

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Pengetahuan

a. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari proses mengetahui yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek melalui pancaindra manusia, seperti penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui penglihatan dan pendengaran yang kemudian diproses dalam pikiran sehingga menghasilkan pemahaman terhadap suatu informasi. Pengetahuan menjadi dasar dalam terbentuknya sikap dan perilaku seseorang dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam perilaku kesehatan. Dalam konteks kesehatan masyarakat, pengetahuan sangat berperan dalam menentukan bagaimana seseorang memahami informasi kesehatan serta bagaimana individu tersebut mengambil keputusan terkait tindakan kesehatan yang dilakukan (Notoatmojo, 2022).

Pengetahuan seseorang dapat berkembang seiring dengan bertambahnya pengalaman, pendidikan, dan informasi yang diperoleh dari berbagai sumber. Informasi tersebut dapat diperoleh melalui

pendidikan formal seperti sekolah maupun pendidikan nonformal seperti penyuluhan kesehatan, media massa, internet, serta interaksi sosial di lingkungan masyarakat. Semakin banyak informasi yang diterima seseorang, maka semakin luas pula pengetahuan yang dimiliki. Pengetahuan yang baik akan memengaruhi kemampuan seseorang dalam memahami suatu masalah serta menentukan tindakan yang tepat untuk mengatasinya, termasuk dalam praktik pemberian makanan pada anak (Wijaya et al., 2021).

Dalam bidang kesehatan ibu dan anak, pengetahuan ibu memiliki peran penting dalam menentukan perilaku perawatan anak. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai kesehatan dan gizi anak cenderung lebih mampu memberikan perawatan yang tepat, termasuk dalam pemberian makanan yang sesuai dengan kebutuhan anak. Pengetahuan tersebut akan memengaruhi keputusan ibu dalam memilih jenis makanan, cara pengolahan makanan, serta waktu pemberian makanan yang tepat bagi anak. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan ibu menjadi salah satu upaya penting dalam meningkatkan kesehatan dan status gizi anak (Aritonang, 2020).

b. Faktor Yang Memengaruhi Pengetahuan

Faktor-faktor yang memengaruhi tingkat pengetahuan menurut (Dewi M, 2021) adalah:

1) Pendidikan

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup. Pendidikan memengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Dengan pendidikan tinggi maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi, baik dari orang lain maupun dari media massa. Semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya.

2) Media Massa / Informasi

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek (*immediate impact*) sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Majunya teknologi akan tersedia bermacam-macam media massa yang dapat memengaruhi pengetahuan masyarakat tentang inovasi baru. Sebagai sarana komunikasi, berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, dan lain-lain mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang. Dalam

penyampaian informasi sebagai tugas pokoknya, media massa membawa pula pesan-pesan yang berisi sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang. Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya pengetahuan terhadap hal tersebut.

3) Sosial budaya dan ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan orang-orang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk. Dengan demikian seseorang akan bertambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi ini akan memengaruhi pengetahuan seseorang.

4) Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di sekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu.

5) Pengalaman

Pengalaman sebagai sumber pengetahuan adalah suatu cara

untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi masa lalu. Pengalaman belajar dalam bekerja yang dikembangkan memberikan pengetahuan dan keterampilan professional serta pengalaman belajar selama bekerja akan dapat mengembangkan kemampuan mengambil keputusan yang merupakan manifestasi dari keterpaduan.

6) Usia

Usia memengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Pada usia madya, individu akan lebih berperan aktif dalam masyarakat dan kehidupan sosial serta lebih banyak melakukan persiapan demi suksesnya upaya menyesuaikan diri menuju usia tua, selain itu orang usia madya akan lebih banyak menggunakan banyak waktu untuk membaca. Kemampuan intelektual, pemecahan masalah, dan kemampuan verbal dilaporkan hampir tidak ada penurunan pada usia ini. Dua sikap tradisional mengenai jalannya perkembangan selama hidup:

- (1) Semakin tua semakin bijaksana, semakin banyak informasi yang dijumpai dan semakin banyak hal yang dikerjakan sehingga menambah pengetahuannya.

(2) Tidak dapat mengajarkan kepandaian baru kepada orang yang sudah tua karena mengalami kemunduran baik fisik maupun mental. Dapat diperkirakan bahwa IQ akan menurun sejalan dengan bertambahnya usia, khususnya pada beberapa kemampuan yang lain seperti misalnya kosa kata dan pengetahuan umum. Beberapa teori berpendapat ternyata IQ seseorang akan menurun cukup cepat sejalan dengan bertambahnya usia.

c. Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dilakukan dengan menggunakan pertanyaan yang dilakukan melalui wawancara ataupun kuesioner dengan skor 1 jika jawaban responden benar dan skor 0 jika jawaban responden salah, rumus yang digunakan untuk mengukur presentase dari jawaban yang didapat dari kuesioner yaitu:

$$\text{Presentase} = \frac{\text{Jumlah Jawaban Benar}}{\text{Jumlah Soal}} \times 100\%$$

Untuk menghitung persentase pada kuesioner pengetahuan dilakukan dengan menghitung jumlah jawaban yang benar dibagi jumlah total keseluruhan pernyataan kemudian di kali 100%, tingkat pengetahuan seseorang dibagi menjadi tiga berdasarkan nilai persentase yaitu (Arikunto, 2022):

- 1) Tingkat Pengetahuan Baik: 76% - 100%
- 2) Tingkat Pengetahuan Cukup: 56% - 75%

3) Tingkat Pengetahuan Kurang: 55%.

2. Ketepatan Pemberian MP-ASI

a. Definisi

Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) adalah makanan atau minuman yang mengandung zat gizi yang diberikan kepada balita mulai usia 6 bulan sebagai pelengkap ASI untuk memenuhi kebutuhan energi dan nutrisi yang tidak lagi dapat dipenuhi oleh ASI saja. Pada usia tersebut, kebutuhan gizi balita meningkat seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan yang pesat sehingga diperlukan tambahan asupan selain ASI. MP-ASI tidak dimaksudkan untuk menggantikan ASI, melainkan sebagai makanan tambahan yang diberikan secara bertahap sesuai dengan usia dan kemampuan pencernaan balita. Oleh karena itu, pemberian MP-ASI harus memperhatikan prinsip kecukupan gizi, keamanan pangan, serta kesesuaian dengan tahap perkembangan balita agar dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal (WHO, 2025).

MP-ASI merupakan bagian dari praktik pemberian makan balita yang dikenal dengan istilah *Infant and Young Child Feeding (IYCF)*. Praktik ini menekankan pentingnya pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, kemudian dilanjutkan dengan pemberian MP-ASI yang adekuat dan bergizi seimbang sambil tetap

memberikan ASI hingga usia dua tahun atau lebih. MP-ASI yang baik harus mengandung berbagai zat gizi penting seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral yang dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan balita. Selain itu, makanan yang diberikan juga harus diolah secara higienis agar terhindar dari kontaminasi bakteri yang dapat menyebabkan penyakit pada balita (Garg et al., 2024).

Pemberian MP-ASI yang tepat sangat penting dalam mencegah terjadinya masalah gizi pada balita. Apabila MP-ASI diberikan terlalu dini atau tidak sesuai dengan kebutuhan gizi anak, maka dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan seperti diare, infeksi, serta gangguan pertumbuhan. Sebaliknya, apabila MP-ASI diberikan dengan cara yang tepat baik dari segi waktu, jenis, jumlah, maupun frekuensi pemberian, maka kebutuhan nutrisi anak dapat terpenuhi dengan baik sehingga dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Oleh karena itu, pemahaman ibu mengenai MP-ASI sangat penting dalam menentukan praktik pemberian makanan yang tepat bagi balita (UNICEF, 2025).

b. Ketepatan Pemberian MP-ASI Balita

Ketepatan pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) adalah kesesuaian praktik pemberian makanan pendamping kepada balita dengan rekomendasi kesehatan yang meliputi waktu pemberian,

jenis makanan, jumlah, tekstur, serta frekuensi pemberian makanan sesuai dengan usia anak. Ketepatan pemberian MP-ASI sangat penting karena setelah usia enam bulan kebutuhan energi dan zat gizi balita meningkat sehingga tidak dapat dipenuhi hanya dengan ASI saja. Oleh karena itu, pemberian MP-ASI harus dilakukan secara tepat agar kebutuhan nutrisi anak terpenuhi secara optimal. Pemberian MP-ASI yang tepat dapat membantu mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak serta mencegah terjadinya masalah gizi seperti *stunting*, *wasting*, maupun kekurangan berat badan pada balita (Andriani & Wiratmadji, 2020).

Ketepatan pemberian MP-ASI tidak hanya dilihat dari waktu pemberiannya saja, tetapi juga dari kualitas makanan yang diberikan kepada anak. MP-ASI yang baik harus mengandung zat gizi yang seimbang seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral yang dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan anak. Selain itu, makanan yang diberikan juga harus diolah secara higienis dan aman agar tidak menimbulkan risiko penyakit pada anak. Dengan pemberian MP-ASI yang tepat, kebutuhan energi dan zat gizi anak dapat terpenuhi sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal (Arisman, 2021).

c. Tujuan Pemberian MP-ASI

Pemberian MP-ASI memiliki beberapa tujuan utama yang berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan gizi dan perkembangan balita.

Tujuan pertama adalah untuk memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi balita yang tidak lagi dapat dipenuhi oleh ASI saja setelah usia enam bulan. Pada usia ini, balita mengalami pertumbuhan yang pesat sehingga membutuhkan tambahan nutrisi untuk mendukung perkembangan fisik dan fungsi organ tubuh. MP-ASI yang diberikan secara tepat dapat membantu memenuhi kebutuhan energi, protein, lemak, vitamin, dan mineral yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan balita (Kemenkes RI, 2023).

Tujuan kedua dari pemberian MP-ASI adalah untuk melatih kemampuan balita dalam menerima berbagai jenis makanan dengan rasa, tekstur, dan bentuk yang berbeda. Pemberian makanan secara bertahap sesuai dengan usia balita akan membantu perkembangan kemampuan balita dalam mengunyah dan menelan makanan. Selain itu, pemberian MP-ASI juga berperan dalam membentuk kebiasaan makan yang baik pada anak sejak dini. Kebiasaan makan yang sehat pada masa balita akan memengaruhi pola makan anak di masa mendatang serta berkontribusi dalam menjaga status gizi yang baik (WHO, 2025).

Tujuan lainnya adalah untuk mencegah terjadinya masalah gizi pada balita seperti kekurangan gizi, *stunting*, maupun *wasting*. MP-ASI yang diberikan secara tepat dan bergizi seimbang dapat membantu memenuhi kebutuhan nutrisi balita sehingga dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Selain itu, MP-ASI yang

diberikan dengan cara yang higienis juga dapat membantu mencegah risiko infeksi dan penyakit pada balita. Oleh karena itu, pemberian MP-ASI yang tepat sangat penting dalam upaya meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan anak (UNICEF, 2025).

d. Indikator Ketepatan Pemberian MP-ASI

Ketepatan pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dapat dinilai berdasarkan beberapa indikator utama yang berkaitan dengan praktik pemberian makanan pada balita, yaitu sebagai berikut: (Andriani & Wiratmadji, 2020).

1. Waktu Pemberian MP-ASI

Pemberian MP-ASI yang tepat dimulai ketika bayi berusia 6 bulan. Pada usia ini kebutuhan energi dan zat gizi bayi tidak lagi dapat dipenuhi hanya dari ASI, sehingga diperlukan makanan tambahan. Sistem pencernaan bayi juga sudah lebih matang dan mampu menerima makanan selain ASI. Pemberian MP-ASI sebelum usia 6 bulan tidak dianjurkan karena dapat menyebabkan gangguan pencernaan, sedangkan pemberian yang terlambat dapat menyebabkan kekurangan gizi (Andriani & Wiratmadji, 2020; Arisman, 2021).

2. Jenis Makanan

Jenis makanan yang diberikan harus sesuai dengan usia bayi dan mengandung gizi seimbang, meliputi karbohidrat, protein,

lemak, vitamin, dan mineral. Pada awal pemberian MP-ASI, makanan yang diberikan berupa makanan lumat, kemudian secara bertahap meningkat menjadi makanan keluarga. Pemilihan jenis makanan yang tepat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi (Kemenkes RI, 2023).

3. Tekstur Makanan

Tekstur makanan harus disesuaikan dengan perkembangan kemampuan makan bayi. Pada usia 6 bulan diberikan makanan lumat/halus, kemudian meningkat menjadi makanan lembek, dan selanjutnya menjadi makanan padat atau makanan keluarga sesuai usia. Penyesuaian tekstur bertujuan untuk melatih kemampuan mengunyah dan menelan bayi (Kemenkes RI, 2023).

4. Frekuensi Pemberian

Frekuensi pemberian MP-ASI harus disesuaikan dengan usia bayi, yaitu:

- 1) Usia 6–8 bulan: 2–3 kali makan utama + 1–2 kali selingan
- 2) Usia 9–11 bulan: 3–4 kali makan utama + 1–2 kali selingan
- 3) Usia 12–24 bulan: 3–4 kali makan utama + 1–2 kali selingan

Frekuensi yang tepat diperlukan untuk memenuhi kebutuhan energi bayi yang semakin meningkat (Proverawati & Rachmawati, 2020).

5. Cara Pemberian MP-ASI

Cara pemberian MP-ASI yang tepat meliputi pemberian makanan secara bertahap sesuai usia, penggunaan metode responsive feeding, serta pemberian makanan secara teratur. Selain itu, kebersihan makanan juga harus diperhatikan dengan menjaga kebersihan bahan makanan, peralatan, dan tangan pengolah makanan. Kedua aspek ini sangat penting untuk memastikan anak mendapatkan asupan gizi yang optimal serta terhindar dari risiko penyakit infeksi (Kemenkes RI, 2023).

e. Jenis dan Tahapan MP-ASI Sesuai Umur

Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) harus dilakukan secara bertahap sesuai dengan usia dan perkembangan kemampuan makan balita. Pada usia 6–8 bulan, balita mulai diperkenalkan dengan makanan yang bertekstur lembut seperti bubur saring, bubur susu, atau puree dari sayur dan buah. Pada tahap ini balita masih dalam proses belajar mengunyah dan menelan sehingga makanan harus diberikan dalam bentuk yang halus agar mudah dicerna. Frekuensi pemberian MP-ASI biasanya sekitar 2–3 kali sehari dengan tambahan makanan selingan 1–2 kali sehari. Pemberian makanan secara bertahap ini bertujuan untuk membantu balita beradaptasi dengan makanan selain ASI serta melatih kemampuan makan secara perlahan sesuai dengan perkembangan sistem pencernaannya (Andriani & Wiratmadji, 2020).

Pada usia 9–11 bulan, balita sudah mulai memiliki kemampuan mengunyah yang lebih baik sehingga tekstur makanan dapat ditingkatkan menjadi makanan yang lebih kasar seperti makanan cincang atau makanan yang dilumatkan. Pada tahap ini balita dapat diberikan nasi tim, sayuran yang dicincang halus, serta lauk pauk seperti ikan, telur, atau daging yang telah dihaluskan. Frekuensi pemberian makanan meningkat menjadi 3–4 kali sehari dengan tambahan makanan selingan 1–2 kali sehari. Variasi makanan sangat penting pada tahap ini agar balita memperoleh berbagai zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Selain itu, pemberian makanan yang bervariasi juga dapat membantu anak mengenal berbagai jenis rasa dan tekstur makanan sejak dini (Arisman, 2021).

Selanjutnya pada usia 12–24 bulan, anak sudah dapat mengonsumsi makanan keluarga dengan tekstur yang lebih padat karena kemampuan mengunyah dan menelan sudah berkembang dengan baik. Pada usia ini anak dapat diberikan makanan utama 3–4 kali sehari dengan tambahan makanan selingan 1–2 kali sehari untuk memenuhi kebutuhan energi yang semakin meningkat. Jenis makanan yang diberikan sebaiknya beragam dan mengandung zat gizi seimbang seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral. Selain itu, kebersihan dan keamanan makanan juga harus diperhatikan untuk mencegah terjadinya infeksi atau penyakit yang dapat mengganggu kesehatan

anak. Dengan pemberian makanan yang tepat sesuai usia, kebutuhan nutrisi anak dapat terpenuhi secara optimal sehingga mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang baik (Rachmi et al., 2022).

f. Faktor yang Memengaruhi Pemberian MP-ASI

Pemberian MP-ASI pada balita dipengaruhi oleh berbagai faktor baik dari dalam diri ibu maupun dari lingkungan sekitarnya. Salah satu faktor yang paling berpengaruh adalah tingkat pengetahuan ibu mengenai pemberian MP-ASI. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai waktu, jenis, serta cara pemberian MP-ASI cenderung lebih mampu memberikan makanan yang sesuai dengan kebutuhan anak. Sebaliknya, ibu dengan pengetahuan yang kurang dapat melakukan kesalahan dalam pemberian MP-ASI seperti memberikan makanan terlalu dini atau tidak memperhatikan kualitas makanan yang diberikan (Notoatmojo, 2022).

Selain pengetahuan, faktor pendidikan dan sosial ekonomi juga dapat memengaruhi praktik pemberian MP-ASI. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi biasanya memudahkan seseorang dalam memahami informasi kesehatan sehingga dapat meningkatkan praktik pemberian makanan yang lebih baik. Kondisi sosial ekonomi keluarga juga berperan dalam menentukan ketersediaan makanan yang bergizi bagi anak. Keluarga dengan kondisi ekonomi yang lebih baik umumnya

memiliki akses yang lebih besar terhadap makanan yang beragam dan bergizi (Proverawati & Rachmawati, 2020).

Faktor lain yang memengaruhi pemberian MP-ASI adalah dukungan keluarga, budaya, serta informasi dari tenaga kesehatan. Dukungan dari anggota keluarga seperti suami atau orang tua dapat membantu ibu dalam memberikan perawatan yang baik kepada anak. Selain itu, kepercayaan atau kebiasaan budaya dalam masyarakat juga dapat memengaruhi praktik pemberian makanan pada balita. Oleh karena itu, peran tenaga kesehatan sangat penting dalam memberikan edukasi kepada ibu dan keluarga mengenai praktik pemberian MP-ASI yang benar agar kebutuhan gizi anak dapat terpenuhi dengan baik (Kemenkes RI, 2023).

g. Dampak Ketidaktepatan Pemberian MP-ASI

Ketidaktepatan dalam pemberian MP-ASI dapat memberikan dampak yang kurang baik bagi kesehatan dan pertumbuhan anak. Pemberian MP-ASI yang terlalu dini dapat menyebabkan gangguan pencernaan karena sistem pencernaan balita belum berkembang secara sempurna. Selain itu, pemberian MP-ASI yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi anak dapat menyebabkan kekurangan energi dan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan. Kondisi ini dapat berdampak pada terjadinya gangguan pertumbuhan seperti *stunting*, *wasting*, maupun kekurangan berat badan pada balita (Arisman, 2021).

Sebaliknya, pemberian MP-ASI yang terlambat juga dapat menyebabkan anak mengalami kekurangan zat gizi yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan. Kekurangan zat gizi dalam jangka waktu yang lama dapat memengaruhi perkembangan fisik maupun perkembangan kognitif anak. Oleh karena itu, pemberian MP-ASI harus dilakukan secara tepat sesuai dengan rekomendasi kesehatan agar kebutuhan nutrisi anak dapat terpenuhi dengan baik. Dengan demikian, praktik pemberian MP-ASI yang tepat sangat penting dalam upaya meningkatkan status gizi serta kesehatan anak pada masa balita (Adriani & Wirjatmadi, 2020).

3. Balita

a. Definisi

Balita adalah anak yang berusia di bawah lima tahun, yaitu sejak lahir hingga usia 59 bulan. Masa balita merupakan periode penting dalam kehidupan anak karena pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat baik dari segi fisik, motorik, kognitif, maupun sosial emosional. Masa ini sering disebut sebagai masa emas (*golden period*) karena merupakan masa yang sangat menentukan kualitas kesehatan dan perkembangan anak di masa depan. Apabila pada masa ini anak tidak memperoleh asupan gizi yang cukup dan perawatan yang baik, maka dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan dan

perkembangan yang bersifat permanen. Oleh karena itu, perhatian terhadap kesehatan dan gizi anak pada masa balita sangat penting untuk memastikan anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal (Indah, 2022).

Masa balita juga merupakan masa yang sangat rentan terhadap berbagai masalah kesehatan dan gizi. Hal ini disebabkan karena pada masa ini kebutuhan energi dan zat gizi anak meningkat seiring dengan pertumbuhan yang cepat, sementara kemampuan anak untuk mengonsumsi makanan masih terbatas. Oleh karena itu, pemenuhan kebutuhan gizi yang seimbang sangat penting agar anak dapat tumbuh dengan baik dan terhindar dari berbagai masalah gizi seperti *stunting*, *wasting*, maupun *underweight*. Selain itu, pola asuh dan lingkungan juga memiliki peran penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak pada masa balita (Desidel, 2018).

b. Karakteristik Masa Balita

Masa balita memiliki beberapa karakteristik yang membedakannya dari kelompok usia lainnya. Salah satu karakteristik utama masa balita adalah pertumbuhan fisik yang berlangsung sangat cepat, terutama pada tahun-tahun pertama kehidupan. Pada masa ini terjadi peningkatan berat badan, tinggi badan, serta perkembangan organ tubuh yang signifikan. Selain itu, perkembangan kemampuan motorik seperti kemampuan duduk, berjalan, dan berbicara juga mulai berkembang dengan pesat.

Perkembangan ini sangat dipengaruhi oleh faktor gizi, kesehatan, serta stimulasi dari lingkungan sekitar (Soetjiningsih & Ranuh, 2020).

Selain pertumbuhan fisik, masa balita juga ditandai dengan perkembangan kemampuan kognitif dan sosial emosional. Anak mulai belajar mengenal lingkungan sekitarnya, meniru perilaku orang di sekitarnya, serta mulai mengembangkan kemampuan berkomunikasi. Pada tahap ini anak juga mulai belajar makan sendiri dan mengenal berbagai jenis makanan. Oleh karena itu, peran orang tua sangat penting dalam memberikan stimulasi yang tepat agar perkembangan anak dapat berlangsung secara optimal. Pemberian makanan yang bergizi serta pola asuh yang baik dapat membantu mendukung perkembangan anak secara menyeluruh pada masa balita (Wijaya et al., 2021).

c. Kebutuhan Gizi Balita

Kebutuhan gizi pada masa balita relatif lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok usia lainnya karena pada masa ini terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Zat gizi yang dibutuhkan oleh balita meliputi karbohidrat sebagai sumber energi, protein untuk pertumbuhan jaringan tubuh, lemak sebagai sumber energi cadangan, serta vitamin dan mineral yang berperan dalam berbagai proses metabolisme tubuh. Pemenuhan kebutuhan gizi yang seimbang sangat penting untuk mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan otak, serta meningkatkan daya tahan tubuh anak terhadap penyakit (Arisman, 2021).

Apabila kebutuhan gizi balita tidak terpenuhi secara optimal, maka dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti gangguan pertumbuhan, penurunan daya tahan tubuh, serta peningkatan risiko terjadinya penyakit infeksi. Kekurangan gizi yang terjadi dalam jangka waktu yang lama juga dapat menyebabkan *stunting* yang berdampak pada keterlambatan perkembangan fisik maupun kognitif anak. Oleh karena itu, pemberian makanan yang bergizi seimbang serta praktik pemberian makan yang tepat, termasuk pemberian MP-ASI yang sesuai dengan usia anak, sangat penting untuk menjaga kesehatan dan pertumbuhan balita secara optimal (Soetjiningsih & Ranuh, 2020).

4. Hubungan Pengetahuan dengan Ketepatan Pemberian MP-ASI

Pengetahuan merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi perilaku seseorang dalam mengambil keputusan terkait kesehatan, termasuk dalam praktik pemberian makanan kepada anak. Pengetahuan ibu mengenai pemberian MP-ASI meliputi pemahaman tentang waktu yang tepat untuk memulai MP-ASI, jenis makanan yang sesuai dengan usia anak, frekuensi pemberian makanan, serta cara pengolahan makanan yang aman dan bergizi. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai MP-ASI cenderung lebih mampu memberikan makanan yang sesuai dengan kebutuhan anak. Sebaliknya, ibu dengan pengetahuan yang kurang berisiko melakukan kesalahan dalam praktik pemberian MP-ASI seperti memberikan makanan terlalu dini, tidak memperhatikan variasi makanan,

atau tidak memperhatikan tekstur makanan sesuai dengan usia anak melakukan kesalahan dalam praktik pemberian MP-ASI seperti memberikan makanan terlalu dini, tidak memperhatikan variasi makanan, atau tidak memperhatikan tekstur makanan sesuai dengan usia anak (Notoatmojo, 2022).

Pengetahuan yang dimiliki ibu dapat memengaruhi sikap dan perilaku dalam merawat anak, termasuk dalam pemberian makanan. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai gizi dan kesehatan anak akan lebih mudah memahami pentingnya pemberian MP-ASI yang tepat bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Dengan pemahaman tersebut, ibu akan lebih cenderung mengikuti rekomendasi kesehatan dalam memberikan makanan kepada anak. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan ibu kurang memahami pentingnya pemberian MP-ASI yang tepat sehingga dapat berdampak pada praktik pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan anak (Adriani & Wirjatmadi, 2020).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dengan praktik pemberian MP-ASI pada anak. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik cenderung lebih tepat dalam memberikan MP-ASI dibandingkan dengan ibu yang memiliki pengetahuan rendah. Pengetahuan yang baik akan meningkatkan kesadaran ibu terhadap pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi anak serta mendorong ibu untuk mencari informasi terkait pemberian makanan yang sehat dan bergizi bagi

anak. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan ibu melalui penyuluhan kesehatan dan edukasi gizi sangat penting untuk meningkatkan praktik pemberian MP-ASI yang tepat pada balita (Proverawati & Rachmawati, 2020).

Dengan demikian, pengetahuan ibu merupakan salah satu faktor yang sangat berperan dalam menentukan ketepatan pemberian MP-ASI pada balita. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik akan lebih mampu memberikan MP-ASI sesuai dengan usia dan kebutuhan gizi

B. Kerangka Teori

Kerangka teori merupakan gambaran konsep yang menjelaskan hubungan antara teori-teori yang digunakan dalam penelitian. Dalam penelitian ini, kerangka teori menjelaskan hubungan antara pengetahuan ibu tentang MP-ASI dengan ketepatan pemberian MP-ASI pada balita.

Pengetahuan merupakan hasil dari proses mengetahui yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek melalui pancaindra. Pengetahuan ibu mengenai MP-ASI meliputi pemahaman tentang waktu pemberian MP-ASI, jenis makanan yang sesuai dengan usia anak, tekstur makanan, serta frekuensi pemberian makanan. Pengetahuan yang baik akan memengaruhi perilaku ibu dalam memberikan makanan yang tepat kepada anak sesuai dengan kebutuhan gizi dan tahap perkembangan anak. Sebaliknya, pengetahuan yang kurang dapat menyebabkan kesalahan dalam

praktik pemberian MP-ASI yang dapat berdampak pada masalah gizi pada anak (Notoatmodjo, 2022).

MP-ASI merupakan makanan atau minuman yang diberikan kepada balita mulai usia 6 bulan untuk melengkapi kebutuhan gizi yang tidak lagi dapat dipenuhi oleh ASI saja. Pemberian MP-ASI harus memperhatikan beberapa aspek penting seperti waktu pemberian, jenis makanan, jumlah makanan, frekuensi pemberian, serta tekstur makanan yang sesuai dengan usia anak. Pemberian MP-ASI yang tepat sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak serta mencegah terjadinya masalah gizi seperti *stunting*, *wasting*, dan kekurangan berat badan (Adriani & Wirjatmadi, 2020).

Balita merupakan anak yang berusia 0–59 bulan yang berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Pada masa ini kebutuhan gizi anak meningkat sehingga pemenuhan kebutuhan nutrisi menjadi sangat penting. Apabila kebutuhan gizi tidak terpenuhi secara optimal, maka dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak. Oleh karena itu, pemberian MP-ASI yang tepat sesuai dengan usia anak sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan balita secara optimal (Arisman, 2021).

Ketepatan pemberian MP-ASI merupakan kesesuaian praktik pemberian makanan pendamping ASI dengan rekomendasi kesehatan yang meliputi waktu pemberian, jenis makanan, jumlah makanan, tekstur makanan, serta

frekuensi pemberian makanan sesuai dengan usia anak. Ketepatan pemberian MP-ASI sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pengetahuan ibu, pendidikan, pekerjaan, budaya, serta dukungan keluarga. Dalam penelitian ini, faktor yang menjadi fokus utama adalah pengetahuan ibu tentang MP-ASI yang diduga memiliki hubungan dengan ketepatan pemberian MP-ASI pada balita (Proverawati & Rahmawati, 2020).

Berdasarkan uraian teori tersebut dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu mengenai MP-ASI sangat berperan dalam menentukan ketepatan praktik pemberian MP-ASI pada balita. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik cenderung lebih mampu memberikan MP-ASI sesuai dengan usia dan kebutuhan gizi anak. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan ibu dengan ketepatan pemberian MP-ASI pada balita. Berikut ini merupakan visualisasi dari kerangka teori:

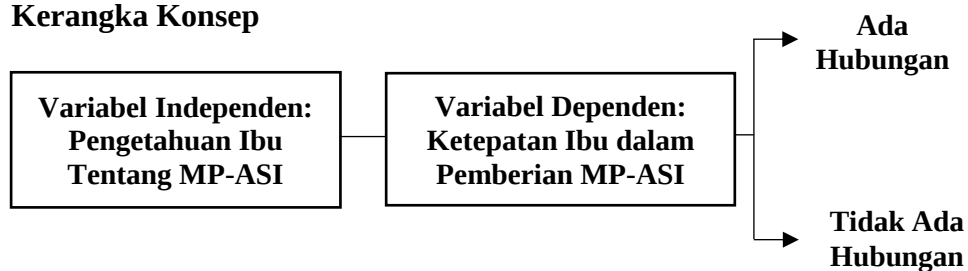


Sumber: Notoatmodjo (2022), Proverawati dan Rachmawati (2020), dan Arisman (2021).

Gambar 2.1

Kerangka Teori

C. Kerangka Konsep



Gambar 2.2

Kerangka Konsep

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian yang kebenarannya masih harus dibuktikan melalui pengumpulan dan analisis data (Rizka Z dkk, 2024). Hipotesis disusun berdasarkan teori yang telah dikemukakan pada tinjauan pustaka serta kerangka teori yang menjelaskan hubungan antara variabel yang diteliti. Dalam penelitian ini, hipotesis disusun untuk mengetahui hubungan pengetahuan MP-ASI dengan ketepatan pemberian MP-ASI pada balita di wilayah kerja Puskesmas Cigayam Kabupaten Ciamis Tahun 2026, hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Hipotesis Alternatif (H_a), Terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang MP-ASI dengan ketepatan pemberian MP-ASI pada balita di wilayah kerja Puskesmas Cigayam Kabupaten Ciamis Tahun 2026.