

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Anak usia dini

1. Pengertian anak usia dini

Anak usia dini merupakan sekelompok manusia yang berada pada proses pertumbuhan dan perkembangan. Hal ini mengisyaratkan bahwa anak usia dini adalah individu yang untuk memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan fisik, kognitif, sosio-emosional, kreativitas, bahasa dan komunikasi yang khusus sesuai dengan tahapan yang sedang dilalui oleh anak.

Definisi anak usia dini yang dikemukakan oleh NAEYC (National Association Education For Young Children) adalah sekelompok individu yang berada pada rentang usia antara 0-8 tahun. Anak usia dini merupakan sekelompok anak yang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Pada usia 0-8 tahun, para ahli menyebutkan sebagai masa emas (Golden Age) yang terjadi hanya satu kali dalam perkembangan kehidupan anak. Pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini perlu diarahkan pada fisik, kognitif, sosial emosional, bahasa, dan kreativitas yang seimbang sebagai peletak dasar yang tepat guna pembentukan pribadi anak yang utuh.

Anak usia dini adalah anak yang berusia 0-6 tahun, pada masa anak mulai mengeksplorasi kebiasaan dan kecerdasan anak dalam kreativitas. Usia anak yang paling penting dalam membentuk masa pertumbuhan dan perkembangan fisik motorik, kognitif, bahasa, sosial emosional yang perlu dibimbing dan diarahkan oleh orang tua dan pendidik pada hal-hal yang positif melalui minat dan bakat yang khusus sesuai dengan tahapan yang sedang dilalui oleh anak.

2. Karakteristik Anak Usia Dini

Masa anak usia dini merupakan masa ketika anak memiliki berbagai karakteristik atau hal sifat khusus yang tidak dimiliki oleh yang lain sehingga sifat anak itu berbeda-beda. Menurut Sigmund Freud, Masa usia dini adalah masa anak sangat berpengaruh terhadap perkembangan dan pertumbuhan yang akan membentuk kepribadiannya ketika anak dewasa. Berikut ini adalah beberapa karakteristik anak usia dini :

a. Anak Bersifat Egosentris

Anak yang bersifat egosentris yaitu anak yang lebih cenderung memahami dan melihat sesuatu dari kepentingan maupun kemauan anak sendiri. Pada usia anak 2-6 tahun pola berpikir anak bersifat egosentris dan simbolis karena anak melakukan kegiatan, anak bermain atas pengetahuan yang anak miliki, anak belum dapat bersikap sosial yang melibatkan orang yang ada di sekitar anak, anak asyik dengan kegiatan dan memuaskan diri sendiri. Anak dapat menambah dan mengurangi serta mengubah sesuatu sesuai dengan kemauan anak sendiri serta pengetahuan yang anak miliki.

b. Anak Memiliki Rasa Ingin Tahu

Anak yang memiliki rasa ingin tahu yang tinggi yaitu anak berpandangan bahwa dunia ini dipenuhi hal-hal yang menarik dan menakutkan. Sehingga hal ini mendorong rasa ingin tahu anak yang tinggi, rasa ingin tahu anak bervariasi, tergantung apa yang menarik perhatian anak. Semakin banyak pengetahuan yang didapat anak maka semakin tinggi rasa ingin tahu anak serta semakin kaya daya pikir anak.

c. Anak Bersifat Unik

Anak memiliki keunikan yaitu sifat anak itu berbeda satu dengan lainnya. Seperti dalam gaya belajar, minat, dan latar belakang keluarga anak. Keunikan yang dimiliki masing-masing anak sesuai dengan bawaan, minat, kemampuan dan latar belakang keluarga serta kehidupan yang berbeda-beda. Meskipun terdapat pola urutan umum dalam perkembangan anak yang dapat diprediksi, namun pola perkembangan dan belajar anak tetap memiliki perbedaan satu sama lain.

d. Anak Memiliki Imajinasi dan Fantasi

Anak memiliki imajinasi dan fantasi yaitu anak senang dan tertarik dengan hal-hal yang bersifat imajinatif dan fantasi. Anak senang dengan cerita-cerita khayalan yang bersifat imajinasi dan fantasi yang disampaikan oleh orang lain. Tetapi anak juga senang bercerita kepada orang lain seperti halnya kegiatan yang anak lakukan ketika di sekolah. Terkadang anak bertanya tentang sesuatu yang tidak dapat

ditebak oleh orang dewasa, hal itu disebabkan anak memiliki fantasi yang luar biasa dan berkembang melebihi dari apa yang dilihat anak.

