
HERIDITAS DAN GIZI MEMPENGARUHI PERKEMBANGAN MANUSIA DALAM PANDANGAN ISLAM

M. Dwi Rahman Sahbana

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia

Article Info

Article history:

Received May 10th, 201x

Revised Sept 10th, 201x

Accepted Oct 12th, 201x

Keyword:

Internal Factors Heridity

Nutrition

Influence

Human Development

ABSTRACT

The purpose of this research is to analyze the factors that influence human development. The author conducts research using literature study whose subject is literary literature. The results of the research conducted by the author, namely, internal factors play an important role and certainly influence human development. In this study, there are two components of factors that influence this development, namely heredity and nutrition. With these two components, the author analyzes the internal factors that influence human development. The first results of this research are that heredity can simply be said to be genetic inheritance, both physically and in terms of its characteristics, therefore heredity cannot be denied as a determinant in the formation of human personality and human development. Children are born with certain talents, these talents can be likened to seeds of ability or seeds of possibility contained in the child which are inborn. And if given education or support for these talents, it will affect the development of each individual. Second, the assessment of the nutritional status of toddlers can be measured based on anthropometric measurements consisting of the variables age, weight (BB) and height (TB). According to UNICEF, there are three causes of malnutrition in children, namely direct causes, indirect causes and underlying causes. Inadequate nutrition also has an impact on brain development and intellectual capacity during a critical period of growth which causes a decrease in intelligence. If inadequate intake of nutrients continues and gets worse, it can cause death in children.

Copyright © 2018, AL-USWAH.

All rights reserved.

Corresponding Author:

Nama Penulis

M. Dwi Rahman Sahbana

Email: dwirahman271199@gmail.com

PENDAHULUAN

Ilmu psikologi perkembangan termasuk bidang kajian yang melibatkan banyak pihak untuk mempelajarinya, yaitu dengan memahaminya perkembangan individu dan mengetahui fase-fase dalam dunia pendidikan misalnya. Maka dapat disusun kurikulum, materi, metode, sarana dan alat-alat yang sesuai dengan situasi dan kondisi peserta didik yang ada. Bagi orang tua dengan mengetahui pertumbuhan dan perkembangan anak mampu memberikan berbagai model pelayanan pada anak secara psikologis sampai usia dewasa, sehingga setiap individu diharapkan bisa menjalani tugas perkembangan dengan baik dalam setiap tahapannya sekaligus beradaptasi dengan lingkungan masing-masing dengan baik pula.¹

Sebagai suatu disiplin ilmu, psikologi perkembangan merupakan sekumpulan ide-ide dan konsep-konsep intelektual yang tersusun dan diperkuat melalui penelitian. Dengan kata lain psikologi perkembangan bertumpu pada gagasan-gagasan dialogis dengan pengalaman empiris yang terdiri atas fakta atau informasi untuk diolah menjadi teori yang valid sebagai tempat berpijaknya suatu ilmu pengetahuan yang ilmiah. Dengan demikian, psikologi perkembangan membahas tentang perkembangan

dan pertumbuhan individu sepanjang hayat *life span*.²

Dalam pandangan Islam, perkembangan manusia haruslah dipandang sebagai satu kesatuan yang utuh dan saling memiliki keterikatan. Ini mengandung arti bahwa setiap perkembangan baik itu perkembangan fisik, mental, sosial, emosional tidak dapat dipisahkan dan memiliki hubungan yang kuat. Terdapat beberapa ayat Al-Qur'an yang menunjukkan tahapan perkembangan manusia, dimana dalam ayat tersebut tidak hanya menyebutkan perkembangan mental, akan tetapi juga menyebutkan perkembangan fisik yaitu terdapat dalam Q.S. Annisa' ayat 6.

Dengan demikian melalui penjabaran di atas penulis tertarik untuk meneliti salah satu bagian yang mempengaruhi perkembangan manusia yaitu faktor internal apa saja yang mempengaruhi dalam perkembangan manusia dari mulai fase bayi sampai fase dewasa, dengan fokus penelitian yaitu pada perkembangan hereditas dan gizi pada manusia.

