

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI

A. Tinjauan Pustaka

1. Balita

a. Pengertian

Balita adalah anak yang telah menginjak usia di atas satu tahun atau lebih populer dengan pengertian usia anak di bawah lima tahun. Dikelompokkan dalam 2 kelompok besar yaitu anak usia 1–3 tahun (batita) dan anak prasekolah (3–5 tahun). Saat usia 1–3 tahun (batita) kita sering menyebutnya kelompok pasif dimana anak masih tergantung penuh kepada orang tua atau orang lain yang mengasuhnya untuk melakukan kegiatan penting, seperti mandi, buang air dan makan. Setelah memasuki usia 4 tahun kelompok termasuk dalam kelompok konsumen aktif karena ketergantungan terhadap orang tua atau pengasuhnya mulai berkurang dan berganti pada keinginannya untuk melakukan banyak hal seperti mandi dan makan sendiri meskipun masih dalam keterbatasannya (Damayanti et al., 2017).

b. Status gizi balita

Permenkes RI (2020) menjelaskan bahwa penentuan status gizi pada balita, antara lain:

- 1) Pengukuran Berat Badan terhadap Tinggi Badan (BB/TB) untuk menentukan status gizi anak usia dibawah 5 tahun, apakah normal, kurus, sangat kurus atau gemuk.

- 2) Pengukuran Panjang Badan terhadap Umur atau Tinggi Badan terhadap Umur (PB/U atau TB/U) untuk menentukan status gizi anak, apakah normal, pendek atau sangat pendek.
 - 3) Pengukuran Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) untuk menentukan status gizi anak usia 5-6 tahun apakah anak sangat kurus, kurus, normal, gemuk atau obesitas.
- c. Nutrisi pada balita

Usia balita tidaklah tumbuh sepesat pada masa bayi, tetapi kebutuhan nutrisi balita tetap merupakan prioritas yang utama. Di masa balita ini, nutrisi memegang peranan yang penting dalam perkembangan anak. Masa balita adalah masa transisi terutama pada usia 1 – 2 tahun dimana anak akan mulai memakan makanan yang padat dan menerima rasa serta tekstur makanan yang baru. Kebutuhan nutrisi pada balita sebenarnya juga dipengaruhi oleh usia, besar tubuh, dan tingkat aktivitas yang dilakukannya. Kebutuhan balita terdiri dari:

- 1) Energi : biasanya balita membutuhkan sekitar 1.000 samapi 1.400 kalori per hari.
 - 2) Kalsium : dibutuhkan kurang lebih 500 mg per hari.
 - 3) Zat besi : anak balita membutuhkan 7 mg per hari.
 - 4) Vitamin C dan D.
- d. Pola Pemberian makan

Pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi yang disebabkan karena kualitas dan kuantitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan

mempengaruhi tingkat kesehatan individu. Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik dan kecerdasan bayi, anak-anak serta seluruh kelompok umur. Pola makan merupakan tingkah laku seseorang atau sekelompok orang dalam pemenuhan kebutuhan makan yang meliputi sikap, kepercayaan dan pilihan makanan. Pola makan terbentuk sebagai hasil dari pengaruh fisiologis, psikologis, budaya dan sosial (Waryono, 2019).

Pola pemberian makan anak harus disesuaikan dengan usia anak supaya tidak menimbulkan masalah kesehatan. Berdasarkan angka kecukupan gizi (AKG), umur dikelompokkan menjadi 0-6 bulan, 7-12 bulan, 1-3 tahun, dan 4-6 tahun dengan tidak membedakan jenis kelamin. Takaran konsumsi makanan sehari dapat dilihat pada tabel 2.1 di bawah ini (Prakhasita, 2018) :

