

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah suatu hal yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang dan hasil tahu terjadi setelah orang melakukan pengindraan pada objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra seperti penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa dan peraba. Sebagian besar pengetahuan manusia didapatkan melalui penglihatan dan pendengaran (Darsini, 2019)

2. Pengetahuan Gizi Ibu

Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan terkait dengan makanan dan zat gizi, sumber zat gizi yang terdapat pada makanan, makanan aman dikonsumsi sehingga tidak dapat menimbulkan penyakit dan bagaimana cara mengolah makanan yang baik agar zat gizi didalam makanan tidak hilang, serta bagaimana cara untuk hidup sehat (Lestari, 2022)

Kebutuhan asuh yang harus dipenuhi oleh orang tua untuk balita meliputi pemenuhan nutrisi cukup dan seimbang sesuai usianya, Rangsangan psikososial, sanitasi lingkungan, personal hygiene dan lingkungan serta pemanfaatan pelayanan kesehatan. Kebersihan diri maupun lingkungan berperan penting dalam tumbuh kembang anak. Kebersihan tubuh, makanan dan lingkungan berperan besar dalam pemeliharaan kesehatan yang akan mencegah penyakitpenyakit infeksi sebagai faktor penyebab turunnya status gizi anaknya (Nusantri Rusdi, 2022).

Dalam pemenuhan gizi anak balita terdapat beberapa aspek yang harus diketahui oleh ibu diantaranya:

1. Pola Pemberian Makan Balita

Usia anak 1-5 tahun merupakan kelompok yang sangat perlu perhatian yang besar baik nutrisinya maupun pertumbuhan dan perkembangannya. Kekurangan akan kebutuhan gizi pada masa anak-anak selain akan mengakibatkan gangguan pada pertumbuhan jasmaninya juga akan menyebabkan gangguan perkembangan mental anak. Anak-anak yang menderita kurang gizi setelah mencapai usia dewasa tubuhnya tidak akan tinggi yang seharusnya dapat dicapai, serta jaringan-jaringan otot yang kurang berkembang (Liliba & Oebobo, 2022)

Menurut Purwani (2018) Pola makan diberikan yaitu makanan utama 3x sehari pada waktu pagi, siang dan malam disertai 2x makanan selingan berupa camilan. Pola pemberian makan pada balita harus dilakukan dengan tepat agar gizi balita bisa tercukupi dengan baik

a. Bayi umur 0-6 bulan

Pada saat bayi berusia 0 sampai 6 bulan hanya diberikan ASI eksklusif. Pada periode ini ASI saja sudah dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi

b. Usia 7-9 bulan

Pada usia 6 sampai 9 bulan bayi mulai diperkenalkan dengan MP-ASI berbentuk lumat halus karena bayi sudah memiliki reflek mengunyah. Contohnya MP-ASI berbentuk halus seperti bubur susu, biskuit yang ditambah air atau susu, pisang dan pepaya yang dilumatkan.

c. Usia 10-12 bulan

Usia 9 sampai 12 bulan bayi mulai diperkenalkan dengan makanan lembek yaitu berupa nasi tim/ saring bubur saring dengan frekuensi dua kali sehari. Untuk mempertinggi nilai gizi makanan, nasi tim bayi ditambah sedikit demi sedikit dengan sumber zat lemak, yaitu santan atau minyak kelapa/ margarin. Bahkan makanan ini dapat

menambah kalori bayi, disamping memberikan rasa enak juga mempertinggi penyerapan vitamin A dan zat gizi lain yang larut dalam lemak. Nasi tim bayi harus diatur secara berangsur

d. Usia 13-60 bulan

Pada usia ini anak sudah harus makan seperti pola makan keluarga, yaitu: sarapan, makan siang, makan malam dan 2 kali selingan. Porsi makan pada usia ini setengah dari porsi orang dewasa. Mereka mulai menggunakan pola-pola makanan orang dewasa. Di mana makanan yang dikonsumsi tergantung dari yang disajikan ibu sehingga peran ibu sangat besar dalam menentukan makanan yang bergizi seimbang (Purwani, 2018)

3. Tingkat pengetahuan

Berdasarkan Sukarini (2018) pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan yaitu :

a. Tahu (know)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (recall) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.

b. Memahami (comprehension)

Memahami Diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

c. Aplikasi (application)

Aplikasi Diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi kondisi real (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

d. Analisis (analysis)

Analisis merupakan suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata-kata kerja: dapat menggambarkan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

e. Sintesis (synthesis)