e. Anak Memiliki Daya Konsentrasi Pendek

Pada umumnya anak sulit untuk berkonsentrasi pada suatu kegiatan dalam jangka waktu yang lama. Anak cepat mengalihkan perhatian pada kegiatan lain. Rentang konsentrasi anak usia lima tahun umumnya adalah sepuluh menit untuk dapat duduk dan memperhatikan sesuatu secara nyaman. Daya perhatian yang pendek membuat anak masih sangat sulit untuk duduk dan memperhatikan sesuatu untuk jangka waktu yang lama, kecuali terhadap hal-hal yang menarik dan menyenangkan bagi anak. Pembelajaran dapat dilakukan dengan menggunakan pendekatan yang bervariasi dan menyenangkan, sehingga tidak membuat anak terpacu di tempat dan menyimak dalam jangka waktu lama.

f. Anak aktif dan Energik

Anak yang aktif dan energik yaitu anak yang senang melakukan berbagai aktivitas. Anak seolah tidak lelah, tidak pernah bosan, tidak pernah berhenti dari aktivitas.

g. Ekploratif dan Berjiwa Petualang

Anak yang eksploratif dan berjiwa petualang yaitu anak terdorong oleh rasa ingin tahu yang kuat dan senang menjelajah, mencoba dan mempelajari hal-hal baru. Seperti halnya anak suka membongkar mainan mobil-mobilan, anak ingin tahu apa yang ada di dalam mainan mobil-mobil tersebut.

h. Spontan

Spontan yaitu perilaku yang ditampilkan anak umumnya relatif asli, alami dan tidak dibuat-buat sehingga merefleksikan apa yang ada dalam perasaan dan pikiran anak.

3. Pendidikan Anak Usia Dini

Pendidikan bagi anak usia dini adalah pemberian upaya untuk menstimulasi, membimbing, mengasuh dan memberikan kegiatan pembelajaran yang akan

menghasilkan kemampuan dan keterampilan anak. Pendidikan bagianak usia dini merupakan sebuah pendidikan yang dilakukan pada anak yang barulahir sampai dengan enam tahun. Sesuai dengan keunikan dan pertumbuhan anakusia dini harus disesuaikan dengan tahap-tahap perkembangan yang dilalui oleh anak usia dini.

Pendidikan anak usia dini adalah jenjang pendidikan sebelum jenjangpendidikan dasar yang merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan bagi anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan danperkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasukipendidikan lebih lanjut, yang diselenggarakan pada jalur formal, nonformal, dan informal.

Pendidikan anak usia dini adalah suatu proses pembinaan tumbuh kembang anak usia lahir hingga enam tahun secara menyeluruh, yang mencakup aspek fisik dan non fisik, dengan memberikan rangsangan bagi perkembangan jasmani, rohani (moral dan spiritual), motorik, akal pikir, emosional dan sosial yang tepat agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Adapun upaya yang dilakukan mencakup stimulasi intelektual, pemeliharaan kesehatan, pemberian nutrisi, dan penyediaan kesempatan yang luas untuk mengeksplorasi dan belajar secara aktif.

Melalui pengertian tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa pendidikan anak usia dini merupakan pendidikan anak usia 0-6 tahun yang dilakukan denganupaya pemberian rangsangan dan stimulus dari pendidik, untuk membantupertumbuhan dan perkembangan anak dalam memasuki jenjang pendidikanselanjutnya. Upaya pemberian rangsangan dengan belajar sambil bermain merupakan upaya pendidikan atau lembaga dalam menumbuh kembangkan aspekperkembangan anak yang mana anak dapat berekpresi dan berekplorasi dalampengetahuan yang telah diketahui oleh anak usia dini. Diselenggarakan melaluijalur pendidikan formal, nonformal dan informal. Pendidikan anak usia dini padajalur pendidikan formal yaitu Taman Kanak-kanak (TK) &PAUD pada jalur nonformal yaitu Kelompok Bermain (KB), Taman PenitipanAnak (TPA). PAUD pada pendidikan informal yaitu pendidikan keluarga dan Posyandu atau pendidikan yang diselenggarakan oleh lingkungan.

B. Asupan zat gizi

Pendidikan Anak Usia Dini merupakan masa keemasan bagi perkembangan manusia atau sering disebut Golden Age. Pada masa ini otak individu mengalami perkembangan paling cepat sepanjang kehidupannya. Hal ini berlangsung pada saat seseorang dalam kandungan hingga usia dini, yaitu usia nol sampai enam tahun (Wasis, 2022).

