

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Balita**

Balita merupakan singkatan kata yang berasal dari kalimat bawah lima tahun sehingga dapat diartikan bahwa balita merupakan anak yang memiliki rentang usia 0-5 tahun. Pada usia tersebut terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan yang membutuhkan zat gizi dengan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh dan kualitas makanan yang baik (Yelvita, 2022).

Masa balita merupakan periode penting dalam proses tumbuh kembang manusia dikarenakan tumbuh kembang berlangsung cepat. Perkembangan dan pertumbuhan di masa balita menjadi faktor keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak di masa mendatang (Susanti, 2018). Masa balita merupakan periode penting dalam proses tumbuh kembang manusia. Perkembangan dan pertumbuhan di masa itu menjadi penentu keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak di periode selanjutnya.

Pada masa usia bayi menjelang 6-24 bulan ke atas, maka bayi sudah bisa diberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI). Pemberian makanan tambahan ini penting untuk melatih kebiasaan makan yang baik dan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang mulai meningkat pada masa balita, karena pada masa ini pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi sangat pesat, terutama untuk pertumbuhan otak .

Hasil riset terakhir dari peneliti di Indonesia menunjukkan bahwa bayi yang mendapatkan Makanan Pendamping ASI (MPASI) sebelum ia berumur 6 bulan lebih banyak terserang diare, sembelit, batuk-pilek dan panas dibandingkan bayi yang hanya mendapatkan ASI eksklusif.

#### **B. Status Sosial Ekonomi**

##### **1. Pengertian Status Sosial Ekonomi**

Status sosial merupakan keadaan kemasyarakatan yang selalu mengalami perubahan-perubahan melalui proses sosial. Sedangkan kondisi ekonomi adalah keadaan dan kemampuan orang tua dalam memenuhi kebutuhannya. Ekonomi adalah pengetahuan sosial yang mempelajari tingkah laku manusia dalam kehidupan masyarakat khususnya dengan

usaha memenuhi kebutuhan dalam rangka mencapai kemakmuran dan kesejahteraan. status sosial ekonomi merupakan status yang di miliki oleh orang tua di dalam keluarga.

Ada indikator yang mempengaruhi Status Sosial Ekonomi orang dalam kehidupan sehari-hari, yaitu:

a. Pendidikan

Pendidikan secara umum adalah segala upaya yang direncanakan memengaruhi orang lain baik individu, kelompok atau masyarakat sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan pelaku pendidikan. Menurut Soetjningsih (1995), pendidikan orang tua merupakan salah satu faktor yang penting dalam tumbuh kembang anak. Kerana dengan pendidikan yang baik, maka orang tua dapat menerima segala informasi dari luar, terutama tentang cara pengasuhan anak yang baik, bagaimana menjaga kesehatan anaknya, pendidikannya dan sebagainya. tingkat pendidikan dalam keluarga khususnya ibu dapat menjadi faktor yang mempengaruhi status gizi anak dalam keluarga.

Semakin tinggi pendidikan orang tua maka pengetahuannya akan gizi akan lebih baik dari yang berpendidikan rendah. salah satu penyebab gizi kurang pada anak adalah kurangnya perhatian orang tua akan gizi anak. Hal ini disebabkan karena pendidikan dan pengetahuan gizi ibu yang rendah. pendidikan formal ibu akan mempengaruhi tingkat pengetahuan gizi yang rendah. pendidikan formal ibu akan mempengaruhi tingkat pengetahuan gizi, semakin tinggi pendidikan ibu, maka semakin tinggi kemampuan untuk menyerap pengetahuan praktis dan pendidikan formal terutama melalui media massa.

b. Pekerjaan

Pekerjaan orang tua menentukan kecukupan gizi dalam sebuah keluarga. pekerjaan berhubungan dengan jumlah gaji yang diterima. semakin tinggi penghasilan yang diterima. semakin tinggi kedudukan secara otomatis akan semakin tinggi penghasilan yang diterima, dan semakin besar pula jumlah uang yang dibelanjakan untuk memenuhi kecukupan gizi dalam keluarga. Orang tua yang bekerja

terutama ibu akan mempunyai waktu yang lebih sedikit untuk memperhatikan dan mengasuh anaknya. Pada umumnya di daerah pedesaan anak yang orang tuanya bekerja akan diasuh oleh kakaknya atau sanak saudaranya. Sehingga pengawasan terhadap makanan dan kesehatan anak tidak sebaik jika orang tua tidak bekerja.

### c. Pendapatan

#### 1. Pengertian Pendapatan

Menurut Soekirman dan UNICEF bahwa status gizi rendah secara langsung dapat dipengaruhi oleh asupan zat gizi yang rendah. Asupan gizi rendah dapat disebabkan ketersediaan pangan tingkat rumah tangga yang tidak cukup. Ketersediaan pangan ini akan terpenuhi, jika daya beli masyarakat cukup. Sosial ekonomi masyarakat merupakan faktor yang turut berperan dalam menentukan daya beli keluarga, keluarga dengan pendapatan yang tinggi akan lebih mudah memperoleh akses pendidikan dan kesehatan sehingga status gizi anak dapat lebih baik (Nurmalasari et al., 2020).

Pendapatan merupakan faktor yang paling menentukan tentang kuantitas dan kualitas makanan. Keluarga dengan pendapatan rendah akan mengalami kesulitan dalam memperoleh bahan makanan bergizi. Sulitnya kondisi ekonomi keluarga membuat balita yang berasal dari keluarga yang kurang mampu tidak mendapatkan asupan gizi yang sesuai dengan kebutuhan tubuhnya. Hal ini disebabkan kurangnya daya beli keluarga akan bahan yang bervariasi. Oleh karena itu banyak balita yang berasal dari keluarga miskin yang mengalami masalah kurang gizi seperti wasting. Keluarga dengan pendapatan yang minim akan kurang menjamin ketersediaan jumlah dan keanekaragaman makanan, karena dengan uang yang terbatas itu biasanya keluarga tersebut tidak dapat mempunyai banyak pilihan begitu pula sebaliknya keluarga dengan pendapatan yang tinggi akan lebih mudah memperoleh makanan bergizi dan kesehatan sehingga status gizi anak dapat lebih baik. (Achdani, 2022).

Sedangkan Pendapatan rumah tangga adalah Pendapatan yang dihasilkan dari seluruh anggota keluarga yang bekerja. Pendapatan rumah tangga menentukan tingkat konsumsi secara seunit kecil atau dalam keseluruhan ekonomi. Dalam menentukan kualitas dan kuantitas hidangan keluarga, factor yang sangat penting adalah pendapatan, semakin tinggi pendapatan yang diperoleh maka akan lebih besar pula persentase dari pendapatan digunakan untuk membeli bahan makanan yang lebih bernutrisi dan bervariasi.

