

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Status gizi

Status gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh. Status gizi dibagi menjadi tiga kategori, yaitu status gizi kurang, gizi normal, dan gizi lebih (Almatsier, 2005).

Status gizi normal merupakan suatu ukuran status gizi dimana terdapat keseimbangan antara jumlah energi yang masuk ke dalam tubuh dan energi yang dikeluarkan dari luar tubuh sesuai dengan kebutuhan individu. Energi yang masuk ke dalam tubuh dapat berasal dari karbohidrat, protein, lemak dan zat gizi lainnya (Nix, 2005). Status gizi normal merupakan keadaan yang sangat diinginkan oleh semua orang (Apriadi, 2001).

Status gizi kurang atau yang lebih sering disebut undernutrition merupakan keadaan gizi seseorang dimana jumlah energi yang masuk lebih sedikit dari energi yang dikeluarkan. Hal ini dapat terjadi karena jumlah energi yang masuk lebih sedikit dari anjuran kebutuhan individu (Wardlaw, 2007).

Status gizi lebih (overnutrition) merupakan keadaan gizi seseorang dimana jumlah energi yang masuk ke dalam tubuh lebih besar dari jumlah energi yang dikeluarkan (Nix, 2005). Hal ini terjadi karena jumlah energi yang masuk melebihi kecukupan energi yang dianjurkan untuk seseorang, akhirnya kelebihan zat gizi disimpan dalam bentuk lemak yang dapat mengakibatkan seseorang menjadi gemuk (Apriadi, 2006).

2.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi

2.2.1 Asupan Makanan

Asupan makanan adalah semua jenis makanan dan minuman yang telah dikonsumsi oleh tubuh manusia. Perilaku adaptif merupakan kematangan diri dan sosial seseorang dalam melakukan kegiatan umum sehari-hari sesuai dengan keadaan umur dan berkaitan dengan budaya kelompok. Banyak penelitian yang mengungkapkan adanya beberapa jenis makanan dengan mekanisme tertentu ternyata sangat mempengaruhi gangguan fungsi

otak dan perilaku anak. Adanya kejadian alergi mempengaruhi perilaku anak dalam berperilaku adaptif (Judarwanto, 2006)

2.2.2 Penyakit Infeksi

Penyakit infeksi adalah penyakit yang disebabkan karena masuknya bibit penyakit. Penyakit ini menular dari satu orang ke orang lain. Orang yang sehat harus dihindarkan dari orang-orang yang menderita penyakit dari golongan ini. Penyebab utama infeksi diantaranya adalah bakteri dan jasad hidup (organism). Kuman-kuman ini menyebar dengan berbagai cara.

2.2.3 Pola Asuh

Pola pengasuhan anak berupa sikap perilaku ibu atau pengasuh lain dalam hal kedekatan dengan anak, memberikan makan, merawat, kebersihan, memberikan kasih sayang dan sebagainya. Kesemuanya bersamaan dengan keadaan ibu terutama dalam kesehatan, status gizi, pendidikan umum, pengetahuan dan keterampilan tentang pengasuhan anak yang baik, peran dalam keluarga atau dimasyarakat, sifat pekerjaan sehari-hari, adat kebiasaan keluarga, kebiasaan masyarakat dan sebagainya dari ibu atau pengasuh anak (Soekirman 2000). Pola asuh gizi merupakan asupan makanan dalam rangka menopang tumbuh kembang fisik dan biologis balita secara tepat dan berimbang. Masalah gizi dipengaruhi oleh salah satunya adalah pola asuh ibu terhadap anaknya, lemahnya kemampuan ibu dan keluarga untuk memberikan pola asuh akan berakibat pada kejadian BGM bahkan Gizi Buruk pada balita (evelin, 2010).

2.2.4 Ekonomi

Kondisi sosial ekonomi merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi status gizi. Bila kondisi sosial ekonomi baik maka status gizi diharapkan semakin baik. Status gizi anak balita akan berkaitan erat dengan kondisi sosial ekonomi keluarga (orang tua), antara lain pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, jumlah anak orang tua, pengetahuan dan pola asuh ibu serta kondisi ekonomi orang tua secara keseluruhan

2.2.5 Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di sekitar manusia yang memengaruhi perkembangan kehidupan manusia baik langsung maupun tidak langsung. Lingkungan bisa dibedakan menjadi lingkungan biotik dan abiotik. Jika kalian berada di sekolah, lingkungan biotiknya berupa teman-teman sekolah, bapak ibu guru serta karyawan, dan semua orang

yang ada di sekolah, juga berbagai jenis tumbuhan yang ada di kebun sekolah serta hewan-hewan yang ada di sekitarnya. Adapun lingkungan abiotik berupa udara, meja kursi, papan tulis, gedung sekolah, dan berbagai macam benda mati yang ada di sekitar. Faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi status gizi seseorang adalah lingkungan fisik, biologis, budaya, sosial, ekonomi, dan politik.

