

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Balita

Balita adalah istilah yang digunakan untuk usia anak hingga berusia 5 tahun. Usia balita dapat disebut juga dengan istilah *Golden Age* karena hanya akan terjadi sekali saja. Menurut *World Health Organization* (WHO) (2002) usia anak di bawah lima tahun (balita) dapat dikelompokkan menjadi 3, yaitu usia 0 sampai 1 tahun disebut dengan bayi, usia 2 sampai 3 tahun disebut batita dan usia 4 sampai 5 tahun disebut dengan pra-sekolah (AIPGI, 2017).

Masa balita adalah masa yang paling penting karena mulai terbentuk dasar-dasar kemampuan keinderaan, berfikir, berbicara serta pertumbuhan mental intelektual yang intensif dan awal pertumbuhan moral (Rosidah, 2017). Di masa yang akan datang, tumbuh kembang anak sangat membutuhkan perhatian oleh orang tua dalam hal pemberian zat gizi di usia balita. Penilaian status gizi balita dilakukan secara kontinyu agar kesehatan balita tetap terus terpantau dengan baik (Gunawan dkk, 2018).

B. Status Gizi

1. Pengertian Status Gizi

Status gizi merupakan sebuah ukuran akibat terpenuhinya kebutuhan gizi yang berasal dari asupan dan penggunaan zat gizi oleh tubuh (AIPGI, 2017). Status gizi seseorang bergantung dari asupan gizi yang masuk ke dalam tubuh dan kebutuhannya. Jika asupan gizi dan kebutuhannya seimbang maka status gizinya akan baik, sebaliknya jika asupan gizinya kurang dibandingkan dengan kebutuhan tubuhnya akan mengalami status gizi kurang (Thamaria, 2015).

Status gizi dapat dinilai dengan cara menggunakan data antropometri yang terbagi menjadi 4 kategori, yaitu berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U), berat

badan menurut tinggi badan (BB/TB), dan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) (AIPGI, 2017).

2. Penilaian Status Gizi Balita

Penilaian status gizi balita dapat dilakukan dengan menggunakan pengukuran antropometri. Antropometri merupakan macam-macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh seperti berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas, dan tebal lemak di bawah kulit (Supariasa dkk, 2014). Berdasarkan AIPGI (2017) indeks antropometri yang digunakan untuk mengukur status gizi balita dibagi menjadi 4 kategori, antara lain:

a. Berat Badan Menurut Umur (BB/U)

BB/U merupakan gambaran berat badan relatif (BBR) yang dibandingkan dengan umur anak. Indeks BB/U digunakan untuk menentukan status gizi berat badan sangat kurang (*severely underweight*), berat badan kurang (*underweight*), berat badan normal, dan risiko berat badan lebih.

b. Panjang/Tinggi Badan Menurut Umur (PB/U atau TB/U)

Panjang Badan (PB) digunakan untuk mengukur anak umur 0 sampai 24 bulan dengan posisi telentang, sedangkan tinggi badan (TB) digunakan untuk mengukur anak usia lebih dari 2 tahun dengan posisi badan berdiri tegak. Indeks PB/U atau TB/U digunakan untuk menentukan status gizi tinggi badan sangat pendek (*severely stunted*) dan tinggi badan pendek (*stunted*), tinggi badan normal, dan tinggi.

c. Berat Badan Menurut Panjang Badan atau Tinggi Badan (BB/PB atau BB/TB)

BB/TB merupakan gambaran berat badan yang dibandingkan dengan pertumbuhan linier seperti panjang badan atau tinggi badan (PB atau TB). Indeks ini digunakan untuk menentukan status gizi buruk (*severely wasted*), gizi kurang (*wasted*), gizi baik, berisiko gizi lebih, gizi lebih (*overweight*), dan obesitas (*obese*).

d. Indeks Massa Tubuh Menurut Umur (IMT/U)

IMT/U digunakan untuk menentukan status gizi dengan cara menilai massa tubuh. Indeks ini umumnya digunakan untuk skrining *overweight* dan obesitas.

