

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Masalah Gizi pada Balita**

##### 1. Pengertian balita

Balita adalah anak yang berumur di bawah lima tahun, tidak termasuk bayi karena bayi mempunyai karakter makan yang khusus (Irianto dalam Wahyuni, 2018). Menurut Peraturan Menteri Nomor 25 tahun 2014 pasal 1 ayat 4, anak balita adalah anak umur 12 bulan sampai dengan 59 bulan.

Menurut Maria Montessori menyatakan bahwa pada rentang usia lahir sampai 6 tahun anak mengalami masa keemasan (*golden age*) yang merupakan masa dimana anak mulai peka/sensitive menerima berbagai rangsangan.

##### 2. Karakteristik balita

Septriasa (2012) dalam Widyawati, dkk (2016) menyatakan karakteristik balita dibagi menjadi dua yaitu:

- (a) Anak usia 1-3 tahun, merupakan konsumen pasif artinya anak menerima makanan yang disediakan orang tuanya. Laju pertumbuhan usia balita lebih besar dari usia prasekolah, sehingga diperlukan jumlah makanan yang relatif besar. Perut yang lebih kecil menyebabkan jumlah makanan yang mampu diterimanya dalam

sekali makan lebih kecil bila dibandingkan dengan anak yang usianya lebih besar. Oleh sebab itu, pola makan yang diberikan adalah porsi kecil dengan frekuensi sering;

- (b) Anak usia prasekolah (3-5 tahun), anak menjadi konsumen aktif yang mulai memilih makanan yang disukainya. Pada usia ini berat badan anak cenderung mengalami penurunan, disebabkan karena anak beraktivitas lebih banyak dan mulai memilih maupun menolak makanan yang disediakan orang tuanya.

### 3. Pentingnya usia balita

Sampai usia dua tahun merupakan masa kritis bagi anak dan termasuk dalam periode *window of opportunity*. Pada periode ini sel-sel otak tumbuh sangat cepat sehingga saat umur dua tahun pertumbuhan otak sudah mencapai lebih dari 80% dan masa kritis bagi pembentukan kecerdasan (Susilowati dan Kuspriyanto, 2016). Pada umur tersebut anak berada pada periode tumbuh kembang manusia yang disebut dengan *the golden age*. Berdasarkan beberapa penelitian menyebutkan bahwa *the golden age* terdapat pada masa konsepsi, yaitu sejak manusia masih dalam rahim ibu hingga beberapa tahun pertama kelahirannya yang diistilahkan dengan usia dini (Uce, 2017).

Setelah anak berumur 24 bulan, tidak ada lagi penambahan sel-sel neuron baru seperti yang terjadi pada umur sebelumnya, tetapi pematangannya masih berlangsung sampai anak berusia empat atau lima tahun. Pada masa awal-awal kehidupan yang dimulai kira-kira umur 3 tahun

anak mulai mampu untuk menerima keterampilan sebagai dasar pembentukan pengetahuan dan proses berpikir (Uce, 2017).

Dampak tersebut tidak hanya pada pertumbuhan fisik, tetapi juga pada perkembangan mental dan kecerdasannya. Dampak tersebut akan terlihat dari ukuran fisik yang tidak optimal serta kualitas kerja yang tidak kompetitif sehingga berakibat pada rendahnya produktivitas ekonominya pada usia dewasa (1000 HPK, 2013). Jika pada usia ini, seorang anak mengalami kekurangan gizi maka perkembangan otak dan kecerdasannya terhambat dan tidak dapat diperbaiki (Susilowati dan Kuspriyanto. 2016).

#### 4. Masalah Gizi pada Balita

Menurut UNICEF, status gizi balita dipengaruhi langsung oleh asupan makanan dan penyakit infeksi. Asupan zat gizi pada makanan yang tidak optimal dapat menimbulkan masalah gizi kurang dan gizi lebih. Masalah gizi pada balita antara lain kekurangan energi protein (KEP), kekurangan vitamin A (KVA), anemia gizi besi (AGB), gangguan akibat kekurangan yodium (GAKY), dan gizi lebih (Susilowati dan Kuspriyanto. 2016). Masalah gizi lain pada balita adalah stunting (Kemenkes RI, 2018).

