

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Tinjauan Umum *Stunting*

a. Definisi *Stunting*

Masalah gizi kronis yang disebabkan oleh pola makan yang tidak memenuhi kebutuhan gizi dalam jangka waktu yang lama merupakan definisi *stunting*. Menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes), *stunting* adalah anak balita dengan nilai z-scorenya kurang dari -2.00 SD/standar deviasi (*stunted*) dan kurang dari - 3.00 SD (*severely stunted*). Untuk mengetahui *stunting* dapat dengan cara mengukur panjang atau tinggi badan seorang balita, kemudian hasilnya dibandingkan dengan standar, bila hasil berada dibawah normal maka balita tersebut dikategorikan sebagai balita *stunting* (Taqina et al., 2019).

b. Dampak *Stunting*

Stunting termasuk dalam masalah gizi kronis yang merupakan kondisi malnutrisi yang dikaitkan dengan ketidakcukupan zat gizi di masa (Listanti, 2021). *Stunting* terjadi saat di dalam janin dan terlihat di usia dua tahun. Selain dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan fisik, *stunting* juga dapat mempengaruhi pertumbuhan otak balita.

Lebih banyak ber-IQ rendah di kalangan anak *stunting* dibanding dengan kalangan anak yang tumbuh dengan baik. *Stunting* berdampak seumur hidup pada anak. *Stunting* menimbulkan kekhawatiran terhadap tumbuh kembang anak karena dampak jangka panjangnya.

2. Tinjauan Umum Asupan Makanan pada Balita

a. Angka Kecukupan Gizi (AKG) Pada Balita

Masa Balita merupakan masa dimana terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Namun pada masa ini balita rentan terhadap permasalahan gizi. Masalah gizi masyarakat dan menentukan kualitas sumber daya manusia karena gizi erat kaitannya dengan kesehatan dan kecerdasan dan penyakit infeksi. Salah satu penyebab munculnya masalah gizi adalah kurangnya asupan gizi dan penyakit infeksi pada balita. Daya tahan tubuh balita yang belum adekuat dan kebiasaan makan yang buruk menyebabkan balita rentan terhadap penyakit infeksi (Leo, 2018)

Pada pasal 1 PERMENKES Nomor 28 Tahun 2019 menyebutkan bahwa Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia yang selanjutnya disingkat AKG adalah suatu nilai yang menunjukkan kebutuhan rata-rata zat gizi tertentu yang harus dipenuhi setiap hari bagi hampir semua orang dengan karakteristik tertentu yang meliputi umur, jenis kelamin, tingkat aktivitas fisik, dan kondisi fisiologis, untuk hidup sehat. Selanjutnya pada pasal 2 menegaskan

AKG digunakan pada tingkat konsumsi yang meliputi kecukupan energi, protein, lemak, karbohidrat, serat, air, vitamin, dan mineral.

Berikut adalah tabel AKG PERMENKES Nomor 28 Tahun 2019

Tabel 2. Angka Kecukupan Gizi

Kelompok Umur	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)	Energi (kkal)	Protein (gr)	Lemak (g)			Karbohidrat (g)	Serat (g)	Air (g)
					Totol	Omegal	Omegal			
Bayi/Balita										
0 – 5 bulan	6	60	550	9	31	0,5	4,4	59	0	700
6 –11 bulan	9	72	800	15	35	0,5	4,4	105	11	900
1 – 3 tahun	13	92	1350	20	45	0.7	7	215	19	1150
4 – 6 tahun	19	113	1400	25	50	0.9	10	220	20	1450

b. Asupan Zat Gizi Makro yang terdapat dalam makanan

1) Energi

Kebutuhan energi setiap anak didasarkan pada kebutuhan energi untuk metabolisme basal, pertumbuhan, dan aktivitas. Energi yang dibutuhkan untuk metabolisme basa bervariasi dan komposisi jaringan tubuh yang aktif secara metabolik bervariasi menurut usia dan jenis kelamin. Aktifitas fisik memerlukan energi di luar kebutuhan untuk metabolisme basal. Aktivitas fisik merupakan gerakan yang dilakukan oleh otot-otot tubuh dan sistem pendukungnya. Selama aktivitas fisik, otot membutuhkan energi di

luar metabolisme untuk bergerak, sedangkan jantung dan paru-paru membutuhkan energi tambahan untuk mengantarkan nutrisi dan oksigen ke seluruh tubuh dan membuang limbah dari tubuh.

