

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Balita**

Balita adalah anak yang berusia 0-59 bulan, pada masa ini ditandai dengan proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat sehingga memerlukan zat gizi dengan kualitas yang tinggi. Menurut Sartika (2010), balita merupakan salah satu kelompok rentan dengan masalah gizi dan kesehatan. Pola asuh ibu sangat berpengaruh terhadap masalah gizi dan kesehatan balita. Apabila sejak awal seorang ibu salah dalam menerapkan pola asuh gizi, anak akan beresiko besar mengalami gangguan kekurangan asupan zat gizi dan rentan terhadap penyakit infeksi (Lestari W., 1995). Menurut Aminah (2016), masa balita merupakan periode penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan manusia. 1000 hari pertama kehidupan merupakan periode emas balita yang memiliki prioritas pelayanan kesehatan yang spesifik, seperti perkembangan mental dan intelektual yang cepat. Kemampuan sensorik, berpikir, berbicara, pertumbuhan mental, dan intelektual, serta moral mulai dibangun pada periode emas ini, sehingga anak memerlukan stimulasi untuk meningkatkan fungsi organ tubuh dan merangsang perkembangan otak (Yuliani et al., 2021).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2011) menjelaskan bahwa balita merupakan usia pertumbuhan dan perkembangan anak yang sangat pesat. Proses pertumbuhan dan perkembangan setiap anak berbeda-beda karena dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu asupan zat gizi, kondisi lingkungan, serta sosial ekonomi keluarga.

#### **B. Stunting**

##### **1. Pengertian Stunting**

*Stunting* adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan karena kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Kurangnya asupan gizi pada usia dini akan meningkatkan angka kematian bayi dan anak yang menyebabkan penderitanya mudah sakit serta memiliki tubuh yang tidak maksimal saat dewasa (Millenium Challengga Account Indonesia, 2013).

Menurut (SJM et al., 2020), terjadinya *stunting* dimulai saat janin masih dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua tahun. *Stunting* merupakan suatu kondisi gagal tumbuh yang dialami oleh anak usia 0-59 bulan akibat kekurangan gizi kronis terutama pada 1000 hari pertama kehidupan (Ramayulis, dkk. 2018).

*Stunting* pada balita perlu menjadi perhatian khusus karena dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan fisik serta mental anak. *Stunting* berkaitan dengan peningkatan risiko kesakitan dan kematian serta terhambatnya pertumbuhan kemampuan motoric dan mental serta risiko terjadinya penurunan kemampuan intelektual, produktivitas, dan risiko penyakit degeneratif. Anak *stunting* memiliki risiko lebih tinggi dibandingkan anak normal terhadap penyakit infeksi, sehingga mengakibatkan penurunan kualitas sumber daya manusia dalam jangka panjang bagi Indonesia.

Penegakkan diagnosis *stunting* dapat dilakukan dengan menilai status gizi balita menggunakan pengukuran antropometri. Antropometri dihubungkan dengan jenis-jenis pengukuran dimensi tubuh serta perubahan komposisi tubuh yang berkaitan dengan tubuh dan penyakit dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi (Utkualp dan Ercan, 2015 dalam (Rachmawati, 2018)). *Stunting* ditentukan berdasarkan indeks antropometri yaitu indeks panjang badan menurut umur (PB/U) atau tinggi badan menurut umur (TB/U) yang dinyatakan dengan nilai standar deviasi Z-score sesuai dengan PMK RI Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri.

Tabel 1. Klasifikasi *stunting* berdasarkan standar antropometri

Indeks	Ambang Batas	Status Gizi
PB/U atau TB/U	<-3 SD	Sangat pendek ( <i>severely stunted</i> )
	-3 SD sd <-2 SD	Pendek ( <i>stunted</i> )
	-2 SD sd +3 SD	Normal
	>+3 SD	Tinggi

Sumber: PMK RI No. 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak

## **2. Faktor Penyebab *Stunting***

*Stunting* menjadi penyebab satu juta kematian anak setiap tahunnya (Dewey dan Begum, 2011). Terdapat dua faktor utama penyebab kejadian *stunting* pada anak yaitu faktor penyebab langsung dan faktor penyebab tidak langsung.

### **a. Faktor penyebab secara langsung**

Faktor penyebab *stunting* secara langsung yang muncul saat bayi masih berada di dalam kandungan dan sebagai faktor utama terjadinya *stunting*.