### **B. Kebutuhan Gizi Masa Balita**

Menurut Adriani (2016), masa balita merupakan masa kehidupan yang sangat penting yang mana berlangsung proses tumbuh kembang sangat pesat yaitu pertumbuhan fisik dan perkembangan psikomotorik, mental, dan sosial. Stimulasi psikososial harus dimulai sejak dini dan tepat waktu untuk

tercapainya perkembangan psikososial yang optimal. Dalam mendukung pertumbuhan fisik balita perlu petunjuk praktis makanan dengan gizi seimbang salah satunya dengan makan aneka ragam makanan yang memenuhi kecukupan gizi. Kebutuhan gizi pada balita diantaranya energi, protein, lemak, karbohidrat, air, vitamin, dan mineral.

### 1. Energi

Kebutuhan energi sehari pada tahun pertama 100-200 kkal/kg BB. Untuk tiap tiga tahun pertambahan umur, kebutuhan energi turun 10 kkal/kg BB. Penggunaan energi dalam tubuh adalah 50% atau 55 kkal/kg BB/hari untuk metabolisme basal, 5-10% untuk *Specific Dynamic Action*, 12% untuk pertumbuhan, 25% atau 15-25 kkal/kg BB/hari untuk aktivitas fisik dan 10% terbuang melalui feses.

Zat-zat gizi yang mengandung energi terdiri dari protein, lemak, dan karbohidrat. Dianjurkan agar jumlah energi yang diperlukan didapat dari 50-60% karbohidrat, 25-35% lemak, dan 10-15% protein. Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) tahun 2019 kecukupan energi untuk kelompok umur balita sebagai berikut:

Tabel 1. Kecukupan Energi Balita

Golongan Umur	Berat badan (kg)	Energi (kkal)
0-5 bulan	6	550
6-11 bulan	9	800
1-3 tahun	13	1350
4-6 tahun	19	1400

## 2. Protein

Protein merupakan sumber asam amino esensial yang diperlukan sebagai zat pembangun, yaitu pertumbuhan dan pembentukan protein dalam serum, hemoglobin, enzim, hormone serta antibodi; mengganti sel-sel tubuh yang rusak; memelihara keseimbangan asam basa cairan tubuh; dan sumber energi.

Disarankan untuk memberikan 2,5-3 g/kg BB bagi bayi dan 1,5-2 g/kg BB bagi anak sekolah sampai adolesensia. Jumlah protein yang diberikan dianggap adekuat jika mengandung semua asam amino esensial dalam jumlah cukup, mudah dicerna dan diserap oleh tubuh, maka protein yang diberikan harus sebagian berupa protein yang berkualitas tinggi seperti protein hewani. Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) tahun 2019 kecukupan protein untuk kelompok umur balita sebagai berikut:

Tabel 2. Kecukupan Protein Balita

Golongan Umur	Berat badan (kg)	Protein (g)
0-5 bulan	6	9
6-11 bulan	9	15
1-3 tahun	13	20
4-6 tahun	19	25

## 3. Lemak

Kebutuhan lemak tidak dinyatakan dalam angka mutlak, dianjurkan 15-20% energi total berasal dari lemak. Di Indonesia energi yang berasal dari lemak pada umumnya sekitar 10-20%. Masukan lemak setelah umur 6 bulan sebanyak 30-35% dari jumlah energi seluruhnya masih dianggap normal, akan tetapi seharusnya tidak lebih rendah lebih rendah. Berdasarkan

Angka Kecukupan Gizi (AKG) tahun 2019 kecukupan lemak untuk kelompok umur balita sebagai berikut:

Tabel 3. Kecukupan Lemak Balita

Golongan Umur	Berat badan (kg)	Lemak (g)
0-5 bulan	6	31
6-11 bulan	9	35
1-3 tahun	13	45
4-6 tahun	19	50

#### 4. Karbohidrat

Dianjurkan 60-70% energi total basal berasal dari karbohidrat. Pada ASI dan sebagian besar susu formula bayi, 40-50% kandungan kalori berasal dari karbohidrat terutama laktosa. Sebaiknya karbohidrat yang dimakan terdiri dari polisakarida seperti yang terdapat dalam beras, gandum, kentang, dan sayuran. Gula yang terdapat dalam minuman manis, selai, kue, gula-gula dan coklat harus dibatasi dan tidak melebihi 10% dari jumlah energi. Monosakarida dan disakarida lainnya terdapat dalam buah-buahan dan susu serta produk susu.

