

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Status Gizi

2.1.1 Pengertian Status Gizi

Gizi merupakan determinan penting tumbuh kembang anak, tetapi gizi saja tidak cukup, rangsangan juga diperlukan untuk pematangan fungsi tubuh. Pemberian makanan maupun stimulasi yang efektif hanya mungkin diperoleh anak jika ibu atau pengasuh mempunyai pengetahuan, sikap, dan motivasi yang berkenaan dengan pemberian makanan dan stimulasi tersebut. Pendidikan gizi dan stimulasi melalui konseling merupakan kombinasi upaya yang cukup efektif dalam merubah perilaku ibu/pengasuh (Darwati, et al., 2014).

Sedangkan Status gizi menurut Kemenkes RI dan WHO adalah adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan nutrisi yang diperlukan tubuh untuk metabolisme. Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Dibedakan antara status gizi buruk, kurang, baik, dan lebih. Secara klasik kata gizi hanya dihubungkan dengan Kesehatan tubuh, yaitu untuk menyediakan energi, membangun dan memelihara jaringan tubuh serta mengatur proses-proses kehidupan dalam tubuh. Tetapi, sekarang kata gizi mempunyai pengertian lebih luas, disamping untuk kesehatan, gizi dikaitkan dengan potensi ekonomi seseorang karena gizi berkaitan dengan perkembangan otak, kemampuan

belajar, dan produktifitas kerja (Amirullah, et al., 2020). Status gizi adalah keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau perwujudan dari *nutriture* (keadaan gizi) dalam bentuk variabel tertentu (Arisman, 2019).

2.1.2 Penilaian Status Gizi

Standar Antropometri Anak digunakan untuk menilai atau menentukan status gizi anak. Penilaian status gizi Anak dilakukan dengan membandingkan hasil pengukuran berat badan dan panjang/tinggi badan dengan Standar Antropometri Anak. Klasifikasi penilaian status gizi berdasarkan Indeks Antropometri sesuai dengan kategori status gizi pada WHO *Child Growth Standards* untuk anak usia 0-5 tahun dan The WHO Reference 2007 untuk anak 5-18 tahun (Nurhastuti et al., 2023).

Umur yang digunakan pada standar ini merupakan umur yang dihitung dalam bulan penuh, sebagai contoh bila umur anak 2 bulan 29 hari maka dihitung sebagai umur 2 bulan. Indeks Panjang Badan (PB) digunakan pada anak umur 0-24 bulan yang diukur dengan posisi terlentang. Bila anak umur 0-24 bulan diukur dengan posisi berdiri, maka hasil pengukurannya dikoreksi dengan menambahkan 0,7 cm. Sementara untuk indeks Tinggi Badan (TB) digunakan pada anak umur diatas 24 bulan yang diukur dengan posisi berdiri. Bila anak umur diatas 24 bulan diukur dengan posisi terlentang, maka hasil pengukurannya dikoreksi dengan mengurangi 0,7 cm (Nurhastuti et al., 2023).

A. Indeks Standar Antropometri Anak

Standar Antropometri Anak didasarkan pada parameter berat badan dan panjang/tinggi badan yang terdiri atas 4 (empat) indeks, meliputi:

1. Indeks Berat Badan menurut Umur (BB/U)

Indeks BB/U ini menggambarkan berat badan relatif dibandingkan dengan umur anak. Indeks ini digunakan untuk menilai anak dengan berat badan kurang (*underweight*) atau sangat kurang (*severely underweight*), tetapi tidak dapat digunakan untuk mengklasifikasikan anak gemuk atau sangat gemuk. Penting diketahui bahwa seorang anak dengan BB/U rendah, kemungkinan mengalami masalah pertumbuhan, sehingga perlu dikonfirmasi dengan indeks BB/PB atau BB/TB atau IMT/U sebelum diintervensi (Sari & Rusdiyani, 2022).

2. Indeks Panjang Badan Menurut Umur atau Tinggi Badan menurut Umur (PB/U atau TB/U)

Indeks PB/U atau TB/U menggambarkan pertumbuhan panjang atau tinggi badan anak berdasarkan umurnya. Indeks ini dapat mengidentifikasi anak-anak yang pendek (*stunted*) atau sangat pendek (*severely stunted*), yang disebabkan oleh gizi kurang dalam waktu lama atau sering sakit. Anak-anak yang tergolong tinggi menurut umurnya juga dapat diidentifikasi. Anak-anak dengan tinggi badan di atas normal (tinggi sekali) biasanya disebabkan oleh gangguan endokrin, namun hal ini jarang terjadi di Indonesia (Sustanti, Kalsum & Siregar, 2023).

3. Indeks Berat Badan menurut Panjang Badan/Tinggi Badan (BB/PB atau BB/TB)

Indeks BB/PB atau BB/TB ini menggambarkan apakah berat badan anak sesuai terhadap pertumbuhan panjang/tinggi badannya. Indeks ini dapat digunakan untuk mengidentifikasi anak gizi kurang (*wasted*), gizi buruk (*severely wasted*) serta anak yang memiliki risiko gizi lebih (*possible risk of overweight*). Kondisi gizi buruk biasanya disebabkan oleh penyakit dan kekurangan asupan gizi yang baru saja terjadi (akut) maupun yang telah lama terjadi (kronis) (Sari & Rusdiyani, 2022).

4. Indeks Masa Tubuh menurut Umur (IMT/U)

Indeks IMT/U digunakan untuk menentukan kategori gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, berisiko gizi lebih, gizi lebih dan obesitas. Grafik IMT/U dan grafik BB/PB atau BB/TB cenderung menunjukkan hasil yang sama. Namun indeks IMT/U lebih sensitif untuk penapisan anak gizi lebih dan obesitas. Anak dengan ambang batas IMT/U $>+1SD$ berisiko gizi lebih sehingga perlu ditangani lebih lanjut untuk mencegah terjadinya gizi lebih dan obesitas (Sustanti, Kalsum & Siregar, 2023).

B. Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak

Tabel 2. 1 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasarkan Indeks Antropometri

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas
Berat Badan menurut Umur (BB/U) anak usia 0-60 bulan	Berat Badan sangat kurang (<i>severely underweight</i>)	<-3 SD
	Berat badan kurang (<i>underweight</i>)	- 3 SD sd <- 2
	Berat badan normal	-2 SD sd +1 SD
	Risiko Berat Badan Lebih	>+1 SD
Panjang Badan atau Tinggi Badan menurut Umur (PB/U atau TB/U) anak usia 0-60 bulan	Sangat pendek (<i>severely stunted</i>)	<-3 SD
	Pendek (<i>stunted</i>)	-3 SD sd <-2 SD
	Normal	-2 SD sd +3 SD
	Tinggi	> +3 SD
Berat Badan menurut Panjang Badan atau Tinggi Badan (BB/PB atau BB/TB) anak usia 0-60 bulan	Gizi buruk (<i>severely wasted</i>)	<-3 SD
	Gizi kurang (<i>wasted</i>)	- 3 SD sd <- 2 SD
	Gizi baik (normal)	-2 SD sd +1 SD
	Berisiko gizi lebih (<i>possible risk of overweight</i>)	> + 1 SD sd + 2 SD
	Gizi lebih (<i>overweight</i>)	> + 2 SD sd + 3 SD
	Obesitas (<i>obese</i>)	> + 3 SD
Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) anak usia 0-60 bulan	Gizi buruk (<i>severely wasted</i>)	<-3 SD
	Gizi kurang (<i>wasted</i>)	- 3 SD sd <- 2 SD
	Gizi baik (normal)	-2 SD sd +1 SD
	Berisiko gizi lebih (<i>possible risk of overweight</i>)	> + 1 SD sd + 2 SD
	Gizi lebih (<i>overweight</i>)	> + 2 SD sd +3 SD
	Obesitas (<i>obese</i>)	> + 3 SD

Sumber: Standar Antropometri WHO 2005 Berdasarkan Indeks 1995/MENKES/SK/XII/2010).

2.1.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi

Menurut Call dan Levinson bahwa status gizi dipengaruhi oleh dua faktor yaitu konsumsi makanan dan tingkat kesehatan, terutama adanya penyakit infeksi, kedua faktor ini adalah penyebab langsung. Penyakit infeksi adalah sebuah penyakit yang di sebabkan oleh sebuah agen biologis seperti virus, bakteri atau parasit, bukan di sebabkan oleh faktor fisik seperti luka bakar atau keracunan. Status gizi seseorang selain di pengaruhi oleh jumlah asupan makan yang di konsumsi juga terkait dengan penyakit infeksi, seseorang yang baik dalam mengonsumsi makanan apabila sering mengalami diare atau demam maka rentan terkena gizi kurang (Supariasa, Bakri, dan Fajar, 2016). Sedangkan faktor tidak langsung yang mempengaruhi pola konsumsi adalah zat gizi dalam makanan, ada tidaknya program pemberian makan di luar keluarga, kebiasaan makan, dan faktor tidak langsung yang mempengaruhi penyakit infeksi adalah daya beli keluarga, kebiasaan makan, pemeliharaan kesehatan, lingkungan fisik dan sosial. (Supariasa, Bakri, dan Fajar, 2016).

Selain Faktor-faktor diatas status gizi juga dipengaruhi oleh faktor lainnya seperti Faktor Eksternal dan Faktor Internal

- Faktor Eksternal

Faktor Eksternal yang mempegaruhi status gizi antara lain (Marni, 2013)

1) Pendapatan

Masalah gizi karena kemiskinan indikatornya adalah taraf ekonomi keluarga, yang hubungannya dengan daya beli yang dimiliki keluarga tersebut.

2) Pendidikan

Pendidikan gizi merupakan suatu proses merubah pengetahuan, sikap dan perilaku orang tua atau masyarakat untuk mewujudkan dengan status gizi yang baik.

3) Pekerjaan

Pekerjaan adalah sesuatu yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupan keluarganya. Bekerja umumnya merupakan kegiatan yang menyita waktu. Bekerja bagi ibu-ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga.

4) Budaya

Budaya adalah suatu ciri khas, akan mempengaruhi tingkah laku dan kebiasaan.

- Faktor Internal

Faktor internal yang mempengaruhi status gizi antara lain (Marni, 2013)

1) Usia

Usia akan mempengaruhi kemampuan atau pengalaman yang dimiliki orang tua dalam pemberian nutrisi anak balita.

2) Kondisi Fisik

Mereka yang sakit, yang sedang dalam penyembuhan dan yang lanjut usia, semuanya memerlukan pangan khusus karena status kesehatan mereka yang buruk. Bayi dan anak-anak yang kesehatannya buruk, adalah sangat rawan, karena pada periode hidup ini kebutuhan zat gizi digunakan untuk pertumbuhan cepat.

3) Infeksi

Infeksi dan demam dapat menyebabkan menurunnya nafsu makan atau menimbulkan kesulitan menelan dan mencerna makanan.

2.2 Anak Prasekolah

2.2.1 Defenisi Anak Prasekolah

Anak usia pra sekolah atau awal masa kanak – kanak adalah anak yang berusia antara 3 sampai 6 tahun. Usia prasekolah dikatakan sebagai masa bermain, karena setiap waktu di isi dengan bermain, dan selama ini mainan merupakan alat yang sangat penting dari aktivitas bermain. Usia prasekolah merupakan usia paling peka bagi anak, sehingga usia ini menjadi titik tolak paling strategis untuk mengukir kualitas seorang anak di masa depan. Anak prasekolah adalah anak yang berusia antara 3-6 tahun. Dalam usia ini anak umumnya mengikuti program anak (3 tahun - 5 tahun) dan kelompok bermain (usia 3 tahun), sedangkan pada usia 4-6 tahun biasanya mereka mengikuti program Taman Kanak-kanak (Suhartanti, et al., 2019).

2.2.2 Kebutuhan Gizi Anak Prasekolah

Kualitas diet yang tidak baik dan infeksi adalah alasan utama yang dikaitkan malnutrisi masa kecil. Makanan yang kurang berkualitas dan rendahnya asupan zat gizi menyebabkan tidak adanya keseimbangan nutrisi. Keanekaragaman diet telah lama diakui oleh ahli gizi sebagai kunci diet berkualitas tinggi (Ardianti, 2022). Meningkatkan variasi makanan yang dikonsumsi telah direkomendasikan oleh sebagian besar pedoman diet. Nutrisi penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak tidak datang dari satu item makanan melainkan dari diet yang terdiri dari sejumlah item makanan (Ardianti, 2022).

Bedasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) tahun 2020 kebutuhan zat gizi makro, zat gizi mikro dan serat pada anak 4-6 tahun adalah sebagai berikut:

Tabel 2. 2 Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Anak Usia 4-6 Tahun

Zat Gizi	Kebutuhan
Energi (Kkal)	1400
Protein (g)	25
Lemak (g)	50
Karbohidrat (g)	220
Vitamin A (mg)	450
Vitamin C (mg)	45
Vitamin B1 (mg)	0,6
Besi (mg)	10
Zink (mg)	5
Yodium (mcg)	120
Serat (g)	20

Sumber: Kemenkes RI, 2020

Kebutuhan gizi anak usia sekolah relatif lebih besar daripada anak dibawahnya, karena pertumbuhan lebih cepat terutama tinggi badan. Umumnya kebutuhan gizi anak laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan dikarenakan anak laki-laki cenderung memiliki aktivitas yang lebih banyak daripada aktivitas anak perempuan, sehingga energi yang dibutuhkan lebih banyak (Hanim et al., 2022).

2.2.3 Permasalahan Gizi Anak Prasekolah

Menurut pernyataan dari Kemenkes RI (2017) dalam buku "Gizi dalam Daur Kehidupan" ada beberapa permasalahan pada gizi anak, yaitu:

a. KEP (Kurang Energi Protein)

KEP atau yang dikenal dengan istilah Protein Energy Malnutrition merupakan kondisi saat seseorang kekurangan proporsi energi dan protein didalam tubuhnya, yang bersumber dari makanan yang dikonsumsi setiap harinya. Akibatnya Angka Kecukupan Gizi dalam tubuh tidak terpenuhi dengan baik, seorang anak yang berat badannya <80% dari standar indeks (BB/U) baku WHO-NCHS maka dapat didiagnosis mengidap KEP.

b. Kelebihan Berat Badan (Obesitas)

Kebiasaan Makan yang berlebihan pada anak akan berisiko memiliki berat badan berlebih (*overweight*) dan porsi lemak yang berlebih (obesitas). Sehingga, itu akan menjadi salah satu penyebab munculnya penyakit kardiovaskuler seperti hipertensi, hiperlipidemia, komplikasi ortopedi dan gangguan pernapasan.

c. Kurang Vitamin A

Zat gizi penting yang dibutuhkan oleh organ tubuh, salah satunya indera penglihatan (mata) adalah Vitamin A. Karena jika vitamin A terpenuhi jumlahnya dalam tubuh dapat meningkatkan imun agar terhindar dari berbagai penyakit infeksi salah satunya Xerophthalmia yang berbahaya bagi kesehatan mata.

d. Gangguan Akibat Kekurangan Iodium (Gaki)

Zat Yodium adalah salah satu zat penting untuk menunjang kecerdasan anak, selainnya itu juga untuk membantu proses metabolisme tubuh manusia. Apabila dalam tubuh mengalami kekurangan zat Yodium, akibatnya akan menimbulkan gangguan fungsi mental dan kelenjar tiroid akan membesar dan apabila tidak ditangani, maka akan berubah menjadi penyakit gondok.

e. Anemia Zat Besi (Fe)

Anemia adalah suatu kondisi saat kadar hemoglobin dalam darah kurang dari normal. Defisiensi tersebut biasanya diakibatkan oleh kurangnya Zat besi (Fe) dari makanan yang dikonsumsi oleh anak yang tidak memiliki kandungan Zat besi, sehingga tidak ada yang menunjang pematangan eritrosit atau sel darah merah.

2.3 Picky Eater (Perilaku Makan)

2.3.1 Definisi Picky Eater

Picky eater adalah kebiasaan anak untuk melakukan pilih-pilih makanan dengan jenis tertentu serta melakukan penolakan makanan.

Picky eater memiliki keterkaitan menyukai tekstur dan rasa makanan tertentu. *Picky eater* misal menolak makan nasi akan tetapi masih mau makan untuk olahan roti dan mie (Adhani, 2019). Istilah *picky eater* merupakan perilaku pemilih makanan, salah satu tanda anak memiliki perilaku *Picky eater* tidak adanya keinginan anak untuk mencoba jenis makanan baru. Akibatnya anak-anak akan mengalami kekurangan zat gizi yang berdampak buruk bagi kesehatan mereka, karena kurang mengonsumsi makanan yang beragam sejak usia dini (Muharani, 2020).

Picky eater atau lebih dikenal dengan sulit makan, merupakan masalah dalam pemberian makanan dalam upaya memenuhi asupan gizi pada anak (Mustikasari, 2019). *Picky eater* atau perilaku memilih-milih makanan, sering dijumpai pada masa perkembangan anak, namun biasanya tidak berlangsung lama (Hijja et al., 2022).

2.3.2 Dampak Picky Eater

Konsekuensi menjadi anak yang pemilih makanan adalah dampaknya pada asupan makanan, ini merupakan mediator potensial untuk hasil kesehatan dan perkembangan yang negatif serta merugikan. Dampak dari pilih-pilih makanan pada variasi makanan jarang dipelajari, tetapi pemilih makanan telah terbukti memiliki variasi yang lebih sedikit pada usia 24-36 bulan atau kurang makan berbagai jenis makanan. Makan pilih-pilih yang terus memprediksi berbagai masalah perkembangan, tetapi bukan masalah perilaku atau emosional (Taylor & Emmett, 2020). Berikut adalah dampak dari *picky eater*:

1) Konstipasi

Konstipasi atau sembelit adalah penyakit yang umum terjadi pada anak-anak. Di Korea *Department of Pediatric Gastroenterology*, rendahnya asupan *picky eater* disebabkan karena mereka mengonsumsi lebih sedikit buah dan sayuran daripada yang non *picky eater* (More, 2014).

2) Malas Beraktivitas

Picky eater pastinya mempengaruhi dan memberi dampak pada anak-anak. Dampak *picky eater* pada kesehatan yaitu mereka jarang hadir ke sekolah karena sakit. Jika tidak ditangani sejak dini *picky eater* dapat memiliki efek jangka panjang dan berulang sampai dewasa, mengalami gangguan fisik, mental dan perilaku, memiliki risiko kematian yang lebih tinggi dan lebih buruk, dapat menyebabkan anoreksia dan bulimia (Utami, 2016).

3) Kekurangan Energi

Dampak *picky eater* pada anak dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangannya. Kekurangan energi terjadi karena output atau pengeluaran energi kurang dari yang dikeluarkan tubuh, sehingga menghambat pertumbuhan anak. Jika tidak segera ditangani secara dini dan tepat, *picky eater* akan memiliki efek jangka panjang hingga dewasa, mengalami gangguan fisik, mental dan perilaku, risiko kematian yang tinggi, dan lebih buruk menyebabkan anoreksia dan bulimia (F. Wijayanti dan Rosalina, 2018).

4) Gangguan Perkembangan

Picky eater jika tidak diatasi dapat menyebabkan gangguan perkembangan pada anak akibat asupan yang tidak mencukupi (Astuti & Ayuningtyas, 2018) Gangguan makan pada anak harus segera ditangani karena dapat berdampak negatif pada tubuh, seperti malnutrisi, dehidrasi, kekurangan berat badan, gangguan elektrolit, gangguan perkembangan motorik halus dan motorik kasar, gangguan kecemasan, dan kondisi yang lebih mengancam pertumbuhan seperti mengalami komplikasi yang sangat fatal seperti stunting yang permanen (Meinswati, 2021).

5) Obesitas

Efek dari *picky eater* beragam, anak-anak rentan mengalami obesitas karena hanya menyukai jenis makanan tertentu. Anak lebih memilih makanan yang tinggi lemak dan tidak bergizi, oleh karena itu ketika anak memilih jenis makanan tertentu anak cenderung mengalami konstipasi (Adhani, 2019).

2.3.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Picky Eater*

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan anak mengalami *picky eater*, yaitu: (Muharani, 2020)

a. Faktor Anak

Pada saat anak berusia 6-12 tahun merupakan usia perkembangan yang sangat berpengaruh setelah usia balita. Salah satu tanda yang menunjukkan masalah gizi pada anak adalah lambatnya pertumbuhan dari segi fisik. Dikarenakan itu akan berkaitan erat dengan kebiasaan

makan anak yang mempengaruhi nutrisi yang masuk ke dalam tubuh, sehingga anak dapat didiagnosis berperilaku *picky eater*.

b. Faktor Orang Tua

Pada umumnya orang tua memegang peranan penting dalam mengasuh anaknya, terutama untuk membentuk kepribadian sang anak, tidak terkecuali pengetahuan orang tua tentang gizi akan berdampak pada pola kebiasaan makan dan juga kualitas nutrisi yang dikonsumsi oleh anak.

c. Faktor Lain (Keberagaman Konsumsi Makanan)

Perilaku *picky eater* biasanya terjadi pada anak di usia prasekolah maupun saat menginjak bangku sekolah, sehingga anak-anak akan mengalami rasa kewaspadaan (*Neofobia*) dan juga penasaran (*Neofilia*) terhadap beberapa jenis makanan tertentu. Namun di samping itu, dalam (Muharani, 2020) terdapat Hipotesis oleh Zajonc(1968) terkait pengaruh berulang (*mere exposure*) yang menyatakan bahwa untuk merubah sikap menolak menjadi mau dan meminimalisir terjadinya neofobia pada anak dapat dicegah dengan melakukan perbaikan terhadap rasa suatu makanan dengan cara memodifikasi makanan tersebut.

2.3.4 Penanganan *Picky Eater*

Kebiasaan atau perilaku makan yang berbeda pada setiap anak dapat menimbulkan respon yang berbeda pada ibu (Wijayanti et al., 2020). Menurut (Munjidah & Rahayu, 2020) penatalaksanaan *picky eater* maupun *selective eater* adalah mengatasi penolakan makanan dengan

memperkenalkan makanan baru secara sistematis sesuai dengan prinsip-prinsip berikut:

1. Berikan makanan dalam porsi kecil kepada anak.
2. Meskipun bukan makanan yang disukai orang tua, tetap sajikan makanan secara bervariasi atau dengan cara yang berbeda.
3. Perkenalkan makanan baru pada anak 10-15 kali dan letakkan makanan di piring orang tua untuk fase pengenalan
4. Letakkan dan sajikan makanan di atas meja dalam jangkauan
5. Orang tua mencontohkan makanan dengan cara yang menyenangkan tanpa menawarkannya kepada anak-anaknya sampai rasa takut anak hilang dengan sendirinya.
6. Jika makanan yang diberikan pada anak menyebabkan anak mual atau bahkan muntah, jeda dan ganti dengan makanan favoritnya
7. Tingkatkan porsi makanan baru secara bertahap dengan cepur makanan hari sedikit demi sedikit dengan makanan favorit anak (*food charming*)
8. Orang tua hendaknya bersikap netral serta berpikir tenang tentang asupan makanan anaknya

2.4 Pola Asuh Ibu

2.4.1 Defenisi Pola Asuh

Ditinjau dari isi dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia arti dari pola asuh merupakan suatu bentuk yang terstruktur, system yang menjaga, merawat, membimbing dan mendidik anak. Sedangkan menurut Soekirman (2000) dalam bukunya bahwa pola asuh adalah pengasuhan

yang diberikan oleh para orang tua atau pengasuh berupa sikap dan perilaku dalam hal hubungan interpersonalnya dengan anak, diterapkan orang tua untuk mendidik, membimbing, memberikan rasa aman, dan juga dapat memberikan pengaruh perilaku anak agar dapat di implementasikan pada kehidupan nyata di ruang lingkup masyarakat. Membentuk karakter anak yang berkembang ke arah positif merupakan alasan orang tua mengasuh anak dengan tulus dan kasih sayang. Sedangkan pembentukan karakter positif dapat dilakukan orang tua dengan mengatur berbagai perilaku anak seperti pola makan, alokasi durasi bermain, waktu belajar, dan waktu tidur anak (Yumni, 2016).

2.4.2 Dimensi Pola Asuh

Pola asuh orang tua memiliki beberapa dimensi pengasuhan yang diterapkan orang tua kepada anaknya. Dimensi tersebut menjadi tolak ukur penentuan kriteria pola pengasuhan otoriter, demokratis atau permisif (Tridonanto, 2020).

Dalam pandangan Baumrind bahwa pola asuh orang tua memiliki dua dimensi, yaitu dimensi kontrol dan dimensi kehangatan.

a. Dimensi Kontrol

Di dalam dimensi kontrol ini orang tua mengharapkan dan menuntut kematangan serta perilaku yang bertanggung jawab dari anak. Dimensi kontrol memiliki lima aspek berperan yaitu :

1) Pembatasan (*Restrictiveness*)

Pembatasan sebagai tindakan pencegahan yang ingin dilakukan anak. Adapun keadaan ini di tandai dengan banyaknya

larangan yang di kenakan pada anak. Orang tua cenderung memberikan batasan-batasan terhadap tingkah laku atau kegiatan anak tanpa di sertai penjelasan mengenai apa yang boleh di lakukan dan apa yang tidak boleh di lakukan, sehingga anak dapat menilainya sebagai penolakan orang tua atau pencerminan bahwa orang tua tidak mencintainya.

2) Tuntutan (*Demandingness*)

Adanya tuntutan berarti orang tua mengharapkan dan berusaha agar anak dapat memenuhi standar tingkah laku, sikap dan tanggung jawab sosial yang tinggi atau yang telah di tetapkan. Tuntutan yang diberikan oleh orangtua akan bervariasi, tergantung akan sejauh mana orang tua menjaga, mengawasi atau berusaha agar anak memenuhi tuntutan tersebut.

3) Sikap Ketat (*Strictness*)

Aspek ini berhubungan dengan sikap orang tua yang ketat dan tegas menjaga anak agar selalu mematuhi aturan dan tuntutan yang di berikan. Orang tua tidak menginginkan anaknya membantah atau tidak menghendaki keberatan-keberatan yang di ajukan anak terhadap peraturan-peraturan yang telah di tentukan.

4) Campur Tangan (*Intrusiveness*)

Campur tangan orang tua sebagai intervensi yang dilakukan orang tua terhadap rencana-rencana anak, hubungan interpersonal anak atau kegiatan lainnya. Bahwa orang tua yang selalu turut campur dalam kegiatan anak menyebabkan anak kurang

mempunyai kesempatan untuk mengembangkan diri sehingga anak memiliki perasaan dirinya tidak berdaya. Akibat yang di timbulkan anak berkembang menjadi apatis, pasif, kurang inisiatif, kurang termotivasi, bahkan mungkin dapat timbul perasaan depresif.

5) Kekuasaan Yang Sewenang-wenang (*Arbitrary Exercise Of Power*)

Orang tua yang menggunakan kekuasaan sewenang-wenang, memiliki kontrol yang tinggi dalam menegakkan aturan-aturan dan batasan-batasan. Orang tua merasa berhak menggunakan hukuman bila tingkah laku anak tidak sesuai dengan yang di harapkan. Hukuman yang di berikan juga tanpa di sertai dengan penjelasan mengenai letak kesalahan. Adapun akibatnya orang tua yang menetapkan kekuasaan yang sewenang-wenang maka anak akan memiliki kelemahan dalam mengadakan hubungan yang positif dengan teman sebayanya, kurang mandiri dan menarik diri.

b. Dimensi Kehangatan

Selain dimensi kontrol, yang tidak kalah pentingnya adalah dimensi kehangatan sebab ketika dalam pengasuhan anak mampu menciptakan suasana yang menyenangkan dalam kehidupan keluarga. Dimensi kehangatan memiliki beberapa aspek yang berperan diantaranya :

1. Perhatian orang tua terhadap kesejahteraan anak
2. Responsivitas orang tua terhadap kebutuhan anak
3. Meluangkan waktu untuk melakukan kegiatan bersama dengan anak

4. Menunjukkan rasa antusias pada tingkah laku yang ditampilkan anak
5. Peka terhadap kebutuhan emosional anak

Pada dasarnya setiap orang tentu memiliki prinsip kehidupan yang di terapkan di keluarganya. Seperti kedisiplinan, tata aturan, hukuman serta pembiasaan yang dilakukan setiap harinya. Dalam hal ini adanya dimensi kontrol sangat penting untuk menerapkan prinsip-prinsip kehidupan tersebut. Namun dimensi kontrol perlu diimbangi dengan dimensi kehangatan agar tercipta suasana yang menyenangkan dalam keluarga, sehingga ketika menjalankan kewajiban dalam kehidupan sehari-harinya anak tidak merasa terbebani.

2.4.3 Klasifikasi Tipe Pola Asuh

Tipe pola asuh merupakan jenis pengasuhan yang diterapkan oleh para orang tua dalam membimbing anaknya. Adapun klasifikasi pola asuh menurut Hurlock ada tiga tipe yaitu :

a. Pola Asuh Demokratis

Pola asuh demokratis dalam menanamkan disiplin kepada anak, orang tua yang menerapkan pola asuh demokratis memperlihatkan dan menghargai kebebasan yang tidak mutlak, dengan bimbingan yang penuh pengertian antara anak dan orang tua, memberi penjelasan secara rasional dan objektik jika keinginan dan pendapat anak tidak sesuai. Dalam pola asuh ini, anak tumbuh rasa tanggung jawab, mampu bertindak sesuai dengan norma yang ada. Pola asuh demokratis di samping memiliki sisi positif dari anak, terdapat juga sisi negatifnya,

dimana anak cenderung merongrong kewibawaan otoritas orang tua, karena segala sesuatu itu harus dipertimbangkan oleh anak kepada orang tua (Adristinindya & Santoso, 2021).

b. Pola Asuh Otoriter

Pola asuh orang tua yang otoriter membatasi dan menghukum, dimana orang tua mendesak anak untuk mengikuti arahan mereka dan menghormati pekerjaan dan upaya mereka. Orang tua yang otoriter menerapkan batas dan kendali yang tegas pada anak dan meminimalisir perdepatan verbal. Contohnya, orang tua yang otoriter mungkin berkata, "lakukan dengan caraku atau tak usah." Orang tua yang otoriter juga sering memukul anak memaksakan secara kaku tanpa menjelaskannya, dan menunjukkan amarah pada anak. Anak dari orang tua yang otoriter sering kali tidak bahagia, ketakutan, minder ketika membandingkan diri dengan orang lain, tidak mampu memulai aktifitas dan memiliki kemampuan berkomunikasi yang lemah. Putra yang memiliki orang tua yang otoriter mungkin ber perilaku agresif (Maisaroh, 2013).

c. Pola Asuh Permisif

Pola asuh permisif adalah pola asuh yang cenderung memberi kebebasan terhadap anak untuk berbuat apa saja, hal ini sangat tidak kondusif bagi pembentukan karakter anak. Karena bagaimana pun anak tetap memerlukan arahan dari orang tua untuk mengenal mana yang baik dan mana yang buruk. Dengan memberi kebebasan yang berlebihan, apalagi terkesan membiarkan anak membuat anak bingung dan berpotensi salah arah. Pola asuh permisif mempunyai ciri yaitu

dominasi pada anak. Sikap longgar dan kebebasan dari orang tua, tidak ada bimbingan dan pengarahan dari orang tua. Kontrol dan perhatian orang tua sangat kurang (Siti Nurjanah, 2017).

2.4.4 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pola Asuh

Setiap orang mempunyai latar belakang yang sering sangat jauh berbeda. Perbedaan ini sangat memungkinkan terjadinya pola asuh yang berbeda kepada anak.

Menurut Mussen (1994), ada beberapa faktor yang mempengaruhi pola asuh orang tua yaitu:

a. Lingkungan Tempat Tinggal

Lingkungan tempat tinggal akan mempengaruhi cara orang tua dalam menerapkan pola asuh. Hal ini dapat dilihat jika suatu keluarga yang tinggal di kota besar, kemungkinan orang tua akan banyak mengontrol anak karena merasa khawatir, misal: melarang anaknya pergi kemana-mana sendiri sedangkan keluarga yang tinggal di pedesaan, kemungkinan orang tua tidak begitu khawatir anaknya pergi sendirian.

b. Sul Kultur Budaya

Budaya di lingkungan tempat tinggal keluarga menetap akan mempengaruhi pola asuh orang tua. Hal ini dapat dilihat dari pendapat bunruws yang menyatakan bahwa banyak orang tua di Amerika Serikat yang memperkenankan anak-anaknya untuk mempertanyakan tindakan orang tua dan mengambil bagian dalam argumentasi tentang

aturan dan standar moral, di Meksiko, perilaku seperti itu akan dianggap tidak sopan dan tidak pada tempatnya.

c. Status Sosial Ekonomi

Orang tua dengan kondisi perekonomian rendah menunjukkan hubungan interaksi kepada anak yang lebih dingin dibandingkan orang tua dengan kondisi perekonomian menengah. Orang tua dengan kondisi ekonomi rendah umumnya memberikan hukuman fisik untuk menampilkan kekuatannya. Sedangkan hal tersebut bertolak belakang dengan orang tua dengan perekonomian menengah yang fokus akan pengembangan kemampuan, keterampilan, dan wawasan anak. Sehingga anak memiliki kepekaan terhadap lingkungan sekitar, belajar demi masa depan, dan kompetensi untuk menunda keinginan. Terbuka dengan berbagai hal baru merupakan sikap yang dimiliki orangtua dengan perekonomian menengah

2.5 Kajian Integrasi Keislaman

Pemenuhan gizi yang baik dapat memenuhi aspek-aspek pertumbuhan dan perkembangan anak. Pemenuhan gizi yang baik juga sangat penting untuk fisik dan pertumbuhan anak karena makanan sehat memiliki gizi yang cukup bagi tubuh anak usia dini. Agar tubuh anak selalu sehat dan terhindar dari berbagai penyakit, pemenuhan gizi harus diperhatikan dengan pola makan ke arah gizi seimbang. Dalam Al-Quran disebutkan mengenai pentingnya makanan yang halal dan baik. Hal ini sebagaimana yang diterangkan Allah yang tertuang dalam AlQuran, sebagaimana berikut :

يَأْتِيهَا النَّاسُ كُلُّوَا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ

عَدُوٌّ مُبِينٌ ﴿١٦٨﴾

Artinya : Wahai manusia, makanlah dari (makanan) yang halal dan baik yang terdapat di bumi dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan. Sungguh, setan itu musuh yang nyata bagimu. (Qs. Al-Baqarah: 168)

Dari ayat tersebut, kita dapat memahami bahwa Allah memerintahkan umat-Nya untuk mengonsumsi makanan yang baik dan bersyukur atas rezeki yang telah diberikan oleh-Nya. Allah juga menjelaskan bahwa yang haram untuk dimakan adalah bangkai, darah, babi, dan hewan yang disembelih tanpa menyebut nama Allah SWT. Dalam Al-Qur'an, Allah telah menjelaskan tentang makanan yang ada di dunia ini serta memberikan perintah untuk memakan segala sesuatu yang baik, halal, dan bergizi, seperti yang tercantum dalam QS. Al-Maidah: 87-88:

يَأْتِيهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُحَرِّمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَلَا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ

﴿٨٧﴾ وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ ﴿٨٨﴾

Artinya : “Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu haramkan apaapa yang baik yang telah Allah halalkan bagi kamu, dan janganlah kamu melampaui batas. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas. Dan makanlah makanan yang halal lagi baik dari apa yang Allah telah rezekikan kepadamu, dan bertakwalah kepada Allah yang kamu beriman kepada-Nya”

Ayat ini menerangkan bahwa Allah telah menciptakan hal-hal yang baik untuk dinikmati oleh manusia. Menikmati karunia Allah tersebut sesuai

dengan fitrah manusia disertai bersyukur kepada-Nya merupakan pengamalan syariat Allah. Selain itu juga ditekankan untuk memperhatikan keseimbangan dan selalu memilih yang halal, artinya tidak boleh berlebihan dalam menggunakannya ataupun mengharamkan sesuatu yang baik meskipun dengan tujuan mendekatkan diri kepadaNya. Maksud dari “makan” dalam ayat ini adalah menikmati, yaitu mencakup meminum dan memakan dari hal-hal yang halal, tidak membahayakan dan memabukkan, serta tidak kotor. Makanan haram yang dilarang Allah untuk dimakan seperti bangkai, darah yang mengalir, daging babi, barang curian, barang riba, ataupun suht (usaha yang haram). Dari penjelasan tersebut mengandung makna bahwa Allah telah menciptakan sesuatu yang baik dan memerintahkan manusia untuk mengkonsumsi makanan yang halal, dan baik bagi kesehatan.

Selain mendukung kehidupan dan menghasilkan energi dalam tubuh manusia, perkembangan psikis dan pertumbuhan fisik anak juga merupakan tanggung jawab orang tua menurut ajaran Islam. Menurut firman Allah SWT, ada perintah agar orang tua melindungi anak-anak mereka dari panasnya api neraka. Hal ini sebagaimana yang disampaikan dalam firman Allah SWT dalam QS. At-Tahrim/66:6 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ

شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ ﴿٦﴾

Terjemahannya : “Wahai orang-orang yang beriman! Peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, dan keras, yang tidak durhaka

kepada Allah terhadap apa yang dia perintahkan kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang di perintahkan.” (QS. At- Tahrim/66:6)

Ayat suci tersebut mengungkapkan bahwa tiap manusia, meliputi orang tua wajib berupaya agar keluarga dan dirinya secara pribadi dapat terhindar dari perbuatan dosa yang mengakibatkan memperoleh siksa neraka. Pembentukan akhlak anak dapat terbentuk berkat arahan dan bimbingan orang tua yang mendidik ke arah positif, selaras dengan perintah Allah SWT, salah satunya adalah mengonsumsi makanan yang bergizi dan halal. Selain itu, potensi anak juga dapat berkembang berkat tanggung jawab yang dimiliki orang tua. Konsep fitrah merupakan potensi kemampuan dalam Agama Islam. Terdapat potensi yang dapat ditingkatkan pada tiap anak yang lahir di dunia ini berdasarkan ajaran Agama Islam.

Selain ayat diatas, terdapat juga hadis mengenai amanah dan kewajiban orang tua dalam mendidik anak, sebagaimana sabda Rasulullah SAW:

كُلُّكُمْ رَاعٍ، وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، وَالْأَمِيرُ رَاعٍ، وَالرَّجُلُ رَاعٍ عَلَى أَهْلِ بَيْتِهِ، وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ عَلَى بَيْتِ زَوْجِهَا وَوَالِدِهِ، فَكُلُّكُمْ رَاعٍ، وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ

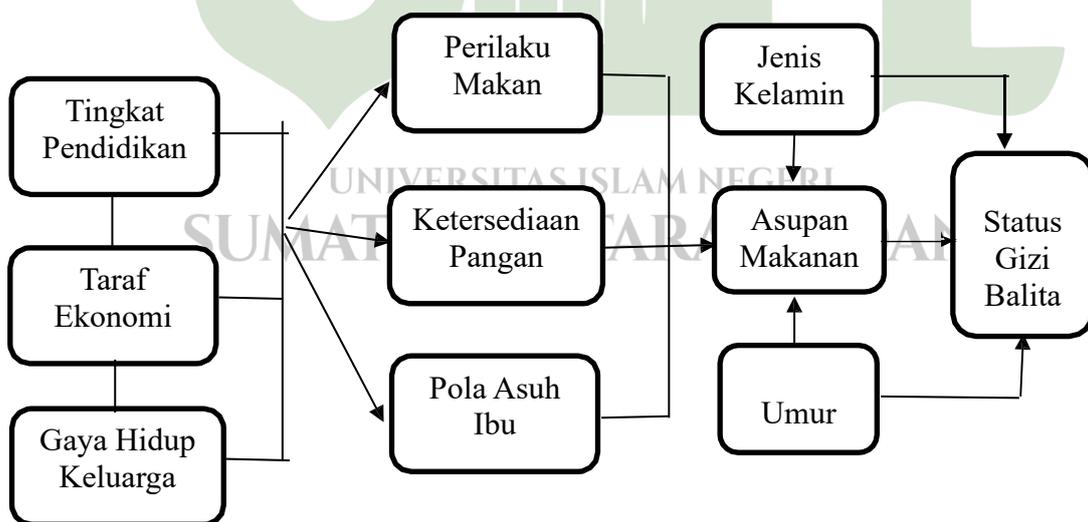
Artinya: “Kamu sekalian adalah pemimpin, dan kamu sekalian bertanggung jawab atas orang yang dipimpinnya. Seorang Amir (raja) adalah pemimpin, seorang suami pun pemimpin atas keluarganya, dan isteri juga pemimpin bagi rumah suaminya dan anak-anaknya. Kamu sekalian adalah pemimpin dan kamu sekalian akan diminta pertanggung jawabannya atas kepemimpinannya.” (H.R. Ahmad, Muttafaq ‘alaih, Abu Daud dan Tirmidzi dari Ibnu Umar). Rasulullah SAW juga bersabda:

إِنَّ اللَّهَ سَأِلُ كُلَّ رَاعٍ عَمَّا اسْتَرْعَاهُ أَحْفَظَ ذَلِكَ أَمْ ضَيَّعَ حَتَّى يَسْأَلَ الرَّجُلَ عَنْ أَهْلِ بَيْتِهِ

Artinya: “Sesungguhnya Allah akan bertanya kepada setiap pemimpin tentang apa yang dipimpinnya. Apakah ia pelihara ataukah ia sia-siakan, hingga seseorang ditanya tentang keluarganya.” (HR. An-Nasa’i). Dari hadis tersebut, dijelaskan bahwa semua manusia adalah pemimpin, yang berarti mereka memiliki amanah yang harus dijaga. Jika seseorang terlihat tidak memiliki sesuatu yang dipimpin, maka sebaiknya dia memimpin dirinya sendiri. Artinya, Allah telah memberi amanah untuk menjaga dirinya dari semua hal yang dilarang oleh Allah SWT dan amanah tersebut akan dipertanyakan di hari akhir kelak terutama peran orang tua dalam mendidik dan mengasuh anak. Karena peran orang tua dalam mendidik dan mengasuh anak dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak, serta status kesehatannya.

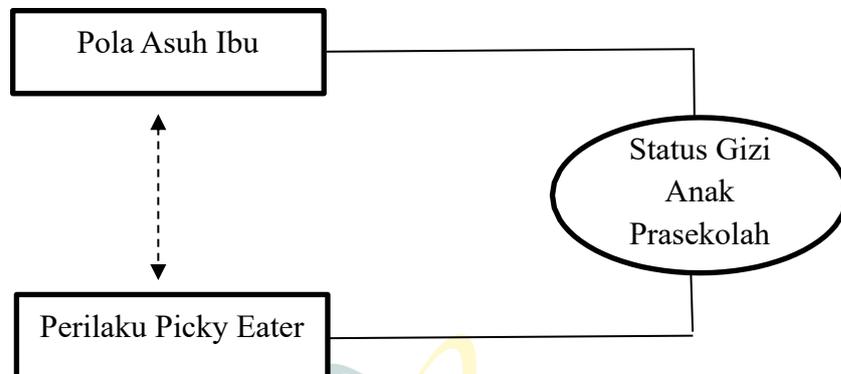
2.6 Kerangka Teori

Penelitian ini memiliki kerangka teori sebagai berikut :



Gambar 1.1 Kerangka Teori “Lawrence Green (1980), WHO 1984 dan UNICEF 1990”

2.7 Kerangka Konsep Penelitian



Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian

Keterangan :



= Variabel Dependen



= Variabel Iependen

2.8 Hipotesis Penelitian

1. Hipotesis Alternatif (Ha)

Berdasarkan rumusan masalah, maka Hipotesis Alternatif (Ha) dari penelitian ini yaitu :

- a. Ada hubungan pola asuh ibu dengan status gizi pada anak prasekolah di Raudhatul Athfal Kelurahan Mekar Baru

b. Ada hubungan perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak prasekolah di Raudhatul Athfal Kelurahan Mekar Baru

2. Hipotesis Nol (H_0)

a. Tidak ada hubungan pola asuh ibu dengan status gizi anak prasekolah di Raudhatul Athfal Kelurahan Mekar Baru

b. Tidak ada hubungan perilaku *picky eater* dengan status gizi anak prasekolah di Raudhatul Athfal Kelurahan Mekar Baru.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN