

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Uraian Teori**

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

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

Stunting adalah permasalahan gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam rentang yang cukup waktu lama, umumnya hal ini karena asupan makan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Permasalahan stunting terjadi mulai dari dalam kandungan dan baru akan terlihat ketika anak sudah menginjak usia dua tahun (Kemenkes RI, 2018).

Stunting adalah kondisi tinggi badan seseorang yang kurang dari normal berdasarkan usia dan jenis kelamin. Tinggi badan merupakan salah satu jenis pemeriksaan antropometri dan menunjukkan status gizi seseorang. Adanya stunting menunjukkan status gizi yang kurang (malnutrisi) dalam jangka waktu yang lama (kronis). Diagnosis stunting ditegakkan dengan membandingkan nilai z skor tinggi badan per umur yang diperoleh dari grafik pertumbuhan yang sudah digunakan secara global. Indonesia menggunakan grafik pertumbuhan yang dibuat oleh World Health Organization (WHO) pada tahun 2005 untuk menegakkan diagnosis stunting (Candra, 2020).

Stunting atau sering disebut pendek adalah kondisi gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis dan stimulasi psikososial serta paparan infeksi berulang terutama dalam 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu dari janin hingga anak berusia dua tahun (Kesmas, 2018).

Anak tergolong stunting apabila panjang atau tinggi badannya berada di bawah minus dua standar deviasi (-2SD) dari anak seusianya. Masyarakat belum menyadari bahwa stunting adalah suatu masalah serius, hal ini dikarenakan belum banyak yang mengetahui penyebab, dampak dan pencegahannya (Zedadra, 2019).

Kondisi kesehatan dan gizi sebelum dan saat kehamilan serta setelah persalinan mempengaruhi pertumbuhan dan Risiko terjadinya stunting. (1, 2 dan Sulistyani 3, 2014) Stunting mulai terjadi ketika seorang remaja menjadi seorang ibu yang kurang gizi dan anemia, menjadi parah ketika hamil dengan asupan gizi yang tidak mencukupi kebutuhan, kondisi tersebut berdampak pada bayi yang dilahirkan (Kemenkes, 2018).

Salah satu strategi untuk mengatasi stunting dan harus dilaksanakan yakni intervensi gizi pada ibu hamil untuk meningkatkan pengetahuan ibu pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) dengan pemberian edukasi berupa penyuluhan kepada ibu hamil (Musdalifah, 2020).

a. Faktor yang mempengaruhi stunting pada anak

Berikut merupakan faktor-faktor penyebab stunting.

1) Praktek Pengasuhan yang Kurang Baik

Kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan, serta setelah ibu melahirkan. Beberapa fakta dan informasi yang ada menunjukkan bahwa 60% dari anak usia 0-6 bulan tidak mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif dan 2 dari 3 anak usia 0-24 bulan tidak menerima Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI). MP ASI diberikan atau mulai diperkenalkan ketika balita berusia diatas 6 bulan. Selain berfungsi untuk mengenalkan jenis makanan baru pada bayi, MPASI juga dapat mencukupi kebutuhan nutrisi tubuh bayi yang tidak lagi dapat disokong oleh ASI. Serta membentuk daya tahan tubuh dan perkembangan system imunologis anak terhadap makanan maupun minuman.

2) Terbatasnya Layanan Kesehatan.

Layanan kesehatan yang terbatas termasuk layanan ANC- *Ante Natal Care* (pelayanan kesehatan untuk ibu selama masa kehamilan), *Post Natal Care* dan pembelajaran dini yang berkualitas. Informasi yang dikumpulkan dari publikasi Kemenkes dan Bank Dunia menyatakan bahwa tingkat kehadiran anak di Posyandu semakin menurun dari 79% di

tahun 2007 menjadi 64% di tahun 2013 dan anak belum mendapat akses yang memadai ke layanan imunisasi.

Fakta lain adalah 2 dari 3 ibu hamil belum mengonsumsi suplemen zat besi yang memadai serta masih terbatasnya akses ke layanan pembelajaran dini yang berkualitas (baru 1 dari 3 anak usia 3-6 tahun belum terdaftar di layanan PAUD (Pendidikan Usia Dini).

c. Masih Kurang Akses Rumah Tangga/Keluarga ke Makanan Bergizi.

Hal ini dikarenakan harga makanan bergizi di Indonesia masih tergolong mahal, menurut beberapa sumber (Riskesdas, 2013). Komoditas makanan di Jakarta 94% lebih mahal dibandingkan dengan di New Delhi, India. Harga buah dan sayuran di Indonesia lebih mahal daripada di Singapura. Terbatasnya akses ke makanan bergizi di Indonesia juga dicatat telah berkontribusi pada 1 dari 3 ibu hamil yang mengalami anemia.

d. Kurangnya Akses Air Bersih dan Sanitasi.

Akses terhadap air bersih dan fasilitas sanitasi yang buruk dapat meningkatkan kejadian penyakit infeksi yang dapat membuat energi untuk pertumbuhan teralihkan kepada perlawanan tubuh menghadapi infeksi, zat gizi sulit diserap oleh tubuh dan terhambatnya pertumbuhan.

Data yang diperoleh di lapangan menunjukkan bahwa satu dari lima rumah tangga di Indonesia masih buang air besar (BAB) diruang terbuka, serta satu dari tiga rumah tangga belum memiliki akses ke air minum bersih.

Berdasarkan WHO (2013) penyebab terjadinya stunting pada anak dibagi menjadi 4 kategori yang dijelaskan berikut ini.