Buah, susu dan produk susu merupakan sumber vitamin dan trace element untuk anak yang sedang tumbuh. Makanan yang terlalu manis dapat menyebabkan kerusakan gigi anak-anak. Karbohidrat diperlukan anak-anak yang sedang tumbuh sebagai sumber energi. Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) tahun 2019 kecukupan karbohidrat untuk kelompok umur balita sebagai berikut:

Tabel 4. Kecukupan Karbohidrat Balita

Golongan Umur	Berat badan (kg)	Karbohidrat (g)
0-5 bulan	6	59

6-11 bulan	9	105
1-3 tahun	13	215
4-6 tahun	19	220

## 5. Vitamin dan Mineral

Vitamin dan mineral esensial merupakan zat gizi yang penting bagi pertumbuhan dan kesehatan. Vitamin digolongkan sebagai vitamin larut dalam lemak (ADEK) dan vitamin larut dalam air yaitu vitamin B kompleks (B1, B2, Niacin, B6, asam pantotenik, biotin, asam folat, dan B12) dan vitamin C. Vitamin untuk balita digunakan untuk:

- a. Vitamin A berfungsi bagi pertumbuhan sel-sel epitel dan sebagai pengatur kepekaan rangsang sinar pada saraf dan mata
- b. Vitamin B1 berfungsi untuk metabolisme karbohidrat, keseimbangan air dalam tubuh dan membantu penyerapan zat lemak dalam usus
- c. Vitamin B2 berfungsi dalam pemindahan rangsang sinar ke saraf mata dan enzim, dan berfungsi dalam proses oksidasi dalam sel-sel
- d. Vitamin B6 berfungsi dalam pembuatan sel-sel darah merah dan dalam proses pertumbuhan serta pekerjaan urat saraf
- e. Vitamin C berfungsi sebagai aktifator macam-macam fermentasi perombak protein dan lemak, dalam oksidasi dan dehidrasi dalam sel, penting dalam pembentukan trombosit
- f. Vitamin D berfungsi mengatur kadar kapur dan fosfor, dan Bersama kelenjar anak gondok memperbesar penyerapan kapur dan fosfor dari usus dan mempengaruhi kerja kelenjar endokrin

- g. Vitamin E berfungsi mencegah pendarahan bagi wanita hamil serta mencegah keguguran dan diperlukan pada saat sel sedang membelah
- h. Vitamin K berfungsi dalam pembentukan protombin yang berarti penting dalam proses pembekuan darah

Pada usia anak 1-5 tahun sering mengalami kekurangan vitamin A, B, dan C sehingga anak perlu mendapatkan 1-1 ½ mangkuk atau 100-150 g sayur sehari. Pilihlah buah-buahan berwarna kekuning-kuningan atau jingga dan buah-buahan yang asam seperti pepaya, pisang, manga, nanas, dan jeruk. Berikan 1-2 potong pepaya sehari (100-200 g) atau 1-2 buah jeruk atau buah lain. Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) tahun 2019 kecukupan vitamin untuk kelompok umur balita sebagai berikut:

Tabel 5. Kecukupan Vitamin Balita

Golongan Umur	Vit. A (RE)	Vit. D (mcg)	Vit. E (mcg)	Vit. K (mcg)	Vit. B1 (mcg)	Vit. B2 (mg)	Vit. B3 (mg)
0-5 bulan	375	10	4	5	0,2	0,3	2
6-11 bulan	400	10	5	10	0,3	0,3	4
1-3 tahun	400	15	6	15	0,5	0,5	6
4-6 tahun	450	15	8	25	0,9	0,9	10

Golongan Umur	Vit. B5 (mg)	Vit. B6 (mg)	Folat (mcg)	Vit. B12 (mcg)	Biotin (mcg)	Kolin (mg)	Vit. C (mg)
0-5 bulan	1,7	0,1	80	0,4	5	125	40
6-11 bulan	1,8	0,3	80	1,5	6	150	50
1-3 tahun	2,0	0,5	160	1,5	8	200	40
4-6 tahun	3,0	0,6	200	2,5	12	250	45

Adapun kebutuhan gizi mineral mikro yang lebih dibutuhkan saat usia balita adalah:

#### 1. Zat besi (Fe)

Zat besi memiliki peranan dalam berbagai reaksi oksidasi reduksi.

