

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Balita

Usia balita merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat dan rawan terhadap kekurangan gizi. Balita adalah anak yang berumur 0 – 59 bulan, pada masa ini ditandai dengan proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat disertai dengan perubahan yang memerlukan zat-zat gizi yang jumlahnya lebih banyak dengan kualitas tinggi (Ariani, 2017). Balita atau biasa disebut dengan anak dibawah lima tahun dibagi menjadi dua kelompok besar, yaitu balita usia 1 hingga 3 tahun dan anak pra sekolah usai 3 sampai 5 tahun (Damayanti, 2017). Balita adalah anak yang umurnya masih dibawah lima tahun dan tidak termasuk bayi, karena bayi memiliki karakter makan yang berbeda. Menurut (Ariani, 2017) dasar dari balita yaitu :

1. Pertumbuhan balita tidak terlalu pesat seperti pertumbuhan ketika bayi, tetapi aktivitas fisiknya lebih banyak.
2. Nafsu makan menurun dikarenakan aktif bermain dengan lingkungan dan merupakan periode transisi dari makanan bayi ke makanan dewasa.
3. Kelompok usia yang paling rentan menderita KKP, anemia, infeksi, dan defisiensi vitamin.
4. Mudah terkena infeksi maupun penyakit lainnya.

B. Stunting

1. Definisi *stunting*

Stunting didefinisikan sebagai status gizi yang didasarkan pada Indeks Panjang Badan menurut umur (PB/U) atau Tinggi Badan menurut Umur (TB/U). Berdasarkan Peraturan Presiden Republik Indonesia No 72 Tahun 2021 *stunting* adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai

dengan panjang atau tinggi badannya berada dibawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang Kesehatan.

Stunting adalah keadaan dimana tinggi badan atau panjang badan anak berdasarkan umur yang rendah. Bisa juga dikatakan bahwa tubuh anak ketika menderita *stunting* lebih pendek dibandingkan dengan anak anak seusianya. Dalam standar antropometri penilaian status gizi anak, hasil pengukuran PB/U atau TB/U berada pada ambang batas (Z-Score) < - 2 SD sampai dengan - 3 SD (pendek/stunted) dan < -3 SD (sangat pendek /severely stunted). *Stunting* adalah suatu kondisi kekurangan gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dengan jangka waktu yang lama, hal tersebut bisa terjadi akibat tidak mencukupinya pasokan makanan untuk memenuhi kebutuhan gizi individu.

Stunting merupakan kondisi yang menunjukkan adanya ketidakcukupan gizi dalam jangka waktu lama (kronis), yang dimulai sebelum kehamilan, saat kehamilan, dan kehidupan setelah dilahirkan. Ibu hamil yang mempunyai status gizi yang buruk dan asupan yang kurang dapat menjadi faktor terhambatnya pertumbuhan pada masa janin. Berat badan dan panjang badan anak saat lahir dapat mencerminkan ada atau tidaknya keterlambatan perkembangan pada masa janin. *Stunting* dapat terjadi mulai janin masi dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua tahun. Kekurangan gizi pada usia dini meningkatkan angka kematian bayi dan menyebabkan penderitanya mudah sakit dan memiliki postur tubuh yang kurang optimal saat dewasa.

Kejadian *stunting* yang terjadi akan mengakibatkan penurunan pertumbuhan apabila tidak diimbangi dengan tumbuh kejar. *Stunting* merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berhubungan dengan peningkatan resiko kesakitan, kematian, dan hambatan terhadap perkembangan fisik maupun mental. *Stunting* juga dapat disebabkan oleh melambatnya pertumbuhan dan tumbuh kejar yang tidak memadai

sehingga dapat mencerminkan ketidakmampuan untuk mencapai pertumbuhan optimal, hal tersebut dapat di ungkapkan dengan kelompok balita yang lahir dengan berat badan normal dapat mengalami *stunting* apabila kebutuhan sekarang dan selanjutnya tidak terpenuhi dengan baik (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