Tabel 2.1
Takaran Konsumsi Makanan Sehari pada Anak

Kelompok Umur	Jenis dan Jumlah Makanan	Frekuensi Makan
0-6 bulan	ASI Eksklusif	Sesering mungkin
6-12 bulan	Makanan lembek	2x sehari 2x selingan
1-3 tahun	Makanan keluarga: 1-1½ piring nasi pengganti 2-3 potong lauk hewani 1-2 potong lauk nabati ½ mangkuk sayur 2-3 potong buah-buahan 1 gelas susu	3x sehari
4-6 tahun	1-3 piring nasi pengganti 2-3 potong lauk hewani 1-2 potong lauk nabati 1-1½ mangkuk sayur 2-3 potong buah-buahan 1-2 gelas susu	3x sehari

Sumber: Prakhasita (2018)

e. Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi pada balita

Soekirman (2012 dalam Febrianti, 2020) menjelaskan bahwa faktor yang secara langsung dan tidak langsung mempengaruhi status gizi adalah asupan makanan dan penyakit infeksi. Beberapa faktor yang melatarbelakangi kedua faktor tersebut adalah sebagai berikut:

1) Ketersediaan dan konsumsi pangan

Penilaian konsumsi pangan rumah tangga atau secara perorangan merupakan cara pengamatan langsung yang dapat menggambarkan pola konsumsi penduduk menurut daerah, golongan sosial ekonomi dan sosial budaya. Konsumsi pangan lebih sering digunakan sebagai salah satu teknik untuk memajukan tingkat keadaan gizi. Penyebab masalah gizi yang pokok di tempat paling sedikit dua pertiga dunia adalah kurang cukupnya pangan untuk pertumbuhan normal, kesehatan dan kegiatan normal. Tidak tersedianya pangan dalam keluarga yang terjadi terus menerus akan menyebabkan terjadinya penyakit kurang gizi.

2) Infeksi

Penyakit infeksi dan keadaan gizi anak merupakan dua hal yang saling mempengaruhi. Dengan infeksi, nafsu makan anak mulai menurun dan mengurangi konsumsi makanannya, sehingga berakibat berkurangnya zat gizi ke dalam tubuh anak. Dampak infeksi yang lain adalah muntah dan mengakibatkan kehilangan zat gizi. Infeksi yang menyebabkan diare pada anak dapat mengakibatkan cairan dan zat gizi di dalam tubuh berkurang.

Terkadang orang tua juga melakukan pembatasan makan akibat infeksi yang diderita sehingga menyebabkan asupan zat gizi sangat kurang sekali bahkan bila berlanjut lama dapat mengakibatkan terjadinya gizi buruk.

3) Pengetahuan gizi

Pengetahuan tentang gizi adalah kepandaian memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi dan kepandaian dalam mengolah bahan makanan. Status gizi yang baik penting bagi kesehatan setiap orang, termasuk ibu hamil, ibu menyusui dan anaknya. Pengetahuan gizi memegang peranan yang sangat penting dalam penggunaan dan pemilihan bahan makanan dengan baik sehingga dapat mencapai keadaan gizi yang seimbang.

4) Higiene sanitasi lingkungan

Sanitasi lingkungan yang buruk akan menyebabkan anak lebih mudah terserang penyakit infeksi yang akhirnya dapat mempengaruhi status gizi. Sanitasi lingkungan sangat terkait dengan ketersediaan air bersih, ketersediaan jamban, jenis lantai rumah serta kebersihan peralatan makan pada setiap keluarga. Semakin tersedia air bersih untuk kebutuhan sehari-hari, maka semakin kecil risiko anak terkena penyakit kurang gizi.

2. Stunting

a. Pengertian

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak menjadi terlalu

pendek untuk usianya. Kekurangan gizi dapat terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah anak lahir, tetapi baru nampak setelah anak berusia 2 tahun. Faktor penting dari pertumbuhan anak balita adalah keadaan gizi ibu dan anak (Rahayu dkk, 2018).

