

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Balita

2.1.1 Pengertian balita

Balita adalah kelompok anak yang berada pada rentang usia 0-5 tahun (Adriani & Wirjatmadi, 2012). Menurut Prasetyawati (2011), masa balita merupakan periode penting dalam proses tumbuh kembang manusia dikarenakan tumbuh kembang berlangsung cepat. Perkembangan dan pertumbuhan di masa balita menjadi faktor keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak di masa mendatang.

Balita adalah individu atau sekelompok individu dari suatu penduduk yang berada dalam rentan usia tertentu. Usia balita dapat dikelompokkan menjadi tiga golongan yaitu golongan usia bayi (0-2 tahun), golongan batita (2-3 tahun), dan golongan prasekolah (>3-5 tahun). Adapun menurut WHO, kelompok balita adalah 0-60 bulan (Adriani & Wijatmadi, 2014).

2.1.2 Karakteristik balita

Karakteristik Balita Septiasari (2012) menyatakan karakteristik balita dibagi menjadi dua yaitu:

1. Anak usia 1-3 tahun

Usia 1-3 tahun merupakan konsumen pasif artinya anak menerima makanan yang disediakan orang tuanya. Laju pertumbuhan usia balita lebih besar dari usia prasekolah, sehingga diperlukan jumlah makanan yang relatif besar. Perut yang lebih kecil menyebabkan jumlah makanan yang mampu diterimanya dalam sekali makan lebih kecil bila dibandingkan dengan anak yang usianya lebih besar oleh sebab itu, pola makan yang diberikan adalah porsi kecil dengan frekuensi sering.

2. Anak usia prasekolah (3-5 tahun)

Usia 3-5 tahun anak menjadi konsumen aktif. Anak sudah mulai memilih makanan yang sukainya. Pada usia ini berat badan anak cenderung mengalami penurunan, disebabkan karena anak beraktivitas

lebih banyak dan mulai memilih maupun menolak makanan yang disediakan orang tuanya.

2.2 Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu obyek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2014).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behaviour*) (Notoatmodjo, 2012).

Tingkat pengetahuan di dalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan (Notoatmodjo, 2014), yaitu :

1. Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dan seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu merupakan tingkatan pengetahuan yang paling rendah.

2. Memahami (*comprehension*)

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

3. Aplikasi (*aplication*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real (sebenarnya). Aplikasi di sini

dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau yang lain.

4. Analisis (*analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu obyek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam suatu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

5. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu bentuk kemampuan menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang baru

6. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian ini didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan menggunakan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subyek penelitian atau responden. Kedalaman pengetahuan yang ingin kita ketahui atau kita ukur dapat disesuaikan dengan tingkatan-tingkatan di atas.

2.2.1 Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, adapun faktor-faktor tersebut adalah sebagai berikut :

1. Pendidikan

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang maka semakin mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Pendidikan tinggi seseorang akan mendapatkan informasi baik dari orang lain maupun media massa. Semakin banyak informasi yang masuk, semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan (Fitriani, 2015).

2. Informasi atau Media Massa

Majunya teknologi menyediakan beragam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat. Sebagai sarana komunikasi, terdapat banyak media massa seperti televisi, radio, surat kabar, dan majalah yang mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang. Dalam penyampaian informasi, media massa membawa pula pesan-pesan yang berisi sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang. Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal dapat memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya pengetahuan terhadap hal tersebut (Soekidjo, 2007).

Menurut Saifuddin (2003), pengetahuan dapat dipengaruhi oleh adanya informasi dari sumber media sebagai sarana komunikasi yang dibaca atau dilihat, baik dari media cetak maupun elektronik seperti televisi, radio, surat kabar, majalah dan lain-lain.

3. Social, Budaya, dan Ekonomi

Status ekonomi seseorang juga akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status social ekonomi ini akan mempengaruhi pengetahuan seseorang (Soekidjo, 2007). System social budaya yang ada di masyarakat dapat mempengaruhi sikap dalam menerima informasi.

4. Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada disekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun social. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu (Soekidjo, 2007).

5. Pengalaman

Pengalaman sebagai sumber pengetahuan adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi masa lalu. Pengalaman belajar dalam bekerja yang dikembangkan memberikan pengetahuan dan keterampilan professional serta pengalaman belajar selama bekerja akan dapat mengembangkan kemampuan mengambil keputusan yang

merupakan manifestasi dari keterpaduan menalar secara ilmiah dan etik yang bertolak dari masalah nyata dalam bidang kerjanya (Soekidjo, 2007).

6. Usia

Usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik.

2.2.2 Penentuan Pengetahuan Ibu

Pengetahuan ibu tentang kesehatan dan gizi berkaitan balita diukur 10 pertanyaan, bila jawaban benar diberi skor 1, dan bila jawaban salah diberi skor 0, dibedakan atas 3 kategori sebagai berikut :

- Baik yaitu >80% dengan skor benar lebih dari >8 soal
- Sedang yaitu 60%-80% dengan skor benar 6-8 soal
- Kurang yaitu <60% dengan skor benar kurang dari <6 soal.

1. Kolostrum

a. Pengertian Kolostrum

Kolostrum adalah ASI berwarna kekuningan yang dihasilkan tiga hari pertama setelah melahirkan, sebaiknya diberikan sedini mungkin setelah bayi lahir (Rumiyati, 2011).

Kolostrum adalah istilah yang dipakai untuk menyatakan ASI pertama yang dihisap bayi. Kolostrum mengandung protein, mineral, aneka vitamin (A, E, dan B12). Kolostrum juga mengandung lebih sedikit lemak dibandingkan dengan ASI setelahnya. Dibandingkan dengan ASI pada umumnya, kolostrum lebih banyak mengandung protein, zat antivirus, dan antibakteri.

b. Manfaat Kolostrum

Beberapa manfaat kolostrum :

- 1) Baik untuk pertumbuhan anak
- 2) Melawan segala penyakit
- 3) Kolostrum berkhasiat khusus untuk bayi dan komposisinya mirip dengan nutrisi yang diterima bayi selama berada di dalam rahim.

- 4) Seperti imunisasi, kolostrum memberi antibodi kepada bayi (perlindungan terhadap penyakit yang pernah dialami sang ibu sebelumnya).
- 5) Kolostrum bermanfaat untuk mengenyangkan bayi pada hari-hari pertama hidupnya.
- 6) Kolostrum juga mengurangi konsentrasi bilirubin (yang menyebabkan bayi kuning) sehingga bayi lebih terhindar dari *juandice*.
- 7) Kolostrum juga membantu pembentukan bakteri yang bagus untuk pencernaan.
- 8) Meningkatkan konsentrasi daya ingat.
- 9) Membentuk kekuatan dan jumlah otot.
- 10) Mempunyai faktor imunitas yang kuat (Immunoglobulin, Lactoferin, Lactoalbumin, Glycoprotein, Cytokines dll) yang membantu melawan virus, bakteri, jamur, alergi, dan toksin.

c. Faktor yang menyebabkan seorang ibu tidak mau menyusui bayinya

Beberapa faktor yang menyebabkan ketidakmauan ibu dalam menyusui bayinya yaitu: Kurangnya informasi tentang manfaat dan keunggulan ASI, Kurangnya pengetahuan ibu tentang upaya mempertahankan kualitas dan kuantitas ASI selama menyusui, Merasa kurang modern dan menyusui dianggap cara kuno, Alasan kerja, Takut kehilangan kecantikan dan tidak disayang lagi oleh suami, Gencarnya iklan perusahaan susu botol diberbagai media masa (Rumiyati, 2011).

2. Inisiasi Menyusui Dini (IMD)

Inisiasi Menyusu Dini (IMD) merupakan proses membiarkan bayi menyusu sendiri setelah kelahiran. Bayi diletakkan di dada ibunya dan bayi itu sendiri dengan segala upayanya mencari puting untuk segera menyusui (Wildan & Febriana, 2017).

Inisiasi menyusu dini merupakan program yang sedang gencar dianjurkan oleh pemerintah. Dari hasil penelitian dalam dan luar negeri, ternyata inisiasi menyusu dini dapat mensukseskan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif.

Lebih dari itu, terlihat hasil yang nyata, yaitu menyelamatkan bayi (Wildan & Febriana, 2017)

Manfaat inisiasi menyusui dini untuk bayi salah satunya adalah menurunkan Angka Kematian Bayi (AKB) yang disebabkan oleh hipotermia serta dapat menghangatkan bayi melalui dada ibu dengan suhu yang tepat. Menurut penelitian Bergman, kulit ibu berfungsi sebagai inkubator, karena kulit ibu merupakan thermoregulator bagi bayi. Jika semua bayi di dunia segera setelah lahir diberi kesempatan menyusui sendiri dengan membiarkan kontak kulit ibu ke kulit bayi setidaknya selama satu jam, maka satu juta nyawa bayi dapat diselamatkan (Wildan & Febriana, 2017).

3. Air Susu Ibu (ASI)

a. Pengertian ASI

ASI adalah susu yang diproduksi oleh manusia untuk konsumsi bayi dan merupakan sumber gizi utama bagi bayi yang belum dapat mencerna makanan yang padat. ASI diproduksi karena pengaruh hormon prolaktin dan oksitosin setelah kelahiran bayi. ASI pertama yang keluar disebut kolostruma atau jolong dan mengandung banyak Immunoglobulin IgA yang baik untuk pertahanan tubuh bayi melawan penyakit (Syafudin dkk, 2011).

b. Manfaat ASI

Menurut Syafudin dkk (2011) beberapa manfaat ASI bagi bayi, yaitu :

- 1) Pemberian ASI pada bayi akan meningkatkan perlindungan terhadap banyak penyakit seperti radang otak dan diabetes.
- 2) ASI juga membantu melindungi dari penyakit-penyakit biasa seperti infeksi telinga, diare demam dan melindungi dari *Sudden Infant Death Syndrome* (SIDS) atau kematian mendadak pada bayi
- 3) Ketika bayi yang sedang menyusui sakit, mereka perlu perawatan rumah sakit jauh lebih kecil dibanding bayi yang minum susu botol.
- 4) Air susu ibu memberikan zat nutrisi yang paling baik dan paling lengkap bagi pertumbuhan bayi.

- 5) Air susu ibu akan melindungi bayi terhadap alergi makanan, jika makanan yang dikonsumsi sang ibu hanya mengandung sedikit makanan yang menyebabkan alergi.
- 6) Pemberian ASI akan menghemat pengeluaran keluarga yang digunakan untuk membeli susu formula dan segala perlengkapannya.
- 7) Menyusui merupakan kegiatan eksklusif bagi ibu dan bayi. kegiatan ini akan meningkatkan kedekatan antara anak dan ibu.
- 8) Resiko terjadinya kanker ovarium dan payudara pada wanita yang memberikan ASI bagi banyinya lebih kecil dari pada wanita yang tidak menyusui

c. ASI Eksklusif

ASI eksklusif adalah pemberian ASI tanpa makanan dan minuman tambahan lain pada bayi berumur nol sampai enam bulan. Bahkan air putih tidak diberikan dalam tahap eksklusif ini.

Pada tahun 2001 *World Health Organization*/Organisasi Kesehatan Dunia menyatakan bahwa ASI eksklusif selama enam bulan pertama hidup bayi adalah yang terbaik. dengan demikian, ketentuan sebelumnya (bahwa ASI eksklusif ini cukup empat bulan) sudah tidak berlaku lagi.

Setelah ASI eksklusif enam bulan tersebut, bukan berarti pemberian ASI dihentikan. Seiring dengan pengenalan makanan kepada bayi, pemberian ASI tetap dilakukan, sebaiknya menyusui dua tahun menurut rekomendasi WHO (Syafudin dkk, 2011) .

d. Manfaat ASI Eksklusif

Menurut Syafudin dkk (2011) manfaat ASI Eksklusif untuk bayi :

- 1) ASI adalah makanan terbaik bagi bayi, yang mudah dicerna dan diserap selalu bersih, segar dan aman.
- 2) ASI menyempurnakan pertumbuhan bayi sehingga menjadikan bayi sehat dan cerdas.
- 3) ASI memberikan perlindungan terhadap berbagai penyakit terutama infeksi.
- 4) ASI selalu tersedia dengan suhu yang tepat sehingga tidak akan mengecewakan bayi karena harus menunggu tidak tepat.

- 5) Bayi yang menyusu jarang mengalami diare, tidak akan mengalami sembelit dan jarang terkena alergi.
- 6) Komposisi dan volume ASI cukup untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi sampai enam bulan.
- 7) Sistem pencernaan bayi sampai enam bulan belum sempurna untuk mencerna makanan selain ASI. ASI sendiri udah dicerna karena mengandung enzim-enzim.
- 8) Tidak memberatkan fungsi ginjal bayi. Sistem ekskresi bayi baru lahir sampai dengan usia 6 bulan belum sempurna, sehingga bila diberi makanan dengan osmolaritas yang tinggi (seperti susu formula atau buah-buahan) akan memberatkan kerja ginjal.
- 9) Pemberian makanan atau minuman ASI sebelum 4-6 bulan secara tidak langsung akan mengurangi produksi ASI, oleh karena frekuensi bayi unruk menyusu berkurang karena sudah kenyang.

Menurut Syafrudin dkk (2011) manfaat ASI Eksklusif untuk ibu :

- a. Mengurangi pendarah setelah melahirkan dan mempercepat involusi uterus (pengecilan rahim secara sempurna)
- b. Membantu mengembalikan tubuh seperti keadaan sebelum hamil. Dengan menyusui, timbunan lemak pada tubuh ibu akan dipergunakan untuk memproduksi ASI sehingga berat badan ibu akan kembali seperti sebelumnya.
- c. Menjadikan hubungan ibu dengan bayi semakin dekat.
- d. Menunda kehamilan.
- e. Mengurangi resiko kanker payudara dan ovarium.
- f. Pemulihan kesehatan ibu lebih cepat.

4. Protein

- a. Pengertian Protein

Protein merupakan sumber asam amino yang mengandung unsur Carbon, Hidrogen, Oksigen, dan Nitrogen. protein berasal dari kata Yunani *Proteos*, yang berarti yang utama atau yang didahulukan. protein merupakan zat gizi kedua yang banyak terdapat di dalam tubuh setelah air.

Protein merupakan zat gizi yang paling banyak terdapat dalam tubuh. Protein merupakan bagian dari semua sel-sel hidup. Seperlima dari berat tubuh orang dewasa merupakan protein (Sulistyoningsih, 2011). Hampir setengah jumlah protein terdapat di otot, seperlima terdapat di tulang atau tulang rawan, sepersepuluh terdapat di kulit, sisanya terdapat dalam jaringan lain dan cairan tubuh. Semua enzim merupakan protein. Banyak hormon juga protein atau turunan protein. Hanya urin dan empedu dalam kondisi normal dan tidak mengandung protein (Yuniastuti, 2008)

b. Sumber-sumber Protein

Protein terdapat pada pangan nabati ataupun hewani. Nilai biologi protein pada bahan pangan bersumber hewani lebih tinggi dibandingkan dengan bahan makanan nabati. Pangan protein sumber hewani adalah daging, unggas, ikan, kerang, telur, susu dan produk olahannya. Pangan nabati yang memiliki kandungan protein adalah kedelai dan olahannya seperti tempe, tahu, serta kacang-kacangan lain.. Sebagian kecil protein terdapat dalam sayuran dan buah-buahan. Padi-padian dan hasilnya relatif rendah dalam protein, tetapi karena dimakan dalam jumlah banyak, memberi sumbangan besar terhadap konsumsi protein sehari (Yuniastuti, 2008).

c. Fungsi Protein

Menurut Yuniastuti (2008) protein mempunyai beberapa fungsi sebagai berikut :

- 1) Salah satu penghasil utama energi
Apabila pemenuhan kebutuhan energi tidak tercukupi dari karbohidrat maka protein dapat digunakan sebagai sumber energi 1 gram protein dapat menghasilkan 4 kkal.
- 2) Sebagai zat pembangun protein berfungsi dalam pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh serta menggantikan sel-sel yang mati dan aus terpakai.
- 3) Sebagai badan-badan inti protein berfungsi dalam mekanisme pertahanan tubuh melawa berbagai mikroba dan zat toksik yang datang dari luar dan masuk ke dalam *millieu interieur* tubuh.

4) Mengangkut zat gizi

Menyediakan asam amino yang diperlukan dalam membentuk enzim pencernaan dan metabolisme serta antibodi yang dibutuhkan.

5) Mengatur keseimbangan air

Protein dan elektrolit berperan penting dalam menjaga keseimbangan cairan tubuh. penumpukan cairan dalam jaringan (oedema) merupakan salah satu tanda awal kekurangan protein.

6) Menjaga keseimbangan asam basa dari cairan tubuh. Protein diperlukan untuk mengikat kelebihan asam atau basa dalam cairan tubuh, sehingga reaksi netral dari cairan tubuh selalu dapat dipertahankan.

d. Akibat Kekurangan dan Kelebihan Konsumsi Protein

Kekurangan konsumsi protein banyak terdapat pada masyarakat sosial ekonomi rendah. Kekurangan protein murni pada stadium berat menyebabkan *kwashiorkor* pada anak-anak di bawah 5 tahun (BALITA). Kekurangan protein sering ditemukan bersamaan dengan kekurangan energi yang menyebabkan kondisi yang dinamakan marasmus. Protein secara berlebihan tidak menguntungkan tubuh. Makanan yang tinggi protein biasanya energi tinggi lemak sehingga dapat menyebabkan obesitas. Kelebihan asam amino memberatkan ginjal dan hati (Yuniastuti, 2008).

5. Vitamin A

a. Pengertian Vitamin A

Vitamin A merupakan zat gizi penting yang dibutuhkan oleh tubuh untuk fungsi pertumbuhan dan perkembangan serta sistem kekebalan tubuh (Nugraha, 2014). Vitamin A tidak dapat dibentuk oleh tubuh sehingga harus didapatkan dari makanan sehari-hari.

b. Sumber Vitamin A

Vitamin A terdapat dalam pangan hewani seperti hati, kuning telur, susu, dan mentega, Karoten dapat ditemui pada bahan pangan nabati sayuran daun berwarna hijau, buah berwarna kuning, misalnya pepaya, tomat, labu, ubi jalar kuning, nanas dan mangga (Marliyati dkk, 2014).

c. Fungsi Vitamin A

Fungsi dari vitamin A yaitu :

- 1) Vitamin A berperan dalam berbagai fungsi faali tubuh, penglihatan
- 2) Proses pertumbuhan reproduksi
- 3) Untuk perkembangan tulang
- 4) Untuk kekebalan
- 5) Untuk mempertahankan jaringan epitel

(Marliyati dkk, 2014).

d. Akibat Kekurangan dan Kelebihan Vitamin A

KVA lebih banyak diderita oleh kalangan anak-anak. Hal ini disebabkan karena mereka memiliki kebutuhan vitamin A yang tinggi akibat dari peningkatan pertumbuhan fisik dan asupan makanan yang rendah (Marliyati dkk, 2014). Akibat kekurangan vitamin a adalah:

1) Buta Senja

Salah satu tanda awal kekurangan Vitamin A adalah buta senja (niktalopia), yaitu ketidakmampuan menyesuaikan penglihatan dari cahaya terang ke cahaya samar-samar/senja, seperti bila memasuki gelap dari kamar terang. Komsumsi Vitamin A yang tidak cukup menyebabkan simpanan dalam tubuh menipis, sehingga kadar Vitamin A darah menurun yang berakibat Vitami A tidak cukup diperoleh retina mata untuk membentuk pigmen penglihatan rodopsin

2) Perubahan pada Mata

Kornea mata berpengaruh secara dini oleh kekurangna Vitamin A.. Mata terkena infeksi dan pendarahan. Gejala-gejala yang ringan dinamakan *xerosis konjungvita*, yaitu konjungvita menjadi kering bercak bitot, yaitu bercak putih keabu-abuan pada konjungvita. Bentuk sedang dinamakan *xerosis kornea* (kornea menjaid kering dan kehilangan kerjenihan). Tahap akhir adalah *keratomalasia* (kornea menjadi lunak dan bisa pecah dan menyebabkan kebutaan total.

3) Infeksi

Fungsi kekebalan tubuh menurun pada kekurangan vitamin A, sehingga tubuh mudah terserang infeksi. Kekurangan Vitamin A pada

anak-anak di samping itu dapat menyebabkan komplikasi pada campak yang dapat menyebabkan kematian. Vitamin A juga diamankan vitamin anti-infeksi.

4) Perubahan pada kulit

Kulit menjadi kering dan kasar, folikel rambut menjadi kasar, mengeras, dan mengalami keratinisasi yang dinamakan hiperkeratinosisfolikular. mula-mula terkena lengan dan paha, kemudian dapat menyebar ke seluruh tubuh.

5) Gangguan Pertumbuhan

Kekurangan Vitamin A menghambat pertumbuhan sel-sel, termasuk sel-sel tulang. Fungsi sel-sel membentuk email pada gigi terganggu dan terjadi atrofi sel-sel yang membentuk dentin, sehingga gigi mudah rusak.

6) Lain-lain

Perubahan lain yang dapat terjadi adalah keratinisasi sel-sel rasa pada lidah yang menyebabkan berkurangnya nafsu makan. Keratinisasi konjungtiva mata (selaput yang melapisi kelopak dan bola mata) merupakan salah satu tanda khas kekurangan vitamin A.

Kurang Vitamin A (KVA) selama tiga dekade terakhir, telah tercatat sebagai masalah kesehatan masyarakat dan merupakan penyebab utama kesakitan dan kematian anak usia prasekolah di negara berkembang. Kekurangan Vitamin A dapat disebabkan karena kekurangan konsumsi pangan sumber vitamin A, gangguan penyerapan dan proses metabolisme dalam tubuh, kebutuhan vitamin A yang meningkat, atau terganggunya metabolisme yang mengubah karoten menjadi vitamin A. Pendapatan yang rendah, ketidakpedulian terhadap status gizi, kurangnya pengetahuan terhadap zat gizi, serta kebiasaan konsumsi pangan dapat menjadi penyebab masalah KVA (Adriani & Wirjatmadi, 2012).

Kelebihan Vitamin A hanya bisa terjadi bila memakan vitamin A suplemen dalam takaran tinggi yang berlebihan, misalnya takaran 16.000 RE untuk waktu lama atau 40.000-55.000 RE/hari (Adriani & Wirjatmadi, 2012)

Gejala pada orang dewasa antara lain sakit kepala, pusing, rambut rontok, kulit mengering, tidak nafsu makan atau anoreksi, dan sakit pada tulang. Pada wanita menstruasi berhenti. Pada bayi terjadi pembesaran kepala, hidrosifalus dan mudah tersinggung, yang dapat terjadi pada konsumsi 8.000 RE/hari selama 30 hari. Gejala kelebihan ini hanya terjadi bila dimakan dalam bentuk Vitamin A (Almatsier, 2009).

6. Kartu Menuju Sehat (KMS)

Kartu Menuju Sehat (KMS) adalah kartu yang memuat kurva umur. KMS di Indonesia telah digunakan sejak tahun 1970-an, sebagai sarana utama kegiatan pemantauan dengan pertumbuhan. Perkembangan ilmu dan teknologi, KMS mengalami 3 kali perubahan. KMS pertama dikembangkan tahun 1974 dengan menggunakan rujukan Havard. Pada tahun 1990, KMS direvisi dengan menggunakan rujukan WHO-NCHS dan pada tahun 2008, KMS balita direvisi berdasarkan standar antropometri WHO 2005. Kegiatan pemantauan di Indonesia telah dilaksanakan tahun 1974 melalui penimbangan bulanan di posyandu dengan menggunakan Kartu Menuju Sehat (KMS) (Rahayu dkk, 2018).

Dalam KMS terdapat jalur-jalur berwarna yang menunjukkan derajat kesehatan balita. Anak sehat (KKPo) digambarkan dengan jalur berat badan berwarna hijau. Data yang didapat ditempatkan pada jalur KMS, bila jatuh didalam jalur hijau berarti berat badan balita baik dan kondisi kesehatan gizinya juga baik, sedangkan bila garis grafik menurun keluar dari jalur hijau, berarti ada gangguan pertumbuhan dan kesehatan balita. Dan apabila kurva pertumbuhan balita naik terus dan keluar dari jalur hijau sebelah atas, hal ini menunjukkan bahwa makanan yang dikonsumsi balita melebihi apa yang harus diperlukan oleh tubuh yang sehat dan normal (Rahayu dkk, 2018).

7. Imunisasi

Imunisasi merupakan salah satu upaya untuk merangsang sistem imunologi tubuh untuk membentuk antibodi (kekebalan) yang spesifik sehingga dapat melindungi tubuh dari serangan (Penyakit yang Dapat Dicegah Dengan Imunisasi, PD3I) (Emilya, 2017). Imunisasi diberikan dengan tujuan untuk memberikan

kekebalan kepada bayi agar dapat mencegah penyakit dan kematian bayi serta anak yang disebabkan oleh penyakit yang sering berjangkit.

2.3 Status Gizi Balita

2.3.1 Status Gizi

Status gizi merupakan bukti seberapa jauh perhatian manusia terhadap kecukupan gizi bagi tubuh. Status gizi adalah keadaan tubuh yang diakibatkan konsumsi, penyerapan, dan penggunaan makanan. Susunan makanan yang memenuhi kebutuhan gizi tubuh pada umumnya dapat menciptakan status gizi yang memuaskan

Status gizi adalah tingkat keadaan gizi seseorang yang dinyatakan menurut jenis dan beratnya keadaan gizi; misalnya gizi lebih, gizi baik, gizi kurang, gizi buruk. Status gizi merupakan keseimbangan antara kebutuhan zat gizi dan konsumsi makanan.

Status gizi optimal adalah keseimbangan antara asupan dan kebutuhan zat gizi sehingga mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang normal, pemeliharaan kesehatan, kemampuan beraktivitas, serta meningkatkan daya tahan terhadap penyakit. Dengan demikian, asupan zat gizi memengaruhi status gizi seseorang. Selain asupan zat gizi, infeksi juga ikut memengaruhi status gizi. Pada orang status gizinya kurang, masalah kurangnya asupan zat gizi dan adanya infeksi yang biasanya menjadi penyebab (Setyawati & Hartini, 2018).

2.3.2 Penilaian Status Gizi

Penilaian status gizi merupakan interpretasi dari data yang didapatkan dengan menggunakan berbagai metode untuk mengidentifikasi populasi atau individu yang berisiko atau dengan status gizi buruk (Sudargo, 2018).

Secara garis besar, metode penilaian status gizi dibedakan menjadi dua yaitu metode langsung dan tidak langsung. Metode langsung dibagi menjadi empat, yaitu antropometri, klinis, biokimia, dan biofisik. Sedangkan metode tidak langsung dibagi menjadi tiga, yaitu survei konsumsi, statistik vital, dan faktor ekologi (Supriasa, 2012).

Metode penilaian status gizi secara langsung terbagi dalam

1) Antropometri

Secara umum antropometri artinya ukuran tubuh manusia. ditinjau dari sudut pandang gizi, maka antropometri gizi berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi. Penilaian status gizi dengan antropometri terdiri dari beberapa variabel, yaitu :

a. Umur

Umur sangat memegang peran penting dalam penentuan status gizi, jika penentuan umur salah pada penentuan status gizi, maka akan menyebabkan interpretasi yang salah. Hasil penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan menjadi tidak berarti jika salah dalam penentuan umur.

b. Berat Badan

Berat badan merupakan salah satu ukuran yang memberikan gambaran massa jaringan, termasuk cairan tubuh. Berat badan sangat peka terhadap perubahan yang mendadak, bisa dikarenakan penyakit infeksi atau konsumsi yang menurun (Notoatmojo, 2005).

Dalam ketentuan umum penggunaan standar antropometri WHO 2005, kategori dan ambang batas status gizi anak berdasarkan indeks (BB/U) sebagai mana terdapat pada Tabel 2.1

Tabel 2.1

Kategori dan Ambang Batas Status Gizi anak Usia 0-6 bulan berdasarkan Indeks Berat Badan menurut Umur (BB/U)

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z- Score)
Berat badan menurut umur (BB/U)	Gizi buruk	<-3 SD
	Gizi kurang	-3 SD s.d. <-2 SD
	Gizi baik	-2 SD s.d. 2 SD
	Gizi lebih	>2 SD

Sumber : Kepmenskes No 1995/MENKES/XII/2010 tentang standar antropometri penilaian status gizi anak

c. Tinggi Badan

Tinggi badan memberikan suatu gambaran fungsi pertumbuhan yang dapat dilihat dari kurus kering atau kecil pendek. Tinggi badan dapat

melihat keadaan masa lalu terutama yang berkaitan dengan keadaan berat badan bayi rendah dan kekurangan gizi pada masa balita (Septikasari, 2018).

2) Klinis

Pemeriksaan klinis adalah metode yang sangat penting untuk menilai status gizi masyarakat. Metode ini didasarkan atas perubahan yang terjadi yang dihubungkan dengan ketidakcukupan zat gizi. Hal ini dapat dilihat pada jaringan epitel (supervical epithel tissue) seperti kulit, mata, rambut dan mukosa sel oral atau pada organ-organ yang dekat dengan permukaan tubuh seperti kelenjer tiroid.

3) Biokimia

Penilaian status gizi dengan biokimia adalah pemeriksaan spesimen yang diuji secara laboratorium yang dilakukan pada berbagai macam jaringan tubuh. jaringan tubuh yang digunakan antara lain : darah, urine, tinja dan juga beberapa jaringan tubuh seperti hati dan otot.

4) Biofisik

Penentuan status gizi secara biofisik adalah metode penentuan status gizi dengan melihat kemampuan fungsi (khususnya jaringan) dan melihat perubahan struktur dari jaringan.

Sedangkan penilaian status gizi secara tidak langsung yaitu :

1) Survei Komsumsi Makanan

Survei komsumsi makanan adalah metode penelitian status gizi secara tidak langsung dengan melihat jumlah dan jenis zat gizi yang dikonsumsi.

2) Statistik Vital

Pengukuran status gizi dengan statistik vital adalah dengan menganalisa dan beberapa statistik kesehatan seperti angka kematian berdasarkan umur, angka kesakitan dan kematian akibat penyakit tertentu dan data lainnya yang berhubungan.

3) Faktor ekologi

Bengoa mengungkapkan bahwa malnutrisi merupakan masalah ekologi sebagai hasil interaksi beberapa faktor fisik, biologis dan lingkungan

budaya. Jumlah yang tersedia sangat tergantung dari keadaan ekologi seperti iklim, tanah, irigasi dll (Notoadmodjo, 2010).