1) Faktor keluarga dan rumah tangga

a. Faktor maternal

Berupa nutrisi yang kurang pada saat preconsepsi, kehamilan dan laktasi. Tinggi badan ibu yang rendah, infeksi, kehamilan pada usia remaja, kesehatan mental, *intrauterine growth restriction (IUGR)*, kelahiran preterm, jarak kehamilan yang pendek dan hipertensi saat kehamilan. (Rahayu *et al.*, 2018)

b. Faktor lingkungan rumah

Berupa stimulasi dan aktivitas anak yang tidak adekuat, perawatan yang kurang, sanitasi dan suplai air yang tidak mencukupi, akses dan ketersediaan pangan yang kurang, alokasi makanan dalam rumah tangga yang tidak sesuai dan rendahnya edukasi mengenai pengasuhan. (Rahayu *et al.*, 2018).

## 2) Makanan tambahan yang tidak adekuat

### a. Kualitas makanan yang rendah

Kualitas mikronutrien yang rendah, kurangnya keberagaman makanan yang dikonsumsi dan rendahnya konsumsi lauk hewani, makanan yang tidak atau kurang mengandung nutrisi atau zat gizi dan makanan pendamping yang mengandung energi rendah.

### b. Cara pemberian yang tidak adekuat

Frekuensi pemberian makanan yang kurang, pemberian makanan yang tidak adekuat saat sakit dan setelah sakit, konsistensi makanan yang kurang tepat, pemberian makanan dalam jumlah yang tidak mencukupi.

### c. Keamanan makanan dan minuman.

Makanan dan minuman yang dikonsumsi terkontaminasi, kebersihan yang rendah, penyimpanan dan persiapan makanan yang kurang aman dan bersih.

## 3) Pemberian ASI (fase menyusui)

Praktek yang kurang memadai dalam hal inisiasi yang terlambat, tidak ASI eksklusif, penghentian menyusui yang terlalu cepat.

#### 4) Infeksi

Infeksi klinis dan subklinis, seperti infeksi pada usus, diare, environmental enteropathy, infeksi cacing, infeksi pernafasan, malaria, peradangan dan nafsu makan yang kurang.

#### c. Dampak dari kejadian stunting

Stunting dapat mengakibatkan penurunan *intelegensia* (*IQ*), sehingga prestasi belajar menjadi rendah dan tidak dapat melanjutkan sekolah. Bila mencari pekerjaan, peluang gagal tes wawancara pekerjaan menjadi besar dan tidak mendapat pekerjaan yang baik, yang berakibat penghasilan rendah (*economic productivity hypothesis*) dan tidak dapat mencukupi kebutuhan pangan. Karena itu anak yang menderita stunting berdampak tidak hanya pada fisik yang lebih pendek saja, tetapi juga pada kecerdasan, produktivitas dan prestasinya kelak setelah dewasa, sehingga akan menjadi beban negara. Selain itu dari aspek estetika, seseorang yang tumbuh proporsional akan kelihatan lebih menarik dari yang tubuhnya pendek.

Sedangkan Menurut laporan UNICEF (1998) beberapa fakta terkait stunting dan pengaruhnya dijelaskan berikut ini.

- 1) Anak-anak yang mengalami stunting lebih awal yaitu sebelum usia enam bulan, akan mengalami stunting lebih berat menjelang usia dua tahun. Stunting yang parah pada anak-anak

akan terjadi defisit jangka panjang dalam perkembangan fisik dan mental sehingga tidak mampu untuk belajar secara optimal di sekolah, dibandingkan anak-anak dengan tinggi badan normal. Anak-anak dengan stunting cenderung lebih lama masuk sekolah dan lebih sering absen dari sekolah dibandingkan anak-anak dengan status gizi baik. Hal ini memberikan konsekuensi terhadap kesuksesan anak dalam kehidupannya dimasa yang akan datang.

- 2) Stunting akan sangat mempengaruhi kesehatan dan perkembangan anak. Faktor dasar yang menyebabkan stunting dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan intelektual. Penyebab dari stunting adalah bayi berat lahir rendah, ASI yang tidak memadai, makanan tambahan yang tidak sesuai, diare berulang, dan infeksi pernapasan. Berdasarkan penelitian sebagian besar anak-anak dengan stunting mengkonsumsi makanan yang berada di bawah ketentuan rekomendasi kadar gizi, berasal dari keluarga miskin dengan jumlah keluarga banyak, bertempat tinggal di wilayah pinggiran kota dan komunitas pedesaan.
- 3) Pengaruh gizi pada anak usia dini yang mengalami stunting dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan kognitif yang kurang. Anak stunting pada usia lima tahun cenderung menatapsepanjang hidup, kegagalan pertumbuhan anak usia dini



berlanjut pada masa remaja dan kemudian tumbuh menjadi wanita dewasa yang stunting dan mempengaruhi secara langsung pada kesehatan dan produktivitas, sehingga meningkatkan peluang melahirkan anak dengan BBLR. Stunting terutama berbahaya pada perempuan, karena lebih cenderung menghambat dalam proses pertumbuhan dan berisiko lebih besar meninggal saat melahirkan

WHO (2013) membagi dampak yang diakibatkan oleh stunting menjadi 2 hal berikut ini.

a. Dampak Jangka Pendek

- 1) Peningkatan kejadian kesakitan dan kematian
- 2) Perkembangan kognitif, motorik, dan verbal pada anak tidak optimal.
- 3) Peningkatan biaya kesehatan.

b. Dampak Jangka Panjang

- 1) Postur tubuh yang tidak optimal saat dewasa (lebih pendek dibandingkan pada umumnya)
- 2) Meningkatnya risiko obesitas dan penyakit lainnya.
- 3) Menurunnya kesehatan reproduksi.
- 4) Kapasitas belajar dan performa yang kurang optimal saat masa sekolah; dan Produktivitas dan kapasitas kerja yang tidak optimal (Kemenkes RI, 2018).

