

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Telaah Pustaka

2.1.1 Pengertian Balita

Anak balita adalah anak yang telah mencapai usia lebih dari satu tahun, biasanya dikenal sebagai anak di bawah lima tahun. Istilah balita merujuk pada anak-anak berusia 1-3 tahun (balita) dan anak prasekolah (3-5 tahun). Pada tahap balita, anak sangat bergantung pada orang tua untuk melaksanakan aktivitas penting, seperti mandi, buang air dan makan (Setyawati & Hartini, 2018). Balita adalah anak berumur 0-59 bulan, periode ini ditandai oleh proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat serta kebutuhan akan nutrisi yang lebih banyak dan berkualitas tinggi (Ariani, 2017). Dengan demikian, dapat dinyatakan bahwa balita adalah individu yang berada dalam rentang usia 0-59 bulan yang mengalami perkembangan dan pertumbuhan yang pesat.

Balita adalah istilah yang digunakan untuk menyebut anak-anak yang dibawah usia lima tahun, yang pada fase ini masih sepenuhnya bergantung pada orang tua dalam menjalankan aktivitas penting.

2.1.2 Klasifikasi Balita

Klasifikasi perkembangan balita menurut (Septiari, 2012) dapat dibedakan menjadi tiga, yaitu :

a. Usia Bayi (0-1 tahun)

Bayi memiliki sistem imun yang sederhana dengan kekebalan pasif yang diperoleh dari ibunya selama hamil. Ketika bayi berinteraksi dengan antigen yang berbeda maka akan memperoleh antibodinya sendiri.. terkait dengan gizi, bayi memerlukan ASI, susu formula dan makanan padat. Selama 4 bulan pertama lebih baik bayi hanya megkonsumsi ASI tanpa tambahan susu formula. Setelah melewati 6 bulan, makanan pendaping ASI bisa mulai diberikan kepada bayi.

b. Usia *Toddler* (1-3 tahun)

Secara fungsional biologis periode antara 6 bulan sampai 2-3 tahun sangat rentan. Masa ini menjadi tantangan karena asupan gizi yang tidak cukup, ditambah dengan minuman buatan yang tidak kental dan tercemar mikroba mengakibatkan diare serta marasmus. Di samping itu, bisa juga muncul sindrom kwashiorkor akibat berhentinya pemberian ASI secara mendadak dan pemberian makanan padat yang tidak mencukupi.

c. Usia Pra Sekolah (3-5 tahun)

Karakteristik pemenuhan kebutuhan nutrisi pada usia prasekolah adalah penurunan nafsu makan, dimana anak lebih memilih bermain dengan teman atau lingkungan sekitar

dibandingkan makan dan anak mulai sering mengeksplorasi makanan baru.

2.1.3 Tahapan Tumbuh Kembang

Tahap tumbuh kembang anak secara garis besar dibagi menjadi dua, yaitu (Wahyuni, 2018) :

- a. Tahap perkembangan untuk usia 0-6 tahun terbagi menjadi periode pranatal dimulai dari fase embrio (dari pembuahan hingga 8 minggu) dan fase fetus (dari 9 minggu hingga kelahiran), serta periode pascanatal yang mencakup masa neonatus (0-28 hari), masa bayi (29 hari hingga 1 tahun), masa anak kecil (1-2 tahun) dan masa prasekolah (3-6 tahun).
- b. Tahap tumbuh kembang usia 6 tahun keatas, terdiri atas masa sekolah (6-12 tahun) dan masa remaja (12-18 tahun).

2.1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tumbuh Kembang

Pencapaian potensi biologis seseorang dipengaruhi oleh interaksi berbagai faktor yang saling terkait. Secara umum, faktor-faktor ini dapat digolongkan kedalam 3 kelompok yaitu (Wahyuni, 2018) :

a. Faktor Genetik

Genetik sangat penting dalam perkembangan manusia. Potensi genetik yang berkualitas sebaiknya berinteraksi dengan lingkungan dengan baik sehingga hasil yang terbaik dapat dicapai.

b. Faktor Lingkungan

Faktor-faktor lingkungan yang mempengaruhi perkembangan anak biasanya dikategorikan sebagai lingkungan biopsikososial. Ini mencakup komponen biologis (fisik), psikologis, ekonomi, sosial, politik dan budaya.

c. Faktor Perilaku

Perilaku seseorang dapat mempengaruhi perkembangan anak. Perilaku yang dipelajari sejak kecil akan mempengaruhi kehidupan kita di masa depan. Perubahan perilaku anak akibat pengaruh faktor lingkungan dapat berpengaruh besar pada sosialisasi dan disiplin anak.