Perkembangan anak usia dini menjadi salah satu hal penting dalam setiap pemantauannya baik sejak dalam kandungan berupa janin sampai mereka lahir ke dunia. Bertambahnya perkembangan anak usia dini baik fisik maupun psikis selalu dalam pengawasan orangtua hingga mereka mengikuti perkembangan sesuai dengan usianya. Anak usia dini memiliki standar perkembangan normal sesuai dengan usianya sebagai acuan pengasuhan dari orangtua untuk mengoptimalkan pertumbuhan asupan gizinya. Bisa dikatakan anak usia dini yakni yang berusia (baru lahir) sampai dengan 6 tahun. Pada masa ini merupakan periode emas bagi anak atau biasa disebut dengan periode istimewa (emas) pada diri anak usia dini dalam setiap perkembangan dan pertumbuhannya maka dari itu dapat dilakukan penilaian dalam asupan gizi yang diberikan kepada anak (Insani, 2022).

1. Pengertian

Zat gizi adalah senyawa dari makanan yang digunakan tubuh untuk fungsi fisiologis normal. Definisi yang luas ini mencakup senyawa yang digunakan langsung untuk produksi energi yang membantu dalam metabolisme (koenzim), untuk membangun struktur tubuh atau untuk membantu dalam sel tertentu. Suatu zat gizi sangat penting untuk organisme dalam kelangsungan siklus hidup dan terlibat dalam fungsi organisme dalam pengelompokannya, zat gizi dibagi berdasarkan fungsi dan jumlah yang dibutuhkan.

Berdasarkan fungsinya zat gizi digolongkan kedalam “Triguna Makanan”. yaitu sebagai berikut:

- a. Sumber zat tenaga, yaitu padi-padian dan umbi-umbian serta tepung-tepungan, seperti beras, jagung, ubi-ubian, kentang, sagu, roti, dan makanan yang mengandung sumber zat tenaga menunjang aktivitas sehari-hari.

- b. Sumber zat pengatur, yaitu sayuran dan buah-buahan. Zat pengatur mengandung berbagai vitamin dan mineral yang berperan untuk melancarkan bekerjanya fungsi organ tubuh.
- c. Sumber zat pembangun, yaitu kacang-kacangan hewani, dan hasil olahannya. Makanan sumber zat pembangun yang berasal dari nabati adalah kacang-kacangan, tempe, dan tahu. Sedangkan makanan sumber zat pembangun yang berasal dari hewan adalah telur, ikan, ayam, daging, susu, serta hasil olahannya. Zat pembangun berperan sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan seseorang. Zat gizi terbagi ke dalam dua golongan, yaitu sebagai berikut:
 - 1) Zat Gizi Makro adalah makanan utama yang membina tubuh dan memberi energi. Zat gizi makro dibutuhkan dalam jumlah besar dengan satuan gram (g). Zat gizi makro terdiri atas karbohidrat, lemak, dan protein.
 - 2) Zat Gizi Mikro adalah komponen yang diperlukan agar zat gizi makro dapat berfungsi dengan baik. Zat gizi mikro dibutuhkan dalam jumlah kecil atau sedikit, tetapi ada di dalam makanan. Zat gizi mikro terdiri atas mineral dan vitamin. Zat gizi mikro menggunakan satuan miligram (mg) untuk sebagian besar mineral dan vitamin.

2. Klasifikasi Zat Gizi

Dalam ilmu gizi dikenal lima macam zat gizi, yaitu karbohidrat, lemak, protein, mineral dan vitamin sebagai berikut.

a. Karbohidrat

Karbohidrat merupakan zat gizi makro yang meliputi gula, pati dan serat. Gula dan pati memasok energi berupa glukosa, yaitu sumber energi utama untuk sel-sel darah merah, otak, sistem saraf pusat, plasenta dan janin. Glukosa dapat pula disimpan dalam bentuk glikogen dalam hati dan otot, atau diubah menjadi lemak tubuh ketika energi dalam tubuh berlebih. Gula tergolong jenis karbohidrat yang cepat dicerna dan diserap dalam aliran darah sehingga dapat dicerna dan diserap dalam aliran darah sehingga dapat langsung digunakan tubuh sebagai energi. Pati termasuk jenis karbohidrat yang lama dicerna dan diserap darah, karena perlu

dipecah dulu oleh enzim pencernaan menjadi gula, sebelum dapat digunakan tubuh sebagai energi, tetapi adabeberapa jenis pati yang tahan terhadap enzim pencernaan.

b. Protein

Protein merupakan komponen struktur utama seluruh sel tubuh dan berfungsi sebagai enzim, hormon, dan molekul-molekul penting lain. Protein dikenal sebagai zatgizi yang unik sebab menyediakan asam-asam amino esensial untuk membangun sel-sel tubuh maupun sumber energi. Karena menyediakan "bahan baku" untuk membangun tubuh, protein disebut zat pembangun.