#### d. Pencegahan Stunting

Berbagai upaya telah kita lakukan dalam mencegah dan menangani masalah gizi di masyarakat. Kejadian balita stunting dapat diputus mata rantainya sejak janin dalam kandungan dengan cara melakukan pemenuhan kebutuhan zat gizi bagi ibu hamil, artinya setiap ibu hamil harus mendapatkan makanan yang cukup gizi, mendapatkan suplementasi zat gizi (tablet Fe), dan terpantau kesehatannya. Selain itu setiap bayi baru lahir hanya mendapat ASI saja sampai umur 6 bulan (eksklusif) dan setelah umur 6 bulan diberi makanan pendamping ASI (MPASI) yang cukup jumlah dan kualitasnya. Ibu nifas selain mendapat makanan cukup gizi, juga diberi suplementasi zat gizi berupa kapsul vitamin A.

Kejadian stunting pada balita yang bersifat kronis seharusnya dapat dipantau dan dicegah apabila pemantauan pertumbuhan balita dilaksanakan secara rutin dan benar. Memantau pertumbuhan balita di posyandu merupakan upaya yang sangat strategis untuk mendeteksi dini terjadinya gangguan pertumbuhan, sehingga dapat dilakukan pencegahan terjadinya balita stunting. (Kementrian Kesehatan RI, 2018). Beberapa cara pencegahan stunting antara lain adalah :

- (1) Mempersiapkan pernikahan yang baik
- (2) Pendidikan pengetahuan Gizi
- (3) Suplementasi Ibu hamil
- (4) Suplementasi Ibu menyusui

(5) Suplementasi mikronutrien untuk balita

(6) Mendorong peningkatan aktivitas anak di luar ruangan

e. Upaya mengatasi stunting.

Upaya pemerintah dalam mengatasi stunting, dapat dilakukan dengan intervensi sensitif dan intervensi spesifik. Intervensi gizi spesifik merupakan intervensi yang ditujukan kepada anak dalam 1.000 hari pertama kehidupan (HPK) dan berkontribusi pada 30% penurunan stunting.

Kerangka kegiatan intervensi gizi spesifik umumnya dilakukan pada sektor kesehatan. Intervensi ini juga bersifat jangka pendek dimana hasilnya dapat dicatat dalam waktu relatif pendek. Sedangkan intervensi gizi sensitif adalah kegiatan pembangunan diluar sektor kesehatan dan berkontribusi pada 70% intervensi stunting.

1) Intervensi Gizi Spesifik

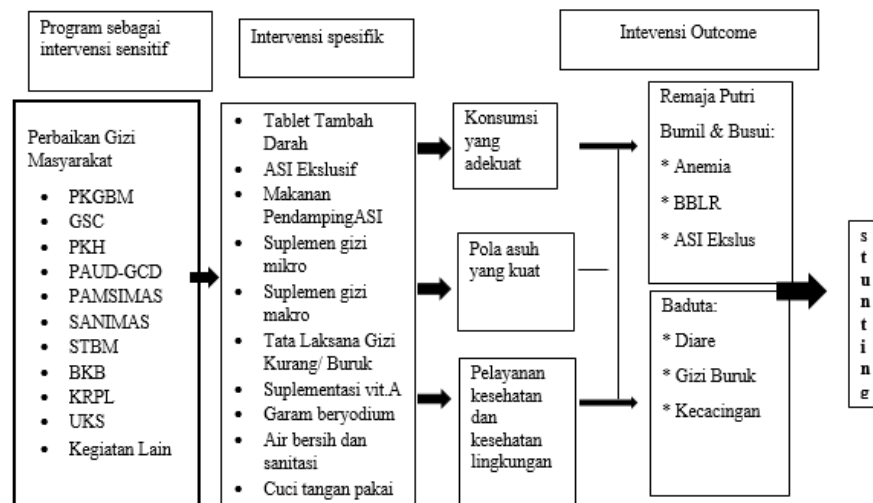
Intervensi gizi spesifik adalah upaya untuk mencegah dan mengurangi masalah gizi secara langsung. Kegiatan ini pada umumnya dilakukan oleh sektor kesehatan. Kegiatan yang dilakukan antara lain berupa imunisasi, PMT ibu hamil dan balita di posyandu.

2) Intervensi Gizi Sensitif

Intervensi sensitif merupakan berbagai kegiatan pembangunan di luar sektor kesehatan, sasarannya adalah masyarakat umum. Dalam kerangka konsep UNICEF penanganan masalah gizi

diantaranya adalah melalui program pengentasan kemiskinan dan pertumbuhan ekonomi, keterlibatan dunia usaha, penanganan konflik serta pelestarian lingkungan hidup.

Secara garis besar intervensi spesifik dan intervensi sensitive, dapat dilihat dalam gambar berikut ini.



Gambar 1. Kerangka Konseptual Intervensi Pencegahan Stunting Terintegrasi (Sumber : Buletin stunting 2018)

## 2. Ibu hamil Anemia

### a. Pengertian

Anemia adalah keadaan menurunnya kadar hemoglobin (Hb), Hematokrit (Ht) dan jumlah eritrosit dibawah nilai normal. Anemia gizi terjadi karena kekurangan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin, baik karena kekurangan konsumsi atau karena gangguan absorpsi. Zat gizi yang bersangkutan adalah besi, protein, piridoksin (vitamin B6) yang berperan sebagai katalisator

dalam sintesis hem di dalam molekul hemoglobin, vitamin C yang mempengaruhi absorpsi dan pelepasan besi dari transferin ke dalam jaringan tubuh (Almatsier, Sunita, 2007).