Zat besi berperan sebagai gugus fungsional dari berbagai enzim dalam

siklus krebs dan pembawa electron dalam sitokrom, sebagai transportasi oksigen dalam darah, dan sebagainya.

## 2. Yodium

Yodium berfungsi mengatur pertumbuhan dan perkembangan, berperan dalam perubahan karoten menjadi bentuk aktif vitamin A, sintesis protein, dan absorpsi karbohidrat dari saluran cerna, berperan dalam sintesis kolesterol darah.

## 3. Zink

Zink berperan dalam proses metabolisme, diantaranya:

- a. Berperan dalam proses metabolisme asam nukleat dan sintesis protein;
- b. Berperan dalam pertumbuhan sel dan replikasi sel;
- c. Mematangkan fungsi organ reproduksi, penglihatan, kekebalan tubuh, pengecap, dan selera makan;

Menurut seorang ahli gizi bernama Marzuki Iskandar, STP., MTP., kunci asupan zat gizi yang baik adalah makanan yang sehat dan bervariasi sehingga anak dianjurkan untuk mengonsumsi makanan dengan komposisi yang terdiri atas 55-67% karbohidrat, 20-30% lemak, dan 13-15% protein untuk memenuhi kebutuhan perkembangan kecerdasan dan pertumbuhan fisik yang optimal.

### **C. Kualitas dan Keragaman Konsumsi Gizi pada Makanan**

#### 1. Pengertian keragaman makanan

Menurut Kemenkes RI, 2014, keragaman makanan adalah aneka ragam konsumsi kelompok pangan yang terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayuran dan buah-buahan dan air yang beranekaragam dalam setiap kelompok pangan. Hal ini dikarenakan tidak ada satupun jenis makanan yang mengandung semua jenis zat gizi yang dibutuhkan tubuh untuk menjamin pertumbuhan dan mempertahankan kesehatannya. Contoh jenis pangan dari berbagai kelompok pangan adalah sebagai berikut:

- (a) Makanan pokok antara lain : beras, kentang, singkong, ubi jalar, jagung, talas, sagu, sukun, dan sebagainya;
- (b) Lauk pauk antara lain : ikan, telur, unggas, daging, susu dan kacang-kacangan serta hasil olahannya, dan sebagainya;
- (c) Sayuran adalah sayuran hijau dan sayuran berwarna lainnya. Sayuran hijau antara lain : kangkung, sawi, daun katuk, dan sebagainya. Sayuran warna lain antara lain : keluwih, wortel, labu siam, dan sebagainya;
- (d) Buah-buahan adalah buah yang berwarna antara lain : alpukat, mangga, durian, apel, dan sebagainya.

Ketika masuk usia tiga tahun, anak mulai bersifat ingin mandiri dalam memilih dan menentukan makanan yang ingin dikonsumsinya. Pada usia 3-5 tahun, anak sering menolak makanan yang tidak disukai dan hanya memilih makanan yang disukai. Ketidaksukaan seseorang terhadap jenis

makanan tertentu akan berdampak pada pencapaian gizi seimbang sehingga harus diperkenalkan dan diberikan aneka ragam makanan sejak usia dini. Konsumsi beragam makanan pada balita dapat menjamin kelengkapan zat gizi yang diperlukan tubuhnya, karena setiap makanan mengandung sumber zat gizi yang berbeda baik jenis maupun jumlahnya. Namun perlu dipertimbangkan bahan makanan yang kurang menguntungkan seperti es krim, kue-kue manis, permen, dan makanan ringan yang banyak menggunakan bahan makanan tambahan (Susilowati dan Kuspriyanto, 2016).

