

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan Teori**

##### **1. Balita**

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

Balita atau anak bawah lima tahun merupakan kelompok anak yang berusia 0 hingga 59 bulan. Masa balita sering disebut sebagai masa emas (*golden age*) karena pada periode ini pertumbuhan fisik dan perkembangan mental anak berlangsung sangat cepat dan menentukan kualitas hidupnya di masa mendatang. Balita adalah anak yang berusia di bawah lima tahun yang memerlukan perhatian khusus karena sistem tubuhnya masih dalam proses pertumbuhan dan pematangan.

Pertumbuhan otak mencapai lebih dari 80% pada usia ini, sehingga stimulasi dan nutrisi yang diberikan akan sangat berpengaruh terhadap kemampuan kognitif, emosional, dan sosial anak di masa depan. Masa balita merupakan masa kritis, karena apabila terjadi gangguan gizi, penyakit infeksi berulang, atau kurang stimulasi, maka dampaknya dapat bersifat jangka panjang dan sulit diperbaiki.<sup>2</sup>

b. Klasifikasi usia Balita

Berdasarkan usia kronologis nya, balita dapat diklasifikasikan menjadi beberapa kelompok sebagai berikut:

- 1) Bayi (0–12 bulan) masa pertumbuhan fisik paling pesat. Bayi belajar menggenggam, berguling, duduk, dan mulai berjalan.
- 2) Batita (Bawah Tiga Tahun) – usia 1–3 tahun anak mulai aktif berjalan, berbicara, dan mengeksplorasi lingkungan. Tahap ini juga dikenal sebagai masa “*toddler*”.
- 3) Balita Pra Sekolah (3–5 tahun) masa anak mulai belajar berinteraksi sosial, mengenal huruf dan angka, serta menunjukkan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari.<sup>24</sup>

c. Pertumbuhan dan Perkembangan Balita

Pertumbuhan adalah perubahan kuantitatif berupa peningkatan ukuran fisik tubuh seperti berat badan, tinggi badan, dan lingkar kepala. Pertumbuhan balita dapat dipantau dengan indikator antropometri seperti berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U), dan berat badan menurut tinggi badan (BB/TB). Pertumbuhan yang baik menunjukkan anak memperoleh asupan gizi yang cukup dan tidak mengalami infeksi kronis. Sebaliknya, gangguan pertumbuhan seperti *Stunting* (pendek) atau *wasting* (kurus) menandakan adanya masalah gizi atau kesehatan.<sup>25</sup>

Perkembangan adalah bertambahnya kemampuan struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat diprediksi, sebagai hasil dari proses pematangan (maturasi) dan belajar. Faktor yang mempengaruhi perkembangan yaitu ada Faktor Internal (Genetik dan hereditas, jenis kelamin, kondisi kesehatan dan nutrisi, kematangan sistem saraf) dan Faktor Eksternal (lingkungan) yaitu keluarga dan pola asuh, stimulasi psikososial dan lingkungan belajar, status sosial ekonomi, kesehatan ibu selama kehamilan dan setelahnya. Terdapat empat aspek utama perkembangan:

- 1) Motorik kasar: kemampuan menggunakan otot besar, seperti berjalan, berlari, melompat.
- 2) Motorik halus: kemampuan menggerakkan otot kecil, seperti menggambar atau memegang benda kecil.
- 3) Bahasa: kemampuan berbicara, mendengarkan, dan memahami perintah.
- 4) Sosial-emosional: kemampuan anak berinteraksi dengan orang lain, mengenal emosi, dan beradaptasi dengan lingkungan sosial.<sup>25</sup>

d. Masalah Kesehatan Pada Balita

Beberapa masalah kesehatan yang umum dialami balita antara lain:

- 1) *Stunting* (pendek): akibat kekurangan gizi kronis sejak dalam kandungan hingga usia dua tahun.
- 2) Gizi kurang dan gizi buruk: disebabkan asupan makanan yang tidak cukup dan infeksi berulang.
- 3) Diare: sering terjadi akibat kebersihan makanan dan lingkungan yang buruk.
- 4) Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA): sering menyerang karena daya tahan tubuh yang masih rendah.
- 5) Kurang imunisasi: meningkatkan risiko terkena penyakit menular berbahaya seperti campak dan polio.<sup>26</sup>

e. Peran Keluarga Terhadap Tumbuh Kembang

Keluarga memiliki fungsi utama dalam memenuhi kebutuhan dasar anak, yaitu:

- 1) Asuhan gizi dan kesehatan: menyediakan makanan bergizi, menjaga kebersihan lingkungan, serta membawa anak ke posyandu.
- 2) Perawatan dan kasih sayang: memberikan rasa aman, perhatian, dan cinta kasih.
- 3) Stimulasi dan pendidikan dini: melatih anak untuk berpikir, berinteraksi, dan bersosialisasi.

4) Kontrol sosial dan nilai moral: mengajarkan norma, kedisiplinan, dan perilaku positif.<sup>25</sup>

Semua fungsi tersebut berperan dalam membentuk lingkungan psikososial keluarga yang sehat, yang kemudian berpengaruh terhadap kondisi fisik dan mental anak.

## 2. *Stunting*

### a. Pengertian *Stunting*

*Stunting* pada balita adalah salah satu hambatan paling signifikan bagi perkembangan manusia, yang secara global memengaruhi sekitar 162 juta anak di bawah usia 5 tahun. *Stunting*, atau kondisi terlalu pendek untuk usianya, didefinisikan sebagai tinggi badan yang berada lebih dari dua standar deviasi di bawah median standar pertumbuhan anak dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Kondisi ini merupakan dampak yang sebagian besar tidak dapat diubah akibat nutrisi yang tidak memadai dan serangan infeksi yang berulang selama 1000 hari pertama kehidupan seorang anak. *Stunting* memiliki efek jangka panjang pada individu dan masyarakat, termasuk berkurangnya perkembangan kognitif dan fisik, menurunnya kapasitas produktif dan kesehatan yang buruk, serta meningkatnya risiko penyakit degeneratif seperti diabetes.<sup>27</sup>

*Stunting* yang dikenal sebagai pertumbuhan terhambat, adalah kondisi medis yang menandakan kurangnya pertumbuhan fisik dan perkembangan anak secara normal. Kondisi ini menjadi

fokus perhatian global karena dampak jangka panjangnya pada kesehatan dan kemampuan anak-anak untuk mencapai potensi penuh mereka.<sup>28</sup>

Untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas perlu didukung dengan pertumbuhan anak secara optimal. Untuk mencapai pertumbuhan yang optimal pada setiap anak, diperlukan pemantauan dan penilaian status gizi dan tren pertumbuhan anak sesuai standar. Standar ukuran pertumbuhan anak sebagaimana diatur dalam Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 1995/MENKES/SK/XII/2010 tentang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak perlu disesuaikan dengan perkembangan dan kebutuhan program perbaikan gizi masyarakat.<sup>29</sup>

Status gizi pada balita dapat dilihat melalui klasifikasi status gizi berdasarkan indeks PB/U atau TB/U dapat dilihat pada tabel dibawah:

Tabel 2. Kategori Status Gizi Balita

Indeks	Status Gizi	Z-score
BB/U	Gizi buruk	< -3SD
	Gizi kurang	-3 SD sampai dengan < -2 SD
	Gizi normal	-2 SD sampai dengan 2 SD
	Gizi lebih	>2 SD
TB/U atau PB/U	Sangat pendek	< -3 SD
	Pendek ( <i>Stunting</i> )	-3 SD sampai dengan < -2 SD
	Normal	≥-2 SD
BB/TB atau BB/PB	Sangat kurus	< -3 SD
	Kurus	-3 SD sampai dengan < -2 SD
BB/PB	Normal	-2 SD sampai dengan 2 SD
	Gemuk	>2 SD

