

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Balita

1. Pengertian Balita

Anak bawah lima tahun atau sering disingkat Anak Balita. Balita adalah anak yang telah menginjak usia di atas satu tahun sampai lima tahun atau biasa digunakan perhitungan bulan yaitu usia 12-59 bulan. Para ahli menggolongkan usia balita sebagai tahapan perkembangan anak yang cukup rentan terhadap berbagai serangan penyakit, termasuk penyakit yang disebabkan oleh kekurangan atau kelebihan asupan nutrisi jenis tertentu (Kemenkes RI, 2015).

Pada masa ini, kecepatan pertumbuhan mulai menurun dan terdapatnya kemauan dalam perkembangan motorik (gerak dasar dan gerak halus) serta fungsi ekskresi (pembuangan). Periode penting dalam tumbuh kembang anak adalah pada masa balita karena akan memengaruhi dan menentukan perkembangan anak selanjutnya. Setelah lahir, terutama pada 3 tahun pertama kehidupan, pertumbuhan dan perkembangan sel-sel otak masih berlangsung, dan menjadi pertumbuhan serabut-serabut saraf dan cabangnya. Sehingga terbentuk jaringan saraf dan otak yang kompleks, ini akan sangat memengaruhi kinerja otak, mulai dari kemampuan belajar, berjalan, berbicara dan bersosialisasi (Kemenkes RI, 2016).

2. Status Gizi Balita

Menurut Kemenkes RI (2016), penentuan status gizi pada balita, antara lain:

- 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.

Masalah gizi kurang disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, sanitasi lingkungan yang kurang baik, kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi dan kesehatan, sedang masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada masyarakat disertai dengan kurangnya pengetahuan gizi dan kesehatan (Ariani, 2017).

Kategori dan ambang batas status gizi anak adalah sebagaimana terdapat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2.1 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasarkan Indeks

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
Berat Badan menurut Umur (BB/U) Anak Umur 0-60 bulan	Gizi Buruk	< -3SD
	Gizi Kurang	-3 SD sampai dengan < -2SD
	Gizi Baik	-2 SD sampai dengan 2 SD
	Gizi Lebih	>2 SD
Panjang Badan menurut Umur (PB/U) atau Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) Anak Umur 0-60 bulan	Sangat Pendek	< -3SD
	Pendek	-3 SD sampai dengan < -2SD
	Normal	-2 SD sampai dengan 2 SD
	Tinggi	>2 SD
Berat Badan menurut Panjang Badan (BB/PB) atau Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB) Anak Umur 0-60 bulan	Sangat Kurus	< -3SD
	Kurus	-3 SD sampai dengan < -2SD
	Normal	-2 SD sampai dengan 2 SD
	Gemuk	>2 SD
Indek Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) Anak Umur 0-60 bulan	Sangat Kurus	< -3SD
	Kurus	-3 SD sampai dengan < -2SD
	Normal	-2 SD sampai dengan 2 SD
	Gemuk	>2 SD

Sumber : Standar Antropometri, 2011

3. Menurut Ariani (2017) Faktor yang Memengaruhi Status Gizi Balita

Berdasarkan Umur, adalah:

a. Umur 1-3 tahun (*toddler*)

- 1) Bersifat konsumen pasif, dalam arti makanan balita tergantung yang disediakan ibu.
- 2) Gigi susu tumbuh, penting perhatikan konsistensi makanan.
- 3) Kemampuan motorik meningkat, *toddler* tertarik dengan lingkungan dari pada dengan makanan disebabkan karena aktivitas yang tinggi sehingga asupan nutrisi kurang.

- 4) Laju pertumbuhan *toddler* melambat tapi kebutuhan protein tinggi.
- 5) Keadaan kesehatan *toddler* antara lain penyakit saluran cerna, infeksi, paru dan *influenza*.
- 6) Variasi makanan dan suasana makanan sangat menentukan jumlah makanan yang dikonsumsi.
- 7) Pendidikan merupakan seluruh proses kehidupan yang dimiliki oleh setiap individu berupa interaksi individu dengan lingkungannya, baik secara formal maupun informal yang melibatkan perilaku individu maupun kelompok. Makin tinggi pendidikan seseorang maka makin mudah menerima informasi. Pengetahuan erat hubungannya dengan pendidikan, seseorang dengan pendidikan yang tinggi maka semakin luas pengetahuan yang dimiliki. Kriteria pendidikan yaitu:
 - a) Dasar : Sekolah Dasar
 - b) Menengah : Sekolah Menengah Pertama, Sekolah Menengah Atas
 - c) Tinggi : Akademi/ Perguruan Tinggi
- 8) Pekerjaan merupakan suatu aktivitas yang dilakukan seseorang untuk memperoleh penghasilan guna memenuhi kebutuhan setiap hari. Pekerjaan merupakan salah satu faktor yang memengaruhi pengetahuan. Seseorang yang bekerja akan sering berinteraksi dengan orang lain sehingga akan memiliki

pengetahuan yang baik pula. Pengalaman bekerja akan memberikan pengetahuan dan keterampilan serta pengalaman belajar dalam bekerja akan dapat mengembangkan kemampuan dalam mengambil keputusan yang merupakan keterpaduan secara ilmiah.

- 9) Pendapatan keluarga adalah besarnya rata-rata penghasilan yang diperoleh seluruh anggota keluarga (Ayah, Ibu, jika bekerja) dibagi dengan anggota jumlah keluarga. Pendapatan seseorang identik dengan mutu sumber daya manusia, sehingga seseorang yang berpendidikan tinggi umumnya memiliki pendapatan yang relatif tinggi pula. Pendapatan keluarga juga tergantung pada jenis pekerjaan suami dan anggota keluarga lainnya. Pendapatan keluarga yang memadai akan menunjang tumbuh kembang anak dan status gizi anak, karena orangtua dapat menyediakan semua kebutuhan anak baik primer maupun sekunder.

b. Umur 4-6 tahun (Pra Sekolah)

- 1) Aktifitas fisik dan motorik meningkat penting untuk memperhatikan asupan nutrisi, jenis makanan (sebaiknya bervariasi dan berbeda menu setiap harinya agar anak tidak bosan), waktu makan dan porsi makan.
- 2) Bersifat konsumen aktif, anak sudah bisa memilih makanan, suka jajan yang tidak bergizi, tidak suka sayur dan buah.

