

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Toddler dan Teori Pertumbuhannya

2.1.1 Definisi toddler

Toddler dalam kamus Bahasa Inggris Indonesia berarti anak kecil yang baru belajar berjalan. Anak usia toddler merupakan masa antara rentang usia 12 sampai dengan 36 bulan. Masa ini merupakan masa eskplorasi lingkungan yang intensif karena anak berusaha mencari tahu bagaimana semua terjadi dan bagaimana mengontrol perilaku orang lain melalui perilaku negativisme dan keras kepala (Hidayatul, 2015). Anak usia toddler merupakan anak yang berada antara rentang usia 12-36 bulan (Soetjiningsih dan Gde Ranuh, 2013). Masa ini juga merupakan masa golden age/masa keemasan untuk kecerdasan dan perkembangan anak (Loeziana Uce, 2015).

Masa toddler berada pada rentang masa kanak-kanak mulai berjalan sendiri hingga anak dapat berjalan dan berlari dengan mudah, yaitu mendekati usia 12 bulan sampai 36 bulan. Toddler adalah usia anak 1-3 tahun yang secara psikologis membutuhkan cinta dan kasih sayang, rasa aman atau bebas dari ancaman. Perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh lingkungan eksternal yang mampu memberikan rasa aman, peduli, dan penuh kasih sayang (Rahma, 2013).

Anak usia toddler merupakan anak dengan usia 1-3 tahun, dimana pada usia tersebut dapat dilihat pertumbuhan fisik dan perkembangan motorik berlangsung cepat (Potter & Perry, 2010). Pada periode ini anak akan mulai berjalan dan mengeksplorasi rumah dan sekelilingnya, menyusun 6 balok, mulai cemburu pada ayahnya, belajar makan sendiri, mulai belajar dalam mengontrol buang air kecil, mulai mengikuti apa yang dilakukan orang dewasa, dapat menunjuk mata dan hidung, memperlihatkan minat dengan anak lain dan bermain dengan teman-temannya (Soetjiningsih, 2013).

2.1.2 Teori Pertumbuhan Anak Usia Toddler

Menurut Hartanto (2006) dalam penelitian Dian (2015), Anak usia toddler (1-3 tahun) merujuk konsep periode kritis dan plastisitas yang tinggi dalam proses tumbuh kembang maka usia satu sampai tiga tahun sering sebagai golden period (kesempatan emas) untuk meningkatkan kemampuan setinggi-tingginya dan plastisitas yang tinggi adalah pertumbuhan sel otak cepat dalam kurun waktu singkat, peka terhadap stimulasi dan pengalaman fleksibel mengambil alih fungsi sel sekitarnya dengan membentuk sinap-sinap serta sangat mempengaruhi periode tumbuh kembang selanjutnya.

Pertumbuhan pada tahun ke dua pada anak akan mengalami beberapa perlambatan pertumbuhan fisik dimana pada tahun kedua anak akan mengalami kenaikan berat badan 1,5-2,5 kg dan panjang badan 6-10 cm. Pertumbuhan otak juga akan mengalami perlambatan yaitu kenaikan lingkaran kepala hanya 2cm untuk pertumbuhan gigi susu termasuk gigi graham pertama, dan gigi taring sehingga seluruhnya berjumlah 14-16 buah (Hidayat, 2005).

Menurut Susanto.A (2011) perkembangan fisik merupakan hal yang menjadi dasar bagi kemajuan perkembangan berikutnya. Ketika fisik berkembang dengan baik memungkinkan anak untuk dapat lebih mengembangkan keterampilan fisiknya, dan eksplorasi lingkungannya dengan tanpa bantuan orang lain. Proporsi tubuh anak berubah secara dramatis, seperti pada usia tiga tahun, rata-rata tinggi anak sekitar 80-90 cm dan beratnya sekitar 10-13 kg. Perkembangan fisik anak tidak terlepas dari asupan makanan yang bergizi, sehingga setiap tahapan perkembangan fisik anak tidak terganggu dan berjalan sesuai dengan umur yang ada

Pertumbuhan seorang anak bukan hanya sekedar gambaran perubahan berat badan, tinggi badan atau ukuran tubuh lainnya, tetapi lebih dari itu yaitu memberikan

gambaran tentang keseimbangan antara asupan dan kebutuhan zat gizi seorang anak yang sedang dalam proses tumbuh kembang. Bila jumlah asupan zat gizi sesuai dengan yang dibutuhkan, maka disebut gizi seimbang atau gizi baik. Bila jumlah asupan zat gizi kurang dari yang dibutuhkan disebut gizi kurang, sedangkan bila jumlah asupan zat gizi melebihi dari yang dibutuhkan disebut gizi lebih. Keadaan gizi yang seimbang tidak hanya penting bagi pertumbuhan yang normal, tetapi juga proses-proses lainnya, yaitu proses perkembangan anak termasuk kecerdasan, pemeliharaan kesehatan dan untuk melakukan kegiatan sehari-hari (Depkes RI, 2003:4).

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2020), tinggi badan ideal anak berusia satu tahun adalah 68,9-79,2 sentimeter (perempuan) dan 71-80,5 sentimeter (laki-laki), sedangkan berat badan idealnya adalah 7-11,5 kilogram (perempuan) dan 7,7-12 kilogram (laki-laki). Untuk tinggi badan ideal anak berusia dua tahun adalah 80-92,9 sentimeter (perempuan) dan 81,7-93,9 sentimeter (laki-laki) sedangkan berat badan idealnya adalah 9-14,8 kilogram (perempuan) dan 9,7-15,3 kilogram (laki-laki). Lalu untuk tinggi badan ideal anak berusia tiga tahun adalah 87,4-102,7 sentimeter (perempuan) dan 88,7-103,5 sentimeter (laki-laki). Sedangkan berat badan idealnya adalah 10,8-18,1 kilogram (perempuan) dan 11,3-18,3 kilogram (laki-laki).

2.1.3 Ciri-Ciri Pertumbuhan Anak Toddler

Menurut Chomaria (2015), ciri ciri pertumbuhan anak usia toddler adalah sebagai berikut :

- a. Pertumbuhan stabil meskipun lebih lambat dibandingkan dalam dua tahun pertama.
- b. Pertumbuhan kaki lebih cepat daripada lengan.
- c. Lingkar kepala dan dada sama, ukuran kepala proporsional
- d. Kemontokan bayi menghilang dan leher terlihat lebih panjang.

- e. Postur lebih tegak, perut menonjol lagi.

2.1.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tumbuh Kembang Anak Toddler

Menurut Andriana (2011), secara umum terdapat dua faktor utama yang berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak yaitu :

a. Faktor Internal

1) Ras/etnik atau Bangsa

Anak yang dilahirkan dari ras/bangsa Amerika, tidak memiliki faktor herediter ras/bangsa Indonesia, begitu pula sebaliknya.

2) Keluarga

Ada kecenderungan keluarga yang memiliki postur tubuh yang tinggi, pendek, gemuk atau kurus.

3) Umur

Kecepatan pertumbuhan yang pesat adalah pada masa prenatal, tahun pertama kehidupan dan masa remaja.

4) Jenis kelamin

Fungsi reproduksi pada anak perempuan berkembang lebih cepat daripada anak laki-laki. Akan tetapi setelah melewati masa pubertas, pertumbuhan anak laki-laki akan lebih cepat bila dibandingkan dengan anak perempuan.

5) Genetik

Genetik adalah bawaan anak yaitu potensi anak yang akan menjadi ciri khasnya. Ada beberapa kelainan genetik yang berpengaruh pada tumbuh kembang anak, misalnya yaitu kekerdilan.

b. Faktor Eksternal

1) Faktor Prenatal

a) Gizi

Nutrisi ibu hamil terutama dalam trimester akhir kehamilan akan mempengaruhi perkembangan janin.

b) Kelainan Imunologi

Eritroblastosis Fetalis timbul atas dasar perbedaan golongan darah antara janin dan darah ibu, sehingga ibu membentuk antibodi terhadap sel darah merah janin, kemudian melalui plasenta masuk ke dalam peredaran darah janin dan menyebabkan hemolisis yang selanjutnya mengakibatkan hiperbilirubinemia dan kernikterus yang akan menyebabkan kerusakan jaringan otak.

c) Psikologi ibu

Kehamilan yang tidak diinginkan serta perlakuan salah atau kekerasan mental pada ibu hamil dapat menyebabkan terganggunya pertumbuhan dan perkembangan janin selama dalam kandungan.

2) Faktor persalinan

Komplikasi persalinan pada bayi seperti trauma kepala dan asfiksia dapat menyebabkan kerusakan otak, karena kurangnya asupan oksigen dalam otak. Sehingga tumbuh kembang anak dapat terhambat.

3) Faktor Pasca Persalinan

Pasca persalinan juga dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak menurut Andriana (2011), yaitu:

a) Gizi

Untuk tumbuh kembang bayi, diperlukan zat makanan yang adekuat, agar anak menjadi lebih sehat dan dapat berkembang sesuai dengan usianya.

b) Psikologis

Hubungan anak dengan orang sekitarnya. Seorang anak yang tidak diinginkan oleh orangtuanya atau anak yang selalu merasa tertekan akan mengalami hambatan dalam pertumbuhan dan perkembangannya.

c) Sosio Ekonomi

Kemiskinan selalu berkaitan dengan kekurangan makanan serta kesehatan lingkungan yang jelek dan ketidaktahuan, hal tersebut dapat menghambat pertumbuhan anak.

d) Lingkungan Pengasuhan

Pada lingkungan pengasuhan, interaksi antar ibu dan anak sangat mempengaruhi tumbuh kembang anak. Karena orangtua adalah orang terdekat anak, sehingga sangat diperlukan adanya hubungan yang baik a

e) Stimulasi

Perkembangan memerlukan rangsangan atau stimulasi, khususnya dalam keluarga misalnya yaitu penyediaan mainan, sosialisasi anak, serta keterlibatan ibu dan anggota keluarga lain terhadap kegiatan anak.

2.1.5 Deteksi Dini Gangguan Pertumbuhan

Tabel 2.1 Pelaksana Dan Alat Deteksi Dini Gangguan Pertumbuhan

Tingkat Pelayanan	Pelaksanaan	Alat & Bahan yang Digunakan	Yang Dipantau
Keluarga, masyarakat	<ul style="list-style-type: none"> - Orang tua - Kader kesehatan - Pendidik PAUD, Petugas BKB, Petugas TPA dan guru TK 	<ul style="list-style-type: none"> - Buku KIA - Timbangan Dacing - Timbangan Digital (untuk anak > 5 tahun) - Alat ukur tinggi badan/panjang badan 	<ul style="list-style-type: none"> - Berat badan
Puskesmas	Tenaga kesehatan terlatih SDIDTK : <ul style="list-style-type: none"> - Dokter - Bidan - Perawat - Ahli gizi - Tenaga kesehatan lainnya 	<ul style="list-style-type: none"> - Buku KIA - Tabel/grafik BB/TB - Tabel/grafik TB/U - Grafik LK - Timbangan - Alat ukur tinggi badan/panjang badan - Pita pengukur lingkar kepala 	<ul style="list-style-type: none"> - Panjang/tinggi badan - Berat badan - Lingkar kepala

Sumber : Kemenkes RI (2016)

Penentuan status gizi anak toddler (Kemenkes RI, 2016) :

- a. Pengukuran Berat Badan Terhadap Tinggi Badan (BB /TB) untuk menentukan status gizi anak usia dibawah 5 tahun, apakah normal, kurus, sangat kurus atau gemuk.
- b. Pengukuran Panjang Badan terhadap umur atau Tinggi Badan terhadap umur (PB/U atau TB/U) untuk menentukan status gizi anak, apakah normal, pendek atau sangat pendek.
- c. Pengukuran Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) untuk menentukan status gizi anak usia 5 – 6 tahun apakah anak sangat kurus, kurus, normal, gemuk atau obesitas.

Menurut Kemneks RI (2016), untuk pemantauan pertumbuhan dengan menggunakan berat badan menurut umur dilaksanakan secara rutin di posyandu setiap bulan. Apabila

ditemukan anak dengan berat badan tidak naik dua kali berturut-turut atau anak dengan berat badan di bawah garis merah, kader merujuk ke petugas kesehatan untuk dilakukan konfirmasi dengan menggunakan indikator berat badan menurut panjang badan/tinggi badan. Jadwal pengukuran BB/TB disesuaikan dengan jadwal deteksi dini tumbuh kembang balita. Pengukuran dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan atau non kesehatan terlatih. Untuk penilaian BB/TB hanya dilakukan oleh tenaga kesehatan.

a. Penimbangan Berat Badan (BB):

1) Menggunakan timbangan bayi.

- a) Timbangan bayi digunakan untuk menimbang anak sampai umur 2 tahun atau selama anak masih bisa berbaring/duduk tenang.
- b) Letakkan timbangan pada meja yang datar dan tidak mudah bergoyang.
- c) Lihat posisi jarum atau angka harus menunjuk ke angka 0.
- d) Bayi sebaiknya telanjang, tanpa topi, kaus kaki, sarung tangan.
- e) Baringkan bayi dengan hati-hati di atas timbangan.
- f) Lihat jarum timbangan sampai berhenti.
- g) Baca angka yang ditunjukkan oleh jarum timbangan atau angka timbangan.
- h) Bila bayi terus menerus bergerak, perhatikan gerakan jarum, baca angka di tengah-tengah antara gerakan jarum ke kanan dan kekiri.

2) Menggunakan timbangan dacin

- a) Pastikan dacin masih layak digunakan, perikasa dan letakkan banul geser pada angka nol. Jika ujung kedua paku dacin tidak dalam posisi lurus, maka timbangan tidak layak digunakan dan harus dikalibrasi.
- b) Masukkan Balita ke dalam sarung timbang dengan pakaian seminimal mungkin dan geser bandul sampai jarum tegak lurus.
- c) Baca berat badan Balita dengan melihat angka di ujung bandul geser.

