

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Tinjauan Pustaka

##### 1. *Stunting*

###### a. Pengertian *Stunting*

*Stunting* merupakan perawakan pendek atau sangat pendek, berdasarkan panjang atau tinggi badan menurut usia yang kurang dari -2 Standar Deviasi (SD) pada kurva pertumbuhan WHO yang disebabkan kekurangan gizi kronik (Kepmenkes, 2022). Kekurangan gizi pada balita *stunting* dapat terjadi sejak bayi dalam kandungan dan masa awal setelah anak lahir, akan tetapi gejala *stunting* dapat terlihat setelah anak berusia 2 tahun (Ginting *et al.*, 2022).

###### b. Klasifikasi *Stunting*

Cara untuk mengetahui balita *stunting* ataupun *non stunting* dapat dilakukan dengan pengukuran antropometri. Indeks yang digunakan adalah panjang badan atau tinggi badan menurut umur. Tinggi badan menurut umur merupakan ukuran pertumbuhan linier yang dicapai, dan dapat digunakan sebagai indeks status gizi (Suryani, 2022). Klasifikasi *stunting* dapat dilihat pada tabel 2.1.

Tabel 2.1.  
Kategori Ambang Batas Status Gizi pada Balita berdasarkan  
PB/U atau TB/U

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas ( <i>z-score</i> )
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 s.d < - 2 SD
	Normal	-2 SD s.d +3 SD
	Tinggi	> +3 SD

Sumber: Permenkes RI, 2020

c. Penyebab *Stunting*

Menurut UNICEF (1998), faktor penyebab *stunting* dikelompokkan menjadi faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor langsung dari kejadian *stunting* adalah asupan gizi, penyakit infeksi, dan BBLR. BBLR termasuk ke dalam faktor langsung yang dipengaruhi oleh status gizi kurang dari ibu (Mochtar, 1998). Faktor tidak langsung adalah pola asuh yang meliputi pengetahuan gizi ibu, sanitasi lingkungan, pelayanan kesehatan, ketersediaan pangan, tingkat pendidikan, dan krisis ekonomi (UNICEF, 1998).

1) Penyebab Langsung Kejadian *Stunting*

a) Asupan Gizi

Status gizi balita dapat dipengaruhi oleh asupan zat gizi balita. Ketidacukupan gizi pada balita dapat disebabkan oleh 2 faktor yaitu kualitas dan kuantitas. Kualitas meliputi keragaman makanan atau *Dietary*

*Diversity Score*, sedangkan kuantitas makanan meliputi pola diet yang menunjukkan frekuensi atau jumlah asupan makanan yang dapat mencukupi kebutuhan balita (Agustina *et al.*, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Salendu *et al.* (2021) menunjukkan kekurangan gizi dapat berpengaruh terhadap perkembangan sistem saraf anak. Kekurangan asupan gizi atau ketidakseimbangan asupan gizi dalam jangka waktu yang lama, dapat menyebabkan terhambatnya pertumbuhan anak dengan tinggi badan lebih pendek dari standar usianya (Ernawati, 2022). Buruknya kualitas asupan gizi pada balita dalam jangka panjang akan menimbulkan permasalahan serius yaitu *stunting* (Muniroh dan Femidio, 2020).

#### b) Penyakit Infeksi

Penyakit infeksi merupakan penyakit yang dapat menyerang balita secara langsung (Kurniawati *et al.*, 2020). Tidak lengkapnya imunisasi dapat menjadi penyebab terkena penyakit infeksi pada balita dan akibatnya menurunkan imunitas balita (Kurniawati *et al.*, 2020). Apabila penyakit infeksi pada balita dibiarkan, akan berisiko terjadinya *stunting* (Kurniawati *et al.*, 2020).

Kondisi ini dapat memperburuk status gizi balita karena dapat menurunkan nafsu makan. Penurunan nafsu makan balita sering disebabkan karena gangguan pencernaan atau kebutuhan gizi yang meningkat karena sedang mengalami penyakit, sehingga asupan gizi tidak sesuai dengan kebutuhan tubuh (Ariati, 2019).

c) BBLR

Berat badan lahir rendah (BBLR) adalah suatu kondisi ketika bayi lahir dengan berat kurang dari normal (Salam, 2021). Bayi yang mengalami BBLR akan mengalami berbagai masalah kesehatan akan membuat bayi sangat rentan terhadap berbagai penyakit yang dapat membuat daya tahan tubuhnya menurun (Salam, 2021). Selain itu, bayi yang mengalami BBLR akan mengalami permasalahan terhadap pertumbuhan dan perkembangan, sehingga pertumbuhan bayi akan menjadi tidak optimal (Salam, 2021).

2) Penyebab Tidak Langsung

a) Pengetahuan Ibu

Tingkat pengetahuan tentang gizi sangat berpengaruh terhadap kejadian *stunting* pada balita (Ginoga *et al.*, 2023). Akibatnya dapat berdampak terhadap kemampuan keluarga dalam mencukupi

kebutuhan gizi pada balita, dan disamping itu kondisi sosial ekonomi dapat mempengaruhi pada pemilihan jenis dan waktu pemberian makan pada balita (Ginoga *et al.*, 2023). Terjadinya masalah gizi pada balita dapat dihindari, apabila ibu memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai cara mengelola dan menyajikan makanan yang memiliki kandungan gizi sesuai kebutuhan balita (Ginoga *et al.*, 2023)

b) *Personal hygiene* dan Sanitasi Lingkungan

*Personal hygiene* dan sanitasi lingkungan yang baik memiliki peran penting untuk menjaga kesehatan balita. *Personal hygiene* dan sanitasi lingkungan yang kurang baik dapat menyebabkan balita terkena penyakit infeksi, sehingga mengalami masalah gizi seperti *stunting* (Aisah *et al.*, 2019).

c) Ketersediaan Pangan

Ketersediaan pangan merupakan kegiatan pertama menuju ke arah konsumsi pangan. Upaya mencapai status gizi masyarakat yang baik atau optimal dimulai dengan penyediaan pangan yang cukup (Rahayu *et al.*, 2020). Ketersediaan pangan yang cukup diperoleh melalui produksi pangan dalam negeri melalui upaya pertanian dalam menghasilkan bahan makanan pokok,

lauk pauk, sayur-sayuran dan buah-buahan (Rahayu *et al.*, 2020)

d) Tingkat Pendidikan

Pendidikan merupakan sesuatu yang dapat membawa seseorang untuk memiliki ataupun meraih wawasan dan pengetahuan dengan luas (Notoadmodjo, 2003). Individu yang memiliki pendidikan lebih tinggi akan memiliki wawasan dan pengetahuan yang lebih luas jika dibandingkan dengan individu yang memiliki pendidikan yang lebih rendah (Notoadmodjo, 2003).

e) Terbatasnya Pelayanan Kesehatan

Akses pelayanan kesehatan yang rendah termasuk salah satu faktor yang dapat menyebabkan mempengaruhi pertumbuhan pada anak (Kemenkes, 2018). Terbatasnya *Antenatal Care* (pelayanan kesehatan untuk ibu selama masa kehamilan), *Post Natal Care* adalah salah satu faktor penyebab *stunting* (TN2PK, 2017).

f) Krisis Ekonomi

Merurut UNICEF (1998), krisis ekonomi merupakan akar masalah dari kejadian *stunting* pada balita. Sebagian besar anak dengan gangguan pertumbuhan, memiliki status ekonomi yang kurang (Putri, 2020).

## 2. Pengetahuan Gizi Ibu

### a. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, kondisi ini terjadi ketika individu telah melakukan pengindraan pada suatu obyek tertentu (Notoatmodjo, 2017). Pengindraan manusia yaitu terdiri dari indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Pengetahuan sebagian besar didapatkan individu diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2017). Menurut Darsini *et al.* (2019) pengetahuan yang dimiliki manusia merupakan hasil usaha manusia dalam menemukan kebenaran atau masalah yang dihadapinya.

### b. Tingkatan Pengetahuan

Tingkat pengetahuan secara garis besar dapat dibagi menjadi enam (Notoatmodjo, 2017), yaitu :

#### 1) Tahu

Tahu dapat diartikan sebagai mengingat materi yang telah diketahui dan dipelajari sebelumnya dengan benar.

#### 2) Memahami

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan individu dalam menjelaskan obyek yang telah diketahui dengan benar.

#### 3) Aplikasi

Aplikasi diartikan sebagai penerapan suatu obyek yang telah dipahami dalam situasi dan kondisi sebenarnya.

4) Analisis

Analisis adalah kemampuan individu dalam menguraikan suatu materi menjadi bagian-bagian yang lebih jelas.

5) Sintesis

Sintesis diartikan sebagai kemampuan individu dalam menyusun rangkaian informasi yang telah ada menjadi susunan yang baru.

6) Evaluasi

Evaluasi dapat diartikan sebagai kemampuan individu dalam menilai atau meninjau suatu obyek yang telah dilaksanakan.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Terdapat delapan faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan yaitu pendidikan, pekerjaan, pengalaman, usia, kebudayaan, minat, sumber informasi, dan media (Notoatmodjo, 2012). Faktor tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

1) Pendidikan

Tingkat Pendidikan seseorang dapat mendukung atau mempengaruhi tingkat pengetahuan. Pendidikan yang tinggi mempermudah individu dalam menerima informasi (Edison, 2019).



## 2) Pekerjaan

Pekerjaan seseorang dapat berpengaruh terhadap pengetahuan dan pengalaman seseorang (Syahleman *et al.*, 2021).

## 3) Pengalaman

Pengalaman dapat mempengaruhi pengamatan seseorang dalam berperilaku (Azahra dan Arianti, 2020).

## 4) Usia

Usia seseorang dapat 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 baik (Len dan Suwaryo, 2017).

## 5) Kebudayaan

Kebudayaan merupakan suatu pedoman hidup dalam suatu kelompok masyarakat untuk dijadikan acuan dalam bertingkah laku atau bertindak, maka kebudayaan itu cenderung menjadi suatu warna atau tradisi yang turun menurun dalam suatu masyarakat (Azima *et al.*, 2021)

## 6) Minat

Minat adalah keinginan dan ketertarikan seseorang pada suatu rangsangan. Minat dapat mempengaruhi perhatian, berpikir, dan berprestasi (Lena *et al.*, 2020).

#### 7) Sumber Informasi

Sumber informasi merupakan sekumpulan informasi yang telah di kelompokkan berdasarkan masing-masing kategori. Sumber informasi bermanfaat sebagai media atau tempat penyebaran segala informasi dan juga merupakan sumber penggali sebuah berita atau informasi (Tarigan, 2019).

#### 8) Media

Media merupakan sarana penghubung yang dapat membantu melakukan penyebaran informasi. Media didesain untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat. Contoh media yaitu internet, televisi, koran, majalah, dan radio (Nur, 2021).

#### d. Pengetahuan Gizi Ibu

Pengetahuan gizi merupakan landasan individu dalam berperilaku gizi sehari-hari, yang nantinya berdampak pada asupan makanan dan status gizi individu (Lestari, 2020). Menurut Herdiani *et al.* (2020), pengetahuan gizi adalah kemampuan individu dalam memilih makanan yang kaya zat gizi dan keterampilan individu dalam memilih jajanan yang sehat. Rendahnya pengetahuan gizi dapat menyebabkan timbulnya masalah gizi, berubahnya kebiasaan pola makan, dan pola konsumsi individu (Herdiani *et al.*, 2020).

Pengetahuan gizi ibu merupakan tingkat pengetahuan seorang ibu terhadap pemilihan bahan makanan yang mengandung zat gizi yang baik (Umihani, 2020). Rendahnya pengetahuan

terhadap makanan yang sehat dan bergizi dapat menimbulkan persepsi yang kurang baik, yaitu makanan yang sehat dan bergizi merupakan makanan mahal yang sulit didapatkan (Umihani, 2020). Ibu sangat memerlukan pengetahuan gizi yang baik agar dapat mengatasi permasalahan yang timbul akibat konsumsi gizi (Umihani, 2020).

Pengetahuan ibu dalam mengatur, mengetahui dan merancang menu makanan yang sehat dan mengandung gizi yang baik bagi dirinya dan keluarga sangat penting untuk upaya pemenuhan mutu gizi anak yang diperlukan (Wulandari dan Muniroh, 2020). Pengetahuan yang kurang dapat menjadikan pola asuh ibu kurang sehingga memengaruhi kejadian *stunting* pada balita (Ramdhani *et al.*, 2020).

### **3. Tingkat Kecukupan Energi**

Energi dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan, perkembangan, aktivitas otot, fungsi metabolik lainnya (menjaga suhu tubuh, menyimpan lemak tubuh), dan untuk memperbaiki kerusakan jaringan dan tulang yang disebabkan karena sakit dan cedera (Lugina *et al.*, 2021). Sumber energi makanan berasal dari karbohidrat, protein dan lemak (Lugina *et al.*, 2021). Asupan energi merupakan faktor langsung dalam menentukan status gizi balita, semakin baik asupan energi maka semakin baik status gizi individu (Fadillah dan Herdiani, 2020).

Konsumsi energi yang melebihi kebutuhan tubuh akan disimpan sebagai cadangan yang berbentuk lemak. Apabila keadaan terus berlanjut, maka akan menyebabkan kegemukan dan biasanya disertai berbagai gangguan kesehatan. Sebaliknya, kekurangan asupan energi dan berlangsung lama akan menyebabkan gizi kurang, sehingga terjadinya penurunan berat badan pada balita (Yusnira *et al.*, 2021). Tingkat kecukupan gizi yang kurang dapat menghambat proses tumbuh kembang anak, pada saat dewasa tinggi badan tidak mencapai ukuran normal dan mudah terkena penyakit infeksi (Sari, 2022). Tingkat kecukupan energi yang kurang berisiko 6,111 kali terhadap kejadian *stunting* (Aisyah dan Yuniarto, 2021).

#### **4. Zat Gizi Makro**

##### **a. Pengertian Zat Gizi Makro**

Zat gizi makro merupakan zat gizi yang dibutuhkan dalam jumlah besar oleh tubuh (Khairany *et al.*, 2020). Zat gizi makro terdiri dari karbohidrat, lemak, protein (Almatsier, 2016). Fungsi zat gizi makro yaitu sebagai sumber energi, menjaga tubuh dari pertumbuhan dan pencegahan penyakit sehingga dibutuhkan dalam jumlah yang besar (Ariyaningtyas, 2019). Selain itu, zat gizi makro juga dapat mempengaruhi status gizi balita (Liunokas, 2019). Balita dengan tingkat asupan zat gizi makro yang mencukupi dan memenuhi kebutuhan tubuh akan berbanding lurus dengan status gizi baik (Melsi *et al.*, 2022).

## b. Tingkat Kecukupan Zat Gizi Makro

Kecukupan gizi pada balita merupakan salah satu faktor yang sangat penting pada tahap pertumbuhan dan perkembangan balita (Rahmi, 2019). Pencapaian tingkat kecukupan gizi dilihat dari perbandingan antara konsumsi zat gizi dengan keadaan gizi seseorang. Kecukupan zat gizi makro pada balita berdasarkan angka kecukupan gizi (AKG) tahun 2019, dapat dilihat pada tabel 2.2.

Tabel 2. 2  
Kecukupan Zat Gizi Makro Balita Menurut AKG (2019)

Kel. Umur (Tahun)	BB (kg)	TB (cm)	Energi (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	Karbohidrat (g)
1-3	13	92	1350	20	45	215
4-6	19	113	1400	25	50	220

Sumber: Permenkes, 2019

Angka kecukupan gizi setiap individu berbeda. Oleh karena itu, untuk menilai tingkat asupan individu dengan menggunakan AKG sebaiknya dilakukan koreksi dengan berat badan, yaitu dengan rumus sebagai berikut (Sirajuddin *et al.*, 2018).

$$\text{AKG Koreksi} = \frac{\text{Berat Badan Aktual}}{\text{Berat Badan Standar}} \times \text{AKG}$$

Langkah selanjutnya, menghitung tingkat kebutuhan zat gizi individu, dengan rumus sebagai berikut (Sirajuddin *et al.*, 2018).

$$\text{Tingkat Pemenuhan Gizi} = \frac{\text{Asupan Zat Gizi}}{\text{AKG Koreksi}} \times 100\%$$

c. Jenis-jenis Zat Gizi Makro

1) Karbohidrat

Karbohidrat merupakan zat gizi yang memiliki fungsi utama sebagai sumber energi. Setiap gram karbohidrat menghasilkan 4 kalori (Atmadja *et al.*, 2020). Terdapat dua jenis karbohidrat yaitu karbohidrat sederhana dan karbohidrat kompleks. Karbohidrat sederhana terdiri dari monosakarida dan disakarida, sedangkan karbohidrat kompleks terdiri dari pati, glikogen, dan serat (Sarwi dan Fathonah, 2020).

Kelebihan karbohidrat disimpan dalam glikogen dan berbentuk lemak, sehingga dapat menyebabkan obesitas (Oktaviani, 2022). Akan tetapi kekurangan asupan karbohidrat dapat menyebabkan kekurangan energi, sehingga dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan *stunting* (Oktaviani, 2022). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuliantini *et al.* (2022), terdapat hubungan signifikan asupan karbohidrat dengan *stunting*. Kondisi ini dapat terjadi karena karbohidrat memiliki peranan sebagai penghasil energi untuk proses metabolisme. Apabila anak kekurangan sumber energi, maka pertumbuhan anak tidak optimal (Yuliantini *et al.*, 2022).

## 2) Lemak

Lemak merupakan sumber energi 2,5 lebih besar dibandingkan dengan karbohidrat dan protein, yaitu 9 kkal/gram lemak (Purba *et al.*, 2022). Selain sumber energi, lemak juga berguna sebagai sumber lemak asam essensial, dan dapat membantu pengangkutan dan penyerapan vitamin A, D, E, dan K yang larut dalam lemak. Fungsi-fungsi tersebut dapat mempengaruhi pertumbuhan balita (Zogara dan Pantaleon, 2020).

Kekurangan lemak dapat menyebabkan disleksia bagi anak yang menyebabkan kelainan saraf sehingga sulit membaca, konsentrasi, daya ingat melemah, dan mudah merasa lelah (Atmadja *et al.*, 2020). Kekurangan asupan lemak pada anak juga dapat menyebabkan *stunting*, karena bila tubuh kekurangan lemak, maka pemenuhan kebutuhan energi digantikan oleh protein sebagai sumber energi. Kondisi tersebut dapat menyebabkan tubuh kehilangan asam amino yang dibutuhkan untuk pertumbuhan (Sari *et al.*, 2021).

## 3) Protein

Protein merupakan sumber asam amino yang berperan sebagai zat pembangun. Balita yang sedang pada tahap pertumbuhan, membutuhkan protein untuk pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan dalam tubuh (Verawati *et al.*, 2021).

Protein terdiri dari dua jenis yaitu yang bersumber dari hewani dan nabati (Rahayu, 2021). Protein yang berasal dari hewani yaitu telur, susu, daging dan ikan. Protein yang bersumber dari nabati adalah kacang kedelai dan hasil olahannya seperti tahu dan tempe (Rahayu, 2021).

Kekurangan protein pada anak yang sedang mengalami pertumbuhan dapat menyebabkan *kwashiorkor*, dan apabila dalam jangka panjang dapat menyebabkan terjadinya busung lapar (Atmadja *et al.*, 2021). Selain itu, asupan protein yang kurang dapat menyebabkan *stunting* 5,160 kali dibandingkan dengan balita yang mengonsumsi cukup protein (Aisyah dan Yuniarto, 2021).

##### **5. Metode *Food Recall* 24 Jam**

*Food recall* 24 jam merupakan metode yang berfokus pada kemampuan mengingat terhadap seluruh makanan dan minuman yang telah dikonsumsi selama 24 jam terakhir (Sirajuddin *et al.*, 2018). Kemampuan mengingat pada metode ini menjadi kunci pokok, sehingga subjek yang memiliki kemampuan mengingat yang rendah sebaiknya tidak menggunakan metode ini. Subjek dengan kemampuan yang lemah antara lain adalah lanjut usia, dan anak di bawah umur (Sirajuddin *et al.*, 2018).

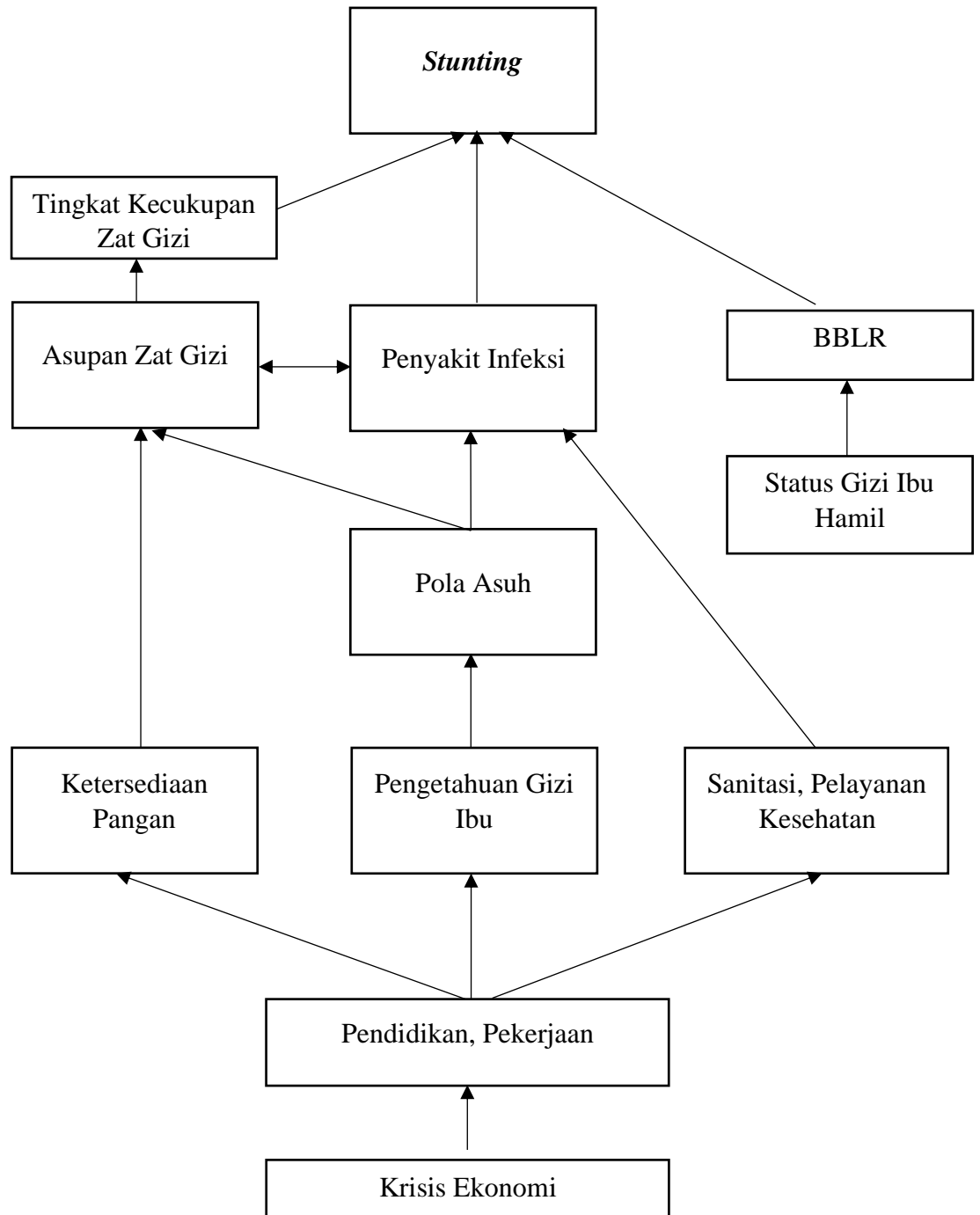


Metode *food recall* 24 jam dilakukan dengan alat bantu, yaitu menggunakan buku foto makanan. Metode *food recall* 24 jam harus menggunakan cara yang tepat, untuk mengurangi kesalahan. Menurut Sirajuddin *et al.* (2018), cara yang dianggap paling baik dalam penelitian konsumsi pangan *food recall* 24 jam adalah mengikuti metode lima langkah, terdiri :

- a. Daftar Singkat Makanan
- b. *Review Quick List*
- c. Uraikan bahan makanan
- d. Tuliskan jumlah makanan
- e. Review Seluruh Makanan minuman

Pengukuran *food recall* 24 jam tidak dapat dilakukan satu kali (1×24 jam), karena data yang diperoleh akan kurang representatif untuk menggambarkan kebiasaan makan individu (Sirajuddin *et al.*, 2018). Sebaiknya dilakukan minimal dua kali (2×24 jam) tanpa berturut-turut, sehingga akan mendapatkan hasil gambaran asupan zat gizi lebih optimal dan memberikan variasi yang lebih besar tentang asupan individu (Gibson, 2005).

## B. Kerangka Teori



**Gambar 2.1 Kerangka Teori**

Faktor Penyebab Stunting menurut UNICEF (1998), Mochtar (1998)  
dimodifikasi oleh peneliti