Ibu hamil sangat rentan mengalami anemia. Hal ini disebabkan oleh meningkatnya kebutuhan tubuh Ibu akan zat besi, seiring dengan bertambahnya usia kehamilan. Saat Ibu mengalami anemia, darah Ibu tidak memiliki sel darah merah yang cukup sehat untuk mengangkut oksigen ke jaringan Ibu dan kepada janin.

Selama masa kehamilan, tubuh Ibu akan memproduksi lebih banyak darah demi mendukung perkembangan janin di dalam kandungan Ibu. Jika Ibu tidak mendapatkan zat besi yang cukup atau nutrisi penting lainnya, maka tubuh Ibu tidak akan mampu memproduksi sel darah merah.

Memperbaiki gizi dan kesehatan Ibu hamil merupakan cara terbaik dalam mengatasi stunting. Ibu hamil perlu mendapat makanan yang baik, sehingga apabila ibu hamil dalam keadaan sangat kurus atau telah mengalami Kurang Energi Kronis (KEK), maka perlu diberikan makanan kepada tambahan ibu hamil tersebut. Setiap ibu hamil perlu mendapat tablet tambah darah, minimal 90 tablet selama kehamilan. Kesehatan ibu harus tetap dijaga agar ibu tidak mengalami sakit (Santander, 2017).

Tabel 1. Nilai Hemoglobin Penentu Anemia

Kelompok Populasi	Hemoglobin (g/dL)
Laki laki dewasa	$\leq 12$ g/dl
Wanita dewasa	$\leq 12$ g/dL
Ibu hamil	$\leq 11$ g/dL
Ibu menyusui	$\leq 12$ g/dL
Anak anak, < 6 tahun	$\leq 11$ g/dL
Anak anak, >6 tahun	$\leq 12$ g/dL

Sumber: WHO (2001)

b. Tanda dan gejala anemia defisiensi besi pada ibu hamil

Gejala – gejala yang sering muncul pada anemia :

- (1) 5L (Letih, lelah, lemah, lesu dan lunglai)
  - (2) Nafsu makanan menurun atau *anoreksia*
  - (3) Sakit kepala
  - (4) Konsentrasi menurun
  - (5) Pandangan berkunang-kunang terutama bila bangkit dari duduk.
  - (6) Nafas pendek (pada anemia yang parah).
  - (7) Kulit pucat.
  - (8) Kuku-kuku jari pucat.
  - (9) Rambut rapuh (pada anemia yang parah).
- (Aritonang Irianton, Suryani Isti, 2014)

c. Faktor yang meningkatkan risiko anemia pada ibu hamil

Semua wanita hamil berisiko mengalami anemia. Anemia disebabkan oleh tubuh yang tidak mampu mencukupi kebutuhan pasokan darah, zat besi, dan asam folat yang lebih banyak dari biasanya semasa kehamilan. Faktor-faktor yang memengaruhi anemia ibu hamil dijelaskan berikut ini.

## 1) Faktor dasar

### a) Sosial dan ekonomi

Kondisi lingkungan sosial berkaitan dengan kondisi ekonomi di suatu daerah dan menentukan pola konsumsi pangan dan gizi yang dilakukan oleh masyarakat. Misalnya, kondisi sosial di pedesaan dan perkotaan memiliki pola konsumsi pangan dan gizi yang berbeda. Kondisi ekonomi seseorang sangat menentukan dalam penyediaan pangan dan kualitas gizi. Apabila tingkat perekonomian seseorang baik maka status gizinya akan baik dan sebaliknya (Aritonang Irianton, Suryani Isti, 2014).

### b) Pengetahuan

Ibu hamil yang memiliki pengetahuan kurang baik berisiko mengalami defisiensi zat besi sehingga tingkat pengetahuan yang kurang tentang defisiensi zat besi akan berpengaruh pada ibu hamil dalam perilaku kesehatan dan berakibat pada kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi dikarenakan ketidaktahuannya dan dapat berakibat anemia (Rima Wati, 2016).

### c) Pendidikan

Pendidikan yang baik akan mempermudah untuk mengadopsi pengetahuan tentang kesehatannya. Rendahnya tingkat pendidikan ibu hamil dapat menyebabkan keterbatasan

dalam upaya menangani masalah gizi dan kesehatan keluarga.  
(Nurhidayati, 2013).

d) Budaya

Pantangan pada makanan tertentu, sehubungan dengan pangan yang biasanya dipandang pantas untuk dimakan, dijumpai banyak pola pantangan. Tahayul dan larangan yang beragam yang didasarkan kepada kebudayaan dan daerah yang berlainan di dunia, misalnya pada ibu hamil, ada sebagian masyarakat yang masih percaya ibu hamil tidak boleh makan ikan (Rizky Ariyani, 2016)

2) Faktor langsung

a) Pola konsumsi

Pola konsumsi adalah cara seseorang atau kelompok orang dalam memilih makanan dan memakannya sebagai tanggapan terhadap pengaruh fisiologi, psikologi budaya dan social (Waryana, 2010). Kejadian anemia sering dihubungkan dengan pola konsumsi yang rendah kandungan zat besinya serta makanan yang dapat memperlancar dan menghambat absorpsi zat besi (Bulkis, 2013).

b) Infeksi

Beberapa infeksi penyakit memperbesar risiko anemia. Infeksi itu umumnya adalah TBC, cacangan dan malaria, karena menyebabkan terjadinya peningkatan penghancuran sel darah



merah dan terganggunya eritrosit. Cacingan jarang sekali menyebabkan kematian secara langsung, namun sangat mempengaruhi kualitas hidup penderitanya. Infeksi cacing akan menyebabkan malnutrisi dan dapat mengakibatkan anemia defisiensi besi. Infeksi malaria dapat menyebabkan anemia. (Nurhidayati, 2013).