METODE

Metode penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan *library research* (studi pustaka), yaitu penelitian yang

¹ Anita Novianty and Evans Garey, 'Memahami Makna Religiusitas/Spiritualitas Pada Individu Dewasa Muda Melalui Photovoice', *Jurnal Psikologi Integratif*, 8.2 (2020), 61–79.

² Triana Rosalina Noor, 'Religiositas Lansia Muslim Di UPTD Griya Werdha Surabaya', *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 6.1 (2021), 1–22.

subjeknya berupa literatur kepustakaan. Sumber data berangkat dari dokumentasi yang berasal dari buku dan jurnal ilmiah yang membahas faktor internal (hereditas dan gizi) mempengaruhi perkembangan manusia.³ Peneliti mengumpulkan buku-buku yang diperlukan kemudian dipelajari, Selanjutnya peneliti mengutip berbagai teori dan pendapat yang berhubungan dengan masalah yang diteliti. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah teknik dokumentasi yaitu pengumpulan data dengan cara memilih data yang berkorelasi dengan judul penelitian. Metode dokumentasi pada penelitian ini dengan cara mengumpulkan data, menganalisis data sesuai dengan teori untuk memperoleh kesimpulan.⁴

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hakikat Perkembangan Manusia

Pada hakikatnya, perkembangan (development) itu sendiri adalah pola perubahan yang dimulai sejak pembuahan, yang berlanjut sepanjang rentang hidup.⁵ Maksudnya ialah perkembangan merupakan proses yang melibatkan pertumbuhan sejak pada tahap pembuahan sampai akhir kehidupan. Walaupun dalam penggunaannya, istilah perkembangan dan pertumbuhan itu digunakan

untuk sesuatu yang berbeda, akan tetapi perlu digaris bawahi bahwa perkembangan dan pertumbuhan merupakan dua komponen yang dapat dipisahkan namun pada hakikatnya keduanya tidak bisa berdiri sendiri.⁶

Hal tersebut dikarenakan pertumbuhan itu berkaitan dengan perubahan yang bersifat kuantitatif, yaitu terjadinya peningkatan ukuran fisik dan struktur. Sementara itu perkembangan berkaitan erat dengan perubahan yang bersifat kualitatif sekaligus kuantitatif. Perubahan kualitatif dan kuantitatif ini merupakan proses yang sifatnya progresif, teratur dan koheren. Progresif itu ditandai dengan perubahan yang terarah dan membimbing ke arah yang lebih maju, sedangkan teratur dan koheren merupakan bukti yang menunjukkan adanya hubungan yang nyata antara perubahan yang terjadi baik itu yang telah lalu atau yang sedang dijalani.⁷ Artinya bahwa, dengan bertambahnya a seseorang sangat mempengaruhi terhadap perubahan dalam tahapan perkembangan berikutnya.

Selain itu, perkembangan adalah perubahan-perubahan yang dialami oleh individu atau organisme menuju tingkat kedewasaannya atau kematangannya (maturation) yang berlangsung secara sistematis,

³Mustika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan* (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor, 2014).

⁴I Wayan Suwendra, *Metodologi Penelitian Kualitatif Dalam Ilmu Sosial, Pendidikan, Kebudayaan Dan Keagamaan* (Nilacakra, 2018).

⁵John W. Santrock, *Perkembangan Anak* (Jakarta: erlangga, 2007).

⁶Imam Hanafi, 'Perkembangan Manusia Dalam Tinjauan Psikologi Dan Al-Quran', *IQ (Ilmu Al-Qur'an): Jurnal Pendidikan Islam*, 1.01 (2018), 84–99.

⁷Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan: Perkembangan Peserta Didik* (Bandung: Pustaka Setia, 2008).

progresif, dan berkesinambungan.⁸ Sistematis dalam hal ini memiliki pengertian bahwa, setiap perubahan dan perkembangan itu bersifat saling ketergantungan antara yang satu dengan yang lain baik itu fisik maupun psikis.