3. Kategori Status Gizi Berdasarkan Indeks

Kategori dan ambang batas status gizi berdasarkan indeks adalah sebagai berikut (Permenkes, 2020):

Tabel 2.1 Kategori Status Gizi Berdasarkan Indeks

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
Berat badan menurut umur (BB/U) Anak umur 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
Panjang badan menurut umur (PB/U) atau tinggi badan menurut umur (TB/U) Anak umur 0-60 bulan	Sangat pendek (<i>severely stunted</i>)	<-3 SD
	Pendek (<i>stunted</i>)	-3 SD sd <-2 SD
	Normal	-2 SD sd +3 SD
	Tinggi	>+3 SD
Berat Badan menurut panjang badan (BB/PB) atau berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) Anak umur 0-60 bulan	Gizi buruk (<i>severely wasted</i>)	<-3 SD
	Gizi kurang (<i>wasted</i>)	-3 SD sd <-2 SD
	Gizi baik (normal)	-2 SD sd +1 SD
	Berisiko gizi lebih (<i>possible risk of overweight</i>)	>+1 SD sd +2 SD
	Gizi lebih (<i>overweight</i>)	>+2 SD sd +3 SD
	Obesitas (<i>obese</i>)	>+3 SD
Indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) Anak umur 0-60 bulan	Gizi buruk (<i>severely wasted</i>)	<-3 SD
	Gizi kurang (<i>wasted</i>)	-3 SD sd <-2 SD
	Gizi baik (normal)	-2 SD sd +1 SD
	Berisiko gizi lebih (<i>possible risk of overweight</i>)	>+1 SD sd +2 SD
	Gizi lebih (<i>overweight</i>)	>+2 SD sd +3 SD
	Obesitas (<i>obese</i>)	>+3 SD

4. Faktor-Faktor yang Berkaitan dengan Status Gizi

Faktor-faktor yang berkaitan dengan status gizi antara lain, adalah penyakit infeksi, sanitasi lingkungan, pola asuh, pengaruh budaya, dan kondisi sosial ekonomi. Penjelasan masing-masing faktor sebagai berikut:

a. Penyakit Infeksi

Status gizi dengan kejadian infeksi memiliki keterkaitan yang erat. Anak yang memiliki status gizi kurang akan mudah terserang penyakit infeksi, karena daya tahan tubuhnya tidak cukup kuat. Anak yang menderita penyakit infeksi, nafsu makannya akan menurun yang mengakibatkan kekurangan gizi hingga menjadi status gizi kurang. Penyakit infeksi yang memiliki kaitan dengan status gizi antara lain adalah, diare, TBC (*tuberculosis*), kecacingan, campak, batuk rejan, dan penyakit infeksi lainnya (Thamaria, 2017).

b. Sanitasi Lingkungan

Kebersihan lingkungan maupun perorangan, memiliki peran penting dalam menimbulkan penyakit. Kebersihan yang kurang akan menyebabkan anak sering sakit, seperti diare, kecacingan, demam tifoid, demam berdarah, malaria, hepatitis, batuk, pilek, dan penyakit infeksi lainnya. Demikian juga, lingkungan yang udaranya berpolusi yang dapat berasal dari pabrik, asap kendaraan, serta asap rokok akan menyebabkan anak menderita penyakit ISPA. Keadaan *hygiene* sanitasi lingkungan yang buruk akan menyebabkan anak balita sering mengalami gangguan kesehatan sehingga akan memberikan pengaruh terhadap status gizinya (Simbolon, 2017).

c. Pola Asuh

Pola asuh merupakan kemampuan seseorang untuk meluangkan waktu, perhatian, dan dukungan terhadap anak agar dapat tumbuh dan berkembang dengan baik secara mental dan fisik (Wiki, 2008 dalam Handayani, 2017). Dalam masa pengasuhan lingkungan pertama bagi anak adalah orang tua,

oleh karena itu pembentukan pribadi anak sangat bergantung dengan orang tua.