Sintesis merupakan pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis itu suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

f. Evaluasi (evaluation)

Evaluasi Berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaianpenilaian ini berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada

B. Status Gizi

1. Pengertian Status Gizi

Status gizi merupakan keadaan tubuh yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan, dan penggunaan makanan. Susunan makanan yang memenuhi kebutuhan gizi tubuh pada umumnya dapat menciptakan status gizi yang baik. Status gizi merupakan keadaan pada tubuh manusia yang merupakan dampak dari makanan dan penggunaan zat gizi yang dikonsumsi seseorang. Status gizi dapat dibagi menjadi beberapa indikator, diantaranya adalah indikator Berat Badan menurut Umur (BB/U) sehingga dapat dibedakan menjadi 4 kategori yaitu gizi buruk, gizi kurang, gizi baik dan gizi lebih (Siregar & Sitompul, 2019).

2. Faktor yang mempengaruhi status gizi

Menurut (Hastuti, 2019) faktor faktor yang mempengaruhi status gizi pada bayi dan balita adalah:

a. Faktor Gizi Internal

1) Nilai Cerna Makanan

Penganekaragaman makanan erat kaitannya dengan nilai cerna makanan. Makanan yang disediakan mempunyai nilai cerna yang berbeda. Hal ini dipengaruhi oleh keadaan makanan seperti tekstur keras atau lembek

2) status kesehatan

Kebutuhan zat gizi orang sehat dengan orang sakit tentunya berbeda. Hal ini dikarenakan bagian sel tubuh orang sakit mengalami kerusakan dan perlu diganti, sehingga membutuhkan zat gizi lebih banyak dan zat gizi lebih ini diperlukan untuk pemulihan.

3) keadaan Infeksi

Infeksi bisa berhubungan dengan gangguan gizi melalui beberapa cara, yaitu mempengaruhi nafsu makan, menyebabkan hilangnya makanan karena muntah atau diare, atau mempengaruhi metabolisme makanan. Gizi buruk dan infeksi, bermula dari kemiskinan dan lingkungan yang tidak sehat dengan sanitasi yang buruk. Selain itu, infeksi dapat menyebabkan terhambatnya reaksi imunologis yang normal. Adapun penyebab gizi buruk yang utama ialah penyakit infeksi bawaan seperti diare, campak, ISPA, dan rendahnya asupan gizi akibat kurangnya ketersediaan pangan atau karena pola asuh yang salah.

4) Usia

Anak yang sedang mengalami proses tumbuh kembang membutuhkan banyak makanan bergizi daripada orang dewasa per kilo gram berat badannya. Sehingga semakin bertambahnya usia, maka kebutuhan gizi juga meningkat

5) Jenis kelamin

Anak laki-laki lebih banyak membutuhkan zat tenaga dan protein daripada anak perempuan. Hal ini dikarenakan aktivitas laki-laki lebih banyak daripada perempuan

6) Riwayat ASI Eksklusif

ASI merupakan makanan ideal terbaik dan paling sempurna untuk bayi. ASI mudah dicerna oleh bayi, lengkap kandungan gizinya, dan mengandung zat kekebalan tubuh dari berbagai infeksi. ASI juga menurunkan angka kematian bayi karena diare. Jika bayi tidak mendapat ASI dalam jangka waktu yang lama maka akan terjadi infeksi berulang.

7) Riwayat Makanan Pendamping ASI (MP-ASI)

Makanan pendamping ASI (MP-ASI) adalah makanan yang diberikan kepada bayi selain ASI eksklusif guna untuk memenuhi kebutuhan gizi anak mulai usia 6-24 bulan. Bayi membutuhkan banyak zat gizi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Seiring dengan bertambahnya usia maka kebutuhan akan zat gizi juga akan semakin meningkat. Pada usia 6 bulan keatas kebutuhan gizi bayi tidak akan cukup jika hanya dipasok dengan ASI eksklusif. Ada sebagian bayi yang terus tumbuh dengan baik meski tanpa makanan pendamping ASI, namun ada bayi lain juga yang membutuhkan banyak zat gizi dan energi lebih dari zat gizi dalam ASI.