Sumber: Permenkes 2020

## b. Patofisiologi *Stunting*

*Stunting* adalah kondisi pertumbuhan linear (tinggi menurut umur) yang kurang dari standar (biasanya  $< -2$  SD berdasarkan WHO) akibat paparan kronis terhadap malnutrisi, infeksi, dan lingkungan tidak sehat selama periode perkembangan awal (terutama 1000 hari pertama: kehamilan hingga usia 2 tahun).<sup>30</sup>

Patofisiologi *Stunting* melibatkan interaksi kompleks antara kekurangan nutrisi, infeksi/ peradangan, kegagalan penyerapan, serta gangguan hormonal dan epigenetik. Berikut detail mekanismenya berdasarkan penelitian terkini:

- 1) Malnutrisi kronis (defisiensi makro & mikro-nutrien)
- 2) *Environmental Enteric Dysfunction* (EED) / Enteropati lingkungan
- 3) *Dysbiosis* / perubahan mikrobiota usus
- 4) Peradangan sistemik
- 5) Kerusakan mukosa usus dan permeabilitas usus meningkat
- 6) Gangguan hormon dan metabolisme
- 7) Faktor *prenatal / maternal*

Dampak terhadap pertumbuhan linear yaitu kurangnya protein dan mikronutrien menyebabkan gangguan pembentukan tulang, hormon pertumbuhan, dan sistem imun. Akibatnya, nutrisi tidak terserap optimal, energi dialihkan ke respons imun, dan

pertumbuhan anak terganggu karena penurunan aktivitas hormon pertumbuhan dan sintesis protein.<sup>31</sup>

c. Dampak *Stunting*

Dampak *Stunting* tidak hanya dilihat dari tampilan fisik anak yang lebih kecil dan pendek dari rata-rata anak seusianya, tetapi juga pada perkembangan otak dan kemampuan belajar anak. Bahkan, dampak *Stunting* dalam jangka panjang dapat meningkatkan risiko anak mengalami berbagai penyakit kronis. Dampak *Stunting* ini mencakup efek jangka pendek dan jangka panjang.

- 1) Anak yang mengalami *Stunting* menunjukkan prestasi kognitif dan akademik yang lebih rendah dibanding anak yang tidak *Stunting*. Gangguan seperti kemampuan belajar, daya konsentrasi, kecepatan memecahkan masalah lebih berat.<sup>32</sup>
- 2) *Stunting* menyebabkan pertumbuhan fisik yang terhambat: tinggi badan relatif rendah, pertumbuhan linear tersendat, seringkali massa otot dan kekuatan fisik lebih rendah. Juga keterlambatan pada milestone motorik kasar dan halus.<sup>32</sup>
- 3) Anak *Stunting* lebih rentan terhadap infeksi (misalnya ISPA, diare), dan memiliki imunitas yang lebih lemah. Hal ini karena malnutrisi kronis dan gangguan fungsi usus serta penyerapan nutrisi.<sup>30</sup>

- 4) *Stunting* meningkatkan risiko kematian, terutama bila disertai infeksi berat. Anak *Stunting* juga mengalami lebih banyak komplikasi penyakit.
- 5) *Stunting* dapat berkontribusi ke gangguan metabolisme, seperti peningkatan risiko obesitas (jika *catch-up growth* tidak terkendali), gangguan glukosa, serta penyakit kronis di usia dewasa (contoh: diabetes, penyakit jantung).<sup>33</sup>
- 6) Anak yang *Stunting* dapat mengalami hambatan sosial, rendahnya kepercayaan diri, stigma, dan kemungkinan mengalami keterbatasan dalam kehidupan sosial/psikologi akibat perbedaan fisik atau keterbatasan kemampuan.<sup>34</sup>

d. Faktor-Faktor Penyebab *Stunting*

*Stunting* disebabkan oleh berbagai faktor yang saling berhubungan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Menurut UNICEF *Framework* (2021), faktor-faktor tersebut meliputi:

1) Faktor langsung:

a) Asupan Gizi Tidak Adekuat

Asupan gizi tidak adekuat adalah kondisi ketika anak tidak mendapatkan jumlah dan kualitas zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan pertumbuhannya, baik dari makanan utama maupun tambahan. Ketidakseimbangan ini bisa terjadi karena kekurangan energi, protein, maupun

mikronutrien penting seperti zat besi, seng (Zn), dan vitamin A. Asupan gizi yang tidak memenuhi kebutuhan metabolik anak dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan, menurunkan daya tahan tubuh, dan memperlambat perkembangan otak.<sup>35</sup>

Untuk tumbuh dan berkembang manusia memerlukan enam zat gizi utama, yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan air. Zat gizi tersebut dapat kita peroleh dari makanan yang kita konsumsi sehari-hari. Agar anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik, makan makanan yang dimakannya tidak boleh hanya sekedar mengenyangkan perut saja. Makanan yang dimakan anak harus: Beragam jenisnya, Jumlah atau porsi cukup (tidak kurang atau berlebihan), Higienis dan aman (bersih dari kotoran dan bibit penyakit serta tidak mengandung bahan-bahan yang berbahaya bagi kesehatan) Makan dilakukan secara teratur, Makan dilakukan dengan cara yang baik Keenam zat gizi utama digunakan oleh tubuh anak untuk Menghasilkan tenaga yang digunakan oleh anak untuk melakukan berbagai kegiatan, seperti belajar, berolahraga, bermain dan aktivitas lain (disebut zat tenaga).

Membangun jaringan tubuh dan mengganti jaringan tubuh yang aus/rusak. Disebut zat pembangun zat makanan yang merupakan zat pembangun adalah protein. Makanan yang banyak membangun protein yaitu tahu, tempe oncom, kacang kacangan, telur, daging, ikan, udang dan kerang.<sup>36</sup>

Mengatur kegiatan-kegiatan yang terjadi di dalam tubuh. Zat makanan yang merupakan zat pengatur adalah vitamin, mineral dan air. Makanan yang merupakan zat pengatur adalah vitamin, mineral dan air. Makanan yang banyak mengandung vitamin, mineral dan air adalah sayur-sayuran dan buah-buahan.<sup>36</sup>

#### b) Penyakit Infeksi Berulang

Penyakit infeksi berulang merupakan salah satu faktor langsung yang berkontribusi terhadap kejadian *Stunting* pada balita. Kondisi ini terjadi ketika anak sering mengalami penyakit seperti diare, infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), infeksi cacing, atau infeksi kulit secara berulang dalam waktu tertentu. Anak dengan daya tahan tubuh yang rendah akibat kekurangan gizi akan lebih rentan mengalami infeksi, sementara infeksi yang terus terjadi akan semakin memperburuk status gizinya. Anak yang mengalami infeksi berulang cenderung mengalami penurunan nafsu makan, gangguan penyerapan zat gizi,

serta peningkatan kebutuhan energi akibat proses peradangan tubuh, sehingga menghambat pertumbuhan linear.<sup>25</sup>

## 2) Faktor tidak langsung

### a) Pola Asuh

Interaksi antara orang tua dan anak dalam merawat dan memberikan makanan pada anak merupakan pola asuh orang tua. Kewajiban orang tua yaitu menjamin hak yang dibutuhkan oleh anak seperti hak untuk mendapatkan makanan yang berkualitas dengan diberikannya pola asuh yang baik sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik.<sup>37</sup> Dalam pertumbuhan dan perkembangan dapat dinilai dari pola asuh orang tua kepada anak, ketersediaan dan pola konsumsi dalam rumah tangga serta perilaku hidup sehat.<sup>38</sup>

