

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

1. Definisi

Pengetahuan adalah merupakan hasil tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yaitu indera penglihatan, penciuman, pendengaran, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan dominan yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (Notoatmodjo,2010).

Pengetahuan merupakan perilaku paling sederhana dalam urutan perilaku kognitif. Seseorang dapat mendapatkan pengetahuan dari fakta atau informasi baru dan dapat di ingat kembali. Selain itu pengetahuan juga diperoleh dari pengalaman hidup yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang dalam mempelajari informasi yang penting (Potter dan Perry,2010).

2. Tingkatan pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2010) pengetahuan tercakup dalam domain kognitif, ada 6 tingkatan yaitu:

a. Tahu(*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kemampuan mengingat kembali (*recall*) sesuatu

yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu apa yang dipelajari antara lain: menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan, dan sebagainya

b. Memahami(*comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, dan meramalkan objek yang dipelajari.

c. Aplikasi(*application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi dan kondisi yang sebenarnya (*real*). Aplikasi disini dapat diartikan aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dalam konteks atau situasilain

d. Analisis (*analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen tetapi masih didalam struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisa dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, antara lain: seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru untuk menyusun suatu formulasi-formulasi. Misalnya: dapat menyusun, dapat merencanakan, dapat meringkas, dapat menyesuaikan, dan sebagainya, terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada

f. Evaluasi(*evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek atau materi. Penilaian-penilaian ini berdasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau kriteria-kriteria yang telah ada.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Dalam memahami sesuatu perlu adanya pengetahuan yang mana pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Notoatmodjo (2010) faktor-faktor tersebut, yaitu :

a. Tingkat Pendidikan

Pendidikan merupakan faktor penting dalam mempengaruhi tingkat pengetahuan seorang individu, meskipun tidak bersifat mutlak namun semakin tinggi tingkat pendidikan individu maka akan tinggi pula tingkat pengetahuannya

b. Sosial Ekonomi

Hal ini masih memiliki kaitan dengan tingkat pendidikan seseorang. Semakin tinggi keadaan sosial ekonomi seseorang maka

semakin besar kemungkinan orang tersebut dalam mendapatkan pendidikan sehingga pengetahuan yang didapatkan bertambah.

c. Sumber Informasi

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberi pengaruh terhadap individu tersebut, sehingga menghasilkan perubahan dalam meningkatkan pengetahuannya

d. Pengalaman

Pengalaman dalam hal ini bisa berarti pengalaman hidup maupun pengalaman kerja yang bisa dijadikan sebagai sumber pengetahuan. Pengalaman dapat memberikan pelajaran dan pengetahuan tentang kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi

e. Umur

Semakin bertambah usia seorang individu maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik

4. Cara Untuk Memperoleh Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2010), ada 2 cara untuk memperoleh pengetahuan, yaitu:

a. Cara tradisional

1) Cara coba salah

Cara yang paling tradisional adalah melalui coba-coba atau dengan kata yang mudah dikenal *trial and error*. Cara coba-coba ini

dilakukan dengan menggunakan kemungkinan dalam memecahkan masalah dan apabila kemungkinan tersebut tidak berhasil, dicoba kemungkinan yang lain

2) Cara kekuasaan dan otoritas

Pengetahuan diperoleh berdasarkan pada otoritas atau kekuasaan pada tradisi otoritas pemerintah, otoritas pemimpin agama maupun ahli ilmu pengetahuan

3) Berdasarkan pengalaman pribadi

Pengalaman suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Oleh sebab itu pengalaman pribadipun dapat digunakan sebagai upaya memperoleh kebenaran pengetahuan

4) Melalui jalan pikiran

Manusia menggunakan penalaran atau jalan pikiran dalam memperoleh pengetahuannya.

b. Cara modern

Cara modern dalam memperoleh pengetahuan pada dewasa ini lebih sistematis, logis dan ilmiah. Cara ini disebut metode penelitian ilmiah

B. Peran Ibu

1. Definisi

Peran adalah seperangkat perilaku interpersonal, sifat dan kegiatan yang berhubungan dengan individu dalam posisi dan satuan tertentu (Ali, 2010). Peran juga diartikan sebagai perilaku yang dikaitkan dengan seseorang yang memegang sebuah posisi tertentu, posisi mengidentifikasi

status atau tempat seseorang dalam suatu sistem sosial (Friedman, 2010).

Ibu adalah salah satu dari kedudukan sosial yang mempunyai banyak peran. Peran sebagai seorang istri dari suaminya, sebagai ibu dari anak-anaknya, dan sebagai seorang yang melahirkan menyusui dan merawat anaknya. Ibu juga berfungsi sebagai benteng keluarga yang menguatkan anggota-anggota keluarganya. Ibu sebagai seorang yang sangat penting dalam rumah tangga. Ibu yang merawat anak-anaknya, menyediakan makanan untuk anggota keluarganya dan terkadang bekerja untuk menambah pendapatan keluarga. Peran ibu adalah tingkah laku yang dilakukan seorang ibu terhadap keluarganya untuk merawat suami dan anak-anaknya (Santoso (2009) dalam wahyuni, 2011).