Pada usia 1-5 tahun anak sudah harus makan seperti pola makan keluarga yaitu; sarapan, makan siang, makan malam, dan dua kali selingan. Porsi makan pada usia ini adalah setengah dari porsi orang dewasa. Setelah anak berumur satu tahun, menu makanannya harus bervariasi untuk mencegah kebosanan dan diberi susu, sereal (bubur beras, roti), daging, sup, sayuran, dan buah-buahan (Depkes RI, 2000).

## 2. IDDS (*Individual Dietary Diversity Score*)

### a) Pengertian IDDS

IDDS (*Individual Dietary Diversity Score*) adalah penilaian konsumsi keragaman pangan dengan menghitung jumlah jenis kelompok pangan yang dikonsumsi oleh individu tertentu pada satu hari sebelumnya. Dengan menggunakan metode ini, dapat diketahui kualitas konsumsi seseorang secara lebih mudah dan sederhana (FAO, 2010). Berdasarkan pedoman FAO untuk mengukur keragaman pangan yang dikonsumsi seseorang

diperlukan jangka waktu selama 24 jam sebelumnya menggunakan *food recall* 24 jam. Metode ini tidak dapat menggambarkan kebiasaan makan, tetapi dapat memberikan penilaian konsumsi pada tingkat populasi dan memonitoring kemajuan suatu program dan intervensi (FAO dalam Septiani 2017).

b) Tujuan

Menilai keragaman makanan menggunakan skor IDDS bertujuan untuk menilai jumlah kelompok makanan yang terdiri dari jenis pangan yang telah ditentukan sebelumnya yang dimakan oleh kelompok sasaran tertentu pada hari atau malam sebelumnya. IDDS paling umum digunakan untuk balita yaitu usia 6-23 bulan dan usia 24-59 bulan. Namun IDDS juga dapat digunakan untuk orang dewasa (FAO, 2010 dalam PIN).

c) Langkah-langkah mengumpulkan data

Data dikumpulkan dengan melakukan wawancara individual dengan sampel yang representatif dari anggota kelompok sasaran (jika ingin menilai IDDS balita, lakukan wawancara dengan ibu atau pengasuh yang bertanggung jawab memberi makan pada balita). Berikut langkah-langkah untuk mengumpulkan data:

- (1) Tuliskan semua makanan yang dimakan oleh anak pada hari sebelumnya. Dapat menggunakan metode *food recall* 24 jam;
- (2) Analisis komposisi makanan (misal bubur dengan atau tanpa susu);
- (3) Tanyakan camilan apa pun (termasuk buah-buahan) yang tidak disebutkan pada form IDDS;

- (4) Kemudian catat dalam form IDDS kelompok makanan mana yang dimakan. Periksa dengan responden mengenai makanan apa yang dimakan anak atau orang dewasa dari kelompok yang tidak disebutkan (misalnya: "Apakah kemarin dia makan telur?");
  - (5) Hitung jumlah kelompok makanan yang dikonsumsi. Jumlah yang diperoleh disebut sebagai skor keragaman makanan individu atau IDDS;
  - (6) Hitung nilai indikator dengan menjumlahkan semua skor keragaman makanan atau IDDS kemudian bagi dengan jumlah responden;
  - (7) Pisahkan data berdasarkan kelompok umur, jenis kelamin, dan kategori kekayaan rumah tangga.
- d) Hal yang perlu diperhatikan
- 1) Keragaman makanan individu rentan terhadap perbedaan musim. Lakukan pengumpulan data dalam periode yang sama dalam setahun. Jika tidak, kemungkinan besar tidak akurat. Tidak dianjurkan mengumpulkan data selama periode puasa (seperti waktu pra-Paskah atau Ramadhan) dan selama hari-hari puasa;
  - 2) Indikator ini bergantung pada penilaian usia yang akurat. Pengumpul data tidak boleh hanya mengandalkan informasi yang diberikan oleh pengasuh dan selalu memverifikasi usia anak. Ini dapat dilakukan dengan meninjau akta kelahiran anak atau dokumen lain yang terdapat keterangan mengenai kelahiran anak;