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita (bayi di bawah lima tahun) akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir akan tetapi, kondisi stunting baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun (Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan, 2017).

b. Kategori stunting

Kategori dan ambang batas status stunting balita berdasarkan PB/U menurut Permenkes RI (2020), dapat dilihat pada Tabel 2.2

Tabel 2.2
Baku Rujukan Antropometri Menurut Permenkes RI 2020

Indikator	Status gizi	Keterangan
Panjang Badan menurut Umur (TB/U)	Sangat pendek (stunted)	< -3,0 SD
	Pendek (stunted)	- 3 SD s.d <-2 SD
	Normal	-2 SD

Sumber: Permenkes RI (2020)

c. Dampak stunting

Ernawati dan Fiolentina (2021) menjelaskan bahwa stunting mempunyai dampak jangka panjang terhadap perkembangan kognitif, prestasi belajar, dan produktivitas ekonomi saat dewasa. Gagal tumbuh yang terjadi akibat kurang gizi pada masa-masa emas ini akan berakibat buruk pada kehidupan berikutnya yang sulit diperbaiki. Anak yang menderita kurang gizi berat dan stunting mempunyai rata-

rata IQ 5-11 point lebih rendah dibandingkan rata-rata anak-anak yang tidak stunting.

d. Penanggulangan Stunting

Widyawati (2018) menjelaskan bahwa tntervensi gizi spesifik dalam menanggulangi stunting pada balita adalah sebagai berikut:

- 1) Intervensi dengan sasaran ibu hamil
 - a) Memberikan makanan tambahan pada ibu hamil untuk mengatasi kekurangan energy dan protein kronis.
 - b) Mengatasi kekuranga zat besi dan asam folat dengan mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD).
 - c) Mengatasi kekurangan iodium dengan menggunakan garam beriodium.
 - d) Menganggulangi kecacingan pada ibu hamil.
 - e) Melindungi ibu hamil dari malaria.
- 2) Intervensi dengan sasaran ibu menyusui dan anak usia 0-6 bulan:
 - a) Mendorong inisiasi menyusui dini (IMD) untuk mendapatkan ASI jolong/colostrum.
 - b) Mendorong pemberian ASI eksklusif.
 - c) Mendorong ibu mencuci tangan dengan benar.
- 3) Intervensi dengan sasaran ibu menyusui dengan anak usia 6-24 bulan:
 - a) Pemberian MP-ASI sesuai kebutuhan dan bergizi seimbang, serta ASI diteruskan hingga 24 bulan.
 - b) Menyediakan obat cacing.

- c) Menyediakan suplementasi Zink.
 - d) Melakukan fortifikasi zat besi ke dalam makanan.
 - e) Memberikan perlindungan terhadap Malaria.
 - f) Memberikan imunisasi lengkap.
 - g) Melakukan pencegahan dan pengobatan Diare.
- e. Faktor faktor yang mempengaruhi stunting

Prakhasita (2018) menjelaskan bahwa faktor faktor yang mempengaruhi stunting dibagi menjadi 3 faktor, yaitu sebagai berikut:

- 1) Faktor individu meliputi asupan gizi yang kurang, penyakit infeksi yang kemudian akan berpengaruh pada penurunan nafsu makan anak, berat badan bayi rendah (BBLR).
- 2) Faktor pengasuh/orang tua tergantung pada pengetahuan gizi yang kurang atau kurangnya menerapkan pengetahuan gizi dalam kehidupan sehari hari, ketahanan pangan yang dipengaruhi oleh pendapatan yang rendah, pola asuh anak dalam pemberian makan, pemeliharaan kesehatan, pemberian stimulasi, serta dukungan emosional yang dibutuhkan anak untuk proses tumbuh kembangnya.
- 3) Faktor lingkungan meliputi pelayanan kesehatan anak seperti posyandu untuk pemantauan status gizi, sanitasi lingkungan akan berpengaruh pada tumbuh kembang anak karena pada usia anak-anak rentan terhadap berbagai infeksi dan penyakit.