- 3) Edukatif mengenai gizi mulai diberikan agar makanan bervariasi dan tepat waktu.
- 4) Sangat rawan penyakit, infeksi dan kurang gizi.
- 5) Sosial ekonomi, pendidikan.
- 6) Pengetahuan keluarga merupakan kemampuan yang dimiliki oleh ibu maupun keluarga mengenai gizi pada anak sehingga ibu mengetahui makanan yang sebaiknya diberikan pada anak dan makanan yang sebaiknya dihindarkan. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik akan memberikan gizi yang seimbang bagi anak sehingga perkembangan dan pertumbuhan anak berjalan sempurna. Sebaliknya ibu dengan pengetahuan kurang tidak mengetahui makanan mana yang memiliki gizi yang baik untuk anak.
- 7) Jumlah anggota keluarga dan jumlah anak yang banyak pada keluarga yang keadaan sosial ekonominya cukup, akan mengakibatkan berkurangnya perhatian dan kasih sayang yang diterima oleh anak. Terlebih lagi jika jarak anak terlalu dekat. Jumlah anggota keluarga akan berpengaruh terhadap tingkat konsumsi makanan, yaitu jumlah dan distribusi makanan dalam rumah tangga, dengan asumsi orang dewasa lebih banyak dari anak-anak akan menyebabkan anak balita dalam keluarga menderita kurang gizi.

B. Stunting

1. Pengertian stunting

Stunting (kerdil) adalah kondisi dimana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. Kondisi ini diukur dengan panjang atau tinggi badan yang di bawah -2 standar deviasi median standar pertumbuhan anak berdasarkan standar WHO. Balita stunting termasuk masalah gizi kronik yang disebabkan oleh banyak faktor seperti kondisi sosial ekonomi, gizi ibu saat hamil, kesakitan pada bayi, dan kurangnya asupan gizi pada bayi. Balita stunting dimasa yang akan datang akan mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal (Kemenkes RI, 2018).

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita (bayi di bawah lima tahun) akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir akan tetapi kondisi stunting baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun. Balita pendek (*stunted*) dan sangat pendek (*severely stunted*) adalah balita dengan panjang badan (PB/U) atau tinggi badan (TB/U) menurut umurnya dibandingkan dengan standar baku WHO-MGRS (*Multicentre Growth Reference Study*) 2006 (TNP2K, 2017).

Anak stunting lebih dari usia 2 tahun berisiko tidak bisa memenuhi potensi pertumbuhan yang hilang meski nutrisinya dipenuhi setelah itu.

Anak-anak dengan riwayat stunting juga berisiko mengalami keterlambatan kognitif dan kemampuan belajar (Adoption Nutrition,2019).

Pertumbuhan stunting menggambarkan suatu kegagalan pertumbuhan linear potensial yang seharusnya dapat dicapai, dan merupakan dampak dari buruknya kesehatan serta kondisi gizi seseorang. Pada tingkat populasi, tingginya angka kejadian stunting berhubungan dengan kondisi status-ekonomi yang rendah dan peningkatan risiko terhadap paparan kondisi merugikan, seperti penyakit juga praktik pemberian makanan yang tidak adekuat. Sebaliknya, penurunan angka kejadian stunting nasional mengidentifikasi peningkatan kondisi sosial-ekonomi suatu negara secara keseluruhan (Fikawati dkk, 2017).

2. Penyebab Stunting

Stunting disebabkan oleh faktor multi dimensi dan tidak hanya disebabkan oleh faktor gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita. Intervensi yang paling menentukan pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (TNP2K,2017).

Permasalahan stunting ditentukan oleh faktor yang memengaruhinya. Faktor tersebut pada setiap daerah bisa berbeda satu sama lain. UNICEF (1998) mengemukakan bahwa pertumbuhan dipengaruhi oleh penyebab langsung dan tidak langsung. Penyebab langsung diantaranya adalah asupan makanan (konsumsi zat gizi makro dan mikro) dan keadaan kesehatan (penyakit infeksi), sedangkan penyebab tidak langsung meliputi ketahanan pangan rumah tangga, pola asuh anak,

sanitasi lingkungan dan pemanfaatan pelayanan kesehatan. Faktor tersebut ditentukan oleh sumber daya manusia, ekonomi dan organisasi melalui faktor pendidikan (Supariasa,2017).

Berbagai faktor sosial ekonomi ikut memengaruhi pertumbuhan anak. Faktor sosial ekonomi tersebut antara lain: pendidikan, pekerjaan, budaya, dan pendapatan keluarga. Faktor tersebut akan berinteraksi satu dengan yang lainnya sehingga dapat memengaruhi masukan zat gizi dan infeksi pada anak. Pada akhirnya, ketersediaan zat gizi pada tingkat seluler rendah yang mengakibatkan pertumbuhan terganggu (Supariasa,2017).

a. Faktor Langsung

1) Asupan zat gizi

Gizi merupakan faktor utama yang mendukung terjadinya proses metabolisme di dalam tubuh. Setiap reaksi kimia yang terjadi di dalam tubuh membutuhkan zat gizi tertentu untuk pelaksanaannya. Masalah gizi, baik kekurangan atau kelebihan, dapat memengaruhi keseimbangan endokrin, contohnya adalah kelebihan gizi dan konsumsi karbohidrat, serta lemak yang terlalu banyak dapat mengakibatkan ketidakseimbangan hormone insulin di dalam tubuh, sehingga dapat berdampak pada peningkatan risiko penyakit. Kekurangan gizi berdampak pada pertumbuhan dan pematangan organ yang terlambat, serta ukuran tubuh yang jauh lebih pendek (Fikawati,2017)

Zat gizi yang dibutuhkan tubuh secara umum dapat dikelompokkan menjadi lima, yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral (Fikawati,2017).