Energi adalah kapasitas atau tenaga yang diperlukan untuk melakukan usaha yang diperoleh dari unsur hara penghasil energi. Sumber energi dengan konsentrasi tinggi adalah sumber makanan yang mengandung lemak, seperti lemak dan minyak, kacang-kacangan. Lalu ada sumber makanan yang mengandung karbohidrat seperti biji-bijian, umbi-umbian, dan gula murni. Semua makanan yang diolah dari dan menggunakan bahan makanan tersebut merupakan sumber energi.

2) Karbohidrat

Karbohidrat-pati/pati-gula merupakan makanan yang dapat memenuhi kebutuhan energi, energi yang terbentuk dapat digunakan untuk melakukan pergerakan tubuh secara sadar dan tidak sadar, seperti pergerakan jantung, pernafasan, usus, dan organ tubuh lainnya. Menurut Angka Kecukupan Gizi (2019), anjuran konsumsi karbohidrat dalam sehari bagi anak usia 6-11 bulan sebesar 105gram, anak usia 1-3 tahun sebesar 215 gram, dan untuk usia anak 4-6 tahun sebesar 220 gram. Sumber karbohidrat terdapat pada sereal, biji-bijian, gula, buah-buahan.

3) Protein

Protein dibutuhkan untuk pertumbuhan, pemeliharaan dan perbaikan jaringan tubuh, serta produksi enzim pencernaan dari zat imun yang melindungi tubuh anak. Protein berguna sebagai *prekursor neurotransmitter* untuk perkembangan otak yang tepat nantinya. Menurut Angka Kecukupan Gizi (2019), kebutuhan protein untuk anak usia 6-11 bulan sebesar 15 gram, anak usia 1-3 tahun sebesar 20 gram, dan anak usia 4-6 bulan sebesar 25 gram.

Menurut sumbernya, protein dibagi menjadi protein hewani dan protein nabati. Protein hewani didapatkan dari hewan, yaitu: daging, telur, dan susu. Sedangkan protein nabati berasal dari tumbuhan. Kacang-kacangan adalah sumber protein nabati tertinggi.

4) Lemak

Lemak adalah sumber energi yang sangat terkonsentrasi. Balita membutuhkan lebih banyak lemak dibandingkan orang dewasa karena tubuh mereka menggunakan lebih banyak energi selama pertumbuhan dan perkembangan. Angka kecukupan lemak untuk anak usia 6-11 bulan sebesar 35 gram, usia 1-3 tahun sebesar 45 gram, dan anak usia 4-6 tahun sebesar 50 gram.

c. Frekuensi Makan

Frekuensi makan mengacu pada seberapa sering orang makan pada satu hari, termasuk sarapan, makan siang, makan malam, dan makanan ringan. Sedangkan berdasarkan frekuensi makan adalah frekuensi atau jumlah

pengulangan yang dimakan seseorang (hidangan utama dan jajanan) per hari. Frekuensi makan adalah jumlah makan per hari baik kualitas maupun kuantitas, makanan diproses secara alami di dalam tubuh melalui saluran pencernaan, dari mulut hingga usus halus. Menurut Suhardjo (dalam Amaliyah *et al.*, 2021) frekuensi makan merupakan keseringan atau berulang kalinya individu makan dalam sehari. Adapun penilaian frekuensi makanan antara lain: sering dimakan (1x sehari), dimakan secara teratur (4-6 kali/ minggu), biasa dimakan (3 kali per minggu), kadang-kadang dimakan (1-2 kali per minggu), jarang dimakan (< 1 kali per minggu), dan tidak pernah dimakan