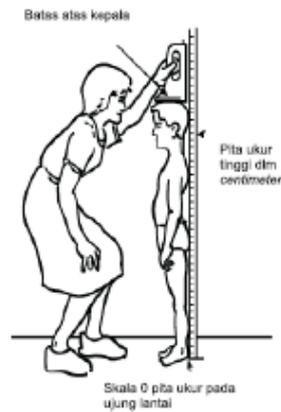
- d) Catat hasil penimbangan dengan benar.
 - e) Kembalikan bandul ke angka nol dan keluarkan Balita dari sarung timbang.
- 3) Menggunakan timbangan injak (timbangan digital).
- a) Letakkan timbangan di lantai yang datar sehingga tidak mudah bergerak.
 - b) Lihat posisi jarum atau angka harus menunjuk ke angka 0.
 - c) Anak sebaiknya memakai baju sehari-hari yang tipis, tidak memakai alas kaki, jaket, topi, jam tangan, kalung, dan tidak memegang sesuatu.
 - d) Anak berdiri di atas timbangan tanpa dipegangi.
 - e) Lihat jarum timbangan sampai berhenti.
 - f) Baca angka yang ditunjukkan oleh jarum timbangan atau angka timbangan.
 - g) Bila anak terus menerus bergerak, perhatikan gerakan jarum, baca angka di tengah tengah antara gerakan jarum ke kanan dan ke kiri.

b) Pengukuran Tinggi Badan (TB)

1) Pengukuran Tinggi Badan untuk anak 24 – 72 Bulan

Cara mengukur dengan posisi berdiri :

- a) Anak tidak memakai sandal atau sepatu.
- b) Berdiri tegak menghadap kedepan.
- c) Punggung, pantat dan tumit menempel pada tiang pengukur.
- d) Turunkan batas atas pengukur sampai menempel di ubun-ubun.
- e) Baca angka pada batas tersebut.
- f) Jika anak umur diatas 24 bulan diukur telentang, maka hasil pengukurannya dikoreksi dengan mengurangkan 0,7 cm.



Gambar 2.1

2) Penggunaan Tabel BB/TB (Kepmenkes No: 1195/Menkes/SK/XII/2010) :

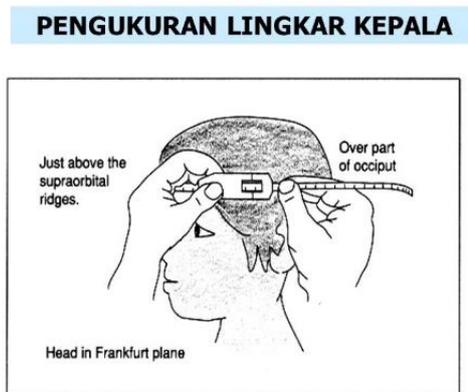
- a) Ukur tinggi/panjang dan timbang berat badan anak, sesuai cara di atas.
- b) Lihat kolom Tinggi/Panjang Badan anak yang sesuai dengan hasil pengukuran.
- c) Pilih kolom Berat Badan untuk laki-laki (kiri) atau perempuan (kanan) sesuai jenis kelamin anak, cari angka berat badan yang terdekat dengan berat badan anak.
- d) Dari angka berat badan tersebut, lihat bagian atas kolom untuk mengetahui angka Standar Deviasi (SD).

c) Pengukuran Lingkar Kepala Anak (LKA)

Tujuan untuk mengetahui lingkaran kepala anak dalam batas normal atau diluar batas normal. Jadwal pengukuran disesuaikan dengan umur anak. Umur 0 – 11 bulan, pengukuran dilakukan setiap tiga bulan. Pada anak yang lebih besar, umur 12 – 72 bulan, pengukuran dilakukan setiap enam bulan. Pengukuran dan penilaian lingkar kepala anak dilakukan oleh tenaga kesehatan terlatih. Cara mengukur lingkaran kepala:

- a) Alat pengukur dilingkarkan pada kepala anak melewati dahi, diatas alis mata, diatas kedua telinga, dan bagian belakang kepala yang menonjol, tarik agak kencang.

- b) Baca angka pada pertemuan dengan angka.
- c) Tanyakan tanggal lahir bayi/anak, hitung umur bayi/anak.
- d) Hasil pengukuran dicatat pada grafik lingkaran kepala menurut umur dan jenis kelamin anak.



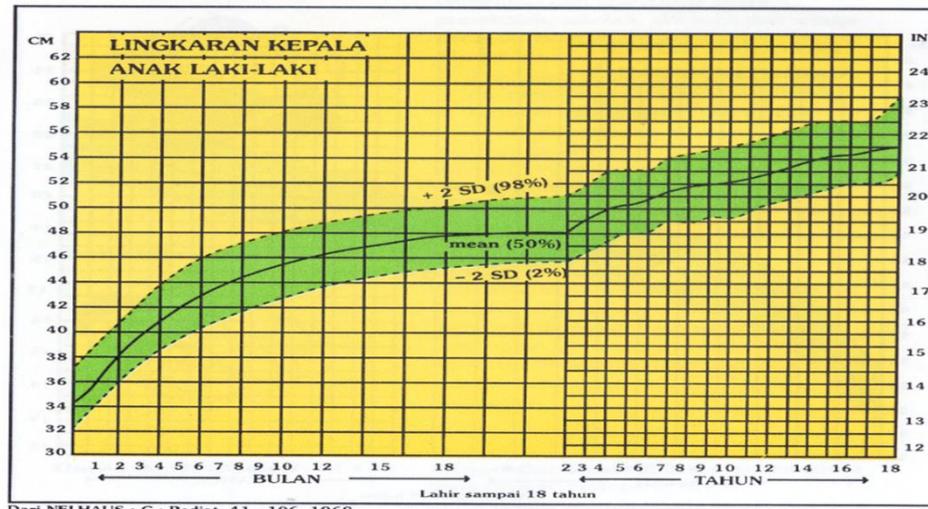
28

Gambar 2.2

Interpretasi :

- (1) Jika ukuran lingkaran kepala anak berada di dalam “jalur hijau” maka lingkaran kepala anak normal.
 - (2) Bila ukuran lingkaran kepala anak berada di luar “jalur hijau” maka lingkaran kepala anak tidak normal.
 - (3) Lingkaran kepala anak tidak normal ada 2 (dua), yaitu makrosefal bila berada diatas “jalur hijau” dan mikrosefal bila berada dibawah “jalur hijau”
- Buat garis yang menghubungkan antara ukuran yang lalu dengan ukuran

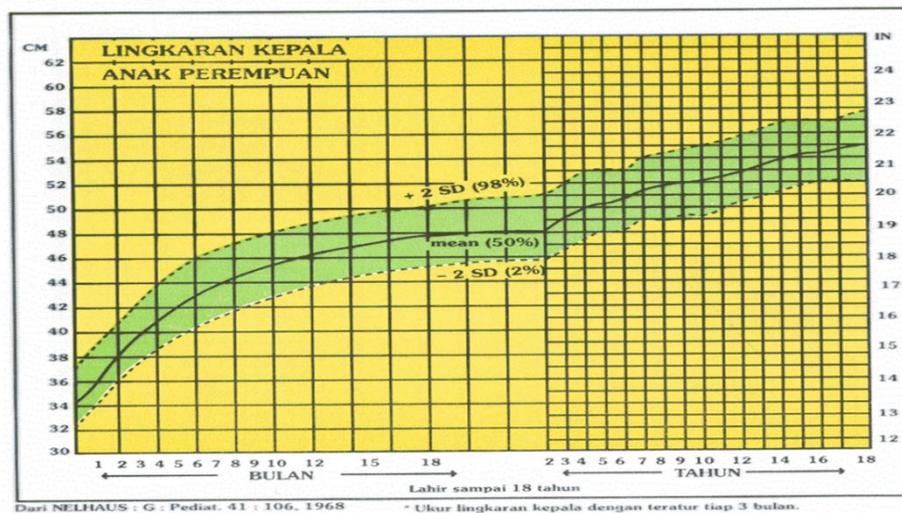
GRAFIK LINGKARAN KEPALA LAKI-LAKI



Gambarakan hasil pengukuran pada grafik

Gambar 2.3 Grafik lingkaran kepala anak laki-laki.

GRAFIK LINGKARAN KEPALA PEREMPUAN



Gambarakan hasil pengukuran pada grafik

Gambar 2.4 Grafik lingkaran kepala anak perempuan.

2.1.6 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak (Toddler)

Tabel 2.2 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak (Toddler)

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas
Panjang Badan atau Tinggi Badan menurut Umur (PB/U atau TB/U) anak usia 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 atau Tinggi Badan (BB/PB atau BB/TB) anak usia 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 usia 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

Sumber : Kemenkes RI (2020)

Keterangan:

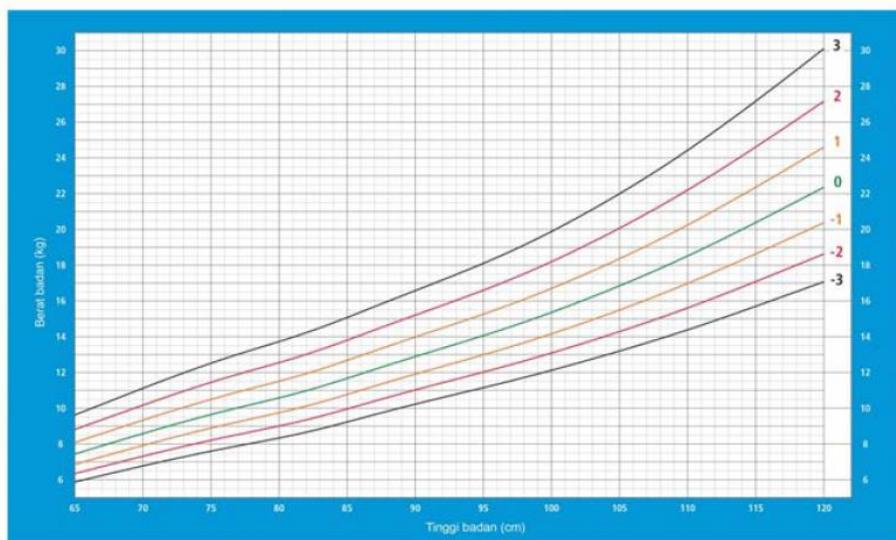
- a. Anak yang termasuk pada kategori ini mungkin memiliki masalah pertumbuhan, perlu dikonfirmasi dengan BB/TB atau IMT/U
- b. Anak pada kategori ini termasuk sangat tinggi dan biasanya tidak menjadi masalah kecuali kemungkinan adanya gangguan endokrin seperti tumor yang memproduksi hormon pertumbuhan. Rujuk ke dokter spesialis anak jika diduga mengalami gangguan endokrin (misalnya anak yang sangat tinggi menurut umurnya sedangkan tinggi orang tua normal).
- c. Walaupun interpretasi IMT/U mencantumkan gizi buruk dan gizi kurang, kriteria diagnosis gizi buruk dan gizi kurang menurut pedoman Tatalaksana Anak Gizi Buruk

menggunakan Indeks Berat Badan menurut Panjang Badan atau Tinggi Badan (BB/PB atau BB/TB).

2.1.7 Grafik Pertumbuhan Anak (Kemenkes RI, 2020)

a. Grafik Berat Badan Terhadap Tinggi Badan Anak Laki-Laki 24-60 Bulan

Grafik 6. Berat Badan menurut Tinggi Badan Anak Laki-laki 24-60 Bulan
Grafik Berat Badan Menurut Tinggi Badan Anak Laki-laki 24-60 Bulan (z-scores)

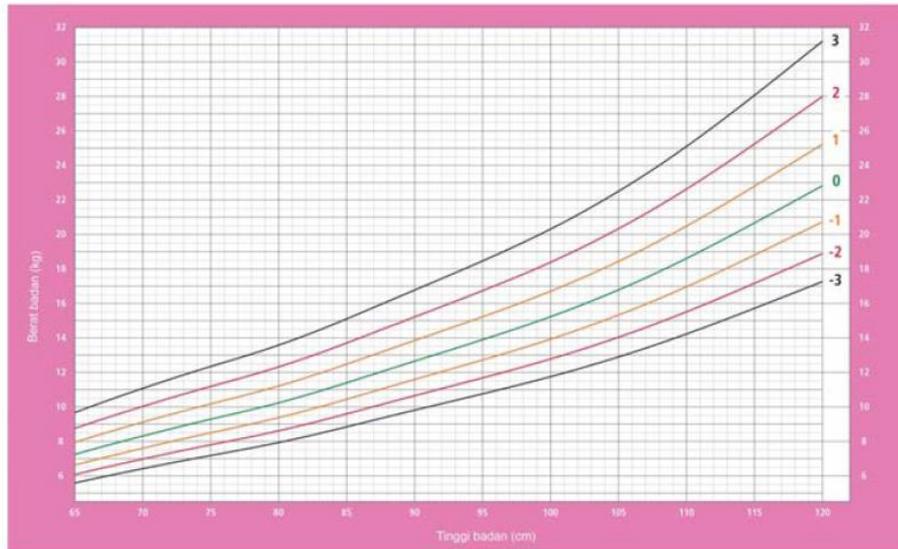


Gambar 2.5

b. Grafik Berat Badan Terhadap Tinggi Badan Anak Perempuan 24-60 Bulan

Grafik 14. Berat Badan menurut Tinggi Badan Anak Perempuan 24-60 Bulan

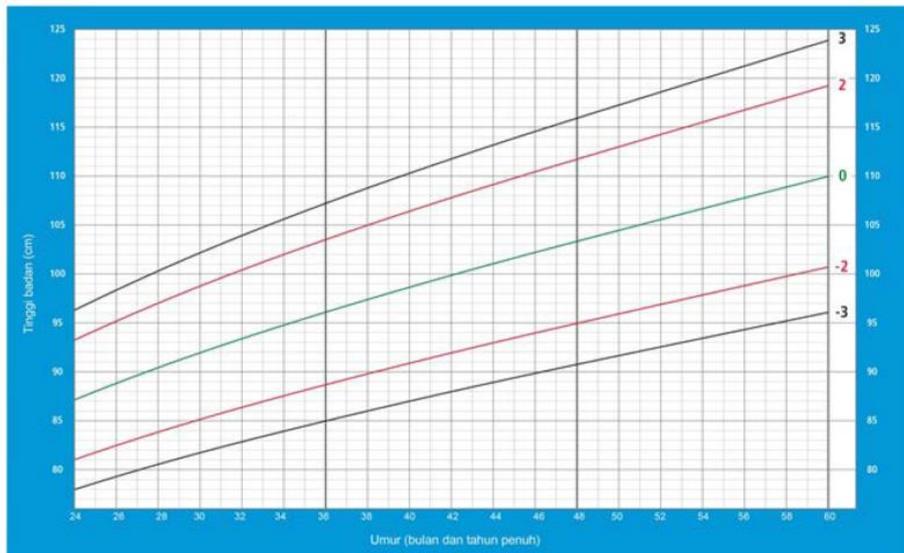
Grafik Berat Badan Menurut Tinggi Badan Anak Perempuan 24-60 Bulan (z-scores)