2.1.5 Pengertian *Stunting*

Stunting adalah kondisi dimana tinggi badan seseorang lebih pendek dari rata-rata tinggi badan seusianya. Stunted (*short stature*) merupakan indikator malnutrisi kronik yang menunjukkan riwayat kurang gizi pada balita dalam jangka waktu lama (Rahayu et al., 2018a). Berdasarkan penilaian, *stunting* adalah pengukuran status gizi yang khusus. *Stunting* adalah salah satu dari 67 masalah kesehatan yang dapat mempengaruhi seseorang. Pengukuran antropometri umumnya dipakai untuk menilai status gizi. Penilaian status gizi memastikan hasil yang tepat dan akurat. Beberapa pengukuran antropometri yang umum dilakukan, seperti panjang atau tinggi badan, berat badan, lingkar badan, lingkar lengan atas,

lingkar perut dan indeks massa tubuh, digunakan untuk menentukan status gizi (Ernawati, 2020).

2.1.6 Ciri-ciri *Stunting*

Ciri-ciri anak yang mengalami *stunting* yaitu (Rahayu, 2018) :

- a. Tanda pubertas terlambat
- b. Usia 8-10 tahun anak menjadi lebih pendiam, tidak banyak melakukan *eye contact*
- c. Pertumbuhan terlambat
- d. Wajah tampak lebih muda dari usianya
- e. Pertumbuhan gigi terlambat
- f. Performa buruk pada tes perhatian dan memori belajar

2.1.7 Faktor-faktor Penyebab Terjadinya *Stunting* Pada Balita

Stunting disebabkan oleh berbagai hal, tidak hanya karena kekurangan gizi yang dialami anak-anak dan ibu hamil. Dalam seribu hari, langkah paling kuat untuk mengurangi angka *stunting* harus segera dilakukan. Berikut adalah beberapa faktor penyebab *stunting* :

- a. Teknik pengasuhan yang tidak efektif, misalnya ketidaktahuan ibu tentang gizi dan kesehatan sebelum, selama dan setelah kehamilan.
- b. Ketersediaan layanan kesehatan ANC (*anatical care*), layanan nifas dan pembelajaran dini yang berkualitas masih terbatas.

- c. Akses terhadap pangan bergizi bagi rumah tangga dan keluarga masih menjadi masalah.
- d. Kurangnya akses terhadap fasilitas sanitasi dan air bersih (Archda & Tumangger, 2019)

Selain itu, ada faktor lain yang berkontribusi terhadap terjadinya *stunting*, seperti kesehatan ibu, gizi sebelum, selama dan setelah melahirkan, postur tubuh ibu yang pendek, jarak kehamilan yang terlalu dekat, usia ibu yang terlalu muda atau tua, frekuensi melahirkan dan asupan nutrisi. Salah satu penyebab *stunting* adalah kurang gizi selama kehamilan, tidak melakukan IMD (Inisiasi Menyusui Dini), penyapihan awal, serta kualitas dan keamanan makanan pendamping ASI yang diberikan (Archda & Tumangger, 2019).

2.1.8 Upaya Pencegahan *Stunting*

Pemerintah sudah mengeluarkan kebijakan untuk mencegah *stunting*, melalui Keputusan Presiden Nomor 42 tahun 2013 mengenai Gerakan Nasional Peningkatan Percepatan Gizi yang menitikberatkan pada rentang usia 1000 hari pertama kehidupan, yaitu sebagai berikut : (Kemenkes, 2013)

- a. Ibu hamil menerima setidaknya 90 tablet suplemen zat besi sepanjang masa kehamilan.
- b. Pemberian nutrisi tambahan untuk ibu hamil.
- c. Pemenuhan kebutuhan gizi.