#### **1) Faktor Genetik**

Balita *stunting* dapat disebabkan karena adanya faktor genetik dari orang tua atau keluarga. Tinggi badan orang tua sangat berpengaruh terhadap tinggi badan anak terutama tinggi badan ibu (Rachmawati, 2018). Beberapa penelitian menyebutkan bahwa faktor genetik orang tua terutama tinggi badan dapat menjadi penyebab *stunting* pada anak. Tinggi badan ibu berhubungan dengan meningkatnya risiko terjadi proses persalinan yang lama sehingga dapat menyebabkan fistula, yaitu keadaan dimana terjadi lubang antara vagina dengan rectum (*rectovaginal fistula*) atau lubang antara vagina dengan kandung kemih (*vesicovaginal fistula*) (Ruaida, 2018).

Menurut Addo dkk. (2013) dalam (Rachmawati, 2018), *stunting* pada anak terjadi karena adanya masalah fisik pada ibu saat pertumbuhan janin dalam Rahim. Ibu dengan tinggi badan yang pendek lebih sedikit jumlah simpanan energi dan protein yang dimiliki karena organ tubuhnya yang lebih kecil, serta terbatasnya ruang janin saat berada didalam Rahim, sehingga akan berpengaruh terhadap pertumbuhan janin melalui plasenta dan pertumbuhan bayi melalui kualitas dan kuantitas ASI.

#### **2) Asupan zat gizi**

Asupan gizi tidak seimbang yang tidak memenuhi jumlah serta komposisi zat gizi dapat menjadi faktor langsung penyebab *stunting*. Balita yang mengalami kekurangan asupan gizi sebelumnya masih dapat diperbaiki dengan asupan yang baik, sehingga bisa melakukan tumbuh kejar sesuai dengan perkembangannya, namun apabila intervensi yang diberikan terlambat, balita tidak akan mampu mengejar keterlambatannya atau yang disebut dengan gagal tumbuh. Sama halnya dengan balita dengan status

gizi normal terdapat kemungkinan terjadi gangguan pertumbuhan apabila asupan gizi tidak tercukupi (Sunarti dan Nugrohowati, 2014). Analisis hasil Riskesdas menyatakan bahwa asupan energi pada balita berpengaruh terhadap kejadian *stunting* atau balita pendek, selain itu apabila asupan energi pada level rumah tangga dibawah rata-rata merupakan penyebab terjadinya balita *stunting* (Djamin, 2011 dalam (Indra Budi Antari, 2020).

### **3) Penyakit infeksi**

Penyakit infeksi merupakan salah satu penyebab langsung terjadinya *stunting*. Penyakit infeksi akan mudah menyerang balita dengan status gizi kurang. Penanganan penyakit infeksi sedini mungkin akan membantu memperbaiki gizi diimbangi dengan pemenuhan asupan gizi yang sesuai dengan kebutuhan. Penyakit infeksi yang sering diderita balita yaitu Infeksi Saluran Pernafasan Atas (ISPA), cacingan, diare, serta infeksi lainnya memiliki hubungan dengan pelayanan kesehatan dasar khususnya imunisasi, sanitasi lingkungan hidup, serta perilaku hidup sehat (Bappenas, 2013 dalam (Indra Budi Antari, 2020).

#### **b. Faktor penyebab tidak langsung**

Akar masalah terjadinya *stunting* yaitu rendahnya tingkat pendidikan dan status ekonomi.(Rohmatun et al., 2014)), menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu dengan kejadian *stunting* pada balita. Kualitas tingkat pendidikan ibu akan berpengaruh terhadap pola asuh yang diberikan yang merupakan salah satu faktor penyebab tidak langsung terjadinya *stunting* pada balita. Faktor lain yang menjadi penyebab tidak langsung terjadinya *stunting* adalah ketahanan pangan dan faktor lingkungan.

### **3. Upaya Pencegahan *Stunting***

Usia 0-2 tahun merupakan periode emas (*golden age*) pertumbuhan dan perkembangan anak, karena pada periode ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. *Window of opportunities* atau periode 1000 hari pertama didasarkan pada fakta bahwa masa janin sampai anak usia dua tahun terjadi proses tumbuh kembang yang sangat pesat yang tidak dapat terjadi pada kelompok usia lain. Kegagalan tumbuh pada periode ini akan berpengaruh terhadap status gizi dan kesehatan diusia dewasa, sehingga perlu dilakukan upaya dalam pencegahannya. Melalui Keputusan Presiden Nomor 42 tahun

2013 tentang Gerakan Nasional Peningkatan Percepatan Gizi, pemerintah telah menetapkan kebijakan dalam pencegahan *stunting*. Upaya tersebut berfokus pada kelompok usia 1000 hari pertama kehidupan, diantaranya :

