



Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi pada Balita *Literature Review*

I Wayan Angga Radiastu^{1*}, Jasrin H Tombora²

^{1,2} Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Mandala Waluya Kendari, Indonesia

Jl. Jend. AH. Nasution, Kambu, Kec. Kambu, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara

*Email : anggunparisya5758@gmail.com djasrin68@gmail.com

Abstract. *The nutritional status of toddlers is an important thing that every parent must know. Malnutrition during this golden age is irreversible (cannot be recovered). Malnutrition can affect a child's brain development. Malnutrition among children under five in Indonesia appears to be increasing from year to year. Malnutrition can occur due to internal and external factors that are not prevented or addressed as early as possible and have an impact on health conditions, growth and development of toddlers, and productivity in adulthood. This phenomenon reveals the importance of preventive efforts to prevent the risk of malnutrition in children under five from all possible risk factors. This article aims to review and analyze factors that influence the nutritional status of toddlers through the literature review method. There are 5 main articles used and have been selected through search results on the Google Scholar database. The results of the study found that factors that influence nutritional status in toddler include infectious diseases, knowledge, birth spacing, socio-economics, parenting patterns.*

Keyword: *Nutrition Status, Toddlers, Malnutrition*

Abstrak. Status gizi balita merupakan hal penting yang harus diketahui oleh setiap orang tua. Kurang gizi pada masa emas ini bersifat irreversible (tidak dapat pulih). Kekurangan gizi dapat mempengaruhi perkembangan otak anak. Kekurangan gizi pada balita di Indonesia terlihat meningkat dari tahun ke tahun. Gizi buruk dapat terjadi sehubungan dengan faktor internal maupun eksternal yang tidak dicegah atau ditanggulangi sedini mungkin dan berdampak pada kondisi kesehatan, pertumbuhan hingga perkembangan balita, serta produktivitas di masa dewasa. Fenomena tersebut mengungkapkan pentingnya upaya preventif untuk mencegah timbulnya risiko gizi buruk pada balita terhadap semua faktor risiko yang berpeluang. Artikel ini bertujuan untuk mengulas dan menganalisis Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi pada balita melalui metode telaah artikel (*literature review*). Terdapat 5 artikel utama yang digunakan dan telah diseleksi dipilih melalui hasil pencarian pada database Google Scholar. Hasil telaah mendapati temuan Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi pada balita meliputi penyakit infeksi, pengetahuan, jarak kelahiran, sosial ekonomi, pola asuh.

Kata kunci: Status Gizi, Balita, Gizi Buruk

1. LATAR BELAKANG

Obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan bagi orang dewasa dan usia balita. Jika kegemukan terjadi pada masa balita kemungkinan besar kegemukan akan menetap sampai dewasa. Sebagian masyarakat masih mempunyai anggapan bahwa balita yang gemuk menandakan balita yang sehat dan bukan sebagai masalah yang perlu dilakukan tatalaksana. Obesitas pada balita disebabkan karena kebiasaan pada pola makan, makanan siap saji salah satu contoh penyebabnya. Obesitas mempunyai dampak terhadap tumbuh kembang anak, terutama aspek perkembangan psikososial. Dampak dari obesitas juga berpotensi mengalami berbagai penyakit yang menyebabkan kematian antara lain penyakit kardiovaskular, diabetes melitus, dan lain-lain.

Masalah obesitas saat ini merupakan masalah yang actual. Masalah obesitas bukan hanya terjadi pada negara barat saja seperti Amerika tetapi juga sudah banyak ditemukan di Negara-negara berkembang misalnya saja Indonesia. Peningkatan kemakmuran di Indonesia juga diikuti oleh perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan. Pola makan terutama di kota besar, bergeser dari pola makan tradisional ke pola makan barat yang dapat menimbulkan mutu gizi yang tidak seimbang. Pola makan tersebut merupakan jenis-jenis makanan yang bermanfaat, akan tetapi secara potensial mudah menyebabkan kelebihan masukan kalori jika dikonsumsi secara irrasional. Berbagai makanan yang tergolong fast food tersebut adalah kentang goreng, ayam goreng, hamburger, pizza, hotdog, dan lain-lain. (Diana, Yuliana, Yasmin, & Hardinsyah, 2013) Setiap tahunnya angka kejadian obesitas pada balita terus meningkat, maka dari itu diperlukan pengetahuan orang tua tentang obesitas pada balita (Diana, Yuliana, Yasmin, & Hardinsyah, 2013). (Sari, 2012).

Banyak faktor penyebab obesitas pada anak, antara lain pemberian ASI, pemberian MP-ASI terlalu dini dan asupan nutrisi yang berasal dari jenis makanan olahan serba instan, minuman soft drink, makanan jajanan seperti makanan cepat saji/ fast food yang tersedia di gerai makanan. Selain itu, obesitas dapat terjadi pada anak yang ketika masih bayi tidak dibiasakan mengkonsumsi ASI, tetapi menggunakan susu formula dengan jumlah asupan yang melebihi porsi yang dibutuhkan bayi/anak akibatnya anak akan mengalami kelebihan berat badan saat berusia 4-5 tahun (Sari, 2012).

Menurut World Health Organization (WHO, 2016), anak-anak yang obesitas berisiko tinggi mengalami berbagai masalah kesehatan, dan juga cenderung menjadi orang dewasa gemuk. Jumlah anak-anak yang kelebihan berat badan atau obesitas hampir dua kali lipat dari 5,4 juta pada tahun 1990 menjadi 10,6 juta pada tahun 2014. Hampir setengah dari anak-anak di bawah usia 5 tahun yang kelebihan berat badan atau obesitas pada tahun 2014 tinggal di Asia. Pada 2015 diprediksi kasus obesitas akan meningkat dua kali lipat dari angka tersebut.

Berdasarkan laporan gizi global atau Global Nutrition Report (2020), Kejadian obesitas pada anak usia kurang dari 5 tahun pada tahun 2018 sebesar 5,9% dan tahun 2019 sebesar 5,6 %. Indonesia termasuk ke dalam 17 negara yang memiliki 3 permasalahan gizi sekaligus, yaitu stunting (pendek), wasting (kurus), dan overweight (obesitas). Berdasarkan Data dari Global Nutrition Report (2020) menyampaikan bahwa kejadian obesitas pada anak kurang dari 5 tahun di Indonesia menunjukkan data yang signifikan. Pada tahun 2000 terdapat 15 % anak mengalami obesitas, 11,5% pada tahun 2013, dan

8% di tahun 2018. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018 (Kementerian Kesehatan RI, Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), 2018) menyebutkan bahwa prevalensi balita gemuk atau obesitas menurut BB/TB pada anak usia 0-59 bulan sebesar 13,6%.

Status gizi diketahui sebagai salah satu aspek dan indikator yang dapat menunjukkan pencapaian pembangunan kesehatan (Utami & Mubasyiroh, 2019).

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi ini menjadi penting karena merupakan salah satu faktor risiko untuk terjadinya kesakitan dan kematian. Status gizi yang baik bagi seseorang akan berkontribusi terhadap kesehatannya dan juga terhadap kemampuan dalam proses pemulihan.

Status gizi masyarakat dapat diketahui melalui penilaian konsumsi pangannya berdasarkan data kuantitatif maupun kualitatif. Di negara berkembang, kesakitan dan kematian pada anak balita banyak dipengaruhi oleh status gizi (Supariasa, 2001). Status gizi balita perlu dipertahankan dalam status gizi baik, dengan cara memberikan makanan bergizi seimbang yang sangat penting untuk pertumbuhan (Paath, 2004).

Gizi buruk diketahui sebagai salah satu permasalahan kesehatan yang belum tertangani dengan tuntas, sehingga diperlukan intervensi dan penanganan yang serius karena sifatnya yang *irreversible* atau tidak dapat Kembali (Solikhah et al., 2017). Artinya, permasalahan gizi buruk dapat berdampak pada perkembangan balita yang terus berlangsung dalam jangka panjang, sehingga meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas. Salah satu bentuk gizi buruk adalah permasalahan *stunting* (pendek) dengan prevalensi sebesar 149 juta balita dan *wasting* (kerdil) dengan prevalensi sebesar 45 juta balita secara global pada 2020 (WHO, 2020).

Obesitas mempunyai dampak terhadap tumbuh kembang anak, terutama aspek psikososial. Selain itu obesitas pada anak berpotensi untuk mengalami berbagai penyebab kesakitan dan kematian menjelang dewasa. Obesitas akan menimbulkan konsekuensi kesehatan yang serius dan merupakan resiko mayor untuk mengalami penyakit-penyakit kronik seperti penyakit kardiovaskuler, diabetes, gangguan musculoskeletal dan beberapa kanker. Obesitas berhubungan dengan berbagai macam masalah kesehatan pada masa anak-anak dan merupakan penyebab kematian dan kesakitan yang penting pada masa dewasa (Sari, 2011)

Upaya dalam pencegahan risiko gizi buruk pada balita dapat dilakukan melalui peningkatan aspek pengetahuan, sikap dan perilaku ibu. Harapannya ibu

memiliki bekal pengetahuan dan pendidikan terkait gizi yang cukup sehingga ibu mampu bersikap dan berperilaku yang mendukung tercapainya tujuan meliputi pentingnya aspek gizi bagi balita, risiko gizi buruk dan upaya preventif yang dapat dilakukan, sumber gizi dan fortifikasi makanan untuk balita, pembuatan menu makanan yang kaya akan gizi, hingga penyimpanan makanan agar tidak menurunkan nilai gizi. Intervensi gizi juga dapat dilakukan melalui penguatan program terkait gizi balita yang telah ada di fasilitas pelayanan kesehatan seperti puskesmas, rumah sakit dan posyandu melalui penguatan dan optimalisasi pada tenaga kesehatan dan kader, sebagai ujung tombak dalam penerapan dan pencapaian program gizi yang sesuai target serta indikator. Berdasarkan penjabaran di atas, diketahui bahwa masalah gizi masih mengintai dan perlu suatu upaya strategis untuk penyelesaian melalui pencegahan terhadap risiko yang dapat dialami oleh balita. Artikel bertujuan untuk mengulas dan menganalisis Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi pada balita melalui metode telaah artikel (*literature review*).

2. METODE

Artikel berjenis telaah artikel (*literature review*) dengan menggunakan 5 artikel utama yang telah diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, yaitu artikel berjenis riset orisinal dengan pembahasan mengenai faktor faktor yang mempengaruhi status gizi pada balita. Kriteria eksklusi adalah artikel yang membahas tentang faktor faktor yang mempengaruhi status gizi pada balita. Artikel terlebih dahulu dipilih dan didapatkan melalui database Google Scholar. Artikel yang telah diseleksi akan dianalisis secara deskriptif melalui identifikasi terhadap penulis dan tahun terbit artikel, judul penelitian, lokasi penelitian, metode, subyek penelitian dan penjabaran mengenai Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi buruk pada balita.

3. HASIL

Berdasarkan pemilihan dan *review* dari berbagai jurnal yang didapatkan, kemudian terpilihlah sebanyak 5 jurnal yang berhubungan dengan tujuan yang selanjutnya dilakukan *review*:

No	Nama Penulis	Judul	Metode	Hasil
1	Anik Sholikah, Eunike Raffy Rustiana & Ari Yuniastuti (2021)	Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Status Gizi Balita di Pedesaan dan Perkotaan	penelitian survey analitik	Hasil penelitian menunjukkan faktor – faktor yang berhubungan dengan status gizi pada balita adalah penyakit infeksi ($p < 0.05$). Faktor yang tidak berhubungan dengan status gizi balita adalah Jarak kelahiran, pola pengasuhan gizi, pendidikan ibu dan pekerjaan ibu ($p > 0.05$).
2	Angga Herlambang & Riska Wandini Setiawati (2021)	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Balita	Kuantitatif dengan pendekatan cross sectional	Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan pengetahuan, jarak kelahiran, sosial ekonomi, dengan status gizi balita di Puskesmas Krui Kabupaten Pesisir Barat.
3	Wynsdy Fajar Apriliana1 & Luluk Ria Rakhma (2020)	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita Yang Mengikuti Tfc di Kabupaten Sukoharjo	Desain observasional	Hasil Penelitian menunjukan Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendapatan perkapita, pendidikan ibu, pengetahuan ibu, dan besar keluarga dengan status gizi balita yang mengikuti TFC
4	Gita Marini, S.Kep., Ns., M.Kep & Dr. A. Aziz Alimul Hidayat, M. Kes (2020)	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Pada Anak Usia 6-24 Bulan Di Kabupaten Lamongan	Cross-sectional	Hasil uji regresi linier berganda $p = 0,000$ menunjukkan bahwa koefisien pola asuh lebih berpengaruh terhadap status gizi anak usia 6–24 bulan dibandingkan koefisien ketahanan pangan keluarga terhadap status gizi anak di Kabupaten Lamongan
5	Jasmawati1), Rizky Setiadi (2020)	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Balita: Systematic Review	Penelitian kepustakaan atau kajian literatur yang direview secara sistematis	Hasil review artikel penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara faktor pendidikan ibu, pengetahuan ibu tentang gizi balita, dan riwayat pemberian ASI Eksklusif terhadap status gizi balita. Terdapat pengaruh antara faktor tingkat pendidikan ibu, pengetahuan ibu tentang gizi balita, dan riwayat pemberian ASI Eksklusif terhadap status gizi balita

4. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil identifikasi pada tabel di atas, diketahui bahwa dari lima artikel yang terpilih sejumlah tiga artikel dipublikasikan pada tahun 2020 dan dua

artikel dipublikasikan pada tahun 2021, Lokasi penelitian berada di Indonesia, Artikel ditulis dalam metode penelitian survey analitik, kuantitatif dengan pendekatan cross sectional, desain observasional, dan Penelitian kepustakaan atau kajian literatur yang direview secara sistematis. Subyek penelitian yang diikutsertakan terdiri dari ibu dengan anak berusia balita, tenaga kesehatan, nutrisisionis, kepala puskesmas, kepala dinas dan kader posyandu. Penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa faktor faktor yang berhubungan dengan status gizi balita, berdasarkan penelitian ditunjukkan bahwa faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada balita adalah penyakit infeksi ($p < 0.05$). Faktor yang yang tidak berhubungan dengan status gizi balita adalah Jarak kelahiran, pola pengasuhan gizi, pendidikan ibu dan pekerjaan ibu ($p > 0.05$) (Anik Sholikah, dkk) sedangkan berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh (Angga Herlambang, dkk) yang menunjukkan hasil tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendapatan perkapita, pendidikan ibu, pengetahuan ibu, dan besar keluarga dengan status gizi balita.

Hasil penelitian diatas juga menunjukkan Hasil uji regresi linier berganda $p = 0,000$ menunjukkan bahwa koefisien pola asuh lebih berpengaruh terhadap status gizi anak usia 6–24 bulan dibandingkan koefisien ketahanan pangan keluarga terhadap status gizi anak di Kabupaten Lamongan,

Sedangkan berdasarkan hasil review artikel penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara faktor pendidikan ibu, pengetahuan ibu tentang gizi balita, dan riwayat pemberian ASI Eksklusif terhadap status gizi balita. Terdapat pengaruh antara faktor tingkat pendidikan ibu, pengetahuan ibu tentang gizi balita, dan riwayat pemberian ASI Eksklusif terhadap status gizi balita. Terdapat hubungan antara tingkat pendidikan ibu dengan status gizi balita.

Penelitian yang dilakukan oleh Hossain (2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pendidikan ibu dengan status gizi balita. Faktor pendidikan ibu berpengaruh langsung terhadap status gizi balita di negara Bangladesh tetapi tidak terlalu signifikan. Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2007) yang menyatakan bahwa salah satu faktor yang berhubungan dengan status gizi seseorang adalah tingkat pendidikan ibu balita. Sehingga semakin tinggi Tingkat pendidikan seorang ibu maka semakin berdampak baik terhadap status gizi anaknya. Penelitian yang dilakukan oleh Suryani (2017) didapatkan hasil ada pengaruh antara pendidikan, jumlah anak, status ekonomi keluarga dan pengetahuan terhadap status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki. Menurut Numaliza (2018),

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara faktor tingkat pendidikan ibu terhadap status gizi balita berdasarkan hasil literature review. Semakin tinggi Tingkat pendidikan seseorang maka semakin mudah diberikan pengertian mengenai suatu informasi dan semakin mudah untuk mengimplementasikan pengetahuannya dalam perilaku khususnya dalam hal kesehatan dan gizi. balita. Oleh karena itu, diperlukan suatu upaya melalui program intervensi, edukasi dan promosi kesehatan untuk menurunkan risiko terjadinya gizi buruk

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi buruk pada balita meliputi penyakit infeksi, pengetahuan, jarak kelahiran, sosial ekonomi, pola asuh.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih Saya ucapkan kepada semua pihak yang telah membantu dan juga mendukung Saya dalam melakukan penelitian ini.

7. DAFTAR REFERENSI

- Apriliana, W. F., & Rakhma, L. R. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi balita yang mengikuti TFC di Kabupaten Sukoharjo. *E-journal STIKES PKU*.
- Diana, R., Yuliana, I., Yasmin, G., & Hardinsyah, H. (2013). Faktor risiko kegemukan pada wanita dewasa Indonesia. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 1-8.
- Herlambang, A., & Setiawati, R. W. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi balita. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 7.
- Jasmawati, & Setiadi, R. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi balita: Systematic review. *Mahakam Midwifery Journal*, 5(2), 99-106.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Panduan Pelaksanaan Gerakan Nasional Tekan Obesitas (GENTAS)*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pengendalian Penyakit Tidak Menular, Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Retrieved from Badan Litbangkes Departemen Kesehatan RS: <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak*. Retrieved from Kementerian Kesehatan RI:

http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK_No__2_Th_2020_ttg_St_Andar_Antropometri_Anak.pdf

- Marini, G., S.Kep., Ns., M.Kep., & Hidayat, A. A., Dr., M.Kes. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi pada anak usia 6-24 bulan di Kabupaten Lamongan. Universitas Muhammadiyah Surabaya.
- Paath, E. F. (2004). *Gizi dalam kesehatan reproduksi*. Jakarta: EGC.
- Sari, F. (2012, October 01). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya obesitas pada anak di TK YPI Ibnu Syam, Cempaka Putih dan Waladun Shaleh Kecamatan Banuampu Kabupaten Agam Tahun 2011*. Repository Universitas Andalas. Retrieved from <http://repository.unand.ac.id/id/eprint/18032>
- Sholikah, A., Rustiana, E. R., & Yuniastuti, A. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi balita di pedesaan dan perkotaan. *Public Health Perspective Journal*, 2.
- Solikhah, A. S., Rustiana, E. R., & Yuniastuti, A. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi balita di pedesaan dan perkotaan. *Public Health Perspective Journal*, 2(1).
- Supariasa, I., et al. (2001). *Penilaian status gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Utami, N. H., & Mubasyiroh, R. (2019). Masalah gizi balita dan hubungannya dengan indeks pembangunan kesehatan masyarakat. *Penelitian Gizi dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 42(1), 1-10.
- World Health Organization (WHO). (2012). WHO Indonesia. Retrieved from <http://ino.searo.who.int>. (Accessed on January 12, 2013).
- World Health Organization (WHO). (2016). Obesity and overweight. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/obesity-and-overweight>
- World Health Organization. (2020). *Malnutrition: Key facts*. Geneva, Switzerland.