### b) Ketahanan Pangan Keluarga

Ketahanan pangan berarti ketersediaan dan akses keluarga terhadap makanan bergizi yang cukup, aman, dan terjangkau. Keluarga dengan ketahanan pangan rendah cenderung memberikan makanan seadanya tanpa memperhatikan kandungan gizi. Hal ini meningkatkan risiko kekurangan energi dan protein yang berujung pada *Stunting*.<sup>39</sup>

c) Akses Pelayanan Kesehatan

Akses pelayanan kesehatan adalah kemampuan individu atau keluarga untuk memperoleh pelayanan kesehatan yang bermutu sesuai kebutuhan mereka, mencakup ketersediaan, keterjangkauan, penerimaan, dan mutu pelayanan. Keterbatasan akses terhadap pelayanan kesehatan seperti posyandu, imunisasi, layanan gizi, dan pemeriksaan ibu hamil dapat menghambat deteksi dini serta penanganan gangguan gizi. Akses layanan yang baik memungkinkan keluarga memperoleh informasi gizi, pelayanan pencegahan penyakit, serta intervensi dini terhadap balita berisiko *Stunting*.<sup>40</sup>

d) Lingkungan Rumah Tangga dan Sanitasi

Masalah gizi timbul tidak hanya karena dipengaruhi oleh ketidakseimbangan asupan makanan, tetapi juga dipengaruhi oleh penyakit infeksi. Masalah Kesehatan lingkungan merupakan determinan penting dalam bidang kesehatan. Kesehatan lingkungan yang baik seperti penyedia air bersih dan perilaku hidup bersih dan sehat akan mengurangi resiko kejadian penyakit infeksi. Sebaliknya lingkungan yang buruk seperti minum tidak bersih, tidak ada penampungan air limbah, tidak menggunakan kloset dengan baik dapat menyebabkan

penyebaran penyakit. Infeksi dapat menyebabkan kurangnya nafsu makan menjadi rendah dan akhirnya menyebabkan kurang gizi.<sup>41</sup>

### 3) Akar Penyebab Masalah

#### a) Usia Ibu

Usia ibu merupakan karakteristik maternal penting yang berhubungan dengan kesehatan kehamilan, kualitas perawatan anak, serta risiko terjadinya *Stunting*. Dalam literatur terbaru, usia ibu didefinisikan sebagai usia ibu pada saat melahirkan dan umumnya dikategorikan menjadi usia remaja (<20 tahun), usia reproduksi ideal (20–34 tahun), serta *Advanced Maternal Age* atau AMA ( $\geq 35$  tahun). Penelitian-penelitian mutakhir menunjukkan bahwa usia ibu yang terlalu muda atau terlalu tua terkait dengan peningkatan risiko gangguan pertumbuhan anak. Hal ini sejalan dengan kajian yang menemukan bahwa usia ibu  $\leq 20$  tahun secara signifikan meningkatkan risiko *Stunting*.<sup>42</sup>

#### b) Pendapatan Keluarga

Kondisi sosial dan ekonomi keluarga merupakan faktor dasar yang berperan penting terhadap kejadian *Stunting* pada balita. Faktor ini mencerminkan kemampuan keluarga dalam memenuhi kebutuhan dasar anak, seperti

pangan bergizi, akses pelayanan kesehatan, pendidikan, dan lingkungan tempat tinggal yang layak. Keluarga dengan status pendapatan rendah cenderung memiliki keterbatasan dalam menyediakan makanan bergizi seimbang serta akses terhadap fasilitas kesehatan yang memadai. pendapatan keluarga menjadi salah satu determinan utama gizi anak, di mana keluarga dengan pendapatan rendah memiliki risiko lebih tinggi terhadap kekurangan gizi kronis dan *Stunting*.<sup>43</sup>

c) Pekerjaan Ibu

Peran ibu dalam keluarga sangatlah penting yaitu sebagai pengasuh dan pengatur konsumsi makanan anak dan anggota keluarga, juga berperan dalam usaha perbaikan gizi terutama untuk meningkatkan status gizi bayi dan anak. Ibu yang bekerja setelah melahirkan akan meninggalkan bayinya dari pagi hingga sore dan membuat bayi tersebut kurang mendapatkan ASI.