c. Lemak

Lemak merupakan zat gizi makro, yang mencakup asam lemak dan trigliserida. Lemak adalah zat gizi yang padat energi (9 kkal per gram) sehingga lemak penting untuk menjagakeseimbangan energi dan berat badan. Lemak menyediakan medium untuk penyerapan vitamin-vitamin larut lemak (vitamin A, D, E, K). Di dalam makanan, lemak berfungsi sebagai pelezat makanan sehingga orang cenderung lebih menyukai makanan berlemak. Tubuh manusia tidak dapat membuat asam lemak omega-6 dan omega-3 sehingga asam lemak ini adalah zat yang esensial

d. Vitamin

Vitamin Adalah senyawa organik yang tersusun dari karbon, hidrogen, oksigen dan terkadang nitrogen atauelemen lain yang dibutuhkan dalam jumlah kecil agarmetabolisme, pertumbuhan dan perkembangan berjalan normal. Jenis nutrien ini merupakan zat-zat organik yangdalam kecil ditemukan pada berbagai macam makanan.

e. Mineral

Mineral merupakan komponen anorganik yang terdapat dalam tubuh manusia. Sumber paling baik mineral adalah makanan hewani, kecuali magnesium yang lebih banyak terdapat dalam makanan nabati. Hewan memperoleh mineral dari tumbuh tumbuhan dan menumpuknya di jaringan tubuhnya.

3. Proses

Dalam proses pertumbuhan dan perkembangan pada anak usia dini adalah diantara yang harus diperhatikan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak adalah pola

dan jenis asupan makanan harus yang baik agar proses pertumbuhan dan perkembangannya agar berjalan dengan baik. Asupan gizi anak usia diperhatikan, terutama dalam 5 tahun pertama dalam kehidupannya karena asupan gizi anak usia dini pada masa tersebut akan mempengaruhi dan menentukan perkembangan anak selanjutnya.(Uce, 2018)

4. Faktor – faktor yang mempengaruhi asupan zat gizi

a. Tingkat Asupan Energi

Pada penelitian Setiawan dkk., (2018) diketahui variabel tingkat asupan energi memiliki nilai signifikansi $p=0,001$ ($OR=7,5$) yang artinya tingkat asupan energi berhubungan dengan kejadian stunting pada anak usia 24-59 bulan. Pada penelitian Aini et al., (2018) juga diketahui bahwa variabel tingkat asupan energi berhubungan dengan kejadian stunting pada anak usia 24-59 bulan dengan nilai $p=0,001$ ($OR=1,288$).

b. Berat Badan Lahir

Berat badan lahir merupakan salah satu prediktor yang baik untuk pertumbuhan bayi dan kelangsungan hidupnya. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa berat bayi lahir rendah mempunyai risiko untuk menjadi gizi kurang 8-10 kali lebih besar dibandingkan dengan bayi yang mempunyai berat lahir normal. Risiko meninggal pada tahun pertama kehidupannya 17 kali lebih tinggi dibanding dengan bayi yang mempunyai berat lahir normal

c. Tingkat Pendidikan Ibu

Pada penelitian Setiawan dkk., (2018) diketahui bahwa variabel tingkat pendidikan ibu berhubungan dengan kejadian stunting pada anak usia 24-59 bulan dengan nilai $p=0,012$ ($OR=9,9$). Pendidikan wanita sebagai pengasuh utama dari anak, mempunyai pengaruh yang sangat potensial terhadap kualitas pengasuhan dan perawatan anak. Wanita yang lebih berpendidikan akan lebih baik dalam wawasan yang lebih luas dan keputusan yang tepat dengan demikian ibu dapat menerapkan pola asuh terkait gizi dengan tepat dan mampu menyediakan zat gizi yang dibutuhkan anak.

d. Pola Asuh

Pada penelitian Widyaningsih dkk., (2018) diketahui bahwa variabel pola asuh berhubungan dengan kejadian stunting pada anak usia 24-59 bulan dengan nilai $p=0,015$ Rendahnya pola asuh menyebabkan buruknya status gizi balita (Aramico dkk., 2013). Jika hal ini terjadi pada masa golden age maka akan menyebabkan otak tidak dapat berkembang secara optimal dan kondisi ini sulit untuk dapat pulih kembali. Pola asuh yang kurang dalam penelitian ini adalah pada indikator praktek pemberian makan. Ibu yang memiliki anak stunting memiliki kebiasaan menunda ketika memberikan makan kepada balita. Selain itu, ibu memberikan makan kepada balita tanpa memperhatikan kebutuhan zat gizinya. Kondisi ini menyebabkan asupan makan balita menjadi kurang baik dari segi kualitas maupun kuantitasnya sehingga balita rawan mengalami stunting. (Susetya & Zulkarnaen, 2022)

Saat ini Indonesia menghadapi permasalahan gizi kurang yang berdampak pada pertumbuhan kualitas sumber daya manusia (SDM). Beberapa faktor yang menyebabkan kekurangannya asupan zat gizi yang kurang dan adanya penyakit infeksi. Adanya masalah kurang gizi yang terjadi pada anak dapat menjadi salah satu faktor penghambatan suatu negara untuk berkompetensi dengan negara lain akibat terbatasnya sumber daya yang kuat dan terpilih. Upaya pemenuhan gizi merupakan salah satu upaya jangka panjang terbaik yang dapat dilakukan untuk anak-anak generasi penerus bangsa dalam menciptakan sumber daya yang sehat dan cerdas. (Susetya & Zulkarnaen, 2022)

Permasalahan yang terjadi saat ini anak memerlukan asupan gizi yang cukup banyak untuk menyeimbangkan energi yang keluar dikarenakan aktivitas yang cukup tinggi. Namun pemenuhan asupan gizi untuk anak pada masa ini banyak yang masih dibawah kadar optimal pengembangan asupannya dikarenakan dari beberapa sebab termasuk orangtua. Asupan gizi tidak hanya didapatkan orangtua memberi bekal akanan sehat sebagai tujuan agar anak tidak membelin makanan di luar, tetapi tetap menyeimbangkan asupan gizi yang baik walaupun hanya sekedar bekal sehat. (Insani, 2022)

C. Pertumbuhan

Pertumbuhan (growth) merupakan peningkatan jumlah dan besar sel diseluruh bagian tubuh. Pertumbuhan adalah perubahan secara fisiologis sebagai hasil dari proses pematangan fungsi-fungsi fisik yang berlangsung secara normal pada anak yang sehat pada waktu yang normal. Per-tumbuhan dapat juga diartikan sebagai proses transmisi dari konstitusi fisik (keadaan tubuh atau keadaan jasmaniah) yang hereditas dalam bentuk proses aktif secara berkesinambungan. Sedangkan perkembangan (development), adalah perubahan secara berangsur-angsur dan bertambah sempurna nya fungsi alat tubuh, meningkat dan meluasnya kapasitas seseorang melalui pertumbuhan, kematangan, atau kedewasaan, dan pembelajaran. Pertumbuhan dan perkembangan tingkah laku anak-anak tidak sederhana saja, tetapi mempunyai seluk beluk sangat kompleks dan waktu berlangsung pertumbuhan merupakan perubahan-perubahan biologis, anatomis dan fisiologis manusia, misalnya perubahan dari bentuk tubuh bayi menjadikan anak-anak, dari anak-anak berubah menjadi remaja, remaja menjadi orang dewasa. Sedangkan perkembangan merupakan perubahan-perubahan psikis dan motoriknya, misalnya belajar berjalan, belajar berbahasa, bermain, berpikir konkret, berpikir abstrak, dan sebagainya. Faktor - faktor Yang Mempengaruhi Pertumbuhan, yaitu :

1. OrangTua Dengan Pola Asuh Yang Tepat

Masa keemasan adalah masa dimana jalur belajar anak tentang karakter, sikap, intelektual, emosi dan moral manusia dibentuk. Semakin bagus kualitas pengasuhannya, berarti semakin banyak dan bagus jalur belajar yang dibentuk otaknya (Rachman, 2011: 66). Dalam pengasuhan tersebut seorang anak akan belajar dengan mengamati perilaku orang-orang disekitarnya kemudian mencontohnya. Pendidikan perlu diterapkan sejak dini yang memiliki peran yang sangat penting dalam menentukan perilaku maupun watak anak (Latif, 2016: 21). Kualitas pengasuhan merupakan salah satu aspek dalam pendidikan anak usia dini. Pola pengasuhan yang dilakukan baik di sekolah maupun dalam lingkungan keluarga sangat mempengaruhi perilaku baik atau buruk bagi seorang anak. (Susetya & Zulkarnaen, 2022)

2. Guru Sebagai Pembimbing

Pembuatan kartu anak hebat, pembagian rapor, dan pentas nilai pada saat graduation day. Guru juga menggunakan beberapa metode pada saat kegiatan bermain di

sekolah yaitu: keteladanan, pembiasaan, main peran, dan bercerita. Siswa mengalami banyak perubahan dalam internalisasi dan pengamalan nilai moral agama pada saat guru menggunakan metode yang berupa pengamalan nilai-nilai kebaikan dan kolaborasi guru dan orang tua berjalan dengan baik. Kolaborasi guru dan orang tua siswa memberikan dampak yang sangat besar dalam mengembangkan aspek moral agama anak usia dini, hal ini terlihat dari perilaku siswa yang mampu menerapkan nilai tanggung jawab, kerjasama, kasih sayang, saling menghargai, kejujuran, keberanian, dan toleransi. (Susetya & Zulkarnaen, 2022)