b. Faktor Gizi Eksternal

1) Tingkat Pendidikan Orang Tua

Pendidikan orang tua merupakan salah satu faktor penting dalam proses tumbuh kembang anak. Karena dengan pendidikan yang baik, maka orang tua dapat menerima segala informasi dan mampu menyaringnya dengan tepat terutama tentang cara pengasuhan anak yang baik, bagaimana kondisi kesehatan anaknya, pendidikannya, dan sebagainya. Tingkat pendidikan seseorang akan berkaitan erat dengan wawasan pengetahuan mengenai sumber gizi dan jenis makanan yang baik untuk konsumsi keluarga. Ibu rumah tangga yang berpendidikan akan cenderung memilih makanan yang lebih baik dalam mutu dan jumlahnya, dibanding dengan ibu yang berpendidikannya lebih rendah

2) Pendapatan keluarga

Tingkat pendapatan akan menentukan jenis dan ragam makanan yang akan dibeli dengan uang tambahan. Keluarga dengan berpenghasilan rendah akan menggunakan sebagian besar dari keuangannya untuk membeli makanan dan bahan makanan dengan

jumlah uang yang seadanya, sehingga bahan makanan yang yang dibeli tidak mencukupi untuk memelihara kesehatan seluruh keluarga. Asupan makanan yang tidak cukup baik dari segi jumlah maupun kualitas dalam jangka lama akan menyebabkan terjadinya gangguan gizi. Keadaan kurang gizi akan mengurangi daya tahan tubuh terhadap penyakit, mempengaruhi tingkat kecerdasan dan prestasi belajar, produktivitas kerja dan pendapatan

3) Jumlah Anggota Keluarga

Kasus balita gizi banyak ditemukan pada keluarga dengan jumlah anggota keluarga yang besar dibandingkan keluarga kecil. Anak yang lebih kecil akan mendapat jatah makanan yang lebih sedikit, karena makanan lebih banyak diberikan kepada kakak mereka yang lebih besar, sehingga mereka menjadi kurang gizi dan rawan terkena penyakit. Kasus balita gizi kurang banyak ditemukan pada keluarga dengan jumlah anggota keluarga yang besar dibandingkan keluarga kecil. Jumlah keluarga memang menentukan status gizi, tetapi status gizi juga ditentukan oleh faktor lain, seperti dukungan keluarga itu dalam pemberian makanan bergizi, dan pendapatan.

4) Tingkat Pengetahuan Ibu

Pengetahuan tentang kebutuhan zat gizi berpengaruh terhadap jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi. Dalam kehidupan, sering terlihat keluarga yang berpenghasilan cukup, tetapi makanan yang dihidangkan seadanya saja. Keadaan ini tentu saja menunjukkan akan manfaat makanan bagi kesehatan tubuh, merupakan sebab buruknya mutu gizi makanan keluarga. Jika tingkat pendidikan ibu baik, maka status gizi ibu dan anaknya akan baik. Sebab gangguan gizi adalah karena kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi. Ibu yang cukup pengetahuannya akan gizi akan memperhatikan kebutuhan gizi anaknya supaya dapat tumbuh dan berkembang seoptimal mungkin. Pengetahuan memiliki

peranan penting dalam menentukan asupan makanan. Tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap perilaku dalam memilih makanan yang akan berdampak pada asupan gizinya.

5) Ketersediaan Makanan

Jumlah serta ragam makanan yang diberikan dipengaruhi oleh ketersediaan bahan makanan di daerah itu. Ketersediaan pangan dalam keluarga dipengaruhi oleh tingkat pendapatan/daya beli keluarga, jumlah anggota keluarga, dan pengetahuan ibu tentang pangan dan gizi

6) Pola Konsumsi Makanan

Pola konsumsi ialah kebiasaan makan yang terbentuk dari perilaku yang berulang-ulang dalam jangka waktu lama. Pola konsumsi juga memberikan gambaran frekuensi konsumsi dalam periode waktu tertentu. Faktor yang mempengaruhi ialah sikap dan kepercayaan orang tersebut dalam memilih makanan.

7) Tingkat Konsumsi Gizi

Tingkat konsumsi ditentukan oleh kuantitas serta kualitas hidangan yang tersedia di dalam keluarga. Kualitas menunjukkan adanya semua zat gizi yang diperlukan tubuh. Kuantitas menunjukkan kuantum masing-masing zat gizi terhadap kebutuhan tubuh. Bila semua sudah terpenuhi, maka tubuh akan mendapat kesehatan gizi yang baik.

3. Penilaian Status Gizi

Pertumbuhan sangat penting dilakukan secara berkala, pemantauan digunakan untuk menentukan pertumbuhan balita tersebut dapat dilalui berjalan dengan normal dan tumbuh secara optimal, sehingga tidak terjadi kasus malnutrisi, obesitas maupun stunting (Wandini & Marina, 2022).