## 2. Macam-Macam Pendapatan

- a. Pendapatan berupa (uang) Semua pendapatan yang diperoleh dalam bentuk uang dan biasanya diterima sebagai balas jasa. Pendapatan dalam bentuk uang biasanya didapatkan dari pekerjaan pokok maupun pekerjaan samping.
- b. Pendapatan berupa barang Pendapatan yang diperoleh dalam bentuk barang adalah semua pendapatan yang bersifat reguler namun tidak selalu berupa balas jasa, diterima dalam bentuk beras, pengobatan, transportasi, dan rekreasi.

## 3. Faktor Yang Mempengaruhi Pendapatan Keluarga

Kemampuan ekonomi merupakan salah satu faktor penting yang menggambarkan daya beli masyarakat terhadap kebutuhannya, terutama kebutuhan pangan yang cukup dan aman. Rendahnya ketersediaan pangan, mengancam penurunan konsumsi makanan yang beragam, bergizi seimbang dan aman di tingkat rumah tangga. ketersediaan pangan yang rendah mampu meningkatkan risiko menghasilkan anak yang stunting dibandingkan dengan ketersediaan pangan keluarga yang baik (Nurmalasari et al., 2020). Salah satu yang menyebabkan pendapatan keluarga menjadi rendah adalah tingkat pendidikan yang terlampau rendah. (Ria, 2020)

## 4. Hubungan Pendapatan Keluarga Dengan Status Gizi Makanan

Makanan adalah sesuatu hal yang sangat dibutuhkan manusia dalam mencukupi kebutuhan gizinya dan digunakan untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Dalam rumah tangga pendapatan sangat penting guna mencukupi

kebutuhan untuk membeli makanan yang kaya nutrisi guna menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak.(Nurannisa, 2021)

d. Jumlah anak

Anggota rumah tangga adalah semua orang yang biasanya bertenpat tinggal disuatu rumah tangga, baik berada dirumah pada saat pencacahan maupun sementara tidak ada. Anggota rumah tangga yang telah berpergian enam bulan atau lebih, dan anggota rumah tangga yang berpergian kurang dari enam bulan tetapi bertujuan pinda atau akan meninggalkan rumah enam bulan atau lebih, tidak dianggap anggota rumah tangga. Orang yang telah tinggal disuatu rumah tangga enam bulan atau lebih, atau yang telah tinggal disuatu rumah tangga dari enam bulan tetapi berniat cenderung menjadikan seorang ibu akan lebih memperhatikan kepentingannya sendiri daripada kepentingan anaknya, sehingga kuantitas dan kualitas perawatan kurang terpenuhi.

Sebaiknya, ibu yang lebih berumur cenderung akan menerima perannya dengan sepenuh hati. Menurut Hardinsyah (2007) menyatakan bahwa pasangan orangtua dengan usia lebih tua kemungkinan mempunyai pengetahuan gizi dan kesehatan lebih baik jika dibandingkan dengan pasangan orang tua dengan usia muda karena pengalaman mereka dalam menggunakan berbagai layanan kesehatan. Akan tetapi, bahwa pasangan orang tua dengan usia lebih tinggi mungkin mempunyai kekurangan informasi tentang pengetahuan gizi yang terbaru jika dibandingkan dengan pasangan orang tua usia muda. Hal ini terjadi karen perkebagan ilmu gizi dan berbagai promosi produk-produk gizi dan kesehatan.

## **C. Pemberian MP-ASI**

### **1. Pengertian MP-ASI**

Makanan pendamping ASI (MP-ASI) merupakan makanan atau minuman tambahan yang mengandung zat gizi dan diberikan mulai usia 6-24 bulan untuk memenuhi kebutuhan gizi selain dari ASI. Setelah bayi berusia 6 bulan, kebutuhan zat gizi semakin bertambah seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan bayi, sementara produksi ASI mulai menurun, karena itu bayi membutuhkan makanan tambahan sebagai Makanan Pendamping ASI. Pengenalan dan pemberian MP-ASI harus dilakukan secara bertahap baik bentuk maupun jumlahnya, sesuai dengan kemampuan bayi.

Pemberian MP-ASI yang cukup kualitas dan kuantitasnya penting untuk pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan anak yang sangat pesat pada periode ini, tetapi sangat diperlukan higienitas dalam pemberian MP-ASI tersebut. Sanitasi dan higienitas. MP-ASI yang rendah memungkinkan terjadinya kontaminasi mikroba yang dapat meningkatkan risiko atau infeksi lain pada bayi.

Selama kurun waktu 4-6 bulan pertama ASI masih mampu memberikan kebutuhan gizi bayi, setelah 6 bulan produksi ASI menurun sehingga kebutuhan gizi tidak lagi dipenuhi dari ASI saja. Peranan makanan tambahan menjadi sangat penting untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi (Dedo Sheptriani Paula Inyolia, 2019).

### **2. Tujuan Pemberian MP-ASI**

Pada umur 0-6 bulan pertama dilahirkan, ASI merupakan makanan yang terbaik bagi bayi, namun setelah usia tersebut bayi mulai membutuhkan makanan tambahan selain ASI yang disebut makanan pendamping ASI. Pemberian makanan pendamping ASI mempunyai tujuan memberikan zat gizi yang cukup bagi kebutuhan bayi atau baita guna pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikomotorik yang optimal, selain itu untuk mendidik bayi supaya memiliki kebiasaan makan yang baik. Tujuan tersebut dapat tercapai dengan baik, jika dalam pemberian MP-ASI sesuai pertambahan umur, kualitas, dan kuantitas makanan baik serta jenis

makanan yang beraneka ragam. MP-ASI diberikan sebagai pelengkap ASI sangat membantu bayi dalam proses belajar makan dan kesempatan untuk menanamkan kebiasaan makan yang baik.

Tujuan pemberian MP-ASI adalah untuk menambah energi dan zat-zat gizi yang diperlukan bayi karena ASI tidak dapat memenuhi kebutuhan bayi secara terus menerus, dengan demikian makanan tambahan diberikan untuk mengisi kesenjangan antara kebutuhan nutrisi total pada anak dengan jumlah yang didapatkan dari ASI.