Pekerjaan ibu dikaitkan dengan pola asuh anak. Ibu yang bekerja di luar rumah dapat mengurangi praktik ASI eksklusif dan waktu pengasuhan, sehingga anak balita yang sangat bergantung pada pengasuh berpotensi kurang terawat khususnya jika dukungan pengasuhan keluarga atau fasilitas pengasuhan formal tidak memadai.

Penelitian di slum Dhaka menemukan peningkatan odds *Stunting* bagi anak dari ibu yang bekerja tanpa dukungan keluarga besar.<sup>44</sup>

d) Pendidikan Orang Tua

Pendidikan orang tua, khususnya pendidikan ibu, merupakan salah satu faktor dasar yang sangat berpengaruh terhadap kejadian *Stunting* pada balita. Tingkat pendidikan menentukan pengetahuan, sikap, dan perilaku orang tua dalam hal pemenuhan gizi, pola asuh, serta penggunaan layanan kesehatan. Pendidikan berfungsi meningkatkan pengetahuan seseorang yang akan berpengaruh terhadap perilaku kesehatan. Ibu dengan pendidikan tinggi lebih mampu menerima informasi mengenai pola asuh dan gizi, serta lebih cepat dalam mengambil keputusan untuk membawa anaknya ke fasilitas kesehatan jika mengalami masalah pertumbuhan. Sebaliknya, ibu dengan pendidikan rendah seringkali memiliki keterbatasan dalam memahami pentingnya pemberian ASI eksklusif, makanan pendamping ASI bergizi seimbang, dan praktik kebersihan yang baik.<sup>45</sup>

Rendahnya pendidikan orang tua tidak hanya berdampak pada keterbatasan pengetahuan, tetapi juga mempengaruhi perilaku dan sikap dalam pemenuhan

kebutuhan dasar anak. Oleh karena itu, peningkatan pendidikan masyarakat, terutama pendidikan perempuan, menjadi salah satu strategi utama dalam upaya penurunan prevalensi *Stunting* di Indonesia.<sup>46</sup>

e) Budaya dan Kebiasaan

Budaya dan kebiasaan dalam masyarakat memiliki pengaruh yang besar terhadap status gizi anak dan kejadian *Stunting*. Nilai-nilai budaya menentukan pola makan, praktik pemberian makanan pada balita, serta cara keluarga merawat kesehatan anak. Budaya dapat menjadi faktor pendukung atau justru penghambat tumbuh kembang anak, tergantung pada praktik yang diterapkan.

Kebudayaan merupakan keseluruhan sistem nilai, norma, dan kebiasaan yang menjadi pedoman perilaku individu dalam masyarakat. Dalam kaitannya dengan kesehatan, kebudayaan seringkali memengaruhi pola konsumsi makanan dan perilaku hidup. Praktik ini dapat menyebabkan kekurangan asupan protein dan zat gizi penting, yang pada akhirnya meningkatkan risiko *Stunting*.<sup>45</sup>

f) Faktor Psikososial Ibu

Faktor psikososial ibu mencakup seluruh aspek psikologis dan sosial yang memengaruhi interaksi, komunikasi, dan dukungan antaranggota keluarga. Faktor ini meliputi kesehatan mental orang tua, stres keluarga, dukungan keluarga, pola komunikasi, serta kualitas hubungan antara orang tua dan anak. Faktor psikososial berperan penting dalam menentukan keberhasilan pengasuhan, pemenuhan kebutuhan gizi, serta kesejahteraan emosional anak.<sup>47</sup> Literasi gizi dan pengetahuan gizi keluarga merupakan bagian penting dari faktor psikososial ibu yang memengaruhi kejadian *Stunting* pada balita menunjukkan bahwa literasi gizi dan pengetahuan gizi berhubungan signifikan dengan kejadian *Stunting* melalui perilaku pemberian makan dan pemilihan makanan sehat.<sup>16</sup>

