

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Balita**

##### **1. Definisi Balita**

Balita merupakan masa dimana proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat dan disertai dengan perubahan yang memerlukan zat-zat gizi yang jumlahnya lebih banyak dengan kualitas yang tinggi (Febrianti, 2020). Balita seringkali disebut anak usia dibawah 5 tahun dengan kebutuhan dan aktivitas harinya masih tergantung terhadap orang lain mulai dari makan, buang air kecil, buang air besar dan kebersihan diri. Balita juga mengalami pertumbuhan cepat dimana berat badan diumur 5 bulan menjadi 2 kali dari berat badan lahir(Husna, 2021).

##### **2. Rentang Usia Balita**

Balita adalah anak berusia 0–59 bulan yang menjadi kelompok usia paling kritis terhadap status kesehatan dan gizi. Dalam dunia kesehatan, balita sering menjadi kelompok prioritas dalam program intervensi gizi karena masa ini disebut sebagai window of opportunity (Jendela peluang), yaitu periode penting yang menentukan kualitas hidup anak di masa depan. Masa balita merupakan suatu periode penting dalam tumbuh kembang anak karena masa balita yang akan menentukan perkembangan anak di masa selanjutnya. Golden age (periode emas) merupakan periode yang sangat penting sejak janin sampai usia dua tahun. Pada dua tahun pertama kehidupan tersebut terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan tubuh yang dimulai sejak janin(Rahmawati, 2022).

#### **B. Masalah Gizi Pada Balita**

Masalah kesehatan balita merupakan masalah utama bidang kesehatan di Indonesia. Derajat kesehatan balita mencerminkan derajat kesehatan bangsa karena balita merupakan generasi penerus bangsa yang memiliki kemampuan yang dapat dikembangkan dalam meneruskan pembangunan bangsa. Usia Balita adalah usia emas dimana pada usia tersebut, terjadi pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan serta emosional anak. Status gizi yang baik mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan anak-anak dikatakan sehat jika mereka tumbuh dan berkembang secara

memadai. Ini ditentukan melalui pengukuran tinggi badan dan berat badan(Kusumawati dkk, 2020).

Gizi buruk dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti makanan pada balita (pola makan), penyakit menular, ketahanan pangan keluarga, pola pengasuhan balita, pelayanan kesehatan, dan kesehatan lingkungan. Status gizi balita dipengaruhi oleh berbagai Faktor-faktor yang berhubungan dengan ketahanan pangan seperti dimensi fisik (ketersediaan), ekonomi (daya beli), gizi (pemenuhan kebutuhan)(Marini & Hidayat, 2020).

Dampak tumbuh kembang yang dapat di alami anak dapat bersifat jangka pendek seperti perkembangan otak, pertumbuhan massa tubuh Sedangkan dampak jangka panjang yaitu prestasi belajar, kekebalan, berbagai sakit degenerative yang dapat mempengaruhi tumbuh kembang pada balita tersebut hal ini harus menjadi perhatian utama orang tua sejak dini(Dhirah, Rosdiana, Anwar, & Marniati, 2020).

Masalah gizi di Indonesia memberikan berdampak besar terhadap Sumber Daya Manusia (SDM), sehingga perlu adanya perhatian khusus Salah satu masalah gizi yang banyak terjadi di Indonesia adalah gizi kurang. Balita (0-5 tahun) merupakan kelompok umur yang paling sering menderita akibat kekurangan gizi atau termasuk salah satu kelompok masyarakat yang rentan gizi(Annisa Nuradhiani, 2023).

Permasalahan gizi yang terjadi pada balita dapat memberikan berbagai dampak buruk terhadap perkembangan anak selanjutnya. Dampak jangka pendeknya dari masalah gizi pada balita diantaranya anak dapat mengalami gangguan perkembangan otak; gangguan tingkat kecerdasan; terganggunya pertumbuhan dan perkembangan fisik; serta terjadinya gangguan metabolisme tubuh. Selain dampak jangka pendek, terdapat dampak jangka panjang dari masalah gizi pada balita, diantaranya adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar; menurunnya imunitas tubuh, sehingga mudah menderita penyakit; mempunyai risiko tinggi untuk terjadinya beberapa penyakit seperti penyakit pembuluh darah dan jantung, diabetes mellitus, kegemukan, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia lanjut; serta kualitas kerja yang tidak optimal yang pada akhirnya akan berakibat pada rendahnya produktivitas ekonomi(Annisa Nuradhiani, 2023).