3. Tingkat Pendidikan

a. Pengertian

Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap perubahan sikap dan perilaku hidup sehat. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi akan memudahkan seseorang atau masyarakat untuk menyerap informasi dan mengimplementasikannya dalam perilaku dan gaya hidup sehari-hari, khususnya dalam hal kesehatan (Zulkarnaian & Sari, 2019)

b. Kategori tingkat pendidikan

Tingkat pendidikan menurut Undang-Undang RI No.20 tahun 2003 tentang Pendidikan adalah sebagai berikut:

- 1) Pendidikan dasar berbentuk Sekolah Dasar (SD) dan Madrasah Ibtidaiyah (MI) atau bentuk lain yang sederajat serta Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Madrasah Tsanawiyah (MTs), atau bentuk lain yang sederajat.
- 2) Pendidikan menengah berbentuk Sekolah Menengah Atas (SMA), Madrasah Aliyah (MA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), dan Madrasah Aliyah Kejuruan (MAK), atau bentuk lain yang sederajat
- 3) Pendidikan tinggi merupakan jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup program pendidikan diploma, sarjana, magister, spesialis, dan doktor yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi.

c. Keterkaitan pendidikan dengan kejadian stunting

Pendidikan orang tua akan berpengaruh terhadap pengasuhan anak, karena dengan pendidikan yang tinggi pada orang tua akan memahami pentingnya peranan orang tua dalam pertumbuhan anak. Tinggi rendahnya pengetahuan ibu sangat berpengaruh terhadap perawatan kesehatan pada saat hamil dan setelah melahirkan serta sangat berpengaruh terhadap kesehatan dan gizi anak-anaknya dan keluarganya. Pendidikan juga mempengaruhi daya tangkap seseorang terhadap penyuluhan-penyuluhan kesehatan yang diberikan serta mampu memilah-milah mana yang selayaknya diberikan mana tidak, dengan demikian ibu mampu mengolah makanan dengan baik dan menjaga kebersihan makanan itu dan ibu juga mampu mensiasati apabila anaknya mempunyai alergi terhadap makanan yang banyak mengandung zat gizi yang tinggi ibu bisa menggantikan makanan yang sepadan dengan yang tidak bisa dimakan oleh anaknya (Yusuf, 2018)

4. Peran orang tua

a. Pengertian

Peran orang tua adalah pelaksanaan tanggung jawab sebagai orang tua dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan anak, baik dari sudut organis-psikologi, antara lain makanan; maupun kebutuhan-kebutuhan psikis, seperti: kebutuhan akan perkembangan intelektual melalui pendidikan, kebutuhan akan rasa dikasihi, dimengerti dan rasa

aman melalui perawatan, asuhan, ucapan dan perlakuan-perlakuan (Riadi, 2022).

Orang tua mempunyai peranan yang sangat penting dalam kehidupan dan tumbuh kembang anak. Pola pengasuhan positif terhadap anak memerlukan peran orangtua. Memenuhi kebutuhan anak akan makanan yang bergizi dan sehat, menanamkan nilai agama dan moral dalam kehidupan juga menjadi peran orangtua (Hapsari, 2022).

b. Fungsi orang tua dalam kehidupan anak

Alisuf (2017) menjelaskan bahwa fungsi orang tua yang ada hubungannya dengan kehidupan anak yaitu:

- 1) Fungsi biologi: keluarga merupakan tempat lahirnya anak-anak secara biologis anak berasal dari orang tuanya.
- 2) Fungsi afeksi: keluarga merupakan tempat terjadinya hubungan sosial yang penuh dengan kemesraan dan afeksi (penuh kasih sayang dan rasa aman).
- 3) Fungsi sosialisasi: keluarga dalam membentuk kepribadian anak, Melalui interaksi sosial dalam keluarga anak mempelajari pola-pola tingkah laku, sikap, keyakinan, cita-cita dan nilai-nilai dalam masyarakat dalam rangka perkembangan kepribadiannya.
- 4) Fungsi pendidikan: keluarga sejak dahulu merupakan institusi pendidikan. Dahulu keluarga merupakan satu-satunya institusi untuk mempersiapkan anak agar dapat hidup secara sosial dan ekonomis di masyarakat. Sekarangpun keluarga dikenal sebagai