- d. Melahirkan dengan bantuan dokter atau bidan yang berpengalaman.
- e. Pelaksanaan Inisiasi Menyusui Dini (IMD).
- f. Pemberian ASI secara penuh kepada bayi hingga usia 6 bulan.
- g. Menyediakan makanan pendamping ASI untuk bayi di atas 6 bulan sampai 2 tahun.
- h. Pemberian imunisasi dasar yang lengkap dan suplemen vitamin A.
- i. Pengawasan perkembangan anak balita di prosyandu terdekat.
- j. Penerapan kebiasaan hidup bersih dan sehat.

2.1.9 Kondisi yang Mempengaruhi Faktor Penyebab *Stunting*

Kondisi-kondisi yang mempengaruhi faktor penyebab *stunting* terdiri atas (Rahayu, 2018) :

a. Asupan Energi

Secara umum, makanan memiliki tiga peran utama bagi tubuh, yaitu sebagai sumber energi, mendukung pertumbuhan fisik dan otak, serta memastikan perkembangan psikomotor yang maksimal.

b. Asupan protein

Protein terdiri dari asam amino yang dibedakan menjadi esensial dan non-esensial, dengan berbagai peran. Protein juga mengatur aktivitas enzim dalam tubuh, sehingga berperan sebagai bahan pengatur.

c. Jenis Kelamin

Jenis kelamin memainkan peran penting dalam menentukan seberapa besar kebutuhan nutrisi bagi individu, sehingga terdapat hubungan antara status gizi dan jenis kelamin. Perbedaan jumlah kebutuhan nutrisi ini disebabkan oleh adanya variasi dalam komposisi tubuh antara pria dan wanita. Wanita cenderung memiliki lebih banyak jaringan lemak dan lebih sedikit jaringan otot dibandingkan pria.

d. Berat Lahir

Berat lahir dibagi menjadi dua kategori, yaitu normal dan rendah. Dikatakan memiliki berat lahir rendah (BBLR) jika beratnya kurang dari 2500 gram. Anak yang mengalami BBLR nantinya akan mengalami kekurangan pertumbuhan (ukuran antropometri yang tidak mencukupi) ketika dewasa.

e. Jumlah Anggota Rumah Tangga

Jumlah anggota keluarga yang terus bertambah tanpa peningkatan pendapatan akan mengakibatkan distribusi konsumsi pangan menjadi semakin tidak seimbang.

f. Pendidikan Orang Tua

Tingkat pendidikan orang tua berperan besar dalam perkembangan anak-anak. Pendidikan yang dimiliki orang tua akan berimbas pada cara mereka memilih makanan.

g. Pekerjaan Orang Tua

Bagi ibu yang setelah melahirkan segera kembali bekerja dan harus meninggalkan bayinya dari pagi hingga sore, hal ini akan menyebabkan bayi tersebut tidak bisa mendapatkan ASI.

h. Wilayah Tempat Tinggal

Letak suatu tempat dapat berpengaruh terhadap perilaku konsumsi individu.

i. Status Ekonomi Keluarga

Jumlah penghasilan yang didapatkan atau diterima oleh keluarga bisa mencerminkan tingkat kesejahteraan suatu masyarakat.

2.1.10 Komponen Nutrisi Gizi Seimbang

Komponen nutrisi gizi seimbang yaitu (Mardalena & Ke, 2016):

a. Karbohidrat

Merupakan sumber tenaga yang gampang ditemukan dalam setiap jenis makanan dan perlu ada dalam jumlah yang memadai. Karbohidrat yang kita makan bisa terdiri dari bahan pati dan gula.

b. Lemak

Fungsi lemak antara lain :

1. Sebagai penyimpan utama energi atau cadangan dalam sistem tubuh serta menjadi penopang untuk beberapa organ tertentu.

2. Sebagai pelarut untuk vitamin-vitamin (A,D,E,K) yang larut dalam lemak. Untuk mendapatkan asupan lemak yang memadai bisa memperolehnya dari susu, mentega, kuning telur, daging, ikan, keju, kacang-kacangan dan minyak nabati.

c. Protein

Protein berfungsi sebagai :

1. Memperbaiki sel-sel yang telah mengalami kerusakan.
2. Menghasilkan senyawa-senyawa pengontrol seperti enzim dan hormon. Beberapa contoh sumber protein meliputi : daging sapi, ikan, tuna, susu, tempe, tahu, kepiting, ikan teri dan udang.

d. Vitamin

Vitamin adalah senyawa kompleks yang sangat penting bagi tubuh dan berperan dalam membantu pengaturan berbagai fungsi tubuh.