2. Peran ibu dalam pemberian makan

Winarsho (2009) dalam wahyuni (2011), menyatakan bahwa peran ibu dalam pemberian makan pada anak adalah sebagai berikut:

a. Membentuk pola makan anak

Pola makan adalah cara seseorang dalam memilih makanan dan memakannya sebagai tanggapan terhadap pengaruh fisiologis, psikologis budaya dan sosial (Waryana (2010). Makanan berperan penting dalam pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak. Pola makan yang baik dan teratur perlu diperkenalkan sejak dini karena penting sekali membina dan mengembangkan keterampilan makan pada anak yang dimulai sejak dini. Kebutuhan bahan makanan perlu diatur, sehingga anak mendapatkan asupan gizi yang diperlukan secara utuh sesuai dengan usia dan kebutuhannya.

Pola makan anak sebaiknya diatur sesuai dengan waktu lapar dan pengosongan lambungnya. Perhatikan juga jarak waktu pemberian makan, supaya anak tidak diberi makan ketika masih kenyang. Tidak benar memaksa anak menghabiskan makanannya jika anak sudah tidak mau makan. Sikap memaksa hanya akan membuat anak trauma pada makanan.

Pola makan atau kebiasaan makan yang ada pada masyarakat di mana seorang anak itu tinggal akan menjadi pola makan anak. Seorang anak dapat memiliki kebiasaan makan dan selera makan yang terbentuk dari kebiasaan dalam keluarganya. Jika menyusun hidangan untuk anak, hal yang perlu diperhatikan adalah memenuhi kebutuhan zat gizi untuk hidup sehat dan bertumbuh kembang. Kecukupan zat gizi ini berpengaruh pada kesehatan dan kecerdasan anak, maka pengetahuan dan kemampuan mengelola makanan sehat untuk anak adalah suatu hal yang amat penting (Santoso, 2009).

b. Menciptakan situasi yang menyenangkan

Mood juga menentukan suasana makan anak, jika di lingkungan rumah ada taman bermain tak ada salahnya jika mengajak anak main di sana. Suasana bertemu teman-teman sepermainannya akan membuat anak cenderung lebih bersemangat makan. Namun perlu diingat makanan yang dibawa harus ditutup dengan baik untuk menghindari debu dan kuman. Memaksa anak untuk makan merupakan sikap yang salah, biarkan anak makan atas inisiatif sendiri. Seperti halnya orang dewasa nafsu makan anak juga dipengaruhi suasana hatinya. Anak sedang merasa tidak bahagia, tertekan atau tidak dicintai dapat menyebabkan selera makan

anak akan menurun. Cara lain yang bisa dilakukan adalah dengan memberi kesempatan kepada anak untuk memilih menu favoritnya. Suasana makan yang menyenangkan juga bisa diciptakan didalam rumah bisa sambil nonton televisi, mendengarkan lagu kesenangan, atau makan bersama-sama keluarga yang lain, sehingga menambah nafsu makan pada anak.

c. Penyajian makanan yang menarik

Penyajian makanan yang menarik bisa dilakukan dengan banyak cara diantaranya perhatikan dalam menyajikan makanan. Penyajian makanan yang menarik dapat merangsang keinginan anak untuk makan. Penyajian makanan yang menarik dapat dengan menggunakan perangkat makan yang menarik misalnya bergambar karakter kartun yang lucu dengan warna-warna yang menarik, variasi menu dan berikan perubahan rasa.

3. Faktor yang mempengaruhi peran ibu dalam pemberian makan

Menurut Santoso (2009) dalam wahyuni (2011) ada beberapa hal yang dapat menjadi faktor-faktor yang mempengaruhi peran ibu dalam pemberian makan adalah sebagai berikut:

a. Pendidikan

Bidang pendidikan memegang peranan penting. Semakin tinggi pendidikan semakin mudah menerima hal-hal baru dan bisa menyesuaikan dengan mudah. Pendidikan yang semakin tinggi memungkinkan seseorang untuk dapat menerima informasi tentang pengetahuan gizi dengan baik dan dapat memperbaiki gizi keluarga terutama untuk anak.

b. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek. Ibu sangat membutuhkan pengetahuan yang cukup untuk mengetahui perannya. Peran dalam hal ini yaitu untuk meningkatkan nafsu makan pada anak kesulitan makan.

c. Perilaku

Perilaku adalah merupakan perbuatan atau tindakan dan perkataan seseorang yang sifatnya dapat diamati, digambarkan dan dicatat oleh orang lain ataupun orang yang melakukannya. Untuk dapat menyusun menu yang adekuat seorang ibu perlu memiliki pengetahuan mengenai bahan makanan, zat gizi dan cara pengolahan makanan.

d. Sikap

Sikap adalah pandangan atau perasaan yang disertai kecenderungan untuk bertindak, sikap senantiasa terarah terhadap suatu hal atau objek. Manusia dapat mempunyai sikap terhadap bermacam-macam hal. Sikap seseorang terhadap makanan dipengaruhi oleh pelajaran dan pengalaman yang diperoleh sejak masa kanak-kanak tentang makan dan makanan.