Aspek psikososial dalam keluarga mencakup dimensi emosional (kasih sayang, perhatian, dan kelekatan), dimensi sosial (dukungan sosial, relasi antaranggota keluarga), dan dimensi perilaku (pola pengasuhan dan komunikasi). Anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga dengan dukungan emosional yang baik akan lebih mudah berkembang secara optimal, baik

secara fisik maupun mental. Sebaliknya, lingkungan keluarga yang penuh konflik, stres, atau kurang dukungan keluarga dapat menghambat perkembangan anak dan meningkatkan risiko gangguan pertumbuhan seperti *Stunting*.<sup>48</sup>

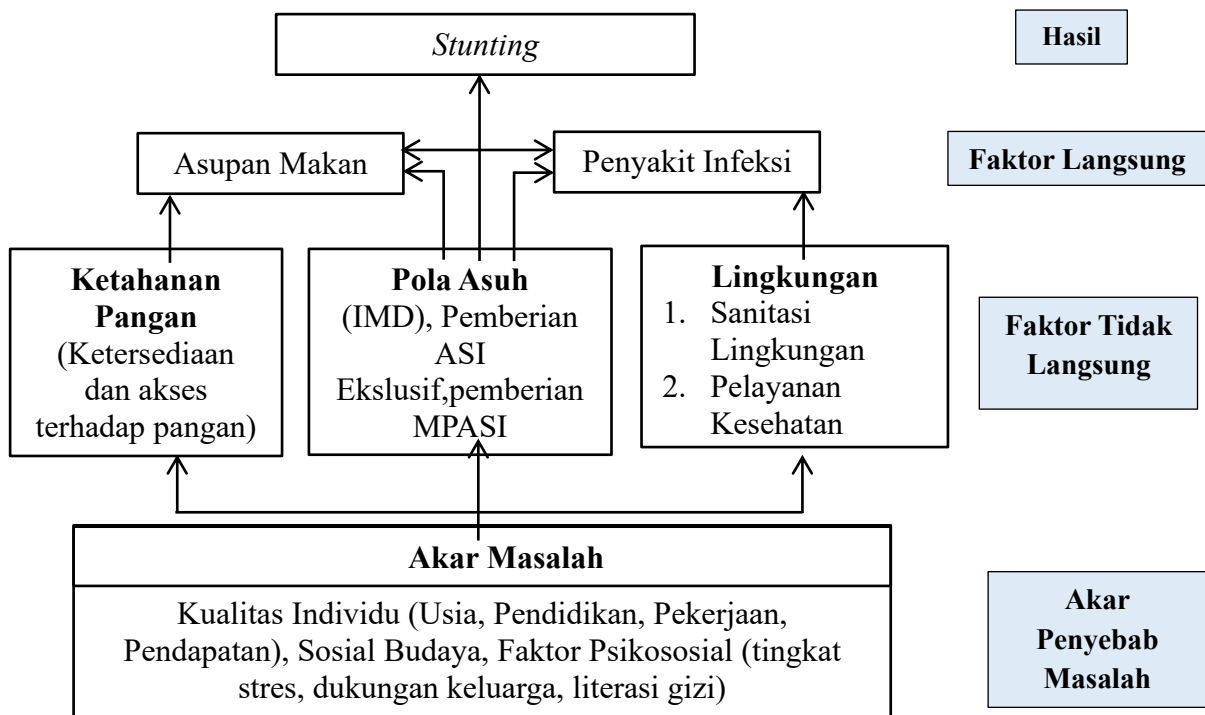
Stres sering didefinisikan sebagai ketidaksesuaian antara tuntutan situasional dan kapasitas individu untuk memenuhi tuntutan tersebut yaitu ketika tuntutan dari lingkungan atau situasi melebihi kemampuan coping/penyesuaian seseorang.<sup>49</sup> Seberapa besar individu merasa tertekan, kewalahan atau terganggu akibat tekanan bukan hanya ada/tidaknya stres, tetapi seberapa berat beban psikologis yang dirasakan.<sup>50</sup>