Gambar 2.6

Grafik 4. Tinggi Badan menurut Umur Anak Laki-laki 24-60 Bulan

Grafik Tinggi Badan Menurut Umur Anak Laki-laki 24-60 Bulan (z-scores)



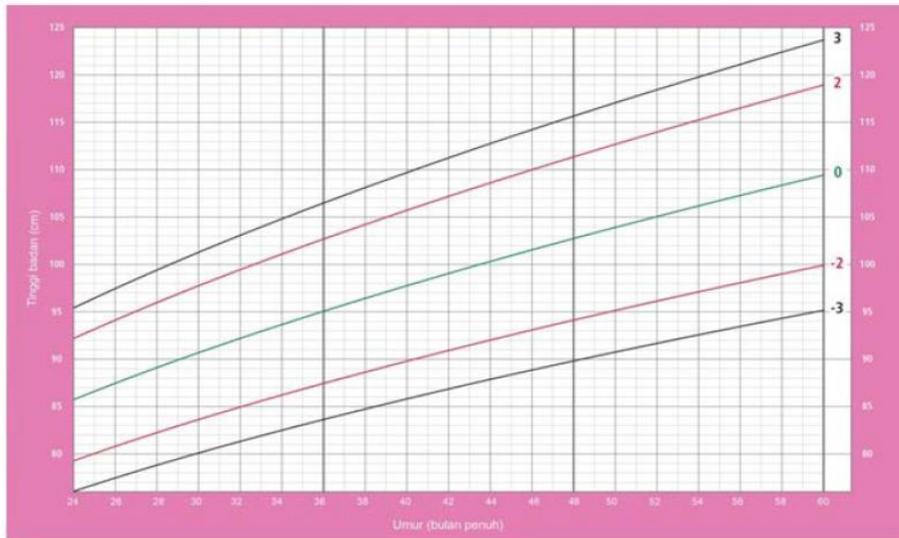
c. Grafik Tinggi Badan Terhadap Umur Anak Laki-Laki 24-60 Bulan

Gambar 2.7

d. Grafik Tinggi Badan Terhadap Umur Anak Perempuan 24-60 Bulan

Grafik 12. Tinggi Badan menurut Umur Anak Perempuan 24-60 Bulan

Grafik Tinggi Badan Menurut Umur Anak Perempuan 24-60 Bulan (z-scores)

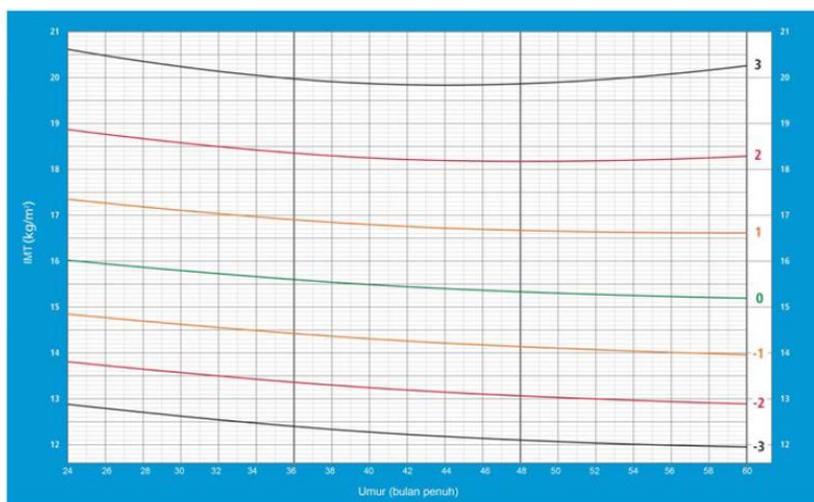


Gambar 2.8

- e. Grafik Indeks Massa Tubuh (IMT) Terhadap Umur Anak Laki-Laki 24-60 Bulan

Grafik 8. Indeks Massa Tubuh menurut Umur Anak Laki-laki 24-60 Bulan

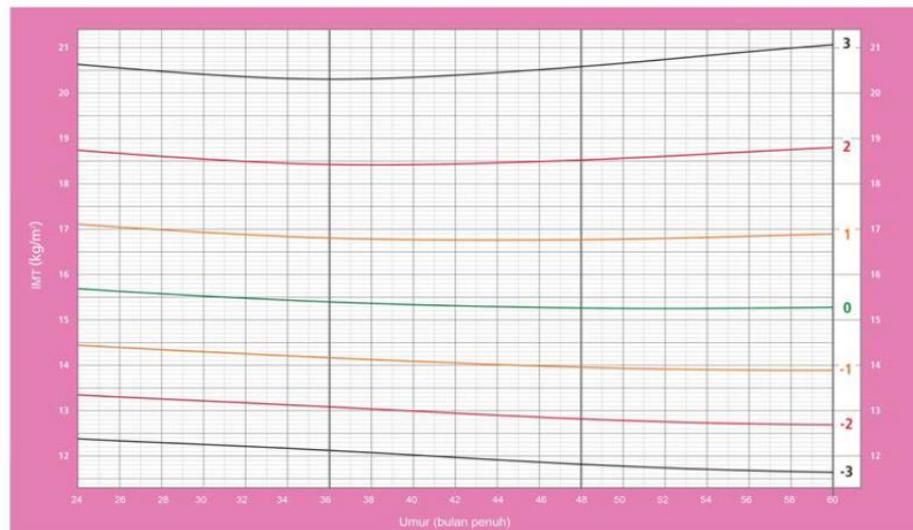
Grafik Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Anak Laki-laki 24-60 Bulan (z-scores)



Gambar 2.9

f. Grafik Indeks Massa Tubuh (IMT) Terhadap Umur Anak Perempuan 24-60 Bulan

Grafik 16. Indeks Massa Tubuh menurut Umur Anak Perempuan 24-60 Bulan
Grafik Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Anak Perempuan 24-60 Bulan (z-scores)



Gambar 2.10

2.2 Stimulasi Nafsu Makan Anak Toddler

2.2.1 Definisi Stimulasi Nafsu Makan Anak Toddler

Menurut IDAI (2010), stimulasi adalah kegiatan merangsang kemampuan dasar anak usia 0-6 tahun agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Setiap anak perlu mendapatkan stimulasi teratur sedini mungkin secara terus menerus pada setiap kesempatan. Stimulasi merupakan hal yang sangat penting dalam perkembangan anak.

