

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Balita

1. Definisi

Anak balita adalah anak yang telah menginjak usia di atas satu tahun atau lebih populer dengan pengertian usia anak di bawah lima tahun (Muaris. H, 2006). Balita adalah istilah umum bagi anak usia 1–3 tahun (batita) dan anak prasekolah (3–5 tahun) (Sutomo dan Anggraeni, 2010). Balita merupakan istilah yang berasal dari kependekan kata bawah lima tahun. Istilah ini cukup populer dalam program kesehatan Balita merupakan kelompok usia tersendiri yang menjadi sasaran program Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). Rentang usia balita dimulai dari satu sampai lima tahun, atau bisa digunakan perhitungan bulan, yaitu usia 12-60 bulan. Ada juga yang menyebutnya dengan usia prasekolah atau *toddler*. (Susilowati dan Kuspriyanto, 2016).

2. Karakteristik Balita

Menurut karakteristik, balita terbagi dalam dua kategori yaitu anak usia 1–3 tahun (batita) dan anak usia prasekolah. Anak usia 1–3 tahun merupakan konsumen pasif, artinya anak menerima makanan dari apa yang disediakan ibunya. Laju pertumbuhan masa batita lebih besar dari masa usia prasekolah sehingga diperlukan jumlah makanan yang relatif besar. Namun perut yang masih lebih kecil menyebabkan jumlah makanan yang mampu diterimanya dalam sekali makan lebih kecil dari anak yang usianya lebih besar

Oleh karena itu, pola makan yang diberikan adalah porsi kecil dengan frekuensi sering pada usia pra-sekolah anak menjadi konsumen aktif. Mereka sudah dapat memilih makanan yang disukainya. Pada usia ini anak mulai bergaul dengan lingkungannya atau bersekolah playgroup sehingga anak mengalami beberapa perubahan dalam perilaku. Pada masa ini berat badan anak cenderung mengalami penurunan, akibat dari aktivitas yang mulai banyak dan pemilihan maupun penolakan terhadap makanan. Diperkirakan pula bahwa anak perempuan relative lebih banyak mengalami gangguan status gizi bila dibandingkan dengan anak laki-laki (Urip, 2004).

3. Tumbuh Kembang Balita

Lewer GH (1996), membagi tahap perkembangan untuk anak balita meliputi usia bayi (0–1 tahun), usia bermain atau *toddler* (1–3 tahun), dan usia pra sekolah (3–5 Tahun).

a. Usia Bayi (0–1 Tahun)

Bayi memiliki sistem kekebalan tubuh yang primitive dengan kekebalan pasif yang didapat dari ibunya selama dalam kandungan. Pada saat bayi kontak dengan antigen yang berbeda ia akan memperoleh antibodinya sendiri. Imunisasi diberikan untuk kekebalan terhadap penyakit yang dapat membahayakan bayi bila berhubungan secara ilmiah (Lewer, 1996 dalam Supartini, 2004). Bila dikaitkan dengan status gizi bayi memerlukan jenis makanan ASI, susu formula, dan makanan padat. Kebutuhan kalori bayi antara 100–200 kkal/kg BB. Pada empat bulan pertama, bayi yang lebih baik hanya mendapatkan ASI saja tanpa diberikan susu formula. Usia lebih dari enam bulan baru dapat diberikan makanan pendamping ASI (Supartini, 2004).

b. Usia *Toddler* (1–3tahun)

Secara fungsional biologis masa umur 6 bulan hingga 2– 3 tahun adalah rawan. Masa itu tantangan karena konsumsi zat makanan yang kurang, disertai minuman buatan yang encer dan terkontaminasi kuman menyebabkan diare dan marasmus. Selain itu dapat juga terjadi sindrom kwashiorkor karena penghentian ASI mendadak dan pemberian makanan padat yang kurang memadai (Jellife, 1989 dalam Supartini, 2004). Imunisasi pasif yang diperoleh melalui ASI akan menurun dan kontak dengan lingkungan kan makin bertambah secara cepat dan menetap tinggi selama tahun kedua dan ketiga kehidupan. Infeksi dan diet tidak adekuat akan tidak banyak berpengaruh pada status gizi yang cukup baik (Akre, 1994 dalam Supartini, 2004).

Bagi anak dengan gizi kurang, setiap tahapan infeksi akan berlangsung lama dan mempunyai pengaruh yang cukup besar pada kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan. Anak 1–3 tahun membutuhkan kalori kurang lebih 100 kkal/kg BB dan bahan makanan lain yang mengandung berbagai zat gizi (Supartini, 2004).

c. Usia Pra Sekolah (3–5tahun)

Pertumbuhan anak usia ini semakin lambat. Kebutuhan kalorinya adalah 85 kkal/kg BB. Karakteristik pemenuhan kebutuhan nutrisi pada usia pra sekolah yaitu nafsu makan berkurang, anak lebih tertarik pada aktivitas bermain dengan teman atau lingkungannya daripada makan dan anak mulai sering mencoba jenis makanan yang baru (Supartini, 2004).

Pertumbuhan berat badan mengalami kenaikan rata-rata 2 kg pertahun. Kelihatan kurus tetapi aktivitas motoriknya tinggi. Sistem tubuh mencapai

kematangan, seperti berjalan, melompat dan lain-lain. Tinggi badan mengalami pertambahan rata-rata 6,75-7,5 cm pertahun (Wafi, 2010).

Penambahan ukuran-ukuran tubuh ini tentu tidak harus drastis. Sebaliknya, berlangsung perlahan, bertahap, dan terpola secara proporsional pada tiap bulannya. Ketika didapati penambahan ukuran tubuhnya, artinya proses pertumbuhannya berlangsung baik. Sebaliknya jika yang terlihat gejala penurunan ukuran itu sinyal terjadi gangguan atau hambatan proses pertumbuhan (Hartono, 2008).

Cara mudah mengetahui baik tidaknya pertumbuhan bayi dan balita adalah dengan mengamati grafik penambahan berat dan tinggi badan yang terdapat pada Kartu Menuju Sehat (KMS). Dengan bertambahnya usia anak, harusnya bertambah pula berat dan tinggi badannya. Cara lainnya yaitu dengan pemantauan status gizi. Pemantauan status gizi pada bayi dan balita telah dibuatkan standarisasinya oleh Harvard University dan Wolanski. Penggunaan standar tersebut di Indonesia telah dimodifikasi agar sesuai untuk kasus anak Indonesia. Perkembangan pada masa balita merupakan gejala kualitatif, artinya pada diri balita berlangsung proses peningkatan dan pematangan (maturasi) kemampuan personal dan kemampuan sosial (Hartoyo dkk, 2003).

Dalam proses tumbuh kembang, anak memiliki kebutuhan yang harus terpenuhi, kebutuhan tersebut yakni; a). Kebutuhan akan gizi (asuh); b). Kebutuhan emosi dan kasih sayang (asih); dan c). Kebutuhan stimulasi dini (asah) (Evelin dan Djamaludin. N. 2010)

1) Pemenuhan kebutuhan gizi (asuh)

Usia balita adalah periode penting dalam proses tumbuh kembang anak yang merupakan masa pertumbuhan dasar anak. Pada usia ini, perkembangan kemampuan berbahasa, berkreaitivitas, kesadaran sosial, emosional dan inteligensi anak berjalan sangat cepat. Pemenuhan kebutuhan gizi dalam rangka menopang tumbuh kembang fisik dan biologis balita perlu diberikan secara tepat dan berimbang. Tepat berarti makanan yang diberikan mengandung zat-zat gizi yang sesuai kebutuhannya, berdasarkan tingkat usia. Berimbang berarti komposisi zat-zat gizinya menunjang proses tumbuh kembang sesuai usianya. Dengan terpenuhinya kebutuhan gizi secara baik, perkembangan otaknya akan berlangsung optimal. Keterampilan fisiknya pun akan berkembang sebagai dampak perkembangan bagian otak yang mengatur sistem sensorik dan motoriknya. Pemenuhan kebutuhan fisik atau biologis yang baik, akan berdampak pada sistem imunitas tubuhnya sehingga daya tahan tubuhnya akan terjaga dengan baik dan tidak mudah terserang penyakit (Sulistyoningsih, 2011).

