

## GAMBARAN STATUS GIZI PADA ANAK BALITA

### *Overview of Nutritional Status in Toddlers*

Prita Yuliana Irnawati<sup>1</sup>, Waqidil Hidayah<sup>2</sup>, Suharti<sup>3</sup>, Puji Lestari<sup>4</sup>, Suci Arsita Sari<sup>5</sup>, Wiwik Muhidayati<sup>6</sup>, Eva Zuli Oktavia<sup>7</sup>, Sofyan Hadi Hasibuan<sup>8</sup>

[pritayuli5@gmail.com](mailto:pritayuli5@gmail.com), [alyajihanrashid@gmail.com](mailto:alyajihanrashid@gmail.com)

<sup>1,2,3,4,5,6,7</sup>S1 Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Rajekwesi Bojonegoro, S1 Keperawatan dan Profesi Ners

#### ABSTRAK

Masalah gizi balita dapat menyebabkan beberapa efek yang serius. Akibat masalah gizi tersebut seperti kegagalan dalam pertumbuhan fisik serta kurangnya optimal pertumbuhan dan kecerdasan, bahkan mengakibatkan kematian pada balita. Agar balita tidak mengalami masalah gizi maka harus dipantau status gizi secara terus menerus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tentang status gizi pada balita dengan literatur review. Metode penelitian ini merupakan berjenis literature review, penelitian ini mengakses dari sumber database pubmed 1 artikel, garba Garuda 3 artikel dan google scholar 4 artikel. Responden pada penelitian ini adalah balita. Hasil analisis literatur review menunjukkan bahwa gambaran status gizi balita berdasarkan IMT/U didapatkan didapatkan separuh lebih balita dengan status gizi normal 54,4%, namun ada 24,7% dengan status gizi kurus dan status gizi balita di Indonesia separuh lebih dengan gizi normal 76,3% sedangkan pada luar negeri di Nigeria status gizi kurus lebih mendominasi tinggi dengan 43,8%. Saran untuk tenaga kesehatan untuk lebih memberikan edukasi kepada masyarakat atau ibu yang memiliki balita dalam memberikan makanan yang seimbang dan Asi eksklusif agar mengetahui asupan yang diperlukan untuk mencegah terjadinya balita dengan gizi kurang atau buruk.

**Kata Kunci :** *review, status gizi, balita.*

#### ABSTRACT

*Toddler nutritional problems can cause some serious effects. The consequences of these nutritional problems include failure in physical growth and lack of optimal growth and intelligence, even resulting in death in toddlers. So that toddlers do not experience nutritional problems, their nutritional status must be monitored continuously. This research aims to provide an overview of the nutritional status of toddlers using a literature review. This research method is a literature review type, this research accesses 1 article from the Pubmed database, 3 articles from Garba Garuda and 4 articles from Google Scholar. The respondents in this study were toddlers. The results of the analysis of the literature review showed that the description of the nutritional status of toddlers based on BMI/U was found to show that more than half of the toddlers had normal nutritional status, 54.4%, but there were 24.7% with underweight nutritional status and the nutritional status of toddlers in Indonesia is more than half with normal nutrition at 76.3%, while abroad in Nigeria, underweight nutrition status is more dominant at 43.8%. Suggestions for health workers to provide more education to the public or mothers who have toddlers in providing balanced food and exclusive breast milk so that they know the intake needed to prevent toddlers from being malnourished or malnourished.*

**Keywords:** *review, nutritional status, toddlers*

#### Pendahuluan

Balita adalah anak usia dibawah 5 tahun dengan karakteristik pertumbuhan seperti pada usia 0-1 tahun mengalami pertumbuhan cepat dimana berat badan diumur 5 bulan menjadi 2 kali dari berat badan lahir, pada umur 1 tahun naik 3 kali berat badan dan naik 4 kali berat badan saat usia 2 tahun. Pertumbuhan akan melambat saat pada masa pra sekolah dengan kenaikan berat badan kurang lebih 2 Kg per bulan dan pertumbuhan konstan mulai berakhir (Hasdianah et.al, 2020)