- 3) IDDS dikelompokkan menjadi : (1) Tujuh kelompok makanan untuk anak-anak usia 6-23 bulan; dan (2) Sembilan kelompok makanan untuk anak-anak usia 24-59 bulan, dan usia di atasnya;
- 4) Pencatatan dalam form IDDS hanya setelah semua makanan yang disampaikan responden terdaftar pada formulir pencatatan makanan. Tidak menganjurkan mencatatnya langsung karena sangat mungkin jumlah kelompok makanan yang dikonsumsi akan dilaporkan kurang;
- 5) Saat berlatih mengumpulkan data, berlatihlah secara ekstensif makanan mana yang termasuk dalam kelompok makanan tersebut (alokasikan setidaknya 3 jam penuh dengan contoh dan latihan). Misalnya, labu termasuk makanan kaya vitamin A, daun labu termasuk sayuran berdaun hijau gelap. Form menyertakan contoh makanan yang berbeda per masing-masing kelompok menyesuaikan dengan bahan pangan local;
- 6) Jangan mencatat makanan dalam jumlah kurang dari satu sendok teh atau kurang dari 15 gram (misalnya, sedikit tepung ikan ditambahkan untuk penyedap) dan juga tidak menghitung ASI;
- 7) Pendataan yang dirancang dengan baik, dalam jangka panjang (3 tahun atau lebih) memiliki peluang untuk meningkatkan rata-rata IDDS sebesar 1 skor; untuk proyek jangka pendek peningkatan sebesar 0,5 skor sebagai maksimum realistis yang dapat dicapai;
- 8) Berdasarkan jumlah makanan yang terdaftar dalam formulir pencatatan makanan atau form *food recall* 24 jam, selain untuk menilai keragaman makanan yang dikonsumsi dapat pula digunakan untuk menilai

frekuensi makan. Kombinasi data frekuensi makan dan IDDS memungkinkan Anda untuk menentukan persentase minimum konsumsi makanan pada anak-anak.

e) Pemberian Skor pada IDDS

Skor keragaman makanan dihitung dengan menjumlahkan jumlah kelompok makanan yang dikonsumsi dalam rumah tangga atau oleh responden individu selama periode 24 jam. Langkah-langkah dalam pemberian skor sebagai berikut:

(1) Tentukan jenis pangan berdasarkan kelompok pangan sesuai dengan bahan lokal. Misalnya dalam kelompok makanan berpati adalah kombinasi "sereal" dan "umbi-umbian". Variabel baru "makanan berpati" diperoleh dengan menggabungkan jawaban untuk "sereal" dan "umbi-umbian". Hal ini dapat dilakukan dengan menggunakan logika berikut:

(1) Makanan berpati=1 jika q1 (sereal)=1 atau q2 (umbi-umbian)=1;

(2) Makanan berpati=0 jika q1 (sereal)=0 dan q2 (umbi-umbian)=0.

Beri tanda centang dan hitung pada kolom skor variabel baru kelompok pangan. Pastikan bahwa semua bernilai 0 atau 1. Seharusnya tidak ada nilai  $> 1$  untuk variabel baru kelompok pangan;

(2) Hitung skor keragaman makanan dengan menjumlahkan semua variabel kelompok makanan;

- (3) Termasuk penentu dalam skor keragaman makanan (12 kelompok makanan untuk rumah tangga dan 9 kelompok makanan untuk individu atau wanita;
- (4) Jumlah skor harus berada dalam kisaran yaitu rumah tangga (0-12) dan individu (0-9);

Selain untuk menghitung nilai rata-rata keragaman makanan, IDDS juga dapat digunakan untuk mengetahui kelompok makanan mana yang paling banyak dikonsumsi pada tingkat skor yang berbeda. Dapat juga digunakan untuk menganalisis pola makan (FAO 2010).

#### **D. Landasan Teori**

Balita mengalami masa keemasan (*golden age*) yang merupakan masa dimana anak mulai peka/sensitive menerima berbagai rangsangan. Usia balita merupakan masa pertumbuhan tubuh dan otak yang terjadi sangat pesat dalam pencapaian keoptimalan fungsinya. Setelah manusia lahir, apa yang dimakan oleh bayi sejak usia dini merupakan fondasi yang penting bagi kesehatan dan kesejahteraannya di masa depan. Balita akan sehat jika awal kehidupannya sudah diberi makanan sehat dan seimbang sehingga kualitas sumber daya yang dihasilkan optimal.