#### c) Pendarahan

Kebanyakan anemia dalam kehamilan disebabkan oleh defisiensi besi dan pendarahan akut bahkan keduanya saling berinteraksi. Pendarahan menyebabkan banyak unsur besi yang hilang sehingga dapat berakibat pada anemia (Bulkis, 2013).

### 3) Faktor tidak langsung

#### a) Frekuensi *Antenatal Care* (ANC)

Pelayanan yang diberikan kepada ibu hamil oleh petugas kesehatan dalam memelihara kehamilannya. Hal ini bertujuan untuk dapat mengidentifikasi dan mengetahui masalah yang timbul selama masa kehamilan sehingga kesehatan ibu dan bayi yang dikandung akan sehat sampai persalinan. Pelayanan Antenatal Care(ANC) dapat dipantau dengan kunjungan ibu hamil dalam memeriksakan kehamilannya. Standar pelayanan kunjungan ibu hamil paling sedikit 4 kali dengan distribusi 1 kali pada triwulan pertama (K1), 1 kali pada triwulan kedua dan 2 kali pada triwulan ketiga (K4). Kegiatan yang ada di

pelayanan Antenatal Care (ANC) untuk ibu hamil yaitu petugas kesehatan memberikan penyuluhan tentang informasi kehamilan seperti informasi gizi selama hamil dan ibu diberi tablet tambah darah secara gratis serta diberikan informasi tablet tambah darah tersebut yang dapat memperkecil terjadinya anemia selama hamil (Kemenkes RI, 2009).

b) Paritas

Paritas ibu merupakan frekuensi ibu pernah melahirkan anak hidup atau mati, tetapi bukan aborsi (Nurhidayati, 2013). Semakin sering seorang wanita mengalami kehamilan dan melahirkan maka semakin banyak kehilangan zat besi dan semakin menjadi anemia (Fatkhayah, 2018).

c) Umur ibu

Umur ibu yang ideal dalam kehamilan yaitu pada kelompok umur 20-35 tahun dan pada umur tersebut kurang berisiko komplikasi kehamilan serta memiliki reproduksi yang sehat. Hal ini terkait dengan kondisi biologis dan psikologis dari ibu hamil. Sebaliknya pada kelompok umur < 20 tahun berisiko anemia sebab pada kelompok umur tersebut perkembangan biologis yaitu reproduksi belum optimal.

Selain itu, kehamilan pada kelompok usia di atas 35 tahun merupakan kehamilan yang berisiko tinggi. Wanita hamil dengan umur di atas 35 tahun juga akan rentan anemia.

Hal ini menyebabkan daya tahan tubuh mulai menurun dan mudah terkena berbagai infeksi selama masa kehamilan (Fatkhayah, 2018).

d) Dukungan suami

Dukungan informasi dan emosional merupakan peran penting suami, dukungan informasi yaitu membantu individu menemukan alternative yang ada bagi penyelesaian masalah, misalnya menghadapi masalah ketika istri menemui kesulitan selama hamil, suami dapat memberikan informasi berupa saran, petunjuk, pemberian nasihat, mencari informasi lain yang bersumber dari media cetak/elektronik, dan juga tenaga kesehatan; bidan dan dokter. Dukungan emosional adalah kepedulian dan empati yang diberikan oleh orang lain atau suami yang dapat meyakinkan ibu hamil bahwa dirinya diperhatikan (Anjarwati, 2016).

d. Bahaya anemia pada ibu hamil dan janin.

Bahaya anemia pada ibu hamil dan janin apabila tidak segera dicegah dan diobati, akan mengakibatkan :

- (1) Risiko janin lambat atau janin tidak berkembang dalam kandungan.
- (2) Bayi lahir prematur.
- (3) Bayi lahir dengan risiko stunting karena pertumbuhan terhambat.
- (4) Memiliki berat badan rendah saat lahir (BBLR)

e. Macam-macam anemia

1) Anemia defisiensi besi

Anemia gizi besi (AGB) adalah anemia yang timbul karena kekurangan zat besi sehingga pembentukan sel-sel darah merah dan fungsi lain di dalam tubuh terganggu (Adriani dan Wirjatmadi, 2012). Defisiensi zat besi terjadi saat jumlah zat besi yang diabsorpsi tidak dapat mencukupi kebutuhan tubuh. Secara umum, ada tiga penyebab AGB yaitu kekurangan intake zat besi dari makanan (ikan, daging, hati, dan sayuran hijau tua), meningkatnya kebutuhan tubuh akan zat besi yaitu pada masa pertumbuhan dan kehamilan, asupan pada penderita penyakit menahun, serta meningkatnya pengeluaran zat besi dari tubuh karena perdarahan, cacingan, dan menstruasi (Proverawati, 2010).

2) Anemia defisiensi asam folat (*Megaloblastik*)

Asam folat merupakan satu-satunya vitamin yang kebutuhannya berlipat dua ketika kehamilan. Kekurangan asam folat mengakibatkan peningkatan kepekaan, lelah berat, dan gangguan tidur.

Kekurangan asam folat yang besar mengakibatkan anemia megaloblastik atau megalositik karena asam folat berperan dalam metabolisme normal makanan menjadi energi, pematangan sel darah merah, sintesis DNA, pertumbuhan sel, dan pembentukan heme. Gejala anemia megaloblastik adalah diare,

depresi, lelah berat dan ngantuk berat, pucat, dan perlambatan frekuensi nadi (Arisman, 2010).