lingkungan pendidikan yang pertama dan utama dalam mengembangkan dasar kepribadian anak. Selain itu orang tua menurut hasil penelitian psikologi berfungsi sebagai faktor pemberi pengaruh utama bagi motivasi belajar anak yang pengaruhnya begitu mendalam pada setiap langkah perkembangan anak yang dapat bertahan hingga ke perguruan tinggi.

- 5) Fungsi rekreasi: keluarga merupakan tempat/medan rekreasi bagi anggotanya untuk memperoleh afeksi, ketenangan dan kegembiraan.
- 6) Fungsi keagamaan: keluarga merupakan pusat pendidikan, upacara dan ibadah bagi para anggotanya, disamping peran yang dilakukan institusi agama. Fungsi ini penting artinya bagi penanaman jiwa agama pada anak. Sekarang ini fungsi keagamaan ini mengalami kemunduran akibat pengaruh sekulerisme.
- 7) Fungsi perlindungan: keluarga berfungsi memelihara, merawat dan melindungi anak baik fisik maupun sosialnya. Fungsi ini oleh keluarga tidak dilakukan sendiri tetapi banyak dilakukan oleh badan-badan sosial seperti tempat perawatan bagi anak-anak cacat tumbuh mental, anak yatim piatu, anak-anak nakal dan perusahaan asuransi.

c. Peran orang tua

Vikra (2023) menjelaskan bahwa peran orang tua terhadap perkembangan balita adalah sebagai berikut:

- 1) Orang tua memiliki tanggung jawab langsung terhadap kesejahteraan dan perkembangan anak.

Orang tua merupakan figur penting yang hadir dalam kehidupan anak sejak awal kehamilan hingga masa pertumbuhan awal. Selama periode kehamilan, ibu hamil harus memperhatikan asupan gizi yang seimbang untuk memastikan bahwa janin menerima nutrisi yang cukup untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Orang tua juga bertanggung jawab memberikan makanan bergizi kepada anak setelah lahir, termasuk menyusui eksklusif selama 6 bulan pertama dan memberikan makanan pendamping ASI yang tepat setelahnya. Nutrisi yang cukup, termasuk protein, vitamin, mineral, dan zat gizi lainnya, sangat penting untuk pertumbuhan yang optimal dan mencegah stunting.

- 2) Orang tua berperan dalam menciptakan lingkungan yang sehat dan stimulatif untuk anak.

Stimulasi awal yang baik sangat penting bagi perkembangan otak anak. Orang tua dapat memberikan rangsangan yang tepat melalui interaksi yang penuh kasih sayang, berbicara, bermain, dan membaca kepada anak mereka. Aktivitas ini tidak hanya membantu dalam perkembangan kognitif anak,

tetapi juga memberikan dasar yang kuat bagi pertumbuhan fisik dan sosial-emosional. Orang tua dapat merangsang kemampuan motorik anak dengan memberikan mainan yang sesuai dan memberikan kesempatan untuk bergerak dan bermain di lingkungan yang aman. Selain itu, mereka juga harus menciptakan lingkungan yang bersih dan higienis untuk mencegah infeksi dan penyakit yang dapat mengganggu pertumbuhan anak.

3) Orang tua berperan sebagai contoh yang baik bagi anak-anak

Pola makan dan gaya hidup sehat yang ditunjukkan oleh orang tua dapat memberikan dampak positif pada kebiasaan makan dan pola hidup anak. Orang tua harus menjadi peran model dengan mengonsumsi makanan bergizi dan menciptakan kebiasaan hidup yang sehat seperti olahraga teratur dan tidur yang cukup. Dengan memberikan contoh yang baik, orang tua dapat mengajarkan pentingnya gizi seimbang dan gaya hidup sehat kepada anak-anak mereka sejak dini.