- a. Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) minimal 90 tablet selama kehamilan
- b. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) ibu hamil
- c. Pemenuhan gizi
- d. Persalinan dengan dokter atau bidan yang ahli
- e. Pemberian Inisiasi Menyusu Dini (IMD)
- f. Pemberian ASI eksklusif
- g. Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) untuk bayi diatas 6 bulan hingga 2 tahun
- h. Pemberian imunisasi dasar lengkap dan vitamin A
- i. Pemantauan pertumbuhan balita di posyandu
- j. Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)

## **C. Pengetahuan**

### **1. Pengertian Pengetahuan**

Pengetahuan berasal dari kata “tahu”, dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia kata tahu berarti mengerti sesudah melihat (menyaksikan, mengalami), mengenal dan mengerti (Mubarak, 2011). Menurut Notoatmodjo (2003), pengetahuan merupakan hasil tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan melalui panca indera manusia seperti indera penglihatan, pendengaran, penciuman, peraba, dan rasa terhadap suatu objek tertentu. Sebagian besar pengetahuan manusia didapat melalui indera penglihatan dan pendengaran.

### **2. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan**

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan menurut Notoatmodjo (2010), yaitu :

- a. Umur

Semakin dewasanya seseorang, cara berpikir dan berperilaku akan lebih matang. Semakin bertambahnya usia, daya tangkap dan pola pikir seseorang akan semakin berkembang, sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin baik.

b. Pendidikan

Pendidikan adalah bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain agar memahami dan mencapai tujuan tertentu. Semakin tinggi tingkat pengetahuan, semakin mudah seseorang dalam menerima informasi yang berkaitan dengan pengetahuan. Pengetahuan dapat diperoleh dari informasi yang diberikan orang tua, guru, dan media masa. Pendidikan memiliki hubungan dengan ilmu pengetahuan, pendidikan adalah salah satu kebutuhan dasar manusia yang diperlukan untuk mengembangkan diri.

c. Pekerjaan

Pekerjaan berpengaruh terhadap proses mengakses informasi yang dibutuhkan untuk objek tertentu. Menurut Zulmiyetri et. al (2020) pekerjaan adalah suatu kegiatan yang harus dilaksanakan dan diselesaikan sesuai dengan profesi dan jabatan masing-masing.

d. Pengalaman

Faktor pengalaman sangat mempengaruhi pengetahuan. Semakin banyaknya pengalaman seseorang, semakin bertambah pula pengetahuan seseorang terkait suatu hal. Pengetahuan dapat diperoleh melalui wawancara atau kuesioner yang menunjukkan tentang materi yang ingin diukur oleh subjek penelitian atau responden.

e. Sosial Budaya

Kebudayaan atau kebiasaan dalam keluarga dapat mempengaruhi pengetahuan, dan sikap seseorang terhadap sesuatu. Menurut Rahayu (2010), kebudayaan mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap cara berfikir dan perilaku seseorang.

### 3. Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2003), pengetahuan memiliki 6 tingkatan, antara lain :

a. Tahu (*know*)

Tahu (*know*) berarti mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Pengetahuan tingkat ini merupakan tingkatan paling rendah karena hanya mengingat kembali sesuatu yang spesifik dan seluruh bahan yang telah dipelajari atau yang diterima. Tingkatan ini seseorang mampu menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, dan menyatakan.

b. Memahami (*comprehension*)

Memahami (*comprehension*) diartikan sebagai kemampuan untuk menjelaskan dengan benar tentang objek yang diketahui, serta dapat menginterpretasikan materi yang diberikan secara benar. Tingkatan ini seseorang mampu menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, mendefinisikan, menyatakan, dan sebagainya.

c. Aplikasi (*application*)

Aplikasi (*application*) adalah kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari dalam situasi atau kondisi sebenarnya. Tingkatan ini diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan lain sebagainya dalam situasi yang lain.

d. Analisis (*analysis*)

Analisis adalah kemampuan untuk menjabarkan materi atau objek dalam komponen-komponen, namun masih dalam satu struktur organisasi dan masih ada kaitannya satu sama lain. Tingkatan ini seseorang mampu menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis adalah kemampuan untuk menyusun suatu formulasi baru. Tingkatan ini seseorang dapat menyusun, merencanakan, meringkas dan menyesuaikan, dan sebagainya terhadap teori yang telah ada.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi adalah kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek. Contoh dari tingkatan ini yaitu seseorang mampu dapat membandingkan antara anak yang cukup gizi, dapat menanggapi terjadinya wabah di suatu tempat, dapat menafsirkan sebab akibat suatu kejadian.