Menurut Santi (2016), stimulasi nafsu makan merupakan kegiatan pemberian rangsangan-rangsangan yang meningkatkan kemampuan anak terhadap perilaku ketika makan. Praktek pemberian makan sangat dipengaruhi oleh peran ibu, khususnya pada anak toddler yang mengembangkan kemandiriannya, salah satunya adalah makan.

2.2.2 Prinsip Dasar Stimulasi Nafsu Makan Anak Toddler

Menurut IDAI (2010), ada beberapa hal yang harus diperhatikan, yaitu:

- a. Stimulasi dilakukan dengan rasa cinta dan kasih sayang.
- b. Selalu tunjukkan sikap dan perilaku yang baik, karena anak akan meniru tingkah laku orang terdekatnya.
- c. Berikan stimulasi sesuai dengan kelompok umur anak.
- d. Lakukan stimulasi dengan cara mengajak anak bermain, menonton film, situasi yang menyenangkan, tanpa paksaan dan tidak ada hukuman atau bentakan baik anak menolak makanan atau tidak.
- e. Lakukan stimulasi secara bertahap dan berkelanjutan seseuai umur anak.
- f. Selalu beri anak pujian atas keberhasilannya, bila perlu hadiah.

2.2.3 Tujuan Stimulasi Nafsu Makan Anak Toddler

Menurut Santi (2016), stimulasi meningkatkan nafsu makan anak bertujuan untuk mengubah perilaku susah makan atau pilih-pilih makan pada anak menjadi perilaku makan yang baik sesuai dengan usianya melalui peran orangtua terutama ibu.

2.2.4 Stimulasi Nafsu Makan Anak Usia Toddler

Makan merupakan proses alamiah yang seringkali dianggap sebagai hal lumrah dan tidak perlu penanganan yang khusus. Proses makan yang tidak biasa pada anak toddler memerlukan stimulasi agar perkembangan makan sempurna dan hasil olahan dari proses tersebut dapat dicerna dengan baik oleh tubuh. Stimulasi pada motorik mulut merupakan salah satu kegiatan yang bisa dilakukan untuk meningkatkan kemampuan makan anak. Orang tua khususnya ibu harus mampu memahami dan menstimulasi perkembangan makan pada anak. (Eka S, 2016).

Menurut Judarwanto (2010), perilaku Sulit makan merupakan ketidakmampuan untuk makan dan menolak makan atau memilih-milih jenis makanan. Kejadian ini sering terjadi pada usia toddler, hal ini berkaitan dengan peralihan jenis makanan dari

lunak ke makanan biasa sehingga terkadang anak memberontak dan menjadi malas dalam hal makan yang akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Menurut Aizah, S. (2009) menyatakan bahwa tekanan yang dilakukan oleh orang tua agar anak mau makan atau menghabiskan makanannya akan mengganggu psikologis anak, dimana anak akan merasa bahwa aktivitas makan adalah aktivitas yang tidak menyenangkan, sehingga anak dapat kehilangan nafsu makannya. Sejalan dengan teori Sulistyoningsih, H. (2011), yang menyatakan bahwa pola pemberian makan yang sehat akan berdampak baik pada kesehatan di masa yang akan datang. Dalam pemenuhan nutrisi sang anak pola pemberian sangat erat hubungan dengan perilaku makan anak agar lebih baik dan menyenangkan.

Didukung oleh penelitian Nurhasanah dkk (2016), menyatakan bahwa ada hubungan antara praktik pemberian makan dengan status gizi anak. Anak yang kurang optimal dalam pemberian makan mempunyai peluang 8 kali untuk mempunyai status gizi kurus dibandingkan orang tua yang optimal dalam pemberian makan. Status gizi sangat erat hubunganya dengan pertumbuhan dan perkembangan agar dapat bertumbuh dan berkembang sesuai dengan usia.

Perilaku sulit makan anak dapat terjadi oleh berbagai faktor yang mempengaruhi diantaranya jenis makananan, tampilan makanan, dan pengaturan jadwal makan yang akan berdampak pada status gizi anak. Oleh karena itu peran seorang ibu dalam memperhatikan dan mengasuh anaknya sangat dibutuhkan disini (Loka dkk, 2018)

Menurut Loka dkk (2018), stimulus yang dapat dilakukan oleh ibu untuk anaknya adalah bisa dengan baik mengatur frekuensi makan yaitu dengan menerapkan pola pemberian yang terdiri 3 kali makan utama yaitu pagi, siang, dan malam serta dua kali makan selingan, meski demikian harus diberikan dengan porsi kecil dan teratur.

Penyajian makanan dengan baik yaitu dengan porsi kecil dan tidak langsung banyak serta kadang-kadang memberi hiasan atau membuat kreasi seperti membuat telur dadar yang di tambahkan mata dengan kecap, atau saos tomat dan nasi sayur-sayuran yang di bentuk bulat-bulat, kemudian dicampuri dengan sedikit daging di dalamnya. Hal ini akan menjadi daya tarik tersendiri bagi anak untuk mencicipi makanan yang sudah disediakan, karena sikap ibu yang baik dalam pemberian makan bagi anak sangat penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anak. Melalui aktivitas makan akan merasa makananan adalah sesuatu yang menyenangkan sehingga berdampak positif pada pertumbuhan dan perkembangan anak selanjutnya.

Menurut Sulistyoningsih (2018), yang menyatakan bahwa penyajian makanan salah satu hal yang dapat menggugah selera makan anak. Penyajian makanan dapat di buat semenarik mungkin baik dari bentuk, warna dan rasa misalkan bentuk bola warna warni yang di hias dengan rasa nyaman, dan disamping itu menggunakan alat saji yang menarik seperti tempat makanan atau bekal dengan gambar-gambar kartun lucu yang disukai anak, sehingga selain anak tergugah untuk makan, anak juga untuk dapat berlatih untuk makan sendiri. Pola pemberian makan yang baik dapat memberikan pengalaman yang menyenangkan bagi anak agar meningkatkan nafsu makan anak.

Putri (2010) yang menyatakan bahwa praktik pemberian makanan yang baik dapat menimbulkan pengalaman yang menyenangkan pada anak saat aktivitas makan, banyak hal yang dapat dilakukan agar anak menikmati makanannya, yaitu memasak makanan sehat bersama, membuat makanan menjadi lebih menarik, mengajak anak berbelanja bahan makanan merupakan kegiatan yang dapat dilakukan ibu bersama anak. Pengalaman tersebut dapat membuat anak belajar menyukai makanan yang sehat. Menurut Loka dkk (2018), bahwa ibu dengan pola pemberian makan yang baik yaitu mulai dari penyusunan, pengolahan, penyajian dan cara memberikan makan pada anak

yang baik, menarik serta teratur maka hal ini secara tidak sengaja akan memberikan rasa ingin tahu anak, sehingga dapat membuat anak menjadi tertarik untuk mengkonsumsi makanan yang disediakan.

