

**LITERATURE REVIEW: ANALISIS KESEHATAN GIZI BALITA DI
INDONESIA**
*LITERATUREREVIEW: NUTRITIONAL HEALTH ANALYSIS OF TODDLERS IN
INDONESIA*

Dwis Gracia Rossa¹, Ferensia Olviana Abimetan¹, Erlin Kurnia²

^{1,2}Prodi S1 Administrasi Rumah Sakit, STIKES RS Baptis Kediri

*Email [1dwisgracirossa@gmail.com](mailto:dwisgracirossa@gmail.com), [2olvianaabimetan@gmail.com](mailto:olvianaabimetan@gmail.com)

ABSTRAK

Studi ini bertujuan untuk menganalisis kebijakan kesehatan tentang gizi balita di Indonesia. Metode yang digunakan adalah metode content analysis dengan melakukan penelusuran 5 ulasan dari literature review secara terintegrasi di berbagai sumber jurnal kesehatan di Indonesia. Hasil literature review menguraikan bahwa kebijakan kesehatan gizi sangat penting bagi balita dan harus diperhatikan untuk para ibu balita, keluarga dan masyarakat yang lainnya. Beberapa hal yang harus diperhatikan dalam gizi balita yang harus diketahui dan banyak yang belum mengetahui hal-hal tersebut, seperti : Asupan karbohidrat gizi balita yang kurang, tidak adanya asupan lemak yang sesuai dengan gizi balita, status pekerjaan orang tua juga sangat mempengaruhi gizi balita, pengetahuan ibu mengenai gizi juga sangat berperan penting dalam pemenuhan gizi balita dan yang terakhir pemberian ASI eksklusif juga merupakan hal terpenting dalam pertumbuhan gizi balita. Kesimpulannya adalah Pemahaman atau pengetahuan ibu tentang status gizi balita sangat berpengaruh besar karena jika ibu dari balita sendiri tidak mengetahui status gizi anaknya maka ibu balita juga tidak mengetahui bagaimana cara untuk meningkatkan gizi dari balita tersebut. Faktor pekerjaan seorang ibu juga berpengaruh terhadap status gizi balita karena disaat ibu balita bekerja maka balita tidak terlalu mendapatkan ASI eksklusif dari si ibu balita, berbeda dengan ibu balita yang tidak bekerja mereka bisa fokus untuk memberikan ASI eksklusif untuk balita. Selanjutnya ada faktor pendapatan keluarga disini juga menjadi faktor yang penting dalam pemenuhan gizi balita karena semakin besar pendapatan keluarga yang di dapat semakin besar pula kesempatan balita untuk mendapatkan pemenuhan gizi balita, namun sebaliknya jika pendapatan keluarga semakin kecil maka untuk pemenuhan gizi balita juga akan terganggu dan tidak bisa untuk dipenuhi secara baik.

Kata Kunci: Gizi, Kebijakan, Status Gizi Balita, Faktor, Ibu

ABSTRACT

The study aims to analyze health policies on toddler nutrition in Indonesia. The method used is the content analysis method by conducting a search of 5 reviews from literature reviews in an integrated manner in various health journal sources in Indonesia. The results of the literature review outline that nutritional health policies are very important for toddlers and should be considered for mothers of toddlers, families and other communities. Some things that must be considered in toddler nutrition that must be known and many who do not know these things, such as: Intake of toddler nutritional carbohydrates are lacking, the absence of fat intake that is in accordance with toddler nutrition, the employment status of parents also greatly affects toddler nutrition, maternal knowledge about nutrition is also very important in the fulfillment of toddler nutrition and

lastly exclusive breastfeeding is also the most important thing in toddler nutrition growth. Understanding or knowledge of the mother about the nutritional status of toddlers is very influential because if the mother of the toddler itself does not know the nutritional status of the child then the mother of the toddler also does not know how to improve the nutrition of the toddler. The work factor of a mother also affects the nutritional status of toddlers because when the mother of a toddler works, toddlers do not get exclusive breast milk from the mother of the toddler, in contrast to the mother of toddlers who do not work they can focus on providing exclusive breast milk for toddlers. Furthermore, there is a family income factor here is also an important factor in the fulfillment of toddler nutrition because the greater the family income that can be greater the opportunity for toddlers to get the fulfillment of toddler nutrition, but conversely if the family income is getting smaller then for the fulfillment of toddler nutrition will also be disrupted and cannot be fulfilled properly.

Keywords: *Nutrition, Policy, Nutritional Status of Toddlers, Factors, Mothers.*

Pendahuluan

Balita adalah anak yang telah menginjak usia diatas satu tahun atau lebih populer dengan pengertian anak dibawah lima tahun (Muaris.H, 2006). Menurut Sutomo.B. dan Anggraeni.DY, (2010) Balita adalah istilah umum bagi anak usia 1-3 tahun (batita) dan anak prasekolah (3-5 tahun). Saat usia batita, anak masih tergantung penuh kepada orang tua untuk melakukan kegiatan penting seperti mandi, buang air dan makan. Perkembangan berbicara dan berjalan sudah bertambah baik. Namun, kemampuan lain masih terbatas. Masa balita merupakan periode penting dalam proses tumbuh kembang manusia. Perkembangan dan pertumbuhan dimasa itu menjadi penentu keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak di periode selanjutnya. Masa tumbuh kembang di usia ini merupakan masa yang berlangsung cepat dan tidak akan pernah terulang, karena itu sering disebut golden age atau masa keemasan.

Status gizi adalah keadaan gizi seseorang yang dapat dilihat untuk mengetahui apakah seseorang tersebut itu normal atau bermasalah (gizi salah). Gizi salah adalah gangguan kesehatan yang disebabkan oleh kekurangan atau kelebihan dan atau keseimbangan zat-zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan, kecerdasan dan aktivitas atau produktivitas (Siswanto, 2001). Status

gizi juga dapat merupakan hasil akhir dari keseimbangan antara makanan yang dimasukkan ke dalam tubuh (nutrient input) dengan kebutuhan tubuh (nutrient output) akan zat gizi tersebut (Supariasa, dkk., 2002). Status gizi balita merupakan salah satu indikator yang dapat digunakan untuk menunjukkan kualitas hidup suatu masyarakat dan juga memberikan intervensi sehingga akibat lebih buruk dapat dicegah dan perencanaan lebih baik dapat dilakukan untuk mencegah anak-anak lain dari penderitaan yang sama (Soekirman, 2000).

Metode Penelitian

Analisis Kebijakan Kesehatan Gizi Balita dalam masyarakat di beberapa wilayah di Indonesia menggunakan metode content analysis dengan melakukan penelusuran literature review secara terintegrasi dari berbagai sumber jurnal dari tingkat nasional.

Tujuan dari literature review adalah untuk mendapatkan landasan teori yang bisa mendukung pemecahan masalah yang sedang diteliti. Teori yang didapatkan merupakan langkah awal agar peneliti dapat lebih memahami permasalahan yang sedang diteliti dengan benar sesuai dengan kerangka berpikir ilmiah. Untuk mendapatkan gambaran yang berkenaan dengan apa yang sudah pernah dikerjakan orang lain sebelumnya.

Tabel Ekstraksi dari Literature Review 5 jurnal

Autor	Tahun	Judul	Metode	Hasil Penelitian	Database dan Reputasi
Rona Firmana Putri, Delmi Sulastri, Yuniar Lestari	2015	Faktor-faktor yang berhubungan dengan Status Gizi Anak Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggolo Padang	Desain: Cross-sectional study Sampel: 227 orang yang terdiri dari anak balita dan ibu balita Variabel : 1. Variabel dependen status gizi anak balita 2. Variabel indepen tingkat pendidikan ibu, pengetahuan ibu, jenis pekerjaan, pendapatan keluarga, jumlah anak dan pola asuh ibu Analisis: Bivirat dan Multivariat.	1. Anak balita berstatus gizi kurang sebesar 36,6% 2. Status gizi kurang pada kelompok ibu yang berpendidikan rendah 47,7% 3. Status gizi kurang lebih banyak berasal dari keluarga yang ibunya bekerja 22,4% 4. Status gizi kurang paling banyak berasal dari pendapatan keluarga yang rendah 60,4% 5. Status gizi kurang akibat ibu dengan jumlah anak >2 orang 50,8% 6. Status gizi kurang akibat pola asuh ibu yang tidak baik 60%	Jurnal: Jurnal Kesehatan Andalas Volume: 4 no 1
Nindya Puspasari, Meeryana Andriani	2017	Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Asupan Makan Balita dengan Status Gizi Balita(BB/U) Usia 12-24 Bulan	Desain: Cross-sectional Sampel: Balita usia 12-24 bulan sebanyak 47 balita Variabel: 1. Independen karakteristik ibu 2. Dependen status gizi balita(Berat Badan/Umur) Analisis: Uji ci square.	1. Uji chi square dengan nilai $p=0,472(p>0,05)$ yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara usia ibu balita dengan status gizi balita 2. $p=0,024(p<0,050)$ terdapat hubungan asupan karbohidrat dengan status.	Jurnal: Kesehatan Masyarakat Volume: Hal 369-378
Wahyudi, dkk	2014	Analisis Faktor yang Berkaitan Dengan Gizi Buruk Pada Balita	Desain: Deskriptif Sampel: Ibu yang mempunyai balita gizi buruk di Sampang Variable: Tingkat pendidikan ibu, pengetahuan ibu terhadap Gizi balita Instrument: Lembar kuesioner dan wawancara terstruktur	Hasil dari penelitian ini diketahui bahwa pendapatan keluarga yang kurang, riwayat penyakit menular, tingkat pendidikan yang rendah dan ibu yang tidak bekerja menjadi faktor risiko yang memiliki distribusi terbesar.	Jurnal: Pediomaternal Volume: 3 no 1
Nur Afrinis, dkk	2021	Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Bayi Usia 6-12 Bulan Pada Masa Pandemi Covid-19	Desain : Cross Sectional Sampel : Ibu & bayi usia 6-12 bulan di Desa Pulau Tinggi Variable : Independen : Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang padabayi, riwayat pemberian ASI eksklusif dan pekerjaan ibu Dependen : Status gizi bayi usia 6-12 bulan Instrument : Timbangan Analisis : Univariat dan Bivariate dengan uji chi square	1. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang gizi ($p<0,05$) 1. 2. Terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat pemberian ASI eksklusif dengan status bayi ($p<0,05$) 2. 3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pekerjaan ibu dengan status gizi bayi ($p<0,05$)	Jurnal : Kesehatan masyarakat Volume : 5 no 1 ISSN : 2623-1581 (Online) 2623-1573 (Print)

Autor	Tahun	Judul	Metode	Hasil Penelitian	Database dan Reputasi
Mazarina Devi	2010	Analisis Faktor-faktor Yang Terhadap Status Gizi Balita di Pedesaan	Desain : Kualitatif Sampel : 7 Provinsi di Indonesia yaitu Lampung,Banten,Jawa Barat,Jawa Tengah,Jawa Timur,NTB(lombok) dan Sulawesi Selatan. Variable: Independen: Umur anak,jenis kelamin anak,usia ibu,tingkat pendidikan ibu,tingkat pendidikan bapak,pekerjaan ibu,pekerjaan bapak,jumlahanggota kelarga dan lama menyusui Dependen: Status gizi berdasarkan Antropometri BB/U anak Analisis: Deskriptif dan Analitik,Uji Chi-Square	1.Hasil uji chi-square bahwa tidak ada hubungan yang nyata antara jenis kelamin dengan status gizi balita 2. Bahwa ada hubungan yang nyata antarapekerjaan ayah dan ibu dengan status gizi ($p<0,05$)	Jurnal: Teknologi dan Kejuruan Volume: 33 no 2

Pembahasan

Masalah gizi di negara berkembang seperti Indonesia bersifat kronis dan berkepanjangan dan sulit untuk dipecahkan. Ilmu biologi tetap menganggap bahwa ASI sangat dibutuhkan bayi dalam perkembangan otak dan tubuhnya. Sehingga dampaknya masih akan terasa hingga dewasa, dalam menjaga kesehatannya, karena dapat memperbaiki dan mempertahankan sistem kekebalan tubuh. Hal ini disebabkan karena pada air susu ibu yang pertama keluar atau colustrum yang dapat meningkatkan produksi antibodi, menjadi antioksidan dan anti radikal bebas (free radicals) yang akan menghancurkan plasma sel (de Sylva, 2004).

Selain itu, kadar 3,5 - 4,5% lemak menjadi sumber utama ASI dalam kandungan gizi. Karbohidrat, yang kandungan utamanya adalah laktose, yang memiliki kadar paling tinggi dibanding susu mamalia lainnya (7%). Protein, dengan kadar 0,9%. ASI mengandung garam dan mineral lebih rendah dibanding susu sapi. Untuk

vitamin, ASI cukup banyak mengandung vitamin yang diperlukan bayi, yaitu vitamin K yang berfungsi sebagai katalisator pada proses pembekuan darah, dengan jumlah yang cukup, dan mudah diserap, juga mengandung vitamin E dan D. ASI mudah dicerna, karena selain mengandung zat gizi yang sesuai, juga mengandung enzim-enzim untuk mencernakan zat-zat gizi yang terdapat dalam ASI tersebut dan ASI mengandung zat-zat gizi berkualitas tinggi yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gangguan gizi pada masa pertumbuhan dini berhubungan dengan gangguan perkembangan motorik (Kirksey, 1994; Satoto, 1990). Bukti-bukti tersebut memperkuat pernyataan UNICEF 1997, bahwa untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak harus melibatkan tiga aspek yaitu gizi, kesehatan, dan pengasuhan.

Berikut ini beberapa hal yang menjadi faktor kurangnya gizi pada balita adalah:

1. Pemahaman atau pengetahuan Ibu tentang status gizi balita

Pengetahuan ibu tentang gizi adalah segala sesuatu yang diketahui ibu tentang gizi. Pengetahuan akan menentukan perilaku ibu dalam bertindak (Notoatmodjo, 2014). Seorang ibu dituntut memiliki pengetahuan yang baik sehingga status gizi bayi juga normal. Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi sangat penting dalam meningkatkan status gizi anaknya. Menurut penelitian yang dilakukan (Alfiana et al., 2017) ibu sangat menentukan status gizi anaknya. Hal ini dimulai dari menentukan, memilih, mengolah, sampai dengan menyajikan menu gizi sehari-hari. Penelitian ini menyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi anak (Alfiana et al., 2017).

2. Faktor pekerjaan seorang ibu

Pekerjaan merupakan mata pencaharian sehari-hari dari seseorang untuk mencari uang dalam memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari. Pekerjaan memegang peranan besar terhadap penentuan status gizi bayi. Status pekerjaan ibu merupakan faktor yang bersifat memproteksi, artinya ibu yang tidak bekerja akan lebih mendukung dalam pemberian ASI eksklusif dibandingkan ibu yang bekerja sehingga akan berpengaruh terhadap status gizi bayi. Hal ini dikarenakan ibu yang tidak melakukan pekerjaan di luar rumah (IRT) akan memiliki banyak waktu dan kesempatan untuk menyusui bayinya dibandingkan dengan ibu yang bekerja di luar rumah (Sandika et al., 2020).

3. Pendapatan Keluarga

Hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan pendapatan keluarga dengan status gizi balita. Diikuti dengan hasil analisis multivariat yang dilakukan menunjukkan bahwa pendapatan keluarga merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan status gizi balita.

Menurut teori, jika suatu keluarga memiliki pendapatan yang besar serta cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi anggota keluarga maka pemenuhan kebutuhan gizi pada balita dapat terjamin. Sementara, pendapatan yang rendah menyebabkan daya beli rendah sehingga tidak mampu membeli pangan dalam jumlah yang diperlukan dan pada akhirnya berakibat buruk terhadap status gizi anak balitanya.

4. Pemberian ASI Eksklusif

Berdasarkan hubungan riwayat pemberian ASI eksklusif dan status gizi bayi didapatkan hasil bahwa dari 43 bayi yang diberikan ASI eksklusif, sebanyak 25 bayi (46,5%) memiliki status gizi tidak normal. Sedangkan dari 19 bayi yang tidak diberikan ASI eksklusif, sebanyak 3 bayi (15,8%) mengalami status gizi normal. Berdasarkan uji statistik *chi square* diperoleh nilai p value = 0.000 ($p < 0,05$). Ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat pemberian ASI eksklusif dengan status gizi bayi usia 6 -12 bulan ASI eksklusif memiliki kontribusi yang besar terhadap tumbuh kembang dan daya tahan tubuh bayi. Bayi yang diberi ASI eksklusif akan tumbuh dan berkembang secara optimal dan tidak mudah sakit.

Simpulan

Dari 5 jurnal yang sudah kami teliti dan ringkas, Gizi balita sangatlah penting untuk diperhatikan bagi para ibu dari balita memberikan banyak makanan yang mengandung karbohidrat dan lemak yang cukup sesuai kebutuhan balita tersebut. Dari pembahasan di atas juga sudah diketahui ada beberapa hal yang harus diperhatikan yang mengakibatkan balita kurang gizi atau kurang asupan gizi. Pemahaman atau pengetahuan ibu tentang status gizi balita sangat berpengaruh besar karena jika ibu dari balita sendiri tidak mengetahui status gizi anaknya maka ibu balita juga tidak mengetahui bagaimana cara untuk

meningkatkan gizi dari balita tersebut. Faktor pekerjaan seorang ibu juga berpengaruh terhadap status gizi balita karena disaat ibu balita bekerja maka balita tidak terlalu mendapatkan ASI eksklusif dari si ibu balita, berbeda dengan ibu balita yang tidak bekerja mereka bisa fokus untuk memberikan ASI eksklusif untuk balita. Selanjutnya ada faktor pendapatan keluarga disini juga menjadi faktor yang penting dalam pemenuhan gizi balita karena semakin besar pendapatan keluarga yang di dapat semakin besar pula kesempatan balita untuk mendapatkan pemenuhan gizi balita, namun sebaliknya jika pendapatan keluarga semakin kecil maka untuk pemenuhan gizi balita juga akan terganggu dan tidak bisa untuk dipenuhi secara baik. Dari kesimpulan ini dapat dipahami bahwa kurangnya pemenuhan gizi balita akibat pemahaman atau pengetahuan ibu tentang status gizi, faktor pekerjaan ibu dan pendapatan keluarga.

Daftar Pustaka

- Putri F dkk. (2015). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Anak Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang. <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/231>
- Afrinis dkk. (2021). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita Bayi Usia 6-12 Bulan Pada Masa Pandemi Covid-19 <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/prepotif/article/view/1601/pdf>
- Devi, Mazarani. (2010). Analisis Faktore-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Status Gizi Balita Di Pedesaan. <http://journal.um.ac.id/index.php/teknologi-kejuruan/article/view/3054>
- Puspasari dkk. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dan Asupan Makan Balita Dengan Status Gizi Balita(BB?U) Usia 12-24 Bulan. <https://www.e-journal.unair.ac.id/AMNT/article/view/7136>
- Wahyudi dkk., 2015. Analisis Faktor Yang Berkaitan Dengan Kasus Gizi Buruk Pada Balita. <https://www.e-journal.unair.ac.id/PMNJ/article/view/11773/6754>