3. Tinjauan Umum Riwayat Penyakit Infeksi

a. Definisi Infeksi

Infeksi adalah penyakit yang terjadi akibat mikroorganisme patogen. Patogen penginfeksi meliputi virus, bakteri, jamur, dan parasit (World Health Organization, 2022). Patogen-patogen ini merupakan penyebab epidemi penyakit, dalam arti bahwa tanpa patogen, tidak ada infeksi terjadi. Secara umum proses terjadinya penyakit melibatkan tiga faktor yang saling berinteraksi yaitu faktor penyebab penyakit (agen), faktor manusia (host), dan faktor lingkungan.

b. Riwayat Penyakit Infeksi pada Balita *Stunting*

Salah satu faktor resiko *stunting* ialah riwayat penyakit infeksi. Salah satu penyakit infeksi yang menyebabkan kematian ialah diare. Selain diare penyakit kematian adalah infeksi pernafasan akut

(ISPA) yang berkaitan dengan malnutrisi dan *stunting* di Indonesia jika tidak serius dalam pencegahan dan penanggulangan akan berdampak negative pada masa depan anak bangsa.

a) Diare

Diare adalah suatu kondisi di mana tinja yang encer dan encer terjadi lebih sering dari biasanya. Balita dikatakan diare jika buang air besarnya lebih dari 3 kali, sedangkan bayi dikatakan diare jika buang air besarnya lebih dari 4 kali. Tanda klinis diare adalah anak menangis, gelisah, demam tinggi, nafsu makan hilang, tinja encer, kadang ada darah pada lendir, lama kelamaan tinja menjadi hijau dan asam, timbul lepuh di anus, dehidrasi. Bila dehidrasi menjadi berat akan terjadi volume darah berkurang dan nadi menjadi cepat dan lemah, takikardia, tekanan darah menurun, kesadaran menurun, berat badan menurun, mata dan kepala bagian atas cekung, selaput lendir dan mulut serta kulit menjadi kering. Etiologi Diare ialah: (Eni, 2018)

1. Infeksi enternal yaitu infeksi yang terjadi dalam saluran pencernaan yang merupakan penyebab utama terjadinya diare yang meliputi

1) Infeksi bakteri *vibrio*, *Escherichia Coli*, *Salmonella*, *Shigella* *Camphylobacter*, *Yersinia*, *Aeromonas* dan sebagainya.

- 2) Infeksi virus *enterovirus* (*echovirus*) *coxsackie*, *polomyelitis*, *adenovirus*, *rotavirus*, *astrovirus* dan sebagainya
2. Infeksi Parasit cacing (*ascaris irichiuris*, *oxyuris*, *strongyloides*), protozoa (*entamoeba histolytica*, *giardia lamblia*, *trichomonas hominis*), jamur (*candida albicans*)
3. Malabsorpsi: karbohidrat disakarida (intoleransi laktosa, maltosa dan sukrosa). Monosakarida (intoleransi glukosa dan galaktosa). Pada anak dan bayi yang paling berbahaya adalah intoleransi laktosa. Lemak, protein, makanan, misalnya besi, beracun, alergi, psikologis misalnya rasa takut atau cemas.
- b) Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA)

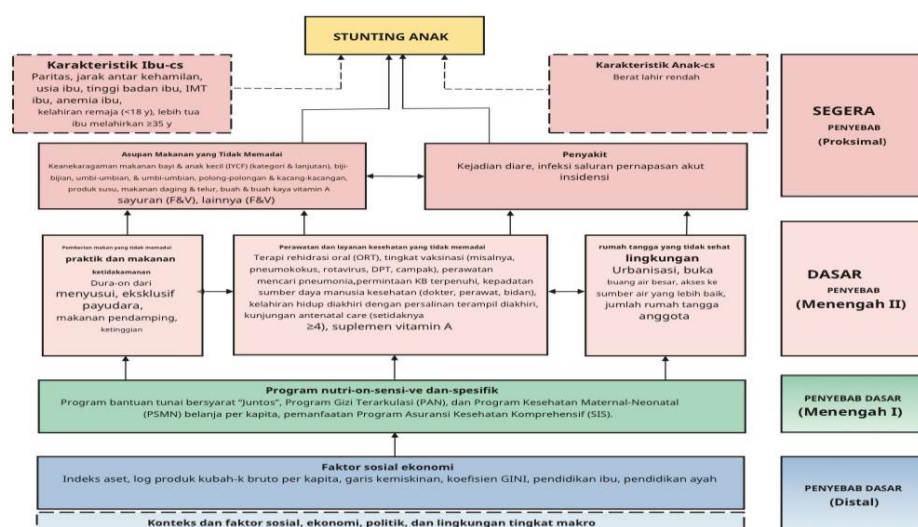
Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA) merupakan suatu proses peradangan yang disebabkan oleh virus, bakteri, bakteri atipikal (mikroplasma), atau penghirupan zat asing yang mengenai salah satu atau seluruh bagian saluran pernafasan. Penyakit ini diawali dengan demam yang disertai satu atau lebih gejala antara lain sakit tenggorokan atau nyeri saat menelan, pilek, kerikil kering, atau dahak.