Faktor lingkungan biologi misalnya adanya rekayasa genetika terhadap tanaman dan produk pangan. Kondisi ini berpengaruh terhadap pangan dan gizi. Selain itu adanya interaksi sinergis antara malnutrisi dengan penyakit infeksi yaitu infeksi akan mempengaruhi status gizi dan mempercepat malnutrisi.

Lingkungan ekonomi. Kondisi ekonomi seseorang sangat menentukan dalam penyediaan pangan dan kualitas gizi. Apabila tingkat perekonomian seseorang baik maka status gizinya akan baik. Golongan ekonomi yang rendah lebih banyak menderita gizi kurang dibandingkan golongan menengah keatas. Faktor lingkungan budaya. Dalam hal sikap terhadap makanan, masih banyak terdapat pantangan, takhayul, tabu dalam masyarakat yang menyebabkan konsumsi makanan menjadi rendah. Di samping itu jarak kelahiran anak yang terlalu dekat dan jumlah anak yang terlalu banyak akan mempengaruhi asupan zat gizi dalam keluarga. (Achmadi, 2009).

2.3 BGM

Status BGM atau di bawah garis merah adalah keadaan kurang gizi tingkat berat yang disebabkan oleh rendahnya konsumsi energi dan protein dari makanan sehari-hari dan terjadi dalam waktu yang cukup lama. Tanda-tanda klinis dari gizi buruk secara garis besar dapat dibedakan marasmus, kwashiorkor atau marasmic-kwashiorkor (WHO, 2005).

2.4 Faktor yang mempengaruhi terjadinya BGM pada Balita

Penelitian menunjukan sesuai bahwa tingkat pendidikan menentukan kemampuan seseorang dalam menyerap dan memahami tentang pengetahuan gizi yang mereka peroleh. Pendidikan diperlukan agar seseorang lebih memahami dan tanggap terhadap masalah gizi yang terjadi di dalam keluarga serta mampu mengambil tindakan secepatnya. Hal ini didukung oleh Hidayat (2008) yang mengatakan bahwa tingkat pendidikan berpengaruh pada pengetahuan akan mempengaruhi konsumsi pangan melalui cara

pemilihan bahan pangan dan Khomsan (2007) mengatakan bahwa tingkat pendidikan ibu sangat berpengaruh terhadap kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi oleh keluarga karena ibu memegang peranan penting dalam pengelolaan rumah tangga. Ibu yang berpendidikan tinggi akan memiliki sikap yang positif terhadap pemenuhan gizi sehingga kualitas dan kuantitas gizi yang dikonsumsi keluarga akan semakin baik.

1.4 Pengetahuan Ibu

Pengetahuan membentuk keyakinan tertentu sehingga seseorang berperilaku sesuai dengan keyakinannya. Pengetahuan gizi adalah segala sesuatu yang diketahui seorang ibu tentang sikap dan perilaku seseorang dalam memilih, mengolah, dan menyiapkan makanan (Harsiki, 2003).

Pengetahuan ibu tentang kesehatan dan gizi mempunyai hubungan yang erat dengan pendidikan. Anak dari ibu dengan latar belakang pendidikan yang tinggi mungkin akan dapat kesempatan untuk hadir dan tumbuh kembang dengan baik. Membesarkan anak sehat tidak hanya dengan kasih sayang belaka namun seorang ibu perlu keterampilan yang baik. Kurangnya pengetahuan tentang gizi akan kemampuan Universitas Sumatera Utara untuk menerapkan informasi dalam kehidupan sehari-hari merupakan penyebab kejadian gangguan kurang gizi (Notoadmojo, 2007).

Ibu yang mempunyai pengetahuan tentang makanan yang bergizi, cenderung mempunyai anak dengan status gizi yang baik. Tingkat pengetahuan gizi ibu akan berpengaruh terhadap sikap perawatan anak serta dalam perawatan memilih makanan, Menurut Suharjo (2001)

Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang sangatlah penting. Mengingat peran ibu dalam keluarga sebagai pengelola makanan. Ibu yang tidak tau gizi makanan, akan menghadirkan makanan yang tidak seimbang gizinya. Berbagai faktor yang secara tidak langsung mendorong terjadinya gangguan gizi terutama pada balita adalah ketidaktahuan akan hubungan makanan dan kesehatan, prasangka buruk terhadap bahan makanan tertentu, adanya kebiasaan atau pantangan yang merugikan, kesukaan yang berlebihan terhadap suatu jenis makanan tertentu, keterbatasan penghasilan keluarga, dan jarak kelahiran yang rapat (Marimbi, 2010).

Faktor yang menyebabkan gangguan gizi adalah kurangnya pengetahuan tentang gizi dan kemampuan untuk menerapkan informasi tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Seluruh

teori tersebut mendukung hasil dari penelitian ini yang membuktikan bahwa rendahnya pengetahuan ibu dapat menyebabkan masalah gizi pada balita (Suhardjo,2005).

1.5 Faktor yang mempengaruhi pengetahuan Ibu Balita

a. Informasi

Seseorang dengan sumber informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas.

b. Budaya dan Agama

Sangat berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan seseorang karena informasi yang baru akan di saring kira-kira sesuai atau tidak dengan budaya yang ada dan agama yang di anut.

c. Sosial Ekonomi

Lingkungan social akan mendukung tinggi nya pengetahuan seseorang, sedangkan ekonomi dikaitkan dengan pendidikan yaitu ekonomi yang baik tingkat pendidikan akan tinggi sehingga pengetahuan akan tinggi pula.

2.6 Pendidikan ibu

Tingkat pendidikan sangat berpengaruh terhadap perubahan sikap dan perilaku hidup sehat. Tingkat pendidikan gizi yang lebih tinggi akan memudahkan seseorang atau masyarakat untuk menyerap informasi dan menerapkan dalam perilaku dan gaya hidup sehari-hari khususnya dalam kesehatan dan gizi (Lipi, 2000).

Pendidikan orang tua merupakan salah satu faktor yang penting dalam tumbuh kembang anak, karena dengan pendidikan yang baik, maka orangtua dapat menerima segala informasi dari luar terutama tentang cara pengasuhan anak yang baik, bagaimana menjaga kesehatan anaknya, pendidikan dan sebagainya. Pendidikan orang tua merupakan salah satu faktor yang penting dalam tumbuh kembang anak, karena dengan pendidikan yang baik maka orang tua dapat menerima segala informasi dari luar terutama tentang carapengasuhan anak yang baik, menjaga kesehatan anaknya, pendidikannya, dan sebagainya (Soetjiningsih.2007).

Pendidikan ibu merupakan kebutuhan dasar manusia yang sangat diperlukan untuk mengembangkan diri. Tingkat pendidikan sangat berpengaruh dalam merespon sesuatu yang datang dari luar, seperti sikap atau penerimaan anjuran atau nasehat. Orang berpendidikan tidak akan memberikan respon yang lebih rasional dibandingkn orang yang berpendidikan

rendah maupun yang tidak berpendidikan. Semakin tinggi pendidikan semakin mudah mengembangkan pengetahuan dan teknologi sehingga dapat meningkatkan produktivitas dan kesejahteraan keluarga (Hapsari dkk, 2001).

1.6 Pemberian MP ASI

Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) adalah makanan atau minuman yang mengandung zat gizi yang diberikan kepada bayi atau anak yang berusia lebih dari 6 bulan guna memenuhi kebutuhan zat gizi selain dari ASI. Hal ini dikarenakan ASI hanya mampu memenuhi duapertiga kebutuhan bayi pada usia 6-9 bulan, dan pada usia 9-12 bulan memenuhi setengah dari kebutuhan bayi. Dalam pemberian MP-ASI, yang perlu diperhatikan adalah usia pemberian MP-ASI, jenis MPASI, frekuensi dalam pemberian MP-ASI, porsi pemberian MP-ASI, dan cara pemberian MP-ASI pada tahap awal. Pemberian MP-ASI yang tepat diharapkan. (Simanjuntak, 2007)

Jenis-jenis MP ASI 6 -36 bulan, Seperti kentang, apel, pisang, avokad, atau melon. Ibu juga dapat memberikan bubur atau nasi yang dihaluskan. Semua diberikan di samping pemberian ASI. Jika bayi sudah terbiasa dengan buah dan sayur, ibu dapat memberikan jenis makanan lain yang dihaluskan, misalnya daging ayam, ikan, roti, atau telur dalam bentuk lunak tidak keras mudah dicerna.

a. Frekuensi pemberian MP ASI

Sebuah penelitian di Semarang menunjukkan bahwa jenis kepadatan MP-ASI yang diberikan sesuai umur berhubungan erat dengan status gizi. Selain itu pada penelitian yang sama juga ditunjukkan bahwa ada hubungan antara frekuensi pemberian MP-ASI dengan status gizi. Penelitian yang dilakukan (Simanjuntak 2007).

Frekuensi pemberian MP-ASI hanya 3 kali per hari. Ketidaksesuaian terjadi karena ibu tidak membuat jadwal pemberian MP-ASI yang baik menurut kebutuhan bayinya. Pengaruh frekuensi dalam pemberian MP-ASI yaitu jika frekuensi pemberian kurang akan berakibat kebutuhan gizi anak tidak terpenuhi, dan jika berlebihan akan mengakibatkan bayi mendapatkan zat gizi yang berlebihan. Menurut Depkes-RI (2006).