Progresif berarti bahwa perubahan yang terjadi bersifat maju, meningkat, dan mendalam (meluas). Berkesinambungan memiliki arti bahwa pada suatu bagian atau fungsi organisme itu berlangsung secara beraturan dan berurutan, atau dengan kata lain perkembangan yang terjadi tidak terjadi secara kebetulan dan tentunya terstruktur. Periode perkembangan manusia memiliki tujuan untuk mengelompokkan dan memudahkan dalam memahami hakikat perkembangan itu sendiri. Perkembangan manusia secara umum digambarkan dalam periode atau tahapan-tahapan, dimana periode atau tahapan yang dimaksud sudah banyak dikenal oleh masyarakat luas. Adapun periode atau tahapan tersebut diantaranya periode prakelahiran, masa bayi, masa kanak-kanak awal, masa kanak-kanak tengah, masa remaja dan masa dewasa.⁹

B. Faktor Heriditas

1. Pengertian Heriditas

Manusia terlahir ke dunia dengan membawa berbagai kepribadian yang berbeda-beda

antara satu dengan yang lainnya. Pada dasarnya, pembawaan manusia secara etnis itu adalah sama, tetapi sifat-sifat yang dimiliki masing-masing individu sangat bervariasi pada saat konsepsi menerima warisan genetik (heriditas) dari kedua orang tuanya yang akan memberikan potensi bagi perkembangan dan tingkah lakunya.¹⁰ Heriditas merupakan salah satu yang menjadi dasar perbedaan antar individu. Oleh karenanya, heriditas adalah warisan karakteristik manusia dari orang tuanya atau yang lebih akrab dikenal dengan keturunan gen yang terjadi melalui proses genetis.¹¹ Secara sederhana bisa dikatakan bahwa heriditas itu suatu kecenderungan alami untuk meniru ataupun mengikuti sumber mulanya dalam komposisi psikologi ataupun fisiknya.

Heriditas itu sesuai dengan hukum Mendel, yakni hal yang dibawa anak sejak dari rahim, sebagian dari orang tuanya dan selebihnya dari kakek ataupun nenek moyangnya dari kedua belah pihak (ayah dan ibu). Oleh karena itu, dari berbagai

⁸Syamsul Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja* (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2011).

⁹Noer Rohmah, *Psikologi Pendidikan* (Yogyakarta: Teras, 2012).

¹⁰ Muhammad Fathurrohman, 'Pembawaan, Keturunan, Dan Lingkungan Dalam Perspektif Islam', *Kabilah*, 1.2 (2016), 8.

¹¹ John W. Santrock, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2008).

pengertian yang telah dijabarkan, maka hal yang cukup mudah untuk dipahami tentang heriditas adalah pewarisan, bawaan, ataupun keturunan.

2. Prinsip-Prinsip Heriditas

Ki RBS. Fudyartanto (2002) mengatakan bahwa prinsip-prinsip heriditas itu terdapat paling tidak ada empat prinsip, yaitu sebagai berikut:¹²

a. Prinsip Reproduksi

Menurut prinsip ini, heriditas yang diturunkan kepada anak oleh orang tuanya berbeda satu dengan yang lainnya. Dengan demikian, orang tua dengan anak memiliki ciri-ciri yang berbeda. Contohnya, kepandaian anak berbeda dengan kepandaian kedua orang tuanya. Kepandaian yang diperoleh si anak berasal dari belajar bukan dari sel benih yang diturunkan oleh kedua orang tuanya.

b. Prinsip Konformitas

Prinsip ini tenta²³ etiap golongan (spesies) atau jenis akan menghasilkan jenisnya sendiri bukan jenis yang lain. Misalnya spesies manusia tentunya akan menghasilkan dengan spesies manusia, bukan yang lain. Jikalau lebih diperhatikan lagi, jenis dari keturunan yang dihasilkan, setiap anggota jenis mengikuti pola

umum sesuai jenis masing-masing. Sering terjadi persamaan antara keturunan dan orang tuanya, namun hal itu tidak mungkin persis. Tegasnya, anak dan orang tua bisa saja mempunyai persamaan-persamaan, namun tetap diantara anak dan orang tua mempunyai perbedaan. Pada prinsip ini, dititik tertentu dalam satu jenis mempunyai persamaan-persamaan yang besar dan mencolok.