3) Anemia defisiensi B12 (*Perniciosa*)

Anemia dengan disertai dengan rasa letih yang parah merupakan akibat dari defisiensi B12. Vitamin ini sangat penting dalam pembentukan RBC (sel darah merah). Anemia perniciososa biasanya tidak disebabkan oleh kekurangan vitamin B12 dalam makanan, melainkan ketidaktersediaan faktor intrinsik yaitu sekresi gaster yang diperlukan untuk penyerapan vitamin B12. Gejala anemia ini yaitu rasa letih dan lemah yang hebat, diare, depresi, mengantuk mudah tersinggung dan pucat (Arisman, 2010).

f. Cara pencegahan anemia

Anemia dapat dicegah dengan mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang dengan asupan zat besi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Zat besi dapat diperoleh dengan cara mengonsumsi daging (terutama daging merah) seperti daging sapi. Zat besi juga dapat ditemukan pada sayuran berwarna hijau gelap seperti bayam dan kangkung, buncis, kacang polong, serta kacang-kacangan. Selain itu, diimbangi dengan pola makan sehat dengan mengonsumsi vitamin serta suplemen penambah zat besi untuk hasil yang maksimal (Irianton, 2014).

Meskipun dibutuhkan gizi yang baik, suplemen besi mengganggu saluran pencernaan pada sebagian ibu hamil. Efek samping misalnya mual-mual, rasa panas pada perut, diare atau sembelit. Untuk memulihkan efek samping tersebut, dianjurkan untuk mengurangi setiap dosis besi atau mengonsumsi makanan bersama tablet besi (Parulian *et al.*, 2016).

Pencegahan anemia defisiensi zat besi dapat dilakukan dengan 4 pendekatan (Arisman, 2010), yaitu :

- (1) Pemberian tablet atau suntikan zat besi.
- (2) Pendidikan dan upaya yang ada kaitannya dengan peningkatan asupan zat besi melalui makanan.
- (3) Pengawasan penyakit infeksi.
- (4) Fortifikasi makanan pokok dengan zat besi.

### 3. Media Booklet

#### a. Pengertian

Booklet adalah beberapa lembaran berupa kertas yang dapat digabungkan, dilipat, dan dibentuk / dijilid untuk dijadikan sebuah buku. Buku ini sering digunakan untuk mempromosikan merek, produk, dan layanan bisnis (Ansen, 2020).

Sedangkan dari beberapa referensi lain pengertian booklet adalah booklet bisa diumpamakan sebagai sebuah utusan yang membawa pesan penting dari sebuah perusahaan dimana penampilan dan desain

booklet secara keseluruhan akan mewakili gambaran dari perusahaan tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian dari Nirmalasari nirmala putri , mengenai uji kelayakan booklet dalam media pembelajaran mendapat respon baik dari beberapa ahli , salah satu kelayakan booklet sebagai media pembelajaran mendapatkan penilaian validasi oleh ahli validator. Validator memberikan saran dan masukan agar booklet sebagai media pembelajaran dinyatakan layak dan digunakan dalam proses belajar mengajar. Validasi dilakukan setelah peneliti melakukan telaah media kepada para ahli (Pendidikan *et al.*, 2020).

Selain itu manfaat lainnya dari booklet sebagai media pembelajaran dapat disajikan berikut ini

1) Harga terjangkau

Harga yang terjangkau membuat sebuah perusahaan melakukan cetak booklet sebanyak mungkin dan siap untuk prospek konsumen.

2) Informasi lengkap

Booklet adalah sebuah buku berukuran kecil dan juga bisa sedang. Penulisan informasi produk serta perusahaan bisa dijelaskan secara lengkap sesuai dengan keinginan. Bahkan juga bisa menuliskan kelebihan yang terdapat pada suatu produk. Menggunakan booklet membuat konsumen memahami semuanya tanpa harus ada penjelasan lanjutan.

3) Desain menarik

Desain booklet promosi offline sangat menarik, terbaru dan berwarna. Desain adalah jurus yang paling terbaik untuk menarik perhatian konsumen. Mereka akan mulai tertarik membacanya hingga akhirnya membeli produk anda. Sebelumnya Anda dapat memahami lebih lengkap mengenai desain grafis yang baik dan benar dalam membuat desain booklet yang sesuai dengan perusahaan.

4) Penjelasan mudah dipahami oleh masyarakat

Kata yang digunakan pada booklet tidak berbeli-belit dan sangat sederhana, sehingga masyarakat dengan cepat akan memahami isi dari booklet.

5) Tidak bosan saat membacanya

Karena desainnya yang menarik, sehingga membuat konsumen tidak bosan membaca ragam informasi pada booklet tersebut.

Selain booklet sebagai media penyuluhan, terdapat beberapa metode penyuluhan, berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi 1 (1997), metode adalah cara kerja yang bersistem untuk memudahkan pelaksanaan suatu kegiatan guna mencapai tujuan yang ditentukan. Berikut akan diuraikan beberapa metode dalam penyuluhan adalah metode ceramah, ceramah adalah



transfer informasi dari penyuluh kepada sasaran (peserta) penyuluhan.

Tujuan ceramah yaitu menyajikan fakta, menyampaikan pendapat tentang suatu masalah, membuka suatu permasalahan untuk di diskusikan.

#### 4. Pengetahuan

##### a. Definisi Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo pengetahuan merupakan hasil tahu dan terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap obyek tertentu pada hal-hal tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, dan raba. Pengetahuan adalah keseluruhan ide, gagasan, yang dimiliki manusia tentang seisi dunia termasuk manusia dan kehidupannya. Pengetahuan sendiri biasanya didapatkan dari informasi baik yang didapatkan dari pendidikan formal maupun informasi lain seperti TV, internet, koran, majalah, radio, penyuluhan, dll. Tingkat pendidikan mempengaruhi seseorang dalam menerima informasi.