#### **4. Cara Memperoleh Pengetahuan**

Menurut Notoatmodjo (2018) cara memperoleh pengetahuan dikelompokkan menjadi dua cara, yaitu cara tradisional atau tanpa dilakukannya penelitian ilmiah dan cara modern yang diperoleh dengan prosedur penelitian. Adapun cara memperoleh pengetahuan berdasarkan Notoatmodjo (2018), antara lain :

a. Cara Tradisional

1) Cara coba-coba (*Trial and Error*)

Cara ini dilakukan dengan berbagai kemungkinan dalam memecahkan suatu masalah, dan apabila kemungkinan tersebut tidak berhasil diganti dengan kemungkinan yang lain.

2) Secara Kebetulan

Cara ini terjadi dimana penemu tidak sengaja menemukan kebenaran atau terjadi karena ketidaksengajaan.

3) Cara kekuasaan (Otoritas)

Cara ini dilakukan dengan menerima pendapat seseorang yang berpengaruh pada daerah tersebut, yaitu seseorang yang menguasai adat istiadat, kekuasaan pemerintah, dan pengaruh tokoh agama, ataupun seorang ilmuwan

4) Pengalaman pribadi

Pengalaman pribadi dapat digunakan sebagai sarana untuk memperoleh pengetahuan dengan mengulang pengalaman dalam memecahkan masalah sebelumnya.

5) Akal Sehat

Akal sehat dapat digunakan seseorang dalam menemukan informasi dan kebenaran. Akal sehat sebagai sarana untuk memperoleh pengetahuan yang diperoleh secara tidak sengaja atau suatu kebetulan

6) Jalan pikiran

Informasi dapat diperoleh seseorang dengan jalan pikirannya. Jalan pikiran seseorang dapat menjadi cara dalam mengembangkan gagasan secara langsung maupun tidak langsung melalui penjelasan yang diberikan oleh seseorang, kemudian dihubungkan sampai didapatkan suatu kesimpulan.

b. Cara Modern

Cara modern ini dilakukan melalui pengamatan langsung terhadap fenomena alam dan populasi. Kemudian hasil pengamatan digabungkan dan diklasifikasikan, lalu dijadikan sebuah kesimpulan umum. Kesimpulan diambil dari pengamatan langsung dan catatan yang berhubungan dengan objek yang diteliti



## **D. Pola Asuh Gizi**

### **1. Definisi**

Berdasarkan tata bahasa, pola asuh terdiri dari kata pola dan asuh. Menurut Kamus Lengkap Bahasa Indonesia, kata pola berarti model, system, cara kerja, bentuk (struktur yang tetap), dan kata asuh yang berarti menjaga, merawat, serta mendidik anak agar dapat berdiri diatas kaki sendiri (Adawiah, 2017). Pola asuh merupakan suatu pola interaksi antara orang tua dan balita mencakup pemenuhan kebutuhan fisik, kebutuhan psikologis, dan sosialisasi norma-norma yang berlaku di masyarakat agar anak dapat hidup selaras dengan lingkungannya (Zinduka, 2022). Menurut Gunarsa (2002) mengatakan bahwa pola asuh merupakan cara orangtua bertindak sebagai orangtua terhadap anaknya dengan melakukan serangkaian usaha. Menurut resolusi Majelis Umum PBB (Pamilu, 2007), peran utama keluarga untuk anak adalah sebagai tempat untuk mendidik, mengasuh, mensosialisasikan anak, dan mengembangkan potensi anak agar dapat berperan baik di masyarakat, serta memberikan kepuasan dan lingkungan yang baik sehingga tercapai keluarga yang sejahtera.

Menurut Djamarah (2014), pola asuh orang tua adalah kebiasaan yang dilakukan orang tua terhadap anak secara konsisten sejak usia dini sampai remaja serta membentuk perilaku anak sesuai dengan norma dan perilaku yang baik. Pola asuh yang diberikan orang tua berpengaruh terhadap perkembangan diri seorang anak termasuk pada kecerdasannya (Karomah & Widiyono, 2022). Menurut Suarca, dkk. (2016), menjelaskan bahwa kecerdasan merupakan kemampuan dalam mengolah informasi sehingga dapat memecahkan suatu masalah, dan menciptakan hasil baru.