e. Perhatian

Perhatian adalah keaktifan jiwa yang diarahkan kepada suatu obyek. Dewasa ini sering kali ibu terpaksa meninggalkan anaknya untuk bekerja meskipun ibu sangat mencintai anaknya. Keadaan seperti ini mau tidak mau ibu tidak bisa memberi kasih sayang penuh pada anaknya. Umumnya ibu tidak mengerti bahwa pada umur yang begitu awal sudah ada kebutuhan psikologis yang perlu dipenuhi. Ibu yang bekerja mungkin

tidak bisa memperhatikan jenis makanan, frekuensi makan dan zat gizi yang dibutuhkan anak dengan sempurna. Ibu tidak cukup waktu untuk memperhatikan dan mengatur segala sesuatu yang berkaitan dengan makan anak. Pemberian makan pada anak membutuhkan perhatian ibu termasuk dalam peran ibu dalam pemberian makan dengan peningkatan nafsu makan pada anak prasekolah yang mengalami kesulitan makan.

f. Ekonomi

Kekurangan pendapatan ekonomi keluarga membawa konsekuensi buruk. Kurangnya pendapatan keluarga akan menyebabkan ketahanan pangan akan terganggu. Kemampuan rumah tangga memperoleh makanan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi untuk seluruh anggota keluarganya akan semakin berkurang. Ketidakberdayaan keluarga memenuhi persediaan pangan secara langsung akan berpengaruh terhadap pemenuhan nutrisi anggota keluarganya termasuk untuk anaknya.

g. Keterampilan

Keterampilan ibu dalam memilih, memasak dan menghidangkan makanan anak dapat berpengaruh terhadap pemenuhan nutrisi anak. Keterampilan ibu dalam memilih keragaman bahan dan keragaman jenis masakan juga sangat diperlukan untuk menghindari kebosanan anak terhadap makanan. Ibu yang memiliki keterampilan dalam memasak, memilih bahan dan menyajikan akan menghasilkan makanan yang menarik saat disajikan. Keterampilan dalam memberikan atau menyuapi makanan pada anak akan meningkatkan kemauan anak untuk makan.

h. Penyediaan makanan

Penyediaan makanan dipengaruhi oleh kondisi-kondisi yang bersifat hasil karya manusia seperti sistem pertanian. Termasuk disini pengadaan setelah dimasak, makanan akan dihidangkan untuk anak. Makanan yang dihidangkan oleh ibu harus disajikan dengan menarik, dengan begitu anak merasa senang bahkan puas sehingga meningkatkan selera makan, gairah makan dan nafsu makan anak. Selanjutnya anak dapat mengkonsumsi semua zat-zat gizi yang dibutuhkan. Pengadaan makanan perlu diperhitungkan, persediaan bahan makanan yang dibutuhkan anak diseimbangkan dengan nilai rata-rata kecukupan makanan yang dibutuhkan sesuai umur dan berat badan anak.

i. Ketersediaan waktu ibu

Dewasa ini seringkali seorang ibu terpaksa meninggalkan anaknya karena harus bekerja, padahal sebagai seorang ibu masih harus bertanggung jawab terhadap peran yang diembannya. Salah satunya berperan dalam memenuhi kebutuhan nutrisi untuk anak terutama disaat balita mengalami kesulitan makan. Ibu yang memiliki banyak waktu untuk anak akan membuat waktu untuk sering bersama. Kebersamaan itu dapat memberikan keakraban antara ibu dan anak. Keakraban antara ibu dan anak akan sangat menguntungkan disaat anak mengalami kesulitan makan. Ibu akan mudah untuk mengatasinya karena anak sudah merasa nyaman dan percaya sama ibunya. Ibu yang tidak memiliki ketersediaan waktu akan berpengaruh terhadap perannya dalam mengasuh anaknya.

C. Kesulitan makan

1. Pengertian

Kesulitan makan adalah ketidakmampuan untuk makan dan menolak makanan tertentu (Santoso, 2010). Gangguan kesulitan makan pada anak sering kita jumpai pada masyarakat awam yang belum memahami prosedur pemenuhan kebutuhan nutrisi pada anak (Hidayat, 2011).

Kesulitan makan merupakan ketidakmampuan anak untuk mengkonsumsi sejumlah makanan yang diperlukannya secara alamiah dan wajar yaitu dengan menggunakan mulutnya secara sukarela. Masalah kesulitan makan sering dihadapi baik oleh para orang tua, dokter maupun tenaga kesehatan lain. Keluhan yang sering muncul adalah anak tidak mau makan, menolak makan, proses makan yang terlalu lama, hanya mau minum saja, kalau diberi makan muntah, mengeluh sakit perut, bahkan ada yang disuruh makan marah-marah bahkan mengamuk. Keluhan-keluhan yang sering muncul pada anak menunjukkan tanda - tanda gangguan kesulitan makan. Sekitar 25%-40% anak dilaporkan mengalami kesulitan makan (Ferdinand, 2008 dalam Wahyuni, 2011).

Soedibyo dan Mulyani (2010) menjelaskan bahwa kesulitan makan merupakan ketidakmampuan anak untuk mengkonsumsi sejumlah makanan yang diperlukannya, secara alamiah dan wajar, yaitu dengan menggunakan mulutnya secara sukarela. Kesulitan makan pada anak merupakan masalah yang serius karena dampak terhadap tumbuh kembang anak serta kemungkinan kualitas hidup kurang optimal. Deteksi

dimasalah kesulitan makan sangat penting agar dampak negatif dapat dicegah dan tidak berkepanjangan.