Pertumbuhan adalah bertambahnya ukuran serta jumlah sel jaringan interseluler, yang maksudnya bertambahnya ukuran fisik atau struktur tubuh sebagian ataupun seluruhnya, jadi dapat diukur melalui satuan panjang dan berat. Sedangkan perkembangan ialah bertambahnya struktur serta fungsi tubuh lebih kompleks dengan kemampuan gerak kasar atau gerak halus, serta sosialisasi dan kemandirian, bicara dan bahasa (Kemenkes R.I, 2020). Gizi merupakan bagian hal terpenting dalam tumbuh kembang dimana memiliki keterkaitan yang erat dengan kesehatan dan kecerdasan. Sehingga mengkonsumsi makanan sangat

berpengaruh terhadap penilaian status gizi anak. Timbulnya gizi anak atau balita yang kurang bukan cuma kurangnya dalam asupan makanan tetapi disebabkan karena penyakit. Penyakit yang berkaitan dengan gizi balita diantaranya seperti penyakit infeksi atau penyakit menular terutama pada diare, cacingan, penyakit Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) dan Tuberculosis (TBC) (Oktavia silvera et.al, 2020). Balita di Indonesia mengalami gizi buruk atau kurang tercatat dengan jumlah presentase 4,5% dari 22 juta atau 900 ribu balita serta mengakibatkan 80% kematian (Kemenkes, 2012). Estimasi malnutrisi bersama kelompok UNICEF-WHO-WORLDBANK edisi 2021 menunjukkan bahwa prevalensi gizi anak balita malnutrisi ada 148,2 juta anak balita mengalami stunting, 38,9 juta balita mengalami kelebihan berat badan, 45,4 juta balita mengalami wasting parah dimana 13,6 juta diantaranya gizi buruk (Unicef 2021).

Masalah gizi balita dapat menyebabkan beberapa efek yang serius. Akibat masalah gizi tersebut seperti kegagalan dalam pertumbuhan fisik serta kurangnya optimal pertumbuhan dan kecerdasan, bahkan mengakibatkan kematian pada balita. Efek jangka pendek gizi buruk terhadap perkembangan balita diantaranya anak balita menjadi apatis, gangguan berbicara dan gangguan yang lainnya. Sedangkan efek jangka panjang seperti penurunan Intelligence Quotien (IQ), penurunan perkembangan kognitif, integrasi sensori, pemusatan perhatian dan penurunan percaya diri yang dapat menurunkan prestasi akademik di sekolah (Oktavia silvera et.al, 2020).

Kejadian gizi kurang dan gizi buruk pada balita perlu adanya deteksi secara dini. Cara mendeteksinya melalui pemantauan tumbuh kembang termasuk pemantauan status gizi balita di Posyandu oleh bidan di desa ataupun petugas kesehatan lainnya. Hasil riset kesehatan dasar kondisi status gizi anak balita di Indonesia masalah kekurangan gizi (underweight) dari 19,6% di Tahun 2019 menjadi 17,68% pada 2020, kurus (wasting) 12,12% di Tahun 2021 menjadi 10,19% di Tahun 2022, obesitas dari 11,90% di tahun 2023 menjadi 8,04% pada tahun 2024 (kemenkes, 2019). Berdasarkan dari latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk menelaah penelitian dengan judul “Gambaran Status Gizi pada Balita”

### Metode Penelitian

Metode penelitian ini merupakan berjenis literature review, penelitian ini mengakses dari sumber database pubmed 1 artikel, garba Garuda 3 artikel dan google scholar 4 artikel. Artikel yang dianalisa diberi batasan waktu 5 tahun terakhir. Peneliti membuka webwebsite dengan memasukkan kata kunci Balita, Status Gizi, kemudian diidentifikasi berdasarkan judul dan abstrak serta dipilih berdasarkan kriteria inklusi seperti populasi balita, menganalisis gambaran status gizi balita, adanya gambaran status gizi balita, artikel atau jurnal yang terbit 5 tahun terakhir dari 2019-2024, alat ukur menggunakan IMT/U dan didapatkan 5 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

### Hasil

Hasil literature review dari beberapa jurnal didapatkan ada 7 artikel Indonesia dan 1 artikel luar negeri, ke 8 artikel tersebut yaitu Dian Nintyasari Mustika & Dewi Puspitaningrum (2016), Nur asiyah et.al (2018), Lilik Hanifah (2018), Ellena Wulanta et.al (2019), Diana Tuasuun et.al (2019), Mega Sari Gigir et.al (2019), Sri G. Sahara et.al (2019), dan Monday Daniel Olodu et.al (2019). Telaah kritis yang digunakan menggunakan instrumen Hawker karena instrumen Hawker merupakan alat penilaian kualitas yang digunakan untuk studi kualitatif. Instrumen Hawker memiliki 9 item pertanyaan dengan skor tertinggi adalah 36, setelah artikel dianalisa didapatkan bahwa artikel yang digunakan oleh peneliti didapat skor tertinggi 36 dan skor terendah 32 sehingga layak untuk dipakai pada penelitian ini. Karakteristik artikel pada penelitian ini adanya gambaran status gizi balita, dari 8 artikel terbit 5 tahun terakhir dari 2016-2020. Status gizi balita dengan usia kisaran 0-60 bulan. Alat ukur yang digunakan dalam dalam artikel yaitu IMT/U dengan hasil temuan seluruh jumlah responden 772 dimana status gizi balita sangat kurus 101 responden, kurus 191 responden, normal 420 responden dan gemuk 60 responden. Maka didapatkan gambaran status gizi balita sebagai berikut :

Status Gizi	Jumlah	Persen
Sangat kurus	101	13
Kurus	191	24,7
Normal	420	54,4
Gemuk	60	7,7
Total	772	100

Berdasarkan tabel didapatkan separuh lebih balita dengan status gizi normal 54,4%, namun ada 24,7% dengan status gizi kurus. Hasil review 8 jurnal didapatkan 7 jurnal di Indonesia dan jurnal luar negeri di Nigeria. Jumlah responden jurnal di Indonesia ada 487 responden dan pada jurnal luar negeri yaitu ada 232 responden sehingga didapatkan gambaran ststu gizi balita di Indonesia dan luar negeri sebagai berikut:

Status Gizi	Artikel			
	Indonesia		Luar Negeri	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Sangat kurus	17	3,4	84	29,4
Kurus	66	13,5	125	43,8
Normal	372	76,3	48	16,8
Gemuk	32	6,5	28	9,8
<b>TOTAL</b>	<b>487</b>	<b>100</b>	<b>285</b>	<b>100</b>

Pada tabel 3.2 didapatkan status gizi balita di Indonesia separuh lebih dengan gizi normal 76,3% sedangkan pada luar negeri status gizi kurus lebih mendominasi tinggi dengan 43,8%.

## Pembahasan

### 1. Gambaran status gizi balita berdasarkan IMT/U

Pada tabel 4.1 didapatkan didapatkan separuh lebih balita dengan status gizi normal 54,4%, namun ada 24,7% dengan status gizi kurus. Dilihat dari status gizi kurus dan sangat kurus dimana menunjukkan masih adanya masalah kesehatan yang cukup serius, karena Masalah kesehatan sudah dianggap serius bila prevalensi kurus antara 10,0- 14,0 persen, dan dianggap kritis bila  $\geq 15,0$  persen (WHO 2020). Indikator status gizi berdasarkan indeks IMT/U memberikan indikasi masalah gizi yang sifatnya akut sebagai akibat dari peristiwa yang terjadi dalam waktu yang tidak lama (singkat). Misalnya terjadi wabah penyakit dan kekurangan makan (kelaparan) yang mengakibatkan anak menjadi kurus. Indikator BB/TB dan IMT/U dapat digunakan untuk identifikasi kurus dan gemuk. Masalah kurus dan gemuk pada umur dini dapat berakibat seperti kegagalan dalam pertumbuhan fisik serta kurangnya optimal perkembangan dan kecerdasan. Pada masalah gizi ini juga beresiko terjadinya penyakit degeneratif dimana penyakit yang terjadi karena adanya perubahan pada sel-sel tubuh yang mempengaruhi fungsi organ yang menyeluruh pada saat dewasa (Teori Bark dalam Riskesdas, 2020).

Pada masalah gizi yang utama yang paling rentan yaitu kelompok masyarakat miskin terutama yang memiliki balita dimana efek gabungan kekurangan gizi dan obesitas yang mengarah ketimpangan sosial sehingga pemerintah perlu penanganan dengan pendekatan yang meluas, komprehensif, terpadu dan multisektoral untuk mengatasi masalah gizi tersebut. Target dan strategi seperti peningkatan alokasi pembiayaan untuk gizi yang disalurkan ke kabupaten atau desa memastikan target, kebijakan serta strategi nasional (Bapenas, 2022). Trobosan yang dilakukan kementerian kesehatan untuk menjadikan sumber daya unggul melalui peningkatan sasaran pemberian makanan tambahan untuk balita kurus, upaya pendidikan gizi dalam peningkatan pemberian makan bayi dan anak balita, promosi gizi seimbang serta pemberian asi eksklusif (kemenkes, 2022). Dilihat dari sudut pandang agama pun Allah memerintahkan kepada para ibu yang baru melahirkan agar menyusui anaknya hingga 2 tahun penuh bagi yang ingin menyempurnakan masa menyusunya sebagaimana disebutkan dalam (QS. Al-Baqarah ayat 233).

### 2. Gambaran status gizi balita di Indonesia dan luar negeri Nigeria

Pada tabel 4.2 didapatkan status gizi balita di Indonesia separuh lebih dengan gizi normal 76,3% sedangkan pada luar negeri di Nigeria status gizi kurus lebih mendominasi tinggi dengan 43,8%. Di Indonesia status gizi balita normal tinggi dengan 76,3% tetapi dilihat bahwa presentasi status gizi kurus 13,5% dimana masih dikatakan serius dan perlu ditangani agar status gizi balita normal. Faktor yang mempengaruhi kurangnya status gizi balita seperti kurang sadarnya masyarakat untuk pentingnya pemberian asi eksklusif, anak lahir dari ibu yang belum cukup umur dan juga faktor ekonomi. Tindakan yang dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut kementerian kesehatan memiliki trobosan untuk menjadikan sumber daya unggul dengan melalui peningkatan sasaran pemberian makanan tambahan untuk balita kurus, upaya pendidikan gizi dalam peningkatan pemberian makan bayi dan anak balita, promosi gizi seimbang serta pendidikan kesehatan terhadap masyarakat yang memiliki balita dalam pemberian asi eksklusif (kemenkes, 2022). Dilihat dari masalah tingginya angka gizi sangat kurus dan kurus dan luar negeri di Nigeria karena asupan makanan yang tidak berkualitas dimana pola ini dapat mencerminkan dalam malnutrisi yang mengakibatkan masalah serius dengan kelangsungan hidup serta tumbuh kembang,

permasalahan yang terletak pada sistem pangan yang tidak bekerja atau gagal dalam asupan makanan yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan dengan sehat (Unicef 2022).

Faktor yang mempengaruhi kekurangan gizi sangat kurus pada negara Nigeria yaitu faktor ekonomi dimana 7 juta warganya ke bawah garis kemiskinan dan pangan berkontribusi lebih dari 60% total kenaikan inflasi. Selain dari ekonomi juga faktor tingkat pemberian ASI eksklusif yang rendah dimana hanya 17% bayi yang disusui secara eksklusif selama enam bulan pertama dan hanya 18% anak usia 6-23 bulan yang diberi makanan dan minuman yang dapat diterima dari kejadian tersebut dikarenakan masih banyaknya angka kelahiran pada remaja yang tinggi dari umur 15-19 tahun yang sudah mulai mengandung anak (NPC Nigeria, 2022). Program UNICEF yang mendukung pemerintah Nigeria untuk mengimplementasikan rencana aksi nasional pangan serta gizi dengan cara memperkuat sistem kesehatan masyarakat dan sepenuhnya mengintegrasikan gizi kedalam semua aspek sistem perawatan kesehatan primer, dengan faktor khusus pengelolaan kekurangan gizi akut, pemberian makan bayi dan anak, dan suplementasi mikronutrien. Intervensi selaras dengan konvergen dengan intervensi dari sektor lain terkait perawatan antenatal, pencegahan pengendalian penyakit, nutrisi ibu dimana dilakukan pendidikan dan konseling cara memberikan makanan anak secara memadai serta cara untuk mengoptimalkan pemberian ASI eksklusif, selain itu unicef juga mendukung program berbasis masyarakat Nigeria yang memiliki balita dalam pengobatan malnutrisi akut yang parah (Unicef, 2022).

### Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan dari hasil dan pembahasan yang dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa gambaran status gizi balita berdasarkan IMT/U didapatkan separuh lebih balita dengan status gizi normal 54,4%, namun ada 24,7% dengan status gizi kurus dan Status gizi balita di Indonesia separuh lebih dengan gizi normal 76,3% sedangkan pada luar negeri di Nigeria status gizi kurus lebih mendominasi tinggi dengan 43,8%. Bagi profesional atau tenaga kesehatan untuk lebih memberikan edukasi kepada masyarakat atau ibu yang memiliki balita dalam memberikan makanan yang seimbang dan ASI eksklusif agar mengetahui asupan yang diperlukan untuk mencegah terjadinya balita dengan gizi buruk serta Bagi ibu yang memiliki balita diharapkan dapat lebih berperan aktif dalam menjaga asupan gizi balitanya agar terpenuhi dengan harapan agar status gizi normal atau baik.

### Daftar Pustaka

- Asiah Nur, et al. (2019). Kejadian Stunting, Wasting Dan Underweight Pada Balita Di Posyandu Wuring Tengah, Wolomarang, Alok Barat, Kabupaten Sikka, NTT. NTT. *Jurnal Keperawatan* <https://scholar.proceedings.uhamka.ac.id/index.php/semnas/article/view/90>
- Bappenas. (2020). *Pembangunan Gizi Di Indonesia*. Jakarta: Direktorat Kesehatan dan Gizi Masyarakat [http://www.bappenas.go.id/indeks.php/download\\_file/view/44519/14084](http://www.bappenas.go.id/indeks.php/download_file/view/44519/14084)
- Daniel Olodu Monday, et al. (2020). *Nutritional status of under-five children born to teenage mothers in an urban setting, south-western Nigeria*. osun state: Community Health Department, Obafemi Awolowo University BMC Research Notes <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30832719/>
- Hanifah Lilik. (2021). *Gambaran Status Gizi Balita Di Posyandu Flamboyan B Mojosoongo Jebres Surakarta*. Surakarta: jurnal kebidanan indonesia STIKESMUS [https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=gambar+status+gizi+balita+di+posyandu+flamboyan+b+mojosongo+jebres+surakarta&btnG=#d=gs\\_qabs&u=%23p%3DbXw8xv dDNscj](https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=gambar+status+gizi+balita+di+posyandu+flamboyan+b+mojosongo+jebres+surakarta&btnG=#d=gs_qabs&u=%23p%3DbXw8xv dDNscj)
- Hasdinah, et al. (2022). *Gizi, Pemantauan Gizi, Diet dan Obesitas*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Kementrian Kesehatan (KEMENKES RI). (2022). *Kelompok permasalahan gizi*. [http://www.kemendes.go.id/artikel/view/2136/mendes\\_kelompok\\_permasalahan-gizi-diindonesia.html](http://www.kemendes.go.id/artikel/view/2136/mendes_kelompok_permasalahan-gizi-diindonesia.html)