BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pola Asuh

2.1.1 Pengertian Pola Asuh

Pola asuh terdiri dari dua kata yaitu pola dan asuh. Menurut Kamus Besar Bhasa Indonesia, Pola berarti model, corak, sitem, cara kerja, struktur, yang tetap, dan Asuh berarti menjaga meliputi merawat dan mendidik, membimbing meliputi membantu melatih dan sebagainya, dan memimpin meliputi mengepalai dan menyelenggarakan.

Sedangkan menurut para ahli psikologi dan sosiologi, Pola asuh di artikan sebagai suatu keseluruhan interaksi orang tua terhadap anakanya, dimanan orang tua memberikan dukungan dan dorongan kepada anak – anaknya dalam merubah perilaku, memberikan pengetahuan, dan nilai – nilai yang penting untuk mempersiapakan anaka agar dapat mandiri, tumbuh dan berkembang secara sehat serta optimal, memiliki rasa percaya diri, memiliki rasa ingin tahu, bersahabat, dan berorientasi untuk kehidupan di masa depan. (Sari et al., 2020)

2.1.2 Macam – Macam Pola Asuh

Macam-macam pola asuhan orang tua secara umum menurut Hurlock diantaranya:

a. Pola asuhan Authoritarian (otoriter)

   Pola asuhan ini memiliki ciri-ciri dimana anak tidak dapat memiliki kebebasan karena orang tua yang terlalu mengekang atau biasa disebut dengan strict parents, biasanya orang tua akan memaksakan kehendak pada

anak, mengontrol tingkah laku anak secara ketat, memberi hukuman fisik jika anak bertindak tidak sesuai dengan keinginan orang tua, dan kehendak anak banyak diatur orang tua, bhakan orang tua akan memberikan peraturan yang terkesan mengurung anaknya seperti membrikan jam untuk bermainbersama teman dan memkasakan apa yang harus anak lakukan. Pada pola asuh ini anak cenderungtidak memeiliki kebebasan untuk menetukan keputusan sendiri. Dan tidak memiliki kebebasan untuk mengemukakan pendapat.

b. Pola asuh Authoritative (Demokratis)

   Pada pola asuh ini orang tua menggunakan pendekatan rasional dan demokratis. Dimana mereka sangat memperhatikan kebutuhan anak dan mencukupinya dengan pertimbangan faktor kepentingan dan kebutuhan yang realistis. Hal ini bertujuan untuk mengajarkan kepada anak menghargai kebutuhan yang penting bagi kehidupannya. Orang tua juga akan memberikan kebebasan untuk berarktifitas dan bergaul dengan teman-temannya, disertai dengan tanggung jawab dibawah pengawasan mereka.

c. Pola asuh Permissif

   Pada jenis pola asuh ini orang tua cenderung memberikan kebebasan penuh kepada anak. Pola asuh ini memiliki ciri orang tua bersikap terbuka , tidak terlalu memberi bimbingan dan kontrol, dan terkesan kurang perhatian. Semua keputusan dalam hidup anak sepenuhnya terdapat pada anak itu sendiri. Anak dapat mempelajari banyak hal melalui pola asuh

yang dilakukan oleh orang tua, termasuk juga belajar tentang kepribadian. (Sari et al., 2020)

2.1.3 Ciri – Ciri Pola Asuh

a) Menurut Diana Baumride ciri-ciri pola asuh otoriter adalah
   a. Kepatuhan secara muntlak tanpa adanya musyawarah
   b. Anak harus menjalankan aturan secara mutlak
   c. Adanya hukuman bagi anak yang melakukan kesalahan
   d. Hubungan anak dan orang tua sangat jauh
   e. Orang tua di anggap paling benar
   f. Menunjukan kekuatan orang tua seperti memberikan hadia, ancaman, dan sanksi
   g. Fokus merubah perilaku anak, tanpa memperhatikan perasaan anak.

b) Menurut pendapat Desmita bahwa gaya pengasuhan authoritatif memiliki ciri- ciri dengan:
   a. Memperlihatkan pengawasan ekstra ketat
   b. Bersikap responsif
   c. Menghargai, dan menghormati pemikiran serta perasaan anak
   d. Mengikut sertakan anak dalam pengambilan keputusan.

c) Menurut Santrock ciri-ciri pola asuh permisif yaitu:
   a. Orang tua memperbolehkan anak untuk mengatur tingkah laku yang mereka kehendaki dan membuat keputusan sendiri kapan saja

b. Orang tua memiliki sedikit peraturan di rumah pembatasan dan sedikit menerapkan hukuman
c. Orang Orang tua sedikit menuntut kematangan tingkah laku, seperti menunjukan tatakrama yang baik atau untuk menyelesaikan tugas-tugas
d. Orang tua menghindari dari suatu control, sikapnya menerima terhadap keinginan dan dorongan yang dikehendaki anak. (Sari et al., 2020)

2.1.4 Faktor Yang Mempengaruhi Pola Asuh

a) Terlibat aktif dalam setiap pendidikan anak, menggamati segala sesuatu dengan berorientasi pada masalah anak.
b) Tingkat sosial ekonomi.

   Orang tua dengan tingkat sosial ekonomi menengah cenderung lebih bersikap hangat dibandingkan orang tua dengan tingkat sosial ekonomi yang rendah
c) Kepribadian

   Kepribadian orang tua dapat mempengaruhi pola asuh, dimana pola asuh yang konservasif cenderung akan memperlakukan anaknya dengan otoriter.
d) Lingkungan

   Lingkungan banyak mempengaruhi perkembangan anak, maka lingkungan juga memiliki peran dalam pola pengasuhan yang diberikan orang tua terhadap anaknya.

e) Budaya

Sering kali orang tua mengikuti kebiasaan-kebiasaan masyarakat disekitarnya dalam mengasuh anak. Karena orang tua beranggapan bahwa pola-pola tersebut berhasil dalam mendidik anak kearah kematangan dan berharap kelak anaknya dapat diterima masyarakat dengan baik, oleh karena itu kebudayaan atau kebiasaan masyarakat dalam mengasuh anak mempengaruhi setiap orang tua dalam memberikan pola asuh terhadap anaknya.(Sari et al., 2020)

2.2 Status Gizi

2.2.1 Definisi Status Gizi

Status gizi merupakan keadaan kesehatan kelompok atau individu yang ditentukan oleh tingkat kebutuhan fisik untuk mendapatkan energi dan zat giziz lain yang diperoleh dari makanan yang di ukur dengan antropometri. Status gizi optimal merupakan keseimbanagn asupan dan kebutuhan zat gizi. Status Gizi merupakan tingkat keadaan gizi yang dinyatakan dengan jenis dan beratnya, kurang gizi bisa terjadi karena faktor yang saling berhubungan (Nadya, 2019).

Status gizi merupakan ekspresi dari keadaan keseimbangan atau perwujudan nutriture dalam bentuk variabel tertentu, status gizi optimal merupakan keseimbangan antara asupan dan kebutuhan zat gizi (Hasrul et al., 2020). Status gizi adalah ukuran keberhaslan dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi untuk anak yang di ukur dengan berat badan dan tinggi badan. Status gizi juga

diartikan sebagai status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara asupan dan kebutuhan nutrisi (Mardika, 2020).

Status gizi merupakan pemenuhan zat – zat gizi pada tingkat sel yang seimbang diperlukan oleh tubuh untuk tumbuh, berkembang, dan berfungsi secara normal. Oleh karena itu pada prinsipnya status gizi ditentukan oleh asupan zat gizi yang berasal dari makanan yang diperlukan tubuh. Kecukupan asupan gizi besar pengaruhnya terhadap proses pertumbuhan anak di masa yang akan datang. (Dwi Prihatmoko, 2019)

2.2.2 Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi

Faktor yang mempengaruhi status gizi menurut Marmi dalam (Nadya, 2019) :

a) Faktor Eksternal

   a. Pendapatan

      Tingkat ekonomi keluarga berhubungan dengan daya beli keluarga terhadap kebutuhan harian.

   b. Pendidikan

      Pendidikan tentang gizi dapat memepengaruhi pengetahuan, sikap, dan perilaku orang tua terhadap status gizi yang baik.

   c. Pekerjaan

      Pekerjaan merupakan penunjang kehidupan keluarga. Ibu yang memeutuskan untuk bekerja akan berpengaruh terhadap kehidupan keluarga.

d. Budaya

Suatu ciri khas akan mempengaruhi kebiasaan dan tingkah laku orang tua.

b) Faktor Internal

a. Usia

Usia sangat mempengaruhi kesiapan dalam hal pengalaman dan kemampuan orang tua dalam memberikan nutrisi.

b. Kondisi Fisik

Pada anak dan remaja kebutuhan gizi mempengaruhi tingkat pertumbuhan, sedangkan pada orang sakit yang dalam proses penyembuhan dan pada lansia membutuhkan diit khusus karena status kesehatan yang kurang baik.

c. Infeksi

Infeksi dan demam dapat menyebabkan penurunan nafsu makan, kesulitan menelan dan mencerna makanan.

2.2.3 Tujuan Pemantauan Status Gizi

Menurut Supriasa dalam (Mardika, 2020) Pemantauan status gizi bertujuan memperoleh data status gizi individu atau kelompok untuk melihat dan memastikan status kesehatanya, secara umum pemantauan status gizi bertujuan untuk memberikan informasi secara konsisten dan teratur , menilai status gizi, menetapakan perencanaan dan dukungan jangka pendek.

Pemantauan status gizi juga dapat mendeteksi adanya gangguan pertumbuhan, sehingga dapat lebih cepat mendapatkan intervensi sebelum kondisi menjadi lebih parah.

2.2.4 Masalah Status Gizi

Menurut Kusumawardani dalam (Mardika, 2020) Masalah Status Gizi sebagai berikut :

a) Kurang Gizi

Kekurangan gizi menyebabkan berbagai keterbatasan, seperti pertumbuhan mendatar, berat dan tinggi badan yang tidak sesuai dengan pertumbuhan normal. Keaadan kurang gizi juga menyebakan keterlambatan perkembangan motorik pada anak.

Pada keaddan kurang gizi anak akan cenderung kurang aktif, seperti kurang interaksis sosial, aktivitas , perilaku eksploratori, perhatian , dan motivasi. Pada anak yang kurang energi dan protein selain tidak aktif anak juga menjadi pasif dan tidak mampu berkonsentrasi, sehingga tidak dapat melkaukan suatu kegiatan fisik dalam waktu yang lama.

b) Kelebihan Gizi

Obesitas dapat disebakan oleh asupan makanan yang berlebih, pengeluaran energi yang kurang, dan penurunan aktivitas fisik. Penyebab obesitas sendiri adalah Ketidakseimbangan antara asupan energi dan pengeluaran energi atau aktivitas.

2.2.5 Penilaian Status Gizi

a) Penilaian Status Gizi Secara Langsung

Menurut Alhamda dalam (Nadya, 2019) Penilaian status gizi secara langsung dibagi menjadi 4, yaitu :

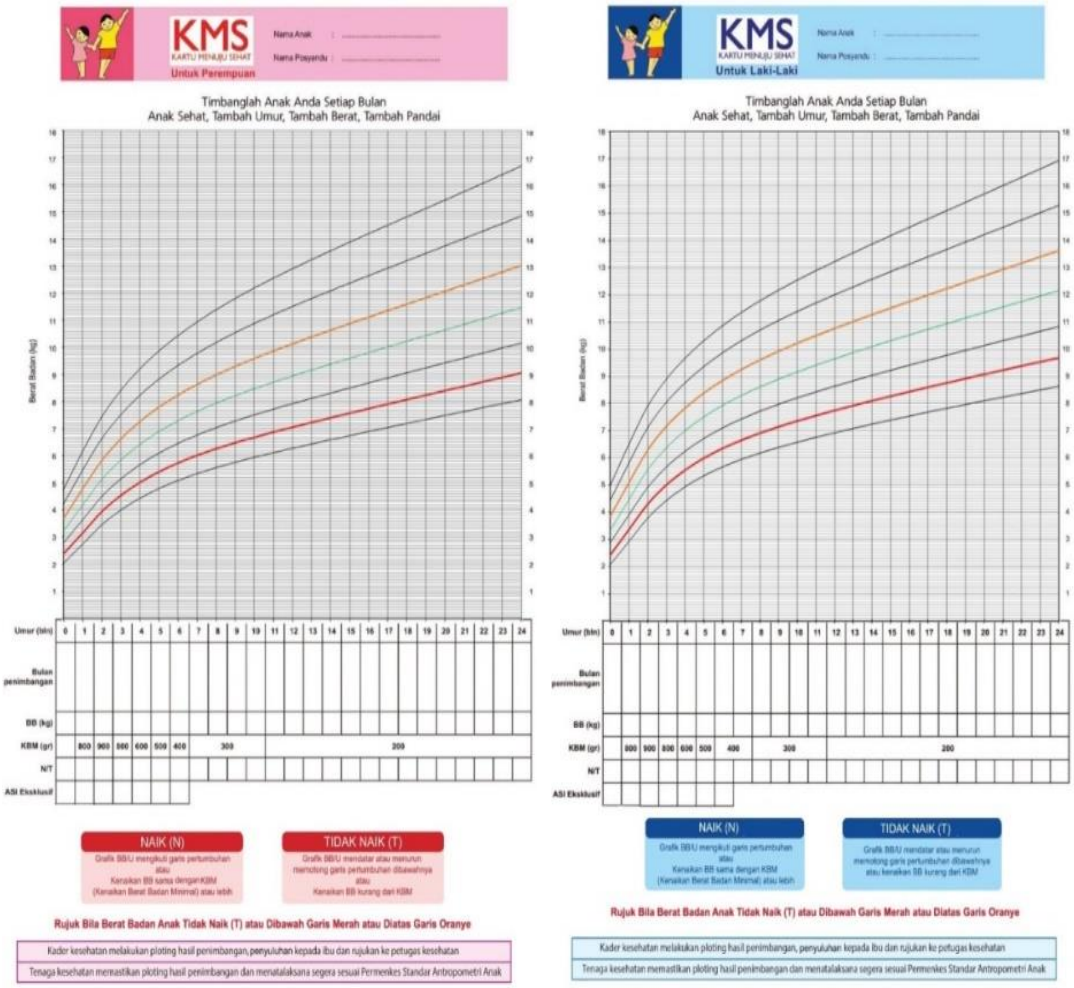
a. Antropometri

Menurut (Kementrian Kesehatan, 2020) Antropometri merupakan suatu cara atau metode yang digunakan untuk menilai ukuran, komposisi, dan proporsi tubuh manusia. Standart Antropometri anak didasarkan pada para meter berat dan tinggi badan, terdiri dari 4 indeks yaitu :

a. Berat Badan menurut Umur (BB/U);
b. Panjang/Tinggi Badan menurut Umur (PB/U atau TB/U);
c. Berat Badan menurut Panjang/Tinggi Badan (BB/PB atau BB/TB);
d. Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U)

Hasil pegukuran antropometri di dokumentasikan ke dalam buku KMS (Kartu Menuju Sehat). KMS merupakan kartu yang memuat kurva pertumbuhan normal balita berdasarkan jenis kelamin dan indeks antropometri berat badan menurut umur (BB/U). KMS memiliki fungsi sebagai alat pemantau pertumbuhan balita, media pencatatan pelayanan

kesehatan balita, dan sebagai alat edukasi. KMS balita untuk laki - laki dan perempuan dibedakan karena pertumbuhan yang berbeda, dari berat dan panjang lahir serta pola pertambahanya. KMS anak laki - laki bewarna biru dan perempuan



Gambar 2. 1 Lembar Dokumentasi Pemantauan Pertumbuhan Balita Usia 0 – 24 Bulan

berwarna merah muda(Direktorat Gizi Masyarakat Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Penilaian status gizi anak berpedoman pada standart defisiasi Z-scores pada KMS, yang dapat di klasifikasikan sebagai berikut :

Tabel 2. 1 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak

Klasifikasi	Kategori	Ambang Batas Antropometri
(BB/U) anak umur 0 – 60 bulan	BB Sangat Kurang (severely underweight)	< -3 SD
	BB Kurang (underweight)	-3 SD s.d < -2 SD
	BB Normal	-2 SD s.d +1 SD
	Risiko BB Lebih	> +1 SD
(PB/U) atau (TB/U) anak umur 0 – 60 bulan	Sangat pendek (severely stunted)	< -3 SD
	Pendek (stunted)	-3 Sd s.d < -2 SD
	Normal	-2 SD s.d +3 SD
	Tinggi	> +3 SD
BB/PB atau BB/TB anak umur 0 – 60 bulan	Gizi buruk (severely wasted)	< -3 SD
	Gizi kurang (wasted)	-3 SD s.d < -2 SD
	Gizi baik (normal)	-2 SD s.d +1 SD
	Berisiko gizi lebih (possible risk of overweight)	> +1 SD s.d +2SD
	Gizi lebih (overweight)	> +2 Sd s.d +3 SD
	Obesitas (obese)	> +3 SD
IMT/U anak umur >5 Tahun	Gizi buruk (severely thinness)	< -3 SD
	Gizi kurang (thinness)	-3 SD s.d < -2 SD
	Gizi baik (normal)	-2 SD s.d +1 SD
	Gizi lebih (overweight)	> +1 SD s.d +2 Sd
	Obesitas (obese)	> +2 SD

Tabel 2. 2 Standar Berat Badan menurut Umur (BB/U) Anak Laki-Laki Umur 0-60 Bulan

Umur (Bulan)	Berat Badan (Kg)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	+1 SD	+2 SD	+3 SD
0	2.1	2.5	2.9	3.3	3.9	4.4	5.0
1	2.9	3.4	3.9	4.5	5.1	5.8	6.6
2	3.8	4.3	4.9	5.6	6.3	7.1	8.0
3	4.4	5.0	5.7	6.4	7.2	8.0	9.0
4	4.9	5.6	6.2	7.0	7.8	8.7	9.7
5	5.3	6.0	6.7	7.5	8.4	9.3	10.4
6	5.7	6.4	7.1	7.9	8.8	9.8	10.9
7	5.9	6.7	7.4	8.3	9.2	10.3	11.4
8	6.2	6.9	7.7	8.6	9.6	10.7	11.9
9	6.4	7.1	8.0	8.9	9.9	11.0	12.3
10	6.6	7.4	8.2	9.2	10.2	11.4	12.7
11	6.8	7.6	8.4	9.4	10.5	11.7	13.0
12	6.9	7.7	8.6	9.6	10.8	12.0	13.3
13	7.1	7.9	8.8	9.9	11.0	12.3	13.7
14	7.2	8.1	9.0	10.1	11.3	12.6	14.0
15	7.4	8.3	9.2	10.3	11.5	12.8	14.3
16	7.5	8.4	9.4	10.5	11.7	13.1	14.6
17	7.7	8.6	9.6	10.7	12.0	13.4	14.9
18	7.8	8.8	9.8	10.9	12.2	13.7	15.3
19	8.0	8.9	10.0	11.1	12.5	13.9	15.6
20	8.1	9.1	10.1	11.3	12.7	14.2	15.9
21	8.2	9.2	10.3	11.5	12.9	14.5	16.2
22	8.4	9.4	10.5	11.8	13.2	14.7	16.5
23	8.5	9.5	10.7	12.0	13.4	15.0	16.8
24	8.6	9.7	10.8	12.2	13.6	15.3	17.1
25	8.8	9.8	11.0	12.4	13.9	15.5	17.5
26	8.9	10.0	11.2	12.5	14.1	15.8	17.8
27	9.0	10.1	11.3	12.7	14.3	16.1	18.1
28	9.1	10.2	11.5	12.9	14.5	16.3	18.4
29	9.2	10.4	11.7	13.1	14.8	16.6	18.7
30	9.4	10.5	11.8	13.3	15.0	16.9	19.0
31	9.5	10.7	12.0	13.5	15.2	17.1	19.3
32	9.6	10.8	12.1	13.7	15.4	17.4	19.6
33	9.7	10.9	12.3	13.8	15.6	17.6	19.9
34	9.8	11.0	12.4	14.0	15.8	17.8	20.2
35	9.9	11.2	12.6	14.2	16.0	18.1	20.4
36	10.0	11.3	12.7	14.3	16.2	18.3	20.7
37	10.1	11.4	12.9	14.5	16.4	18.6	21.0
38	10.2	11.5	13.0	14.7	16.6	18.8	21.3

Umur (Bulan)	Berat Badan (Kg)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	+1 SD	+2 SD	+3 SD
39	10.3	11.6	13.1	14.8	16.8	19.0	21.6
40	10.4	11.8	13.3	15.0	17.0	19.3	21.9
41	10.5	11.9	13.4	15.2	17.2	19.5	22.1
42	10.6	12.0	13.6	15.3	17.4	19.7	22.4
43	10.7	12.1	13.7	15.5	17.6	20.0	22.7
44	10.8	12.2	13.8	15.7	17.8	20.2	23.0
45	10.9	12.4	14.0	15.8	18.0	20.5	23.3
46	11.0	12.5	14.1	16.0	18.2	20.7	23.6
47	11.1	12.6	14.3	16.2	18.4	20.9	23.9
48	11.2	12.7	14.4	16.3	18.6	21.2	24.2
49	11.3	12.8	14.5	16.5	18.8	21.4	24.5
50	11.4	12.9	14.7	16.7	19.0	21.7	24.8
51	11.5	13.1	14.8	16.8	19.2	21.9	25.1
52	11.6	13.2	15.0	17.0	19.4	22.2	25.4
53	11.7	13.3	15.1	17.2	19.6	22.4	25.7
54	11.8	13.4	15.2	17.3	19.8	22.7	26.0
55	11.9	13.5	15.4	17.5	20.0	22.9	26.3
56	12.0	13.6	15.5	17.7	20.2	23.2	26.6
57	12.1	13.7	15.6	17.8	20.4	23.4	26.9
58	12.2	13.8	15.8	18.0	20.6	23.7	27.2
59	12.3	14.0	15.9	18.2	20.8	23.9	27.6
60	12.4	14.1	16.0	18.3	21.0	24.2	27.9

Tabel 2. 3 Standar Panjang Badan menurut Umur (PB/U) Anak Laki-Laki Umur 0-24 Bulan

Umur (Bulan)	Panjang Badan (Cm)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	+1 SD	+2 SD	+3 SD
0	44.2	46.1	48.0	49.9	51.8	53.7	55.6
1	48.9	50.8	52.8	54.7	56.7	58.6	60.6
2	52.4	54.4	56.4	58.4	60.4	62.4	64.4
3	55.3	57.3	59.4	61.4	63.5	65.5	67.6
4	57.6	59.7	61.8	63.9	66.0	68.0	70.1
5	59.6	61.7	63.8	65.9	68.0	70.1	72.2
6	61.2	63.3	65.5	67.9	69.8	71.9	74.0
7	62.7	64.8	67.0	69.6	71.3	73.5	75.7
8	64.0	66.2	68.4	70.6	72.8	75.0	77.2
9	65.2	67.5	69.7	72.0	74.2	76.5	78.7
10	66.4	68.7	71.0	73.3	75.6	77.9	80.1
11	67.6	69.9	72.2	74.5	76.9	79.2	81.5
12	68.6	71.0	73.4	75.7	78.1	80.5	62.9

Umur (Bulan)	Panjang Badan (Cm)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	+1 SD	+2 SD	+3 SD
13	69.6	72.1	74.3	76.9	79.3	81.8	84.2
14	70.6	73.1	75.7	78.0	80.5	83.0	85.5
15	71.6	74.1	76.6	79.1	81.7	84.2	86.7
16	72.5	75.0	77.6	80.2	82.8	85.4	88.0
17	73.3	76.0	78.6	81.2	83.9	86.5	89.2
18	74.2	76.9	79.6	82.3	85.0	87.7	90.4
19	75.0	77.7	80.5	83.2	86.0	88.8	91.5
20	75.8	78.6	81.4	84.2	87.0	89.8	92.6
21	76.5	79.4	82.3	85.1	88.0	90.9	93.8
22	77.2	80.2	83.1	86.0	89.0	91.9	94.9
23	78.0	81.0	83.9	86.9	89.9	92.9	95.9
24*	78.7	81.7	84.8	87.8	99.9	93.9	97.0

Tabel 2. 4 Standar Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) Anak Laki-Laki Umur 24-60 Bulan

Umur (Bulan)	Tinggi Badan (Cm)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	+1 SD	+2 SD	+3 SD
24*	78.0	81.0	84.1	87.1	90.2	93.2	96.3
25	78.6	81.7	84.8	88.0	91.1	94.2	97.3
26	79.3	82.5	85.6	88.8	92.0	95.2	98.3
27	79.9	83.1	86.4	89.6	92.9	96.1	99.3
28	80.5	83.8	87.1	90.4	93.7	97.0	100.3
29	81.1	84.5	87.8	91.2	94.5	97.9	101.2
30	81.7	85.1	88.5	91.9	95.3	98.7	102.1
31	82.3	85.7	89.2	92.7	96.1	99.6	103.0
32	82.8	86.4	89.9	93.4	96.9	104	103.9
33	83.4	86.9	90.5	94.1	97.6	101.2	104.8
34	83.9	87.5	91.1	94.8	98.4	102.0	105.6
35	84.4	88.1	91.8	95.4	99.1	102.7	106.4
36	85.0	88.7	92.4	96.1	99.8	103.5	107.2
37	85.5	89.2	93.0	96.7	100.5	104.2	108.0
38	86.0	89.8	93.6	97.4	101.2	105.0	108.8
39	86.5	90.3	94.2	98.0	101.8	105.7	109.5
40	87.0	90.9	94.7	98.6	102.5	106.4	110.3
41	87.5	91.4	95.3	99.2	103.2	107.1	111.0
42	88.0	91.9	95.9	99.9	103.8	107.8	111.7
43	88.4	92.4	96.4	100.4	104.5	108.5	112.5
44	88.9	93.0	97.0	101.0	105.1	109.1	113.2
45	89.4	93.5	97.5	101.6	105.7	109.8	113.9
46	89.8	94.0	98.1	102.2	106.3	110.4	114.6

Umur (Bulan)	Tinggi Badan (Cm)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	+1 SD	+2 SD	+3 SD
47	90.3	94.4	98.6	102.8	106.9	111.1	115.2
48	90.7	94.9	99.1	103.3	107.5	111.7	115.9
49	91.2	95.4	99.7	103.9	108.1	112.4	116.6
50	91.6	95.9	100.2	104.4	108.7	113.0	117.3
51	92.1	96.4	100.7	105.0	109.3	113.6	117.9
52	92.5	96.9	101.2	105.6	109.9	114.2	118.6
53	93.0	97.4	101.7	106.1	110.5	114.9	119.2
54	93.4	97.8	102.3	106.7	111.1	115.5	119.9
55	93.9	98.3	102.8	107.2	111.7	116.1	120.6
56	94.3	98.8	103.3	107.8	112.3	116.7	121.2
57	94.7	99.3	103.8	108.3	112.8	117.4	121.9
58	95.2	99.7	104.3	108.9	113.4	118.0	122.6
59	95.6	100.2	104.8	109.4	114.0	118.6	123.2
60	96.1	100.7	105.3	110.0	114.6	119.2	123.9

Tabel 2. 5 Standar Berat Badan menurut Umur (BB/U) Anak Perempuan Umur 0-60 Bulan

Umur (Bulan)	Berat Badan (Kg)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	+1 SD	+2 SD	+3 SD
0	2.0	2.4	2.8	3.2	3.7	4.2	4.8
1	2.7	3.2	3.6	4.2	4.8	5.5	6.2
2	3.4	3.9	4.5	5.1	5.8	6.6	7.5
3	4.0	4.5	5.2	5.8	6.6	7.5	8.5
4	4.4	5.0	5.7	6.4	7.3	82	9.3
5	4.8	5.4	6.1	6.9	7.8	8.8	10.0
6	5.1	5.7	6.5	7.3	8.2	9.3	10.6
7	5.3	6.0	6.8	7.6	8.6	9.8	11.1
8	5.6	6.3	7.0	7.9	9.0	10.2	11.6
9	5.8	6.5	7.3	8.2	9.3	10.5	12.0
10	5.9	6.7	7.5	8.5	9.6.	10.9	12.4
11	6.1	6.9	7.7	8.7	9.9	11.2	12.8
12	6.3	7.0	7.9	8.9	10.1	11.5	13.1
13	6.4	7.2	8.1	9.2	10.4	11.8	13.5
14	6.6	7.4	8.3	9.4	10.6	12.1	13.8
15	6.7	7.6	8.5	9.6	10.9	12.4	14.1
16	6.9	7.7	8.7	9.8	11.1	12.6	14.5
17	7.0	7.9	8.9	10.0	11.4	12.9	14.8
18	7.2	8.1	9.1	10.2	11.6	13.2	15.1
19	7.3	8.2	9.2	10.4	11.8	13.5	15.4
20	7.5	8.4	9.4	106	12.1	13.7	15.7

Umur (Bulan)	Berat Badan (Kg)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	+1 SD	+2 SD	+3 SD
21	7.6	8.6	9.6	10.9	12.3	14.0	16.0
22	7.8	8.7	9.8	11.1	12.5	14.3	16.4
23	7.9	8.9	10.0	11.3	12.8	14.6	16.7
24	8.1	9.0	10.2	11.5	13.0	14.8	17.0
25	8.2	9.2	10.3	11.7	13.3	15.1	17.3
26	8.4	9.4	10.5	11.9	13.5	15.4	17.7
27	8.5	9.5	10.7	12.1	13.7	15.7	18.0
28	8.6	9.7	10.9	12.3	14.0	16.0	18.3
29	8.8	9.8	11.1	12.5	14.2	16.2	18.7
30	8.9	10.0	11.2	12.7	14.4	16.5	19.0
31	9.0	10.1	11.4	12.9	14.7	16.8	19.3
32	9.1	10.3	11.6	13.1	14.9	17.1	19.6
33	9.3	10.4	11.7	13.3	15.1	17.3	20.0
34	9.4	10.5	11.9	13.5	15.4	17.6	20.3
35	9.5	10.7	12.0	13.7	15.6	17.9	20.6
36	9.6	10.8	12.2	13.9	15.8	18.1	20.9
37	9.7	10.9	12.4	14.0	16.0	18.4	21.3
38	9.8	11.1	12.5	14.2	16.3	18.7	21.6
39	9.9	11.2	12.7	14.4	16.5	19.0	22.0
40	10.1	11.3	12.8	14.6	16.7	19.2	22.3
41	10.2	11.5	13.0	14.8	16.9	19.5	22.7
42	10.3	11.6	13.1	15.0	17.2	19.8	23.0
43	10.4	11.7	13.3	15.2	17.4	20.1	23.4
44	10.5	11.8	13.4	15.3	17.6	20.4	23.7
45	10.6	12.0	13.6	15.5	17.8	20.7	24.1
46	10.7	12.1	13.7	15.7	18.1	20.9	24.5
47	10.8	12.2	13.9	15.9	18.3	21.2	24.8
48	10.9	12.3	14.0	16.1	18.5	21.5.	25.2
49	11.0	12.4	14.2	16.3	18.8	21.8	25.5
50	11.1	12.6	14.3	16.4	19.0	22.1	25.9
51	11.2	12.7	14.5	16.6	19.2	22.4	26.3
52	11.3	12.8	14.6	16.8	19.4	22.6	26.6
53	11.4	12.9	14.8	17.0	19.6	22.9	27.0
54	11.5	13.0	14.9	17.2	19.9	23.2	27.4
55	11.6	13.2	15.1	17.3	20.1	23.5	27.7
56	11.7	13.3	15.2	17.5	20.3	23.8	28.1
57	11.8	13.4	15.3	17.7	20.6	24.1	28.5
58	11.9	13.5	15.5	17.9	20.8	24.4	28.8
59	12.0	13.6	15.6	18.0	21.0	24.6	29.2
60	12.1	13.7	15.8	18.2	21.2	24.9	29.5

Tabel 2. 6 Standar Panjang Badan menurut Umur (PB/U) Anak Perempuan Umur 0-24 Bulan

Umur (Bulan)	Panjang Badan (Cm)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	+1 SD	+2 SD	+3 SD
0	43.6	45.4	47.3	49.1	51.0	52.9	54.9
1	47.8	49.8	51.7	53.7	55.6	57.6	59.5
2	51.0	53.0	55.0	57.1	59.1	61.1	63.2
3	53.5	55.6	57.7	59.8	61.9	54.0	66.1
4	55.6	57.8	59.9	62.1	64.3	66.4	68.6
5	57.4	59.6	61.8	64.0	66.2	68.5	70.7
6	58.9	61.2	63.5	65.7	68.0	70.3	72.5
7	60.3	62.7	65.0	67.3	69.6	71.9	74.2
8	61.7	64.0	66.4	68.7	71.1	73.5	75.8
9	62.9	65.3	67.7	70.1	72.6	75.0	77.4
10	64.1	66.5	69.0	71.5	73.9	76.4	78.9
11	65.2	67.7	70.3	72.8	75.3	77.8	80.3
12	66.3	68.9	71.4	74.0	76.6	79.2	81.7
13	67.3	70.0	72.6	75.2	77.8	80.5	83.1
14	68.3	71.0	73.7	76.4	79.1	81.7	84.4
15	69.3	72.0	74.8	77.5	80.2	83.0	85.7
16	70.2	73.0	75.8	78.6	81.4	84.2	87.0
17	71.1	74.0	76.8	79.7	82.5	85.4	88.2
18	72.0	74.9	77.8	80.7	83.6	86.5	89.4
19	72.8	75.8	78.8	81.7	84.7	87.6	90.6
20	73.7	76.7	79.7	82.7	85.7	88.7	91.7
21	74.5	77.5	80.6	83.7	86.7	89.8	92.9
22	75.2	78.4	81.5	84.6	87.7	90.8	94.0
23	76.0	79.2	82.3	85.5	88.7	91.9	95.0
24*	76.7	80.0	83.2	86.4	89.6	92.9	96.1

Tabel 2. 7 Standar Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) Anak Perempuan Umur 24-60 Bulan

Umur (Bulan)	Tinggi Badan (Cm)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	+1 SD	+2 SD	+3 SD
24*	76.0	79.3	82.5	85.7	88.9	92.2	95.4
25	76.8	80.0	83.3	86.6	89.9	93.1	96.4
26	77.5	80.8	84.1	87.4	90.8	94.1	97.4
27	78.1	81.5	84.9	88.3	9.7	95.0	98.4
28	78.8	82.2	85.7	89.1	92.5	96.0	99.4
29	79.5	83.9	86.4	89.9	93.4	96.9	100.3
30	80.1	83.6	87.1	90.7	94.2	97.7	101.3
31	80.7	84.3	87.9	91.4	95.0	98.6	102.2

Umur (Bulan)	Tinggi Badan (Cm)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	+1 SD	+2 SD	+3 SD
32	81.3	84.9	88.6	92.2	95.8	99.4	103.1
33	81.9	85.6	89.3	92.9	96.6	100.3	103.9
34	82.5	86.2	89.9	93.6	97.4	101.1	104.8
35	83.1	86.8	90.6	94.4	98.1	101.9	105.6
36	83.6	87.4	91.2	95.1	98.9	102.7	106.5
37	84.2	88.0	91.9	95.7	99.6	103.4	107.3
38	84.7	88.6	92.5	96.4	100.3	104.2	108.1
39	85.3	89.2	93.1	97.11	101.0	105.0	108.9
40	85.8	89.8	93.8	97.7	101.7	105.7	109.7
41	86.3	90.4	94.4	98.4	102.4	106.4	110.5
42	86.8	90.9	59.0	99.0	103.1	107.2	111.2
43	87.4	91.5	95.6	99.7	103.8	107.9	112.0
44	87.9	92.0	96.2	100.3	104.5	108.6	112.7
45	88.4	92.5	96.7	100.9	105.1	109.3	113.5
46	88.9	93.2	97.3	104.5	105.8	110.0	114.2
47	89.3	93.6	97.9	102.1	106.4	110.7	114.9
48	89.8	94.1	98.4	102.7	107.0	111.3	115.7
49	90.3	94.6	99.0	103.3	107.7	112.0	116.4
50	90.7	95.1	99.5	103.9	108.3	112.7	117.1
51	91.2	95.6	100.1	104.5	108.9	113.3	117.7
52	91.7	96.1	100.6	105.0	109.5	114.0	118.4
53	92.1	96.6	101.1	105.6	110.1	114.6	119.1
54	92.6	97.1	101.6	106.2	110.7	115.2	119.8
55	93.0	97.6	102.2	106.7	111.3	115.9	120.4
56	93.4	98.1	102.7	107.3	111.9	116.5	121.1
57	93.9	98.5	103.2	107.8	112.5	117.1	121.8
58	94.3	99.0	103.7	108.4	113.0	117.7	122.4
59	94.7	99.5	104.2	108.9	113.6	118.3	123.1
60	95.2	99.9	104.7	109.4	114.2	118.9	123.7

b. Klinis

Penilaian pada metode ini dengan melihat adanya perubahan yang terjadi akinat ketidakcukupan zat gizi, dapat dilihat dari keadaan kulit, mata, rambut, dan mukosa oral. penilaian ini bertujuan untuk mendeteksi secara cepat adanya tanda - tanda kekurangan atau kelebihan zat gizi.

c. Biokimia

Penilaian dengan melakukan pemeriksaan laboratorium seperti pemeriksaan darah, urine, tinja, hati dan otot. penilaian bertujuan untuk peringatan adanya kemungkinan akan terjadinya keadaan malnutrisi yang lebih parah.

d. Biofisik

Penilaian dengan melihat kemampuan fungsi dan perubahan struktur jaringan. Penilaian ini umunya di gunkan pada keaada tertentu seperti buta senja epidemik.

b) Penilaian Status Gizi Secara Tidak Langsung

Penilaian dengan cara melihat jenis dan jumlah zat gisi yang di konsumsi. Hal ini dapat memberikan gambaran tentang konsumsi zat gizi pada masyarakat, keluarga, dan individu, serta dapat mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan zat gizi (Nadya, 2019).