### **2. Faktor yang Mempengaruhi Pola Asuh**

Pola asuh orang tua merupakan suatu perilaku yang diterapkan oleh orang tua kepada anak yang bersifat konsisten dari waktu ke waktu. Orang tua memiliki pandangan masing-masing terkait pola asuh yang diberikan kepada anak. menurut Hurlock (1999), dalam penelitian (Adawiah, 2017), cara orang tua memberikan pola asuh kepada anak dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya :

#### **a. Kepribadian orang tua**

Setiap orang tua memiliki karakteristik yang berbeda-beda seperti tingkat energi, kesabaran, intelegensi, sikap, dan kematangannya.

Perbedaan karakteristik tersebut dapat mempengaruhi kemampuan orang tua dalam memberikan peran sebagai orang tua dan bagaimana tingkat sensitifitas orang tua terhadap kebutuhan anaknya.

b. Keyakinan

Keyakinan pengasuhan yang dimiliki orang tua akan memberikan pengaruh terhadap nilai dan pola asuh, serta dapat mempengaruhi tingkah laku dalam memberikan pengasuhan terhadap anaknya.

c. Persamaan dengan pola asuh yang diterima orang tua

Apabila orang tua merasa bahwa pola asuh yang diterapkan oleh orang tuanya dahulu berhasil, maka mereka akan cenderung menggunakan pola asuh yang sama terhadap anaknya, namun apabila pola asuh yang diberikan orang tuanya dahulu tidak tepat, maka orang tua dapat memberikan teknik pola asuh yang lain, seperti :

1) Penyesuaian dengan cara disetujui kelompok

Dalam teknik ini, orang tua baru cenderung dipengaruhi oleh apa yang dianggap anggota kelompoknya atau teknik pola asuh yang diberikan lingkungan sekitar.

2) Usia orang tua

Orang tua yang berusia muda cenderung lebih demokratis dan permissive jika dibandingkan dengan orang tua yang berusia tua.

3) Pendidikan orang tua

Orang tua yang memiliki pendidikan lebih tinggi dan telah mengikuti pelatihan dalam mengasuh anak lebih menggunakan pola asuh yang baik dibandingkan dengan orang tua yang tidak mendapatkan pendidikan dan pelatihan dalam mengasuh anak.

4) Jenis kelamin

Ibu umumnya lebih mengerti anak apabila dibandingkan dengan ayah.

5) Status sosial ekonomi

Orang tua dari kelas menengah kebawah cenderung lebih keras dalam mengasuh anak, memaksa dan kurang toleran dibandingkan dengan orang tua dengan status ekonomi menengah keatas.

6) Konsep mengenai peran orang tua dewasa

Orang tua yang mempertahankan adat istiadat atau konsep tradisional lebih otoriter dibandingkan dengan yang menganut konsep modern.

7) Jenis kelamin anak

Orangtua umumnya lebih menekan terhadap anak perempuan dibandingkan dengan laki-laki.

8) Usia anak

Usia anak berpengaruh terhadap pola pengasuhan dan harapan orang tua

9) Temperamen

Pola asuh yang diberikan orang tua sangat mempengaruhi temperamen anak. Anak yang menarik dan dapat beradaptasi berbeda dalam proses pengasuhannya dibandingkan dengan anak yang keras.

10) Kemampuan anak

Orang tua akan memberikan perlakuan yang berbeda terhadap anak yang berbakat dengan anak yang memiliki masalah dalam perkembangannya

11) Situasi

Orang tua cenderung tidak akan memberikan hukuman kepada anak yang mengalami ketakutan dan kecemasan. Sebaliknya, apabila anak menentang dan berperilaku agresif orang tua akan memberikan pengasuhan dengan pola outhoritatif (tegas).

### 3. Indikator Pola Asuh Ibu

#### a. Inisiasi Menyusui Dini (IMD)

Inisiasi Menyusui Dini (IMD) merupakan kegiatan menyusui dalam satu jam pertama setelah bayi baru dilahirkan. Pengertian lain dari IMD adalah cara bayi menyusui satu jam pertama setelah dilahirkan dengan usahanya sendiri menuju puting ibu tanpa bantuan atau bukan disusui (Olina, 2017). Inisiasi Menyusui Dini ini dinamakan *The Breast Crawl* atau bayi merangkak mencari payudara ibu. bayi diberikan kesempatan untuk menyusui dini dengan meletakkan bayi sampai terjadi kontak kulit antara ibu dan bayi selama kurang lebih satu jam untuk meningkatkan keberhasilan menyusui eksklusif (Roesli, 2008).