### **3. Syarat Pemberian MP-ASI**

Makanan pendamping ASI (MP-ASI) diberikan sejak bayi berusia 6 bulan. Makanan ini diberikan karena kebutuhan bayi akan nutrien-nutrien untuk pertumbuhan dan perkembangannya tidak dapat dipenuhi lagi hanya dengan pemberian ASI (MP-ASI) hendaknya bersifat padat gizi, kandungan serat kasar dan bahan lain yang sukar dicerna seminimal mungkin, sebab serat yang terlalu banyak jumlahnya akan mengganggu proses pencernaan dan penyerapan zat-zat gizi. Selain itu juga tidak boleh bersifat kamba, sebab akan cepat memberi rasa kenyang pada bayi. MP-ASI jarang dibuat dari satu jenis bahan pangan, tetapi merupakan suatu campuran dari beberapa bahan pangan dengan perbandingan tertentu agar diperoleh suatu produk dengan nilai gizi yang tinggi.

Pencampuran bahan pangan hendaknya diedarkan pada konsep komplementasi protein, sehingga masing-masing bahan akan saling menutupi kekurangan asam-asam amino esensial, serta diperlukan suplementasi vitamin, mineral, serta energi dari minyak atau gula untuk menambah kebutuhan gizi energi. Makanan. Makanan bayi dan balita jelas berbeda dengan makanan orang dewasa. Makanan pendamping ASI yang baik harus memenuhi syarat utama, yakni sehat, mudah dicerna, dan mengandung sejumlah nutrisi terutama energi dan protein. Apabila untuk makanan pendamping ASI yang sudah diberikan rutin setiap hari. Berikut beberapa persyaratan MP-ASI yang baik:

a. Sehat

Makanan harus bebas dari kuman penyakit, pengawet, pewarna, dan racun. Pertumbuhan dan perkembangan bayi sangat rentan terhadap pengaruh kuman dan penyakit dan bahan tambahan makanan (zat aditif). Zat tambahan yang umumnya berupa bahan kimia harus dijauhkan dari makanan bayi.

b. Mudah Dicerna

Makanan tambahan untuk bayi hanya terdiri dari satu bahan atau beberapa bahan saja. Ini karena sistem pencernaan bayi yang belum siap untuk menerima bermacam-macam makanan. Bahan makanan seperti pisang dan pepaya dapat diperoleh dengan mudah di Negara-negara tropis, sementara apel dan pir kebanyakan dibudidayakan di daerah subtropis.

Demikian pula dengan jenis-jenis sayuran dan sumber karbohidrat yang berbeda-beda untuk beberapa daerah. Walaupun telah banyak pusat perbelanjaan yang menjual barang-barang impor, penggunaan bahan makanan lokal akan lebih menjamin kesegaran dan merupakan bentuk ketahanan pangan yang baik.

c. Masih segar atau Fres

Sebaiknya MP-ASI disiapkan sesaat sebelum diberikan kepada bayi dan dibuat dari bahan-bahan segar yang bebas pulusi. Oleh karena itu, bahan MP-ASI harus memenuhi standar higienis baik dalam bentuk bahan mentah ataupun cara pengolahannya.

d. Mudah diolah

Pengolahan bahan MP-ASI sebaiknya tidak terlalu lama, tetapi teksturnya cukup lembut untuk pencernaan bayi yang baru mengenal MP-ASI. Bahan yang mudah diolah tentu akan memudahkan orang tua menyiapkan MP-ASI untuk anaknya.

e. Harga terjangkau Makanan

Makanan pendamping ASI tidak harus mahal. Jika harganya terjangkau tentu akan lebih baik. Secara umum harga bahan pangan nabati lebih murah dari bahan pangan hewani. Selain itu, porsi makan

bayi masih sedikit sehingga tidak perlu membeli bahan MP-ASI terlalu banyak.

f. Cukup kandungan gizinya

Makanan tambahan yang diberikan ke bayi harus memenuhi kecukupan gizi bayi. Kombinasi yang tepat antara bahan nabati dan hewani diharapkan memenuhi kebutuhan nutrisi bayi untuk tumbuh dan berkembang dengan baik. Selain itu, bahan nabati lebih berisiko kecil menyebabkan alergi dari pada bahan hewani. Selain itu perlu diingat bahwa bahan makanan sumber protein dapat memacu pertumbuhan fisik bayi lebih baik.

g. Jenis makanan sesuai dengan umur bayi

Ada beberapa makanan yang tidak pantas diberikan untuk bayi usia 6 bulan karena baru tepat diberikan ke bayi berumur 9 bulan, ini harus diperhatikan karena kemampuan pencernaan bayi yang lebih muda usianya berbeda dengan bayi yang sudah besar. Kemampuan cerna bayi berkembang sesuai dengan umurnya. Untuk pengenalan MP-ASI awal, sari buah tunggal, pure buah tunggal, atau bubur nasi lembut lebih mudah dicerna daripada buah utuh, pure aneka buah, atau roti.

h. Pengolahan MP-ASI haruslah higienis

Alat yang digunakan juga diperhatikan kebersihannya agar kita bisa memberikan MP-ASI yang sehat dan aman bagi anak kita.

#### **4. Cara Pemberian MP-ASI**

Cara pemberian MP-ASI adalah :

- a. Makanan bayi (termasuk ASI) harus mengandung semua zat gizi yang diberikan oleh bayi
- b. Makanan tambahan harus diberikan kepada bayi yang telah berumur 4-6 bulan sebanyak 4-6 kali/hari
- c. Anak kecil memerlukan lebih dari satu kali makan dalam sehari sebagai komplemen terhadap ASI .
- d. Volume makanan yang diberikan jangan terlalu besar karena kapasitas perutnya masih kecil, sehingga anak kecil harus harus diberikan

makanan lebih sering dalam sehari dibandingkan dengan orang dewasa dengan porsi kecil.

- e. Bila sulit untuk menambah minyak, lemak, dan gula ke dalam makanan, maka bayi hanya memperoleh cukup zat gizi bila bayi makan 4-6 kali sehari. Bayi dapat diberikan makan 3 kali sehari dan diberi makanan bergizi tinggi diantaranya ( Selingan) sebagai makanan kecil.
- f. Sebelum berumur 2 tahun, bayi belum dapat mengkonsumsi makanan orang dewasa.
- g. Makanan campuran ganda (multi mix) yang terdiri dari makanan pokok lauk dan sumber vitamin lebih cocok bagi bayi, baik ditinjau nilai gizinya maupun sifat fisik makanan tersebut.
- h. Berikan makanan tambahan setelah bayi menyusui Pada permulaan, makanan tambahan harus diberikan dalam keadaan halus.
- i. Gunakan sendok atau cangkir untuk memberi makan Pada waktu berumur 2 tahun, bayi dapat mengkonsumsi makanan setengah porsi orang dewasa.
- j. Selama masa penyapihan, bayi seringkali menderita infeksi seperti batuk, campak (cacar air) atau diare, apabila makanannya mencukupi gejalanya tidak akan seberat bayi yang kurang gizi.

