atau perilaku ibu dalam memilih makanan untuk balita dan pola makan balita, termasuk jumlah, jenis, dan frekuensi makanan yang dikonsumsi balita, pengetahuan gizi ibu dapat menjadi salah satu faktor dalam status gizi balita. (Simamora and Hutabarat 2023).

Karena ibu memegang peranan yang sangat penting, tingkat pengetahuan mereka tentang gizi sangat penting untuk meningkatkan status gizi keluarga, khususnya anak-anak mereka. Sosok ibu berperan dalam mengurus keluarga dan menentukan jenis makanan yang akan dikonsumsi oleh keluarga. Karena ibu adalah orang yang paling dekat secara emosional dengan anak-anaknya, tingkat pengetahuan mereka

tentang gizi balita memiliki dampak yang signifikan terhadap status gizi anak mereka. Dibandingkan dengan anggota keluarga lainnya, ibu dengan anak cenderung menghabiskan lebih banyak waktu bersama, yang membantu mereka lebih memahami semua kebutuhan anak-anak mereka. Faktor terpenting dalam memenuhi kebutuhan gizi anak kecil adalah pengetahuan ibu. (Simamora and Hutabarat 2023).

e) Dampak Stunting

Perkembangan dan peningkatan pada bayi dapat terganggu jika terjadi masalah gizi, misalnya hambatan pertumbuhan. Stunting adalah gangguan perkembangan yang memengaruhi balita dan menyebabkan anak tumbuh lebih lambat dari rata-rata, yang berdampak negatif dalam jangka pendek dan jangka panjang. (Asmaryadi 2023)

a) Dampak jangka pendek

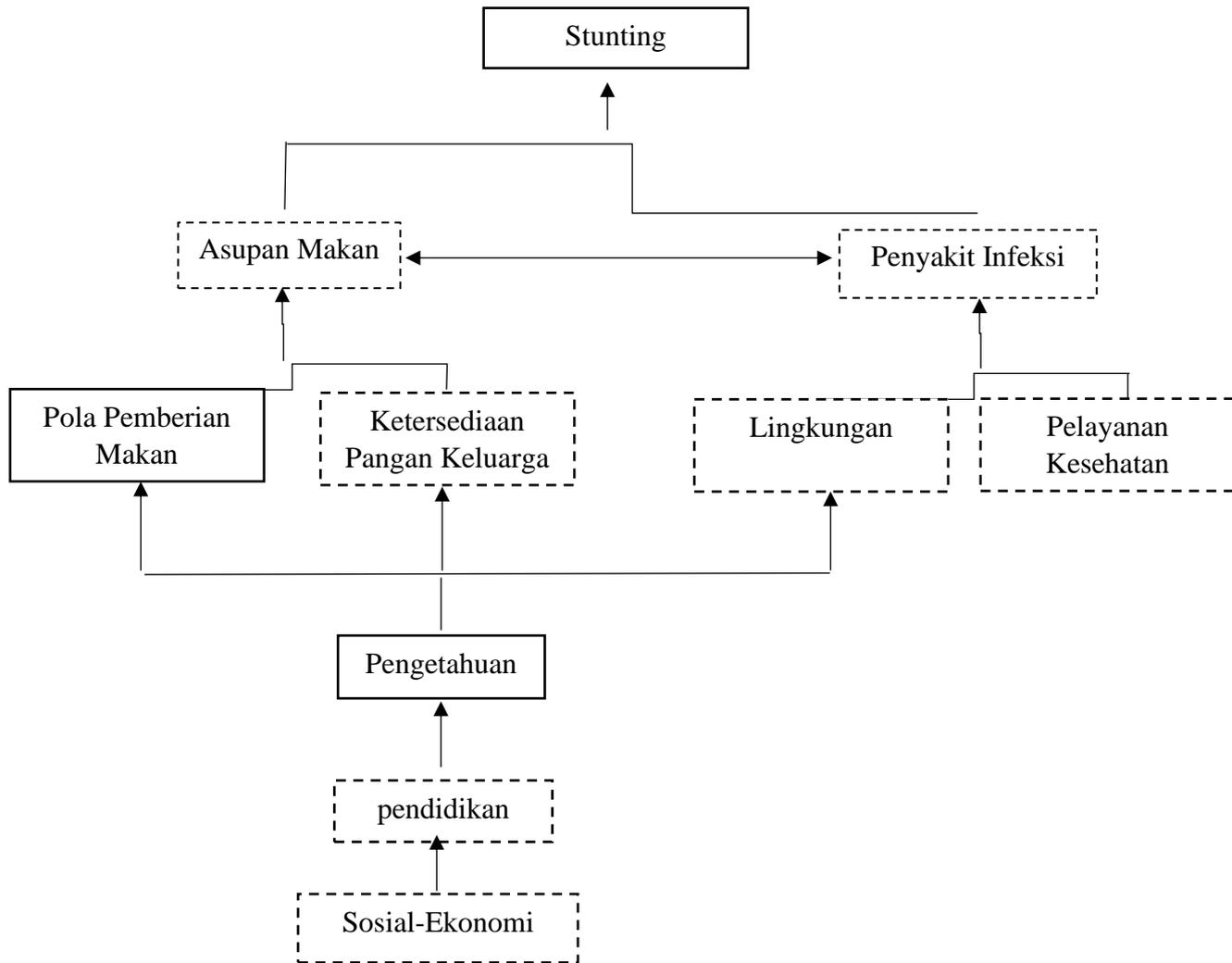
1. Angka kejadian kesakitan dan kematian meningkat
2. Perkembangan kognitif, motoric, dan verbal pada anak tidak optimal
3. Meningkatnya biaya Kesehatan

b) Dampak jangka Panjang

1. Postur tubuh balita saat beranjak dewasa lebih pendek jika dibandingkan dengan anak seusianya.
2. Obesitas dan penyakit lainnya lebih mungkin terjadi.
3. Sistem kesehatan reproduksi gagal.
4. Selama bersekolah, kemampuan belajar dan prestasinya tidak begitu ideal.
5. Efisiensi dan batasan kerja tidaklah ideal

E. Kerangka Teori

Berikut ini adalah struktur hipotetis yang diubah dari UNICEF (2021)

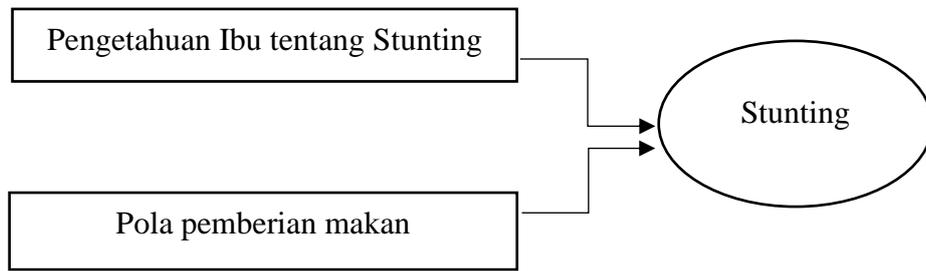


Keterangan : =Diteliti

=Tidak diteliti

Gambar 1. kerangka teori

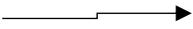
F. Kerangka Konsep



Keterangan:

 =variabel independen

 =variabel dependen

 =hubungan antara variabel

Gambar 2. kerangka konsep