Orang dengan tingkat pendidikan yang lebih baik akan lebih mudah dalam menerima informasi dibandingkan orang dengan tingkat pendidikan yang kurang. Informasi tersebut dijadikan sebagai bekal ibu untuk mengasuh balitanya dalam kehidupan sehari-hari. Persepsi itu sendiri dapat diartikan

sebagai cara pandang seseorang terhadap sesuatu hal setelah mendapatkan pengetahuan, baik secara langsung maupun tidak langsung (Notoatmodjo , 2012).

b. Tingkat Pengetahuan

Menurut Kholid dan (Notoadmodjo, 2012) terdapat 6 tingkatan pengetahuan, dijelaskan beikut ini.

1) Tahu (know)

Tahu adalah mengingat kembali memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu.

2) Memahami (Comprehension)

Memahami adalah suatu kemampuan untuk menjelaskan tentang suatu objek yang diketahui dan diintrepretasikan secara benar.

3) Aplikasi (Aplication)

Aplikasi adalah suatu kemampuan untuk mempraktekkan materi yang sudah dipelajari pada kondisi sebenarnya.

4) Analisis (Analysis)

Analisis adalah kemampuan menjabarkan atau menjelaskan suatu objek atau materi tetapi masih di dalam struktur organisasi tersebut ,dan masih dalam keterkaitannya.

5) Sintesis (Synthesis)

Sintesis adalah suatu kemampuan menghubungkan bagiabagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru.

6) Evaluasi (Evaluation)

Evaluasi adalah pengetahuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian tingkat pengetahuan menggunakan skala Guttman dengan dua alternatif jawaban (Sugiyono, 2015), yaitu :

- (1) Benar diberikan nilai 1
- (2) Salah diberikan nilai 0

Kriteria skor penilaian tingkat pengetahuan dibedakan menjadi tiga kategori (Nursalam, 2011), yang dijabarkan sebagai berikut :

- (1) Baik , hasil presentase 80-100% dari jawaban yang benar
- (2) Cukup, hasil presentase 60-80% dari jawaban yang benar
- (3) Kurang, hasil presentase < 60 dari jawaban benar

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Tingkat pengetahuan gizi ibu berhubungan positif dengan tingkat pendidikan yang berarti semakin tinggi pendidikan ibu anak balita maka semakin baik tingkat pengetahuan gizi ibu, ibu yang berpendidikan lebih tinggi relatif mudah mengerti dan memahami informasi yang diberikan dibandingkan dengan ibu yang berpendidikan rendah (Kusumaningrum, N.R. & Wiyono, 2018).

Sedangkan ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, diantaranya meliputi umur seseorang, tingkat pendidikan, pekerjaan, minat, pengalaman, serta sumber informasi

1) Umur

Dengan bertambahnya usia seseorang, maka akan terjadi perubahan pada aspek mental dan psikologis sehingga taraf pemikiran seseorang semakin dewasa dan matang.

2) Pendidikan

Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka semakin mudah menerima informasi, sebaliknya jika tingkat pendidikan rendah, maka akan menghambat pengenalan nilai-nilai yang baru diperkenalkan. Jika tingkat pengetahuan ibu baik diharapkan status gizi balitanya juga baik (Suliha, 2002).

3) Pekerjaan

Faktor kesibukan ibu, khususnya ibu yang bekerja, sering kali mengakibatkan ibu tidak sempat menyediakan makanan sehingga perhatian yang diterima anaknya berkurang dan akibatnya makanan yang dimakan oleh anaknya kurang mendapatkan perhatian (Ali Khomsan, 2006).

4) Sumber Informasi

Pemberian konseling gizi secara individu dapat meningkatkan pengetahuan gizi ibu balita dan konsumsi makanan anak balita. Penyuluhan gizi sangat penting peranannya dalam

usaha memperbaiki gizi masyarakat, khususnya perbaikan gizi anak-anak balita (Adiyanti, M.G.& Julia, 2006). Dengan penyuluhan gizi diharapkan ibu memperbaiki dan mengubah tingkah laku terhadap masalah gizi pada anak balita (Budiyanto, 2002).