Permasalahan makan pada anak merupakan hal yang sudah umum di alami. Namun, walaupun masalah ini sudah umum, seringkali para orang tua menganggap remeh. Padahal jika dialami dalam jangka waktu lama dapat berakibat buruk pada pertumbuhan dan perkembangan anak (Priyana, 2009).

2. Faktor penyebab kesulitan makan

Menurut Winarsho (2009), kesulitan makan disebabkan oleh beberapa hal diantaranya adalah sebagai berikut:

a. Faktor organik

Proses makan dimulai dari memasukkan makan ke rongga mulut, yang meliputi (bibir, gusi, lidah, rongga mulut) sampai dengan usus dan organ-organ tubuh yang berhubungan dengan pencernaan, yang dipengaruhi oleh system saraf.

Gangguan fungsi susunan saraf pusat tersebut berupa gangguan neuroanatomis dan neurofungsional. Salah satu manifestasi klinis yang terjadi adalah gangguan koordinasi motorik kasar pada mulut. Berbagai kelainan atau penyakit pada organ-organ tersebut pada umumnya akan mengakibatkan gangguan yang menyebabkan gangguan makan. Gangguan bisa berupa saat anak mengalami sariawan, sakit tenggorokan atau adanya penyakit di organ pencernaan (Wahyuni, 2011).

b. Faktor psikologis

Sering kali menjadi hambatan dalam perkembangan ketrampilan makan anak. Sikap memaksakan makanan pada anak akan menyebabkan

anak merasakan proses makan sebagai saat yang tidak menyenangkan yang berakibat timbulnya rasa anti terhadap makanan.

c. Faktor nutrisi

Pengetahuan ibu dalam kemampuan menentukan jenis dan jumlah makanan yang diberikan kepada anak harus sesuai perkembangan usianya. Ketepatan jenis dan jumlah makanan sangat menentukan pemenuhan gizi pada anak.

Menurut Judarwanto (2010) ada tiga faktor penyebab kesulitan makan yaitu:

a. Hilangnya nafsu makan

Pengaruh hilangnya atau berkurangnya nafsu makan tampaknya merupakan penyebab utama masalah kesulitan makan pada anak. Pengaruh nafsu makan ini bisa mulai dari yang ringan (berkurang nafsu makan) hingga berat (tidak ada nafsu makan). Berkurang atau hilangnya nafsu makan ini sering diakibatkan karena gangguan fungsi saluran cerna, penyakit infeksi, infeksi tuberkulosis, infeksi saluran kencing, infeksi parasit cacing.

b. Gangguan proses makan dimulut

Proses makan terjadi mulai dari memasukkan makan dimulut mengunyah dan menelan. Keterampilan dan kemampuan koordinasi pergerakan motorik kasar disekitar mulut sangat berperan dalam proses makan tersebut. Pergerakan motorik tersebut berupa koordinasi gerakan menggigit, mengunyah dan menelan dilakukan oleh otot rahang atas bawah, bibir, lidah dan banyak otot lainya disekitar mulut. Gangguan proses makan dimulut tersebut seringkali berupa gangguan mengunyah

makanan, keterlambatan bicara dan gangguan bicara (cadel, gagap, bicara terlalu cepat sehingga sulit dimengerti).

c. Pengaruh psikologis

Gangguan psikologis meliputi gangguan sikap negativisme, menarik perhatian, perasaan lain pada anak, kebiasaan rewel pada anak digunakan sebagai upaya untuk mendapatkan yang sangat diinginkannya, sedang tertarik permainan atau benda lainnya, atau meniru pola makan orang tua atau saudaranya.

Beberapa aspek psikologis dalam hubungn antara anggota keluarga lainnya dapat mempengaruhi kondisi psikologis anak, misalnya bila hubungan antara orang tua yang tidak harmonis, hubungan antara anggota keluarga lainnya tidak baik atau suasana keluarga yang penuh pertentangan, permusuhan atau emosi yang tinggi akan mengakibatkan anak mengalami ketakutan, kecemasan, tidak bahagia, sedih dan depresi. Hal ini mengakibatkan anak tidak aman dan nyaman sehingga membuat anak menarik diri dari kegiatan atau lingkungan keluarga termasuk aktivitas makannya.

3. Gejala kesulitan makan

Jika bayi atau anak menunjukkan gangguan yang berhubungan dengan makan atau pemberian makan akan segera mengundang keawatiran ibu. Keluhan yang biasa disampaikan tentang gejala kesulitan makan menurut Sunarjo (2009), antara lain :

- a. Penerimaan makanan yang tidak/kurang memuaskan
- b. Makan tidak mau ditelan

- c. Makan terlalu sedikit atau tidak nafsu makan
- d. Penolakan atau melawan pada waktu makan
- e. Kebiasaan makan makanan yang aneh (pika)
- f. Hanya mau makan jenis tertentu saja
- g. Cepat bosan terhadap makanan yang disajikan
- h. Kelambatan dalam tingkat keterampilan makan dan keluhan lain

Menurut Judarwanto (2010), gejala anak kesulitan makan adalah sebagai berikut:

- a. Memuntahkan atau menyemburkan makanan yang sudah masuk di mulut anak
- b. Makan lama-lama dan memainkan makanan
- c. Sama sekali tidak mau memasukkan makanan ke dalam mulut atau menutup mulut rapat-rapat
- d. Memuntahkan atau menumpahkan makanan dan menepis suapan dari orangtua
- e. Tidak menyukai banyak variasi makanan atau suka pilih-pilih makan
- f. Kebiasaan makan yang aneh dan ganjil