2) Pemenuhan kebutuhan emosi dan kasih sayang (asih)

Kebutuhan ini meliputi upaya orang tua mengekspresikan perhatian dan kasih sayang, serta perlindungan yang aman dan nyaman kepada si anak. Orang tua perlu menghargai segala keunikan dan potensi yang ada pada anak. Pemenuhan yang tepat atas kebutuhan emosi atau kasih sayang akan menjadikan anak tumbuh cerdas secara emosi, terutama dalam kemampuannya membina hubungan yang hangat dengan orang lain. Orang tua harus menempatkan diri sebagai teladan yang baik bagi anak-anaknya. Melalui keteladanan tersebut anak lebih mudah meniru unsur-unsur positif, jauhi kebiasaan memberi hukuman pada

anak sepanjang hal tersebut dapat diarahkan melalui metode pendekatan berlandaskan kasih sayang (Almatsier, 2005).

3) Pemenuhan kebutuhan stimulasi dini (asah)

Stimulasi dini merupakan kegiatan orangtua memberikan rangsangan tertentu pada anak sedini mungkin. Bahkan hal ini dianjurkan ketika anak masih dalam kandungan dengan tujuan agar tumbuh kembang anak dapat berjalan dengan optimal. Stimulasi dini meliputi kegiatan merangsang melalui sentuhan-sentuhan lembut secara bervariasi dan berkelanjutan, kegiatan mengajari anak berkomunikasi, mengenal objek warna, mengenal huruf dan angka. Selain itu, stimulasi dini dapat mendorong munculnya pikiran dan emosi positif, kemandirian, kreativitas dan lain-lain. Pemenuhan kebutuhan stimulasi dini secara baik dan benar dapat merangsang kecerdasan majemuk (*multiple intelligences*) anak. kecerdasan logis-matematis, kecerdasan spasial, kecerdasan kinestetik, kecerdasan musical, kecerdasan intrapribadi (intrapersonal), kecerdasan interpersonal, dan kecerdasan naturalis (Sulistyoningsih, 2011).

B. Determinan Perilaku Kesehatan

Perilaku dibagi dalam tiga faktor yaitu (Green,1880 dalam Notoatmodjo,2005) :

1. Faktor Predisposisi (*Predisposing factors*)

Merupakan faktor yang mempermudah terjadinya perilaku seseorang, antara lain pengetahuan, sikap, keyakinan, kepercayaan, nilai-nilai, tradisi dan sebagainya. Misalnya seorang ibu mau membawa anaknya ke Posyandu, karena tahu bahwa di Posyandu akan dilakukan penimbangan anak untuk mengetahui pertumbuhannya, memperoleh imunisasi untuk pencegahan penyakit dan

sebagainya. Tanpa adanya pengetahuan-pengetahuan itu ibu mungkin tidak akan membawa anaknya ke Posyandu.

a. Pengetahuan

1) Definisi Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2007).

Pengetahuan adalah informasi atau maklumat yang diketahui atau disadari oleh seseorang. Merupakan berbagai gejala yang ditemui dan diperoleh manusia melalui pengamatan indrawi. Pengetahuan muncul ketika seseorang belum pernah dilihat atau sebelumnya (Moeliono, 2007).

2) Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan yang dicakup didalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan, yaitu (Notoatmodjo, 2007) :

a) Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kedalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah.

b) Memahami (*Comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.

c) Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya. Aplikasi juga dapat diartikan sebagai penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

d) Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen, tetapi masih didalam satu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

e) Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian didalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Selain itu, sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

f) Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian didasarkan pada suatu kriteria-kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

1) Sumber-Sumber Pengetahuan

Sumber-sumber pengetahuan ada dua macam,yaitu (Moeliono, 2007):

a) Pengetahuan Empiris

Pengetahuan empiris lebih menekankan pengamatan dan pengalaman indrawi. Bisa didapatkan dengan melakukan pengamatan dan observasi yang dilakukan secara empiris dan rasional. Pengetahuan empiris tersebut juga dapat berkembang menjadi pengetahuan deskriptif bila seseorang dapat melukiskan dan menggambarkan segala ciri,sifat dan gejala yang ada pada objek empiris tersebut. Pengetahuan empiris juga bisa didapatkan melalui pengalaman pribadi manusia yang terjadi berulang kali.

b) Pengetahuan Rasionalisme

Pengetahuan rasionalisme didapatkan melalui akal budi, lebih menekankan pengetahuan yang bersifat apriori, tidak menekankan pada pengalaman. Misalnya pengetahuan tentang matematika.

2) Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden (Notoatmodjo, 2005).

Wawancara dapat dilakukan jika peneliti ingin mengetahui hal- hal dari responden secara mendalam dan jumlah responden sedikit. Angket atau *questionnaire* digunakan jika jumlah responden banyak, dapat membaca dengan baik, dan akan mengungkap hal-hal yang bersifat rahasia. Instrument penelitian yang digunakan dalam wawancara adalah pedoman

wawancara dan daftar periksa atau checklist. Responden akan memberikan jawaban atas pertanyaan pada angket dengan memberi tanda cek (√) sesuai hasil yang diinginkan (Hidayat,2007).

b. Sikap (*Attitude*)

1) Definisi Sikap

Sikap adalah suatu predisposisi yang dipelajari untuk merespon secara konsisten, baik positif maupun negatif terhadap suatu objek (Mitchell, 1990 dalam Wawan, 2010).

Sikap merupakan reaksi atau respons yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Manifestasi sikap tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial. Newcomb, salah seorang ahli psikologis sosial, menyatakan bahwa sikap merupakan kesiapan atau kesiediaan untuk bertindak (Notoatmojo, 200).

2) Komponen Sikap

Struktur sikap terdiri dari tiga komponen yang saling menunjang (Azwar,2000 dalam Wawan, 2010) yaitu :

- a) Komponen kognitif merupakan representasi apa yang dipercayai oleh individu pemilik sikap, komponen kognitif berisi kepercayaan *stereotype* yang dimiliki individu mengenai sesuatu dapat disamakan penanganan (opini) terutama apabila menyangkut masalah atau problem yang kontroversial.

b) Komponen afektif merupakan perasaan yang menyangkut aspek emosional. Aspek emosional inilah yang biasanya berakar paling dalam sebagai komponen sikap dan merupakan aspek yang paling bertahan terhadap pengaruh-pengaruh yang mungkin adalah mengubah sikap seseorang komponen afektif disamakan dengan perasaan yang dimiliki seseorang terhadap sesuatu.

c) Komponen konatif merupakan aspek berperilaku tertentu sesuai dengan sikap yang dimiliki oleh seseorang, dan berisi tendensi atau kecenderungan untuk bertindak atau bereaksi terhadap sesuatu dengan cara-cara tertentu. Sedangkan (Allport, 1954 dalam Notoadmodjo, 2007) menjelaskan bahwa sikap itu memiliki 3 komponen pokok yaitu:

a) Kepercayaan (keyakinan), ide dan konsep terhadap suatu objek.

b) Kehidupan emosional atau evaluasi terhadap suatu objek.

d) Kecenderungan untuk bertindak (*tend to behave*)

Ketiga komponen tersebut secara bersama-sama membentuk sikap yang utuh (*total attitude*). Dalam penentuan sikap yang utuh ini, pengetahuan, pikiran, keyakinan dan emosi memegang peranan penting.

