

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Stunting**

##### **1. Definisi Stunting**

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang terutama pada periode 1000 hari pertama kehidupan (HPK) yaitu dari janin hingga usia 24 bulan. Balita pendek (*Stunting*) adalah status gizi yang didasarkan pada indeks PB/U atau TB/U dimana dalam standar antropometri penilaian status gizi anak, hasil pengukuran tersebut berada pada ambang batas (Z-Score)  $<-2$  SD sampai dengan  $-3$  SD (pendek/ *stunted*) dan  $<-3$  SD (sangat pendek / *severely stunted*) berdasarkan standar WHO (Permenkes RI, 2020).

Stunting termasuk ke dalam masalah gizi yang dapat berpengaruh terhadap kualitas anak dalam pencapaian tumbuh kembangnya. Stunting menjadi permasalahan yang cukup serius karena dapat menjadi penyebab terhambatnya pertumbuhan mental dan perkembangan motorik serta berisiko meningkatkan kesakitan dan kematian anak (Putri, 2020).

Keadaan stunting mencerminkan adanya gangguan pertumbuhan linear yang seharusnya dapat diperoleh, hal tersebut terjadi karena buruknya status kesehatan dan asupan gizi balita. Terdapat perbedaan interpretasi kejadian stunting diantara dua kelompok usia balita. Waktu anak berusia dibawah dua tahun, menggambarkan proses gagal tumbuh

masih sedang berlangsung atau masih dalam proses menuju stunting. Sementara di usia dua tahun atau lebih, menggambarkan keadaan dimana balita tersebut telah mengalami kegagalan pertumbuhan atau telah menjadi stunted (Langi et al., 2019).

## 2. Dampak Stunting

Menurut Departemen Kesehatan (2016), dampak yang akan terjadi apabila balita mengalami stunting ada dua, yaitu dampak jangka pendek dan dampak jangka panjang. Dampak jangka pendek yang dapat terjadi seperti terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme turun. Sedangkan untuk dampak jangka panjang yang diakibatkan oleh stunting yaitu kemampuan kognitif dan prestasi belajar yang menurun, mudah sakit diakibatkan kekebalan tubuh yang lemah, dan resiko tinggi untuk munculnya berbagai penyakit seperti diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Ethiopia pada tahun 2019 menunjukkan bahwa adanya hubungan antara stunting dengan prestasi akademik dengan hasil uji statistik didapatkan  $p < 0,05$  ( $p$  value=0,042). Skor nilai akademis pada anak yang mengalami stunting lebih rendah dibandingkan dengan skor nilai anak yang tidak mengalami stunting (Seyoum et al., 2019).

### 3. Faktor - faktor yang mempengaruhi Stunting

Berdasarkan teori Unicef (1998), faktor yang menyebabkan stunting dalam penelitian ini terbagi menjadi tiga bagian, yaitu:

#### a. Penyebab langsung, yaitu :

##### 1) Asupan makanan yang kurang

Asupan energi dan zat gizi yang tidak memadai sangat mempengaruhi kejadian stunting pada balita. Penelitian yang dilakukan di Nusa Tenggara Timur oleh Nabuasa, et al (2013) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara asupan energi dengan kejadian stunting (Permatasari, 2021).

##### 2) Penyakit infeksi.

Penyakit infeksi merupakan salah satu penyebab langsung terjadinya stunting pada balita. Hasil kajian literatur dari penelitian Hidayani menunjukkan bahwa riwayat penyakit infeksi yang berhubungan dengan kejadian stunting yaitu penyakit diare, ISPA, kecacingan, dan TBC (Hidayani, 2020).

#### b. Penyebab tidak langsung, yaitu:

##### 1) Lingkungan yang tidak memadai

Lingkungan berperan penting terhadap kejadian stunting, seperti seringkali anak terkena penyakit infeksi, masih rendahnya kebiasaan mencuci tangan pakai sabun dengan benar sehingga dapat meningkatkan kejadian diare. Hal yang dianggap ringan seperti buang air besar sembarangan bisa berdampak luas

terhadap kesehatan. Maka dari itu pentingnya menggunakan jamban sehat, yaitu yang memenuhi persyaratan kesehatan tidak menyebabkan terjadinya penyebaran langsung akibat kotoran manusia dan dapat mencegah vektor pembawa penyakit pada pengguna jamban maupun lingkungan sekitarnya (Hasanah, *et al*, 2021).

Sanitasi lingkungan yang buruk dapat berpengaruh terhadap peningkatan kejadian penyakit infeksi. Akibatnya, pertumbuhan anak akan terhambat karena energi yang seharusnya dipakai untuk tumbuh kembang beralih fungsi kepada perlawanan tubuh dalam menghadapi infeksi (Kemenkes, 2016).

## 2) Pelayanan kesehatan yang tidak memadai.

Pelayanan kesehatan mencakup pelayanan kesehatan A (rumah sakit, puskesmas, puskesmas pembantu, dokter praktek, dan bidan praktek) serta pelayanan kesehatan B (posyandu, poskesdes, dan polindes). Posyandu merupakan sarana yang memanfaatkan sumber daya masyarakat dan dikelola oleh masyarakat. Pemanfaatan posyandu yang merupakan sarana pelayanan kesehatan sederhana dalam masyarakat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Masyarakat datang ke posyandu karena sarana dan prasarana tersedia, mutu pelayanan dinilai baik, ada peran dari tokoh masyarakat, dan masyarakat tidak mampu

membawa anak ke fasilitas pelayanan lain. Adapun berbagai alasan tidak membawa balitanya ke posyandu antara lain letak jauh, tidak ada posyandu dan layanan tidak lengkap. Tingkat keteraturan ibu ke posyandu untuk memantau pertumbuhan balita yang rendah dapat berakibat keterlambatan deteksi gangguan pertumbuhan anak (Sartika, 2010). Kualitas pertumbuhan dan perkembangan balita dapat dipengaruhi oleh pelayanan kesehatan yang baik. Pelayanan kesehatan yang sesuai standar bisa didapat oleh anak balita meliputi pemantauan pertumbuhan minimal 8 kali dalam setahun, pemantauan perkembangan minimal 2 kali setahun dan pemberian vitamin A 2 kali setahun (Kemenkes, 2016).

Posyandu merupakan sarana kesehatan untuk melakukan pemantauan status gizi balita. Dengan hadirnya balita di posyandu menjadi indikator terjangkaunya pelayanan kesehatan pada balita. Di posyandu, balita akan mendapatkan pelayanan kesehatan berupa penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, pengukuran LILA, pemberian makanan tambahan, penyuluhan gizi, pemeriksaan kesehatan jika terjadi masalah serta mendapat imunisasi dan program kesehatan lain seperti vitamin A dan kapsul beryodium. Jika balita rutin dibawa ke posyandu, maka pertumbuhan dan perkembangannya akan terpantau, sehingga ibu dapat segera

melakukan pencegahan atau pengobatan jika terjadi penyakit gizi atau infeksi karena pada dasarnya usia balita merupakan usia yang rentan terkena penyakit gizi dan infeksi (Dwi & Wirjatmadi, 2008).

c. Akar masalah

Penyebab mendasar atau akar masalah stunting adalah kualitas SDM seperti kurangnya pendidikan, pekerjaan, terjadinya krisis ekonomi, politik dan sosial termasuk bencana alam, yang mempengaruhi ketersediaan pangan, pola asuh dalam keluarga dan pelayanan kesehatan serta sanitasi yang memadai, yang pada akhirnya mempengaruhi status gizi balita.

4. Indeks Tinggi Badan Per-Umur (TB/U)

Berdasarkan poin b Pasal 2 PMK No.2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak, bahwasannya Standar Antropometri Anak didasarkan pada parameter berat badan dan panjang/tinggi badan yang terdiri atas 4 (empat) indeks, yang salah satunya yaitu indeks Panjang Badan menurut Umur (PB/U) dan Tinggi Badan menurut Umur (TB/U).

Standar Antropometri Anak di Indonesia mengacu pada WHO *Child Growth Standards* untuk anak usia 0-5 tahun dan The WHO *Reference* 2007 untuk anak 5 (lima) sampai dengan 18 (delapan belas) tahun. Indonesia memutuskan untuk mengadopsi standar ini menjadi standar yang resmi untuk digunakan sebagai standar antropometri penilaian status gizi anak melalui Keputusan Menteri Kesehatan Nomor

1995/Menkes/SK/XII/2010 tentang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak, 2020).

Umur yang digunakan pada standar ini merupakan umur yang dihitung dalam bulan penuh, sebagai contoh bila umur anak 2 bulan 29 hari maka dihitung sebagai umur 2 bulan. Indeks Panjang Badan (PB) digunakan pada anak umur 0-24 bulan yang diukur dengan posisi terlentang. Sementara untuk indeks Tinggi Badan (TB) digunakan pada anak umur di atas 24 bulan yang diukur dengan posisi berdiri. Berikut tabel standar antropometri penilaian status gizi anak berdasarkan PB/U dan TB/U

- a. Standar Panjang Badan menurut Umur (PB/U) Anak Laki-Laki  
Umur 0 - 24 Bulan

**Tabel 2. 1. Standar PB/U Anak Laki-Laki Umur 0 - 24 Bulan**

| Umur (bulan) | Panjang Badan (cm) |       |       |        |       |       |       |
|--------------|--------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|              | -3 SD              | -2 SD | -1 SD | Median | +1 SD | +2 SD | +3 SD |
| 0            | 44.2               | 46.1  | 48.0  | 49.9   | 51.8  | 53.7  | 55.6  |
| 1            | 48.9               | 50.8  | 52.8  | 54.7   | 56.7  | 58.6  | 60.6  |
| 2            | 52.4               | 54.4  | 56.4  | 58.4   | 60.4  | 62.4  | 64.4  |
| 3            | 55.3               | 57.3  | 59.4  | 61.4   | 63.5  | 65.5  | 67.6  |
| 4            | 57.6               | 59.7  | 61.8  | 63.9   | 66.0  | 68.0  | 70.1  |
| 5            | 59.6               | 61.7  | 63.8  | 65.9   | 68.0  | 70.1  | 72.2  |
| 6            | 61.2               | 63.3  | 65.5  | 67.6   | 69.8  | 71.9  | 74.0  |
| 7            | 62.7               | 64.8  | 67.0  | 69.2   | 71.3  | 73.5  | 75.7  |
| 8            | 64.0               | 66.2  | 68.4  | 70.6   | 72.8  | 75.0  | 77.2  |
| 9            | 65.2               | 67.5  | 69.7  | 72.0   | 74.2  | 76.5  | 78.7  |
| 10           | 66.4               | 68.7  | 71.0  | 73.3   | 75.6  | 77.9  | 80.1  |
| 11           | 67.6               | 69.9  | 72.2  | 74.5   | 76.9  | 79.2  | 81.5  |
| 12           | 68.6               | 71.0  | 73.4  | 75.7   | 78.1  | 80.5  | 82.9  |

|    |      |      |      |      |      |      |      |
|----|------|------|------|------|------|------|------|
| 13 | 69.6 | 72.1 | 74.5 | 76.9 | 79.3 | 81.8 | 84.2 |
| 14 | 70.6 | 73.1 | 75.6 | 78.0 | 80.5 | 83.0 | 85.5 |
| 15 | 71.6 | 74.1 | 76.6 | 79.1 | 81.7 | 84.2 | 86.7 |
| 16 | 72.5 | 75.0 | 77.6 | 80.2 | 82.8 | 85.4 | 88.0 |
| 17 | 73.3 | 76.0 | 78.6 | 81.2 | 83.9 | 86.5 | 89.2 |
| 18 | 74.2 | 76.9 | 79.6 | 82.3 | 85.0 | 87.7 | 90.4 |
| 19 | 75.0 | 77.7 | 80.5 | 83.2 | 86.0 | 88.8 | 91.5 |
| 20 | 75.8 | 78.6 | 81.4 | 84.2 | 87.0 | 89.8 | 92.6 |
| 21 | 76.5 | 79.4 | 82.3 | 85.1 | 88.0 | 90.9 | 93.8 |
| 22 | 77.2 | 80.2 | 83.1 | 86.0 | 89.0 | 91.9 | 94.9 |
| 23 | 78.0 | 81.0 | 83.9 | 86.9 | 89.9 | 92.9 | 95.9 |
| 24 | 78.7 | 81.7 | 84.8 | 87.8 | 90.9 | 93.9 | 97.0 |

Keterangan: \* Pengukuran panjang badan dilakukan dalam keadaan anak telentang

b. Standar Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) Anak Laki-Laki

Umur 24-60 Bulan

**Tabel 2. 2 Standar TB/U Anak Laki-Laki Umur 24-60 Bulan**

| Umur<br>(bulan) | Tinggi Badan (cm) |       |       |        |       |       |       |
|-----------------|-------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                 | -3 SD             | -2 SD | -1 SD | Median | +1 SD | +2 SD | +3 SD |
| 24              | 78.0              | 81.0  | 84.1  | 87.1   | 90.2  | 93.2  | 96.3  |
| 25              | 78.6              | 81.7  | 84.9  | 88.0   | 91.1  | 94.2  | 97.3  |
| 26              | 79.3              | 82.5  | 85.6  | 88.8   | 92.0  | 95.2  | 98.3  |
| 27              | 79.9              | 83.1  | 86.4  | 89.6   | 92.9  | 96.1  | 99.3  |
| 28              | 80.5              | 83.8  | 87.1  | 90.4   | 93.7  | 97.0  | 100.3 |
| 29              | 81.1              | 84.5  | 87.8  | 91.2   | 94.5  | 97.9  | 101.2 |
| 30              | 81.7              | 85.1  | 88.5  | 91.9   | 95.3  | 98.7  | 102.1 |
| 31              | 82.3              | 85.7  | 89.2  | 92.7   | 96.1  | 99.6  | 103.0 |
| 32              | 82.8              | 86.4  | 89.9  | 93.4   | 96.9  | 100.4 | 103.9 |
| 33              | 83.4              | 86.9  | 90.5  | 94.1   | 97.6  | 101.2 | 104.8 |
| 34              | 83.9              | 87.5  | 91.1  | 94.8   | 98.4  | 102.0 | 105.6 |
| 35              | 84.4              | 88.1  | 91.8  | 95.4   | 99.1  | 102.7 | 106.4 |
| 36              | 85.0              | 88.7  | 92.4  | 96.1   | 99.8  | 103.5 | 107.2 |
| 37              | 85.5              | 89.2  | 93.0  | 96.7   | 100.5 | 104.2 | 108.0 |
| 38              | 86.0              | 89.8  | 93.6  | 97.4   | 101.2 | 105.0 | 108.8 |
| 39              | 86.5              | 90.3  | 94.2  | 98.0   | 101.8 | 105.7 | 109.5 |

|    |      |       |       |       |       |       |       |
|----|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 40 | 87.0 | 90.9  | 94.7  | 98.6  | 102.5 | 106.4 | 110.3 |
| 41 | 87.5 | 91.4  | 95.3  | 99.2  | 103.2 | 107.1 | 111.0 |
| 42 | 88.0 | 91.9  | 95.9  | 99.9  | 103.8 | 107.8 | 111.7 |
| 43 | 88.4 | 92.4  | 96.4  | 100.4 | 104.5 | 108.5 | 112.5 |
| 44 | 88.9 | 93.0  | 97.0  | 101.0 | 105.1 | 109.1 | 113.2 |
| 45 | 89.4 | 93.5  | 97.5  | 101.6 | 105.7 | 109.8 | 113.9 |
| 46 | 89.8 | 94.0  | 98.1  | 102.2 | 106.3 | 110.4 | 114.6 |
| 47 | 90.3 | 94.4  | 98.6  | 102.8 | 106.9 | 111.1 | 115.2 |
| 48 | 90.7 | 94.9  | 99.1  | 103.3 | 107.5 | 111.7 | 115.9 |
| 49 | 91.2 | 95.4  | 99.7  | 103.9 | 108.1 | 112.4 | 116.6 |
| 50 | 91.6 | 95.9  | 100.2 | 104.4 | 108.7 | 113.0 | 117.3 |
| 51 | 92.1 | 96.4  | 100.7 | 105.0 | 109.3 | 113.6 | 117.9 |
| 52 | 92.5 | 96.9  | 101.2 | 105.6 | 109.9 | 114.2 | 118.6 |
| 53 | 93.0 | 97.4  | 101.7 | 106.1 | 110.5 | 114.9 | 119.2 |
| 54 | 93.4 | 97.8  | 102.3 | 106.7 | 111.1 | 115.5 | 119.9 |
| 55 | 93.9 | 98.3  | 102.8 | 107.2 | 111.7 | 116.1 | 120.6 |
| 56 | 94.3 | 98.8  | 103.3 | 107.8 | 112.3 | 116.7 | 121.2 |
| 57 | 94.7 | 99.3  | 103.8 | 108.3 | 112.8 | 117.4 | 121.9 |
| 58 | 95.2 | 99.7  | 104.3 | 108.9 | 113.4 | 118.0 | 122.6 |
| 59 | 95.6 | 100.2 | 104.8 | 109.4 | 114.0 | 118.6 | 123.2 |
| 60 | 96.1 | 100.7 | 105.3 | 110.0 | 114.6 | 119.2 | 123.9 |

Keterangan: \* Pengukuran TB dilakukan dalam keadaan anak berdiri

c. Standar Panjang Badan menurut Umur (PB/U) Anak Perempuan

Umur 0-24 Bulan

**Tabel 2. 3 PB/U Anak Perempuan Umur 0-24 Bulan**

| Umur<br>(bulan) | Panjang Badan (cm) |       |       |        |       |       |       |
|-----------------|--------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                 | -3 SD              | -2 SD | -1 SD | Median | +1 SD | +2 SD | +3 SD |
| 0               | 43.6               | 45.4  | 47.3  | 49.1   | 51.0  | 52.9  | 54.7  |
| 1               | 47.8               | 49.8  | 51.7  | 53.7   | 55.6  | 57.6  | 59.5  |
| 2               | 51.0               | 53.0  | 55.0  | 57.1   | 59.1  | 61.1  | 63.2  |
| 3               | 53.5               | 55.6  | 57.7  | 59.8   | 61.9  | 64.0  | 66.1  |
| 4               | 55.6               | 57.8  | 59.9  | 62.1   | 64.3  | 66.4  | 68.6  |
| 5               | 57.4               | 59.6  | 61.8  | 64.0   | 66.2  | 68.5  | 70.7  |
| 6               | 58.9               | 61.2  | 63.5  | 65.7   | 68.0  | 70.3  | 72.5  |
| 7               | 60.3               | 62.7  | 65.0  | 67.3   | 69.6  | 71.9  | 74.2  |

|    |      |      |      |      |      |      |      |
|----|------|------|------|------|------|------|------|
| 8  | 61.7 | 64.0 | 66.4 | 68.7 | 71.1 | 73.5 | 75.8 |
| 9  | 62.9 | 65.3 | 67.7 | 70.1 | 72.6 | 75.0 | 77.4 |
| 10 | 64.1 | 66.5 | 69.0 | 71.5 | 73.9 | 76.4 | 78.9 |
| 11 | 65.2 | 67.7 | 70.3 | 72.8 | 75.3 | 77.8 | 80.3 |
| 12 | 66.3 | 68.9 | 71.4 | 74.0 | 76.6 | 79.2 | 81.7 |
| 13 | 67.3 | 70.0 | 72.6 | 75.2 | 77.8 | 80.5 | 83.1 |
| 14 | 68.3 | 71.0 | 73.7 | 76.4 | 79.1 | 81.7 | 84.4 |
| 15 | 69.3 | 72.0 | 74.8 | 77.5 | 80.2 | 83.0 | 85.7 |
| 16 | 70.2 | 73.0 | 75.8 | 78.6 | 81.4 | 84.2 | 87.0 |
| 17 | 71.1 | 74.0 | 76.8 | 79.7 | 82.5 | 85.4 | 88.2 |
| 18 | 72.0 | 74.9 | 77.8 | 80.7 | 83.6 | 86.5 | 89.4 |
| 19 | 72.8 | 75.8 | 78.8 | 81.7 | 84.7 | 87.6 | 90.6 |
| 20 | 73.7 | 76.7 | 79.7 | 82.7 | 85.7 | 88.7 | 91.7 |
| 21 | 74.5 | 77.5 | 80.6 | 83.7 | 86.7 | 89.8 | 92.9 |
| 22 | 75.2 | 78.4 | 81.5 | 84.6 | 87.7 | 90.8 | 94.0 |
| 23 | 76.0 | 79.2 | 82.3 | 85.5 | 88.7 | 91.9 | 95.0 |
| 24 | 76.7 | 80.0 | 83.2 | 86.4 | 89.6 | 92.9 | 96.1 |

Keterangan: \* Pengukuran PB dilakukan dalam keadaan anak telentang

d. Standar Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) Anak Perempuan

Umur 24-60 Bulan.

**Tabel 2. 4 TB/U Anak Perempuan Umur 24-60 Bulan.**

| Umur<br>(bulan) | Panjang Badan (cm) |       |       |        |       |       |       |
|-----------------|--------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
|                 | -3 SD              | -2 SD | -1 SD | Median | +1 SD | +2 SD | +3 SD |
| 24              | 76.0               | 79.3  | 82.5  | 85.7   | 88.9  | 92.2  | 95.4  |
| 25              | 76.8               | 80.0  | 83.3  | 86.6   | 89.9  | 93.1  | 96.4  |
| 26              | 77.5               | 80.8  | 84.1  | 87.4   | 90.8  | 94.1  | 97.4  |
| 27              | 78.1               | 81.5  | 84.9  | 88.3   | 91.7  | 95.0  | 98.4  |
| 28              | 78.8               | 82.2  | 85.7  | 89.1   | 92.5  | 96.0  | 99.4  |
| 29              | 79.5               | 82.9  | 86.4  | 89.9   | 93.4  | 96.9  | 100.3 |
| 30              | 80.1               | 83.6  | 87.1  | 90.7   | 94.2  | 97.7  | 101.3 |
| 31              | 80.7               | 84.3  | 87.9  | 91.4   | 95.0  | 98.6  | 102.2 |
| 32              | 81.3               | 84.9  | 88.6  | 92.2   | 95.8  | 99.4  | 103.1 |
| 33              | 81.9               | 85.6  | 89.3  | 92.9   | 96.6  | 100.3 | 103.9 |
| 34              | 82.5               | 86.2  | 89.9  | 93.6   | 97.4  | 101.1 | 104.8 |
| 35              | 83.1               | 86.8  | 90.6  | 94.4   | 98.1  | 101.9 | 105.6 |

|    |      |      |       |       |       |       |       |
|----|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 36 | 83.6 | 87.4 | 91.2  | 95.1  | 98.9  | 102.7 | 106.5 |
| 37 | 84.2 | 88.0 | 91.9  | 95.7  | 99.6  | 103.4 | 107.3 |
| 38 | 84.7 | 88.6 | 92.5  | 96.4  | 100.3 | 104.2 | 108.1 |
| 39 | 85.3 | 89.2 | 93.1  | 97.1  | 101.0 | 105.0 | 108.9 |
| 40 | 85.8 | 89.8 | 93.8  | 97.7  | 101.7 | 105.7 | 109.7 |
| 41 | 86.3 | 90.4 | 94.4  | 98.4  | 102.4 | 106.4 | 110.5 |
| 42 | 86.8 | 90.9 | 95.0  | 99.0  | 103.1 | 107.2 | 111.2 |
| 43 | 87.4 | 91.5 | 95.6  | 99.7  | 103.8 | 107.9 | 112.0 |
| 44 | 87.9 | 92.0 | 96.2  | 100.3 | 104.5 | 108.6 | 112.7 |
| 45 | 88.4 | 92.5 | 96.7  | 100.9 | 105.1 | 109.3 | 113.5 |
| 46 | 88.9 | 93.1 | 97.3  | 101.5 | 105.8 | 110.0 | 114.2 |
| 47 | 89.3 | 93.6 | 97.9  | 102.1 | 106.4 | 110.7 | 114.9 |
| 48 | 89.8 | 94.1 | 98.4  | 102.7 | 107.0 | 111.3 | 115.7 |
| 49 | 90.3 | 94.6 | 99.0  | 103.3 | 107.7 | 112.0 | 116.4 |
| 50 | 90.7 | 95.1 | 99.5  | 103.9 | 108.3 | 112.7 | 117.1 |
| 51 | 91.2 | 95.6 | 100.1 | 104.5 | 108.9 | 113.3 | 117.7 |
| 52 | 91.7 | 96.1 | 100.6 | 105.0 | 109.5 | 114.0 | 118.4 |
| 53 | 92.1 | 96.6 | 101.1 | 105.6 | 110.1 | 114.6 | 119.1 |
| 54 | 92.6 | 97.1 | 101.6 | 106.2 | 110.7 | 115.2 | 119.8 |
| 55 | 93.0 | 97.6 | 102.2 | 106.7 | 111.3 | 115.9 | 120.4 |
| 56 | 93.4 | 98.1 | 102.7 | 107.3 | 111.9 | 116.5 | 121.1 |
| 57 | 93.9 | 98.5 | 103.2 | 107.8 | 112.5 | 117.1 | 121.8 |
| 58 | 94.3 | 99.0 | 103.7 | 108.4 | 113.0 | 117.7 | 122.4 |
| 59 | 94.7 | 99.5 | 104.2 | 108.9 | 113.6 | 118.3 | 123.1 |
| 60 | 95.2 | 99.9 | 104.7 | 109.4 | 114.2 | 118.9 | 123.7 |

Keterangan: \* Pengukuran TB dilakukan dalam keadaan anak berdiri

Berikut merupakan kategori dan ambang batas status gizi

anak stunting:

**Tabel 2. 5 Kategori dan ambang batas status gizi anak stunting**

| Indeks   | Kategori                         | Ambang batas     |
|--|----------------------------------|------------------|
| Panjang Badan atau Tinggi Badan menurut Umur (PB/U atau TB/U) anak usia 0-60 bulan | Sangat pendek (severely stunted) | < -3 SD          |
|  | Pendek (stunted)                 | -3 SD sd < -2 SD |
|  | Normal                           | -2 SD sd +3 SD   |
|  | Tinggi                           | > +3 SD          |

## **B. Konsep Pola Makan**

### 1. Definisi Pola Makan

Pola makan ialah suatu cara yang menggambarkan informasi mengenai macam dan jumlah bahan makanan yang dimakan setiap hari oleh satu orang dalam suatu kelompok masyarakat. Konsumsi makanan yang baik akan berperan terhadap kondisi kesehatan yang baik. Sebaliknya, konsumsi makanan yang buruk akan berperan terhadap kondisi kesehatan yang buruk. Hal tersebut dikarenakan pola makan berhubungan langsung dengan status gizi seseorang (Nasution, 2018).

Menurut Sulistyoningsih (2011), ada 3 komponen yang terkandung didalam pola makan (Almira, 2020), diantaranya adalah:

#### a. Jenis Makanan

Jenis makanan merupakan berbagai macam bahan makanan yang diolah untuk menghasilkan susunan menu makan yang akan dikonsumsi. Agar terpenuhinya gizi seimbang, jenis makanan yang dikonsumsi harus kaya akan nutrisi dan harus bervariasi dengan mengandung zat yang bermanfaat bagi kesehatan tubuh seperti makanan yang mengandung karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral.

#### b. Jumlah Makanan

Jumlah makanan merupakan banyaknya makanan yang dikonsumsi oleh setiap individu dalam suatu kelompok. Berikut merupakan tabel takaran konsumsi makanan sehari pada anak:

**Tabel 2. 6 Takaran konsumsi makanan sehari pada anak**

| <b>Kelompok Umur</b> | <b>Jenis dan Jumlah Makanan</b>   | <b>Frekuensi Makan</b>                           |
|----------------------|---|--|
| 1-6 Bulan            | ASI eksklusif   | Sesering mungkin                                 |
| 4-6 Bulan            | Makanan lumat   | 1x Sehari<br>2 sendok makan<br>setiap kali makan |
| 7-12 Bulan           | Makanan lembek  | 2x sehari,<br>2x selingan                        |
| 1-3 Tahun            | Makanan keluarga:<br>1-1 ½ porsi nasi<br>atau pengganti<br>2-3 potong<br>buah-buahan<br>1-2 Potong lauk<br>nabati ½<br>mangkuk sayur,<br>2-3 potong<br>buah-buahan, 1<br>gelas susu |  |
| 4-6 Tahun            | 1-3 piring nasi atau<br>pengganti 2-3<br>potong lauk<br>hewani 1-2<br>potong lauk<br>nabati<br>1-1 ½ mangkuk<br>sayur 2-3<br>potong buah 1-2<br>gelas susu                          |  |

Sumber: Gizi Seimbang Menuju Hidup Sehat Bagi Balita Depkes RI 2000.

### c. Frekuensi Makan

Frekuensi makan merupakan jadwal atau jumlah makan dalam sehari-hari yang meliputi sarapan, makan siang, makan malam dan makan selingan (Almira, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Widyaningsih et al., (2018) di Kecamatan Bayat Kabupaten Klaten menunjukkan bahwa keragaman pangan dan pola

asuh makan berhubungan dengan kejadian stunting pada balita usia 24-59 bulan, kebiasaan ibu yang menunda memberikan makan pada balita dan tidak memperhatikan asupan gizinya beresiko terhadap terjadinya stunting.

## 2. Faktor-faktor yang mempengaruhi Pola Makan pada Balita

### a. Faktor Sosial Ekonomi

Status sosial ekonomi keluarga secara tidak langsung dapat berpengaruh terhadap ketahanan pangan keluarga dalam pemenuhan asupan gizi atau kualitas konsumsi makanan keluarga yang menjadi penentu terhadap baik buruknya konsumsi energi. Kemampuan untuk memenuhi kebutuhan pangan menjadi terbatas apabila status ekonomi keluarga rendah (Almira, E.P., 2020).

### b. Faktor Pendidikan

Pola asuh ibu merupakan perilaku ibu dalam mengasuh balita termasuk didalamnya dalam hal pola makan. Perilaku ibu dalam memberi makan balita dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan. Pengetahuan seseorang bisa didapat dari pendidikan formal dan nonformal seperti dari internet, televisi, koran, dll. Pengetahuan yang baik akan menciptakan sikap yang baik dan apabila sikap dinilai sudah sesuai maka akan menciptakan perilaku yang baik pula (Muniroh, 2015).

c. Faktor Lingkungan

Menurut Sulistyoningsih (2011), lingkungan dibagi menjadi lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan promosi yang dilakukan oleh perusahaan makanan pada media cetak ataupun elektronik. Ketiga hal tersebut akan mempengaruhi kebiasaan seseorang dalam membentuk pola makannya (Prakhasita, 2018).

d. Faktor Sosial Budaya

Budaya atau kepercayaan seseorang tumbuh dalam lingkungan sosial masyarakat. Dalam suatu kelompok masyarakat, salah satunya terdapat budaya dalam pantangan makanan yang dikonsumsi. Pantangan yang didasari kepercayaan memiliki sisi baik atau buruk. Kebudayaan berperan cukup kuat untuk mempengaruhi seseorang dalam pemilihan dan pengolahan makanan yang akan dikonsumsi. Keyakinan yang tercipta pada diri seseorang dalam pemenuhan makanan berperan penting memelihara perilaku dalam mengontrol pola makan (Prakhasita, 2018).

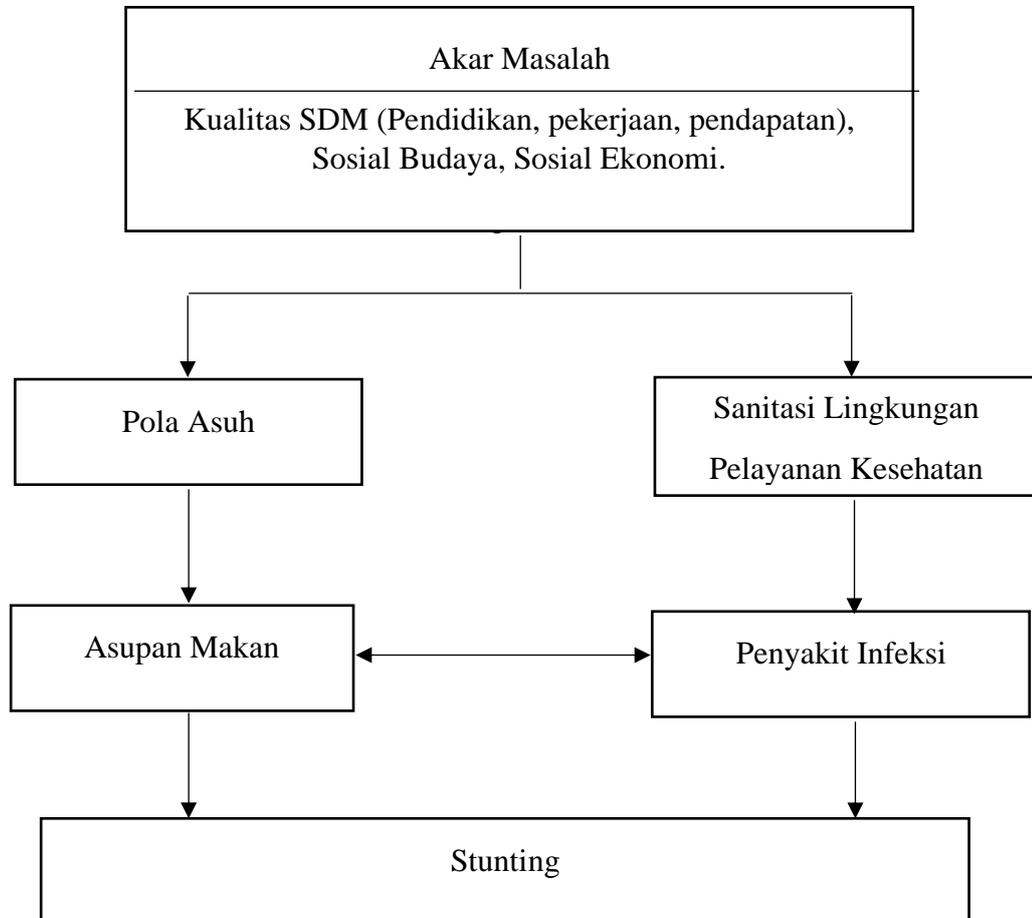
### **C. Penyakit Infeksi**

Infeksi dapat menyebabkan anak tidak merasa lapar dan tidak mau makan. Penyakit ini juga menghabiskan sejumlah protein dan kalori yang seharusnya dipakai untuk pertumbuhan. Menurut dr.Harsono, (1999) diare dan muntah dapat menghalangi penyerapan makanan. Penyakit-penyakit umum yang memperburuk keadaan gizi adalah diare, infeksi saluran pernafasan atas, tuberkulosis, campak, batuk rejan, malaria kronis,

cacingan. Penyakit infeksi dalam tubuh akan membawa pengaruh terhadap keadaan gizi anak. Penyakit diare menghilangkan nafsu makan sehingga anak menolak makanan (Setiyowati, 2018).

Penyakit saluran pencernaan yang sebagian muncul dalam bentuk muntah dan gangguan penyerapan, menyebabkan hilangnya zat-zat gizi dalam jumlah besar. Keadaan gizi yang buruk muncul sebagai faktor risiko yang penting untuk terjadinya ISPA. Balita dengan gizi yang kurang akan lebih mudah terserang ISPA dibandingkan balita dengan gizi normal karena faktor daya tahan tubuh yang kurang.

#### D. Kerangka Teori



**Gambar 2. 1 Kerangka Teori**

Sumber: UNICEF (2013) dalam Kemenkes RI (2018).