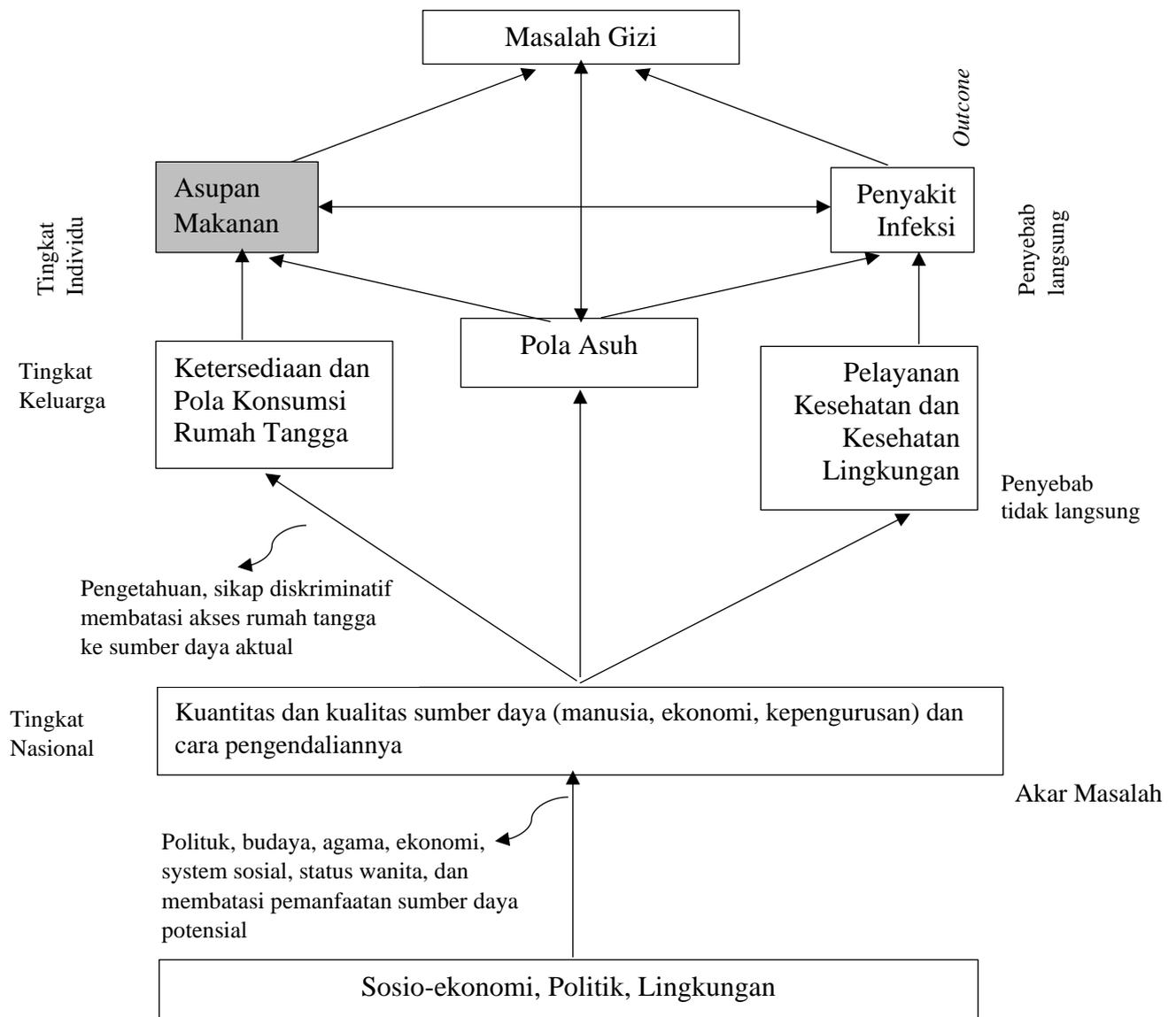
Asupan makanan merupakan salah satu penyebab langsung yang mempengaruhi status gizi seseorang. Asupan makanan merupakan informasi penting tentang jenis dan jumlah pangan yang dikonsumsi oleh seseorang atau sekelompok orang pada waktu tertentu. Asupan makanan yang tidak sesuai