## **5. MP-ASI yang dianjurkan dan tidak dianjurkan**

### **a. Makanan tambahan yang dianjurkan**

1. Bubur nasi beras atau nasi beras merah yang dimasak dengan menggunakan cairan atau kaldu daging atau sayuran, susu formula (ASI), atau air.
2. Buah-buahan yang dihaluskan seperti pepaya, pisang yang dikukus, apel yang dikukus, melon, avokad.
3. Sayur-sayuran dan kacang-kacangan yang direbus kemudian dihaluskan.
4. Daging sapi atau ayam pilihan yang tidak berlemak, kemudian dihaluskan. Ikan yang dihaluskan.

**b. Makanan tambahan yang tidak dianjurkan.**

1. Makanan terlalu lemak
2. Buah-buahan yang terlalu asam, seperti jeruk dan sirsak.
3. Makanan terlalu pedas atau bumbu terlalu tajam.
4. Makanan yang mengandung protein gluten, yaitu tepung terigu, barley, biji gandum, dan kue yang terbuat dari tepung terigu. Semua jenis makanan tersebut dapat membuat perut bayi kembung, mual, diare pada bayi.
5. Hindari pemberian gula, garam, bumbu masak, atau penyedap rasa ke dalam makanan bayi.
6. Buah-buahan dan sayuran yang mengandung gas seperti durian dan cempedak, kol, kembang kol, serta lombok.
7. Kacang tanah dapat menyebabkan alergi atau pembengkakan pada tenggorokan sehingga bayi sulit bernapas.
8. Terkadang telur (putih telur) dapat memacu alergi.
9. Kadang ada bayi yang alergi dengan susu sapi dan olahannya karena dapat membuat bayi alergi atau lactose intolerance.

**6. Jenis MP-ASI**

a) Makanan Lumat

Makanan lumat adalah makanan yang diberikan kepada bayi usia 6-8 bulan disamping ASI, beberapa contoh makanan lumat seperti bubur, biskuit yang dilumatkan, pisang lumat dan tomat saring.

b) Makanan Lembik

Makanan lembik merupakan makanan yang diberikan pada bayi usia 9-11 bulan. Diberikan setelah makanan lumat sampai usia 12-24 bulan seperti nasi tim bayi, bubur campur, biskuit, bubur kacang hijau, pisang, pepaya, jeruk dan lain-lain.

c) Makanan Keluarga

Diberikan pada umur 12 bulan ke atas, makanan sama dengan makanan keluarga tetapi dipilih dari jenis makanan yang lumat dan tidak pedas. Jenis makanan pendamping ASI (MP-ASI) baik tekstur, frekuensi dan porsi makan harus dengan tahap pertumbuhan dan

perkembangan bayi dan anak umur 12–24 bulan. Kebutuhan energi dari makanan sekitar 200 kkal/hari untuk bayi usia 6-8 bulan, 300 kkal/hari bayi usia 9-11 bulan, dan 550 kkal/hari untuk anak usia 12-24 bulan (Desraputri, 2020).

## **7. Frekuensi Pemberian MP-ASI**

Frekuensi pemberian MP-ASI yang baik diberikan kepada anak usia 6-24 bulan biasanya diberikan 3 kali sehari. Frekuensi pemberian MP-ASI yang sesuai pada anak usia 6-24 bulan biasanya diberikan tiga kali sehari, karena apabila frekuensi MP-ASI diberikan secara berlebihan maka dapat menyebabkan anak mengalami penyakit infeksi saluran pencernaan. Frekuensi pemberian MP-ASI yang efektif dan sesuai dengan usia anak < 2 tahun dapat menjaga kesehatan anak tetap terkontrol.

## **D. Praktik PMBA**

### **1. Pengertian PMBA**

Pemberian Makan Bayi dan Anak ( PMBA ) merupakan salah satu program pemerintah untuk menurunkan angka stunting hingga 40% pada tahun 2025 yang merupakan salah satu target Sustainable Development Goals (SDGS) dengan tujuan pembangunan berkelanjutan ke-2 yaitu menghilangkan kelaparan dan segala bentuk malnutrisi pada tahun 2030 serta mencapai ketahanan pangan. Pemberian makanan pendamping terlalu dini ataupun terlambat merupakan masalah yang umum dan sering terjadi di masyarakat. Fakta yang terjadi di masyarakat menunjukkan bahwa selama ini ibu tidak tepat dalam pemberian makan bayi dan anak. Upaya untuk mengatasi masalah tersebut dapat dilakukan melalui pemberian makanan bayi dan anak yang baik dan benar. Praktik PMBA yang tidak tepat pada masa 1000 HPK dapat menyebabkan stunting pada balita. Masa 1000 HPK merupakan masa emas yang menentukan kualitas kehidupan di masa yang akan datang (Tanuwijaya et al., 2020).

Pemberian Makanan Pendamping ASI (Complementary Feeding) adalah proses pemberian makanan dan cairan lainnya yang diberikan kepada bayi mulai usia 6 bulan ketika ASI saja tidak lagi mencukupi untuk memenuhi kebutuhan gizinya.

## 2. Prinsip Dasar MP-ASI

Prinsip dasar pemberian MP ASI harus memenuhi 4 syarat yaitu tepat waktu, adekuat, aman, dan diberikan dengan cara yang benar. Prinsip pemberian MP ASI diuraikan sebagai berikut:

- a. Tepat waktu MP ASI diberikan saat ASI saja sudah tidak dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi yaitu pada usia 6 bulan.
- b. Adekuat MP ASI mampu memenuhi kecukupan energi, protein, mikronutrien untuk mencapai tumbuh kembang anak dengan mempertimbangkan usia, jumlah, frekuensi, konsistensi/tekstur, dan variasi makanan.

### 1. Untuk usia 6-8 bulan

- a) Pada usia ini bayi mempunyai ukuran lambung yang masih kecil, yaitu sekitar 25-30 ml/kg BB.
- b) Kebutuhan energi per hari anak 6-11 bulan adalah 800 kkal (AKG, 2019). ASI masih memberikan 60- 70% dari total kebutuhan energi per hari sehingga jumlah energi dari MP ASI yang dibutuhkan per hari sekitar 200 kkal
- c) Dalam satu hari bayi diberikan 2-3 kali makanan utama.
- d) Bayi diperkenalkan dengan MP ASI berupa bubur kental untuk memberikan lebih banyak energi.
- e) Setiap kali makan MP ASI diberikan mulai 2-3 sendok makan
- f) MP ASI harus mengandung karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral dalam jumlah yang cukup.
- g) Berikan makanan selingan yang bergizi kepada anak 1-2 kali sehari sesuai keinginan bayi dengan tekstur disesuaikan dengan keterampilan oromotor/mengunyah dan menelan.
- h) Lumatkan makanan agar dapat dengan mudah dikunyah dan ditelan bayi, tingkatkan bertahap teksturnya sesuai kemampuan bayi.
- i) Saat berusia 8 bulan, anak sudah dapat dilatih agar bisa makan sendiri. Sangat penting untuk pemberian makanan yang bisa dipegang anak setelah ia bisa duduk

## 2. Usia 9-11 bulan

- a) Dalam satu hari bayi diberikan 3-4 kali makanan utama.
- b) Kebutuhan energi per hari untuk anak 6-11 bulan adalah 800 kkal (AKG, 2019). ASI masih memberikan 50-70% dari total kebutuhan energi per hari. Sehingga jumlah energi dari MP ASI yang dibutuhkan per hari sekitar 300 kkal.
- c) Berikan makanan selingan 1 sampai 2 kali sehari. Contoh makanan selingan misalnya puding susu, puding buah, puding roti, perkedel kentang, nagasari, kroket, kue lumpur, mangga, alpukat, pisang, jeruk, pepaya, dan lain-lain. Selingan diutamakan berupa makanan padat gizi.

## 3. Usia 12-23 bulan

- a) Dalam satu hari anak diberikan 3-4 kali makanan utama.
  - b) Kebutuhan energi per hari anak usia 1-3 tahun sekitar 1350 kkal (AKG, 2019). ASI masih memberikan 30- 40% dari total kebutuhan energi per hari.
  - c) Jumlah setiap kali makan MP ASI diberikan  $\frac{3}{4}$  mangkok (200 ml) meningkat bertahap sampai 1 mangkok ukuran 250 ml
  - d) Berikan paling kurang 1 sampai 2 kali makanan selingan seperti barongko, bakpau, bakpia, panada, pastel, perkedel jagung/perkedel kentang, nagasari, jalangkote, pisang ijo, alpukat, mangga dan lain-lain. Selingan diutamakan berupa makanan padat gizi.
  - e) Sebaiknya tidak memberikan makanan manis sebelum waktu makan sebab dapat mengurangi napsu makan.
  - f) Makanan untuk anak-anak harus disiapkan dan disimpan di tempat yang bersih agar tidak terkontaminasi, sehingga terhindar dari diare dan penyakit lainnya.
- c. Aman
- MP ASI disiapkan dan disimpan dengan cara yang higienis, diberikan menggunakan tangan dan peralatan yang bersih. Ada 5 kunci untuk makanan yang aman, antara lain:

1. Menjaga kebersihan (tangan, tempat kerja, peralatan)
  2. Memisahkan penyimpanan makanan mentah dengan makanan yang sudah dimasak.
  3. Menggunakan makanan segar dan masak sampai matang (daging, ayam, telur, dan ikan)
  4. Menggunakan air bersih yang aman.
- d. Diberikan Dengan Cara Yang Benar

Pemberian MP ASI memenuhi syarat sebagai berikut

1. Terjadwal
  - a) Jadwal makan termasuk makanan selingan teratur dan terencana
  - b) Lama makan maksimum 30 menit
2. Lingkungan yang mendukung
  - a) Hindari memaksa meskipun hanya makan 1- 2 suap (perhatikan tanda lapar dan kenyang)
  - b) Hindari pemberian makan sebagai hadiah
  - c) Hindari pemberian makan sambil bermain atau nonton televisi
3. Prosedur makan
  - a) Porsi kecil
  - b) Jika 15 menit bayi menolak makan, mengemut, hentikan pemberian makan
  - c) Bayi distimulasi untuk makan sendiri dimulai dengan pemberian makanan selingan yang bisa dipegang sendiri
  - d) Membersihkan mulut hanya setelah makan selesai

### **3. Masalah Pada Pemberian Makan Bayi Dan Anak (Pmba)**

#### **a. Masalah pada Pemberian MP ASI**

##### **1. Mp-Asi Dini**

Dampak pemberian Mp-Asi Dini antara lain:

- a) Meningkatkan resiko penyakit infeksi seperti diare ,septikemia,dan meningitis karena MP-ASI yang diberikan tidak sebersih ASI atau mudah diernah seperti ASI.

b) Asupan zat gizi rendah

Jika MP ASI yang diberikan encer dengan alasan agar mudah memakannya (kecuali saat pengenalan pertama).

c) Sulit mencerna makanan

Badan kesehatan dunia menganjurkan agar MP-ASI diberikan mulai usia 6 bulan karena jika diberikan secara dini sistem saluran cerna dan fungsi ginjal belum siap menerima makanan selain ASI.

2. Mp-Asi Terlambat

MP-ASI Terlambat adalah MP-ASI yang diberikan setelah usia 6 bulan,dampak dari MP-ASI Terlambat antara lain:

- a) Kebutuhan gizi makro dan mikro anak tidak terpenuhi sehingga berisiko mengalami gangguan pertumbuhan seperti anemia dll.
- b) Kehilangan kesempatan untuk memberikan stimulasi otot rongga mulut,lidah,yang berhubungan dengan ketrampilan makan.
- c) Meningkatkan resiko terkena alergi makanan .
- d) Resiko mengalami masalah makan dikemudian hari.(Kesehatan & Indonesia, 2020)

Pola pemberian makan yang baik pada anak sejak lahir sampai berusia dua tahun merupakan salah satu point penting dalam memenuhi kualitas gizi yang optimal dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Kehidupan anak Kehidupan anak dapat tercapai optimal apabila ditunjang dengan asupan nutrisi tepat sejak lahir. Oleh karena itu pemberian makan yang baik sejak lahir hingga usia dua tahun merupakan salah satu upaya mendasar untuk menjamin tercapainya kualitas tumbuh kembang yang baik sekaligus pemenuhan akan hak anak(Trianingsih, 2023).

**Tabel 2**  
**Rekomendasi Pemberian MP-ASI Anak Usia 6-23 Bulan**

Usia	Jumlah energi dari MP-ASI yang dibutuhkan perhari	Konsistensi/Tekstur	Frekuensi	Jumlah setiap kali makan
6-8 bulan	200 kkal	Mulai dengan bubur kental,makanan lumat	2-3 kali sehari. 1-2 kali salingan dapat diberikan	Mulai dengan 2-3 sendok makan setiap kali makan,tingkatkan bertahap hingga ½ mangkok berukuran 250 mil (125 mil)
9-11 bulan	300 kkal	Makanan yang dicincang halus dan makanan yang dapat dipegang bayi	3-4 kali setiap hari 1-2 kali salingan dapat diberikan	½ -3/4 mangkok ukuran 250 mil (125-200 mil)
12-23 bulan	550 kkal	Makanan keluarga	3-4 kali setiap hari 1-2 kali salingan dapat diberikan	¾ -1 mangkok ukuran 250 mil

## **E. Status Gizi**

### **a. Pengertian Status Gizi**

Status gizi balita merupakan hal penting yang harus diketahui oleh setiap orang tua. Ketidaktahuan tentang cara pemberian makanan bayi dan anak, dan adanya kebiasaan yang merugikan kesehatan, secara langsung dan tidak langsung menjadi penyebab utama terjadinya masalah kurang gizi dan infeksi pada anak, khususnya pada umur dibawah dua tahun.(Ardiana et al., 2019).

Masalah Gizi Umumnya disebabkan oleh dua faktor, faktor yang pertama yakni faktor langsung yang berhubungan dengan asupan gizi atau konsumsi makanan terhadap zat gizi tertentu dan penyakit infeksi. faktor yang kedua adalah faktor tidak langsung berupa pengetahuan ibu tentang makanan bergizi, pendidikan orang tua, pendapatan dalam keluarga.

Masa balita merupakan masa yang menentukan dalam tumbuh kembangnya yang akan menjadi dasar terbentuknya manusia seutuhnya. karena itu pemerintah memandang perlu untuk memberikan suatu bentuk pelayanan yang menunjang tumbuh kembang balita secara menyeluruh terutama pada aspek mental dan sosial .

### **b. Faktor –faktor yang Mempengaruhi status gizi**

Terdapat 2 faktor yang mempengaruhi status gizi yaitu faktor langsung dan tidak langsung:

#### **1. Faktor langsung**

##### **a. Asupan Makanan**

Asupan energi dapat menentukan status gizi balita, jika asupan tidak terpenuhi dapat menyebabkan gizi buruk dan mempengaruhi tumbuh kembang anak.

##### **b. Penyakit Infeksi**

Penyakit Infeksi yaitu penyakit yang disebabkan oleh masuknya dan berkembangnya organisme patogen yang masuk kedalam tubuh dan mengakibatkan terjadinya radang. Balita mengalami nafsu makan berkurang atau sulit menelan dan mencerna makanan hal tersebut disebabkan oleh infeksi.

## 2. Faktor Tidak Lansung

### a. Ekonomi

Kemampuan seseorang untuk membeli makanan tergantung pada jumlah pemasukan dan pengeluaran dana untuk makanan itu sendiri. Ketidakmampuan membeli makanan yang diperlukan untuk keluarga dapat menyebabkan penurunan kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi. Peningkatan penghasilan dapat mengubah pola konsumsi sehingga terjadi peningkatan status gizi.

### b. Pendidikan

Pendidikan sangat berpengaruh dalam penyerapan atau penerimaan informasi dan dapat menciptakan generasi intelektual. Rendahnya tingkat pendidikan ibu dapat menunjukkan bahwa daya intelektual dapat mempengaruhi ketidaktahuan informasi terkait masalah gizi.

### c. Status Pekerjaan

Ibu sangat berpengaruh, terutama dalam hal mendukung anak-anak mereka setiap hari. Ibu yang bekerja tidak dapat berkonsentrasi penuh pada anak-anaknya, meskipun tidak semua ibu merawat anaknya, perhatian, kesibukan, dan tanggung jawab ibulah yang dapat menyebabkan makanan yang baik dan sesuai untuk anak-anaknya yang masih kecil.

### d. Jumlah anggota keluarga

Yang memiliki jumlah penghuni yang besar berdampak pada jumlah makanan yang mereka konsumsi dan distribusi-distribusi makanan dalam keluarga. Pemberian makanan pada kelompok keluarga miskin akan lebih mudah jika jumlah makanan yang disajikan dalam jumlah yang sedikit.

### e. Pelayanan Kesehatan

Data dari lembaga kesehatan adalah gambaran status gizi di masyarakat. Ketika masalah pencatatan dan komunikasi data tidak baik, data ini tidak dapat menyediakan gambaran nyata. Saat ibu tidak rajin berkunjung ke instansi tertentu, ibu akan menerima lebih

sedikit informasi kesehatan ,terutama untuk kunjungan posyandu untuk anak.

Jika ibu tidak aktif dalam kunjungan dalam hal poyandu,ibu tidak dapat memantau status gizi bayi,sehigga tidak dapat mendapatkan dukungan dan dorongan dari tenaga kesehatan .peran ibu sangat diperlukan untuk menopang keberhasilan seorang tenaga kesehatan untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan anak.

f. Pola asuh

Pola asuh merupakan salah satu variabel yang berkaitan dengan perkembangan dan kemajuan anak.Menjadi orang tua dalam rangka pola asuh itu mencakup banyak hal khususnya makanan yang merupakan sumber gizi,imunisasi,dan lain-lain.

c. **Penilaian Status Gizi**

Penilaian status gizi merupakan penjelasan yang berasal dari kata yang diperoleh dengan menggunakan penjelasan yang berasal dari kata yang diperoleh dengan menggunakan berbagai macam cara untuk menemukan suatu populasi atau individu yang memiliki risiko status gizi kurang maupun status gizi lebih.penilaian status gizi terdiri dari 2 jenis yaitu

1. **Penilaian Lansung**

a) **Antropometri**

Merupakan salah satu cara penilaian status gizi yang berhubungan dengan ukuran tubuh yang disesuaikan dengan umur dan tingkat gizi seseorang.

b) **Klinis**

Merupakan cara penilaian status gizi berdasarkan perubahan yang terjadi yang berhubungan erat dengan kekurangan maupun kelebihan asupan zat gizi gizi. Pemeriksaan klinis dapat dilihat pada jaringan epitel yang terdapat di mata, kulit, rambut, mukosa mulut, dan organ yang dekat dengan permukaan tubuh.

c) **Biokimia**

Pemeriksaan biofisik merupakan salah satu penilaian status gizi dengan melihat kemampuan fungsi jaringan dan melihat

perubahan struktur jaringan yang dapat digunakan dalam keadaan tertentu, seperti kejadian buta senja.

## **2. Penilaian Tidak Lansung**

### **a) Survey Konsumsi Makanan**

Merupakan salah satu penilaian status gizi dengan melihat jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi oleh individu maupun keluarga. Data yang didapat dapat berupa kuantitatif maupun kualitatif. Data kuantitatif dapat mengetahui jumlah dan jenis pangan yang dikonsumsi, sedangkan data kualitatif dapat diketahui frekuensi makan dan cara seseorang maupun keluarga dalam memperoleh pangan sesuai dengan kebutuhan gizi.

### **b) Statistik Vital**

Merupakan salah satu metode penilaian status gizi melalui data-data mengenai statistik kesehatan yang berhubungan dengan gizi, seperti angka kematian menurut umur tertentu, angka penyebab kesakitan dan kematian, statistik pelayanan kesehatan, dan angka penyakit infeksi yang berkaitan dengan kekurangan gizi.

