

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan Ibu

Konsumsi makanan anak yang tidak memenuhi kebutuhan gizinya merupakan salah satu dari sekian banyak faktor penyebab masalah gizi pada anak. Pemahaman gizi ibu memiliki dampak yang signifikan terhadap tumbuh kembang anak. Untuk tumbuh kembang anaknya, pengetahuan seorang ibu tentang gizi balita sangatlah penting. Ibu memiliki peran penting dalam perkembangan dan pertumbuhan anak balita mereka dengan stimulasi yang tepat, pola asuh, dan pengaturan jadwal untuk diet seimbang. Sehingga status gizi anak ditingkatkan dengan pengetahuan orang tua untuk membantu mereka mencapai kematangan tumbuh kembang (Murti, Budiani and Darmapatni, 2020).

Salah satu faktor yang secara langsung berkontribusi terhadap stunting adalah asupan makanan yang tidak seimbang. Kebiasaan makan dalam keluarga, khususnya ibu dan anak, berdampak pada asupan gizi. Ketika ibu mendapat informasi yang cukup tentang gizi seimbang dan menyadari bahwa ada masalah gizi yang membuat anak berisiko stunting, perubahan perilaku dapat terjadi (Ramayulis et al., 2014). Pandangan dan perilaku seseorang dalam memilih makanan dipengaruhi oleh tingkat pemahaman gizinya (Rahmayanti, Dewi and Fitriani, 2020).

B. Definisi Gizi

Salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas sumber daya manusia (SDM) adalah gizi. Apabila tubuh memperoleh zat gizi yang cukup melalui konsumsi makanan untuk menunjang pertumbuhan fisik, perkembangan mental, dan kemampuan kerja untuk meningkatkan derajat kesehatan yang ideal, maka keadaan gizi yang baik dapat tercapai. (Departemen Kesehatan RI, 2003). Di awal kehidupan, anak-anak memiliki kebutuhan nutrisi yang sangat spesifik. Malnutrisi dapat memiliki efek negatif yang tidak dapat diubah, dan manifestasinya yang paling parah bahkan bisa berakibat fatal (Yuhansyah, 2019).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) membagi wilayah menjadi empat kategori tergantung pada prevalensi malnutrisi: rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Karena 28,47% dari 17.983.244 anak balita Indonesia dikategorikan kurang gizi atau menderita gizi buruk pada tahun 2004 menggunakan kategorisasi prevalensi gizi kurang WHO, Indonesia dianggap memiliki status gizi buruk yang tinggi. Gizi buruk menimpa 32.521 anak balita di Indonesia pada tahun 2014 (14%) dan 17% balita (17% gizi kurang), turun dari tahun 2013 (19,6%), namun target SDGs masih belum tercapai (Kementerian Kesehatan RI 2013) (Yuhansyah, 2019).

C. Definisi Stunting

Stunting merupakan masalah disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam jangka waktu yang lama akibat pemberian makanan yang tidak

sesuai dengan kebutuhan gizi). Stunting dimulai saat anak masih dalam kandungan dan tidak muncul sampai mereka berusia dua tahun. Malnutrisi di awal kehidupan meningkatkan kematian bayi dan anak, membuat orang lebih sering sakit, dan memengaruhi postur tubuh mereka saat dewasa. Kemampuan kognitif pasien juga berkurang, yang menyebabkan Indonesia menderita kerugian ekonomi jangka panjang (Boucot and Poinar Jr., 2010).

Stunting merupakan salah satu kondisi malnutrisi yang berhubungan dengan defisiensi nutrisi sebelumnya, sehingga masuk dalam kategori masalah gizi persisten. Tinggi atau panjang, usia, dan jenis kelamin balita menjadi pertimbangan saat mengukur stunting sebagai metrik status gizi. Stunting sulit diidentifikasi karena balita di masyarakat memiliki kebiasaan tidak diukur tinggi atau panjang badannya. Akibatnya, salah satu fokus tujuan perbaikan gizi global hingga tahun 2025 adalah stunting (Boucot and Poinar Jr., 2010).