Kurangnya frekuensi pemberian MP-ASI dalam sehari akan berakibat gizi anak tidak terpenuhi, dan pemberian MP-ASI yang melebihi frekuensi pemberian akan mengarah pada gizi lebih. Simanjuntak (2007).

b. Jadwal pemberian MP-ASI

Dapat diketahui waktu pemberian MP-ASI harus sesuai dengan umur balita, di Tabel 2.1 dapat di lihat jadwal dan jenis pemberian MP-ASI menurut umur bayi, jenis makanan dan frekuensi pemberian

Tabel 2.1 Pemberian MP-ASI menurut umur dan jenis makanan.

Umur bayi	Jenis Makanan	Berapa kali
0-6 bulan	-ASI	-kapan diminta
12-24	-ASI -buah-buahan -bubur roti -daging/kacang-kacangan/ayam/ikan -beras merah/kentang/labu/jagung -minyak/santan/advokad	-kapan diminta -4-6 kali
24-36	ASI -makanan pada umumnya, termasuk telur.	-kapan diminta -4-6 kali

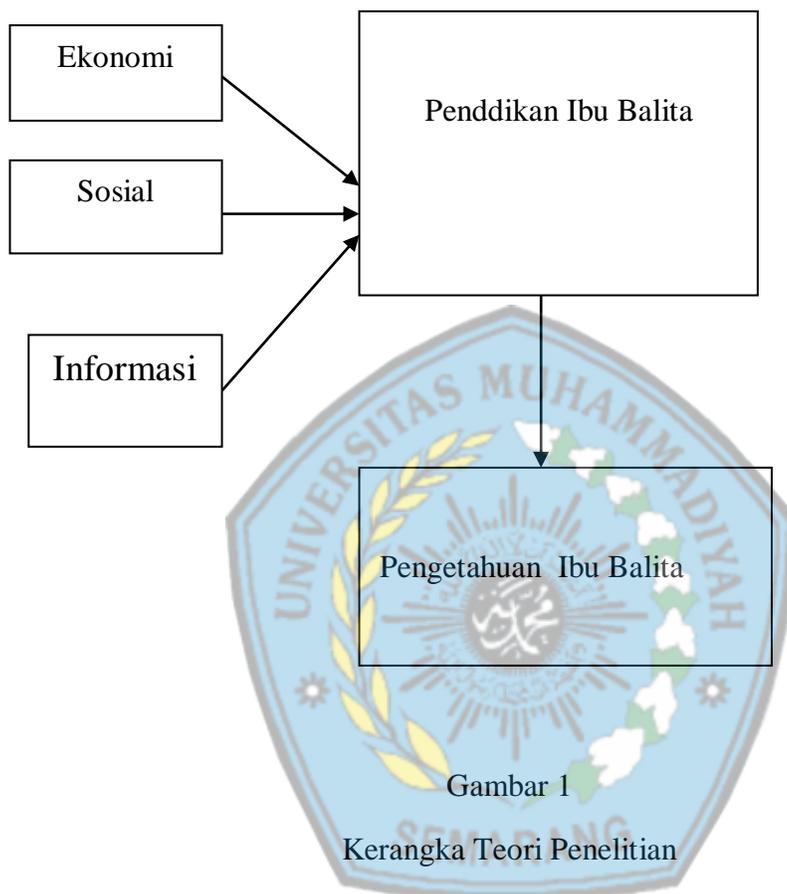
Sumber: Krisnatuti (2002).

c. Bentuk menu MP-ASI yang diberikan kepada balita

Pada anak usia 6-12 bulan, selain ASI, bayi mulai bisa diberi makanan pendamping ASI, karena pada usia itu bayi sudah mempunyai refleks mengunyah dengan pencernaan yang lebih kuat. Dalam pemberian makanan bayi perlu diperhatikan ketepatan waktu pemberian, frekuensi, jenis, jumlah bahan makanan, dan cara pembuatannya.

MP-ASI yang diberikan pada anak harus bertahap kepadatannya disesuaikan dengan perkembangan umurnya sebab hal ini disesuaikan dengan keadaan fisiologis bayi. Jenis makanan yang cocok untuk bayi usia 0-6 bulan hanyalah ASI. Pemberian makanan tambahan pada anak usia dini yang tidak sesuai umurnya bisa menyebabkan beberapa akibat, diantaranya infeksi, kenaikan berat badan (obesitas), dan alergi terhadap makanan tertentu. (Simanjuntak 2007).

1.7 Kerangka Teori



Gambar 1

Kerangka Teori Penelitian