c. Prinsip Variasi

Prinsip variasi memberikan landasan berpikir bahwa sel-sel benih berisi banyak determinan yang mempunyai mekanisme percampuran atau perpaduan sehingga menghasilkan perbedaan-perbedaan individual. Oleh sebab itu, dapat dipahami anak sebagai keturunan dari orang tuanya ataupun kakek dan nenek moyangnya. Namun, ada pula anak yang tidak menyerupai orang tuanya. Variasi yang terjadi pada anak tersebut umumnya lebih tampak dari orang tua yang terdekat, contohnya dari ayah atau ibunya dibandingkan dengan kakek atau nenek moyangnya.

d. Prinsip Regresi Filial

¹² Dalyono, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: Rineka Cipta, 2001).

Prinsip ini merupakan sifat-sifat dari orang tuanya akan menghasilkan keturunan dengan kecenderungan pada sifat rata-rata orang pada umumnya. Artinya, pada prinsip ini menurunkan sifat-sifat kejiwaan dari orang tua akan diwarisi anaknya, namun cenderung mempunyai kualitas sama dengan sifat-sifat kejiwaan orang pada umumnya.

3. Heriditas Dalam Pembentukan Kepribadian Manusia

Sebagaimana hal yang diketahui, bahwa Islam tentunya memperhatikan faktor heriditas (al-warisah) dalam pembentukan kepribadian manusia dan tentunya akan mengarahkan kepada hal-hal yang bersifat positif.¹³ Seperti Allah melebihkan keturunan Nabi Ibrahim dan keturunan Imran di muka bumi, karena heriditas yang baik cenderung meniru dari generasi kegenerasi (Q.S. Ali Imran [3]: 34). Kemudian, adanya pemilihan isteri sebelum menikahinya, memberikan adanya indikasi yang halus bahwa faktor heriditas ini memiliki pengaruh yang signifikan. Tentu saja dalam

pemilihan jodoh bukan sekedar mempertimbangkan sisi kecantikan wanita, tetapi juga mempertimbangkan heriditas dan kualitas agamanya sehingga nantinya bisa mendapatkan keturunan ataupun anak yang tidak cacat mental ataupun fisiknya (Q.S. al-Baqarah [2]: 221).

Dari uraian tersebut, tentunya kita akan teringat tentang pepatah yang sering didengar bahwa buah tidak akan jatuh jauh dari pohonnya, artinya anak akan memiliki fisik dan sifat yang hampir sama dengan orang tuanya. Oleh karena itu, heriditas tentunya sangat berperan penting dalam pembentukan kepribadian manusia itu sendiri.

Islam juga memberikan indikasi yang cukup kuat bahwa faktor heriditas akan diwarisi oleh keturunannya. Ilmu yang membahas tentang heriditas telah menetapkan bahwa anak akan mewarisi sifat orang tuanya (ayah dan ibu), baik moral maupun intelektual, sejak masa kelahirannya. Akan tetapi, tidak dapat pula dipungkiri bahwa tidak selamanya faktor berjalan secara otomatis, karena dengan adanya kehendak bebas manusia maka

¹³ Maragustam, *Filsafat Pendidikan Islam Menuju Pembentukan Karakter Menghadapi Arus Global* (Yogyakarta: Kurnia Kalam Semesta, 2016).

akan mampu mengalahkan pengaruh faktor heriditas. Seperti anak Nabi Nuh, yang bernama Kan'an, ia kafir terhadap risalah ayahnya sendiri, sekalipun Nabi Nuh adalah manusia pilihan Allah Swt dan menjadi rasulnya (QS.Hud: 43 dan 46).