dengan kebutuhan, baik kualitas maupun kuantitas akan menimbulkan masalah gizi (Brown dalam Septiani 2017). Asupan makanan pada balita dipengaruhi ketersediaan dan pola konsumsi pangan dalam rumah tangga dan pola pengasuhan anak. Ketersediaan pangan dalam rumah tangga mengacu pada pangan yang cukup dan tersedia dalam jumlah yang dapat memenuhi kebutuhan konsumsi rumah tangga (Simangunsong, 2010).

Dalam hal ini, orang tua terutama ibu sangat berperan dalam menjaga pola makan yang sehat dan seimbang bagi anak karena biasanya anak akan meniru pola makan yang ada di keluarga. Salah satu prinsip yang harus diperhatikan dalam makanan seimbang adalah keanekaragaman pangan yaitu konsumsi beragam jenis pangan termasuk proporsi makanan yang seimbang, dalam jumlah yang cukup, tidak berlebihan dan dilakukan secara teratur.

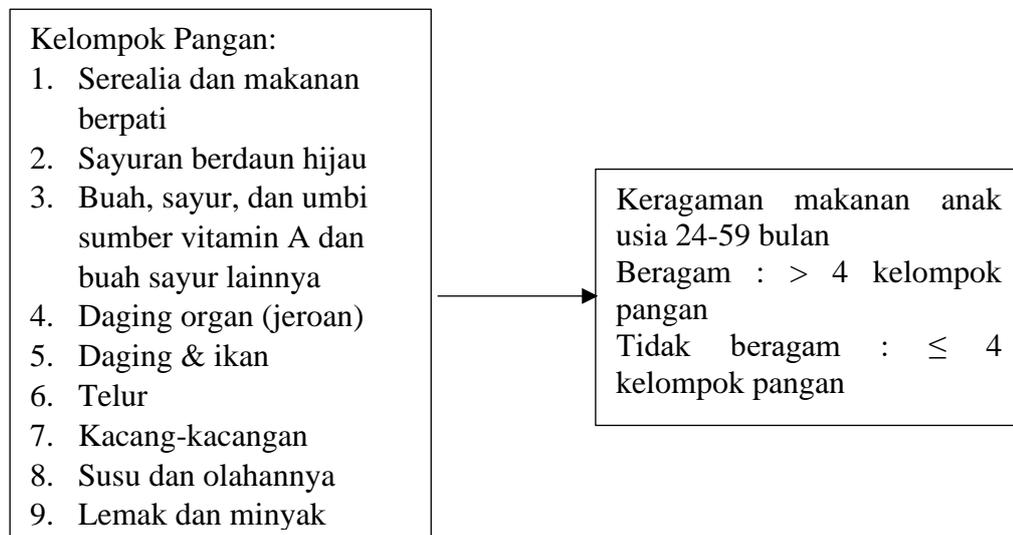
Untuk mengetahui keragaman makanan yang telah dikonsumsi dapat digunakan sebuah instrumen yaitu IDDS (*Individual Dietary Diversity Score*). IDDS adalah indikator yang umum digunakan untuk menilai jumlah kelompok pangan yang dikonsumsi balita yaitu usia 6-23 bulan dan 24-59 bulan tetapi juga dapat digunakan untuk orang dewasa. Penilaian menggunakan skor IDDS berdasarkan pada jumlah rata-rata berbagai kelompok makanan yang dikonsumsi oleh individu pada satu hari sebelumnya (Kennedy, dkk, 2010).

### E. Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori  
Determinan masalah gizi pada balita (UNICEF, 1997)

## F. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

## G. Pertanyaan Penelitian

Apakah keragaman makanan pada anak usia 24-59 bulan sudah sesuai dengan skor IDDS (*Individual Dietary Diversity Score*) di Desa Srihardono Kecamatan Pundong Kabupaten Bantul?