Berikut adalah beberapa fungsi vitamin :

1. Vitamin C berperan dalam pembentukan kolagen, mencerahkan kulit, meningkatkan kebugaran dan mencegah sariawan. Sumber : jeruk, jambu klutuk dan nanas.

2. Vitamin B meningkatkan kemampuan ingatan dan mendukung sistem pencernaan. Sumber : brokoli, alpukat, ubi jalar, pisang dan jamur.
3. Vitamin A berfungsi dalam proses penglihatan, metabolisme secara umum dan reproduksi. Sumber : wortel, selada, kemangi, paprika dan pepaya.
4. Vitamin D penting untuk kesehatan tulang dan gigi. Sumber : sinar matahari, minyak ikan, salmon, telur dan jamur.
5. Vitamin E menjaga kesehatan kulit dari sinar matahari dan mengurangi risiko kanker. Sumber : bayam, kacang almond, brokoli dan zaitun.
6. Vitamin K membantu proses pembekuan darah saat penyembuhan luka. Sumber : daun selada, daun bayam dan kembang kol.

e. Mineral

Mineral adalah nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh dalam jumlah kecil. Mineral memiliki peran sebagai :

1. Komponen yang membentuk berbagai jaringan dalam tubuh, termasuk tulang, hormon dan enzim.
2. Zat yang mengatur berbagai proses metabolisme, menjaga keseimbangan cairan dan membantu proses pembekuan darah.

f. Air

Keenam nutrisi utama yang diperlukan oleh tubuh anak berfungsi untuk :

1. Membuat energi yang diperlukan anak dalam menjalani berbagai aktivitas, seperti belajar, berolahraga, bermain dan kegiatan lainnya (dikenal sebagai sumber energi).
2. Membentuk jaringan tubuh serta memperbaiki jaringan yang telah mengalami kerusakan (dikenal sebagai zat penyusun).
3. Mengendalikan berbagai proses yang berlangsung dalam tubuh (dikenal sebagai zat pengendali).

2.1.11 Definisi Pengetahuan

Pengetahuan atau ilmu merupakan produk dari penginderaan manusia atau pemahaman seseorang mengenai suatu onjek melalui panca indra yang dimilikinya. Panca indra manusia yang digunakan untuk mengindera objek meliputi melihat, mencium, merasakan dan menyentuk. Saat melakukan pengindearaan untuk mendapatkan pengetahuan ini, intensitas perhatian dan presepsi terhadap objek memainkan peran penting. Sebagian besar pengetahuan individu diperoleh melalui pendengaran dan penglihatan (Notoatmodjo, 2014). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan adalah hasil dari pemahaman yang terjadi setelah individu mengindera objek tertentu.

2.1.12 Tingkat Pengetahuan

Menurut (Notoatmodjo, 2018), ada enam tingkat pengetahuan, yang meliputi :

a. Tahu (*know*)

Pada tingkat ini, pengetahuan yang dimiliki seseorang hanya sebatas mengingat kembali informasi yang telah dipelajari sebelumnya, sehingga bisa dianggap sebagai level terendah dari pengetahuan.

b. Memahami (*comprehension*)

Tingkat pengetahuan ini menunjukkan kemampuan untuk menjelaskan objek atau hal dengan tepat.

c. Aplikasi (*application*)

Pada tahap ini, seseorang mampu menerapkan atau menggunakan materi yang telah dipelajari dalam situasi yang relevan.

d. Analisis (*analysis*)

Kemampuan disini adalah memecah suatu materi atau objek menjadi komponen-komponen yang saling berhubungan.

e. Sintesis (*synthesis*)

Adalah pengetahuan yang mencerminkan kemampuan seseorang untuk menghubungkan berbagai elemen atau bagian pengetahuan menjadi sebuah pola yang lebih komprehensif.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Pada tingkat ini, pengetahuan ditunjukkan melalui kemampuan untuk menilai atau memberikan justifikasi terhadap suatu materi atau objek.