4. Bentuk kesulitan makan

Beberapa bentuk kesulitan makan menurut (Maulana, 2008 dalam Wahyuni, 2011) adalah sebagai berikut:

a. *Dawling*

Dawling adalah makan dengan cara lambat yang disebabkan karena faktor psikologis dan bukan faktor bawaan. Biasanya anak akan membiarkan makanan dalam mulut tanpa dikunyah.

b. *Psikogenik anoreksia*

Psikogenik anoreksia adalah berkurangnya nafsu makan yang disebabkan

oleh faktor psikologis. Hal ini berbeda dengan anoreksia, karena anoreksia disebabkan oleh adanya penyakit organik. Berkurangnya nafsu makan yang disebabkan oleh penyakit organik biasanya timbul mendadak dan pada seluruh makanan.

c. Menolak untuk Mengunyah Makanan

Anak sering sekali menunjukkan sifat menolak makan. Sesekalinya anak mau membuka mulutnya makanan tersebut tidak dikunyah, namun hanya didiamkan didalam mulut. Makanan yang sudah dimasukkan dalam mulut enggan untuk dikunyah hanya didiamkan dalam mulut, bahkan makanan yang sudah ditelan dikeluarkan kembali.

5. Cara Mengatasi Kesulitan Makan

Menurut Winarsho (2009), mengatasi anak sulit makan bukanlah persoalan mudah, ada beberapa cara mengatasi kesulitan makan antara lain :

- a. Perhatikan variasi menu makanan dan bentuknya, buatlah semenarik mungkin agar anak tidak merasa bosan. Bila anak enggan mengkonsumsi nasi, bisa diganti dengan roti, macaroni, atau pasta.
- b. Sajikan camilan padat kalori semisal buah potong, jus buah, kacang hijau dengan susu, atau yoghurt menjelang jam makan sehingga anak tidak merasa lapar.
- c. Hindari makanan manis, seperti permen, minuman ringan, coklat dan snack mengandung MSG mendekati jam makan.
- d. Jangan memberikan susu terlalu banyak. Berikan susu dua kali saja dalam sehari. Dua gelas susu dapat mencukupi kebutuhan kalsium dan fosfor dalam sehari.
- e. Orang tua memberi contoh pola makan sehat pada anak. Anak akan

meniru apa yang dilakukan oleh keluarganya. Ajak anak makan panganan sehat.

- f. Perhatikan kondisi anak, jika ia sakit atau sedih, umumnya menjadi sulit makan, karena itu siasati dengan memberikan makanan ringan padat kalori.

6. Dampak Kesulitan Makan

Permasalahan kesulitan makan yang sederhana misalnya karena sakit yang akut biasanya tidak menunjukkan dampak yang berarti pada kesehatan dan tumbuh kembang anak. Kesulitan makan yang berat dan berlangsung lama akan berdampak pada kesehatan dan tumbuh kembang anak. Gejala yang timbul tergantung dari jenis dan jumlah zat gizi yang kurang. Bila anak hanya tidak menyukai makanan tertentu misalnya buah atau sayuran terjadi defisiensi vitamin A. Bila hanya mau minum susu saja akan terjadi anemia defisiensi besi. Bila kekurangan kalori dan protein akan terjadi kekurangan energi protein (KEP) (Sunarjo, 2009).

D. Status Gizi

1. Pengertian Status Gizi

Status gizi diartikan sebagai status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan zat gizi. Status gizi sangat ditentukan oleh ketersediaan zat gizi dalam jumlah cukup dan dalam kombinasi waktu yang tepat di tingkat sel tubuh agar berkembang dan berfungsi secara normal. Status gizi ditentukan oleh sepenuhnya zat gizi yang diperlukan tubuh dan faktor yang menentukan besarnya kebutuhan, penyerapan, dan penggunaan zat-zat tersebut (Triaswulan, 2012).

Kebutuhan bahan makanan pada setiap individu berbeda karena adanya variasi genetik yang akan mengakibatkan perbedaan dalam proses metabolisme. Sasaran yang dituju yaitu pertumbuhan yang optimal tanpa disertai oleh keadaan defisiensi gizi. Status gizi yang baik akan turut berperan dalam tercapainya tumbuh kembang anak yang optimal (Triaswulan, 2012).

Supariasa (2010) dalam Fidianoro dan Setiadi (2013) menjelaskan status gizi adalah jumlah asupan gizi setelah mengonsumsi makanan dan nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh. Makanan yang diberikan akan berpengaruh terhadap status gizi balita, status gizi dapat dibedakan menjadi status gizi buruk, kurang, baik dan lebih.

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi adalah konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi dalam tubuh. Tubuh yang memperoleh cukup zat-zat gizi dan digunakan secara efisien akan mencapai status gizi yang optimal. Defisiensi zat mikro seperti vitamin dan mineral memberi dampak pada penurunan status gizi dalam waktu yang lama (Soekirman, 2012).