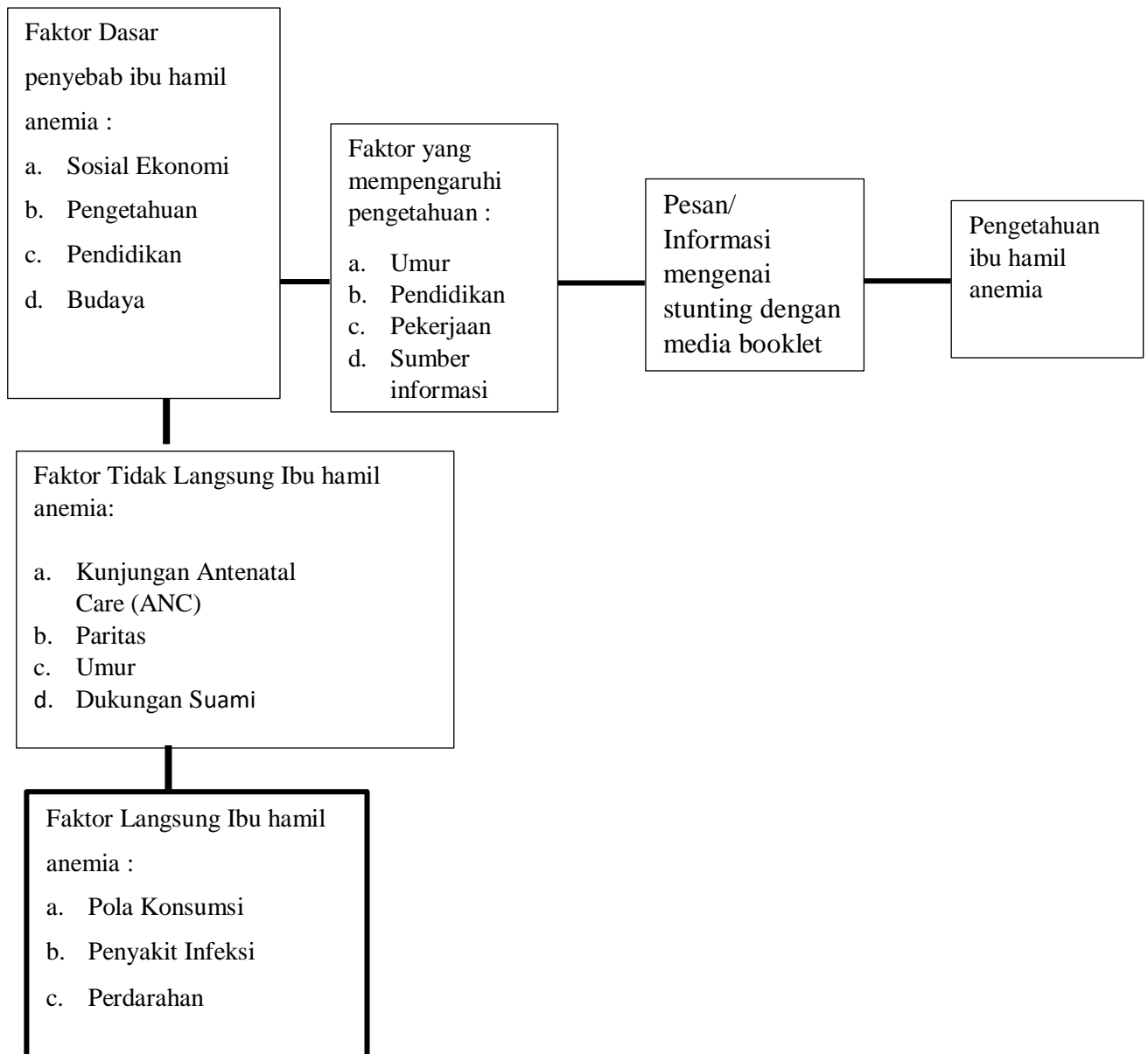
Peran orang tua sangat penting dalam pemenuhan gizi karena pada saat seperti ini anak sangat membutuhkan perhatian dan dukungan orang tua dalam menghadapi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Untuk mendapatkan gizi-gizi yang baik diperlukan pengetahuan gizi yang baik dari orang tua agar dapat menyediakan menu pilihan yang seimbang untuk anaknya (Nithila Devi, 2012).

## **B. Kerangka Teori**

Kehamilan dapat memicu sekaligus memacu terjadinya perubahan tubuh, baik secara anatomis, fisiologis, maupun biokimiawi. Kehamilan juga mengakibatkan terjadinya peningkatan kebutuhan akan zat besi. Peningkatan ini dimaksudkan untuk memasok kebutuhan janin untuk bertumbuh pertumbuhan janin memerlukan banyak zat besi, pertumbuhan plasenta, dan peningkatan volume darah ibu.

Pengetahuan gizi dan kesehatan penting untuk disampaikan kepada ibu hamil karena berpengaruh terhadap pola konsumsi pangan. Semakin banyak pengetahuan tentang gizi dan kesehatan, maka semakin kecil anak mengalami risiko stunting.

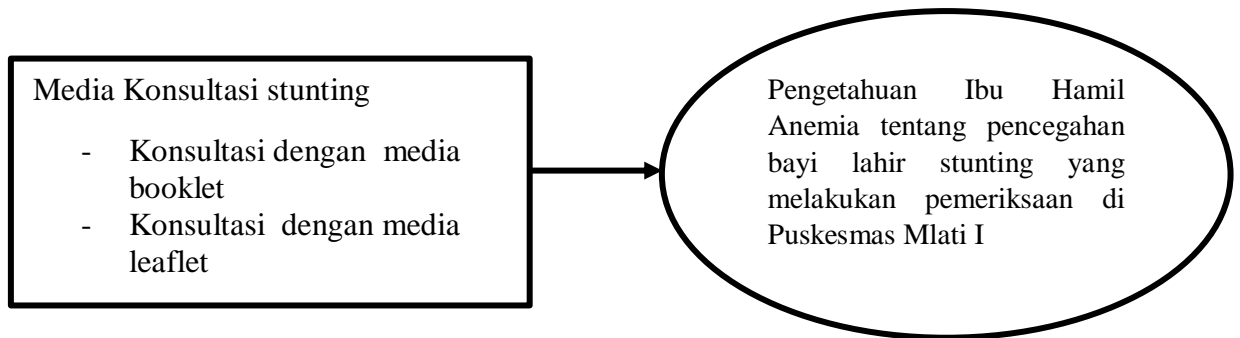
Berdasarkan teori yang telah diuraikan, kerangka teori yang digunakan penelitian ini adalah :



Gambar 2. Kerangka Teori Penelitian

(Sumber : Ariyani 2016; Nurhidayati 2013; Natoatmodjo, 2010)

### C. Kerangka Konsep



Gambar 3. Kerangka konsep dalam penelitian

Keterangan :

- = Variabel bebas  
○ = Variabel Terikat

### D. Hipotesis Penelitian

1. Ada pengaruh penyampaian pesan tentang stunting menggunakan media konsultasi booklet terhadap peningkatan pengetahuan, dibandingkan dengan sebelum penyampaian pada ibu hamil anemia.
2. Ada pengaruh penyampaian pesan tentang stunting menggunakan metode konsultasi leaflet terhadap peningkatan pengetahuan dibandingkan dengan sebelum penyampaian pada ibu hamil anemia
3. Pengaruh pemberian edukasi menggunakan booklet lebih baik dibandingkan dengan metode leaflet terhadap peningkatan pengetahuan tentang stunting pada ibu hamil anemia.