2.1.13 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang menurut (Notoatmodjo, 2018) :

a. Umur

Umur seseorang sangat terkait dengan tingkat pengetahuan yang dimiliki, seiring bertambahnya tahun, pengetahuan pun akan semakin melimpah.

b. Pendidikan

Dengan meningkatnya tingkat pendidikan seseorang, diharapkan akan memiliki potensi manusiawi yang lebih baik, dalam hal pengetahuan dan keterampilan.

c. Pekerjaan

Pekerjaan memiliki dampak besar, terutama bagi wanita yang bekerja di luar rumah. Mereka cenderung lebih cepat dan lebih mudah dalam mengakses informasi dari luar.

d. Pengalaman

Pengalaman berfungsi sebagai sumber pengetahuan dan merupakan cara untuk mendapatkan kebenaran melalui pengulangan. Ini memungkinkan seseorang untuk mengingat

dan menggunakan kembali pengetahuan yang didapat untuk mengatasi masalah yang pernah dihadapi.

e. Sumber informasi

Informasi merupakan data yang telah diolah menjadi format yang bermakna bagi penerima dan memberikan manfaat nyata, yang dapat memberikan kepuasan saat ini ataupun di masa depan. Informasi ini disampaikan oleh pengirim pesan kepada penerima pesan, contohnya :

1. Media cetak, seperti brosur, selebaran, poster, rubik dan lain-lain.
2. Media elektronik, seperti televisi, radio, video, slide dan lain-lain.
3. Non-media, seperti informasi dari keluarga, teman dan lain-lain.

2.1.14 Kriteria Tingkat Pengetahuan

Tingkat pengetahuan dikategorikan menjadi tiga (Notoatmodjo, 2014) :

a. Tingkat pengetahuan baik

Tingkat pengetahuan baik merupakan level dimana seseorang dapat mengerti, menganalisis, mensintesis dan mengevaluasi. Seseorang dianggap memiliki pengetahuan yang baik jika persentasenya berada diantara 76-100%.

b. Tingkat pengetahuan cukup

Tingkat pengetahuan cukup adalah saat individu masih terbatas dalam penerapan, analisis dan evaluasi. Dikatakan berada pada tingkat pengetahuan yang cukup jika seseorang memiliki pengetahuan antara 56-75%.

c. Tingkat pengetahuan kurang

Tingkat pengetahuan kurang adalah kondisi dimana seseorang kurang mampu dalam mengetahui, memahami, menerapkan, menganalisis, mensintesis dan mengevaluasi. Seseorang dianggap memiliki pengetahuan yang kurang jika persentasenya kurang dari 56%.

2.2 Landasan Teori

Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Munthe *et al.*, 2023), menunjukkan bahwa 8 individu (13,1%) yang memiliki pemahaman baik mengenai kejadian *stunting*, terdapat 5 individu (8,2%) yang mengalami *stunting*. Dan 53 orang tua dengan pemahaman rendah tentang *stunting*, 42 orang (68,9%) mengalami *stunting*, sedangkan hanya 4 orang (6,6%) yang menunjukkan perilaku pencegahan yang baik terhadap *stunting*. Selanjutnya dari 54 orang tua dengan perilaku pencegahan yang kurang terhadap kejadian *stunting*, yang pendek 43 orang (70,5%). Hubungan tingkat pengetahuan ibu dan kejadian *stunting* pada anak menunjukkan p-value sebesar 0,022, yang menunjukkan adanya kaitan antara pemahaman rendah orang tua dan kejadian *stunting* pada anak.

Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Putri *et al.*, 2022) menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang *stunting* berada pada kategori cukup, dengan 72 ibu (40,7%) dan upaya pencegahan *stunting* dalam kategori baik sebanyak 115 ibu (65,0%). Hasil analisis menggunakan uji Chi-square menghasilkan *p-value* sebesar 0,012 ($<0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang *stunting* dan usaha pencegahan *stunting* pada anak pra-sekolah.

Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Joniarta *et al.*, 2023) hasil *pre test* tentang tingkat pengetahuan responden mengenai program pencegahan *stunting* sebesar 18 orang (69,2%) mengetahui mengenai program pencegahan *stunting* dan berdasarkan hasil *post test* terdapat 23 orang (88,5%) responden sudah mengetahui tentang program pencegahan *stunting*.

2.3 Hipotesis

H1 : Terdapat peningkatan pengetahuan tentang pencegahan *stunting* setelah pemberian edukasi.

H0 : Tidak terdapat peningkatan pengetahuan tentang pencegahan *stunting* setelah pemberian edukasi.