

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Status Gizi**

##### **2.1.1 Definisi Status Gizi**

Ekspresi kondisi tubuh yang dipengaruhi oleh zat gizi tertentu disebut status gizi. Kata "nutrisi" berarti "makanan" dalam dialek Mesir. Istilah "nutrisi" dalam bahasa Inggris diterjemahkan sebagai "gizi"; demikian pula, kata "nutrisi" dalam bahasa Indonesia diterjemahkan sebagai "nutrisi." Agar tubuh dapat mempertahankan kehidupan, berbagai jenis makanan harus diubah, dan proses ini dipengaruhi oleh gizi (Marvel Manopo et.al. 2020).

Kondisi keseimbangan yang dinyatakan melalui faktor-faktor tertentu atau perubahan gizi yang dinyatakan melalui variabel-variabel tertentu disebut status gizi. Salah satu teknik untuk menilai status gizi adalah antropometri, yang menghasilkan hasil dalam bentuk indeks yang berkorelasi dengan faktor-faktor lain, termasuk berat badan menurut usia (BB/U). Karena masa balita adalah masa pertumbuhan, pola makan yang sehat sangatlah penting (Sundari & Yulia Nur Khayati 2020).

Variabel sosial ekonomi yang memengaruhi gizi balita meliputi tingkat pendidikan ibu, pekerjaannya, jumlah anak yang dimilikinya, pengetahuan dan pola asuhnya, serta situasi keuangan umum orang tua. Keadaan tubuh sebagai akibat dari penggunaan, penyerapan, dan pemanfaatan makanan dikenal sebagai status gizi. Menurut definisi yang berbeda, status gizi adalah manifestasi dari keadaan seimbang dalam bentuk variabel atau variasi tertentu dalam status tubuh

yang dikaitkan dengan gizi dalam bentuk faktor tertentu (Nurmaliza & Sara Herlina 2019).

### **2.1.2 Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Anak**

Asupan gizi yang rendah dan infeksi menular merupakan penyebab utama kekurangan gizi; persediaan makanan, pola asuh, kebersihan, sumber air bersih, dan kesehatan merupakan penyebab tidak langsung. Salah satu hal yang memengaruhi pertumbuhan anak adalah infeksi menular. Selain menjadi masa pertumbuhan, masa balita juga membawa risiko infeksi. Peralihan dari ASI ke makanan tambahan merupakan salah satu hal yang berkontribusi terhadap status gizi buruk dan penurunan berat badan balita (Sri Ayu Lestari et.al.2019).

### **2.1.3 Penilaian Status Gizi**

Dua jenis penilaian status gizi yang dapat disimpulkan adalah penilaian langsung dan tidak langsung.

#### **1. Status gizi secara langsung**

Empat kategori pemeriksaan yang membentuk penilaian status gizi langsung adalah antropometrik, klinis, biokimia, dan biofisik.

##### **a. Penilaian antropometri**

Secara umum, antropometri merujuk pada ukuran tubuh manusia sebagaimana dilihat melalui sudut pandang gizi; oleh karena itu, antropometri gizi mencakup berbagai pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai kelompok usia dan latar belakang pola makan.

b. Penilaian klinik

Teknik penting untuk menentukan status gizi balita adalah evaluasi klinis, yang diprediksi berdasarkan perubahan yang terkait dengan kekurangan gizi. Jaringan epitel, yang juga dikenal sebagai jaringan epitel superfisial, ditemukan di kulit, mata, rambut, mukosa mulut, dan organ yang berada di dekat permukaan tubuh.

c. Penilaian Biokimia

Darah, *urine*, dan sejumlah jaringan manusia, termasuk hati dan otot, termasuk di antara jaringan tubuh yang diperiksa di laboratorium.

d. Penilaian Biofisik

Penilaian status gizi berdasarkan kemampuan fungsional (terutama jaringan) dan pemeriksaan perubahan morfologi jaringan dikenal sebagai penentuan gizi biofisik.

2. Status gizi tidak langsung

Ada tiga kategori untuk evaluasi status gizi tidak langsung: ekologi, statistik vital, dan survei konsumsi.

a. Survei konsumsi

cara tidak langsung untuk menilai status gizi dengan memeriksa jenis dan jumlah zat gizi yang dikonsumsi.

b. Statistic vital

Penilaian status gizi menggunakan statistik kesehatan, angka kematian berdasarkan usia, angka morbiditas dan mortalitas berdasarkan usia, angka mortalitas akibat penyebab tertentu, dan data terkait gizi lainnya.

c. Ekologi

Ekologi bengoa menunjukkan bahwa gizi yang tidak memadai merupakan masalah ekologi yang disebabkan oleh interaksi beberapa elemen lingkungan biologis, fisik, dan budaya. Iklim, tanah, dan irigasi merupakan contoh faktor ekologi yang memiliki dampak signifikan terhadap ketersediaan pangan.

#### **2.1.4 Jenis Parameter dan Aspek Pengukuran Gizi**

Ukuran-ukuran individual tubuh manusia, termasuk usia, berat badan, tinggi badan, lingkar kepala, lingkar dada, lingkar pinggul, dan ketebalan lemak subkutan, merupakan parameter-parameter tersebut. Bagi bayi baru lahir dan balita, berat badan merupakan pengukuran antropometri yang paling penting dan sering digunakan. Berat badan berguna dalam menentukan laju pertumbuhan fisik dan kondisi gizi pada masa ini (Heni 2018).

1. Umur

Usia merupakan faktor utama dalam menilai status gizi; kesalahan dalam hal ini dapat menyebabkan penilaian status gizi yang tidak akurat. Tanpa estimasi usia yang tepat, pengukuran berat badan dan tinggi badan yang akurat tidak akan berguna.

2. Berat badan

Jenis pengukuran yang paling populer adalah berat badan karena hanya perlu diukur sekali berdasarkan usia seseorang. Namun, pengukuran ini tidak secara menyeluruh menggambarkan kecenderungan perubahan kondisi pola makan dari waktu ke waktu.

### 3. Indeks BB/U

Massa tubuh digambarkan dengan berat badan. BB sering berkembang sejalan dengan pertumbuhan kronologis pada balita. Sementara BB tumbuh lebih cepat atau lebih lambat dalam kondisi yang tidak biasa. Indikator BB/U hanya dapat mengkarakterisasi status gizi saat ini berdasarkan fitur-fitur ini.

### 4. Tinggi badan

Ringkasan fungsi pertumbuhan, yang berkisar dari mungil dan pendek hingga kurus dan kering, diberikan berdasarkan tinggi badan. Tubuh yang tinggi memiliki kemampuan untuk melihat lebih jauh dari sekadar masalah, terutama yang berkaitan dengan berat badan lahir rendah dan kekurangan gizi pada anak.

#### **2.1.5 Standar Daviasi Unit (SD) atau Z-Score**

Standar Harvard dan WHO-NCHS merupakan tolak ukur antropometri yang paling banyak diadopsi. Pada tanggal 19 Januari 2000, Persatuan Ahli Gizi Indonesia (PERSAGI) merekomendasikan penggunaan indeks Berat Badan menurut Usia (BB/U), Tinggi Badan menurut Usia (TB/U), dan Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB) untuk menilai status gizi, di samping Z-Score dan standar acuan WHO-NCHS (WNPG VII, 2004). Status gizi diklasifikasikan menggunakan Z-Score, dengan indeks BB/U, TB/U, dan BB/TB dibagi menjadi tiga kategori berbeda berdasarkan ambang batas tertentu.

| No | Klasifikasi Status Gizi                                      |  |  |
|----|--|--|--|
|    | BB/U   | TB/U   | BB/TB  |
| 1  | Gizi Lebih, bila Z-Score terletak $> +2SD$                   | Normal, bila Z-Score terletak $\geq -2SD$ s/d $2 SD$ | Gemuk, bila ZScore terletak $> +2 SD$        |
| 2  | Gizi Baik, bila Z-Score terletak $\geq -2SD$ s/d $+2SD$      | Pendek, bila Z-Score terletak $, -3 SD$ s/d $< -2SD$ | Normal, bila ZScore $\geq -2SD$ s/d $+2 SD$  |
| 3  | Gizi Kurang, bila ZScore terletak $\geq -3 SD$ s/d $< -2 SD$ | Tinggi, $< 2SD$                                      | Kurus, bila Z-Score $\geq -3SD$ s/d $< -2SD$ |
| 4  | Gizi Buruk, Bila Z-Score terlerak $< -3 SD$                  | Sangat pendek, $< -3SD$                              | Kurus sekali, bila ZScore terletak $< -3 SD$ |

Klasifikasi dan penilaian status gizi berdasarkan antropometri yaitu, gizi lebih (*Overweight* dan *Obesity*), gizi baik (*wellnourished*), gizi kurang (*underweight*, *mild* dan *moderate malnutrirition*) dan gizi buruk (*severe malnutrition*).

Kementerian Kesehatan RI (2010) dalam Buku Pedoman Pemantauan Status Gizi (PSG) melalui Posyandu menyebutkan bahwa indeks BB menurut umur dengan standar menggunakan acuan antropometri WHO-NCHS merupakan indeks dan standar acuan yang digunakan dalam pengolahan data. Hasilnya terbagi dalam 4 kategori yaitu,  $\geq 80\%$  terhadap bakuan median (gizi baik), 70-79,9% terhadap bakuan median (gizi sedang), 60-69,9% terhadap bakuan median (gizi kurang) dan  $< 60\%$  terhadap bakuan median (gizi buruk).

## 2.2 Pola Asuh Ibu

### 2.2.1 Pengertian Pola asuh Ibu

Dua elemen perilaku yang membentuk pola pengasuhan pertama adalah perilaku mendukung dan perilaku mengarahkan, menurut Hersey dan Blanchard (1978). Namun, interaksi orangtua-anak merupakan landasan keduanya. Komunikasi satu arah yang digunakan orangtua untuk menginformasikan dan menjelaskan peran dan kewajiban anak mereka dikenal sebagai perilaku mengarahkan orangtua. Di sisi lain, perilaku mendukung merupakan jenis komunikasi dua arah di mana orangtua mendengarkan pendapat anak-anak mereka, mendorong, membimbing, dan mengoreksi mereka ketika mereka berperilaku baik, sambil menguraikan tugas dan kewajiban mereka kepada anak-anak dengan jelas. (Gina Sonia & Nurliana Cipta Apsari 2020).

Pola dan pengasuhan merupakan dua istilah yang membentuk istilah pengasuhan. Kamus Besar Bahasa Indonesia mengartikan pola sebagai model, sistem, atau pola. Prinsip berfungsi: bentuk (struktur) yang tetap. Sementara istilah "pengasuhan" mengacu pada penyediaan, pengajaran, dan perawatan bagi anak-anak kecil, "pengarahan" mengacu pada pengelolaan dan pengaturan suatu organisasi atau lembaga (Popy Puspita sari et al. 2020).

Pola pengasuhan dapat dilihat sebagai metode, sistem, atau struktur yang digunakan untuk membesarkan, memelihara, mengajar, dan membimbing anak-anak kecil hingga mereka mampu menghidupi diri sendiri. Lebih jauh, interaksi antara orang tua dan anak selama kegiatan pengasuhan dapat dipahami sebagai pola pengasuhan. Proses memanusiakan atau mengembangkan orang melalui pengasuhan melibatkan penyesuaian gaya pengasuhan berdasarkan keadaan, kemajuan, dan situasi saat itu (Juliani Lubis *et al.* 2022)

Pola asuh memiliki dampak besar terhadap seberapa sering anak mengalami masalah perkembangan. Tiga komponen utama perkembangan ideal anak adalah stimulasi psikososial, kesehatan, dan gizi. Kebiasaan makan yang baik, yang tidak hanya mencakup apa yang dimakan anak tetapi juga suasana hati ibu, memiliki dampak signifikan terhadap asupan gizi. Misalnya, kehadiran ibu untuk mengawasi anaknya saat makan. Status gizi anak akan membaik dengan pola makan yang bergizi (Masyudi *et al.*2019).

Pertumbuhan hanya terkait dengan aspek fisik dari perubahan yang dialami anak, tetapi perkembangan terkait dengan semua aspek perubahan tersebut, termasuk perubahan kognitif, emosional, psikososial, dan fisik. Pertumbuhan dan perkembangan balita terjadi cukup cepat. Selama masa ini, anak-anak mencari perhatian dan instruksi dari orang tua mereka. Salah satu tahap terpenting dari pertumbuhan dan perkembangan balita adalah perkembangan kemampuan motorik mereka (Jamiah, 2021).

### **2.2.2 Macam – Macam Pola Asuh**

Setiap keluarga membesarkan anak-anak mereka dengan cara yang unik. Ada beberapa pendekatan dalam mendidik orang tua. Hurlock sering membagi filosofi pengasuhan anak menjadi tiga kelompok, yaitu sebagai berikut:

#### **1. Pola asuhan *Authoritarian* (otoriter)**

Anak-anak yang dibesarkan dengan pendekatan pengasuhan seperti ini biasanya tidak diperbolehkan membuat keputusan sendiri. Anak-anak tidak diberi kesempatan untuk menyuarakan keberatan atau ide mereka; orang tua yang membuat semua keputusan. Di antara ciri-ciri pola asuh ini adalah

kekuasaan orang tua yang dominan, jika tidak mutlak, hukuman keras bagi anak yang tidak mematuhi, pendapat anak tidak didengarkan, dan tingkah laku anak dikontrol dengan sangat ketat (Popy Puspita sari et al. 2020).

## **2. Pola asuh *Authoritative* (Demokratis)**

Demokrasi dan rasionalitas digunakan dalam pola asuh ini. Orang tua tidak hanya memperhatikan aspek penting dan kebutuhan yang dapat dipenuhi anak mereka, tetapi mereka juga mengawasi aktivitas anak dan memberikan kebebasan dan tanggung jawab untuk melakukan aktivitas dan berinteraksi dengan orang lain. Tugas dan tanggung jawab yang diperlukan dilakukan dengan benar (Popy Puspita sari et al. 2020).

## **3. Pola asuh *Permissif***

Dalam metode pengasuh ini, orang tua memberi anak mereka kebebasan penuh. Orang tuanya tampaknya tidak memberikan perhatian yang cukup, bebas, dan tidak memberikan bimbingan atau kontrol yang cukup. Anak-anak memiliki kendali penuh. Anak-anak dapat belajar banyak dari orang tua mereka, termasuk tentang diri mereka sendiri (Popy Puspita sari et al. 2020).

### **2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Pola Asuh**

Ketika menjadi orang tua, seseorang akan memilih dan menerapkan pola asuh tertentu untuk anak-anaknya. Setiap orang tua memiliki pola asuh yang unik, oleh karena itu pengasuhan anak harus disesuaikan dengan tahap perkembangan anak. Hal ini terjadi karena beberapa keadaan yang memengaruhi pola asuh yang digunakan di setiap rumah tangga. Menurut Tindiasari (2015), ada sejumlah faktor yang dapat memengaruhi keberhasilan praktik pengasuhan, termasuk:

- a. Usia orang tua

Undang-undang perkawinan bertujuan untuk mendukung upaya setiap pasangan agar siap secara psikologis dan fisik untuk memulai sebuah keluarga dan membesarkan anak-anak.

Menurut Prianti (2011), usia ibu dapat dibagi menjadi dua kelompok yaitu, 24 – 29 tahun dan 30 – 35 tahun. Sedangkan menurut Wong (2008), rentang usia ideal untuk mengasuh anak adalah antara 24 dan 35 tahun. Orang tua dianggap dalam kondisi kesehatan yang baik selama rentang usia ini, dan harapan hidup mereka yang diperkirakan memberi mereka cukup waktu untuk memulai sebuah keluarga.



b. Keterlibatan orang tua

Sama pentingnya ikatan antara ibu dan anak, peran ayah dalam membangun hubungan dengan bayi yang baru lahir juga penting. Oleh karena itu, ayah diperbolehkan untuk menggendong bayi tepat setelah ibu menyusui dan menggendong anak selama proses persalinan.

c. Pendidikan ibu

Pendidikan ibu adalah proses memperoleh pengetahuan, sikap, dan pola perilaku lain yang sesuai dengan budaya seseorang. Pendidikan orang tua merupakan salah satu faktor terbesar yang memengaruhi perkembangan dan pertumbuhan anak. Hal ini dimaksudkan agar orang tua yang telah mengenyam pendidikan yang baik dapat mengakses informasi dunia, terutama dalam hal mengasuh anak-anaknya.

d. Pengetahuan gizi ibu

Ibu rumah tangga harus memiliki kemampuan memasak yang baik selain harus mampu menyiapkan dan menilai makanan untuk keluarganya.

Ketidaktahuan dan kesalahpahaman tentang kebutuhan dan manfaat makan merupakan sebuah permasalahan umum. Salah satu penyebab kekurangan gizi adalah ketidakmampuan untuk menggunakan informasi atau keterampilan gizi dalam kehidupan sehari-hari.

e. Aktivitas ibu

Para ibu kini semakin banyak yang menjadi profesional selain menjadi ibu rumah tangga. Tugas ganda ini memengaruhi keluarga secara keseluruhan, tetapi juga berfungsi untuk meningkatkan hubungan antara anggota keluarga dan anak-anak mereka.

f. Pengalaman sebelumnya dalam mengasuh anak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua yang telah mengasuh anak sebelumnya lebih tenang dan lebih mampu menyelesaikan tanggung jawab pengasuhannya.

g. Stress orang tua

Orang tua mungkin mengalami stres saat menjalankan tugas mereka sebagai pengasuh, terutama dalam hal strategi menghadapi masalah yang mereka miliki saat menangani masalah anak.

h. Hubungan suami istri

Hubungan yang tegang antara suami dan istri dapat berdampak negatif pada kemampuan mereka untuk memenuhi peran sebagai orang tua, sebab hubungan tersebut menghalangi kemampuan mereka untuk saling mendukung dan bekerja sama secara positif guna menyelesaikan masalah dan membesarkan anak-anak mereka dalam lingkungan yang bahagia.

#### **2.2.4 Pengukuran Pola Asuh Anak**

Soetjiningsih (2002) mengategorikan kebutuhan dasar anak tumbuh kembang menjadi tiga bagian yaitu:

1. Kebutuhan Fisik – Biomedis (ASUH), yang meliputi:
  - a. Makanan atau gizi merupakan hal terpenting
  - b. Rumah atau tempat perlindungan
  - c. Pakaian yang cukup

Tentang makanan yang dimakan anak-anak, sebelum dan sesudah hamil, perumahan, mengenakan pakaian yang pas, mendapatkan imunisasi, dan mendapatkan bantuan untuk indikasi penyakit sejak dini.

2. Kebutuhan Emosi atau Kasih Sayang (ASIH)

Agar anak merasa aman, interaksi fisik dan psikologis sejak dini dengan ibu sangatlah penting. Selain itu, penting untuk memenuhi kebutuhan anak akan tugas-tugas yang berhubungan dengan kemandirian, pujian, pengalaman baru, dan kasih sayang.

3. Kebutuhan Stimulasi Mental (ASAH)

Menggambarkan bagaimana perilaku moral dan etika berkembang. fitur proses pendidikan, seperti instruksi dan pelatihan yang tepat waktu dan tepat untuk menumbuhkan karakter moral, pandangan hidup yang baik, kecerdasan, kemandirian, bakat, dan produktivitas, terutama antara usia empat dan lima tahun.

#### **2.2.5 Aspek – Aspek Pola Asuh**

Pola pengasuhan dapat dikategorikan menjadi banyak komponen, seperti yang dinyatakan oleh Baumrind (2002):

- a. Kontrol, merupakan suatu usaha untuk mempengaruhi perilaku anak secara berlebihan guna mencapai tujuan, mendorong anak agar saling mengandalkan, memprovokasi anak agar bertindak agresif, dan memaksakan aturan perilaku yang lebih ketat.
- b. Tuntutan kedewasaan, memaksa anak-anak untuk berkembang secara kognitif, sosial, dan emosional sampai tingkat tertentu tanpa memberi mereka waktu untuk berpikir.
- c. Komunikasi anak dan orang tua, terputusnya komunikasi orangtua-anak, terutama ketika orangtua tidak meminta pendapat anak-anaknya tentang masalah yang perlu diselesaikan.
- d. Kasih sayang, terutama kurangnya kehangatan, cinta, kasih sayang, dan dukungan emosional, serta tidak mengakui atau merayakan pencapaian anak.

Menurut Engle dkk. (1997), pengasuhan melibatkan enam elemen kunci: dukungan ibu, pemberian ASI atau makanan pendamping, stimulasi psikososial, penyiapan dan penyimpanan makanan, pemeliharaan kebersihan, dan perawatan kesehatan balita. Praktik pemberian makanan meliputi pemberian ASI dan pemberian nutrisi tambahan, serta penyiapan dan penyimpanan makanan.

#### 1) Dukungan Ibu dalam Praktik Pemberian Makanan

Kebiasaan makan yang sehat dimulai dari rumah, dengan pola makan anak di masa depan yang sangat dipengaruhi oleh perilaku keluarga mereka. Anggota keluarga, terutama ibu, memainkan peran penting dalam memberi contoh praktik pemberian makan yang tepat, karena mereka biasanya menghabiskan lebih banyak waktu untuk menyiapkan makanan, berbelanja kebutuhan pokok, dan berinteraksi dengan anak-anak mereka.

## 2) Persiapan dan Penyimpanan Makanan

Praktik higienis dalam persiapan dan penyimpanan makanan sangat penting, karena makanan yang terkontaminasi dapat menyebabkan penyakit. Perhatian yang tepat harus diberikan pada pengolahan makanan, karena metode yang digunakan dalam persiapan dan pemasakan dapat sangat memengaruhi nilai gizi, terutama vitamin dan mineral.

## 3) Rangsangan Psikososial

Stimulasi psikososial melibatkan bagaimana seorang individu berinteraksi dengan orang lain, seperti orang tua, saudara kandung, dan teman bermain. Interaksi positif diyakini dapat mendukung perkembangan organ dan merangsang hormon pertumbuhan, sedangkan kondisi psikososial negatif dapat menghambat kemampuan tubuh untuk memanfaatkan nutrisi secara efektif. Kesehatan dan nutrisi yang baik berkaitan erat dengan perilaku psikologis positif, yang secara tidak langsung bermanfaat bagi pertumbuhan, perkembangan, dan status gizi. Soetjiningsih mengidentifikasi beberapa faktor psikologis, termasuk: stimulasi, motivasi belajar, hukuman yang wajar, kelompok sebaya, stress, cinta dan kasih sayang dan kualitas interaksi anak dan orang tua.

## 4) Praktik Higiene

Lingkungan anak harus dikelola dengan cermat untuk menghindari risiko kesehatan. Faktor-faktor kunci meliputi konstruksi rumah, kebutuhan akan taman bermain, sirkulasi udara, sinar matahari, pencahayaan, akses ke air bersih, pembuangan limbah, toilet, dan halaman. Baik kondisi lingkungan

maupun kebersihan pribadi berdampak signifikan pada pertumbuhan dan perkembangan anak.

#### 5) Perawatan Kesehatan Balita

Anak-anak kecil lebih rentan terhadap penyakit seperti diare dan flu. Jika anak-anak sering sakit, hal itu dapat menghambat atau mengganggu pertumbuhan dan perkembangan mereka. Maka, orang tua harus memperhatikan kesehatan anak-anak mereka, terutama saat harus segera membawa mereka ke rumah sakit terdekat saat mereka sakit.

### 2.3 Kajian Integrasi Keislaman

#### 2.3.1 Pola Asuh Dalam Perspektif Islam

Islam telah memberikan tuntunan tentang pengasuhan dan perawatan anak, yang disebut “Hadhanah”. Menurut para ulama Islam, “Hadhanah” melibatkan pengasuhan anak dengan cara yang membantu mereka tumbuh menjadi individu yang baik, melindungi mereka dari bahaya, dan memberikan pendidikan intelektual, spiritual, dan fisik. Ini mempersiapkan mereka untuk menghadapi tantangan hidup dan memenuhi tanggung jawab mereka. Konsep ini berlaku untuk anak laki-laki dan perempuan, serta mereka yang telah mencapai usia dewasa tetapi belum mampu membuat keputusan sendiri (tamyiz).

Pandangan Islam tentang pola asuh mendefinisikan pola asuh sebagai semua kegiatan orang tua terhadap anak mereka yang memfasilitasi perkembangan anak. Pendekatan pola asuh ini menyediakan infrastruktur, pemantauan, dan pengajaran agama bagi anak-anak. Islam menerapkan teknik pola asuh dengan tujuan menjamin kebahagiaan anak-anak di dunia dan akhirat.

Menurut Kitab Hukum Islam (KHI), suami istri berkewajiban untuk membesarkan dan mengasuh anak-anaknya agar mereka dapat memperoleh pendidikan agama dan tumbuh kembang secara jasmani, rohani, dan intelektual. Kewajiban ini muncul seiring dengan perkawinan, sebagaimana disebutkan dalam kitab hukum perdata dan perundang-undangan tentang hak dan kewajiban suami istri. Setelah suami dan istri mengikat janji suci pernikahan, mereka telah berkomitmen untuk membesarkan dan mendidik anak-anaknya.

Salah satu cara orang tua untuk mengungkapkan rasa syukurnya kepada Allah atas amanah ini adalah dengan berusaha mendidik anak-anaknya semaksimal mungkin melalui pola asuh yang baik, sebagaimana sabda Rosululloh SWT, "Ajarkanlah kebaikan kepada anak-anakmu dan keluargamu, dan didiklah mereka" (HR Abdur Razzaq dan Sa'id bin Mansur). Rasanya mustahil mereka akan mampu membesarkan generasi yang baik dan taat beragama tanpa pola asuh dan pola pendidikan yang baik (Hanan, 2005).

Orang tua memiliki banyak tanggung jawab dalam mengasuh anak-anaknya selain mencari nafkah. Tanggung jawab ini termasuk melindungi keluarga dan diri mereka sendiri dari kengerian neraka dan memastikan anak-anak mereka memperoleh pendidikan terbaik. Allah SWT berfirman dalam Surah At-Tahrim ayat 6:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ ﴿٦﴾

Terjemahan: *"Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, dan tidak mendurhakai Allah*

terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.” (Q.S. At-Tahrim [66]: 6).

Mujahid membuat pernyataan berikut tentang perintah Allah untuk "menjaga diri dan keluarga dari api neraka" dalam Tafsir Ibnu Katsir: "Takutlah kepada Allah dan katakan kepada keluargamu agar takut kepada Allah." "Yaitu, kamu harus memerintahkan mereka untuk menaati Allah dan mencegah mereka dari ketidaktaatan kepada-Nya," jelas Qatadah. Selain itu, kamu harus memberi tahu mereka untuk mengikuti perintah Allah dan juga dirimu sendiri. Jika kamu melihat orang-orang menentang Allah, peringatkan mereka dan akhiri mereka."

Surah At-Tahrim ayat 6 menekankan pentingnya menjaga diri dan keluarga melalui pendidikan, pengajaran, dan pelatihan untuk menumbuhkan perilaku baik dan menjadi contoh yang baik. Burhanudin mengutip tafsir Sabiq tentang ayat ini.

Surah Luqman ayat 13-19 menekankan pentingnya hubungan keluarga dalam pengasuhan anak, menyoroti peran keluarga dalam membesarkan anak.

وَأَذِّقْ لِقْمَهُ لِقْمَهُ لِقْمَهُ وَهُوَ يَعِظُهُ يَبْيُئِ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ ﴿١٣﴾

Terjemahan: “Dan (ingatlah) ketika Luqman berkata kepada anaknya, di waktu ia memberi pelajaran kepadanya: "Hai anakku, janganlah kamu mempersekutukan Allah, sesungguhnya mempersekutukan (Allah) adalah benar-benar kezaliman yang besar.” (Q.S. Luqman [31]: 13).

Nasihat Luqman yang terdapat dalam Surat Luqman ayat 13, mengharuskan orang tua untuk menanamkan kepada anak-anaknya keimanan kepada Allah SWT dan menjauhi-Nya. Firman Allah ayat 14 dalam Q.S. Luqman:

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْتًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفِصَالَهُ فِي غَامِثٍ إِنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَىٰ الْمَصِيرِ ﴿١٤﴾

Terjemahan: *“Dan Kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu-bapaknya; ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah, dan menyapihnya dalam dua tahun. Bersyukurlah kepada-Ku dan kepada dua orang ibu bapakmu, hanya kepada-Kulah kembalimu.” (Q.S. Luqman [31]: 14).*

Ayat 14 dan 15 dalam Surah Luqman menekankan pentingnya menghormati dan menafkahi orang tua, menempatkan mereka di urutan kedua setelah beribadah kepada Allah SWT. Al-Qur'an sering kali membedakan antara beribadah kepada Allah dan ajaran berbakti kepada orang tua.

Metode pengasuhan anak yang harus dilakukan orang tua dijelaskan dalam Surah Luqman ayat 13 dan 14. Khususnya, ketika memberikan kebenaran kepada anak-anak mereka, hal itu harus didukung oleh alasan atau pembenaran yang membuat kebenaran dapat diterima oleh mereka. Strategi ini bertujuan untuk memberikan individu rasa partisipasi dalam proses pencarian kebenaran, sehingga menumbuhkan rasa kewajiban untuk membela kebenaran.

### **2.3.2 Status Gizi Dalam Perspektif Islam**

Nabi Muhammad SAW bersabda dalam HR. Al-Bukhari, Ahmad, dan An-Nasa'i bahwa "sesungguhnya tubuhmu mempunyai hak yang harus kamu penuhi," yang berarti bahwa setiap orang memiliki tanggung jawab untuk menjaga kesehatannya dan merawat tubuhnya agar dapat berfungsi dengan baik. Khususnya bagi umat Islam, kesulitan pangan dapat dilihat sebagai masalah duniawi yang hukumnya "mubah" dan fardu'ain serta fardu kifayah.

Makanan sangat berharga dan dinikmati oleh manusia, dan kekurangannya dapat berakibat fatal. Islam telah menekankan bahwa mengonsumsi makanan

yang seimbang akan memberikan tubuh energi yang dibutuhkan untuk bergerak dan melindunginya dari berbagai penyakit. Namun, jika berlebihan, hal ini dapat mengakibatkan porsi yang terlalu kecil, yang dapat memperlambat pertumbuhan dan perlindungan jaringan tubuh, atau pencernaan dan penyerapan nutrisi yang buruk dari makanan yang dibutuhkan tubuh, yang menyebabkan sel-sel rusak dan rusak.

Islam menempatkan prioritas tinggi pada pemeliharaan kesehatan umum dan gizi seseorang. Literatur Islam klasik tertentu memberikan kejadian medis dan makanan yang berkaitan dengan kehidupan nabi. Gagasan bahwa manusia adalah makhluk sosial yang peduli terhadap kesejahteraan negara dan kesehatan masyarakat—keduanya bergantung pada gizi yang memadai—sangat memengaruhi pendekatan Islam terhadap kesehatan masyarakat. Selain taktik lain, meningkatkan gizi makanan, latihan fisik, dan menjalani hidup sehat merupakan bagian dari upaya untuk memenuhi tujuan utama syariah.

Al-Qur'an menyatakan bahwa makanan haruslah halal, bermutu tinggi, dikonsumsi secukupnya—tidak berlebihan atau kekurangan—dan memiliki efek yang bermanfaat dan aman. Jenis makanan yang dianjurkan adalah makanan nabati (kurma, biji-bijian, sayur-sayuran, buah-buahan) dan makanan hewani (daging hewan darat, makanan laut, susu, dan madu).

Tubuh membutuhkan zat gizi, seperti protein, lemak, karbohidrat, dan vitamin serta mineral, untuk beroperasi, tumbuh, berkembang, dan mempertahankan kesehatannya. Tidak ada jenis makanan, kecuali ASI, yang dapat menyediakan semua jenis zat gizi (ASI) bagi tubuh. Tubuh membutuhkan zat gizi, seperti protein, lemak, karbohidrat, dan vitamin serta mineral, untuk

beroperasi, tumbuh, berkembang, dan mempertahankan kesehatannya. Tidak ada jenis makanan, kecuali ASI, yang dapat menyediakan semua jenis zat gizi (ASI) bagi tubuh.

Dengan demikian, prinsip makan sehat yang dikenal secara umum, yaitu "empat sehat lima sempurna", dapat disempurnakan menjadi "lima sehat enam sempurna" dengan bantuan Al-Qur'an yang memberikan petunjuk dan penjelasan. Konsep baru ini menggabungkan sejumlah komponen, termasuk makanan pokok, sayur-sayuran, lauk-pauk, buah-buahan, susu, dan madu halal. Kesehatan manusia akan meningkat jika kedua persyaratan ini terpenuhi. Rekomendasi Islam untuk diet sehat melampaui perbedaan antara halal dan haram, mencakup faktor-faktor seperti kualitas gizi, jumlah, dan ukuran porsi. Kedua faktor ini sangat penting bagi kesehatan seseorang karena ketidakseimbangan gizi dapat menyebabkan sejumlah penyakit dan berdampak pada kondisi pikiran seseorang.

## 1) Makanan halal dan haram

### 1. Halal

Istilah "halal" berasal dari kata bahasa Arab "halla," yang berarti "bebas" atau "tidak terikat." Halal mengacu pada apa yang diizinkan dan tidak dibatasi oleh peraturan. Al-Qur'an dan Hadits memerintahkan orang untuk memilih makanan yang halal dan layak untuk dikonsumsi, sebagaimana diilustrasikan oleh Hadits yang disebutkan dalam Al-Baqarah [2]: 168.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ ﴿١٦٨﴾

Terjemahan: *“Wahai manusia, makanlah sebagian (makanan) di bumi yang halal lagi baik dan janganlah mengikuti langkah-langkah setan. Sesungguhnya ia bagimu merupakan musuh yang nyata”*.

Ayat di atas mengajak pembaca untuk memperhatikan pola makan, khususnya bagi ibu hamil atau ibu menyusui, yang harus mengonsumsi makanan halal, bergizi, dan sehat karena anak-anak mereka juga akan memperoleh manfaat darinya. Mengonsumsi 36 makanan halal, sehat, dan bergizi akan meningkatkan kesehatan fisik dan mental, serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak yang sehat.

## 2. Haram

Hukum Islam secara umum membagi hukum (sesuatu) menjadi dua kategori: haram lizatihi dan haram li-gairih. Ada dua jenis haram dalam Islam: haram lidzatihi dan haram lighairihi.

- a. Makanan yang tergolong haram lidzatihi adalah makanan yang secara tegas diharamkan dalam Al-Qur'an dan hadits, antara lain darah, daging babi, dan segala makanan yang membahayakan bagi kesehatan manusia.
- b. Makanan yang sebelumnya dianggap halal tetapi sekarang dianggap haram karena kondisi tertentu disebut haram lighairihi. Contoh situasi seperti itu adalah penyembelihan hewan lain dan pembunuhan hewan kurban tanpa menyebut Allah (Basmalah).

Firman Allah pada QS. Al-Ma'idah (3):

حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالدَّمُ وَلَحْمُ الْخِزْيِيرِ وَمَا أُهْلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى النُّصُبِ وَأَنْ تَسْتَقْسِمُوا بِالْأَزْلَامِ ذَٰلِكُمْ فِسْقٌ الْيَوْمَ يَبْسُ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ دِينِكُمْ فَلَا تَخْشَوْهُمْ وَاخْشَوْنَ الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتَمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيْتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا فَمَنِ اضْطُرَّ فِي مَخْمَصَةٍ غَيْرِ مُتَجَانِفٍ لِإِيْمٍ فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ ﴿٣﴾

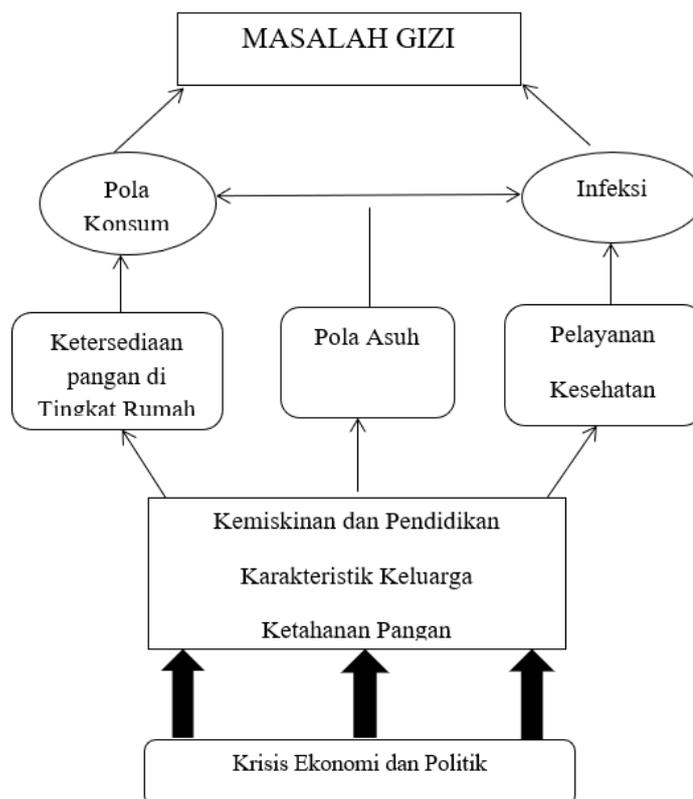
Terjemahan: "Diharamkan bagimu (memakan) bangkai, darah, daging babi, dan (daging) hewan yang disembelih bukan atas (nama) Allah, yang tercekik,

*yang dipukul, yang jatuh, yang ditanduk, dan yang diterkam binatang buas, kecuali yang sempat kamu sembelih. Dan (diharamkan pula) yang disembelih untuk berhala. Dan (diharamkan pula) mengundi nasib dengan azlam (anak panah), (karena) itu suatu perbuatan fasik. Pada hari ini orang-orang kafir telah putus asa untuk (mengalahkan) agamamu, sebab itu janganlah kamu takut kepada mereka, tetapi takutlah kepada-Ku. Pada hari ini telah Aku sempurnakan agamamu untukmu, dan telah Aku cukupkan nikmat-Ku bagimu, dan telah Aku ridhai Islam sebagai agamamu. Tetapi barangsiapa terpaksa karena lapar, bukan karena ingin berbuat dosa, maka sungguh, Allah Maha Pengampun, Maha Penyayang”.*

Ayat diatas membahas lebih rinci tentang makanan yang dilarang, berdasarkan daftar perilaku terlarang dari ayat sebelumnya. Sepuluh kategori makanan terlarang tercantum, semuanya berasal dari hewan: daging babi, bangkai, darah, dan daging hewan yang tidak disembelih atas nama Allah. Lebih jauh, adalah ilegal untuk mengonsumsi daging hewan yang telah ditanduk, dipukuli, dicekik, jatuh, atau dicabik-cabik oleh binatang buas kecuali jika mereka dibunuh sebelum mati.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN

## 2.4 Kerangka Teori



**Gambar 2 1Kerangka Teori**

**Sumber:** (UNICEF 1998)

## 2.5 Kerangka Konsep



Gambar 2 2Kerangka Konsep

## 2.6 Hipotesis

Ha : Ada hubungan pola asuh terhadap status gizi balita di Puskesmas Sukaramai

Ho : Tidak ada hubungan pola asuh terhadap status gizi balita di Puskesmas Sukaramai.