4. Bakat Dan Pembawaan

Anak dilahirkan dengan membawa bakat-bakat tertentu. Bakat ini dapat diumpamakan sebagai bibit kesanggupan atau bibit kemungkinan yang terkandung dalam diri anak. Setiap individu memiliki bermacam-macam bakat sebagai pembawaannya, seperti bakat musik, seni, agama, akal yang tajam dan sebagainya. Anak yang mempunyai bakat musik misalnya, niscaya minat dan perhatiannya akan sangat besar terhadap musik. Dia akan mudah mempelajarinya, mudah mencapai kecakapan-kecakapan yang berhubungan dengan musik. Dia dapat mencapai kemajuan dalam bidang musik, bahkan mungkin mencapai prestasi luar biasa, seperti ahli musik, pencipta lagu, apabila didukung oleh pendidikan dan lingkungan yang

memadai, sebab bakat hanya berarti kemungkinan, bukan berarti keharusan. Dengan demikian jelaslah bahwa bakat atau pembawaan mempunyai pengaruh terhadap perkembangan individu.¹⁴

C. Faktor Gizi

1. Pengertian Gizi

Istilah gizi berasal dari bahasa Arab giza yang berarti zat makanan, dalam bahasa Inggris dikenal dengan istilah nutrition yang berarti bahan makanan atau zat gizi sering diartikan sebagai ilmu gizi. Pengertian lebih luas bahwa gizi diartikan sebagai proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses pencernaan, penyerapan, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan pengeluaran zat gizi untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal organ tubuh serta untuk menghasilkan tenaga.¹⁵

I Dewa Nyoman Suparisa dkk menjelaskan bahwa gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses degesti, absorpsi, transportasi. Penyimpanan,

¹⁴ Desmita, *Perkembangan Peserta Didik* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2009).

¹⁵ Lilis Mamuroh, Sukmawati Sukmawati, and Restu Widiasih, 'Pengetahuan Ibu Hamil Tentang

Gizi Selama Kehamilan Pada Salah Satu Desa Di Kabupaten Garut', *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15.1 (2019), 66–70.

metabolisme dan pengeluaran zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan, dan fungsi normal dari organ-organ serta menghasilkan energi.¹⁶

Menurut Sunita Almatsier mengatakan bahwa zat-zat gizi yang dapat memberikan energi adalah karbohidrat, lemak, dan protein, oksidasi dan zat-zat gizi ini menghasilkan energi yang diperlukan tubuh untuk melakukan kegiatan atau aktivitas. Ketiga zat gizi termasuk zat organik yang mengandung karbon yang dapat dibakar, jumlah zat gizi yang paling banyak terdapat dalam pangan dan disebut juga zat pembakar.

Selanjutnya Sunita Almatser mengemukakan bahwa fungsi utama karbohidrat adalah menyediakan energi tubuh. Karbohidrat merupakan sumber utama energi bagi penduduk di seluruh dunia, sumber karbohidrat adalah padi-padian, atau sereal, umbi-umbian, kacang-kacang kering, dan gula.¹⁷

Berdasarkan uraian di atas, maka gizi merupakan suatu zat

yang terdapat dalam makanan yang mengandung karbohidrat, lemak, protein, vitamin, dan mineral yang penting bagi manusia untuk pertumbuhan dan perkembangan manusia, memelihara proses tubuh dan sebagai penyedia energi untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Dari keterangan di atas dapat disimpulkan bahwa gizi adalah bahan makanan yang dikonsumsi oleh tubuh untuk menghasilkan tenaga, membangun dan memelihara jaringan dalam tubuh.

2. Status Dan Indikator Gizi

Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi, dimana zat gizi sangat dibutuhkan oleh tubuh sebagai sumber energi, pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh, serta pengatur proses tubuh.¹⁸ Penilaian status gizi balita dapat diukur berdasarkan pengukuran antropometri yang terdiri dari variabel umur, berat badan (BB) dan tinggi badan (TB). Umur sangat memegang peranan dalam penentuan status gizi, kesalahan

¹⁶ Herviza Wulandary Pane and others, *Gizi Dan Kesehatan* (Yayasan Kita Menulis, 2020).

¹⁷ Evita Aurilia Nardina and others, *Gizi Reproduksi* (Yayasan Kita Menulis, 2021).

¹⁸ Budiono I Auliya C, Woro KH, 'Profil Status Gizi Balita Ditinjau Dari Topografi Wilayah

Tempat Tinggal (Studi Di Wilayah Pantai Dan Wilayah Punggur Bukit Kabupaten Jepara)', *Unnes Journal of Public Health*, 4.2 (2015), 108–16.

penentuan akan menyebabkan interpretasi status gizi yang salah.