#### b. ASI Eksklusif

ASI eksklusif adalah air susu ibu yang diberikan kepada bayi sejak lahir sampai berusia enam bulan tanpa makanan tambahan lain termasuk air putih, kecuali obat-obatan, vitamin atau mineral tetes (Anggun Putri Sejati,

2020). ASI eksklusif diberikan diberikan sejak 1 jam segera setelah kelahiran bayi tanpa memberikan makanan pralaktal atau makanan/ minuman yang diberikan kepada bayi sebelum ASI keluar seperti air gula atau tajin, menyusui bayi sesuai kebutuhannya (Kemenkes RI, 2012).

### **c. Imunisasi Dasar Lengkap**

Imunisasi merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kekebalan tubuh balita serta pemberantasan penyakit menular (Ranuh, 2001). Imunisasi merupakan upaya untuk menimbulkan kekebalan tubuh pada bayi dan balita yang dilakukan dengan cara menyuntikkan vaksin agar bayi dan balita terlindungi dan terhindar dari penularan penyakit tertentu (Kemenkes RI, 2018). Imunisasi pada balita tidak hanya memberikan pencegahan terhadap individu, namun dapat mencegah terjadinya penularan infeksi yang lebih luas di masyarakat (Karina & Warsito, 2012). Tingginya angka kematian bayi dan balita di Indonesia menyebabkan penurunan derajat kesehatan masyarakat, sehingga peran pemerintah di tingkat nasional sangat diperlukan untuk mendukung dan mempertahankan pengawasan program imunisasi di Indonesia (Ranuh, 2001).

### **d. Pemberian Makanan pada Balita**

Pola asuh pemberian makan yang dimaksud adalah dari menyiapkan makanan, yaitu proses mengubah makanan dari bahan mentah menjadi makanan siap untuk dimakan anak. Kemudian bagaimana cara pemberian makanan, apakah balita dibiarkan makan sendiri atau dibantu oleh ibu. Jumlah dan frekuensi makanan yaitu jumlah porsi yang diberikan kepada balita telah memenuhi kebutuhan gizi anak atau tidak, berapa kali anak diberikan makanan dalam satu hari. Ibu memiliki peranan penting dalam pemberian asupan pada anak, sehingga anak tidak kekurangan atau kelebihan asupan zat gizi. Alat makan adalah alat yang digunakan untuk mengonsumsi makanan yang mencakup piring, mangkok, sendok, dan lain sebagainya (Zinduka, 2022).

Pola asuh gizi merupakan praktik dalam rumah tangga yang diwujudkan dengan tersedianya pangan, perawatan kesehatan serta sumber daya lainnya untuk kelangsungan hidup, pertumbuhan dan perkembangan anak balita (Hellyta, 2013). Pola asuh makan merupakan salah satu pola pengasuhan yang berhubungan dengan status gizi anak (Anggari & Yunita,

2020). Asupan makanan yang dikonsumsi akan menghasilkan dampak pertumbuhan dan perkembangan anak (Susanti, 2021). Pemberian makan yang baik sejak lahir hingga anak berusia dua tahun merupakan salah satu upaya untuk menjamin pencapaian kualitas tumbuh kembang anak (Sutraningsih et al., 2021). Menurut *World Health Organization* (WHO) dan *United Nations Children's Fund* (UNICEF) menyebutkan bahwa lebih dari 50% kematian balita terkait masalah gizi dan dua per tiga diantara kematian tersebut berhubungan dengan praktik pemberian makan yang kurang tepat pada bayi, seperti tidak dilakukan inisiasi menyusui dini selama satu jam pertama segera setelah bayi lahir dan pemberian MP-ASI yang terlalu cepat atau terlambat diberikan. Keadaan ini menjadi penyebab lemahnya daya tahan tubuh anak, sering sakit, dan gangguan pertumbuhan. Standar emas pemberian makanan pada balita terdiri dari Inisiasi Menyusui Dini (IMD), pemberian ASI eksklusif, pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dengan tepat, yaitu tepat waktu, adekuat, aman, dan dengan cara yang benar, serta melanjutkan pemberian ASI sampai dengan berusia dua tahun atau lebih (Kemenkes RI, 2020).