### **c) Faktor ekologi**

Penilaian status gizi dengan menggunakan faktor ekologi karena masalah gizi dapat terjadi karena interaksi beberapa faktor ekologi, seperti faktor biologis, faktor fisik, dan lingkungan budaya. Penilaian berdasarkan faktor ekologi digunakan untuk mengetahui penyebab kejadian gizi salah (Malnutrition) di suatu masyarakat yang nantinya akan sangat berguna untuk melakukan intervensi gizi.

### **d) Pengukuran (Antropometri)**

Antropometri berasal dari kata anthropos artinya manusia dan metros artinya ukuran, jadi antropometri adalah ukuran tubuh. Pengertian ini bersifat sangat umum sekali. Antropometri berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkatan umur, dan tingkat gizi. Berbagai jenis ukuran tubuh antara lain: berat badan, tinggi badan, lingkar lengan atas dan tebal lemak dibawah kulit.

Parameter antropometri merupakan dasar dari penilaian status gizi. Kombinasi beberapa parameter disebut indeks antropometri. Dalam pengukuran indeks antropometri sering terjadi kerancuan. Hal ini akan mempengaruhi interpretasi status gizi yang keliru. Beberapa indeks antropometri yang sering digunakan adalah Berat badan menurut umur (BB/U), Tinggi badan menurut umur (TB/U), dan Berat badan menurut tinggi badan (BB/TB).

a. Berat Badan Menurut Umur (BB/U)

Berat badan adalah salah satu parameter yang memberikan gambaran massa tubuh paling sensitif terhadap perubahan-perubahan yang mendadak, misalnya karena terserang penyakit infeksi, menurunnya nafsu makan dan menurunnya jumlah makanan yang dikonsumsi. Berat badan adalah parameter antropometri yang sangat labil.

Dalam keadaan normal, dimana keadaan kesehatan baik dan keseimbangan antara konsumsi dan kebutuhan zat gizi terjamin, maka berat badan berkembang mengikuti pertumbuhan umur. Sebaliknya dalam keadaan abnormal terdapat 2 kemungkinan perkembangan berat badan, yaitu dapat berkembang cepat atau lebih lambat dari keadaan normal.

1. Kelebihan indeks BB/U

- a) Lebih mudah dan lebih cepat dimengerti oleh masyarakat
- b) Baik untuk mengukur status gizi akut dan kronis
- c) Berat badan dapat berfluktuasi
- d) Sangat sensitif terhadap perubahan-perubahan kecil
- e) Dapat mendeteksi kegemukan (overweight)

2. Kelemahan Indeks BB/U

- a) Dapat mengakibatkan interpretasi status gizi yang keliru bila terdapat edema maupun asites
- b) Di daerah pedesaan yang masih terpencil dan tradisional, umur sering sulit ditaksir secara tepat karena pencatatan umur yang belum baik
- c) Memerlukan data umur yang akurat, terutama untuk anak umur dibawah usia lima tahun.

- d) Sering terjadi kesalahan dalam pengukuran, seperti pengaruh pakaian atau gerakan anak pada saat penimbangan.
  - e) Secara operasional sering mengalami hambatan karena masalah sosial budaya setempat. Dalam hal ini orang tua tidak mau menimbang anaknya, karena dianggap sebagai barang dagangan dan sebagainya.
- b. Tinggi badan menurut Umur (TB/U)

Tinggi badan merupakan antropometri yang menggambarkan keadaan pertumbuhan sketal. Pada keadaan normal, tinggi badan tumbuh seiring dengan pertumbuhan umur. Pertumbuhan tinggi badan tidak seperti berat badan, relatif kurang sensitif terhadap masalah kekurangan gizi dalam waktu yang pendek. Pengaruh defisiensi zat besi terhadap tinggi badan akan nampak dalam Waktu yang relatif lebih lama

1. Keuntungan Indeks TB/U

- a) Baik untuk menilai status gizi masa lampau.
- b) Ukuran panjang dapat dibuat sendiri, murah dan mudah dibawa.

2. Kelemahan Indeks TB/U

- a) Tinggi badan tidak cepat naik, bahkan tidak mungkin turun.
- b) Pengukuran relatif sulit dilakukan karena anak harus berdiri tegak sehingga diperlukan 2 orang untuk melakukannya.
- c) Ketepatan umur sulit didapat.

c. Berat Badan Menurut Tinggi Badan

Berat badan memiliki hubungan yang linear dengan tinggi badan dalam keadaan normal, perkembangan berat badan akan searah dengan pertumbuhan tinggi badan dengan kecepatan tertentu.

1. Keuntungan Indeks BB/TB

- a) Tidak memerlukan data umur
- b) Dapat membedakan proporsi badan ( gemuk, normal, dan kurus)

2. Kelemahan Indeks BB/TB

- a) Tidak dapat memberikan gambaran, apakah anak tersebut pendek, cukup tinggi badan atau kelebihan tinggi badan menurut umurnya, karena faktor umur tidak dipertimbangkannya.
- b) Dalam praktek sering mengalami kesulitan dalam melakukan pengukuran panjang/tinggi badan pada kelompok balita.
- c) Membutuhkan dua macam alat ukur
- d) Pengukuran relatif lebih lama
- e) Membutuhkan dua orang untuk melakukannya
- f) Sering terjadi kesalahan dalam pembacaan hasil pengukuran terutama bila dilakukan kelompok non profesional (Dedo Sheptriani Paula Inyolia, 2019).