2. Zat gizi yang diperlukan anak

a. Energi

Energi dalam makanan berasal dari nutrisi karbohidrat, protein, dan lemak. Setiap gram protein menghasilkan 4 kalori, lemak 9 kalori dan 13 karbohidrat 4 kalori. Distribusi kalori dalam makanan anak yang dalam

keseimbangan diet (*balanced diet*) ialah 15% berasal dari protein, 35% dari lemak dan 50% dari karbohidrat. Kelebihan energi yang tetap setiap hari sebanyak 500 kalori, dapat menyebabkan kenaikan berat badan 500 gram dalam seminggu (Soekirman, 2012).

b. Protein

Nilai gizi protein ditentukan oleh kadar asam amino esensial. Akan tetapi dalam praktek sehari-hari umumnya dapat ditentukan dari asalnya. Protein hewani biasanya mempunyai nilai yang lebih tinggi bila dibandingkan dengan protein nabati. Protein telur dan protein susu biasanya dipakai sebagai standar untuk nilai gizi protein. Nilai gizi protein nabati ditentukan oleh asam amino yang kurang (asam amino pembatas), misalnya protein kacang-kacangan. Nilai protein dalam makanan orang Indonesia sehari-hari umumnya diperkirakan 60% dari pada nilai gizi protein telur (Soekirman, 2012).

c. Lemak

Lemak merupakan komponen struktural dari semua sel-sel tubuh, yang dibutuhkan oleh ratusan bahkan ribuan fungsi fisiologis tubuh (McGuire & Beerman, 2011). Lemak terdiri dari trigliserida, fosfolipid dan sterol yang masing-masing mempunyai fungsi khusus bagi kesehatan manusia. Sebagian besar (99%) lemak tubuh adalah trigliserida. Trigliserida terdiri dari gliserol dan asam-asam lemak. Disamping mensuplai energi, lemak terutama trigliserida, berfungsi menyediakan cadangan energi tubuh,

isolator, pelindung organ dan menyediakan asam-asam lemak esensial (Soekirman, 2012).

d. Vitamin dan Mineral

Vitamin adalah zat-zat organik kompleks yang dibutuhkan tubuh dalam jumlah sangat kecil. Vitamin dibagi menjadi 2 kelompok yaitu vitamin yang larut dalam air (vitamin B dan C) dan vitamin yang tidak larut dalam air (vitamin A, D, E dan K). Satuan untuk vitamin yang larut dalam lemak dikenal dengan Satuan Internasional (S.I) atau I.U (International Unit). Sedangkan yang larut dalam air maka berbagai vitamin dapat diukur dengan satuan milligram atau mikrogram.

Mineral merupakan bagian dari tubuh dan memegang peranan penting dalam pemeliharaan fungsi tubuh, baik pada tingkat sel, jaringan, organ maupun fungsi tubuh secara keseluruhan, berperan dalam berbagai tahap metabolisme, terutama sebagai kofaktor dalam aktivitas enzim-enzim (Soekirman, 2012).

3. Angka kecukupan gizi

Angka kecukupan gizi (AKG) adalah jumlah zat-zat gizi yang hendaknya dikonsumsi setiap hari untuk jangka waktu tertentu sebagai bagian dari diet normal rata-rata orang sehat (Soekirman, 2012). Keadaan gizi seseorang merupakan gambaran apa yang dikonsumsi dalam jangka waktu yang cukup lama. Kecukupan gizi dipengaruhi oleh umur, jenis kelamin, aktifitas, berat badan dan tinggi badan, genetika serta keadaan hamil dan menyusui. Anjuran kecukupan gizi adalah jumlah yang

diperkirakan cukup untuk memelihara kesehatan orang pada umumnya. Kecukupan energi bayi dan balita relatif lebih besar dibandingkan dengan orang dewasa sebab pada usia tersebut pertumbuhan masih sangat pesat. Disini juga tampak bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara perempuan dan laki-laki dalam hal kebutuhan energi dan proteinnya. Kegunaan angka kecukupan gizi adalah untuk:

- a. Menilai kecukupan gizi yang telah dicapai melalui konsumsi makanan bagi penduduk atau golongan masyarakat tertentu yang didapatkan dari hasil survey gizi atau makanan.
- b. Perencanaan pemberian makanan tambahan balita maupun perencanaan makanan institusi.
- c. Perencanaan penyediaan pangan tingkat nasional.

Kekurangan salah satu zat gizi dapat menimbulkan konsekuensi berupa penyakit ataupun bila kekurangan hanya marginal atau ringan dapat menimbulkan gangguan yang sifatnya lebih ringan atau menurunnya kemampuan fungsi. Bila kekurangan tersebut hanya marginal saja, tidak dijumpai penyakit defisiensi yang nyata, tetapi akan timbul konsekuensi fungsional yang lebih ringan dan kadang-kadang tidak disadari kalau hal tersebut karena faktor gizi (Soekirman, 2012).