## **E. Edukasi Gizi**

### **1. Pengertian Edukasi Gizi**

Pendidikan atau edukasi adalah tindakan dan usaha untuk mengubah pikiran dan sikap manusia sesuai dengan tujuan pendidikan yang diberikannya. Menurut Notoatmojo (2012), edukasi atau pendidikan kesehatan merupakan bentuk intervensi terutama dalam faktor perilaku. Edukasi atau pendidikan kesehatan secara umum adalah seluruh upaya yang direncanakan untuk memberikan pengaruh kepada orang lain, baik individu, kelompok, atau masyarakat, sehingga mereka dapat melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan. Edukasi gizi adalah suatu proses untuk menambah pengetahuan tentang gizi, membentuk sikap, dan perilaku hidup sehat dengan memperhatikan pola makan sehari-hari serta faktor lain yang mempengaruhi makanan, meningkatkan derajat kesehatan dan gizi seseorang (Fasli Jalal, 2010 dalam (Wuri et al., 2019).

### **2. Tujuan Edukasi Gizi**

Pemberian edukasi gizi bertujuan untuk memberikan dorongan agar terjadi perubahan perilaku lebih baik yang berhubungan dengan gizi (Wuri et al.,

2019). Menurut Suhardjo (2003), pemberian edukasi gizi memiliki beberapa tujuan diantaranya : 1) terciptanya sikap positif terhadap gizi, 2) terbentuknya pengetahuan dan kemampuan memilih, serta menggunakan sumber-sumber pangan, 3) perubahan kebiasaan makan menjadi lebih baik serta adanya motivasi untuk mengetahui lebih lanjut hal yang berkaitan dengan gizi.

### **3. Metode Edukasi Gizi**

Menurut Lucia (2005) dalam Pratiwi, W (2020), penggolongan metode edukasi ada tiga, yaitu

#### **a. Metode berdasarkan Pendekatan Perorangan**

Edukator berhubungan langsung maupun tidak langsung dengan sasarannya secara perorangan. Metode ini sangat efektif karena sasaran dapat memecahkan masalahnya secara langsung dengan bimbingan khusus dari edukator.

#### **b. Metode berdasarkan Pendekatan Kelompok**

Edukator berhubungan dengan sasaran secara kelompok. Metode ini cukup efektif karena sasaran dibimbing dan diarahkan untuk melakukan kegiatan yang lebih produktif atas dasar kerjasama. Metode edukasi dengan pendekatan kelompok dapat terjadi pertukaran informasi dan pendapat serta pengalaman antar sasaran edukasi dalam kelompok. Edukasi dengan metode ini juga memungkinkan terdapat umpan balik dan interaksi antar sasaran yang memberi kesempatan bertukar pengalaman maupun pengaruh terhadap perilaku dan norma anggotanya.

#### **c. Metode berdasarkan Pendekatan Massa**

Metode ini mudah dijangkau sasaran dalam jumlah yang banyak. Dilihat dari segi penyampaian informasi, metode ini cukup baik, namun hanya dapat menimbulkan kesadaran dan keingintahuan semata. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa metode ini dapat mempercepat proses perubahan, tapi jarang dapat mewujudkan perubahan perilaku. Adapun yang termasuk dalam metode ini adalah rapat umum, kampanye, surat kabar, siaran radio, pemutaran film, dan sebagainya.

### **4. Media Edukasi Gizi**

Pemberian edukasi gizi memerlukan media sebagai alat bantu. Komponen media dalam memberikan edukasi memiliki peranan penting untuk mencapai tujuan pembelajaran (Wahidin, 2018). Menurut (Evi et al., 2019),

media merupakan alat yang dapat membantu proses edukasi agar terjalannya kesinambungan antara informasi yang diberikan oleh pemberi informasi kepada responden. Menurut Machfoedz & Suryani (2009), media sebagai penyaluran pesan kesehatan terbagi menjadi tiga, yaitu media cetak (*booklet, leaflet, flyer* atau selebaran, *flip chart* atau lembar balik, Rubik, Poster, dan foto), media elektronik (televise, radio, video, slide), dan media papan (*billboard*).

## **F. Media E-Booklet**

### **1. Pengertian**

*Booklet* merupakan suatu media untuk menyampaikan informasi dalam bentuk buku yang berupa tulisan maupun gambar (Yani, 2018). *Booklet* adalah salah satu media komunikasi massa yang bertujuan untuk memberikan informasi yang bersifat promosi, anjuran, serta larangan kepada massa yang berbentuk cetakan (Aprilson & Rosa, 2013). *Booklet* adalah buku yang memiliki ukuran kecil yang didesain untuk mengedukasi pembaca. *Booklet* memiliki bahasa yang lebih ringkas, sederhana, dan fokus pada tujuan (Ifadah et al., 2019). *Booklet* adalah terbitan tidak berkala yang tersusun dari satu hingga beberapa halaman, tidak berkaitan dengan terbitan lain, dan selesai dalam satu kali terbit. Halamannya sering dijadikan satu, biasanya memiliki sampul, namun tidak menggunakan jilid keras (Ruyadi, 2015).