Peran keluarga terutama ibu dalam mengasuh anak memiliki peran sebagai penentu bagaimana anak akan tumbuh dan berkembang. Pola asuh ibu dalam menyusui, memberikan makanan yang bergizi, cara pemberian makan yang sehat, dan mengontrol besar porsi yang dihabiskan akan meningkatkan status gizi anak. Sebaliknya, jika pola asuh yang ibu berikan kurang baik akan menyebabkan anak memiliki status gizi kurang (Hidayat, 2005 dalam Handayani, 2017).

d. Pengaruh Budaya

Budaya memiliki peran penting dalam proses pembentukan status gizi. Budaya akan memberikan pengaruh dalam menciptakan kebiasaan makan individu ataupun kelompok masyarakat. Pengaruh budaya bisa saja menciptakan kebiasaan makan yang baik, namun tak jarang pengaruh budaya dapat menciptakan kebiasaan yang bertentangan dengan prinsip gizi. Pada kelompok masyarakat tertentu terkadang memiliki pantangan yang bertentangan dengan gizi akibat terpengaruh budaya. Misalnya seperti balita tidak boleh mengonsumsi telur karena khawatir akan bisulan. Budaya-budaya yang bertentangan dengan gizi tersebut akan mengakibatkan status gizi anak kurang (Thamaria, 2017).

e. Keadaan Sosial Ekonomi

Keadaan sosial ekonomi memberikan pengaruh dalam penyediaan makanan dalam keluarga. Keadaan sosial yang dapat mempengaruhi status gizi, antara lain adalah jumlah anggota keluarga yang tinggal dalam satu rumah, kepadatan penduduk, kebersihan dapur untuk pengolahan makanan, ketersediaan air bersih. Keadaan tersebut secara tidak langsung berperan dalam mempengaruhi status gizi anak. Keadaan ekonomi juga dapat memberikan pengaruh terhadap status gizi anak, antara lain adalah pekerjaan ayah, pendapatan per bulan, harga pangan di pasaran. Hal tersebut akan mempengaruhi

ketersediaan makanan dalam rumah tangga yang mengakibatkan status gizi anggota keluarga (Thamaria, 2017).

C. Air Susu Ibu (ASI)

1. Pengertian ASI

ASI merupakan cairan yang berasal dari hasil sekresi kelenjar payudara ibu yang berfungsi sebagai makanan utama untuk bayi baru lahir sampai usia 2 tahun (Sandjaja, 2009). ASI merupakan emulsi lemak yang terkandung dalam larutan protein, laktosa, dan garam-garam organik yang telah disekresi oleh kelenjar payudara ibu (Roesli, 2000 dalam Astuti dkk, 2015). ASI adalah makanan yang paling baik untuk memenuhi kebutuhan bayi sebagai penunjang tumbuh kembangnya. Sistem pencernaan bayi hanya dapat menerima ASI, sehingga dianjurkan untuk memberikan ASI secara eksklusif selama 6 bulan (Astuti dkk, 2015).

2. Status Pemberian ASI

Menurut, Devriany dkk. (2018) status pemberian ASI dibagi menjadi dua, yaitu:

a. ASI Eksklusif

ASI eksklusif adalah pemberian ASI saja tanpa menambahkan minuman lain seperti susu formula, air putih, air jeruk atau makanan lain seperti bubur, nasi tim, dan pure pisang sampai bayi berusia 6 bulan.

b. ASI Non Eksklusif

ASI non eksklusif adalah pemberian ASI dengan memberikan minuman tambahan seperti susu formula, air putih, air jeruk atau makanan lain seperti bubur, nasi tim, dan pure pisang sebelum bayi berusia 6 bulan.

3. Macam-Macam ASI

Menurut, Maryunani (2012) ASI dapat dibedakan menjadi 3 stadium, yaitu kolostrum, air susu transisi, dan air susu matur. Air susu hari 1-4 disebut kolostrum, berbeda dengan air susu hari ke 5-10 (transisi) dan air susu matur. Macam-macam ASI dapat dijelaskan, sebagai berikut:

a. Kolostrum

Kolostrum merupakan cairan yang pertama kali disekresi oleh kelenjar mammae yang terdapat dalam alveoli dan duktus dengan kandungan *tissue debris* dan residual material, sebelum dan sesudah proses melahirkan. Cairan kolostrum bertekstur kental, lengket dan memiliki warna kekuningan. Di dalam kolostrum banyak mengandung protein, mineral, garam, vitamin A, nitrogen, sel darah putih antibodi (kekebalan tubuh) yang tinggi daripada air susu matur. Selain itu, kandungan lemak dan laktosa di kolostrum rendah. Kolostrum juga dapat menjadi pencahar ideal untuk membersihkan zat yang tidak digunakan dari usus bayi yang baru lahir dan mempersiapkan pencernaan bayi untuk makanan yang akan datang.

b. Air Susu Transisi

ASI transisi adalah ASI yang keluar setelah kolostrum sampai sebelum ASI yang belum matang, tepatnya pada hari ke-4 sampai hari ke-10. ASI transisi merupakan ASI peralihan dari kolostrum menjadi ASI matur. Selama dua minggu, volume ASI akan bertambah banyak, warna dan komposisinya juga akan berubah. Di dalam ASI transisi kadar protein menjadi semakin rendah, sedangkan lemak dan laktosa menjadi semakin meningkat.

c. Air Susu Matur

ASI matur disekresi pada hari ke-10 dan seterusnya. ASI matur berwarna putih kekuning-kuningan karena mengandung unsur kaseinat, riboflavin dan karotin. Kandungan yang terdapat dalam ASI matur relatif tidak berubah (konstan), bila ASI matur dipanaskan tidak terjadi penggumpalan. ASI matur memiliki volume 300-850 ml/24 jam. Di dalam ASI matur terdapat antimikrobakterial seperti: antibodi terhadap bakteri dan virus, sel (fagosit, granulosit, makrofag, limfosit tipe-T), enzim lisosim dan *lactoperoxidase*, protein (laktoferin, B12 Binding Protein), faktor resisten terhadap *staphylococcus*, dan *complement* (C3 dan C4).

4. Manfaat ASI bagi Bayi

Menurut, Putri dkk. (2020) pemberian ASI pada bayi mempunyai banyak manfaat, antara lain:

a. ASI sebagai Sumber Gizi yang Ideal

ASI memiliki komponen yang paling lengkap untuk menunjang tumbuh kembang bayi karena banyak mengandung zat gizi seperti laktosa, lemak, protein, vitamin, mineral dan zat-zat penting lainnya.

b. ASI Menurunkan Risiko Kematian Neonatal

Kekebalan tubuh bayi belum memiliki komponen yang lengkap dibandingkan orang dewasa, sehingga lebih mudah terserang bakteri dan virus. Pemberian makanan dan minuman selain ASI ke bayi memiliki potensi untuk menjadi perantara masuknya bakteri dan virus ke tubuh bayi. Selain itu, bayi dapat memperoleh zat kekebalan tubuh ibu dari ASI yang dikonsumsi.

c. ASI Meningkatkan Daya Tahan Tubuh Bayi

Bayi yang secara alamiah diberikan kolostrum akan memperoleh IgA (Immunoglobulin A) atau zat kekebalan tubuh yang tidak ditemukan dalam susu sapi. ASI memiliki banyak faktor protektif yang dapat melindungi bayi dari berbagai penyakit yang disebabkan oleh infeksi bakteri, virus, parasit, dan jamur seperti diare. Kolostrum mengandung zat kekebalan tubuh lebih banyak daripada ASI matur.

d. ASI Mudah Dicerna dan Mengandung Enzim Pencernaan

ASI mengandung protein dan asam lemak dengan rasio yang tepat, sehingga mudah dicerna oleh bayi. Saat bayi berusia kurang dari 6 bulan, kelenjar pankreas yang menghasilkan enzim belum berfungsi dengan sempurna. Di dalam ASI banyak mengandung enzim pencernaan seperti enzim amilase, enzim lipase, enzim protease, enzim lisozim, enzim peroksidase, dan beberapa enzim pencernaan lainnya yang sangat membantu proses pencernaan bayi.

e. ASI Tidak Menyebabkan Alergi

Pemberian ASI eksklusif pada bayi membantu proses pematangan 'pelapis usus' dan menjadi penghalang masuknya molekul yang memicu alergi. Kandungan oligosakarida, sitokin, glikoprotein, LC-PUFA, lisozim, nukleotida pada ASI dapat mengendalikan reaksi tubuh terhadap bahan asing, sehingga tidak muncul alergi.