4) Peran orang tua juga melibatkan pendidikan dan kesadaran.

Orang tua harus memahami pentingnya nutrisi yang baik dan penanganan yang tepat untuk mencegah stunting. Orang tua perlu memiliki pengetahuan tentang makanan bergizi, pentingnya asupan gizi yang seimbang, dan pengenalan makanan pendamping ASI yang tepat. Orang tua juga harus memahami tanda-tanda pertumbuhan yang normal dan segera mengambil

tindakan jika anak mengalami pertumbuhan yang terhambat. Dengan pengetahuan dan kesadaran yang cukup, orang tua dapat mengambil langkah-langkah yang tepat untuk mencegah stunting dan memastikan pertumbuhan yang optimal pada anak-anaknya.

d. Faktor yang mempengaruhi peran orang tua

Valeza (2017) menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang dianggap dapat mempengaruhi peran orang tua di dalam keluarga, antara lain yaitu sebagai berikut:

1) Latar belakang pendidikan orang tua

Orang tua yang berpendidikan tinggi beda dengan orang tua yang berpendidikan rendah atau dengan orang tua yang tidak berpendidikan sama sekali, dalam melaksanakan kewajibannya terhadap anaknya, sebab orang tua yang tinggi pendidikannya tentu luas pengetahuan, pengalaman, dan pandangannya. Sehingga dalam menyikapi segala persoalan dapat lebih bijaksana.

2) Tingkat ekonomi orang tua

Pendapatan keluarga yang rendah akan mempengaruhi pemilihan makanan yang dikonsumsi sehingga biasanya menjadi kurang bervariasi dan sedikit jumlahnya terutama pada bahan pangan yang berfungsi untuk pertumbuhan anak seperti sumber protein, vitamin dan mineral, sehingga meningkatkan risiko kurang gizi. Hal ini menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya stunting (Safitri et al., 2021).

