

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Malnutrisi**

Malnutrisi adalah kondisi di mana tubuh seseorang mengalami ketidakseimbangan dalam asupan energi, protein, dan mikronutrien, yang mengakibatkan dampak negatif yang dapat diamati pada struktur tubuh (termasuk bentuk, ukuran, dan komposisi), fungsi tubuh, serta hasil klinis (Younis dkk., 2015). Menurut definisi dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), malnutrisi terjadi ketika terdapat ketidakseimbangan antara asupan nutrisi dan energi dengan kebutuhan tubuh untuk pertumbuhan, pemeliharaan, dan fungsi kesehatan tertentu. Malnutrisi juga dapat disebabkan oleh pola makan yang tidak seimbang atau tidak mencukupi, serta kondisi medis yang memengaruhi pencernaan dan penyerapan nutrisi dari makanan (Triawanti. dkk., 2018).

Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2022, tingkat malnutrisi di Indonesia masih cukup tinggi, terutama dalam kategori kekurangan gizi. Jenis-jenis kekurangan gizi ini terbagi menjadi tiga, yaitu *underweight* (berat badan rendah sesuai dengan usia), *stunting* (tinggi badan rendah sesuai dengan usia), dan *wasting* (berat badan rendah sesuai dengan tinggi badan). Secara singkat, dampak jangka pendek dari malnutrisi adalah pertumbuhan terhambat, penurunan berat badan, dan penurunan daya tahan tubuh. Di sisi lain, dampak jangka panjang melibatkan gangguan perkembangan fisik dan mental anak, penurunan kemampuan belajar, berkomunikasi, daya ingat, berbahasa, serta kemampuan dalam menyelesaikan masalah (NesaPriya dan Premraj, 2017). Pencegahan malnutrisi yang berfokus pada pertumbuhan dan perkembangan anak dapat dilakukan dengan memberikan nutrisi yang memadai selama periode 1000 hari pertama kehidupan (1000 HPK). Periode ini dianggap kritis karena awal dari masalah malnutrisi yang berpotensi berdampak jangka panjang dan dapat berulang dalam siklus kehidupan (Rahayu dkk., 2018).