## **1. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Pada Balita**

Status gizi diartikan sebagai status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan zat gizi yang ditentukan oleh ketersediaan zat gizi dalam jumlah cukup dan dalam kombinasi waktu yang tepat di tingkat sel tubuh agar berkembang dan berfungsi secara normal(Mohammad Furqan, 2020).

Pada umumnya status gizi akan mendukung perkembangan anak. Nutrisi merupakan pengaruh dari status gizi. Komponen terpenting dalam menunjang kelangsungan proses perkembangan dan pertumbuhan anak (Dwi Ertiana, 2023).

Banyak faktor yang mempengaruhi status gizi balita, salah satunya yaitu pengetahuan gizi ibu. Pengetahuan gizi mempengaruhi sikap dan perilaku ibu memilih jenis pangan/makanan yang tersedia dan dikonsumsi anak. Tingkat pengetahuan ibu yang baik tentang gizi akan berpengaruh terhadap status gizi anaknya. Ibu yang memiliki pengetahuan baik tentang gizi akan mengakibatkan ibu tersebut menyediakan makanan yang sehat dan bergizi bagi anaknya.

Penilaian status gizi dibagi menjadi empat penilaian, yaitu penilaian antropometri, klinis, biokimia, dan biofisik. Sedangkan penilaian status gizi tidak langsung dapat dibagi menjadi tiga, yaitu survei konsumsi makanan, statistik vital, dan faktor ekologi(Yusdalifah et al., 2023).

### **a. Penilaian Secara Langsung**

#### **➤ Antropometri**

Metode antropometri bertujuan untuk mengukur struktur dan bagian tubuh dari tubuh manusia. Jadi, antropometri merupakan pengukuran tubuh atau bagian tubuh manusia. Saat menilai nilai gizi, metode antropometri digunakan dalam menilai status gizi ukuran tubuh seseorang. Konsep kunci untuk dipahami saat menggunakan antropometri untuk mengukur status gizi adalah konsep kunci pertumbuhan(Aiman, Nadila, & Rakhman, 2021).

#### **➤ Klinis dan Biofisik**

Prosedur pemeriksaan diagnostik menjadi salah satu cara menilai status gizi secara langsung ini dibagi menjadi 2 bagian:

- 1) Riwayat medis atau riwayat kesehatan ialah catatan terkait adanya perkembangan penyakit.

2) Pemeriksaan fisik dilakukan dengan *system head to toe* (*Sistem dari kepala sampai kaki*). Pemeriksaan fisik dapat dilaksanakan dengan teknik auskultasi (dengar), inspeksi (melihat), perkusi (ketuk), dan palpasi. Menentukan nilai gizi menggunakan biofisika ialah kebolehan untuk mempelajari peran organ dan perubahan susunannya. Tes kinerja jaringan mencakup kinerja dan konsumsi daya serta penyesuaian sikap. Tes untuk perubahan struktural terlihat secara klinis (misalnya pengerasan kuku dan pertumbuhan rambut) atau non-klinis (misalnya secara radiologis). Penilaian biofisik dapat dilakukan dengan tiga cara: tes radiologis, tes fungsi fisik (misalnya, tes adaptasi kamar gelap), dan sitologi (misalnya, pemeriksaan apusan epitel mukosa mulut)(Rezkiyanti, 2021).

➤ Biokimia

Penilaian status gizi dengan biokimia adalah pemeriksaan specimen yang diuji secara laboratorium yang dilakukan pada berbagai macam jaringan tubuh. Jaringan tubuh yang digunakan antara lain darah, urin, tinja, dan juga beberapa jaringan tubuh seperti hati dan otot. Metode ini digunakan untuk suatu peringatan bahwa kemungkinan akan terjadi keadaan malnutrisi yang lebih parah lagi. Banyak gejala klinis yang kurang spesifik, maka penentuan kimia faal dapat lebih banyak menolong untuk menentukan diagnosis atau kekurangan/kelebihan gizi yang spesifik (Yusdalifah et al., 2023).