D. Perkembangan

Perkembangan adalah proses bertambahnya kematangan dan fungsi psikologis manusia. Kematangan perkembangan yang dialami oleh manusia akan meningkatkan kemampuannya pada lingkup perkembangan tersebut. Penting untuk mengetahui perkembangan anak usia dini, karena perkembangan anak saat ini akan mempengaruhi perkembangan selama rentang kehidupannya. Pengetahuan tentang perkembangan anak usia dini dapat membantu orang tua dan guru untuk menyiapkan upaya mengoptimalkan perkembangan tersebut (Khaironi, 2018).

Perkembangan (development) adalah bertambahnya kemampuan (skill) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat diramalkan, sebagai hasil dari proses pematangan. Perkembangan menyangkut adanya proses diferensiasi dari sel-sel tubuh, organ-organ, dan sistem organ yang berkembang sedemikian rupa sehingga masing-masing dapat memenuhi fungsinya. Termasuk perkembangan emosi, intelektual, dan tingkah laku sebagai hasil interaksi dengan lingkungan.¹² Menurut Santrock dalam Soetjiningsih mengatakan bahwa perkembangan adalah pola perubahan yang dimulai sejak pematangan dan terus berlanjut disepanjang rentang kehidupan individu (Fitriani & Adawiyah, 2018). Ada pun 6 aspek perkembangan anak usia dini :

1. *Perkembangan Nilai Agama dan Moral*
2. *Perkembangan Fisik-Motorik*
3. *Perkembangan Kognitif*
4. *Perkembangan Bahasa*
5. *Perkembangan Sosial-Emosional*

6. Perkembangan Seni

E. Status Gizi

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat interaksi antara asupan energi dan protein serta zat-zat gizi esensial lainnya dengan keadaan kesehatan tubuh. Status gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi didalam tubuh, status gizi dibagi menjadi 4 kategori, yaitu status gizi kurang, gizi buruk, gizi normal, dan gizi lebih.

Status gizi kurang atau yang lebih sering disebut *undernutrition* merupakan keadaan gizi seseorang dimana jumlah energi yang masuk lebih sedikit dari energi yang keluar. Hal ini dapat terjadi karena jumlah energi yang masuk lebih sedikit dari anjuran kebutuhan individu. (Dedo,2019)

Gizi buruk adalah status gizi yang di dasarkan pada indeks BB/U merupakan padanan istilah *underweight* (Gizi kurang) dan *Severely underweight* (Gizi buruk). Balita di sebut gizi buruk bila indeks BB/U kurang dari -3 SD Gizi buruk adalah status gizi yang di dasarkan pada indeks BB/U merupakan padanan istilah *underweight* (Gizi kurang) dan *Severely underweight* (Gizi buruk). Balita di sebut gizi buruk bila indeks BB/U kurang dari -3 SD.

Status gizi normal merupakan suatu ukuran status gizi dimana terdapat keseimbangan antara jumlah energi yang masuk kedalam tubuh dan energi, yang dikeluarkan dari luar tubuh sesuai dengan kebutuhan individu. Energi yang masuk kedalam tubuh dapat berasal dari karbohidrat, protein, lemak, dan zat gizi lainnya. Status gizi normal merupakan keadaan yang diinginkan oleh semua orang. (Dedo,2019)

Status gizi lebih (*overnutrition*) merupakan keadaan gizi seseorang dimana jumlah energi yang masuk kedalam tubuh lebih besar dari jumlah energi yang dikeluarkan. Hal ini Terjadi karena jumlah energi yang masuk melebihi kecukupan energi. Yang dianjurkan untuk seseorang, akhirnya kelebihan zat gizi disimpan dalam bentuk lemak yang dapat mengakibatkan seseorang menjadi gemuk. (Dedo,2019).

1. Penilaian Status Gizi

Penilaian antropometri merupakan salah satu penilaian status gizi diantara Metode penilaian lainnya yaitu secara klinis, biokimia dan diet. Bagian ini akan fokus membahas penilaian status gizi berdasarkan antropometri. Antropometri berasal dari kata anthropos (tubuh) dan metros (ukuran). Antropometri gizi berkaitan dengan berbagai komposisi tubuh dan berbagai tingkat umur dan tingkat gizi. Antropometri digunakan untuk melihat ketidakseimbangan asupan protein dan energi. Ketidakseimbangan ini terlihat pada pola pertumbuhan fisik dan proporsi jaringan tubuh seperti lemak, otot, dan jumlah air dalam tubuh (Hardinsyah & Supraisa, 2016).