3) Tingkatan Sikap

Seperti halnya dengan pengetahuan, sikap ini terdiri dari berbagai tingkatannya yaitu (Notoadmodjo, 2007) :

a) Menerima (*receiving*)

Menerima diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek).

b) Merespon (*responding*)

Memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi dari sikap, karena dengan suatu usaha untuk menjawab pertanyaan atau mengerjakan tugas yang diberikan, terlepas dari pekerjaan itu benar atau salah adalah berarti orang itu menerima ide tersebut.

c) Menghargai (*valuing*)

Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah.

d) Bertanggung jawab (*responsible*)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko merupakan sikap yang paling tinggi.

c. Kepercayaan

1) Definisi Kepercayaan

‘Percaya’ menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah mengakui atau yakin bahwa sesuatu memang benar atau nyata. Mendapat imbuhan ke-an, bermakan anggapan atau keyakinan bahwa sesuatu yang dipercayai itu benar atau nyata. Menurut pengertian terminologis, kepercayaan diistilahkan keyakinan kepada Tuhan di luar agama atau tidak termasuk ke dalam agama. Kepercayaan ialah sifat dan sikap membenarkan sesuatu atau menganggap sesuatu sebagai kebenaran, yang diyakini, diaplikasi dalam bentuk kelakuan, pengalaman, yang memengaruhi sifat mental yang meyakinkannya.

2) Wujud Kepercayaan

Kepercayaan berawal dari sebuah tradisi lisan yang berhubungan dengan ritus-religius. Wujud kepercayaan berwujud simbol-smbol yang

mengisahkan serangkaian peristiwa nyata dan imajiner, mengenai asal-usul dan perubahan alam, dunia langit, dewa-dewi, kekuatan adikodrati-supernatural, manusia, kepahlawanan, dan masyarakat. Wujud kepercayaan terletak pada bahasa, sebab penyampaian kepercayaan diketahui lewat penceritannya, seperti halnya pesan yang disampaikan lewat bahasa yang diketahui lewat pengucapannya (Ahimsa, 2001:80).

3) Fungsi Kepercayaan

Fungsi kepercayaan dapat digunakan sebagai alat untuk melegitimasi atau sebagai alat pembenaran untuk peristiwa-peristiwa tertentu. Kepercayaan merupakan ungkapan simbolik suatu masyarakat dalam menghadapi konflik-konflik yang terjadi. Melalui kepercayaan tersebut, masyarakat belajar terhadap nilai-nilai moral dan budaya yang terdapat di dalamnya. Kepercayaan sebagai perangkat yang berfungsi sebagai simbol-simbol nasional atau kultural yang membangkitkan kesetiaan yang seragam pada masyarakat, baik secara horizontal lintas wilayah maupun secara vertikal lintas kelas (Anderson, 2008:10).

d. Tradisi

1) Definisi Tradisi

Tradisi adalah segala sesuatu yang disalurkan atau diwariskan dari masa lalu ke masa kini. Dalam pengertian yang lebih sempit tradisi hanya berarti bagian-bagian warisan sosial khusus yang memenuhi syarat saja yakni yang tetap bertahan hidup di masa kini. Tradisi adalah kesamaan benda material dan gagasan yang berasal dari masa lalu namun masih ada hingga kini dan belum dihancurkan atau dirusak. Tradisi dapat diartikan sebagai warisan

yang benar atau warisan masa lalu. Namun demikian tradisi yang terjadi berulang-ulang bukanlah dilakukan secara kebetulan atau disengaja (Piotr, 2007).

2) Fungsi Tradisi

Shils menjelaskan suatu tradisi itu memiliki fungsi bagi masyarakat antara lain:

- a) Tradisi adalah kebijakan turun temurun. Tempatnya di dalam kesadaran, keyakinan, norma, dan nilai yang kita anut kini serta di dalam benda yang diciptakan di masa lalu. Tradisi pun menyediakan fragmen warisan historis yang dipandang bermanfaat. Tradisi seperti gagasan dan material yang dapat digunakan orang dalam tindakan kini dan untuk membangun masa depan berdasarkan pengalaman masa lalu.
- b) Memberikan legitimasi terhadap pandangan hidup, keyakinan, pranata, dan aturan yang sudah ada. Semua ini memerlukan pembenaran agar dapat mengikat anggotanya. Salah satu sumber legitimasi terdapat dalam tradisi. Biasa dikatakan: “selalu seperti itu” atau “orang selalumempunyai keyakinan demikian”, meski dengan resiko yang paradoksal yakni bahwa tindakan tertentu hanya dilakukan karena orang lain melakukan hal yang sama di masa lalu atau keyakinan tertentu diterima semata-mata karena mereka telah menerimanya sebelumnya.
- c) Menyediakan simbol identitas kolektif yang meyakinkan, memperkuat loyalitas primordial terhadap bangsa, komunitas dan kelompok. Tradisi nasional dengan lagu, bendera, emblem, mitologi, dan ritual umum

adalah contoh utama. Tradisi nasional selalu dikaitkan dengan sejarah, menggunakan masa lalu untuk memelihara persatuan bangsa.

- d) Membantu menyediakan tempat pelarian dari keluhan, ketidakpuasan, dan kekecewaan kehidupan modern. Tradisi yang mengesankan masalah yang lebih bahagia menyediakan sumber pengganti kebanggaan bila masyarakat berada dalam krisis

e. Nilai

1) Definisi Nilai

Nilai adalah sesuatu yang bersifat abstrak, ideal, nilai bukan benda konkrit, bukan fakta, tidak hanya persoalan benar dan salah yang menuntut pembuktian empirik, melainkan sosial penghayatan yang dikehendaki, disenangi, dan tidak disenangi (Mansur, 2001)

2) Sifat Nilai

Nilai dilihat dari segi sifat nilai itu dapat dibagi menjadi tiga macam yaitu:

- a) Nilai Subjektif adalah nilai yang merupakan reaksi subjek dan objek. Hal ini sangat tergantung kepada masing-masing pengalaman subjek tersebut.
- b) Nilai subjektif rasional (logis) yakni nilai-nilai yang merupakan esensi dari objek secara logis yang dapat diketahui melalui akal sehat, seperti nilai kemerdekaan, nilai kesehatan, nilai keselamatan, badan dan jiwa, nilai perdamaian dan sebagainya

2. Faktor Pemungkin (*Enabling factors*)

Merupakan faktor yang memungkinkan atau yang memfasilitasi perilaku, seperti sarana prasarana atau fasilitas untuk terjadinya perilaku kesehatan

misalnya, Puskesmas, Posyandu, rumah sakit, tempat pembuangan sampah, tempat olah raga, makanan yang dapat menambah berat badan

a. Madu

1) Definisi Madu

Madu adalah makanan yang mengandung aneka zat gizi seperti karbohidrat, protein, asam amino, vitamin, mineral, dekstrin, pigmen tumbuhan dan komponen aromatik. Bahkan dari hasil penelitian ahli gizi dan pangan, madu mengandung karbohidrat yang paling tinggi diantara produk ternak lainnya seperti susu, telur, daging, keju dan mentega sekitar (82,3 % lebih tinggi). Pada saat nektar dikumpulkan oleh lebah, kadar air dan sukrosa di dalamnya masih tinggi. Di dalam sarang lebah. Nektar ini akan dimatangkan, sehingga kadar airnya akan menurun hingga sekitar 20% saja dari yang sebelumnya sekitar 85% (Yuliarti, 2015). Madu alami juga banyak mengandung enzim, yaitu molekul protein yang sangat kompleks yang dihasilkan oleh sel hidup dan berfungsi sebagai katalisator, yakni : zat pengubah kecepatan reaksi dalam proses kimia yang terjadi di dalam tubuh setiap makhluk hidup (Purbajaya, J.R.2007).

2) Khasiat madu

Madu merupakan pemanis yang baik, bahkan cukup aman untuk penderita diabetes melitus, dengan catatan madu yang didapatkan benar-benar madu asli. Hal ini karena madu asli mengandung gula sederhana atau monosakarida, sehingga untuk proses di dalam tubuh manusia tidak akan memberatkan saluran pencernaan, terutama kerja pankreas. Bagi

penderita diabetes melitus, konsumsi madu harus tetap disesuaikan. Madu berdasarkan asal nektarnya dapat digolongkan menjadi tiga bagian yaitu :

- a) Madu Flora adalah madu yang dihasilkan dari nektar bunga. Yang berasal dari satu jenis bunga disebut madu monoflora, yang berasal dari aneka ragam bunga disebut madu poliflora. Madu polyfloral dihasilkan dari beberapa jenis tanaman dari nektar bunga.
- b) Madu Ekstrafloa adalah madu yang dihasilkan dari nektar diluar bunga seperti daun, cabang atau batang tanaman.
- c) Madu Embun adalah madu yang dihasilkan dai cairan hasil sukseksi serangga yang meletakkan gulanya pada tanaman, kemudian dikumpulkan oleh lebah madu dan disimpan dalam sarang madu.

3) Proses Pembuatan Madu

Madu secara umum didefenisikan sebagi zat cair yang kental, manis, yang dibuat oleh lebah dengan jalan proses peragian dari nektar bunga atau cairan manis yang dihasilkan bagian-bagian lain selain bunga. Nektar adalah zat yang sangat kompleks yang dihasilkan oleh kelenjar-kelenjar nektarifer dalam bentuk larutan gula dengan konsentrasi yang bervariasi berkisar antara 5-70%, konsentrasi ini dipengaruhi oleh kelembaban udara, tanah, jenis tanaman dan lain-lain. Dalam proses pengolahan nektar menjadi madu, pada hakekatnya terdiri dari dua proses yaitu:

- a) Proses Kimia, dimana dalam proses ini terjadi reaksi yang disebut invertase dimana cairan manis nektar dirobah menjadi gula yang lebih sederhana strukturnya. Invertase ini berlangsung secara katalitik

dengan bantuan enzim yang terdapat dalam nektar dan didalam air ludah lebahsendiri.

b) Proses Fisika, dimana dalam proses ini terjadi pengurangan kadar air dalam nektar yang telah mengalami invertase, untuk proses ini mengalami dua tahapan yaitu :

a) Tahap pertama adalah membiarkan nektar yang telah mengalami invertase kena udara sehingga sebagian airnya menguap. Tahap pertama ini dikenal pula sebagai manipulasi nektar terhadaplebah.

b) Tahap kedua adalah penguapan sisa kelebihan air dengan pengipasan sayap oleh semua lebah didalam stup. Tahap kedua ini dilakukan setelah nektar disimpan dalam sel-sel madu. Proses ini dihentikan setelah kadar air tinggal lebih kurang 20%. Kemudian lebah menutup sel-sel yang sudah penuh madu dengan selapis malam.

4) Komposisi Madu

Zat-zat yang terkandung dalam madu sangatlah kompleks dan kinitelah diketahui tidak kurang dari 181 macam zat yang terkandung dalam madu. Jenis karbohidrat yang paling dominan dalam hampir semua madu adalah dari golongan monosakarida yang biasanya terdiri levulosa dan dekstrosa. Levulosa dan dekstrosa mencakup 85%-90% dari total karbohidrat yang terdapat dalam madu, sisanya terdiri dari disakarida dan oligosakarida (Sihombing,D. 1997).

Komposisi	Jumlah
Kalori	328 kal
Kadar air	17,2 g
Protein	0,5 g
Karbohidrat	82,4 g
Abu	0,2 g
Tembaga	4,4 - 9,2 mg
Fosfor	1,9 - 6,3 mg
Besi	0,06 - 1,5 mg
Mangan	0,02 - 0,4 mg
Magnesium	1,2 - 3,5 mg
Thiamin	0,1 mg
Riboflavin	0,02 mg
Niasin	0,20 g
Lemak	0,1 g
PH	3,9
Asam	43,1 mg

Tabel 1
Komposisi Kimia Madu Per 100 Gram

Aroma madu ada hubungannya dengan warnanya. Makin gelap warnanya, aromanya makin keras atau tajam. Tetapi aroma mudah menguap. Oleh karena itu madu harus dirawat dan ditutup rapat. Pemanasan menghilangkan sebagian dari aroma sedang aroma telah mulai berkurang sepanjang proses ekstraksi. Paling baik madu jangan dipanasi agar tidak banyak kehilangan aromanya (Sumoprastowo, 1993). Warna dan rasa adalah yang paling penting dalam pemasaran madu dan dapat rusak selama pengolahan. Pemanasan madu harus tepat agar jangan merusak madu. Madu yang berlebihan dipanasi warnanya makin gelap dan rasanya seperti zat terbakar. Pemanasan yang berlebihan juga dapat menghilangkan aroma (Sihombing, D.T.H.1997).

5) Manfaat Madu

Al-Qur'an dalam surat An Nahl : (68) Dan Tuhanmu mewahyukan kepada lebah "Buatlah sarang sarang di bukit-bukit, di pohon pohon kayu, dan di tempat yang dibikin manusia".(69) Dan Kemudian makanlah dari tiap tiap (macam) buah-buahan dan tempuhlah jalan Tuhanmu yang telah dimudahkan (bagimu). Dari perut lebah itu keluar minuman (madu) yang bermacam macam warnanya, di dalamnya terdapat obat yang menyembuhkan bagi manusia. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar benar terdapat tanda kebesaran Tuhan bagi orang orang yang memikirkan. Dari kutipan surat diatas diketahui bahwa madu memiliki manfaat bagi kesehatan manusia, berikut beberapa manfaat dari madu yaitu :

- a) Madu mudah dicerna, karena molekul gula pada madu dapat berubah menjadi gula lain (misalnya fruktosa menjadi glukosa), madu mudah dicerna oleh perut yang paling sensitif sekalipun, walau memiliki kandungan asam yang tinggi. Madu membantu ginjal dan usus untuk berfungsi lebih baik.
- b) Madu bersifat rendah kalori, dimana diketahui kualitas madu lain adalah jika dibandingkan dengan jumlah gula yang sama, kandungan kalori madu 40% lebih rendah. Walau memberi energi yang besar, madu tidak menambah berat badan.
- c) Madu dapat membantu pembentukan darah, dimana madu menyediakan banyak energi yang dibutuhkan tubuh untuk pembentukan darah. Lebih jauh lagi, ia membantu pembersihan darah. Madu berpengaruh positif

dalam mengatur dan membantu peredaran darah. Madu juga berfungsi sebagai pelindung terhadap masalah pembuluh kapiler dan arteriosklerosis

- d) Madu dapat mengobati luka bakar, dimana madu telah dimanfaatkan untuk manahan luka-luka bakar yang terjadi pada kulit. Jika diusapkan pada daerah yang terbakar, madu akan mengurangi rasa sakit yang menyengat dan mencegah pembentukan lepuhan (Jarvis.D.C., 2002)
- e) Madu dapat menguatkan otot jantung (cardiotonic), dimana dalam kitab dan ensiklopedia medis, Ibnu Sina menyebutkan bahwa madu dan buah Delima dapat memberikan energi dan vitalis untuk menguatkan otot jantung. Unsur glucose pada madu dapat meluaskan pembuluh arteri yang berfungsi mentransfer makanan otot jantung, yang merupakan pendorong dan penolong otot jantung dalam menjalankan fungsinya.
- f) Madu dapat mencegah insomnia (susah tidur). Dimana Dokter yang berasal dari Rusia telah menganjurkan untuk mengkonsumsi satu sendok sedang madu diwaktu pagi bagi penderita susah tidur, agar bisa cepat tidur diwaktu malam hari. Namun pada kondisi susah tidur yang parah dianjurkan untuk mengkonsumsi dua sendok kecil madu sebelum tidur. Sementara itu, para dokter Inggris berpendapat bahwa madu mengandung zat tidur yang tiada bandingannya, dan dapat menolak stres dan penyakit sering tersentak dari tidur. mengkonsumsi dua sendok kecil madu sebelum tidur. Sementara itu, para dokter Inggris berpendapat bahwa madu mengandung zat tidur yang tiada

bandingannya, dan dapat menolak stres dan penyakit sering tersentak dari tidur.

- g) Madu dapat meredakan batuk dan menghilangkan dahak, dimana dengan sebiji lemon direbus dalam air yang dipanaskan dengan api yang tenang selama 10 menit, sehingga kulit lemon menjadi lembut. Setelah diangkat, lemon tadi dibelah dua dan diperas. Air perasan ditaruh ke dalam gelas dan ditambahkan 2 sendok glyserin dan diaduk hingga rata. Lalu ditambahkan madu hingga memenuhi gelas. Kondisi batuk parah yang tidak mempan diobati dengan berbagai obat dapat disembuhkan dengan madu.
- h) Madu dapat mengobati sakit kepala dan sakit kepala sebelah. Dimana ada jenis sakit kepala yang parah yaitu jenis tertentu dari sakit kepala sebelah dan rasa sakitnya dapat dikurangi dengan mengkonsumsi madu, baik disuntikkan maupun diminum. (Al Jamili.S., 2004)
- i) Madu sebagai sumber energy, dimana madu terdiri dari 38% fruktosa dan 31% glukosa, yang mudah diubah menjadi energi oleh tubuh. Madu merupakan campuran antara fruktosa-glukosa yang alami, dengan kandungan oligosakarida, protein, vitamin dan mineral, yang dapat membantu meningkatkan performa atlet, seperti yang dihasilkan oleh minuman yang biasa dikonsumsi oleh atlet.
- j) Madu sebagai antioksidan. Untuk kandungan antioksidan di dalam madu berasal dari berbagai nutrisi yang terkandung seperti vitamin C, asam organik, enzim, fenol dan flavonoid. Menggunakan madu sebagai

pengganti pemanis dapat mengoptimalkan fungsi antioksidan dalam tubuh.

k) Madu berguna sebagai obat kecantikan. Untuk masker madu dapat membuat kulit kuat dan lembut. Masker madu yang tipis yang dioleskan pada seluruh permukaan kulit muka dapat berupa madu asli saja atau campuran madu dengan kuning telur. Masker madu lebih efektif daripada krem dan salep, sebab madu tidak saja melembutkan kulit tetapi juga memberi makan kulit. Karena madu bersifat hygroskopis maka sekresi kulit terhisap, sekaligus madu sebagai desinfektan. Dengan demikian kulit muka tetap terjamin keawetan dan kesegarannya, halus, lembut, dan bebas dari keriput dan benjolan yang merusak keindahan wajah.

6) Dosis Madu

Dosis madu dianjurkan untuk orang dewasa adalah 100-200 gram sehari, diminum tiga kali sehari, pada pagi hari sebanyak 30-60 gram, siang hari 40-80 gram, dan malam 30-60 gram. Disarankan satu jam setengah atau dua jam sebelum makan atau tiga jam sesudah makan. Untuk anak-anak, dosis madu adalah 30 gram sehari. Madu sebaiknya diminum dengan campuran air agar lebih mudah dicerna dan mencapai peredaran darah, ke jaringan, dan sel tubuh (Yoirish, 1959).

7) Efek Samping Madu

American Journal of Clinical Nutrition tahun 1995 melaporkan konsumsi madu pada orang normal dapat menimbulkan diare atau gangguan pencernaan. Hal ini disebabkan kandungan fruktosa madu cukup tinggi.

Kadar glukosa madu termasuk yang tertinggi dibandingkan sekelompok buah apel dan pir (Dotinga, 2004). Tingginya fruktosa madu pada beberapa orang dapat menyebabkan gangguan penyerapan yang disebut malabsorpsi fruktosa. Hal ini cukup merepotkan bagi orang-orang yang sebelumnya mempunyai pencernaan yang sensitif. Namun hal tersebut justru menguntungkan bagi orang yang punya keluhan susah buang air besar (Ladas, 1995).

8) Cara membedakan madu murni dengan madu palsu :

a) Dibakar diatas sendok

Tuangkan madu pada sendok logam. Bakar bagian bawah sendok dengan api/lilin. Madu yang asli akan mendidih hingga busanya tumpah dari sendok, sedangkan yang palsu, meskipun mendidih namun busa tak sampai tumpah.

b) Dengan kertas koran

Teteskan madu pada kertas tipis atau koran. Madu yang asli tidak akan membuat kertas basah/robek. Sedangkan madu palsu akan terserap ke dalam kertas, karena kandungan airnya yang lebih tinggi.

c) Menggunakan korek api

Masukkan batang korek api kedalam madu beberapa saat, ambil dan gesekkan agar menyala. Bila madu asli korek akan tetap bisa menyala, dan sebaliknya.

d) Dengan segelas air.

Teteskan setetes madu ke dalam segelas air. Madu asli akan langsung jatuh ke dasar gelas dan tetap terlihat berkumpul/tidak larut dengan air.

e) Dimasukkan dalam freezer

Masukkan madu kedalam freezer/lemari es. Madu asli akan membeku.

b. Propolis

1) Definisi Propolis

Propolis atau yang biasa disebut *bee glue* merupakan salah satu produk yang dihasilkan oleh lebah. Propolis berasal dari bahasa Yunani “*pro*” yang berarti perlindungan dan “*polis*” yang berarti kota. Istilah tersebut mencerminkan fungsi propolis bagi lebah, yaitu pelindung dari gangguan eksternal hewan lain dan dari penyakit yang disebabkan oleh mikroorganisme (Bankova, 2005).

2) Kandungan Propolis

Umumnya propolis mengandung resin (50%), wax (30%), minyak esensial (10%), polen (5%), dan komponen organik lain (5%) (Ramos & Miranda, 2007; Viuda-Martos et al., 2008). Rata-rata kandungan masing-masing senyawa dalam propolis dapat beragam tergantung dari : 1) Sumber makanan lebah penghasil propolis, 2) Iklim, 3) Kondisi lingkungan sekitar dimana lebah itu tinggal (Viuda-Martos et al., 2008).

c. PMT (Pemberian Makanan Tambahan)

1) Definisi PMT

Makanan tambahan adalah makanan yang bergizi sebagai tambahan selain makanan utama bagi balita untuk memenuhi kebutuhan gizi. Makanan tambahan bagi balita dapat berupa makanan yang dibuat dengan bahan pangan lokal yang tersedia dan mudah diperoleh oleh masyarakat dengan harga yang terjangkau atau makanan hasil olahan pabrikan (Kemenkes RI, 2011).

2) Tujuan PMT

Secara umum pemberian makanan tambahan bertujuan untuk memperbaiki keadaan gizi pada anak golongan rawan gizi yang menderita yang kurang gizi, dan diberikan kepada anak balita dengan kriteria tiga kali berturut-turut tidak naik timbangannya serta yang berat badannya pada KMS terletak dibawah garis merah. Pemberian makanan tambahan memiliki tujuan untuk menambah energi dan zat gizi esensial, serta tujuan pemberian makanan tambahan (PMT) pemulihan pada bayi dan balita gizi buruk. (Kesmas, 2015)

3) Pelaksanaan PMT

Penyelenggaraan PMT perlu didukung dengan penyuluhan PHBS oleh tenaga kesehatan dan kader kepada keluarga sasaran. Berikut adalah beberapa alternatif cara penyelenggaraan PMT yang dapat dipilih sesuai kondisi setempat :

- a) Makanan tambahan disiapkan dan dimasak oleh kader bersama ibu sasaran di rumah kader atau tempat lain sesuai kesepakatan

- b) Makanan tambahan dapat diberikan berupa makanan yang kering dan mudah didapatkan seperti : telur, abon, peyek kacang, biskuit.
- c) Pada waktu sasaran makan, kader memberikan penyuluhan tentang makanan dan manfaatnya baik kepada sasaran dan ibu ataupun pengasuhnya.

3. Faktor Penguat (*Reinforcing factors*)

Merupakan faktor yang mendorong atau memperkuat terjadinya perilaku. Kadang-kadang meskipun seseorang tahu dan mampu untuk berperilaku sehat, tapi tidak melakukannya. Seorang ibu hamil tahu manfaat periksa hamil dan di dekat rumahnya ada Polindes, dekat dengan bidan, tetapi ia tidak mau melakukan periksa hamil karena ibu lurah tidak pernah periksa hamil, namun anaknya tetap sehat. Hal ini berarti, bahwa untuk berperilaku sehat memerlukan contoh dari para tokoh masyarakat untuk menjauhi, menghindari, membenci, tidak menyukai objek tertentu (Heri, 1998 dalam Wawan, 2010).

a. Ciri-Ciri Sikap Petugas Kesehatan :

- 1) Sikap bukan dibawa melainkan dibentuk atau dipelajari sepanjang perkembangan itu dalam hubungan dengan objeknya. Sikap ini membedakannya dengan sifat motif-motif biogenis seperti lapar, haus, kebutuhan akan istirahat.
- 2) Sikap dapat berubah-ubah karena itu sikap dapat dipelajari dan sikap dapat berubah pada orang-orang bila terdapat keadaan-keadaan dan syarat-syarat tertentu yang mempermudah sikap pada orang tersebut.
- 3) Sikap tidak berdiri sendiri, tetapi senantiasa mempunyai hubungan tertentu terhadap suatu objek dengan kata lain, sikap itu terbentuk,

dipelajari atau berubah senantiasa berkenaan dengan suatu objek tertentu yang dapat dirumuskan dengan jelas.

b. Faktor yang Mempengaruhi Sikap Petugas Kesehatan :

Faktor yang dapat mempengaruhi sikap seseorang ada enam terdiri dari (Azwar, 2005 dalam Wawan, 2010) :

1) Pengalaman Pribadi

Untuk dapat menjadi dasar pembentukan sikap, pengalaman pribadi haruslah meninggalkan kesan yang kuat. Karena itu sikap akan lebih mudah terbentuk apabila pengalaman pribadi terbentuk terjadi dalam situasi yang melibatkan faktor emosional.

2) Pengaruh orang lain yang dianggap penting

Pada umumnya, individu cenderung untuk memiliki sikap yang konformis atau searah dengan sikap orang yang dianggap penting. Kecenderungan ini antara lain dimotivasi oleh keinginan untuk berafiliasi dan keinginan untuk menghindari konflik dengan orang yang dianggap penting tersebut.

3) Pengaruh Kebudayaan

Tanpa disadari kebudayaan telah menanamkan garis pengaruh sikap kita terhadap berbagai masalah. Kebudayaan telah mewarnai sikap anggota masyarakat, karena kebudayaan telah memberi corak pengalaman individu di masyarakat.

4) Media Massa

Dalam pemberitaan surat kabar maupun radio atau media komunikasi lainnya. Berita yang seharusnya faktual disampaikan Secara

objektif, cenderung dipengaruhi oleh sikap penulisnya, akibatnya berpengaruh terhadap sikap konsumennya.

5) Lembaga pendidikan dan Lembaga Agama

Konsep moral dan ajaran dari lembaga pendidikan dan lembaga agama sangat menentukan sistem kepercayaan tidaklah mengherankan jika pada kesempatannya konsep tersebut mempengaruhi sikap.

6) Faktor Emosional

Kadang kala suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari emosi yang berfungsi sebagai semacam penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego.

c. Cara Pengukuran Sikap

Pengukuran sikap dapat dilakukan dengan menilai pernyataan sikap seseorang. Pernyataan sikap adalah rangkaian kalimat yang menyatakan sesuatu mengenai objek sikap yang hendak diungkap. Pernyataan sikap mungkin berisi atau mengatakan hal-hal yang positif mengenai objek sikap, yaitu kalimat yang bersifat mendukung atau memihak pada objek sikap (*favourable*). Sebaliknya pernyataan sikap mungkin pula berisi hal-hal negatif mengenai objek sikap yang bersikap tidak mendukung maupun kontra terhadap objek sikap (*unfavourable*) (Azwar, 2005 dalam Wawan, 2010).

Pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung atau tidak langsung. Secara langsung dapat dinyatakan bagaimana pendapat atau pernyataan responden terhadap suatu objek. Secara tidak langsung dapat

dilakukan dengan pernyataan-pernyataan hipotesis kemudian ditanyakan pendapat responden melalui kuesioner (Notoatmodjo,2010).

C. Prilaku Mengikuti Posyandu

1. Definisi Posyandu

Posyandu adalah kegiatan kesehatan dasar yang diselenggarakan dari, oleh dan untuk masyarakat yang dibantu oleh petugas kesehatan disuatu wilayah kerja puskesmas, dimana program ini dapat dilaksanakan di balai dusun, di balai kelurahan, maupun tempat-tempat lain yang mudah didatangi oleh masyarakat (Ismawati, 2010). Posyandu adalah kegiatan nyata yang melibatkan partisipasi masyarakat dalam upaya pelayanan kesehatan dari,oleh,untuk masyarakat yang dilaksanakan oleh kader (Meilani, 2009).

2. Tujuan Penyelenggaraan Posyandu

Tujuan diselenggarakannya posyandu ada lima, diantaranya yaitu (Ismawati, 2010) :

- a. Menurunkan Angka Kematian Bayi (AKB), Angka Kematian Ibu (AKI) meliputi: ibu hamil, ibu melahirkan dan ibu nifas.
- b. Membudayakan NKKBS (Norma Keluarga Kecil Bahagia Sejahtera).
- c. Meningkatkan peran serta dan kemampuan masyarakat untuk mengembangkan kegiatan kesehatan dan Keluarga Berencana (KB) serta kegiatan lainnya yang menunjang untuk tercapainya masyarakat sehat sejahtera.
- d. Berfungsi sebagai Wahana Gerakan Reproduksi Keluarga Sejahtera, Gerakan Ketahanan Keluarga dan Gerakan Ekonomi Keluarga Sejahtera.

- e. Menghimpun potensi masyarakat untuk berperan serta secara aktif meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan ibu, bayi, balita dan keluarga serta mempercepat penurunan angka kematian ibu, bayi dan balita.

3. Manfaat Posyandu

Banyak cara yang dapat menumbuhkan partisipasi masyarakat untuk mengikuti posyandu, adapun manfaat yang dapat diperoleh yaitu (Ismawati, 2010):

a. Bagi Masyarakat

Adapun manfaat posyandu bagi masyarakat adalah memperoleh kemudahan untuk mendapatkan informasi dan pelayanan kesehatan bagi anak balita dan ibu, pertumbuhan anak balita terpantau sehingga tidak menderita gizi kurang atau gizi buruk. Bayi dan balita mendapatkan kapsul vitamin A, bayi memperoleh imunisasi lengkap, ibu hamil juga akan terpantau berat badannya dan memperoleh tablet tambah darah serta imunisasi TT, ibu nifas memperoleh kapsul vitamin A dan tablet tambah darah serta memperoleh penyuluhan kesehatan yang berkaitan dengan kesehatan ibu dan anak.

b. Bagi Kader

Mendapatkan berbagai informasi kesehatan lebih dahulu dan lebih lengkap. Ikut berperan secara nyata dalam tumbuh kembang anak balita dan kesehatan ibu. Citra diri meningkat dimata masyarakat sebagai orang yang terpercaya dalam bidang kesehatan menjadi panutan karena telah mengabdikan demi pertumbuhan anak dan kesehatan ibu (WHO, 2003).

4. Pelayanan Posyandu

Pelaksanaan kegiatan diposyandu dikenal dengan nama sistem lima meja, tugas lima meja pada posyandu sebagai berikut (Yulifah, 2009) :

a. Meja 1 (Meja Pendaftaran)

Mendaftar bayi dan balita dengan menuliskan nama balita pada KMS dan secarik kertas yang diselipkan pada KMS, dan mendaftar ibu hamil dengan menuliskan nama ibu hamil pada formulir atau register ibu hamil.

b. Meja 2 (Penimbangan)

Menimbang bayi atau balita dan mencatat hasil penimbangan pada kertas.

c. Meja 3 (Pengisian KMS)

Mengisi KMS atau memindahkan catatan hasil penimbangan balita dan kertas kedalam KMS.

d. Meja 4 (Penyuluhan)

- 1) Menjelaskan data KMS atau keadaan anak berdasarkan data kenaikan berat badan yang digambarkan dalam grafik KMS kepada ibu.
- 2) Memberikan penyuluhan kepada setiap ibu dengan mengacu pada data KMS atau dari hasil pengamatan masalah yang dialami sasaran.
- 3) Memberikan rujukan ke puskesmas apabila diperlukan.
- 4) Memberikan pelayanan gizi dan kesehatan dasar oleh kader posyandu, misalnya pemberian tablet tambah darah, vitamin A, dan oralit.

e. Meja 5 (Pelayanan)

Meja 5 merupakan kegiatan pelayanan sektor yang dilakukan oleh petugas kesehatan. Pelayanan yang diberikan antara lain pelayanan imunisasi, keluarga berencana, pengobatan, pemberian tablet tambah darah, dan kapsul yodium.

5. Kegiatan Posyandu

Kegiatan posyandu diantaranya terdiri dari lima kegiatan posyandu (Panca Krida Posyandu) antara lain (Ismawati, 2010):

- a. Kesehatan ibu dan anak
- b. Keluarga Berencana
- c. Imunisasi
- d. Peningkatan Gizi
- e. Penanggulangan diare

D. Berat Badan

1. Pengertian Berat Badan

Berat badan merupakan ukuran antropometri yang terpenting pada masa bayi dan balita. Berat badan merupakan hasil peningkatan atau penurunan semua jaringan yang ada pada tubuh. Berat badan dipakai sebagai indikator yang terbaik saat ini untuk mengetahui keadaan gizi dan tumbuh kembang anak, sensitif terhadap perubahan sedikit saja, pengukuran objektif dan dapat diulangi (Soetjiningsih, 1995).

2. Pengukuran Berat Badan

Pengukuran berat badan digunakan untuk menilai hasil peningkatan atau penurunan semua jaringan yang ada pada tubuh, misalnya tulang, otot, organ tubuh, dan cairan tubuh sehingga dapat diketahui status gizi dan tumbuh

Rumus Berat badan menurut umur (Soetjiningsih 1995):

$$\begin{array}{ll}
 3-12 \text{ bulan} & : \frac{\text{Umur (Bulan)} \times 9}{2} \\
 1-6 \text{ tahun} & : \text{umur (tahun)} \times 2 + 8
 \end{array}$$

Tabel 2 Rata-Rata Pertumbuhan Berat Badan Menurut Tinggi badan dan Umur

Usia bayi (Tahun)	Tinggi Badan (Cm)	Berat Badan (Kg)
1	76	10
2	85	12
3	95	14
4	102	16
5	110	18
6	116	20

Pada masa pertumbuhan berat badan bayi dibagi menjadi dua, yaitu 0–6 bulan dan usia 6–12 bulan. Dan usia 0–6 bulan pertumbuhan berat badan akan mengalami penambahan setiap minggu sekitar 140– 200 gram dan berat badannya akan menjadi dua kali berat badan lahir pada akhir bulan ke-6. Sedangkan pada usia 6–12 bulan terjadi penambahan setiap minggu sekitar 25–40 gram dan pada akhir bulan ke-12 akan terjadi penambahan tiga kali lipat berat badan lahir. Pada masa bermain terjadi penambahan berat badan sekitar empat kali lipat dari berat badan lahir pada usia kurang lebih 2,5 tahun serta penambahan berat badan setiap tahunnya adalah 2–3 kg. pada masa pra sekolah dan sekolah akan terjadi penambahan berat badan setiap tahunnya kurang lebih 2–3 tahun (Hidayat, 2008).

3. Pemantauan Berat Badan

Pada dasarnya semua informasi atau data bersumber dari data berat badan hasil penimbangan balita bulanan yang diisikan dalam Kartu Menuju Sehat (KMS) untuk di nilai naik atau tidaknya berat badan tersebut. Ada tiga kegiatan penting dalam pemantauan berat badan yaitu (Siswanto, 2010):

- a. Ada kegiatan penimbangan yang dilakukan terus menerus secara teratur.
- b. Ada kegiatan pengisian data berat badan ke dalam KMS.

- c. Ada penilaian naik atau turunnya berat badan sesuai arah garis pertumbuhannya.

4. Cara Penimbangan Alat Timbangan Digital

Timbangan berat badan digital sangat sederhana penimbangannya, namun diperlukan pelatihan petugas agar mengerti dan dapat menggunakannya secara sempruna. Pedoman penggunaan timbangan berat badan ini harus dipelajari dengan baik dan benar agar menghasilkan sebuah hasil pengukuran yang optimal. Berikut ini adalah langkah-langkah dalam menggunakan timbangan digital :

- a. Persiapan. Ambil timbangan dari kotak karton dan keluarkan dari bungkus plastiknya.
- b. Pasang baterai pada bagian bawah alat timbang (jangan lupa memperhatikan posisi baterai)
- c. Pasang empat kaki timbangan pada bagian bawah alat timbang (kaki timbangan harus dipasang dan tidak boleh hilang)]Letakkan alat timbangan pada lantai yang permukannya datar
- d. Subjek yang akan ditimbang diminta membuka alas kaki dan jaket serta mengeluarkan isi kantong yang berat seperti kunci, dll

Alat ini juga mempunyai keuntungan dan keterbatasan, yaitu :

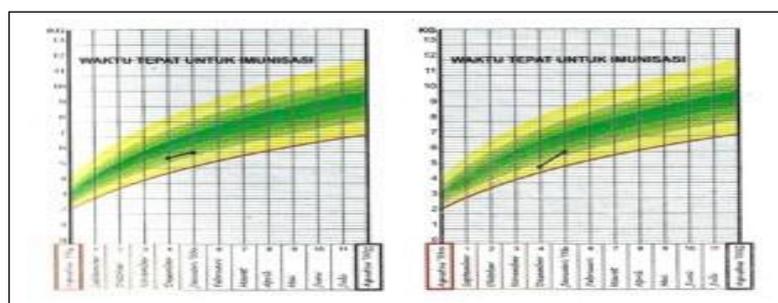
- 1) Keuntungan penggunaan timbangan berat badan digital :
 - a) Dapat mengukur berat badan dengan mudah, cepat, dan akurat, sebab ketelitiannya 50 gram.
 - b) Mengurangi resiko penularan infeksi kulit dan cedera pada balita
 - c) Mengurangi rasa takut pada anak-anak yang tidak senang pada timbangan gantung.

- 2) Keterbatasan penggunaan timbangan berat badan digital :
- Kurang dapat digunakan pada tempat dengan pencahayaan yang kurang
 - Penyimpanan harus dengan benar dengan menggunakan karton fiksasi untuk menjaga agar tidak terguncang. Oleh sebab itu harus disimpan dan diperlakukan dengan hati-hati.
 - Memerlukan tempat dengan permukaan lantai harus datar dan rata.

5. Hasil Penimbangan Berat Badan

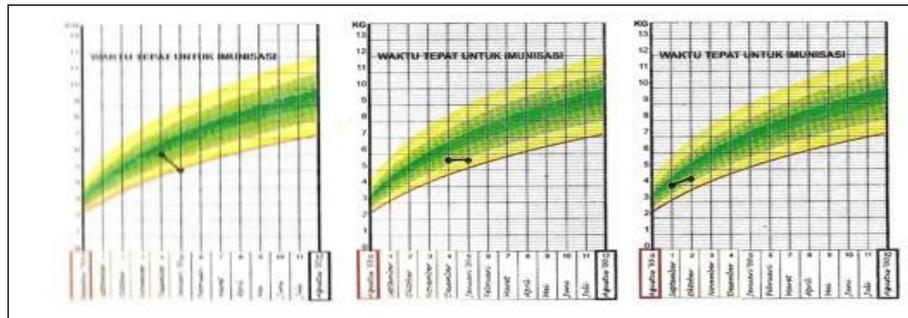
Kartu Menuju Sehat merupakan gambar kurva berat badan anak berusia 0–5 tahun terhadap umurnya. Dalam aplikasi dengan menggunakan KMS menjadikan tumbuh normal jika grafik pertumbuhan berat badan anak sejajar dengan kurva baku (Soetjiningsih, 1995, p.48).

Berat badan naik apabila, garis pertumbuhannya naik mengikuti salah satu pita warna. Bila berat badan anak hasil penimbangan berturut-turut berada pada jalur pertumbuhan normalnya dikatakan tetap baik. Garis pertumbuhannya naik ke pita di atasnya. Bila berat badan anak hasil penimbangan berturut-turut menunjukkan adanya pengejaran (*catch up*) terhadap jalur pertumbuhan normalnya, garis pertumbuhannya pindah ke pita di atasnya, atau dari garis di bawah ke pita di atasnya. Lihat gambar 2.1 (Siswanto, 2010).



Gambar 1 Berat Badan Naik

Tidak naik apabila, Garis pertumbuhannya menurun dan Garis pertumbuhannya mendatar. Apabila berat badan tidak naik atau berat badan di Bawah Garis Merah (BGM) 3 kali berturut-turut maka



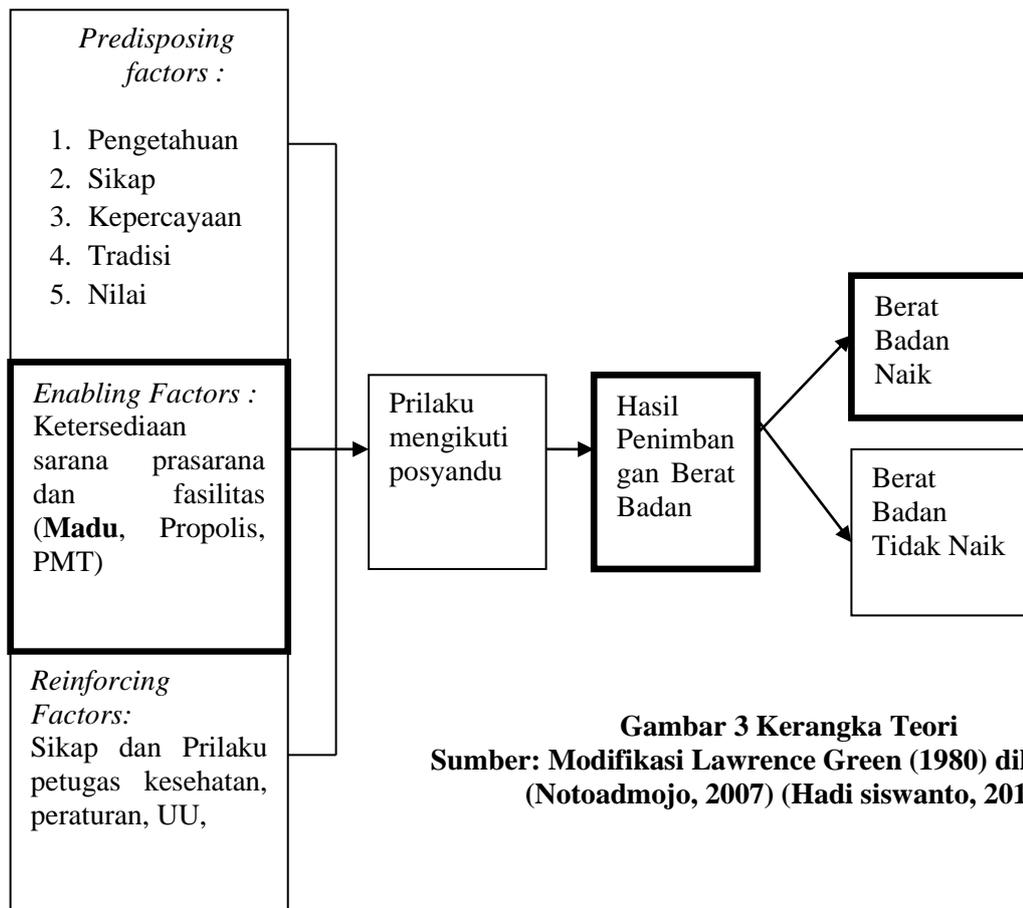
Gambar 2 Berat Badan Tidak Naik

E. Penelitian Terkait

Dari hasil penelitian oleh Yesi Nurmalasari yang berjudul Madu Temulawak Meningkatkan Berat Badan Anak Usia Toddler didapatkan hasil dengan rerata kenaikan berat badan kelompok intervensi adalah 320 gram sedangkan pada kelompok kontrol yaitu 40 gram, dan didapatkan nilai p-value yaitu 0,001 yang berarti bahwa adanya pengaruh yang signifikan berat badan sebelum dan sesudah diberikan madu temulawak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh madu temulawak dalam meningkatkan berat badan anak usia toddler. Dari data recall konsumsi, asupan kalori kelompok madu sekitar 1000-1500 kalori perhari. Kelompok yang diberikan madu mengalami peningkatan berat badan yang bermakna, hal ini dikarenakan madu memiliki 181 macam zat yang terkandung dalam madu.

F. Kerangka Teori

Menurut Notoatmodjo (2018), kerangka teori merupakan gambaran dari teori dimana suatu riset berasal atau dikaitkan. Sehingga dalam penelitian ini kerangka teorinya adalah sebagai berikut:



Gambar 3 Kerangka Teori
Sumber: Modifikasi Lawrence Green (1980) dikutip dari
(Notoadmojo, 2007) (Hadi siswanto, 2010)

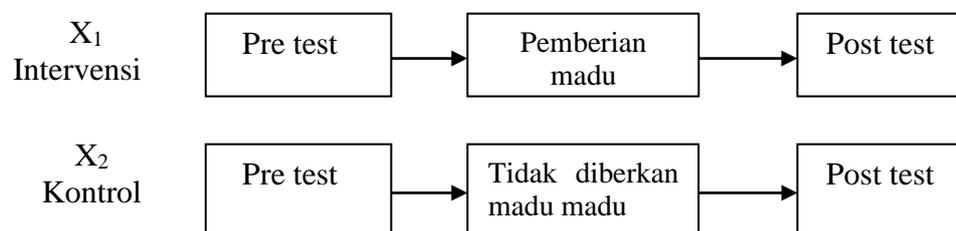
Keterangan :

: Variabel yang tidak diteliti

: Variabel yang diteliti

G. Kerangka Konsep

Agar memperoleh gambaran secara jelas ke arah mana penelitian itu berjalan, atau data apa yang dikumpulkan, perlu dirumuskan kerangka konsep penelitian. Kerangka konsep penelitian pada hakikatnya adalah suatu uraian dan visualisasi konsep-konsep serta variabel-variabel yang akan di ukur dan diteliti (Notoatmodjo, 2010). Variabel dependen pada penelitian ini adalah kenaikan berat badan anak balita dengan variabel independennya yaitu madu.



Gambar 4
Kerangka Konsep

Berdasarkan kerangka konsep di atas, maka peneliti akan mencari pengaruh pemberian madu terhadap kenaikan berat badan anak balita di PAUD Kemuning Jaya Kemiling Permai Bandar Lampung Tahun 2020.

H. Definisi Operasional

Untuk membatasi ruang lingkup atau pengertian variabel-variabel diamati/diteliti perlu sekali variabel-variabel tersebut diberi batasan atau “definisi operasional”. Definisi operasional ini juga bermanfaat untuk mengarahkan kepada pengukuran atau pengamatan terhadap variabel-variabel yang bersangkutan (Notoatmodjo, 2010).

Tabel 3
Definisi Operasional

	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Independen	Pemberian madu	Madu diberikan sebanyak 1 sendok makan dilarutkan dengan ½ gelas air hangat setiap hari selama 30 hari	Cheklis	Observasi	0 : tidak diberi madu 1 : diberi madu	Ordinal
Dependen	Kenaikan berat badan	Pengukuran berat badan antara sebelum dan sesudah diberikan madu selama 30 hari	Timbangan berat badan digital	Observasi dengan Z- score	0 : BB tidak naik 1 : BB naik	Ordinal

I. Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban sementara, patokan duga, atau dalil sementara yang kebenarannya akan dibuktikan dalam penelitian tersebut (Notoatmodjo, 2010). Berdasarkan kerangka kerja di atas, peneliti mengajukan hipotesis yaitu:

Hipotesis Alternatif (Ha):

1. Ada pengaruh kenaikan berat badan anak balita sebelum diberikan madu di PAUD Kemuning Jaya tahun 2020.
2. Ada pengaruh kenaikan berat badan anak balita sesudah diberikan madu di PAUD Kemuning Jaya tahun 2020.
3. Ada pengaruh pemberian madu terhadap kenaikan berat badan anak balita di PAUD Kemuning Jaya tahun 2020.