**b. Penilaian Secara Tidak Langsung**

1. Survei konsumsi makanan adalah metode penilaian status gizi tidak langsung dengan cara melihat jumlah dan jenis zat gizi yang dikonsumsi. Pengumpulan data konsumsi makanan dapat memberikan gambaran mengenai konsumsi berbagai zat gizi pada masyarakat.
2. Statistik vital Pengukuran statistic vital adalah dengan cara menganalisis data beberapa statistik kesehatan seperti angka kematian berdasarkan umur, angka kesakitan dan kematian akibat penyebab tertentu dan data lainnya yang berhubungan dengan gizi.
3. Faktor ekologi berdasarkan ungkapan dari Bengoa dikatakan bahwa malnutrisi merupakan masalah ekologi sebagai hasil interaksi beberapa faktor fisik, biologis, dan lingkungan budaya. Jumlah makanan yang tersedia sangat tergantung dari keadaan ekologi seperti iklim, tanah, irigasi dan lain-lain.

Status gizi dapat dilihat pada tabel berikut :

*Tabel 1. Status Gizi*

| Indeks                                               | Kategori Status Gizi                                      | Ambang Batas (Z-Score) |
|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------|
| Berat Badan menurut Umur (BB/U) anak usia 0-60 bulan | Berat badan sangat kurang ( <i>severely underweight</i> ) | <3 SD                  |
|                                                      | Berat badan kurang ( <i>underweight</i> )                 | -3 SD sd <-2 SD        |
|                                                      | Berat badan normal                                        | -2 SD sd +1 SD         |
|                                                      | Resiko berat badan lebih                                  | > +1 SD                |

**Sumber :** Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020

Demikian juga, jika pengetahuan ibu tentang gizi rendah maka ibu akan menyediakan makanan seadanya tanpa mempertimbangkan kandungan gizinya, dan memperhitungkan apakah makanan tersebut baik untuk pertumbuhan dan perkembangan anaknya sehingga dapat menyebabkan terjadinya masalah gizi baik, gizi kurang maupun gizi lebih. terdapat hubungan yang signifikan pengetahuan ibu dengan status gizi anak Semakin tinggi pengetahuan ibu tentang gizi, maka ibu akan menyediakan makanan yang sehat bergizi, sehingga mendapatkan anak yang mempunyai status gizi normal(Afrinis, Indrawati, & Raudah, 2021).

Pengetahuan merupakan faktor yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan yang didasari dengan pemahaman yang tepat akan menumbuhkan perilaku yang diharapkan, khususnya tentang pengetahuan gizi. Pengetahuan tentang gizi ialah pemahaman seseorang tentang ilmu gizi, zat gizi, serta interaksi antara zat gizi terhadap status gizi dan kesehatan. Jika pengetahuan kurang tentang gizi, maka upaya yang dilakukan untuk menjaga keseimbangan makanan yang dikonsumsi dengan yang dibutuhkan akan berkurang dan menyebabkan masalah gizi(Roring, Posangi, & Manampiring, 2020).

Indonesia merupakan negara dengan geografis yang sangat luas dengan kondisi sosial ekonomi yang beragam. Kondisi sosial ekonomi merupakan faktor penentu status gizi. Kondisi seperti tingginya kemiskinan, rendahnya tingkat pendidikan, dan kurangnya akses terhadap layanan kesehatan yang memadai dapat mengakibatkan masalah gizi. Luas geografis yang besar tentu menyebabkan ketimpangan status gizi antar daerah di Indonesia yang menggambarkan perbedaan kondisi ekonomi, pendidikan, dan kesehatan di tiap-tiap daerah.

Dengan demikian, provinsi-provinsi di Indonesia berdasarkan indikator status gizi pada balita dapat membantu mengidentifikasi wilayah-wilayah dengan permasalahan gizi yang berbeda-beda sehingga dapat diketahui wilayah mana yang memerlukan perhatian khusus terkait masalah gizi pada balita. Oleh karena itu, provinsi-provinsi di Indonesia berdasarkan indikator status gizi pada balita tahun 2023 yang diharapkan dapat membantu pemegang kebijakan untuk merencanakan program strategis terhadap wilayah-wilayah yang memerlukan perhatian khusus terkait masalah gizi sehingga program menjadi lebih tepat sasaran(Raihannabil, 2024).

### **C. Pengetahuan Ibu**

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimiliki (mata, hidung, telinga dan sebagainya).Pengetahuan merupakan kemampuan yang dimiliki oleh ibu maupun keluarga mengenai gizi pada balita sehingga ibu mengetahui makanan yang sebaiknya dihindarkan dan dibatasi bagi anak. Ibu yang memiliki pengetahuan baik akan memberikan gizi yang seimbang bagi balita sehingga perkembangan dan pertumbuhan anak berjalan dengan baik.