**Tabel 3**

**Kategori dan ambang batas status gizi anak berdasarkan indeks**

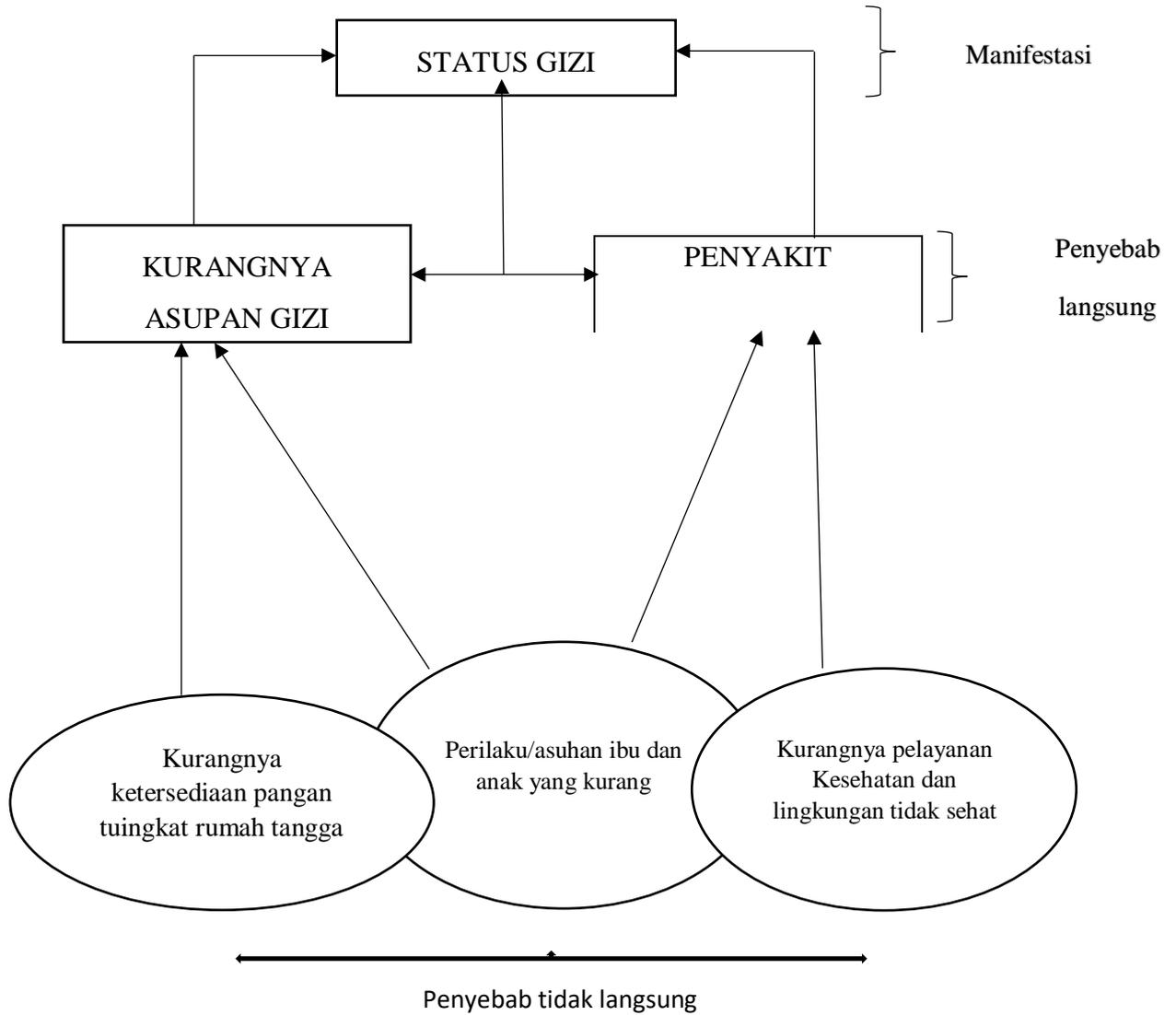
<b>Indeks</b>	<b>Kategori status gizi anak</b>	<b>Ambang batas z-score</b>
Berat Badan Menurut umur(BB/U)	Gizi Buruk Gizi kurang Gizi Baik Berisiko Gizi Lebih Risiko Berat Badan Lebih	<-3,0; -3 SD sd <-2 SD -2 SD sd+ 1 SD > + SD > + 1 SD
Tinggi Badan Menurut Umur(TB/U)	Sangat Pendek Pendek Normal Tinggi	< -3 SD -3 SD sd <-2 SD -2 SD sd + 3 SD > + 3 SD
Berat Badan Menurut Tinggi Badan(BB/TB)	Gizi Buruk Gizi Kurang Normal Berisiko Gizi Lebih Gizi Lebih Obesitas	< -3 SD -3 SD sd < -2 SD -2 SD sd + 1 SD > + 1 SD sd + 2 SD SD . + 2 SD sd + 3 SD >+ 3 SD
Indeks Massa Tubuh Menurut Umur(IMT/U)	Gizi Buruk Gizi Kurang Gizi Baik Gizi Berisiko Lebih Gizi Lebih Obesitas	< -3 SD -3 SD sd < -2 SD -2 SD sd + 1 SD > + 1 SD sd + 2 SD SD > + 2 SD sd + 3 SD SD > + 3 SD

(Kementrian Kesehatan & 2020)

## F. Kerangka Teori

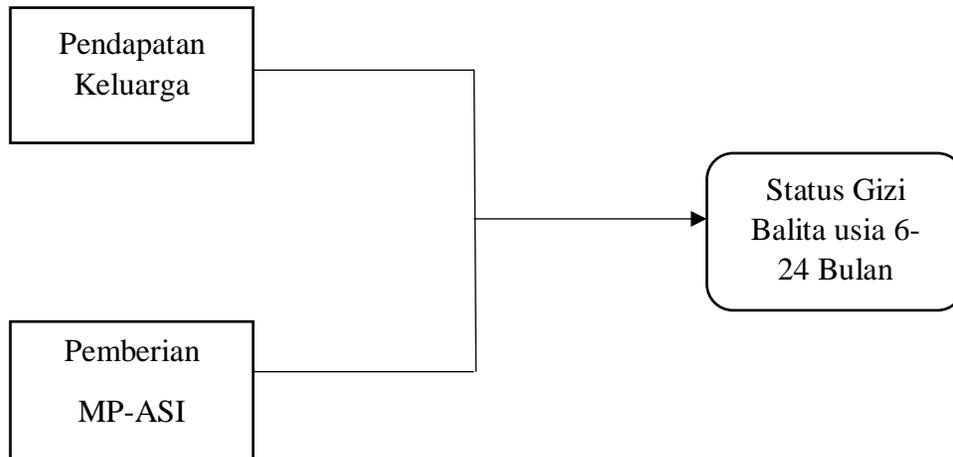
Sumber : Kemenkes RI 2011

Gambar 1



## G. Kerangka Konsep

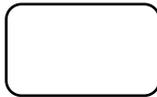
Gambar 2



Keterangan :



: Variabel Bebas



Variabel Terikat



Hubungan Antara Kedua Variabel

## H. Hipotesis

HI

1. Adanya hubungan pendapatan keluarga dengan Status Gizi Balita usia 6-24 bulan di wilayah kerja puskesmas Oesapa Kecamatan Kelapa Lima.
2. Adanya hubungan pemberian MP-ASI dengan Status Gizi Balita 6-24 bulan di wilayah kerja puskesmas Oesapa Kecamatan Kelapa Lima

HO

1. Tidak adanya hubungan pendapatan keluarga dengan status Gizi Balita Usia 6-24 bulan di Wilayah Kerja Pukesmas Oesapa Kecamatan Kelapa Lima
2. Tidak adanya hubungan pemberian MP-ASI dengan status gizi balita usia 6-24 bulan di wilayah kerja puskesmas Oesapa Kecamatan Kelapa Lima