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya status gizi pada anak menurut Supriasa (2010) dalam Fidiantoro dan Setiadi (2013) dibagi menjadi dua yaitu :

a. Secara langsung

Faktor yang mempengaruhi secara langsung meliputi konsumsi makanan dan infeksi. Makanan yang diberikan belum mencukupi nutrisi yang dibutuhkan oleh anak seperti anak hanya makan 2 kali dalam sehari, tidak makan buah ataupun sayuran dan lauk pauk yang diberikan berupa tahu, tempe, ikan dan telur. Interaksi yang terjadi antara gizi kurang dan infeksi sudah lama diketahui, bagi anak yang mengalami infeksi dianjurkan untuk mengonsumsi asupan nutrisi yang cukup dan bergizi karena katabolisme serta suhu tubuh mengalami peningkatan sehingga jika tidak terpenuhi kebutuhan nutrisinya maka berat badan anak akan mengalami.

b. Secara tidak langsung

Faktor yang mempengaruhi secara tidak langsung yaitu kondisi pendapatan keluarga yang dimiliki merupakan salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi status gizi. Kondisi pendapatan yang dimiliki baik maka status gizi akan semakin baik, sedangkan bila kondisi ekonomi kurang baik atau menurun maka status gizi akan memburuk (Putri, *et al.*, 2015).

Sosial budaya dan lingkungan suatu keluarga yang berbeda-beda, akan mempengaruhi pemilihan dan pemberian makanan pada balita. Pandangan keluarga yang salah terhadap budaya setempat akan mengakibatkan terganggunya gizi pada balita, sehingga keluarga tidak mengetahui makanan yang seharusnya diberikan namun tidak diberikan

karena adanya kepercayaan dan adat kebiasaan (Saputri, *et al.*, 2016). Pengetahuan gizi dan tingginya pendidikan tidak mempengaruhi status gizi secara langsung. Keluarga dengan tingkat pendidikan yang rendah namun memiliki kesadaran tinggi terhadap pentingnya gizi akan mempengaruhi status gizi seseorang (Ihsan, *et al.*, 2012).

Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (BAPPENAS) tahun (2011), menjelaskan bahwa faktor tidak langsung lainnya adalah sanitasi yang kurang baik dan tidak memiliki air bersih, merokok di dalam rumah yang dapat membuat sirkulasi udara kurang baik. Ketersediaan pangan pada suatu keluarga, karena tidak semua keluarga mampu untuk menyediakan bahan makanan, menentukan ketahanan pangan di rumah tangga dan konsumsi makanan. Pola asuh, pelayanan kesehatan dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, akses informasi dan tingkat pendapatan yang diperoleh keluarga. Akses pangan dan daya beli dapat mempengaruhi perolehan status gizi yang baik, karena kurangnya fasilitas transportasi umum sehingga pengeluaran distribusi pangan menjadi mahal. Kemiskinan juga menjadi penyebab terjadinya kekurangan gizi, karena keluarga miskin tidak mampu untuk memberikan makanan yang bergizi, rendahnya konsumsi pangan dan ketidakstabilan ekonomi, politik dan sosial sehingga tingkat kesejahteraan masyarakat yang masih rendah.

E. Batita atau *Toddler*

1. Konsep Batita atau *Tooddler*

Tooddler atau batita merupakan anak usia 12-36 bulan (1-3 tahun), dimana pada periode ini anak berusaha mencari tahu bagaimana sesuatu bekerja dan mengontrol orang lain melalui penolakan, kemarahan, dan tindakan keras kepala. Pada periode ini adalah periode pertumbuhan dan perkembangan anak berkembang secara optimal (Wong, 2010).

Pada periode anak usia *toddler* terdapat beberapa ciri-ciri perkembangan yaitu anak selalu ingin mencoba hal yang diinginkannya dan rasa ingin tahu tentang sesuatu lebih tinggi, anak usia *toddler* menolak atau menuntut apa yang dia inginkan atau yang tidak diinginkan, dan didalam anak usia *toddler* sudah tertanam rasa otonomi . Anak usia 1-3 tahun atau batita adalah konsumen pasif, yang artinya anak menerima makanan apa yang diberikan oleh ibunya sehingga batita sebaiknya dikenalkan dengan berbagai makanan. Laju pertumbuhan batita lebih besar dibandingkan usia prasekolah sehingga memerlukan jumlah makanan yang relatif besar dengan pola makan yang diberikan dalam porsi kecil, Saat usia batita anak masih tergantung penuh kepada orang tuanya untuk melakukan kegiatan yang penting seperti mandi, buang air besar dan kecil, dan makan. Perkembangan berbicara dan berjalan sudah baik tetapi kemampuan lain masih terbatas (Hidayat, 2009).

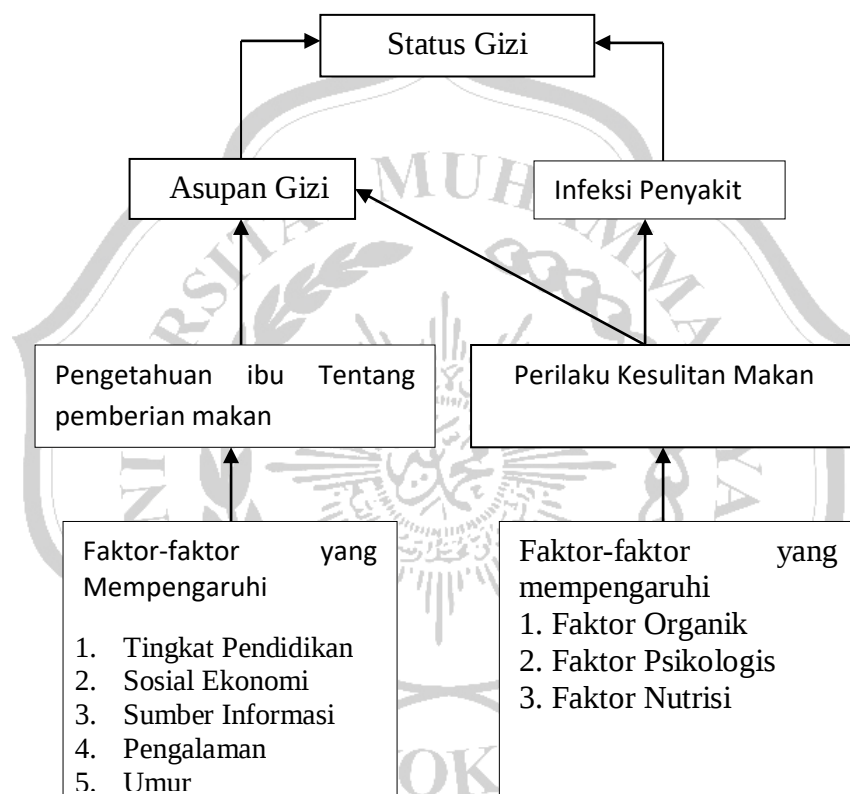
2. Karakteristik Batita

Perkembangan pada anak usia 1-3 tahun ditandai dengan peningkatan dalam gerakan motorik kasar dan halus yang cepat. Khusus anak usia 12-24 bulan perkembangan yang penting yaitu antara lain adalah berjalan, mengeksplorasi rumah dan sekeliling, menyusun 2-3 kotak, mengatakan 5-10 kata, naik turun tangga, menunjukan mata dan hidungnya, dan menyusun kata (Supartini, 2010).

Menurut Soetjiningsih (2013) tumbuh kembang setiap anak berbeda-beda, namun melewati 3 pola yang sama, yakni: pertumbuhan dimulai dari tubuh bagian atas kemudian menuju bagian bawah yaitu mulai dari kepala menuju ujung kaki, Perkembangan dimulai dari batang tubuh ke arah luar. Contohnya anak lebih dulu menguasai penggunaan telapak tangan untuk mengengam, sebelum mampu meraih benda, dan Setelah 2 pola sebelumnya dikuasai anak belajar mengeksplorasi keterampilan. Contohnya melempar, menendang, dan berlari.

F. KERANGKA TEORI

Kerangka teori merupakan kerangka yang dibangun dari berbagai teori yang ada dan saling berhubungan sebagai dasar untuk membangun kerangka konsep (Supardi, 2013).

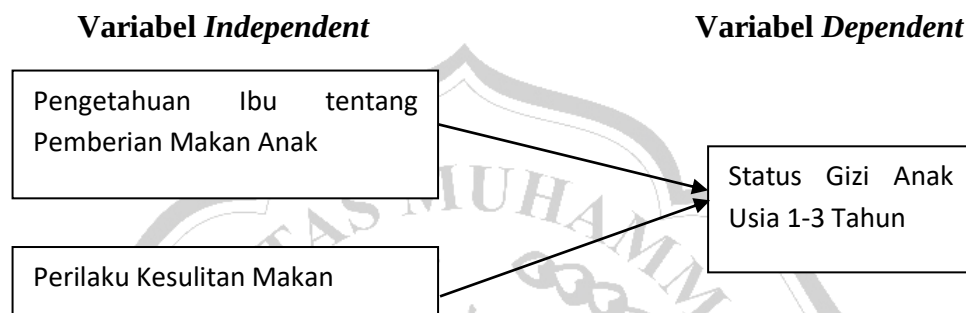


Gambar 2.2 Kerangka Teori

Sumber: Fidiantoro dan Setiadi (2013), Notoadmojo (2007), Putri, *et al*, (2015). Saputri, *et al*. (2016), Judarwanto (2010), Winarsho (2009)

G. Kerangka Konsep

Kerangka konsep atau kerangka berfikir merupakan dasar pemikiran pada penelitian yang dirumuskan dari fakta-fakta, observasi dan tinjauan pustaka. Kerangka konsep menurut teori, dalil atau konsep-konsep yang akan dijadikan dasar untuk melakukan penelitian (Saryono, 2010).



Gambar 2.3 Kerangka Konsep

H. Hipotesis

Hipotesis dalam suatu penelitian berarti jawaban sementara penelitian, patokan duga, atau dalil sementara, yang kebenarannya akan dibuktikan dalam penelitian tersebut. Setelah melalui pembuktian, maka hipotesis dapat benar atau salah, bisa diterima bisa ditolak (Notoatmodjo, 2010). Adapun hipotesa dalam penelitian ini adalah:

Ha : Adahubungan pengetahuan ibu tentang pemberian makan anak terhadap status gizi anak usia 1-3 tahun di Desa Kaliori Kecamatan Kalibagor Kabupaten Banyumas.

Ada hubungan perilaku kesulitan makan terhadap status gizi anak usia 1-3 tahun di Desa Kaliori Kecamatan Kalibagor Kabupaten Banyumas.

Ho : Tidak ada hubungan pengetahuan ibu tentang pemberian makan anak terhadap status gizi anak usia 1-3 tahun di Desa Kaliori Kecamatan Kalibagor Kabupaten Banyumas.

Tidak ada hubungan perilaku kesulitan makan terhadap status gizi anak usia 1-3 tahun di Desa Kaliori Kecamatan Kalibagor Kabupaten Banyumas.