2. 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 gizi adalah 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 antara 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.

Kelebihan Indeks BB/U :

- 1) Lebih mudah dan lebih cepat dimengerti oleh masyarakat umum
- 2) Baik untuk mengukur status gizi akut dan kronis
- 3) Berat badan dapat berfluktuasi
- 4) Sangat sensitif terhadap perubahan-perubahan kecil
- 5) Dapat mendeteksi kegemukan (overweight)

Kelemahan Indeks BB/U :

- 1) Dapat mengakibatkan interpretasi status gizi yang keliru bila terdapat odema maupun asites.
- 2) Di daerah pedesaan yang masih terpencil dan tradisional, umur sering sulit ditaksir secara tepat karena pencatatan umur yang belum baik.
- 3) Memerlukan data umur yang akurat, terutama untuk anak umur dibawah usia lima tahun.
- 4) Sering terjadi kesalahan dalam pengukuran, seperti pengaruh pakaian atas gerakan anak pada saat penimbangan.
- 5) 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 lama.

Keuntungan Indeks TB/U :

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

Kelemahan Indeks TB/U :

- 1) Tinggi badan tidak cepat naik, bahkan tidak mungkin turun.
- 2) Pengukuran relatif sulit dilakukan karena anak harus berdiri tegak sehingga diperlukan 2 orang untuk melakukannya.
- 3) Ketepatan Umur Sulit Didapat.

c. Berat Badan Menurut Tinggi Badan BB/TB

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

Keuntungan Indeks BB/TB

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

Kelemahan Indeks BB/TB

- 1) Tidak dapat memberikan gambaran, apakah anak tersebut pendek, cukup tinggi badan atau kelebihan tinggi badan menurut umurnya, karena faktor umur tidak dipertimbangkan.
- 2) Dalam praktek sering mengalami kesulitan dalam melakukan pengukuran panjang/tinggi badan pada kelompok balita
- 3) Membutuhkan dua macam alat ukur
- 4) Pengukuran relatif lebih lama
- 5) Membutuhkan dua orang untuk melakukannya
- 6) Sering terjadi kesalahan dalam pembacaan hasil pengukuran terutama bila dilakukan kelompok non profesional

d. Indeks Massa Tubuh Menurut Umur (IMT/U)

Indeks massa tubuh juga dikenal sebagai indeks skeletal. Untuk menilai status gizi anak balita, IMT dikontrol dengan umur, karena berat badan dan tinggi badan atau panjang badan anak masih dalam pertumbuhan.

3. Faktor faktor yang mempengaruhi status gizi

Status gizi anak dipengaruhi oleh beberapa faktor baik secara langsung maupun tidak langsung yaitu:

a. Penyebab Langsung

1) Asupan Makanan

Konsumsi makanan yang ada di masyarakat memengaruhi status gizi. Apabila seorang anak memiliki asupan zat gizi yang tidak sesuai dengan kebutuhan tubuhnya dapat menimbulkan malnutrisi (Rohayati dkk.,2022). Sebaliknya apabila asupan melebihi kebutuhan tubuhnya maka anak dapat mengalami kelebihan berat badan. Pengukuran asupan makanan/ konsumsi makanan sangat penting untuk mengetahui kenyataan apa yang di makan oleh masyarakat dan hal ini dapat berguna untuk mengukur status gizi dan menemukan faktor diet yang dapat menyebabkan malnutrisi.

2) Pola Makan

Pola makan anak merupakan salah satu faktor yang dapat mengakibatkan kekurangan gizi pada anak. Oleh karena itu, anak harus dibiasakan makan dengan porsi dan komposisi makan yang sesuai dengan kebutuhan tubuh sesuai dengan pedoman gizi seimbang untuk anak usia 0-24 bulan.

3) Pemberian ASI Eksklusif

ASI Eksklusif adalah pemberian ASI saja, tanpa makanan dan cairan lain, kecuali obat-obatan dan vitamin, sampai usia 6 bulan. Pemberian ASI eksklusif berdampak signifikan terhadap status gizi dan tumbuh kembang bayi.