Anak yang kurang gizi akan memiliki daya tahan tubuh terhadap penyakit yang rendah sehingga mudah terkena penyakit infeksi dan dampak penyakit infeksi ini dapat memengaruhi perkembangan kognitif anak dan menghambat pertumbuhan badan (Chamalia,2017).

2) Penyakit infeksi

Salah satu faktor penyebab terjadinya stunting adalah penyakit diare, kecacingan, dan infeksi saluran pencernaan. Penyakit infeksi yang disertai diare dan muntah dapat menyebabkan anak kehilangan cairan serta sejumlah zat gizi. Seorang anak yang mengalami diare akan terjadi malabsorpsi zat gizi dan hilangnya zat gizi dan bila tidak segera ditindaklanjuti dan diimbangi dengan asupan yang sesuai maka akan terjadi gagal tumbuh (Supariasa,2017).

Menurut Chamalia Desyanti (2017) bahwa sebagian besar balita dengan stunting mengalami kejadian diare yang sering yaitu lebih dari dua kali dalam tiga bulan terakhir, sedangkan pada balita normal sebagian besar jarang mengalami diare.

b. Faktor Tidak Langsung

1) Pola Asuh Anak

Pola asuh keluarga merupakan faktor yang paling memengaruhi terjadinya masalah gizi. Ibu atau pengasuh memiliki peranan penting dalam memberikan pilihan makanan, pola pemberian makan pada anak juga akan berpengaruh pada konsumsi anak. Maka dari itu, seorang ibu atau pengasuh memiliki peranan untuk mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat yang akan memengaruhi kondisi kesehatan dan penyakit infeksi. Sementara itu, hal yang menjadi pokok permasalahan di masyarakat adalah kurangnya kualitas sumber daya dikarenakan, terbatasnya informasi terkait pola asuh dan tingkat pengetahuan dengan pendidikan yang rendah serta kultur masyarakat (Fikawati,2017).

2) Sosial Ekonomi

Pendapatan keluarga adalah besarnya rata-rata penghasilan yang diperoleh seluruh anggota keluarga (Ayah, Ibu, jika bekerja) dibagi dengan anggota jumlah keluarga. Pendapatan seseorang identik dengan mutu sumber daya manusia, sehingga seseorang yang berpendidikan tinggi umumnya memiliki pendapatan yang relatif tinggi pula. Pendapatan keluarga juga tergantung pada jenis pekerjaan suami dan anggota keluarga lainnya. Pendapatan keluarga yang memadai akan menunjang tumbuh kembang anak

dan status gizi anak, karena orangtua dapat menyediakan semua kebutuhan anak baik primer maupun sekunder (Ariani,2017).

Menurut Ninna (2017) rata-rata penghasilan keluarga yang anaknya stunting lebih rendah dari penghasilan anak normal. Anak-anak yang tumbuh dalam keluarga yang penghasilannya rendah paling rentan terhadap kekurangan gizi karena jika keluarga besar tumbuh maka makanan untuk setiap anak berkurang dan banyak orang tua tidak menyadari bahwa masih sangat muda anak membutuhkan lebih banyak makanan daripada yang lebih tua.

3) Pendidikan Orang Tua

Pendidikan merupakan seluruh proses kehidupan yang dimiliki oleh setiap individu berupa interaksi individu dengan lingkungannya, baik secara formal maupun informal yang melibatkan perilaku individu maupun kelompok. Makin tinggi pendidikan seseorang maka makin mudah menerima informasi. Pengetahuan erat hubungannya dengan pendidikan, seseorang dengan pendidikan yang tinggi maka semakin luas pengetahuan yang dimiliki (Ariani,2017).

Menurut penelitian yang dilakukan Lenni Silas (2018) diperoleh hasil bahwa ada hubungan pendidikan ibu tetapi tidak bermakna dengan stunting pada bayi di Dinas Kesehatan Kabupaten Mimika. Ibu dengan pendidikan rendah 36,1% dengan stunting sedangkan ibu dengan pendidikan tinggi 29,7% dengan

stunting. Proporsi ini tidak jauh berbeda dan memiliki peluang yang sama dengan kejadian stunting pada balita.

4) Pekerjaan Ibu

Pekerjaan merupakan suatu aktivitas yang dilakukan seseorang untuk memperoleh penghasilan guna memenuhi kebutuhan setiap hari. Pekerjaan merupakan salah satu faktor yang memengaruhi pengetahuan. Seseorang yang bekerja akan sering berinteraksi dengan orang lain sehingga akan memiliki pengetahuan yang baik pula. Pengalaman bekerja akan memberikan pengetahuan dan keterampilan serta pengalaman belajar dalam bekerja akan dapat mengembangkan kemampuan dalam mengambil keputusan yang merupakan keterpaduan secara ilmiah (Ariani,2017).

5) Sanitasi Lingkungan

Keadaan sanitasi lingkungan yang kurang baik memungkinkan terjadinya berbagai jenis penyakit antara lain diare, cacingan, dan infeksi saluran pencernaan. Apabila anak menderita infeksi saluran pencernaan, penyerapan zat-zat gizi akan terganggu yang menyebabkan terjadinya kekurangan zat gizi. Seseorang yang kekurangan gizi akan mudah terserang penyakit dan pertumbuhan akan terganggu (Suparaisa,2017).

Menurut Rahmayana (2014) sanitasi lingkungan menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dengan kejadian

stunting pada balita. Maka dapat dikatakan ibu yang memperhatikan kondisi sanitasi lingkungan yang baik serta nyaman sehingga anak bisa mengeksplorasi diri dengan aman seperti membuang sampah pada tempatnya, membuat saluran pembuangan air limbah di rumah, membersihkan tempat penampungan air dan menyediakan jamban di dalam rumah dan lain sebagainya. Karena semua hal itu akan merusak kondisi lingkungan dimana anak nanti akan bermain dan mengeksplorasi diri.

Sulitnya akses bersih dan sanitasi buruk dapat memicu stunting pada anak. Sanitasi total berbasis lingkungan (STBM) dicanangkan pemerintah mengurangi penyakit stunting. Ada 5 pilar sanitasi total berbasis lingkungan, yaitu: cuci tangan menggunakan sabun, berhenti BAB sembarangan, pengelolaan air minum dan makanan rumah tangga, pengelolaan sampah rumah tangga, pengelolaan limbah cair rumah tangga (KemenDes, 2017).

6) Pengaruh Budaya

Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam pengaruh budaya antara lain sikap terhadap makanan, penyebab penyakit, kelahiran anak, dan produksi pangan. Dalam hal sikap terhadap makanan, masih terdapat pantangan, tahayul, tabu dalam masyarakat yang menyebabkan konsumsi makanan menjadi rendah. Konsumsi makanan yang rendah juga disebabkan oleh adanya penyakit,

terutama penyakit infeksi saluran pencernaan. Jarak kelahiran anak yang terlalu dekat dan jumlah anak yang terlalu banyak akan memengaruhi asupan gizi dalam keluarga. Konsumsi zat gizi keluarga yang rendah juga dipengaruhi oleh produksi pangan. Rendahnya produksi pangan disebabkan karena para petani masih menggunakan teknologi yang bersifat tradisional (Supriasa, 2017).

3. Dampak Stunting

Masalah balita yang pendek (stunting) dapat menimbulkan dampak buruk, dalam jangka pendek adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Sedangkan dalam jangka panjang akibat buruk yang dapat ditimbulkan adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan risiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua, serta kualitas kerja yang tidak kompetitif yang berakibat pada rendahnya produktivitas ekonomi (Kemenkes RI, 2015).

C. Pola Asuh

1. Pengertian Pola Asuh

Pola adalah bentuk, cara atau susunan untuk melakukan sesuatu hal. Sedangkan Mengasuh adalah membina interaksi dan komunikasi

secara terus menerus dan penuh perhatian untuk menciptakan suatu keadaan harmonis. Jadi pola asuh adalah gambaran tentang sikap dan perilaku orang tua dan anak dalam berinteraksi, berkomunikasi selama mengadakan kegiatan pengasuhan (Tridhonanto,2014).

Pola asuh orang tua adalah suatu keseluruhan interaksi orang tua dan anak, di mana orang tua yang memberikan dorongan bagi anak dengan mengubah tingkah laku, pengetahuan, dan nilai – nilai yang dianggap paling tepat bagi orang tua agar anak bisa mandiri, tumbuh serta berkembang secara sehat dan optimal, memiliki rasa percaya diri, memiliki sifat rasa ingin tahu, bersahabat, dan berorientasi untuk sukses (Tridhonanto,2014).

Pola pengasuhan anak tidak selalu hanya didapatkan dari lingkungan keluarga, tetapi bisa didapatkan dari sebuah lembaga yang menyediakan jasa pengasuhan dari tenaga professional ataupun didapatkan dari lembaga kesejahteraan anak bagi anak-anak yang tidak memiliki keluarga yang utuh atau permasalahan lainnya. Beberapa contoh dari pola asuh misalnya yaitu pola penanganan orangtua atau pengasuh saat anak sakit, pola pemantauan pertumbuhan anak, pola pemberian makanan dan lain-lain. Pola pengasuhan yang baik diharapkan agar anak dapat berkembang secara jasmani maupun rohani. Konsep pengasuhan anak meliputi pengajaran, pembujukan dan pengganjaran (penghargaan dan hukuman) (Prakoso, 2017).

2. Macam - Macam Pola Asuh

Menurut Tridhonanto (2014) secara umum pola asuh orang tua dibedakan menjadi tiga jenis yaitu:

a. Pola Asuh Otoriter (*Authoritarian Parenting*)

Pola asuh otoriter adalah pola asuh orang tua yang lebih mengutamakan membentuk kepribadian anak dengan cara menetapkan standar mutlak harus dituruti, biasanya dibarengi dengan ancaman-ancaman. Pola asuh otoriter memiliki ciri-ciri, sebagai berikut:

- 1) Anak harus tunduk dan patuh pada kehendak orang tua
- 2) Pengontrolan orang tua terhadap perilaku anak sangat ketat
- 3) Anak hampir tidak pernah diberi pujian
- 4) Orang tua yang tidak mengenal kompromi dan dalam komunikasi biasanya bersifat satu arah.

Dampak yang ditimbulkan dari pola asuh otoriter, anak memiliki sifat dan sikap, seperti mudah tersinggung, penakut, pemurung dan merasa tidak bahagia, mudah terpengaruh, mudah stress, tidak mempunyai arah masa depan yang jelas, dan tidak bersahabat.

b. Pola Asuh Permisif (*Permissive Parenting*)

Pola asuh permisif adalah pola asuh orang tua pada anak dalam rangka membentuk kepribadian anak dengan cara memberikan pengawasan yang sangat longgar dan memberikan kesempatan pada anaknya untuk melakukan sesuatu tanpa pengawasan yang cukup darinya. Adapun kecenderungan orang tua tidak menegur atau

memperingatkan anak apabila anak sedang dalam bahaya, dan sangat sedikit bimbingan yang diberikan oleh mereka. Sifat-sikap dimiliki orang tua adalah hangat sehingga sering kali disukai oleh anak. Pola asuh permisif memiliki ciri sebagai berikut:

- 1) Orang tua bersikap *acceptance* tinggi namun kontrolnya rendah, anak diizinkan membuat keputusan sendiri dan dapat berbuat sekehendaknya sendiri
- 2) Orang tua memberikan kebebasan kepada anak untuk menyatakan dorongan atau keinginannya
- 3) Orang tua kurang menetapkan hukuman pada anak, bahkan hampir tidak menggunakan hukuman.

Adapun dampak yang ditimbulkan dari pola asuh ini membawa pengaruh atas sikap-sifat anak, seperti: bersikap impulsif dan agresif, suka memberontak, kurang memiliki rasa percaya diri dan pengendalian diri, suka mendominasi, tidak jelas arah hidupnya, prestasinya rendah.

c. Pola Asuh Demokrasi (*Authoritative Parenting*)

Pola asuh demokrasi adalah pola asuh orang tua yang menerapkan perlakuan kepada anak dalam rangka membentuk kepribadian anak dengan cara memprioritaskan kepentingan anak yang bersikap rasional atau pemikiran-pemikiran. Pola asuh demokrasi ini memiliki ciri-ciri, yaitu:

- 1) Anak diberi kesempatan untuk mandiri dan mengembangkan kontrol internal
- 2) Anak diakui sebagai pribadi oleh orang tua dan turut dilibatkan dalam pengambilan keputusan
- 3) Menetapkan peraturan serta mengatur kehidupan anak. Saat orang tua menggunakan hukuman fisik, dan diberikan jika terbukti anak secara sadar menolak melakukan apa yang telah disetujui bersama, sehingga lebih bersikap edukatif.
- 4) Memprioritaskan kepentingan anak, akan tetapi tidak ragu-ragu mengendalikan mereka
- 5) Bersikap realistis terhadap kemampuan anak, tidak berharap yang berlebihan yang melampaui kemampuan anak
- 6) Memberikan kebebasan kepada anak untuk memilih dan melakukan suatu tindakan
- 7) Pendekatannya kepada anak bersifat hangat.

Adapun dampak dari pola asuh ini bisa membentuk perilaku anak seperti: memiliki rasa percaya diri, bersikap bersahabat, mampu mengendalikan diri (*self control*), bersikap sopan, mau bekerja sama, memiliki rasa ingin tahunya yang tinggi, mempunyai tujuan atau arah hidup yang jelas, berorientasi terhadap prestasi.

3. Faktor yang memengaruhi pola asuh

Dibawah ini beberapa faktor yang dapat memengaruhi pola asuh anak dengan baik menurut Tridhonanto (2014):

a. Usia orang tua

Tujuan dari Undang-Undang Perkawinan sebagai salah satu upaya di dalam setiap pasangan dimungkinkan untuk siap secara fisik maupun psikososial untuk membentuk rumah tangga dan menjadi orang tua. Walaupun demikian, rentang usia tertentu adalah baik untuk menjalankan peran pengasuhan. Bila terlalu muda atau terlalu tua, maka tidak akan dapat menjalankan peran-peran tersebut secara optimal karena diperlukan kekuatan fisik dan psikososial.

Menurut Depkes (2009), umur seseorang dikategorikan ke beberapa tingkatan yang tentunya hal tersebut sudah diperhitungkan sebelumnya. Batasan-batasan umur anak juga sudah ditentukan dalam undang-undang, yakni sebagai berikut:

1) Masa Balita : 0-5 Tahun

Untuk usia anak yang masih dini, akan diperhatikan secara khusus dan diharuskan untuk mengikuti kegiatan posyandu secara rutin. Hal ini bertujuan agar gizi anak tercukupi melalui vitamin atau imunisasi yang wajib diberikan.

2) Masa Kanak- Kanak : 5-11 Tahun

Tahapan anak dalam mengenyam pendidikan dasar yaitu wajib belajar 12 tahun yang sudah ditetapkan oleh menteri pendidikan.

3) Masa Remaja Awal : 12-16 Tahun

Hampir sama dengan umur anak dibawahnya, umur dengan rata – rata 12-16 masih dalam pendidikan yang akan mengubah pola pikirnya untuk ke jenjang berikutnya

4) Masa Remaja Akhir : 17-25 Tahun

Masa peralihan dari remaja menjadi dewasa di ikuti oleh perkembangan hormon pada seseorang yang mengubahnya menjadi berbeda secara fisik yang lebih matang, pemikiran yang terbuka dan terorganisir

5) Masa Dewasa Awal : 26-35 Tahun

Di umur tersebut, anak sudah harus berkembang secara mandiri untuk mencari jati diri yang akan menentukan masa depannya. Umur di posisi ini diharapkan sudah dewasa dalam menghadapi satu permasalahan

6) Masa Dewasa Akhir : 36-45 Tahun

Masa seseorang sedang dalam baik dan buruk menjalani kehidupan. Munculnya banyak masalah dan bagaimana seseorang itu menyelesaikan.

7) Masa Lansia Awal : 46-55 Tahun

Masa peralihan menjadi tua, menurunan jumlah hormon pada tubuh. Dan fungsi organ juga menurun.

8) Masa Lansia Akhir : 56-65 Tahun

Masa menuju tua yang harus memperhatikan psikis, biasanya mulai menurunnya indera penghilatan dan pendengaran.

9) Masa Manula : > 65 Tahun

Untuk umur–umur selanjutnya masa tua dimana mereka harus memperhatikan kesehatan. Dengan adanya fasilitas posyandu lansia, diharapkan bisa dimanfaatkan dengan baik.

b. Keterlibatan orang tua

Pendekatan mutakhir yang digunakan dalam hubungan ayah dan bayi yang baru lahir, sama pentingnya dengan hubungan antara ibu dan bayi sehingga dalam proses persalinan iu dianjurkan ditemani oleh suami dan begitu bayi lahir, suami dianjurkan untuk menggendong langsung setelah ibunya menyusui. Seandainya ayah tidak dapat terlibat langsung pada saat bersalin, ayah harus terlibat dalam perawatan bayi seperti mengganti popok, bermain dan berinteraksi.

c. Pendidikan orang tua

Bagaimanapun pendidikan dan pengalaman orang tua dalam perawatan anak akan memengaruhi kesiapan mereka menjalankan peran pengasuhan. Agar menjadi lebih siap dalam menjalankan peran pengasuhan yaitu dengan terlibat aktif dalam

setiap upaya pendidikan anak, mengamati segala sesuatu dengan berorientasi pada masalah anak, menjaga kesehatan anak dengan secara regular memeriksakan dan mencari pelayanan imunisasi, memberikan nutrisi yang adekuat, memperhatikan keamanan dan melaksanakan praktik pencegahan kecelakaan, selalu berupaya menyediakan waktu untuk anak dan menilai perkembangan fungsi keluarga dalam perawatan anak.

d. Pengalaman sebelumnya dalam mengasuh anak

Orang tua yang telah memiliki pengalaman sebelumnya dalam merawat anak akan lebih siap menjalankan peran pengasuhan dan lebih tenang. Dalam hal lain, mereka akan lebih mampu mengamati tanda-tanda pertumbuhan dan perkembangan anak yang normal.

e. Stress orang tua

Stress sebagai suatu perasaan tertekan yang disertai dengan meningkatnya emosi yang tidak menyenangkan yang dirasakan oleh orang tua, seperti marah yang berlangsung lama, gelisah, cemas dan takut.

Stress yang dialami oleh ayah atau ibu atau keduanya akan memengaruhi kemampuan orang tua dalam menjalankan peran sebagai pengasuh, terutama dalam kaitannya dengan strategi menghadapi masalah yang dimiliki dalam menghadapi permasalahan anak. Walaupun demikian, kondisi anak dengan

temperamen yang sulit atau anak dengan masalah keterbelakangan mental.

f. Hubungan suami istri

Hubungan suami istri yang kurang harmonis akan berpengaruh atas kemampuan mereka dalam menjalankan perannya sebagai orang tua dan merawat serta mengasuh anak dengan penuh rasa bahagia karena satu sama lain dapat memberi dukungan dan menghadapi segala masalah dengan strategi yang positif.

4. Pola asuh yang berpengaruh dengan masalah gizi anak

Teori Engle PL (1997) dalam Tiara Dwi (2016) menekankan bahwa terdapat tiga komponen penting yang berperan dalam pertumbuhan anak yang optimal yaitu pola pemberian makan, rangsangan psikososial, dan perawatan kesehatan.

a. Pola pemberian makan

Pola pengasuhan yang diterapkan orang tua dengan baik dengan mengutamakan anak-anak mereka untuk makan dulu, selalu menemani atau mengawasi anak-anak makan, memberi sarapan anak-anak, menjaga kebersihan makanan anak, melarang anak-anak makan makanan yang jatuh di lantai karena risiko gangguan pencernaan seperti penyakit diare, jangan memaksa anak untuk menghabiskan isi piringnya, memberikan makanan selingan 2 kali sehari dan jangan memberikan makanan manis sebelum

waktu makan, sebab bisa mengurangi nafsu makan (Penny W, 2018).

Metode yang banyak digunakan ahli nutrisi di dunia dan dianggap paling efektif adalah dengan melibatkan balita dalam serangkaian proses pembuatan makanan yang biasa dikonsumsinya. Ajak balita membantu mengisi lemari es dengan bahan-bahan makanan sehat membantu membuat kue kering ataupun memotong sayuran dengan menggunakan tangan. Biasakan balita makan buah tidak bersama makan. Biasakan makan saat lapar, agar balita tidak menolak makanan sehat (Aorta, 2017).

Peraturan yang jelas mengenai makanan tidak sehat dan sehat harus konsisten dilakukan agar anak dapat mengerti bahwa makanan ini sehat, dan makanan ini benar-benar tidak sehat (Aorta, 2017).

Menurut Penny Warner (2018) beberapa anak tidak suka menyentuh makanan tertentu di piring mereka. Beberapa menolak makanan dengan tekstur atau bau tertentu. Lalu, ada banyak anak yang tidak mau mencoba makanan baru. Jika anak termasuk rewel atau pemilih makanan, orang tua jangan putus asa tetap membujuk tanpa paksaan pada anak dengan menciptakan suasana menyenangkan ketika memberi anak makan.

Saat anak anda berusia 2 sampai 5 tahun, harus dipikirkan dengan cermat makanan yang akan masuk ke dalam perutnya. Pada

saat memberikan makanan sehat pada anak ada beberapa hal yang harus diperhatikan menurut Aorta (2017), yaitu:

- 1) Hati-hati memilih snack dalam kemasan
- 2) Makanan sebaiknya tidak menggunakan MSG atau zat aditif lainnya
- 3) Perhatikan waktu dan banyaknya minum susu
- 4) Gunakan makanan segar
- 5) Pemakaian garam dan gula diusahakan seminimal mungkin, lebih baik ditunda sama sekali sampai usia diatas 2 tahun
- 6) Setelah usia setahun, anak anda sudah dibolehkan mengonsumsi makanan laut seperti udang, kerang, cumi-cumi dan lain-lain. Akan tetapi, bila dalam keluarga ada riwayat alergi, sebaiknya pemberian makanan laut ditunda dulu.

b. Rangsangan Psikososial

Faktor psikososial yang berpengaruh pada tumbuh kembang anak adalah stimulasi (rangsangan), memberi motivasi, ganjaran atau hukuman, kelompok sebaya, stress, lingkungan sekolah, cinta dan kasih sayang dari keluarga terutama orang tuanya serta kualitas interaksi antara anak dan orang tua. Faktor tersebut saling terkait antara satu dengan yang lainnya. Seperti contoh interaksi antara orang tua dan anak soal makanan. Orang tua sebaliknya selalu memberikan perhatian khusus tentang makanan anak (Supriasa, 2017).

Teori *positive deviance* (Zeitlin, 1990) dalam Rahmayana (2014) menyatakan bahwa berbagai stimulus yang rutin diberikan oleh ibu atau pengasuh terhadap bayi, baik stimulus visual, verbal dan auditif akan dapat menyebabkan stimulasi *growth hormone*, metabolisme energi menjadi normal dan imun respon lebih baik.

Menurut Husnul Amalia (2016) hasil analisis diperoleh nilai $RP = 3,13$ artinya responden dengan pola asuh berdasarkan rangsangan psikososial kategori tidak baik memiliki risiko 3,13 kali lebih besar terkena gizi kurang pada balita dibandingkan balita yang mendapatkan rangsangan psikososial dengan baik. Hal ini dikarenakan sebagian besar ibu jarang membiasakan berkomunikasi dengan anak serta ibu tidak pernah memberikan hukuman apabila anak tidak mau makan. Sehingga dapat memengaruhi stimulus pertumbuhan hormonnya.

Memberikan hukuman kepada anak tetap harus dilakukan dengan cara yang mendidik, senakal apapun. Kenakalan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari masa tumbuh kembang anak. Sayangnya, banyak orang tua yang masih merespons kenakalan anaknya dengan kemarahan yang tidak tepat dan kadang berlebihan. Bahkan, tidak sedikit yang berlanjut memberikan kekerasan fisik. Padahal, bentuk hukuman seperti itu dapat mengganggu perkembangan emosi anak, dan justru dapat menjadikan dia semakin nakal. Oleh karena itu, sebagai orang tua,

harus memahami cara menerapkan hukuman kepada anak dengan tepat dan efektif (Aorta, 2017).

Kiat komunikasi yang baik dan efektif dengan anak menurut Aorta (2017), yaitu dengan:

- 1) Memahami perasaan anak anda
- 2) Menjadi pendengar yang baik
- 3) Menunjukkan perhatian dan kepedulian
- 4) Memperlihatkan bahasa tubuh yang baik dan bersahabat
- 5) Berbicara dengan memperhatikan karakteristik anak
- 6) Memahami kemampuan anak menerima pembicaraan kita
- 7) Menghargai anak dengan tidak banyak memerintah, menyalahkan, meremehkan, membandingkan, mengecap, mengancam, menasihati, membingungkan, membohongi, mengkritik, dan menganalisis
- 8) Menatap mata ketika mengajak dan diajak berbicara dengan anak.

c. Perawatan Kesehatan

Kesehatan anak harus mendapat perhatian dari para orang tua yaitu dengan segera membawa anaknya yang sakit ke tempat pelayanan kesehatan yang terdekat. Masa balita sangat rentan terhadap penyakit seperti influenza, diare atau penyakit infeksi lainnya (Soetjiningsih, 2016).

Perawatan kesehatan yang teratur tidak saja dilaksanakan kalau anak sakit, melainkan juga mencakup pemeriksaan kesehatan, imunisasi, deteksi dini gangguan tumbuh kembang, stimulasi dini, termasuk pemantauan pertumbuhan dengan menimbang anak secara rutin setiap bulan (Soetjiningsih, 2016).

Menurut Kemenkes (2016) perawatan balita sehari-hari yang dapat dilakukan oleh orang tua untuk memenuhi kebutuhan kesehatan anak sebagai berikut:

1) Kebersihan Anak

Menjaga kebersihan anak dengan cara mandi dengan sabun dan air bersih dua kali sehari, cuci rambut dengan sampo 3 kali seminggu. Biasakan cuci tangan dan kaki anak dengan sabun setiap habis bermain.

Biasakan mengganti pakaian dalam dan pakaian luar setelah mandi, setelah main dan jika pakaian basah atau kotor. Jaga kebersihan pakaian, mainan, tempat tidur, serta perlengkapan makan dan minumannya.

Rutin menggunting kuku tangan dan kaki secara teratur serta menjaga kebersihannya. Ajari dan biasakan anak untuk membuah air besar dan kecil di WC.

2) Perawatan Gigi

Jika gigi belum tumbuh atau gigi baru tumbuh, bersihkan gusi, lidah bayi dan gigi yang baru tumbuh dengan

kain lembut bersih yang dibasahi air matang hangat dengan gerakan ringan dan perlahan.

Setelah tumbuh gigi lebih banyak, gosok giginya setelah sarapan dan sebelum tidur dengan sikat gigi khusus anak yang berbulu lembut dan menggunakan pasta gigi mengandung *fluoride*. Untuk anak usia 1-2 tahun gunakan pasta gigi selapis tipis atau seukuran $\frac{1}{2}$ biji kacang polong, sedangkan, untuk anak 2-6 tahun gunakan pasta gigi seukuran 1 biji kacang polong.

Ajari anak untuk menggosok giginya sendiri secara teratur selama 2 menit. Dampingi anak saat menggosok gigi sampai anak berusia 8 tahun.

Untuk menjaga kebersihan gigi, jangan biasakan anak minum susu dengan botol sambil tiduran. Cegah juga kebiasaan menghisap ibu jari atau dot (mengempeng). Hindari anak dari makan makanan manis yang bersifat lengket. Periksa gigi anak secara rutin setiap 3-6 bulan sekali ke dokter gigi, perawat gigi, puskesmas atau fasilitas kesehatan lainnya. Cara menyikat gigi yang benar :

- a) Awali menyikat gigi pada seluruh permukaan kunyah gigi atas dan bawah dengan gerakan lurus ke arah depan dan ke belakang (maju mundur).

- b) Selanjutnya, sikatlah permukaan luar gigi (yang menghadap ke pipi dan bibir), letakan bulu sikat di daerah batas gusi dan gigi, lalu lakukan gerakan memutar (sirkuler) mulai dari sisi belakang kiri sampai sisi belakang kanan.
- c) Selanjutnya sikat permukaan dalam gigi (yang menghadap ke langit-langit dan lidah) atas dan bawah, dengan gerakan maju mundur.

3) Kebersihan Lingkungan

Kebersihan lingkungan sangat penting untuk perkembangan jiwa dan raga anak. Antara lain, jauhkan anak dari asap rokok, asap dapur, asap sampah serta polusi kendaraan bermotor. Bersihkan rumah, sekitar rumah dan lingkungan bermain anak dari debu dan sampah.

Bersihkan bak penampungan air dan tutup untuk menghindari berkembang biaknya jentik nyamuk. Sebaiknya anak terlindung dengan kelambu untuk menghindari gigitan nyamuk. Di daerah endemis malaria, anak harus tidur dalam kelambu berinsektisida.

4) Hindari Anak dari Bahaya

Bahaya mengancam anak kapan saja dan dimana saja. Karena itu, peran orang tua sangat dibutuhkan dalam menjaga dan menghindari anak dari bahaya seperti menyimpan baik benda-benda yang disangka makanan atau minuman seperti obat-

obatan, racun tikus, racun serangga, minyak tanah dan sabun/detergen. Letakan jauh dari jangkauan anak-anak.

Hindari anak dari benda panas seperti kompor, setrika, termos air panas dan tempat pembakaran sampah. Hindari juga anak dari benda-benda berbahaya seperti pisau, gunting serta tempat colokan listrik. Untuk menghindari dari bahaya tenggelam dan kecelakaan lalu lintas, jangan biarkan anak berada di dekat sumur, kolam, sungai dan jalan raya tanpa pengawasan orang dewasa.

5) Perawatan Anak Sakit

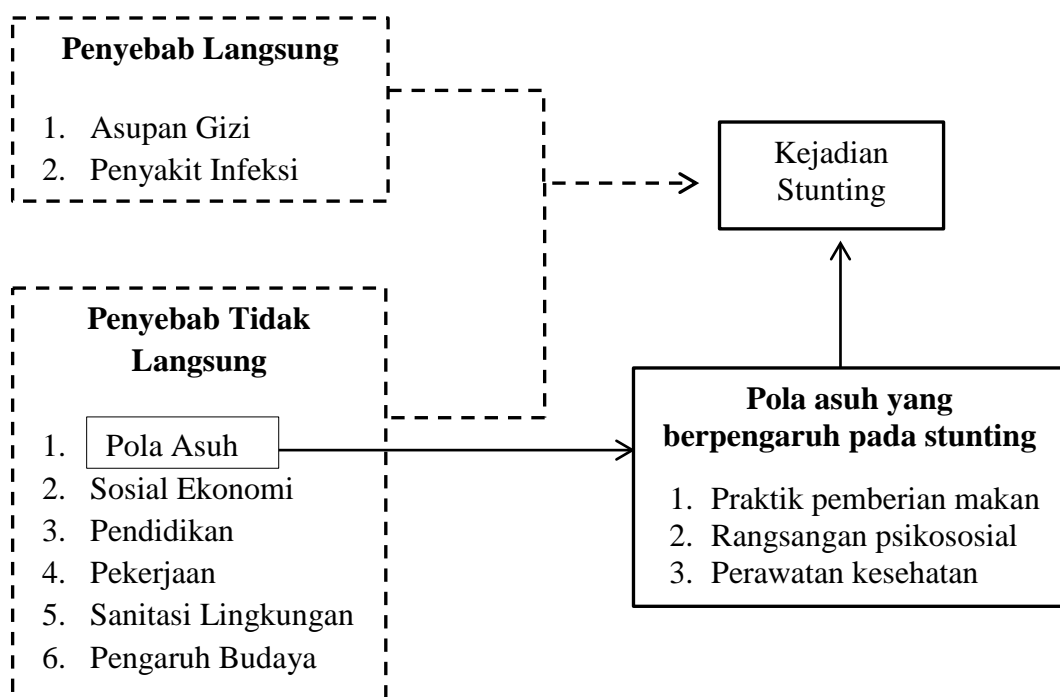
Siapkan selalu obat-obatan penting dirumah untuk anak saat tiba-tiba anak mengalami sakit. Obat-obatan itu antara lain, oralit untuk diare, *povidon iodine* untuk luka serta parasetamol untuk demam.

Terkadang sulit untuk memastikan kapan balita anda benar-benar sakit untuk dibawa ke dokter. Berikut adalah beberapa gejala yang mungkin memerlukan perhatian medis, seperti: kencing darah, sesak napas, luka bakar dengan lepuh, perubahan tampilan/warna pada kulit, perubahan perilaku, konstipasi, kejang-kejang, batuk terus menerus, diare dengan darah, lendir, demam, atau berbau busuk, sakit kepala atau suka menggosok sisi kepala, cairan dari telinga, demam tinggi, menelan benda bukan makanan, kegelisahan selama lebih dari

satu atau dua hari, kehilangan nafsu makan atau gangguan pada pola makan, muntah-muntah hebat atau muntah yang berbeda dari biasanya, dan merasa ada yang tidak beres dengan anak (Penny W, 2018).

D. Kerangka Teori

Faktor-faktor penyebab yang mempengaruhi stunting pada balita.



Keterangan

- : Variabel yang diteliti
- : Variabel yang tidak diteliti
- : Variabel yang diteliti
- : Variabel yang tidak diteliti

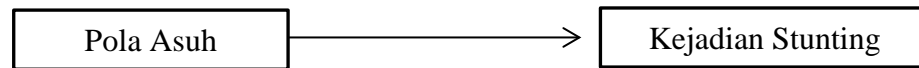
Bagan 2.1 Kerangka Teori

(Aorta, 2017), (Ariani, 2017), (Chamilia, 2016), (Fikawati, 2017), (Penny W, 2018), (Supariasa, 2017), (Tiara D, 2016)

E. Kerangka Konsep

Variabel Bebas

Variabel Terikat



Bagan 2.2 Kerangka Konsep

F. Hipotesis Penelitian

1. Ada hubungan antara pola asuh dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Sumowono Kabupaten Semarang.