2.2.5 Kebutuhan Gizi Anak Usia Toddler

Menurut Damayanti, dkk (2017), pada masa toddler ini, nutrisi memegang peranan penting dalam pertumbuhan anak. Pengaturan makanan yang sehat untuk anak toddler tidak sama dengan orang dewasa. Kebutuhan sehari akan energi (kalori) dan zat gizi lainnya sangat tinggi, terutama anak sudah mulai berjalan. Di masa ini anak menjadi lebih aktif dan tumbuh dengan pesat. Namun, karena perut mereka masih kecil anak tidak bisa makan dengan jumlah yang besar dalam sekali makan. Porsi makan untuk toddler biasanya sepertiga sampai setengah dari porsi orang dewasa. Karenanya mereka juga butuh makanan selingan yang bergizi diantara tiga kali makanan utama.

Menurut Permenkes (2019) Anak perlu makan makanan yang mudah dicerna dan bergizi antara lain :

- a. Energi biasanya membutuhkan sekitar 1000-1400 kalori per hari. Contoh makanan yang bisa diberikan adalah nasi, roti, dan kentang. Untuk pemberian nasi pertama kali pada usia 1 tahun bisa diberikan nasi lembut dan seiring pertumbuhannya anak akan terbiasa dengan nasi yang orang dewasa makan biasanya.
- b. Protein biasanya anak membutuhkan sekitar 20 gram per hari. Protein bisa dikatakan lauk untuk anak. protein itu sendiri ada 2 jenis yaitu protein hewani dan nabati. Contoh makanan yang mengandung protein hewani adalah sapi, daging ayam, telur atau ikan. Sedangkan makanan yang mengandung protein nabati adalah tempe, tahu, kacang kedelai, atau kacang merah.
- c. Lemak biasanya anak membutuhkan sekitar 40 gram. Contoh makanan yang mengandung lemak baik antara lain susu berlemak tinggi atau keju, yang juga

mengandung zat gizi penting lainnya. Makanan seperti keripik dan biskuit, kaya akan lemak tetapi kurang zat gizi lainnya, jadi batasi pmbertiannya

- d. Buah dan sayuran, untuk porsi sayur dalam sehari berikan setidaknya satu setengah porsi atau sama dengan satu setengah gelas blimbing. Contoh sayuran yang bisa diberikan adala bayam, wortel, dan kangkung. Sedangkan untuk buah berikan sebanyak 3 porsi. Contoh buah yang bisa diberikan antara lain pepaya, atau bisa jus buah dihitung sebagai 1 porsi walaupun diberikan lebih dari 1 kali.
- e. Kalsium biasanya anak membutuhkan kurang lebih 500 mg per hari. Contoh makanan yang bisa diberikan antara makanan laut (ikan salmon, tongkol dan sarden), kacang-kacangan susu, keju, yogurt
- f. Zat besi biasanya anak membutuhkan sekitar 7 mg per hari. Sumber zat besi yang baik adalah daging merah, ikan yang mengandung banyak minyak (seperti ikan sardenn kalengan), kerang-kerangan, srelia, roti, telur, buah yang dikeringkan (seperti kismis, ceri, kurma), polong-polongan, jeruk, aprikot, serta sayuran hijau tua dan berdaun lebar (seperti kol dan brokoli).
- g. Vitamin A, C dan D, makanan yang mengandung vitamin A antara lain wortel, ubi, brokoli, dan hati ayam. Untuk makanan yang mengandung vitamin C antara lain mangga dan pepaya. Sedangkan yang mengandung vitamin D antara lain daging atau hati sapi, kuning telur, susu kedelai atau . sereal

2.3 Peran

2.3.1 Definis Peran

Menurut Sarwono (2015), teori peran adalah sebuah teori yang digunakan dalam dunia sosiologi, psikologi dan antropologi yang merupakan perpaduan berbagai teori, orientasi maupun disiplin ilmu. Teori peran berbicara tentang istilah “peran” yang biasa digunakan dalam dunia teater, dimana seorang aktor dala teater harus bermain sebagai

tokoh tertentu dan dalam posisinya sebagai tokoh itu ia diharapkan untuk berperilaku secara tertentu. Posisi seorang aktor dalam teater dinalogikan dengan posisi seseorang dalam masyarakat, dan keduanya memiliki kesamaan posisi.

Menurut Dalami, dkk (2009), Peran adalah seperangkat perilaku yang diharapkan secara sosial yang berhubungan dengan fungsi individu pada berbagai kelompok sosial, tiap individu mempunyai peran yang terintegrasi dalam pola fungsi individu. Peran seperangkat pola sikap, perilaku, nilai dan tujuan yang diharapkan oleh masyarakat sesuai dengan posisinya dimasyarakat atau kelompok sosialnya.

2.3.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Peran Orangtua

Menurut Wong (2011) dalam Supartini (2004), ada beberapa faktor yang mempengaruhi orang tua dalam menjalankan peran tersebut, diantaranya adalah :

a. Usia orang tua

Usia ayah ataupun ibu dalam menjalankan peran orang tua juga dapat mempengaruhi keberhasilan dalam menjalankan peran. Usia orang tua yang terlalu muda atau terlalu tua, mungkin tidak dapat menjalankan sebuah peran secara optimal karena diperlukan kesiapan orang tua baik kekuatan fisik, mental maupun psikososial.

b. Keterlibatan ayah

Hubungan antara ibu dengan anak sama pentingnya hubungan ayah dengan anak meski secara kodrati ada perbedaannya, tetapi tidak membedakan pentingnya peran ayah dan ibu dalam hubungan tersebut. Pada beberapa ayah yang dapat terlibat langsung pada saat bayi baru lahir maka dalam beberapa hari atau minggu kemudian ayah dapat terlibat dalam perawatan anak seperti mengganti popok, mengajak anak bermain, dan berinteraksi dengan anak sebagai upaya ayah dalam perawatan anak.

c. Pendidikan orang tua

Pendidikan dari ayah ataupun ibu sangat penting dalam menjalankan peran dalam keluarga, dimana pendidikan dan pengalaman dari orang tua dalam perawatan anak akan mempengaruhi kesiapan dalam menjalankan peran. Beberapa cara yang dapat dilakukan agar orang tua menjadi lebih siap menjalankan peran diantaranya berperan aktif dalam setiap upaya pendidikan anak baik formal maupun informal, mengamati segala hal yang berkaitan dengan masalah anak, memberikan nutrisi yang sesuai dengan umur anak untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak, menyediakan waktu untuk anak, dan menilai perkembangan fungsi keluarga dalam perawatan anak.

d. Pengalaman sebelumnya dalam mengasuh anak

Peran orang tua dengan banyak pengalaman mengasuh anak akan berbeda dengan orang tua yang baru memiliki anak. Orang tua yang sebelumnya sudah mempunyai pengalaman dalam merawat anak akan lebih siap dan rileks dalam menjalankan peran tersebut. Selain itu pada orang tua yang mempunyai pengalaman dalam mengasuh anak akan dapat mengamati tanda-tanda pertumbuhan dan perkembangan anaknya sesuai tahapan tumbuh kembang anak normal.

e. Stress orang tua

Stress yang dialami oleh orang tua baik ayah atau ibu akan mempengaruhi orang tua dalam menjalankan sebuah peran, terutama dalam coping saat terjadi masalah yang berkaitan dengan perawatan anak. Meski demikian, kondisi anak juga dapat menjadi stressor pada orang tua sehingga orang tua menjadi stres.