Gejala ISPA dibagi menjadi 3 yaitu (Eni Setiywati, 2018):

1. Gejala ISPA ringan: Batuk, serak yaitu anak bersuara parau pada waktu mengeluarkan suara. Pilek yaitu mengeluarkan lendir atau ingus dari hidung. Panas atau

- demam suhu badan lebih dari 37 derajat celcius atau jika dahi anak diraba dengan punggung tangan terasa panas.
2. Gejala ISPA sedang: Pernapasan lebih dari 50 kali/menit pada anak umur kurang dari satu tahun atau lebih. Suhu lebih 39 derajat celcius. Tenggorokan berwarna merah, timbul bercak-bercak pada kulit menyerupai bercak campak. Telinga sakit atau mengeluarkan nanah dari lubang telinga, pernafasan berbunyi.
 3. Gejala ISPA berat: Bibir atau kulit membiru, lubang hidung kembang kempis (dengan cukup lebar) pada waktu bernafas, kesadaran menurun, pernafasan menciut dan anak tampak gelisah, nadi cepat lebih dari 60 kali per menit, tenggorokan berwarna merah.

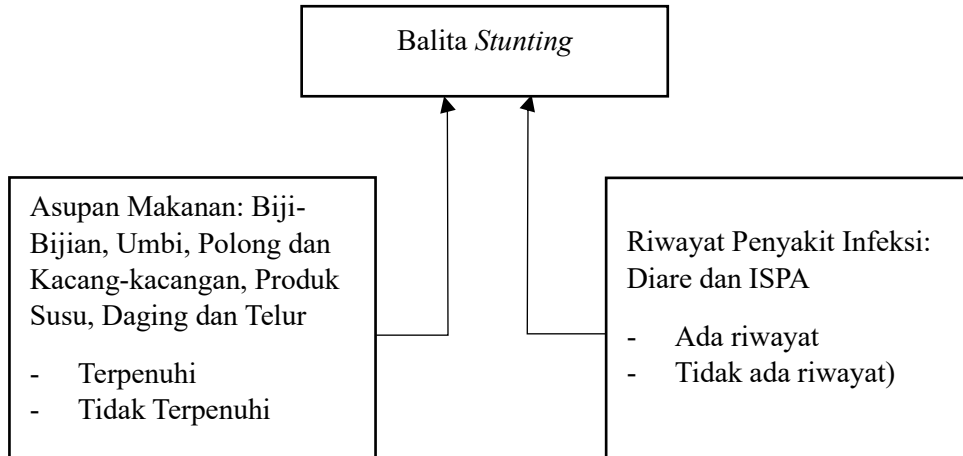
B. Kerangka Teori



(Huicho et al., 2020)

Gambar 1. Kerangka Teori

C. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

D. Pertanyaan Penelitian

Pada penelitian ini penulis ingin mengetahui:

1. Bagaimana distribusi frekuensi asupan makanan pada balita *stunting* di wilayah kerja Puskesmas Saptosari tahun 2023.
2. Bagaimana distribusi frekuensi riwayat penyakit infeksi pada balita *stunting* di wilayah kerja Puskesmas Saptosari tahun 2023.