Dengan memantau pertumbuhan fisik anak sedini mungkin maka akan menurunkan angka kejadian stunting. Pemberian air susu ibu

eksklusif sangat penting untuk dapat mengetahui status gizi anak karena dapat mendeteksi sedini mungkin risiko gagal tumbuh sejak dini. Pemantauan pertumbuhan fisik anak dapat dilakukan dengan menggunakan parameter diantaranya yaitu antropometrik, gejala/tanda pada pemeriksaan fisik, gejala/tanda pada pemeriksaan laboratorium, dan gejala/ tanda pemeriksaan radiologis. Pemantauan pertumbuhan fisik yang sering dilakukan yaitu melalui pengukuran antropometri (Sari ,2023).

Standar antropometri digunakan untuk memantau dan menilai status gizi bayi dan anak dengan mengukur tinggi dan berat badan anak dengan membedakan antara anak laki-laki dan perempuan dengan mengukur berat badan terhadap usia (BB/U), tinggi badan terhadap usia (TB/U), lingkaran kepala terhadap usia (LK/U) dan lingkaran lengan atas terhadap usia (LLA/U) (Ratumanan ,2023)

Dalam pemakaiannya guna menilai status gizi, antropometri disajikan dalam bentuk indeks yang dikaitkan dengan variabel lainnya, yaitu variabel tersebut sebagai berikut.

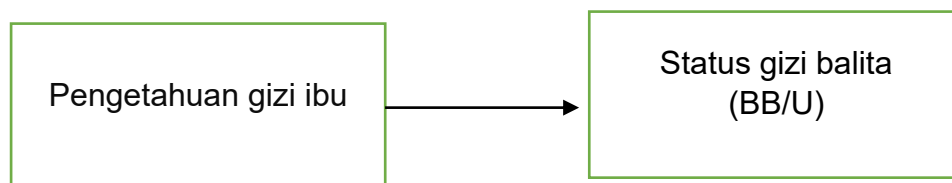
- a. Umur memegang peranan penting dalam melakukan penentuan status gizi seseorang. Kesalahan dalam penentuan status gizi seseorang melalui umur bisa menyebabkan hasil interpretasi terhadap status gizi menjadi salah.
- b. Berat badan bisa memberikan gambaran mengenai massa jaringan, termasuk cairan tubuh. Berat badan sangat peka terhadap perubahan mendadak , baik karena penyakit infeksi maupun tingkat konsumsi makanan menurun.
- c. Tinggi badan bisa memberikan gambaran mengenai status gizi seseorang. Metode tinggi badan sangat baik dalam melihat keadaan gizi masa lalu. Namun, indeks yang kedua jarang dipakai karena perubahan tinggi badan berjalan lambat

Tabel 1. Ambang Batas Z-Score BB/U

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
	Risiko Berat badan lebih	>+1 SD

Sumber: (Kemenkes RI, 2020)

C. Kerangka konsep



Gambar 1.kerangka Konsep

Dari gambar diatas dapat diketahui bahwa variabel yang akan diteliti adalah hubungan antara pengetahuan gizi ibu dengan status gizi balita berdasarkan BB/U di desa Firdaus .

D. Defenisi Operasional

Tabel 2.kerangka Konsep

No	Variabel	Defenisi operasional	Hasil ukur	Rasio
1	Pengetahuan gizi ibu	Kemampuan ibu untuk menjawab benar pertanyaan terkait gizi sebanyak 20 pertanyaan, yang diperoleh dari kusioner	Setiap pertanyaan yang dijawab diberikan poin: 0= salah 1=benar Dikategorikan Kurang=poin <10 Baik = poin >10 (Septiriani, 2019)	Ordinal
2	Status gizi	Penilaian status gizi diukur berdasarkan z-score menurut BB/U dengan menimbang berat badan balita menggunakan timbangan digital	Indikator BB/U z-score:<-3SD= BB sangat kurang z-score :-3 SD - <-2 =bb kurang z-score: -2SD- +1 SD = bb normal z-score >+1 SD = resiko bb lebih	

E. Hipotesis

Ha :Ada hubungan pengetahuan ibu dengan status gizi balita di dusun XIV Desa Firdaus Sei Rampah

Ho :Tidak Ada Hubungan Pengetahuan ibu dengan Status Gizi Balita di dusun XIV Desa Firdaus Sei Rampah