Sekarang ini hampir semua orang menggunakan *handphone*, sehingga mendorong peneliti untuk memberikan edukasi gizi berbasis *e-booklet* yang dibuat menggunakan *software heizine flipbooks*. *Heizine flipbooks* adalah aplikasi online yang dirancang untuk mengkonversi file PDF menjadi halaman balik publikasi digital atau digital book yang merubah tampilan menjadi seperti tampilan buku.

### **2. Kelebihan**

*Booklet* sebagai salah satu media dalam pemberian edukasi juga memiliki kelebihan dan kekurangan, adapun kelebihan *booklet* menurut Fitriastutik, 2010 :40, diantaranya :

- a. Murah dan mudah dibuat karena pembuatan dilakukan menggunakan media cetak, sehingga biaya yang dikeluarkan bisa lebih murah jika dibandingkan dengan media audio dan audio visual.
- b. Proses penyampaian kepada sasaran dapat dilakukan sewaktu-waktu dan disesuaikan dengan kondisi sasaran.

- c. Selain tulisan, didalam *booklet* juga memuat gambar sehingga dapat menimbulkan rasa keindahan dan meningkatkan pemahaman, serta keinginan untuk belajar, lebih terperinci, jelas, mudah dimengerti, serta tidak menimbulkan beda persepsi.
- d. *Booklet* merupakan media informasi yang praktis karena sangat mudah dalam pendistribusiannya sehingga bisa langsung diberikan kepada sasaran dan mencakup banyak orang. Oleh karena itu *booklet* memiliki kelebihan praktis dalam penggunaannya.
- e. *Booklet* adalah media cetak yang tidak memerlukan listrik serta dapat dibawa kemana-mana.

Menurut Prasetya, dkk., (2018), menjelaskan bahwa terdapat beberapa kelebihan penggunaan *e-book* antara lain :

- a. Praktis dan mudah dibawa kemana-mana
- b. Dapat dibaca dimanapun dan kapanpun menggunakan perangkat elektronik
- c. Ramah lingkungan
- d. Tahan lama atau tidak mudah rusak
- e. Mudah didistribusikan. Pendistribusian dapat dilakukan dengan menggunakan media elektronik seperti internet.

### **3. Kekurangan**

Selain memiliki kelebihan, media *booklet* juga memiliki kekurangan, diantaranya :

- a. Waktu pembuatan relatif lama
- b. Tidak dapat menstimulir efek suara dan gerak
- c. Membutuhkan ketrampilan membaca dan menulis
- d. Mudah terlipat

Menurut Prasetya, dkk., (2018), *e-book* juga memiliki kekurangan diantaranya :

- a. Jika terlalu lama membaca dapat menyebabkan sakit mata
- b. Jika membaca menggunakan *smartphone* banyak godaan dari media sosial lainnya yang mengganggu konsentrasi pembaca.

### **G. Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan**

Berdasarkan buku panduan kategorisasi dalam buku Azwar (2012) kategori pengetahuan ibu terbagi menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang, dan



tinggi. Penentuan kategori didasarkan atas asumsi bahwa skor populasi subjek terdistribusi secara normal. Distribusi normal terbagi atas enam bagian atau enam satuan standar deviasi. Pedoman pengkategorian hasil pengukuran menjadi tiga kategori dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Kategori hasil pengukuran tingkat pengetahuan

<b>Kategori</b>	<b>Range</b>
Rendah	$x < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq x < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD \leq x$

Sumber : Azwar (2012)

Keterangan :

M = Mean

SD = Standar deviasi

Sebagian besar edukasi gizi diberikan untuk mengurangi masalah gizi yang berorientasi pada perubahan tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku orang tua atau pola asuh orang tua yang berkaitan dengan pemenuhan gizi balita (Naulia et al., 2021). Pemberian edukasi mampu memberikan pengaruh terhadap pengetahuan responden. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Naulia et al., 2021), menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan terhadap kelompok intervensi dibandingkan pada kelompok kontrol dengan perbedaan yang tidak signifikan. Edukasi gizi sangat berperan penting dalam meningkatkan derajat kesehatan individu, kelompok, dan masyarakat, terutama mengurangi masalah gizi. Efektivitas pendidikan gizi juga sudah diteliti di Kenya bahwa tingkat pengetahuan gizi rata-rata signifikan lebih tinggi pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol.