

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Kasus

1. Pertumbuhan dan Perkembangan Anak

a. Pengertian

Pertumbuhan adalah bertambah banyak dan besarnya sel seluruh bagian tubuh yang bersifat kuantitatif dan dapat diukur. Sedangkan perkembangan adalah bertumbuhnya fungsi dari alat tubuh (Depkes RI).

Pertumbuhan (growth) berkaitan dengan masalah perubahan dalam besar jumlah, ukuran atau dimensi tingkat sel, organ maupun individu, yang bisa diukur dengan ukuran berat (gram, pound, kilogram, ukuran panjang cm, meter), umur tulang dan keseimbangan metabolik (retensi kalsium dan nitrogen tubuh). Sedangkan perkembangan (development) adalah bertambahnya kemampuan (skill) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat diramalkan sebagai hasil dari pematangan.

b. Ciri pertumbuhan dan perkembangan Anak

1. Pertumbuhan

Pertumbuhan memiliki ciri-ciri khusus, yaitu perubahan ukuran, perubahan proporsi, hilangnya ciri-ciri lama, serta munculnya ciri-ciri baru. Keunikan pertumbuhan adalah mempunyai kecepatan berbeda-beda di setiap kelompok umur dan masing-masing organ juga mempunyai pola pertumbuhan yang berbeda. Terdapat 3 periode pertumbuhan cepat, yaitu masa janin, masa bayi 0-1 tahun dan masa pubertas.

2. Perkembangan

Proses tumbuh kembang anak mempunyai beberapa ciri yang saling berkaitan. Ciri-ciri tersebut adalah sebagai berikut:

- a) Perkembangan menimbulkan perubahan
- b) Pertumbuhan dan Perkembangan pada tahap awal menentukan

perkembangan selanjutnya

- c) Pertumbuhan dan perkembangan mempunyai kecepatan yang berbeda
 - d) Perkembangan berkolerasi dengan pertumbuhan
 - e) Perkembangan memiliki pola yang tetap
 - f) Perkembangan memiliki tahap yang tetap
- c. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tumbuh Kembang

1. Faktor internal

- a) Ras/etik atau bangsa
- b) Keluarga, meliputi pekerjaan/pendapatan keluarga, pendidikan ayah/ibu, jumlah saudara, jenis kelamin, stabilitas rumah tangga, kepribadian ayah/ibu, agama, urbanisasi
- c) Umur
- d) Jenis kelamin
- e) Gentika
- f) Kelainan kromosom

2. Faktor eksternal

- a) Masa prenatal
 - 1) Gizi
 - 2) Mekanis
 - 3) Toknis/ zat kimia
 - 4) Endokrin
 - 5) Radiasi
 - 6) Infeksi
 - 7) Stres/psikologi ibu
 - 8) Rhesus
 - 9) Anoreksia embrio
 - 10) Kelainan imunologi
- b) Masa persalinan

Komplikasi persalihan pada bayi seperti trauma kepala dan asfiksia dapat menyebabkan kerusakan jaringan otak.

- c) Post natal
 - 1) Gizi
 - 2) Penyakit kronis/kelainan congenital
 - 3) Lingkungan fisik dan kimia
 - a) Cuaca musim, keadaan geografis suatu daerah
 - b) Sanitasi
 - c) Keadaan rumah
 - d) Radiasi
 - 4) Faktor psikososial
 - a) Stimulasi
 - b) Motivasi belajar
 - c) Ganjaran atau hukuman
 - d) Kelompok sebaya
 - e) Stres
 - f) Cinta dan kasih sayang
 - g) Kualitas interaksi anak dengan orang tua
 - 5) Faktor hormon
 - a) Somatotropin atau growth ata *growth hormone*
 - b) Glukokotirkoid
 - c) Hormon tiroid
 - d) Hormon-Hormkon seks
- d. Stimulasi Deteksi Intervensi Dini Tumbuh Kembang (SDIDTK)
 - 1. Deteksi dini penyimpangan pertumbuhan
 - a) Pengukuran Berat Badan terhaap Tinggi Badan (BB/TB)
 - 1) Tujuan pengukuran BB/TB adalah untuk menentukan status gizianak, normal, kurus, kurus sekali atau gemuk.
 - 2) Jadwal pengukuran BB/TB disesuaikan dengan jadwal DDTK. Pengukuran dan penilaian BB/TB dilakukan oleh tenaga kesehatan terlatih, yaitu tenaga kesehatan yang telah mengikuti pelatihan SDIDTK.

b) Pengukuran lingkaran kepala anak (LKA)

Tujuan pengukuran LKA adalah untuk mengetahui lingkararan kepala anak dalam batas normal atau diluar batas normal. Deteksi dini penyimpangan pertumbuhan dilakukan di semua tingkat pelayanan.

2. Status Gizi Balita

Status gizi pada masa balita perlu mendapatkan perhatian yang serius dari para orang tua, kekurangan gizi pada masa ini akan menyebabkan kerusakan yang irrrreversible (tidak dapat dipulihkan). Kekurangan gizi yang lebih fatal akan berdampak pada perkembangan otak. Penyebab kurang gizi pada balita adalah kemiskinan, diare, ketidak tahuan oranoleh balita tua karena pendidikan rendah, atau factor tabu makanan yaitu makanan bergizi tidak boleh dikonsumsi oleh balita. Kurang gizi ini akan berpengaruh pada perkembangan fisik dan mental anak (Atikah & Siti, 2019).

Menurut (Adisasmito, 2017), status gizi balita dipengaruhi banyak penyebab, baik penyebab langsung maupun tidak langsung. Penyebab langsung yang mempengaruhi status gizi adalah asupan makanan dan penyakit infeksiyang diderita balita, penyebab tidak langsung meliputi ketersediaan pangan dalam hal ini dengan mengetahui pekerjaan dan pendapatan orang tua, pola asuh anak, serta pelayanan kesehatan dan kesehatan lingkungan. Ketiga penyebab tidak langsung tersebut berkaitan dengan tingkat pendidikan, pengetahuan, dan keterampilan keluarga.

Sebagaimana diketahui, pertumbuhan cepat terjadi pada usia bayi (0 – 1 tahun) di mana pada umur 5 bulan berat badan (BB) naik $2 \times$ BB lahir, pada umur 1 tahun naik $3 \times$ BB lahir dan menjadi $4 \times$ BB lahir pada umur 2 tahun. Setelah itu, pertumbuhan BB mulai menurun karena anak menggunakan banyak energi untuk bergerak. Pertumbuhan mulai lambat pada masa balita (prasekolah) di mana kenaikan berat badan hanya sekitar 2kg/tahun. Parameter antropometri merupakan dasar dari penilaian status gizi. Kombinasi antara beberapa parameter disebut *Indeks Antropometri*.

Faktor umur sangat penting dalam menentukan status gizi. Hasil pengukuran tinggi badan dan berat badan yang akurat menjadi tidak berarti bila tidak disertai dengan penentuan umur yang tepat. Beberapa indeks

antropometri yang sering digunakan, yaitu Berat Badan menurut Umur (BB/U), Tinggi Badan menurut Umur (TB/U), dan Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB). Pengukuran status gizi balita dapat dilakukan dengan indeks antropometri dan menggunakan Indeks Masa Tubuh (IMT) (Susilowati& Kuspriyanto, 2016).

Tabel 1.
Kategori Dan Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasarkan Indeks

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
BB/U	Gizi Buruk	< -3,0 SD
	Gizi Kurang	-3,0 SD S/D < -2,0 SD
	Gizi Baik	-2,0 SD S/D 2,0 SD
	Gizi Lebih	> 2,0 SD
TB/U	Sangat Pendek	< -3,0 SD
	Pendek	-3,0 SD S/D < -2,0 SD
	Normal	≥ -2,0 SD
BB/TB	Sangat Kurus	< -3,0 SD
	Kurus	-3,0 SD S/D < -2,0 SD
	Normal	-2,0 SD S/D 2,0 SD
	Gemuk	> 2,0 SD

Sumber: Kemenkes (2011)

Kartu Menuju Sehat (KMS) merupakan catatan grafik perkembangan anak yang diukur berdasarkan umur, berat badan, dan jenis kelamin. Melalui KMS pertumbuhan dan status gizi balita dapat terpantau. Pemahaman yang kurang baik tentang pemantauan pertumbuhan balita akan berpengaruh terhadap kunjungan ke posyandu, dan memungkinkan balita tidak terpantau status gizi.

Untuk menentukan sasaran kita dapat melihat status gizi balita dalam buku KMS milik balita. Jika dalam 3 bulan berturut-turut berat badan balita tidak sesuai dengan usianya maka balita ini dapat diambil sebagai sasaran.

Penilaian status gizi juga dapat dinilai berdasarkan data riwayat makanan dan asupan adalah :

- a. Riwayat pemberian makan, antara lain kebiasaan makan, teknik pemberian makan, gangguan makan dan lingkungan.
- b. Nafsu makan dan asupan, antara lain nafsu makan harian, factor yang memengaruhi asupan seperti preferensi, alergi, intoleransi terhadap bahan makanan tertentu, gangguan mengunyah maupun menelan dan keterampilan

makan.

- c. Riwayat pola makan, antara lain pemberian air susu ibu (ASI), frekuensi dan durai pemberian ASI, frekuensi dan jumlah pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) ataupun susu formula, usia mulai dikenalkan MP-ASI, variasi MP-ASI, suplementasi vitamin atau mineral dan gangguan seperti mual, muntah, diare, konstipasi dan kolik (Kemenkes RI, 2017).

Gizi yang tepat merupakan modal utama untuk pertumbuhan dan perkembangan normal pada anak. Anak membutuhkan :

- a. Makro Nutrien (protein, lemak, karbohidrat dan cairan)
- b. Mikro Nutrien (vitamin dan mineral)

Gizi yang seimbang adalah gizi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh melalui makanan sehari – hari sehingga tubuh bisa aktif, terhindar dari penyakit dan selalu sehat. Gizi seimbang dapat dipenuhi dengan pemberian maknan sebagai berikut :

- a. Sumber k a r b o hidrat arang, meliputi beras, roti, kentang, terigu, jagung, singkong, dll.
- b. Sumber protein, meliputi telur, susu, ikan, daging, ayam, hati, tahu,tempe, keju, dll.
- c. Sumber vitamin, meliputi semua jenis sayuran dan buah – buahan.

3. Kebutuhan Gizi Balita

Kebutuhan nutrisi balita juga dipengaruhi oleh usia,besar tubuh, dan aktivitas. Balita biasanya membutuhkan 1.000 sampai 1.4000 kalori per hari untuk energi.Lalu dibutuhkan kalsium kurang lebih 500 mg per hari,anak balita juga perlu 7 mg zat besi per hari. vitamin C dan D juga sangat dibutuhkan untuk balita. Pada usia dua tahun memiliki kerangka tubuh tulang rawan sehingga dengan memberikan asupan gizi yang baik serta vitamin dan mineral akan mempercepat pembentukan tulang. Air juga sangat diperlukan bagi kebutuhan gizi balita kebutuhan rata rata cairan anak 1-1,5 ml/kkal/hr. Karbohidrat yang dianjurkan untuk balita 60-70% energi total basa. Protein diperlukan untuk balita sebagai zat pembangun. Sebagai pertumbuhan serta dan mengganti sel-sel pada tubuh yang rusak. Kebutuhan lemak yang dianjurkan yakni 15-20%.Balita dianjurkan mengonsumsi asam lemak esensial 1 hingga 2 % energi total.

4. Karakteristik Balita

Mennuut Beauty Rahayu, Syarif Darmawan (2019) dalam buku Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi (Balenced Nutrition In Reproductive Health), bedasarkan karakteristiknya, balita usia 1-5 tahun dapat dibedakan menjadi dua, yaitu anak lebih dari satu tahun sampai 1-3 yang dikenal dengan "Balita" dan anak usia lebih dari 3-5 tahun yang dikenal dengan usia "Prasekolah" (Irianto, 2014). Sedangkan pada masa pra sekolah anak menjadi konsumen aktif. Mereka sudah dapat memilih makanan yang disukainya pada masa ini anak akan mencapai gemar memprotes sehingga mereka akan mengatakan tidak terhadap ajakan. Pada masa ini berat badan anak cenderung mengalami penurunan, ini terjadi akibat dari aktifitas yang mulai banyak maupun penolakan terhadap makanan.

5. Nafsu Makan Anak Balita

a. Pengertian

Nafsu makan merupakan keadaan yang mendorong seseorang untuk memuaskan keinginan untuk makan selain rasa lapar (Hall, 2017). Menurut (Novitasari, 2019), masalah makan pada anak umumnya adalah masalah kesulitan makan. Hal ini penting untuk diperhatikan karena dapat menghambat tumbuh kembang optimal pada anak. Tujuan memberi makan pada anak diantaranya untuk memenuhi kebutuhan zat gizi yang cukup dalam kelangsungan hidupnya, pemulihan kesehatan sesudah sakit, untuk aktivitas, pertumbuhan, dan perkembangan. Pelaksanaannya ternyata sering kali timbul kesulitan makan 10 anak yaitu kurangnya nafsu makan anak karena kesulitan makan pada balita.

Gangguan kesulitan makan pada anak sering kita jumpai pada masyarakat yang belum memahami prosedur pemenuhan kebutuhan nutrisi pada anak. Kebanyakan masyarakat belum memahami pentingnya nutrisi pada anak (Hidayah, 2017)

Masalah anak susah makan biasanya ditemui pada anak usia 1-4 tahun. Banyaknya faktor yang menyebabkan anak susah makan. Karena bagi anak, saat makan itu bukan hanya pemenuhan gizi tetapi juga sangat penuh tantangan, rasa ingin tahu, berlatih dan belajar. Apalagi jika masih dalam tahap pengenalan makanan baru (Zerlina, 2013).

b. Faktor-fakto yang mempengaruhi nafsu makan anak

- 1) Anak mengalami infeksi, seperti tuberculosis menahun, influenza,

bronchitis, disentri, campak, cacangan atau penyakit lain yang disebabkan oleh virus.

- 2) Faktor gangguan/kelainan psikologis, meliputi internal (perkembangan anak, emosi) dan eksternal (lingkungan, pengasuh dan teman).
- 3) Anak terlalu aktif sehingga mengalami kelelahan, jika hal ini terjadi jangan memaksa anak untuk makan, biarkan anak beristirahat terlebih dahulu.
- 4) Anak telah merasa kenyang tetapi tetap dipaksa untuk menghabiskan porsi makanannya. Jika hal ini terus dibiarkan terjadi maka anak akan menganggap musuh terhadap makanan.
- 5) Waktu makan yang tidak menyenangkan.
- 6) Anak sedang terganggu secara emosional, mencari perhatian, atau terlalu mendapat perhatian lebih (Haryani, 2018).

c. Cara mengatasi nafsu makan anak

- 1) Makanan yang dihidangkan tidak terlalu banyak.
- 2) Tidak memaksa anak untuk mencoba makanan baru jika anak tidak menghendaknya, Jenis makanan yang baru hendaknya dihidangkan dengan makanan yang disukai anak.
- 3) Hidangkan makanan yang bervariasi baik bentuk, rasa dan cara penyajian. Pilih alat-alat makanan yang disukai anak.
- 4) Tidak memarahi atau memberikan hukuman ketika anak tidak menghabiskan makanan, dan berikan penghargaan/pujian ketika anak berhasil makan dengan baik.
- 5) Memberikan kesempatan kepada anak untuk belajar makan sendiri segera mungkin
- 6) Mulai usia 2 tahun anak sudah mulai dibiasakan makan bersama keluarga (Haryani, 2011).
- 7) Berikan temulawak dan madu pada anak sebelum makan untuk merangsang nafsu makan (finna yunita, 2020)

d. Pola Makan Pada Balita

a. Pola makan

Pola makan adalah suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan informasi gambaran dengan meliputi mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit (Winny Warhamny, dkk 2018). Secara umum pola makan memiliki 3 komponen yang terdiri dari frekuensi, dan jumlah makanan.

b. Jenis makan

Jenis makan adalah sejenis makanan pokok yang dimakan setiap hari terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran dan buah yang dikonsumsi setiap hari. Makanan pokok adalah sumber makanan utama dinegara Indonesia yang dikonsumsi setiap orang atau setiap kelompok masyarakat terdiri dari beras, jagung, sagu, umbi-umbian, dan tepung (Winny Warhamny, dkk 2018).

c. Frekuensi Makan

Frekuensi makan adalah beberapa kali makan dalam sehari meliputi makan pagi, makan siang, makan malam dan makan selingan. Menurut (Nugroho, dkk 2020) frekuensi makan merupakan berulang kali makan sehari dengan jumlah 3 kali makan pagi, makan siang, makan malam.

d. Jumlah makan

Jumlah makan adalah banyak makanan yang dimakan dalam setiap orang atau setiap individu dalam kelompok (Suryani, dkk 2017). Pola makan yang seimbang yaitu yang sesuai dengan kebutuhan disertai dengan pemilihan bahan makanan yang tepat akan melahirkan status gizi yang baik. Pembahasan pola makan meliputi:

a) Frekuensi Makanan Per Hari

Menurut Waryono (2010: 90) berikan makanan 5-6 kali sehari. Pada masa ini lambung akan belum mampu mengakomodasi porsi makan 3x sehari. Balita perlu makan lebih sering sekitar 5-6 kali sehari (3 kali makan “berat” ditambah cemilan sehat). Soenardi (2006: 28) pada akan yang seimbang atau yang baik yaitu bila frekuensi makan 3 kali sehari atau lebih dan makan makanan selingan diantara makan dan jumlahnya banyak serta jenis makanannya yang bergizi seimbang.

b) Kualitas Makanan

Santoso (2009:70) menjelaskan tingkat konsumsi ditentukan oleh kualitas serta kuantitas hidangan. Kualitas hidangan menunjukkan adanya semua zat gizi yang diperlukan oleh tubuh dalam susunan hidangan dan perbandingan yang satu terhadap yang lain.

c) Kuantitas Makanan

Menurut Urip (2004:53), standar kebutuhan energi sehari anak prasekolah adalah 67-75 kalori per kg berat badan sedangkan kebutuhan proteinnya adalah 10%-20% dari total energi. Menurut Widodo (2008:98) variasi menu makanan perlu dilakukan untuk menumbuhkan rasa ingin tahu anak.

d) Gizi Seimbang

Konsep menu adekuat menekankan adanya unsur-unsur gizi yang diperlukan oleh tubuh dalam keadaan seimbang. Unsur gizi yang diperlukan oleh tubuh ini digolongkan atas pemberian tenaga atau energy, penyokong pertumbuhan, pembangunan, dan pemeliharaan jaringan tubuh serta pengatur dalam sel tubuh (Santoso, 2009:123).

Ditinjau dari sudut masalah kesehatan dan gizi maka anak usia taman kanak-kanak yaitu 3-6 tahun termasuk golongan masyarakat yang disebut kelompok rentan gizi, yaitu kelompok masyarakat yang paling mudah menderita kelainan gizi. Sedangkan pada saat ini mereka sedang mengalami proses pertumbuhan yang relatif besar dan memerlukan zat-zat gizi dalam jumlah yang relatif besar. Khususnya untuk anak usia ini sedang dalam masa perkembangan (nonfisik) dimana mereka sedang dibina untuk mandiri, berperilaku menyesuaikan dengan lingkungan, peningkatan berbagai kemampuan, dan berbagai perkembangan lain yang membutuhkan fisik yang sehat. Maka kesehatan yang baik, ditunjang oleh keadaan gizi yang baik, merupakan hal yang utama anak tumbuh kembang yang optimal bagi seorang anak. Kondisi ini hanya dapat dicapai melalui proses pendidikan dan pembiasaan serta penyediaan kebutuhan yang sesuai, khususnya melalui makanan sehari-hari bagi seorang anak (Istiany dan Rusilanti, 2014:88).

e. Dampak Tidak Nafsu Makan

Pada tidak nafsu makan yang sederhana misalnya karena sakit yang akut biasanya tidak menunjukkan dampak yang berarti pada kesehatan dan tumbuh kembang anak. Pada kesulitan makan yang berat dan berlangsung lama akan berdampak pada kesehatan dan tumbuh kembang anak. Gejala yang timbul tergantung dari jenis dan jumlah zat gizi yang kurang. Bila anak hanya tidak menyukai makanan tertentu misalnya buah dan sayuran akan terjadi defisiensi vitamin A. Bila hanya mau minum susu saja akan terjadi.

6. Temulawak dan Madu

1. Temulawak

Temulawak merupakan salah satu jenis tanaman temu – temuan. Kandungan yang ada di dalam temulawak sangat beragam yakni rimpang temulawak mengandung zat kuning kurkuminoid, minyak asiri, pati, protein, lemak, selulosa, dan mineral. Berdasarkan penelitian salah satu keunggulan temulawak ini adalah mampu mengatasi gangguan nafsu makan. Ditemukan bahwa pada rimpang temulawak dapat meningkatkan atau memperbaiki nafsu makan hal ini dikarenakan adanya karminativum dari minyak astiri yang terkandung (Kurniarum & Novitasari, 2016).

Kandungan minyak astiri bersifat korelati, dapat mempercepat sekresi empedu maka dapat mempercepat pengosongan lambung, mempercepat pencernaan serta mengabsorpsi lemak di usus lalu mengsekresi hormone yang meregulasi peningkatan nafsu makan. Kandungan kurkuminoid juga berpengaruh pada peningkatan nafsu makan karena mampu meningkatkan aktivitas pencernaan sehingga mempercepat pengosongan lambung maka akan menambah nafsu makan.



Gambar 1. Temulawak

b. Manfaat Temulawak

Manfaat temulawak merupakan untuk meningkatkan nafsu makan dan meningkatkan ketahanan tubuh manfaat kesehatan yang cukup dikenal masyarakat. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian (Kurniarum & Novitasari, 2016) yang menunjukkan bahwa pemanfaatan temulawak yang cukup besar adalah untuk meningkatkan nafsu makan dan menjaga ketahanan tubuh.

c. Cara pemberian Temulawak dan madu

Berdasarkan penelitian yang dilakukan BKTM (2013) pada tentang efektifitas temulawak dan madu terhadap perubahan nafsu makan pada anak dari beberapa penelitian yang telah dilakukan ,bahwa dengan dosis 1125-2500 mg kurkumin perhari tidak menunjukkan adanya toksisitas. Dosis yang disarankan untuk meningkatkan nafsu makan adalah 2 gram rimpang kering temulawak , dibuat dalam bentuk infus, diminum 2-3 kali sehari. mendapatkan hasil bahwa temulawak dan madu dapat meningkatkan nafsu makan anak. Peneliti memberikan temulawak dan madu yang diberikan kepada responden selama 4 hari sebelum makan. Pemberian madu sebanyak 1 sendok makan dan 2 gram temulawak bubuk dan dicampurkan ½ gelas air (150ml).

Berdasarkan hasil yang didapatkan usia anak balita yang mengalami perubahan nafsu makan paling banyak diusia 3-4 tahun karena pada usia prasekolah, anak menjadi konsumen aktif, yaitu mereka sudah dapat memilih makanan yang disukainya. Dapat disimpulkan bahwa pemberian temulawak dan madu efektif dalam meningkatkan nafsu makan pada anak balita. Sesuai dengan apa yang dirasakan oleh responden setelah subjek penelitian minum temulawak dan madu selama 4 hari, responden menyatakan mengalami peningkatan nafsu makan (Novikasari, 2019)

2. Madu

a. Pengertian Madu

Madu adalah sebuah cairan menyerupai sirup yang dihasilkan oleh lebah madu. Madu memiliki rasa yang manis yang tidak sama dengan gula atau pemanis lainnya karena rasa manis madu berasal dari nektar pada bunga yang dihisap lebah (Finna yunita, 2020).

b. Keunggulan Madu

- 1) Madu dapat sebagai pengganti gula karena rasa manis yang lebih menyehatkan.
- 2) Mudah dicerna oleh perut yang paling sensitif sekalipun karena molekul gula pada madu dapat berubah menjadi gula lain misal fruktosa menjadi glukosa.
- 3) Madu mengandung berbagai sumber vitamin dan mineral umumnya mengandung vitamin c, kalsium, zat besi.
- 4) Madu mengandung *nutraceuticals* efektif menghilangkan radikal bebas dari tubuh manusia. Madu juga terdapat *pinocembrin* antioksidan yang hanya ada pada madu yang akan membuat tubuh menjadi lebih sehat, terhindar dari penyakit, dan awet muda.
- 5) Terdapat kandungan asam amino non – esensial maupun esensial yang membantu memenuhi kebutuhan protein balita.
- 6) Madu mengandung antibiotik yang aktif melawan serangan patogen penyebab penyakit.



Gambar 2 Madu

7. Kebutuhan Balita Usia 36 Bulan

a. Nutrisi

Pada dasarnya kebutuhan makan setiap anak bisa berbeda-beda, Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) menyarankan pemberian MPASI untuk anak 24-36 bulan adalah sebanyak tiga per empat hingga 1 mangkuk ukuran 250ml dan makan besar diberikan sebanyak 3-4 kali per hari. Selain itu dapat memberikan cemilan 1-2 kali sehari, namun pastikan cemilan yang

anda berikan adalah cemilan sehat (buah potong, keju, yogurht, roti) Sekali lagi, ukuran ini hanya digunakan sebagai patokan saja, harus disesuaikan dengan kemampuan makan anak karena memberikan makan untuk anak tidak boleh dipaksa-paksa. Kenaikan berat badan anak memang sudah akan melambat pada usia ini, namun berat badan anak harus tetap naik. Bila anak anda makan hanya sedikit, maka perlu mengevaluasi lagi penyebabnya, apakah anak terlalu banyak ngemil sehingga masih kenyang saat pemberian makan? Apakah anak sedang tumbuh gigi? Apakah anak sedang mengalami sakit? Atau ada hal lainnya yang menyebabkan anak menjadi lebih sulit makan?

Beberapa tips yang dapat dilakukan:

- a) Berikan makanan yang bervariasi untuk anak (termasuk juga cara masak Makanan yang bervariasi)
 - b) Selalu tawarkan makanan yang sehat yang mengandung gizi lengkap meliputi karbohidrat (nasi, kentang, ubi), protein baik hewani ataupun nabati (daging sapi, daging ayam, ati, telur, tahu tempe, kacang-kacangan, dll), sayur dan juga buah. Susu juga sangat penting diberikan di usia ini karena susu merupakan sumber kalsium utama untuk anak.
 - c) Hindari memberikan cemilan yang tidak sehat untuk anak terutama mendekati waktu makan.
 - d) Makanlah bersama-sama dengan keluarga.
 - e) Hindari memberikan pengalih berlebihan saat makan (misalnya diberi tontonan atau makan sambil bermain).
 - f) Banyak berinteraksi dengan anak saat makan
 - g) Anda dapat memberikan finger food untuk anak dan membiarkan anak makan sendiri.
 - h) Jangan memaksa atau memarahi anak untuk makan.
- b. Aktivitas

Tidak hanya bisa berjalan ke sana kemari, Balita usia 36 bulan mungkin juga mulai penasaran dengan apa yang sering ayah dan ibu lakukan dengan gadget. Saat mengenalkan anak pada gadget, ada beberapa hal yang perlu orangtua perhatikan agar barang elektronik tersebut tidak malah memberi

dampak buruk bagi tumbuh kembang anak. Salah satu hal penting yang perlu diperhatikan adalah durasi anak bermain gadget. Alasan membatasi durasi anak bermain gadget adalah demi perkembangan balita. Dibanding membiarkan anak keasyikan menonton gadget atau televisi, anak yang masih dalam usia perkembangan sangat perlu mendapatkan pengalaman baru di luar rumah. Selain itu, pada usia ini, sulit bagi anak untuk membedakan apa yang terjadi pada layar gadget atau televisi dengan kenyataannya di dunia asli. Itulah mengapa orangtua juga perlu mendampingi dan memberi penjelasan saat anak bermain gadget.

Berikut ini kemampuan yang dapat dicapai anak pada usia 36 bulan:

- Berjalan. Balita ibu mungkin sudah bisa berlari, memanjat, membungkuk untuk mengambil mainan dan kembali berdiri di usia ini.
- Berbicara. Balita mungkin sudah dapat mengatakan sekitar 2 kata saat berbicara atau mengobrol dengan ayah dan ibu.
- Pertumbuhan Gigi. Bersiaplah dengan ketidaknyamanan yang akan dialami balita akibat tumbuh gigi, karena gigi taring atas dan gigi geraham bawah akan segera tumbuh dalam waktu-waktu ini.

c. Istirahat

Waktu tidur yang dibutuhkan bayi atau anak-anak tidak hanya membutuhkan tidur yang nyenyak dan berkualitas, melainkan juga berapa lama mereka tidur. Kuantitas atau jumlah waktu tidur bayi atau anak pun berbeda-beda, tergantung pada berapa usia mereka, yaitu:

- Bayi (*Newborn*) usia 0-3 bulan disarankan untuk tidur sebanyak 14-17 jam per hari.
- Bayi (*Infant*) usia 4-11 bulan disarankan untuk tidur sebanyak 12- 15 jam per hari.
- Balita usia 1-2 tahun disarankan untuk tidur sebanyak 11-14 jam per hari.
- Balita 3-5 tahun disarankan untuk tidur sebanyak 10-13 jam per hari.

Jika buah hati kurang tidur, dampaknya tidak hanya menangis. Tidur dengan waktu yang sedikit juga dipercaya memengaruhi pertumbuhan dan sistem kekebalan tubuh, hingga mengakibatkan anak rentan sakit. Waktu

tidur yang cukup juga memainkan peran penting terhadap perkembangan kognitif buah hati, yaitu kemampuan untuk berpikir dan memahami, mengolah informasi, belajar bahasa, dan lain sebagainya. Pada anak usia sekolah, kurang tidur bisa membuat mereka kurang konsentrasi dalam belajar, bersikap nakal, mendapatkan nilai yang jelek, depresi, hingga hiperaktif.

Beberapa tips agar anak bisa tidur nyenyak.

- a) Mandi dengan air hangat ditambah dengan usapan lembut penuh kasih sayang dapat membuat buah hati menjadi tenang, santai, dan relaks.
- b) Pilih pakaian yang terbuat dari serat alami, seperti katun, untuk menghindari iritasi pada kulit anak dan membuat Si Kecil sering terbangun.
- c) Tidurkan si kecil dalam ruangan dengan pencahayaan redup.
- d) Berikan ASI sebelum anak terbangun dari tidurnya. Jika anak tidur lebih dulu, jangan lupa memberinya ASI ketika hendak tidur. Cara ini dipercaya dapat membuat si kecil tidur lebih lama.
- e) Taruh tangan bunda di perut, lengan, dan kepala anak untuk membuatnya tenang ketika hendak diletakkan di tempat tidur.

Tidur dengan nyenyak tidak hanya bagus untuk perkembangan buah hati, tetapi juga untuk kesejahteraan orang tua. Bayi atau anak yang tidur dengan pulas juga dapat membuat orang tua merasa lebih bahagia, tentram, dan tidur tanpa rasa cemas.

B. Kewenangan Bidan Terhadap KasusTersebut

Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2019 tentang Izin dan Penyelenggaraan Praktik Bidan, kewenangan yang dimiliki bidan meliputi Pelayanan kesehatan anak,Pasal 50.

Dalam menjalankan tugas memberikan pelayanan kesehatan anak sebagaimana dimaksud dalam pasal 46 ayat 1 huruf b,Bidan berwenang:

- a. Memberikan Asuhan Kebidanan pada bayi baru lahir,balita,dan anak

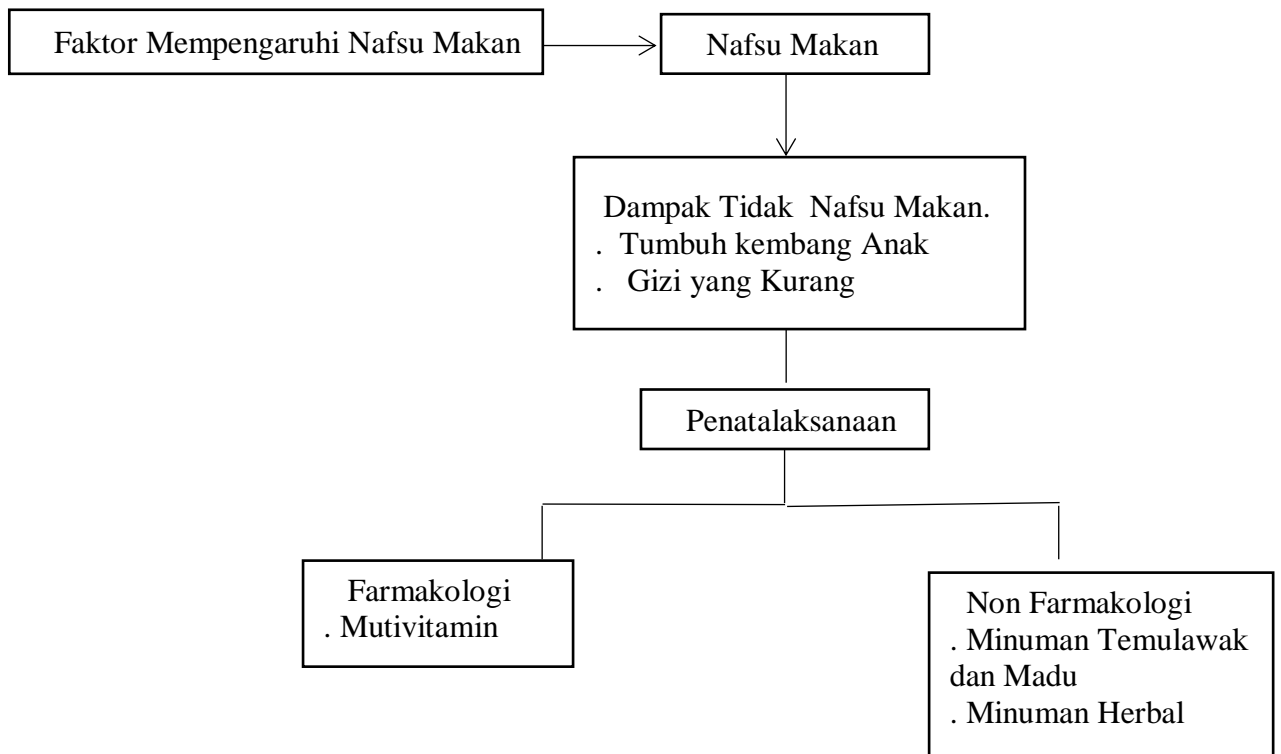
prasekolah.

- b. Memberikan imunisasi sesuai program pemerintah pusat
- c. Melakukan pemantauan tumbuh kembang bayi, balita, dan anak prasekolah serta deteksi dini kasus penyakit, gangguan tumbuh kembang, dan rujukan.
- d. Memberikan pertolongan pertama kegawatdaruratan pada bayi baru lahir dilanjutkan dengan rujukan.

C. Hasil Penelitian Terkait

1. Penelitian Finna yunita *Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Semarang, (2020)* dengan judul Penerapan pemberian madu dan temulawak terhadap peningkatan nafsu makan pada balita 1-5 tahun yang mengalami sulit makan. Berdasarkan hasil Penerapan temulawak dan madu terdapat kenaikan nafsu makan pada balita rata-rata kenaikan tiap hari setelah diberikan madu dan temulawak adalah 1 porsi lalu terdapat 2 responden yang mengalami kenaikan berat badan meski tidak signifikan. Kesimpulan: bahwa madu temulawak yang diberikan secara rutin sebanyak dua kali dapat dijadikan sebagai rekomendasi untuk meningkatkan nafsu makan anak balita
2. Penelitian Ari Kurniarum, Rizky Ayu Novitasari *Jurnal kebidanan dan kesehatan Tradisional 1 (2016)* dengan judul Penggunaan Tanaman Obat Tradisional Untuk Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balita
3. Penelitian Anggi Novitasari, Wiwi karnasih *Mahasiswa Keperawatan Aisyah Yogyakarta, (2019)* dengan judul Efektifitas Temulawak dan Madu Terhadap Perubahan Nafsu Makan Pada Balita. Berdasarkan hasil peneliti, dapat disimpulkan bahwa pemberian temulawak dan madu efektif dalam meningkatkan nafsu makan pada anak balita.

D. Kerangka Teori



Gambar 3. Kerangka Teori

Sumber : (Finayunita2020)