2. Pengukuran *stunting*

Pengukuran *stunting* dilakukan dengan cara penilaian antropometri. Kata antropometri berasal dari bahasa latin *antropos* dan *metros*. Antropos artinya tubuh dan metros artinya ukuran, jadi antropometri bisa diartikan dengan ukuran dari tubuh. Secara umum antropometri artinya ukuran tubuh manusia. Antropometri gizi berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi. Dalam penggunaannya antropometri digunakan untuk melihat ketidakseimbangan asupan protein dan energi yang terlihat pada pola pertumbuhan fisik dan proporsi jaringan tubuh seperti lemak, otot dan jumlah air dalam tubuh. Pengertian antropometri dari sudut pandang gizi adalah hubungan dari berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkatan umur dan berdasarkan tingkat gizi, berbagai jenis ukuran tubuh yaitu diantaranya berat badan, tinggi badan, lingkar lengan atas, dan tebal lemak dibawah kulit. Tinggi badan merupakan jenis penilaian antropometri yang menggambarkan keadaan pertumbuhan skeletal. Pada keadaan normal, tinggi badan tumbuh seiring dengan penambahan umur. Pengaruh defisiensi zat gizi terhadap tinggi badan akan terlihat dengan rentan waktu yang cukup lama (Febriana, 2021).

Dalam melaksanakan penilaian antropometri ada bahan baku rujukan yang digunakan untuk menentukan indeks antropometri. Baku rujukan tersebut mengacu pada peraturan menteri kesehatan Republik Indonesian no 2 tahun 2020. Standar tersebut mengklasifikasikan status gizi menggunakan nilai z-score atau z (nilai median), yakni merupakan

suatu angka salah satunya berdasarkan TB atau PB terhadap standar deviasi nya berdasarkan usia dan jenis kelamin.

Panjang Badan atau Tinggi Badan menurut Umur (PB/U atau TB/U) anak usia 0 - 60 bulan	Sangat pendek (<i>severely stunted</i>)	<-3 SD
	Pendek (<i>stunted</i>)	- 3 SD sd <- 2 SD
	Normal	-2 SD sd +3 SD
	Tinggi ²	> +3 SD

Gambar 2. 1Klasifikasi Status Gizi berdasarkan TB/U atau PB/U anak umur 0-60 bulan

Sumber : Peraturan menteri kesehatan Republik Indonesia, 2020

3. Faktor *Stunting*

Faktor yang dapat menyebabkan *stunting* pada balita terbagi menjadi dua yaitu faktor langsung dan tidak langsung. Faktor *stunting* secara langsung yaitu dari asupan gizi dan penyakit infeksi. Sedangkan faktor tidak langsung dari *stunting* yaitu diantaranya dari sosial ekonomi, ketahanan pangan, dan sanitasi.

1. Faktor secara langsung
 - a. Asupan gizi

Gizi merupakan salah satu faktor penentu kualitas sumber daya manusia yang apabila kekurangan akan menyebabkan efek yang sangat serius seperti kegagalan pertumbuhan fisik serta tidak optimalnya perkembangan dan kecerdasan (Ariani, 2017). Pemberian asupan zat gizi sangat diperlukan bagi balita pada masa proses tumbuh kembangnya berlangsung, karena proses tumbuh kembang dapat dipengaruhi oleh asupan makan yang diberikan kepada balita. Makanan yang diberikan kepada balita harus tepat jenis, jumlah, maupun kandungannya sesuai dengan kebutuhan individu.

Anak balita yang sedang mengalami tumbuh kembang tergolong dalam kelompok yang rawan terhadap kekurangan energi dan protein. Beberapa hal yang perlu dihindari bagi anak balita agar makannya tidak berkurang yaitu seperti membatasi makanan yang membuatnya tidak mau makan makanan pokok yang lebih bermanfaat, misalnya coklat, permen, kue manis, karena makanan tersebut dapat membuat kenyang sehingga nafsu makan balita akan berkurang. Selain itu juga balita juga harus menghindari makanan yang merangsang seperti yang pedas dan terlalu panas, menciptakan suasana makan yang tenang dan menyenangkan dan juga ibu ataupun pengasuh harus memilih makanan dengan nilai gizi yang tinggi, memperhatikan kebersihan balita dan lingkungannya, tidak memaksa anak untuk makan serta tidak menghadirkan porsi makanan terlalu banyak (Ariani, 2017).

b. Penyakit Infeksi

Penyakit infeksi adalah salah satu faktor penyebab langsung *stunting*, hubungan antara penyakit infeksi dengan pemenuhan kecukupan gizi merupakan suatu hal yang tidak dapat dipisahkan. Kejadian infeksi merupakan gejala klinis suatu penyakit pada anak yang akan memengaruhi terhadap penurunan nafsu makan, sehingga asupan makan pada anak akan berkurang. Apabila asupan pada anak terus berkurang maka hal ini akan menyebabkan anak kekurangan zat gizi dan cairan.

Penyakit infeksi dapat memperburuk keadaan jika terjadi kekurangan asupan makanan. Oleh karena itu penanganan penyakit infeksi sedini mungkin akan membantu perbaikan gizi dengan menyeimbangkan asupan makanan yang cukup sesuai dengan kebutuhan gizi balita (Subroto et al., 2021). Gejala infeksi dan demam dapat menyebabkan penurunan nafsu makan atau kesulitan menelan dan pencernaan, sehingga dapat mempengaruhi asupan nutrisi balita

dan apabila berkelanjutan dapat menurunkan status gizi balita. Beberapa infeksi yang sering diderita oleh balita dan bisa mempengaruhi status gizi balita yaitu meliputi infeksi diare, enteropati di lingkungan, berkurangnya nafsu makan karena infeksi, infeksi pernafasan, malaria dan inflamasi.

2. Faktor Tidak Langsung

a. Sosial Ekonomi

Kejadian *stunting* tidak hanya disebabkan oleh faktor asupan dan infeksi saja, namun juga ada faktor secara tidak langsung yang bisa menyebabkan terjadinya kejadian *stunting* yaitu salah satunya faktor sosial ekonomi. Status sosial ekonomi yang dapat mempengaruhi pertumbuhan antara lain pendapatan dan pendidikan. Pendapatan keluarga mempengaruhi dalam mengakses makanan tertentu yang akan berpengaruh terhadap status gizi anak (Fikawati et al., 2017). Seseorang dengan status sosial ekonomi yang rendah memiliki keterbatasan akses terhadap makanan tertentu, sehingga akan mengonsumsi makanan dengan jumlah yang kurang. Pendidikan seseorang akan mempengaruhi konsumsi makannya melalui cara memilih bahan makanan. Masyarakat dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi akan cenderung memilih bahan makanan yang lebih baik dari segi kualitas dan kuantitas masakan dibandingkan masyarakat dengan tingkat pendidikan rendah. Semakin tinggi tingkat pendidikan orangtua dari balita maka semakin baik pula status gizi balita (Kristanto, 2017).

b. Ketahanan Pangan

Munculnya berbagai permasalahan gizi dapat juga disebabkan oleh tidak tercapainya ketahanan gizi akibat tidak mencukupinya ketahanan pangan rumah tangga (Masrin et al., 2016). Jika suatu keluarga mengalami kesulitan dalam penyediaan makanan, maka tingkat konsumsi akan menurun secara otomatis. Apabila hal ini terjadi

secara terus menerus dapat memicu balita untuk mengalami kekurangan gizi kronis yang berakibat balita menjadi pendek (Widyaningsih et al., 2018). Berbagai faktor yang dapat mempengaruhi ketahanan pangan yaitu seperti pendapatan keluarga, pendidikan, dan kepemilikan aset produktif secara bersama sama yang berpengaruh terhadap kerawanan pangan. Ketahanan pangan merujuk pada tersedianya pangan yang cukup dalam jumlah dan mutu, aman, beragam, bergizi merata, terjangkau serta tidak bertentangan dengan agama, kepercayaan, dan budaya masyarakat untuk dapat hidup sehat, aktif, dan produktif secara berkelanjutan (Masrin et al., 2016).

c. Sanitasi

Sanitasi lingkungan adalah upaya mewujudkan lingkungan hidup yang sehat melalui pengendalian faktor lingkungan fisik, lingkungan hidup, terutama yang mempunyai dampak buruk terhadap perkembangan fisik, kesehatan, dan kelangsungan hidup manusia. Korelasi antara angka stunting dengan buruknya pengelolaan sanitasi di masyarakat ditunjukkan dengan semakin meningkatnya kejadian penyakit infeksi pada balita pada balita, seperti diare, kolera, typhoid fever, dan paratyphoid fever, disentri, penyakit cacing tambang, ascariasis, hepatitis A dan E, penyakit kulit, trachoma, schistosomiasis, cryptosporidiosis, malnutrisi, dan penyakit yang berhubungan dengan malnutrisi. Upaya untuk mengatasi masalah tersebut telah dilakukan dengan menerapkan manajemen sanitasi yang tepat di lingkungan masyarakat (Marni, 2020).

4. Dampak Stunting

Ada berbagai macam dampak yang ditimbulkan dari kejadian stunting dan organ yang sangat dipengaruhi dari kejadian *stunting* adalah otak. *Stunting* dapat mengganggu perkembangan motorik anak, baik motorik kasar maupun dalam motorik halus (Sakti, 2020). Hal ini juga yang

bisa menyebabkan perkembangan otak anak pada periode tumbuh kembang tidak optimal. Beberapa dampak dari kejadian stunting yaitu kecerdasan, kekebalan tubuh dan produktivitas rendah. Dampak tersebut dapat menjadikan sumber daya manusia di Indonesia rendah. Sumber tenaga yang buruk juga dapat berpengaruh terhadap kinerja dalam suatu negara.

Ada 4 dampak stunting bagi anak dan Negara Indonesia (Dasman, 2019), yaitu :

a. Kogitif lemah dan psikomotorik terhambat

Bukti menunjukkan bahwa anak yang tumbuh dengan kejadian *stunting* akan mengalami masalah perkembangan kognitif dan psikomotor dan besarnya masalah stunting pada anak hari ini akan berdampak pada kualitas bangsa dalam masa depan.

b. Kesulitan dalam menguasai sains dan berprestasi dalam olahraga

Anak yang tumbuh dan berkembang dengan tidak proporsional hari ini, kebanyakan anak tersebut akan mempunyai kemampuan secara intelektual dibawah rata rata dibandingkan dengan anak yang bertumbuh dengan baik. Generasi yang tumbuh dan berkembang dengan kemampuan kognisi dan intelektual yang kurangan lebih sulit menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi karena kemampuan analisis yang lemah. Sehingga kejadian stunting merupakan suatu ancaman bagi prestasi dan kaulitas bangsa dimasa depan dari berbagai sudut pandang.

c. Lebih mudah terkena penyakit degenerative

Kondisi stunting tidak hanya berdampak pada kualitas intelektual bangsa tetapi juga menajdi faktor terhadap penyaki degenerative (penyakit yang muncul seiring bertambahnya usia). Berbagai studi membuktikan bahwa anak yang kurang gizi ketika balita dan kemudian mengalami stunting, maka pada usia dewasa akan lebih mudah mengalami obesitas dan diabetes mellitus.

d. Sumber daya manusia yang berkualitas rendah

Kejadian stunting menyebabkan rendahnya kualitas sumber daya manusia pada usia produktif, masalah ini selanjutnya juga berperan dalam meningkatkan penyakit kronis degeneratif saat dewasa.

C. Pengetahuan Gizi Ibu

Pengetahuan gizi ibu merupakan segala bentuk informasi yang dimiliki ibu mengenai zat gizi yang diperlukan oleh tubuh balita dan juga kemampuan ibu dalam menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Hal penting lainnya mengenai gangguan gizi adalah pengetahuan gizi atau kemampuan menyerap informasi tersebut dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan gizi ibu merupakan pemahaman seorang ibu terkait gizi, seperti makanan yang dikonsumsi dan menghubungkan antara komposisi makanan dengan kesehatan. Status gizi akan terpenuhi apabila makanan tersebut mengandung nilai gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Menurut (Malonda, 2020), tingkat pendidikan memiliki pengaruh terhadap kesehatan salah satunya adalah status gizi.

Seseorang yang memiliki tingkat pendidikan tinggi memiliki kemungkinan lebih besar mengetahui pola hidup yang lebih sehat dan juga lebih bisa mengetahui bagaimana cara menjaga agar tubuh tetap bugar yang dapat tercermin dari penerapan pola hidup sehat seperti mengonsumsi diet bergizi. Peranan orang tua terutama ibu sangat penting dalam pemenuhan gizi anak, karena anak terutama balita masih sangat membutuhkan perhatian dan dukungan dari orang tua dalam menghadapi masa tumbuh kembangnya yang sangat pesat. Untuk mendapatkan gizi balita yang baik harus diimbangi juga dengan pengetahuan gizi orang tua terutama ibu agar dapat menyediakan menu pilihan yang seimbang. Tingkat pengetahuan gizi ibu berpengaruh terhadap sikap dan cara pemilihan makanan yang baik dan bergizi untuk anaknya. Seorang ibu yang memiliki pengetahuan dan sikap gizi yang kurang akan sangat berpengaruh terhadap status gizi anaknya dan akan susah dalam

pemilihan makanan yang bergizi untuk anak dan keluarganya (Setiawan et al., 2018).