#### **1. Tingkat Pengetahuan**

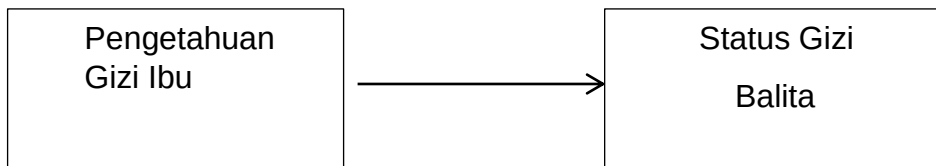
Tingkat pengetahuan yang rendah dapat menyebabkan kesalahan dalam pemahaman, kebenaran yang tidak lengkap dan tidak terstruktur. Jika tingkat pengetahuan gizi ibu baik, maka diharapkan status gizi ibu dan balita baik, karena gangguan gizi disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi. Pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan yaitu :

- a. Tahu, tahu berarti mengingat suatu materi yang telah dipelajari atau rangsangan yang telah diterima sebelumnya, kata kerja yang dapat mengukur bahwa seseorang

itu tahu adalah ia dapat menyebutkan, menguraikan, mendefenisikan, dan menyatakan.

- b. Memahami, memahami berarti kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar, orang yang paham harus dapat menjelaskan, menyebutkan contohnya, menyimpulkan dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.
- c. Aplikasi, aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan sosial media yang telah diketahui untuk mendapatkan informasi yang baik
- d. Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan pengetahuan yang dimiliki seseorang
- e. Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan dan menghubungkan bagian-bagian di dalam usaha bentuk keseluruhan yang baru.
- f. Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu objek. Penilaian itu berdasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang ada.

*Gambar 1. Kerangka Konsep*



#### **D. Definisi Operasional**

*Tabel 2. Definisi Operasional*

| <b>Variabel</b>  | <b>Definisi</b>                                                                              | <b>Alat Ukur</b>                                                                                                                                                            | <b>Skala</b> |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Pengetahuan Gizi | Pemahaman ibu tentang ilmu gizi mengenai sumber zat gizi, 1000 HPK, ASI eksklusif dan MPASI. | Kuesioner berisi 15 pertanyaan dengan 3 pilihan jawaban, setiap jawaban benar diberi skor 1 dan setiap jawaban salah diberikan skor 0.<br><br>Kategori pengetahuan dihitung | Ordinal      |

|             |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |         |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
|             | <p>Pengetahuan ibu diperoleh dari 15 pertanyaan</p>                                                                                                                                                                                                                 | <p>dengan total</p> $\frac{\text{jumlah skor}}{15} \times 100$ <p>Sehingga kategori pengetahuan adalah :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Baik, jika persentase skor 60-100%</li> <li>- Kurang, jika persentase skor &lt;60%</li> </ul> <p>(Zogara, Loaloka, &amp; Pantaleon, 2021)</p> |         |
| Status Gizi | <p>Status gizi adalah sebuah kondisi yang ditentukan oleh tingkat kebutuhan fisik terhadap energi dan zat-zat gizi yang didapatkan dari asupan makanan dengan dampak fisik yang dapat diukur.</p> <p>Status gizi diperoleh dengan hasil pengukuran antropometri</p> | <p>Pengukuran antropometri (BB/U) dengan melihat z-score (Permenkes no 2 Tahun 2020) :</p> <p>(BB/U)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Gizi baik :Z-Score&gt;-2 SD</li> <li>-Gizi kurang: -3 SD&lt; z-score &lt;- 2 SD</li> <li>-Gizi buruk :Z-score&lt;-3 SD</li> </ul>                 | Ordinal |



|  |                       |  |  |
|--|-----------------------|--|--|
|  | dengan indeks<br>BB/U |  |  |
|--|-----------------------|--|--|

### **E. Hipotesis**

Berdasarkan permasalahan dan rumusan masalah, maka hipotesis dalam penelitian adalah:

Ha: Ada hubungan pengetahuan gizi ibu dengan status gizi balita di Kelurahan Petapahan Kecamatan Lubuk Pakam.

Ho: Tidak ada hubungan pengetahuan gizi ibu dengan status gizi balita di Kelurahan Petapahan Kecamatan Lubuk Pakam.