5. Manfaat Menyusu bagi Ibu

Menurut, Kemenkes (2020) pemberian ASI pada bayi mempunyai banyak manfaat, antara lain:

a. Mempercepat Rahim Kembali ke Ukuran Semula

Ketika menyusui, ibu akan merasakan sakit dibagian perut yang menandakan terjadi kontraksi sehingga pengecilan rahim ibu menjadi lebih cepat.

b. Mencegah Perdarahan Pasca Persalinan sehingga Meminimalisir Kejadian Anemia

Rangsangan pada payudara ibu yang terjadi karena isapan bayi akan diteruskan ke otak dan ke kelenjar hipofisis akan membentuk hormon oksitosin. Hormon oksitosin dapat mencegah terjadinya perdarahan setelah persalinan dan mempercepat keluarnya sisa plasenta.

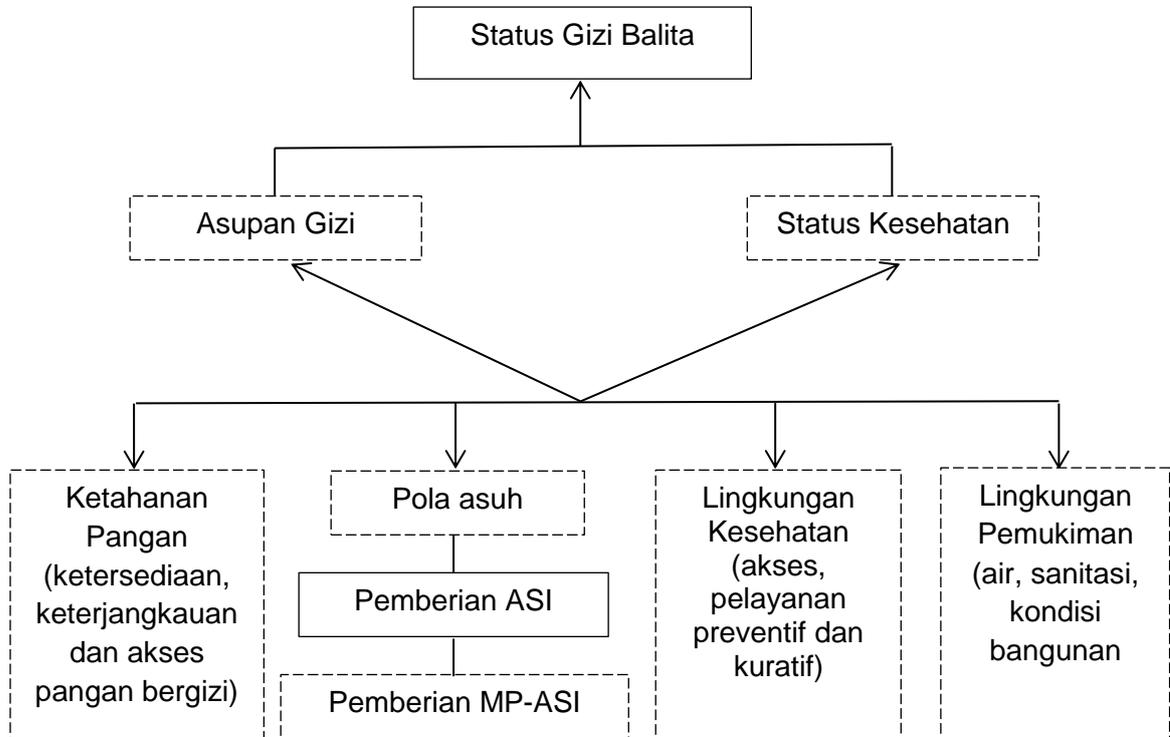
c. Mengurangi Risiko Kanker Payudara

Ketika menyusui hormon estrogen dalam tubuh ibu akan mengalami penurunan. Namun, ketika ibu berhenti menyusui kadar estrogen akan tetap tinggi sehingga memicu kanker payudara karena hormon estrogen dan hormon progesteron tidak seimbang.

d. Mempercepat Penurunan Berat Badan

Selama hamil tubuh akan menyimpan lemak di bawah kulit, lemak tersebut yang akan dipakai untuk membentuk ASI sehingga berat badan ibu akan cepat kembali ke berat badan awal.

D. Kerangka Konsep



Keterangan:



: Diteliti



: Tidak Diteliti

Gambar 2.1 Kerangka Konsep Hubungan Status Pemberian ASI dengan Status Gizi Balita Usia 6-59 Bulan di Posyandu Nusa Indah Kelurahan Arjowinangun Kecamatan Kedungkandang Kota Malang