Anak Pendek (Stunting) adalah status gizi berdasarkan indeks PB/U atau TB/U, dimana hasil pengukuran berada pada ambang batas (Z-Score) - 2 SD sampai -3 SD (pendek/stunted) dan -3 SD (sangat pendek/sangat pendek) dalam standar antropometri untuk mengukur status gizi anak. Stunting adalah masalah kekurangan gizi jangka panjang yang disebabkan oleh asupan gizi yang tidak memadai sebagai akibat dari pola makan yang tidak memenuhi kebutuhan gizi secara memadai. Stunting dapat dimulai saat janin masih dalam kandungan dan tidak terlihat hingga anak berusia dua tahun (Kemenkes RI, 2016). Masalah stunting merupakan masalah

kesehatan masyarakat yang terkait dengan peningkatan risiko morbiditas dan mortalitas serta hambatan pertumbuhan baik motorik maupun mental jika tidak diimbangi dengan *catch-up growth*. Stunting yang terjadi menyebabkan pertumbuhan yang lebih rendah jika tidak diimbangi dengan *catch-up growth*. Ketidakmampuan untuk mencapai pertumbuhan yang optimal mengakibatkan stunting, yang berarti kelompok balita yang lahir dengan berat badan normal pun dapat mengalaminya jika kebutuhannya yang berkelanjutan tidak terpenuhi. Stunting disebabkan oleh *growth faltering* dan kejar pertumbuhan yang tidak memadai (Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi, 2017; Kemenkes RI, 2016) (Rahmadhita, 2020).

D. Epidemiologi Stunting

Pada tahun 2015, Indonesia memiliki prevalensi stunting sebesar 36,4% pada bayi dan balita di bawah usia lima tahun. Hal ini menunjukkan bahwa 8,8 juta balita, atau lebih dari sepertiganya, mengalami masalah gizi ketika tinggi badannya di bawah rata-rata usianya. Stunting melebihi titik potong WHO sebesar 20%. Setelah Laos yang memiliki angka prevalensi 43,8%, Indonesia memiliki angka stunting tertinggi kedua di antara balita di Asia Tenggara. Namun, menurut Pemantauan Status Gizi (PSG) 2017, persentase balita pendek tercatat sebesar 26,6%. 9,8% dari total ini masuk dalam kategori sangat pendek, sementara 19,8% masuk dalam kategori pendek. Sementara 1.000 hari pertama adalah masa "emas" anak, banyak

anak antara usia 0 dan 59 bulan masih kesulitan makan. Pemerintah sedang melaksanakan gerakan nasional pencegahan stunting dan kolaborasi kemitraan multisektor untuk mengurangi masalah gizi buruk pada balita. 160 kabupaten prioritas penanggulangan stunting dilaksanakan oleh Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (TNP2K). Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, terdapat 15 kabupaten/kota yang prevalensi stuntingnya lebih dari 50% (Rahmadhita, 2020).

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Litbangkes) kembali melaksanakan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Prevalensi Stunting Tahun 2018 di bawah naungan Kementerian Kesehatan RI. Menurut penelitian ini, terdapat 37,2 persen lebih banyak anak yang mengalami stunting atau kekurangan berat badan pada tahun 2013 dibandingkan pada tahun 2014. (Kemenkes RI, 2018). Status gizi balita paling sering dievaluasi menggunakan pengukuran antropometri. Antropometri, secara umum, berkaitan dengan berbagai pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh individu dari berbagai usia dan tingkat gizi (Rahmadhita, 2020).

E. Manifestasi Klinis Stunting

Anak stunting berisiko mengalami morbiditas dan mortalitas yang signifikan, memperlambat perkembangan motorik dan mental, penurunan kognitif dan produktif, peningkatan risiko gangguan neurodegeneratif,

obesitas dan lebih tahan terhadap penyakit infeksi menular. Stunting pada anak taman kanak-kanak tampaknya merupakan manifestasi dari stunting pada bayi yang mengalami kegagalan mengejar pertumbuhan, defisit kalori yang berkepanjangan, dan prevalensi gangguan infeksi (Olsa, Sulastri and Anas, 2018).

Masa depan pertumbuhan dan perkembangan anak dapat berdampak sebagai kondisi stunting. Dengan memantau gizi balita sebulan sekali, akan sangat membantu untuk mengidentifikasi masalah gizi anak, terutama stunting, sejak dini. Informasi ini biasanya dicantumkan pada Kartu Menuju Sehat (KMS). Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan gizi yang berfokus pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang dimulai sejak dalam kandungan (270 hari) dan berlangsung hingga anak berusia 2 tahun, merupakan upaya pemerintah dalam mengatasi masalah gizi balita. Terutama masalah stunting (730 hari) (Murti, Budiani and Darmapatni, 2020).

F. Diagnosis

Stunting merupakan hambatan pertumbuhan yang disebabkan oleh masalah kesehatan selain kurangnya asupan gizi. Stunting ditunjukkan dengan z-score untuk tinggi badan atau panjang badan untuk usia <2 SD. Masa depan anak sangat dipengaruhi oleh isu stunting.

Stunting dapat menurunkan produktivitas ekonomi, prestasi akademik, dan tingkat kelangsungan hidup anak. Anak-anak yang kerdil

berisiko mengembangkan sumber daya manusia yang kurang terampil sebagai orang dewasa. 2,5% anak dalam populasi yang sehat memiliki z-score < 2 SD. Jika lebih tinggi dari 2,5%, mungkin ada masalah pertumbuhan (Suyami, Purnomo and Sutantri, 2019).

G. Faktor Resiko

Kesehatan gizi balita merupakan masalah yang dipengaruhi baik secara langsung maupun tidak langsung oleh beberapa faktor. Pola makan anak dan penyakit virus merupakan faktor penyebab langsung yang utama, sedangkan posisi sosial ekonomi dan kurangnya informasi orang tua tentang kesehatan gizi anak merupakan faktor penyebab tidak langsung. Sebagian besar keluarga hanya menyadari bahwa balita perlu diberi makan setiap hari setara dengan orang dewasa (Departemen Kesehatan RI, 2004) (Yuhansyah, 2019).

Enam faktor, antara lain pendidikan ibu, pengetahuan, tingkat pendapatan rumah tangga, ASI, MP-ASI, tingkat kecukupan zink, riwayat penyakit menular, dan faktor keturunan berkontribusi terhadap balita yang mengalami stunting (Ardiyah, 2015). Karena anak-anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat, orang tua terutama ibu berperan penting dalam memastikan bahwa mereka menerima nutrisi yang mereka butuhkan. Orang tua harus memiliki pemahaman yang kuat tentang nutrisi agar dapat memberikan menu makanan dengan berbagai pilihan sehat (Devi, 2012)

H. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan

Resiko Kejadian Stunting

Stunting dapat mengakibatkan masalah pada perkembangan kognitif, pertumbuhan yang lamban, gangguan kesehatan, dan penyakit pada sistem kardiometabolik. Indikator terakhir dari semua unsur yang mempengaruhi tumbuh kembang anak adalah stunting. Berbagai faktor, seperti praktik perawatan gizi yang buruk dan, khususnya, kurangnya kesadaran ibu tentang kesehatan dan gizi, berkontribusi terhadap stunting (Rahmayanti, Dewi and Fitriani, 2020).

Perubahan status gizi akan ditentukan oleh tingkat pengetahuan gizi ibu. Status gizi membaik dengan tingkat pendidikan ibu. Hal ini sesuai dengan penelitian Pormes (2014) yang menunjukkan adanya keterkaitan antara pengetahuan gizi orang tua dengan stunting pada anak. Menurut penelitian, sikap ibu akan mempengaruhi asupan makan keluarga terutama anak. Jika ibu kurang memperhatikan gizi anak, hal ini dapat menyebabkan gizi buruk (Rahmayanti, Dewi and Fitriani, 2020).