4) Penyakit Infeksi

Penyakit infeksi yang diderita anak dapat mempengaruhi status gizi. Anak-anak dengan infeksi mungkin mengalami penurunan nafsu makan, sehingga tidak mungkin makan sebanyak yang mereka butuhkan. Kondisi ini menurunkan daya tahan tubuh anak sehingga memungkinkan anak mengalami penyakit infeksi yang menetap.

b. Penyebab Tidak Langsung

1) Pelayanan Kesehatan

Posyandu dibawah koordinasi puskesmas merupakan lini pertama untuk skrining pemantaun status gizi anak di masyarakat yang memiliki jadwal tetap. Ibu yang rutin membawa anaknya ke posyandu dapat memantau status gizi anaknya namun sebaliknya yang tidak rutin ke posyandu maka status gizi anak balitanya akan sulit terpantau.

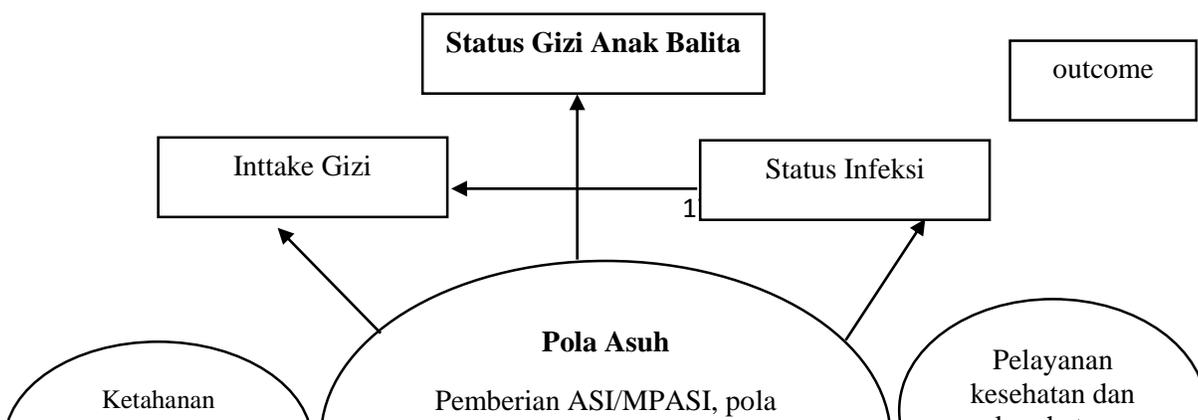
2) Tingkat Pendidikan

Pendidikan memiliki hubungan yang erat dengan tingkat pendidikan seseorang. Semakin tinggi pengetahuan, semakin luas pengetahuan yang di miliki. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah menerima informasi. Dengan pendidikan yang tinggi maka seseorang cenderung untuk mendapat informasi baik dari orang lain maupun media massa.

3) Pendapatan

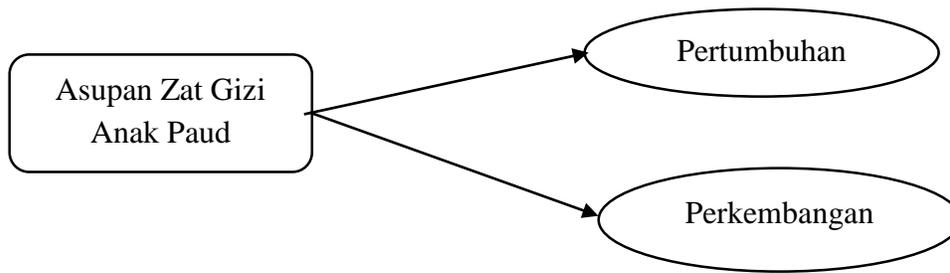
Pendapatan menunjukan kemampuan keluarga untuk membeli pangan yang selanjutnya akan mempengaruhi kualitas pangan dan gizi. Keluarga dengan pendapatan tinggi memiliki kesempatan untuk membeli makanan yang bergizi bagi anggota keluarga, sehingga dapat mencukupi kebutuhan gizi setiap anggota keluarga.

F. Kerangka Teori



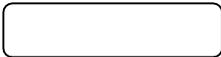
Gambar 2. 1 Kerangka Teori
(Sumber UNICEF 2013 dalam kemenkes RI 2018)

G. Kerangka Konsep



Gambar 2. 2 Kerangka Konsep

Keterangan :

Variabel Bebas : 

Varabel Terikat : 

Hubungan antar Variabel : 

H. Hipotesis

Ho

1. Tidak ada hubungan asupan zat gizi dengan pertumbuhan anak paud 0-6 tahun di paud haleluyah kota kupang
2. Tidak ada hubungan asupan zat gizi dengan perkembangan anak paud haleluyah 0-6 tahun di paud haleluyah kota kupang

Ha

1. Ada hubungan asupan zat gizi dengan pertumbuhan 0-6 tahun di paud haleluyah dan cemara kota kupang
2. Ada hubungan asupan zat gizi dengan perkembangan 0-6 tahun di paud haleluyah dan cemara kota kupang.