2.3.3 Peran Ibu Dalam Menstimulasi Nafsu Makan Anak

a. Pengertian Ibu

Menurut Dalami,dkk (2017), Ibu adalah orang tua perempuan seorang anak, baik melalui hubungan biologis maupun sosial. Menurut Tarbiyah (2009), Sosok ibu adalah pusat hidup rumah tangga, pemimpin dan pencipta kebahagiaan anggota keluarga. Sosok ibu bertanggungjawab menjaga dan memperhatikan kebutuhan anak, mengelola kehidupan rumah tangga, memikirkan keadaan ekonomi dan makanan anak-anaknya, memberi teladan akhlak, serta mencurahkan kasih sayang bagi kebahagiaan sang anak.

b. Peran Ibu Dalam Menstimulasi Nafsu Makan Anak

Faktor penentu untuk perkembangan anak baik fisik maupun mental adalah peran orang tua, terutama peran seorang ibu, karena ibu adalah pendidik pertama dan utama bagi anak-anak yang dilahirkan sampai dia dewasa. Dalam proses pembentukan pengetahuan, melalui berbagai pola asuh yang disampaikan oleh seorang ibu sebagai pendidik pertama sangatlah penting (Permono, 2013). Ikatan Dokter Anak Indonesia menyebutkan bahwa ibu merupakan penentu bagi pola asuh bayi atau anak termasuk dalam pemberian air susu ibu. Pada hakekatnya seorang ibu mempunyai tugas utama yaitu mengatur rumah tangga termasuk mengawasi, mengatur dan membimbing anak-anak (Anonimity, 2011).

Orang tua khususnya ibu harus mampu memahami dan menstimulasi perkembangan makan pada anak. Waktu yang diperlukan untuk melakukan stimulasi cukup banyak, sehingga ibu berkesempatan untuk melakukan stimulasi. Orang tua yang tidak bekerja dapat memberikan stimulasi dengan baik karena ibu mempunyai banyak waktu untuk merawat anaknya termasuk memberikan stimulasi dengan frekuensi yang lebih intensif (Santi Eka, 2016). Pengetahuan orangtua terutama ibu sangat dibutuhkan dalam memilih makanan, di era globalisasi seperti

ini ibu bisa dengan mudah mendapatkan informasi mengenai cara memilih sayuran, daging dan buah yang baik untuk anak.

Menurut Setyaningsih (2014), sikap ibu yang baik mengenai masalah makan dan gizi turut membentuk perilaku baik dalam hal mengolah makanan. Hal ini dikarenakan salah satu strategi mengatasi masalah makan pada anak adalah dengan mengkreasikan cara pengolahan makanan. Semakin baik perilaku ibu dalam pemenuhan gizi anak, maka akan semakin baik pula status gizi anak. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Jelantik (2012), dimana pada ibu yang memiliki perilaku baik dalam pemenuhan gizi, memiliki anak dengan status gizi baik. Menurut Winarsho (2009) menyatakan bahwa peran ibu dalam memberikan makanan pada anak adalah sebagai berikut :

- 1) Membentuk pola makan anak

Pola makan adalah cara seseorang dalam memilih makanan dan memakannya sebagai tanggapan terhadap pengaruh fisiologis, psikologis budaya dan sosial (Waryana, 2010). Makanan berperan penting dalam pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak. Pola makan yang baik dan teratur perlu diperkenalkan sejak dini. Penting sekali membina dan mengembangkan keterampilan makan pada anak yang dimulai sejak dini. Kebutuhan bahan makanan perlu diatur, sehingga anak mendapatkan asupan gizi yang diperlukan secara utuh sesuai dengan usia dan kebutuhannya.

Pola makan anak sebaiknya diatur sesuai dengan waktu lapar dan pengosongan lambungnya. Perhatikan juga jarak waktu pemberian makan, supaya anak tidak diberi makan ketika masih kenyang. Tidak benar memaksa anak menghabiskan makanannya jika anak sudah tidak

mau makan. Sikap memaksa hanya akan membuat anak trauma pada makanan.

Pola makan kelompok masyarakat atau keluarga akan menjadi pola makan anak dimana seorang anak itu tinggal. Seorang anak dapat memiliki kebiasaan makan dan selera makan, yang terbentuk dari kebiasaan dalam masyarakatnya. Jika menyusun hidangan untuk anak, hal yang perlu diperhatikan adalah memenuhi kebutuhan zat gizi untuk hidup sehat dan bertumbuh kembang. Kecukupan zat gizi ini berpengaruh pada kesehatan dan kecerdasan anak, maka pengetahuan dan kemampuan mengelola makanan sehat untuk anak adalah suatu hal yang amat penting (Santoso, 2009).

Makan dapat dijadikan media untuk mendidik anak supaya anak dapat menerima, menyukai, memilih makanan dan menentukan jumlah makanan yang cukup dan bermutu, dengan demikian dapat dibina kebiasaan yang baik tentang waktu makan. Melalui cara pemberian makan yang teratur anak biasa makan pada waktu yang lazim dibiasakan. Kebiasaan itu dengan sendirinya akan membentuk pola makan pada toddler (Santoso, 2009).

2) Menciptakan situasi yang menyenangkan

Suasana makan juga menentukan mood anak, jika di lingkungan rumah ada taman bermain tak ada salahnya jika mengajak anak main di sana. Suasana bertemu teman-teman sepermainannya akan membuat anak cenderung lebih bersemangat makan. Namun perlu diingat makanan yang dibawa harus ditutup dengan baik untuk menghindari debu dan kuman. Tidak benar memaksa anak untuk makan, biarkan anak

makan atas inisiatif sendiri. Seperti halnya orang dewasa nafsu makan anak juga dipengaruhi suasana hatinya. Anak sedang merasa tidak bahagia, tertekan atau tidak dicintai dapat menyebabkan selera makan anak akan menurun.

Cara lain yang bisa dilakukan adalah dengan memberi kesempatan kepada anak untuk memilih menu favoritnya. Suasana makan yang menyenangkan juga bisa diciptakan didalam rumah bisa sambil nonton televisi, mendengarkan lagu kesenangan, atau makan bersama-sama keluarga yang lain, sehingga menambah nafsu makan pada anak.

3) Penyajian makanan yang menarik

Penyajian makanan yang menarik bisa dilakukan dengan banyak cara diantaranya perhatikan dalam menyajikan makanan. Penyajian makanan yang menarik dapat merangsang keinginan anak untuk makan. Penyajian makanan yang menarik dapat dengan menggunakan perangkat makan yang menarik misalnya bergambar karakter kartun yang lucu dengan warna-warna yang menarik, variasi menu dan berikan perubahan rasa.