Hasil penimbangan berat badan maupun tinggi badan yang akurat, menjadi tidak berarti bila tidak disertai dengan penentuan umur yang tepat. Ketentuan yang digunakan dalam perhitungan umur adalah 1 tahun atau 12 bulan, 1 bulan adalah 30 hari sehingga perhitungan umur adalah dalam bulan penuh yang artinya sisa umur dalam hari tidak diperhitungkan (Depkes, 2004). Berat badan merupakan salah satu ukuran yang memberikan gambaran massa jaringan, termasuk cairan tubuh. Berat badan sangat peka terhadap perubahan yang mendadak baik karena penyakit infeksi maupun konsumsi makanan yang menurun.

Sedangkan tinggi badan memberikan gambaran fungsi pertumbuhan yang dilihat dari keadaan kurus kering dan kecil atau pendek. Tinggi badan sangat baik untuk melihat keadaan gizi masa lalu terutama yang berkaitan dengan keadaan berat badan lahir rendah dan kurang gizi pada masa balita.¹⁹

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Gizi Anak

Menurut UNICEF ada tiga penyebab gizi buruk pada anak yaitu penyebab langsung, penyebab tidak langsung dan penyebab mendasar. Terdapat dua penyebab langsung gizi buruk, yaitu asupan gizi yang kurang dan penyakit infeksi. Kurangnya asupan gizi dapat disebabkan karena terbatasnya jumlah asupan makanan yang dikonsumsi atau makanan yang tidak memenuhi unsur gizi yang dibutuhkan. Sedangkan infeksi menyebabkan rusaknya beberapa fungsi organ tubuh sehingga tidak bisa menyerap zat-zat makanan secara baik.²⁰

Penyebab tidak langsung gizi buruk yaitu tidak cukup pangan, pola asuh yang tidak memadai, dan sanitasi, air bersih atau pelayanan kesehatan dasar yang tidak memadai. Penyebab mendasar atau akar masalah gizi buruk adalah terjadinya krisis ekonomi, politik dan sosial termasuk bencana alam, yang mempengaruhi ketersediaan pangan, pola asuh dalam keluarga dan pelayanan kesehatan serta

¹⁹ Lamid A Santoso B, Sulistiowati E, Sekartuti, *Kementrian Kesehatan RI, Pokok-Pokok Hasil Riskesdas Provinsi Jawa Tengah 2013*. (Jakarta: Lembaga Penerbitan Badan Litbangkes., 2013).

²⁰ Falasifah U dan Noor ER, 'Perbedaan Asupan Energi, Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Antara Anak Usia 4-5 Tahun Di Taman Kanak-Kanak Daerah Urban Dan Suburban', *Journal of Nutrition Collage*, 3.4 (2015).

sanitasi yang kurang memadai, yang pada akhirnya mempengaruhi status gizi anak.²¹

4. Dampak Asupan Gizi Yang Tidak Adekuat Pada Anak

Asupan zat gizi pada anak yang tidak adekuat dapat berakibat pada terganggunya pertumbuhan dan perkembangan anak, bahkan apabila kondisi tersebut tidak ditangani dengan baik maka resiko kesakitan dan kematian anak akan meningkat. Tidak terpenuhinya zat gizi dalam tubuh anak dapat berpengaruh terhadap sistem kekebalan tubuh. Sistem kekebalan tubuh yang lemah menyebabkan anak lebih rentan terkena penyakit menular dari lingkungan sekitarnya terutama pada lingkungan dengan sanitasi yang buruk maupun dari anak lain atau orang dewasa yang sedang sakit.

Karena daya tahan tubuhnya yang lemah, anak dengan asupan gizi tidak adekuat seringkali mengalami infeksi saluran cerna berulang. Infeksi saluran cerna inilah yang meningkatkan resiko kekurangan gizi semakin berat karena tubuh anak tidak dapat menyerap nutrisi dengan baik.