3) Jenis pekerjaan orang tua

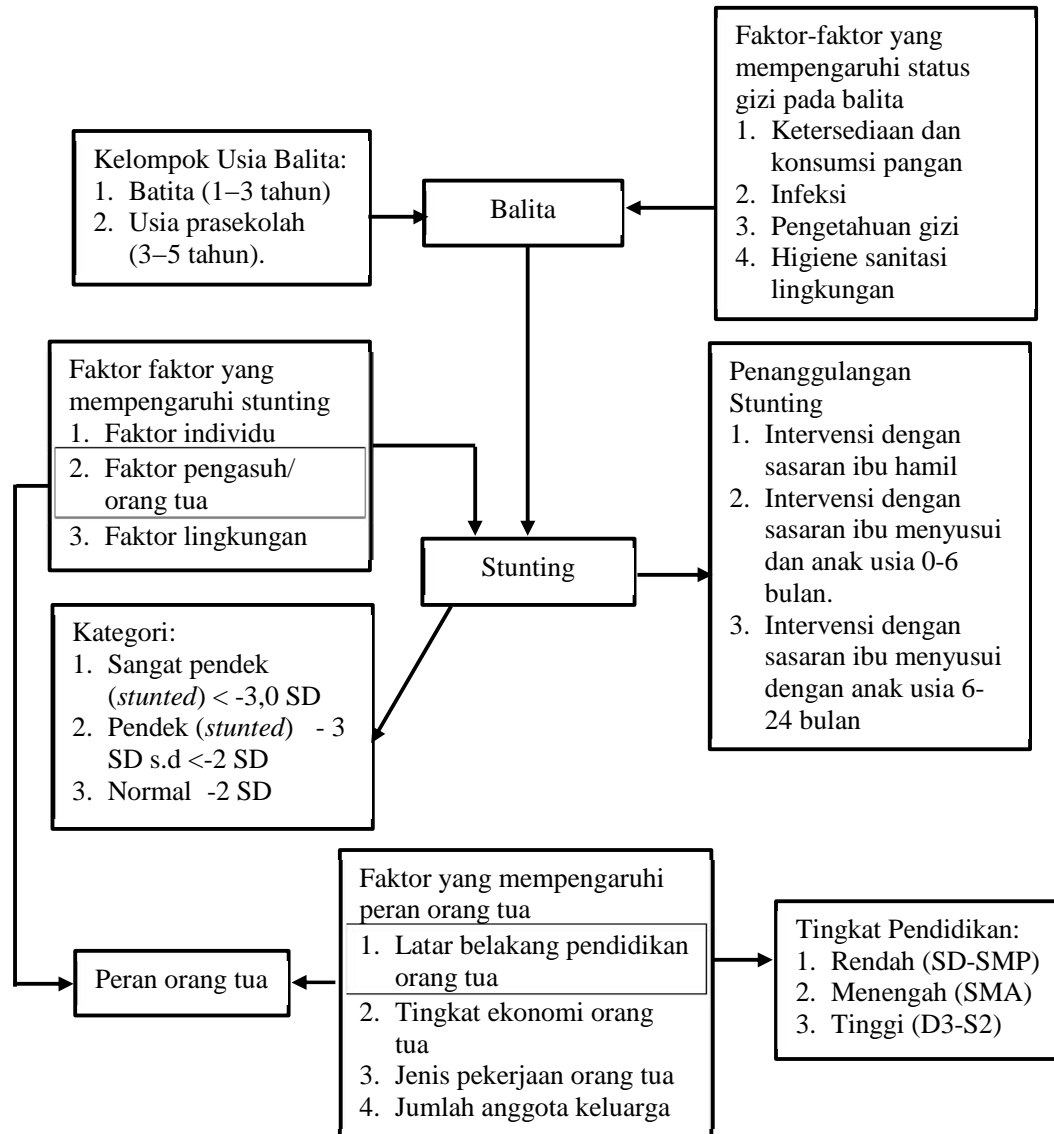
Waktu dan kesempatan orang tua untuk mengasuh dan mendidik anak-anaknya, biasanya mempunyai keterkaitan dengan pekerjaan orang tua. Orang tua mempunyai pekerjaan yang berbeda-beda, sehingga ada orang tua yang dapat membagi waktu dengan baik dan ada pula yang selalu merasa dikejar-kejar waktu sehingga kurang memperhatikan kebutuhan gizi pada anaknya.

4) Jumlah anggota keluarga

Jumlah anak dalam keluarga berpengaruh terhadap ketahanan pangan dalam keluarga. Asupan makanan yang kurang karena jumlah anggota keluarga yang cukup besar merupakan faktor yang turut dalam menentukan status gizi. Gangguan pertumbuhan dan perkembangan cenderung akan dialami oleh anak yang dilahirkan belakangan, karena beban yang ditanggung orang tua semakin besar dengan semakin banyaknya jumlah anak yang dimiliki. Anak pertama akan lebih tercukupi kebutuhannya karena beban orang tua masih ringan sehingga dapat memberikan perhatian yang lebih dan memenuhi semua kebutuhan anak. Usia orang tua pada waktu memiliki satu anak juga relatif masih muda sehingga staminanya masih prima, sedangkan pada anak ke 3 dan seterusnya usia orang tua relatif sudah tidak muda lagi dan staminanya semakin menurun. Usia

dan stamina fisik orang tua juga akan mempengaruhi pola asuh terhadap anak-anaknya (Safitri et al., 2021).

B. Kerangka Teori



Bagan 2.1 Kerangka Teori

Sumber: Damayanti et al. (2017), Febrianti (2020), Widyawati (2018), Prakhasita (2018) dan Valeza (2017)