Dukungan keluarga adalah bantuan emosional, informasi, instrumental, dan penghargaan yang diberikan oleh anggota keluarga kepada ibu dalam mengasuh anak, memenuhi kebutuhan gizi anak, serta menghadapi tekanan psikologis sehari-hari. Dukungan ini dapat berupa perhatian, bantuan fisik, pemenuhan kebutuhan, pemberian informasi kesehatan, dan sikap positif keluarga yang meningkatkan kemampuan ibu dalam merawat balita.<sup>51</sup>

Selain itu, literasi gizi ibu juga menjadi komponen penting dalam faktor psikososial ibu. Literasi gizi merupakan salah satu faktor psikososial ibu yang mencerminkan kemampuan individu dalam memperoleh, memahami, mengevaluasi, dan menerapkan informasi gizi untuk mengambil keputusan yang tepat terkait pemberian makan dan pemeliharaan kesehatan anak.<sup>52</sup> Literasi gizi yang baik dapat meningkatkan praktik pengasuhan dan pemenuhan kebutuhan gizi balita sehingga berpotensi menurunkan risiko stunting.<sup>16</sup> Literasi gizi ini sangat penting karena periode balita adalah masa kritis pertumbuhan dan perkembangan fisik serta kognitif. Kekurangan gizi di usia ini dapat menyebabkan *Stunting*, *underweight*, atau gangguan perkembangan kognitif.<sup>53</sup>

Pentingnya Literasi Gizi Balita Pertumbuhan fisik optimal mendukung tinggi dan berat badan sesuai usia, perkembangan kognitif yaitu nutrisi cukup meningkatkan kemampuan belajar dan konsentrasi, mencegah penyakit yaitu meminimalkan risiko infeksi berulang dan masalah kesehatan jangka panjang, *Stunting* sering disebabkan oleh kurangnya asupan gizi yang tepat di 1000 hari pertama kehidupan.<sup>54</sup>

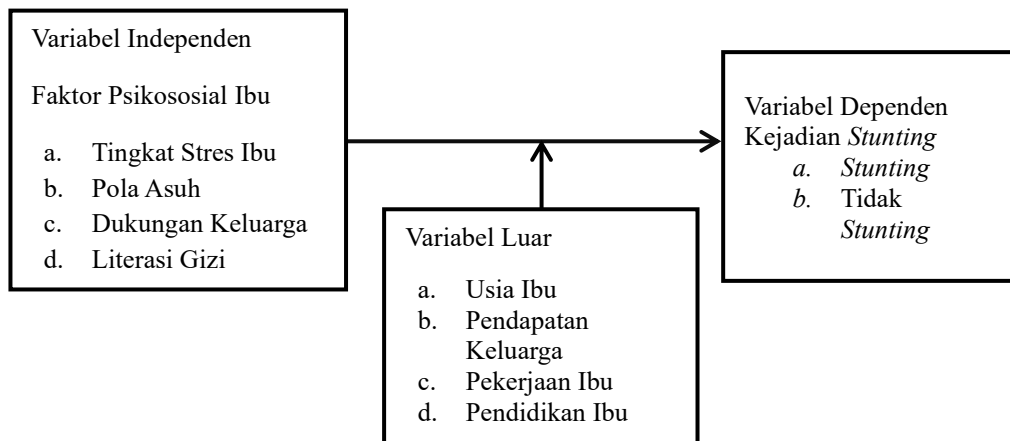
## B. Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori

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

## C. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

**D. Hipotesis Penelitian**

Terdapat pengaruh faktor psikososial ibu terhadap kejadian *Stunting* pada balita di Wilayah Puskesmas Wonosari II Gunung Kidul Tahun 2025.