Status gizi yang buruk dikombinasikan dengan infeksi dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan.²²

Kekurangan salah satu zat gizi juga dapat menyebabkan kekurangan zat gizi lainnya. sebagai contoh kekurangan zat besi, magnesium dan zinc dapat menyebabkan anoreksia yang berakibat tidak terpenuhinya zat gizi yang lain seperti protein. Kekurangan protein dapat mengganggu tumbuh kembang anak sehingga dapat menimbulkan komplikasi jangka panjang.

Tidak terpenuhinya zat gizi juga berdampak pada perkembangan otak dan kapasitas intelektual di masa kritis pertumbuhannya yang menyebabkan penurunan kecerdasan. Apabila asupan zat gizi yang tidak adekuat terus berlanjut dan semakin buruk maka dapat menyebabkan kematian pada anak. Menurut WHO 54% kematian pada anak usia dibawah lima tahun pada

²¹ Dodi Nuriana and others, 'Generasi Baby Boomers (Lanjut Usia) Dalam Menghadapi Era Revolusi Industri 4.0', *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 2.1 (2019), 32–46.

²² Wiboworini B Septikasari M, Akhyar M, 'Effect of Gestational Biological, Social, Economic Factors on Undernutrition in Infants 6-12 Months in Cilacap', *Indonesian Journal of Medicine*, 1.3 (2016), 184–94.

2002 disebabkan oleh gizi buruk.²³

KESIMPULAN

Hereditas secara sederhana dapat dikatakan adalah pewarisan genetik, baik dari fisik ataupun sifat-sifatnya, oleh karena itu hereditas tidak dapat dipungkiri akan menjadi penentu juga dalam pembentukan kepribadian manusia dan perkembangan manusia. Bakat merupakan bibit kesanggupan atau bibit kemungkinan yang terkandung dalam diri anak yang bermacam-macam jenisnya. Secara tidak langsung akan timbul dan berkembang pada diri individu melalui peran pendidikan dan lingkungan yang memadai, sebab bakat hanya berarti kemungkinan, bukan berarti keharusan. Dengan demikian jelaslah bahwa bakat atau pembawaan mempunyai pengaruh terhadap perkembangan individu.

Gizi merupakan suatu zat yang terdapat dalam makanan yang mengandung karbohidrat, lemak, protein, vitamin, dan mineral yang penting bagi manusia untuk pertumbuhan dan perkembangan manusia, memelihara proses tubuh dan sebagai penyedia energi untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Dari keterangan di atas dapat disimpulkan bahwa gizi adalah bahan makanan yang dikonsumsi oleh tubuh untuk menghasilkan tenaga, membangun dan memelihara jaringan dalam tubuh.

Penilaian status gizi balita dapat diukur berdasarkan pengukuran antropometri yang terdiri dari variabel umur, berat badan (BB) dan tinggi badan (TB). Menurut UNICEF ada tiga penyebab gizi buruk pada anak yaitu penyebab langsung, penyebab tidak langsung dan penyebab mendasar. Kekurangan salah satu zat gizi dapat menyebabkan kekurangan zat gizi lainnya. sebagai contoh kekurangan zat besi, magnesium dan zinc dapat menyebabkan anoreksia yang berakibat tidak terpenuhinya zat gizi yang lain seperti protein.

Tidak terpenuhinya zat gizi juga berdampak pada perkembangan otak dan kapasitas intelektual di masa kritis pertumbuhannya yang menyebabkan penurunan kecerdasan. Apabila asupan zat gizi yang tidak adekuat terus berlanjut dan semakin buruk maka dapat menyebabkan kematian pada anak.

REFERENSI

- Auliya C, Woro KH, Budiono I, 'Profil Status Gizi Balita Ditinjau Dari Topografi Wilayah Tempat Tinggal (Studi Di Wilayah Pantai Dan Wilayah Punggung Bukit Kabupaten Jepara)', *Unnes Journal of Public Health*, 4.2 (2015), 108–16
- Dalyono, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: Rineka Cipta, 2001)
- 27 Prasmita, *Perkembangan Peserta Didik* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2009)
- Falasifah U dan Noor ER, 'Perbedaan Asupan Energi, Aktivitas Fisik Dan Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Utara I Kabupaten Cialcap', *Jurnal Kesehatan Al Irsyad*, 9.2 (2016), 25–30.