D. Pola asuh makan

Pola asuh makan adalah praktek praktek pengasuhan yang diterapkan ibu kepada anak balita yang berkaitan dengan cara dan situasi makan (Istiany & Rusilanti, 2013). Karakter ibu yang paling utama dalam memberikan asupan nutrisi bagi balita adalah memberikan perhatian, dukungan, memberikan perilaku yang baik khususnya dalam memenuhi nutrisi balita. Apabila pola asuh ibu kepada balita baik maka kejadian stunting pada anak akan berkurang, sebaliknya jika pola asuh ibu kepada balita kurang baik maka akan berdampak pula dalam meningkatnya kejadian stunting balita (Wibowo et al., 2023).

Jumlah dan kualitas makanan yang dibutuhkan untuk konsumsi anak sangat penting untuk diperhatikan dengan baik, dipikirkan, direncanakan, dan dilaksanakan oleh ibu ataupun pengasuhnya. Pola asuh makan anak akan selalu berkaitan dengan kegiatan pemberian makan, yang akhirnya akan berpengaruh juga terhadap status gizi seorang anak terutama balita. Praktek pemberian makan pada anak mempunyai peranan yang besar dalam asupan nutrisi pada anak. Ada tiga perilaku yang memengaruhi asupan tersebut (Istiany & Rusilanti, 2013), yaitu :

1. Menyesuaikan metode pemberian makan dengan kemampuan psikomotor anak.
2. Pemberian makan yang responsive, termasuk dalam dorongan untuk makan, memerhatikan nafsu makan anak, waktu pemberian, kontrol terhadap makanan antara anak dan pemberi makan, dan juga menjaga hubungan yang baik ketika memberi makan.
3. Situasi pemberian makan, termasuk bebas dari gangguan, waktu pemberian makan tertentu, perhatian, dan perlindungan selama makan.

Pola asuh makan yang baik, dalam arti secara kualitatif dan kuantitatif yang tepat yang tepat pada masa balita sangat dianjurkan. Bila pada masa

yang kritis ini tubuh seorang balita diabaikan atau berkembang dengan tidak seimbang, maka ia tidak akan mampu mengembangkan potensi sepenuhnya sebagai seorang dewasa. Tumbuh kembang anak akan baik apabila kebutuhan fisik dan psikis terpenuhi secara seimbang (Istiany & Rusilanti, 2013).

E. Hubungan pengetahuan gizi ibu dengan kejadian stunting pada balita

Pengetahuan gizi ibu merupakan segala bentuk informasi yang dimiliki ibu mengenai zat gizi yang diperlukan oleh tubuh balita dan juga kemampuan ibu dalam menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan gizi ibu merupakan pemahaman seorang ibu terkait gizi seperti makanan yang akan dikonsumsi dan menghubungkan antara komposisi makanan dengan kesehatan. Untuk mendapatkan gizi balita yang baik harus diimbangi juga dengan pengetahuan gizi orang tua terutama ibu agar dapat menyediakan menu pilihan yang seimbang. Berdasarkan penelitian (Al et al., 2021) didapatkan hasil penelitian dengan judul “Hubungan pengetahuan ibu dengan Kejadian *Stunting* pada balita 12 – 59 bulan” menggunakan uji *chi-square* dan diperoleh nilai $p = 0,02$. Hal ini menunjukkan bahwa berdasarkan penelitian (Al et al., 2021) ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian stunting pada balita.

F. Hubungan pola asuh makan dengan kejadian stunting pada balita

Perilaku ibu dalam mengasuh anaknya sangat berhubungan erat dengan kejadian *stunting*. Seorang ibu yang memiliki pola asuh makan yang baik maka akan memberikan nutrisi yang cukup bagi balita, sebaliknya apabila seorang ibu memiliki pola asuh makan yang kurang baik maka tidak akan memberikan nutrisi yang kurang optimal bagi balita. Pola asuh makan anak akan selalu berkaitan dengan kegiatan pemberian makan, yang akhirnya akan berpengaruh juga terhadap status gizi seorang anak terutama balita.

Praktek pemberian makan pada anak mempunyai peranan yang besar dalam asupan nutrisi pada anak. Sikap ibu berperan dalam memberikan asi

atau makanan pendamping asi, mendidik anak tentang bagaimana cara makan yang baik, memberikan makanan yang bernilai gizi tinggi dan mengatur asupan makanan melalui penyiapan makanan yang bersih, menerapkan kebiasaan makan yang tepat untuk menyeimbangkan gizi balita (Noorhasanah dan Tauhidah, 2021). Berdasarkan penelitian (Wibowo et al., 2023) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola asuh makan ibu terhadap kejadian stunting balita.