²³ Septiyaningsih Septikasari M, 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Orang Tua Dalam Pemenuhan Nutrisi Pada Balita Gizi Kurang Di

- Status Gizi Antara Anak Usia 4-5 Tahun Di Taman Kanak-Kanak Daerah Urban Dan Suburban', *Journal of Nutrition Collage*, 3.4 (2015)
- Fathurrohman, Muhammad, 'Pembawaan, Keturunan, Dan Lingkungan Dalam Perspektif Islam', *Kabilah*, 1.2 (2016), 8
- Fatimah, Enung, *Psikologi Perkembangan: Perkembangan Peserta Didik* (Bandung: Pustaka Setia, 2008)
- Hanafi, Imam, 'Perkembangan Manusia Dalam Tinjauan Psikologi Dan Al-Quran', *IQ (Ilmu Al-Qur'an): Jurnal Pendidikan Islam*, 1.01 (2018), 84–99
- Mamuroh, Lilis, Sukmawati Sukmawati, and Restu Widiastih, 'Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Selama Kehamilan Pada Salah Satu Desa Di Kabupaten Garut', *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15.1 (2019), 66–70
- Maragustam, *Filsafat Pendidikan Islam Menuju Pembentukan Karakter Menghadapi Arus Global* (Yogyakarta: Kurnia Kalam Semesta, 2016)
- Nardina, Evita Aurilia, Etni Dwi Astuti, Cahyaning Setyo Hutomo, Winarsih Winarsih, Sabrina Dwi Prihartini, Ninik Azizah, and others, *Gizi Reproduksi* (Yayasan Kita Menulis, 2021)
- Noor, Triana Rosalina, 'Religiositas Lansia Muslim Di UPTD Griya Werdha Surabaya', *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 6.1 (2021), 1–22
- Novianty, Anita, and Evans Garey, 'Memahami Makna Religiusitas/Spiritualitas Pada Individu Dewasa Muda Melalui Photovoice', *Jurnal Psikologi Integratif*, 8.2 (2020), 61–79
- Nuriana, Dodi, Iin Rizkiyah, Lukman Efendi, Herry Wibowo, and Santoso Tri Raharjo, 'Generasi Baby Boomers (Lanjut Usia) Dalam Menghadapi Era Revolusi Industri 4.0', *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 2.1 (2019), 32–46
- Pane, Herviza Wulandary, Tasnim Tasnim, Sulfianti Sulfianti, Hasnidar Hasnidar, Ratna Puspita, Puji Hastuti, and others, *Gizi Dan Kesehatan* (Yayasan Kita Menulis, 2020)
- Rohmah, Noer, *Psikologi Pendidikan* (Yogyakarta: Teras, 2012)
- Santoso B, Sulistiowati E, Sekartuti, Lamid A, *Kementrian Kesehatan RI, Pokok-Pokok Hasil Riskesdas Provinsi Jawa Tengah 2013*. (Jakarta: Lembaga Penerbitan Badan Litbangkes., 2013)
- Santrock, John W., *Perkembangan Anak* (Jakarta: erlangga, 2007)
- , *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2008)
- Septikasari M, Akhyar M, Wiboworini B, 'Effect of Gestational Biological, Social, Economic Factors on Undernutrition in Infants 6-12 Months in Cilacap', *Indonesian Journal of Medicine*, 1.3 (2016), 184–94
- Septikasari M, Septiyaningsih, 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Orang Tua Dalam Pemenuhan Nutrisi Pada Balita Gizi Kurang Di Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Utara I Kabupaten Cialcap', *Jurnal Kesehatan Al Iryad*, 9.2 (2016), 25–30
- Suwendra, I Wayan, *Metodologi Penelitian Kualitatif Dalam Ilmu Sosial, Pendidikan, Kebudayaan Dan Keagamaan* (Nilacakra, 2018)
- Yusuf, Syamsul, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja* (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2011)

Zed, Mustika, *Metode Penelitian
Kepustakaan* (Jakarta: Yayasan
Pustaka Obor, 2014)

