

## **Bayi Kurus Berarti Kurang Gizi?**

Ditulis oleh Administrator  
Jumat, 11 May 2007 01:23

---

Selama ini ada anggapan, bayi kurus berarti kekurangan gizi atau menderita penyakit tertentu. Padahal, penyebabnya bisa macam-macam.

"Periksa ke dokter, deh, siapa tahu anakmu ada penyakit tertentu. Badannya kurus sekali." Nasehat semacam ini sering kita dengar atau justru berikan pada teman yang anaknya terlihat kurus. Padahal, untuk menentukan bayi kurus tidaknya bayi, tak cukup dilihat dari penampilannya saja. "Cara yang tepat adalah dengan mengukur dan membandingkan antara berat dan tinggi badannya, kendati tiap bayi punya berat dan tinggi badan yang berbeda," terang dr. Alinda Rubiati, Sp.A, spesialis anak dari RS Fatmawati, Jakarta.

Begitu pula untuk urusan memantau kurus atau tidaknya anak, harus secara kontinyu. "Ada satu kurva atau grafik untuk melihat apakah bayi menjadi lebih kurus atau tidak," ungkap Alinda. Pencatatan biasanya dilakukan setiap bulan, sehingga akan tampak bagaimana grafik pertumbuhan badan si bayi.

### **ACUAN KURUS**

Normalnya, berat badan (BB) bayi baru lahir harus mencapai 2.500 gram. Tidak terlalu besar, juga tak kelewat kecil. Sebab kalau terlalu kecil, dikhawatirkan organ tubuhnya tak dapat tumbuh sempurna sehingga dapat membahayakan sang bayi sendiri. Sebaliknya, terlalu besar juga ditakutkan sulit lahir dengan jalan normal dan mesti lewat operasi sesar.

Nah, penambahan BB bayi bisa dilihat per triwulan. Pada triwulan I, kenaikan BB berkisar 150-250 gram/minggu, triwulan II kenaikannya 500-600 gram/bulan, triwulan III naik 350 - 450 gram/bulan, dan triwulan IV sekitar 250-350 gram/bulan.

Jelas terlihat, triwulan I penambahan BB berlangsung lebih cepat dibanding dengan triwulan II, III, dan IV. "Ini wajar karena pertumbuhan BB di bulan berikutnya lebih rendah dari bulan sebelumnya. Namun bila pertumbuhan BB berkurang secara drastis, bisa dijadikan acuan-ancuan untuk melakukan tindakan lanjutan."

## **Bayi Kurus Berarti Kurang Gizi?**

Ditulis oleh Administrator  
Jumat, 11 May 2007 01:23

---

Umumnya, jelas Alinda, acuan untuk melihat normal-tidaknya BB adalah saat usianya mencapai 6 bulan dan 1 tahun. Di usia 6 bulan, BB bayi harus mencapai 2 kali lipat berat lahir dan menjadi 3 kali lipatnya pada usia 1 tahun. "Kurang dari ini, BB nya bisa disebut rendah atau ia termasuk bayi kurus."

### **NUTRISI & PERIKSA RUTIN**

Bayi kurus adalah yang saat lahir BB-nya rendah atau di bawah 2.500 gram. "Penyebabnya dipengaruhi saat masih berada dalam kandungan. Inilah yang sangat menentukan karena di situlah pembentukan dan pertumbuhan organ tubuh dimulai."

Kandungan yang sehat ditentukan oleh ibu yang sehat. Bila ibu menderita penyakit, semisal infeksi paru, kondisi janin pun ikut terpengaruh. Darah yang tersuplai ke tubuh janin bisa saja menjadi jalan untuk mewarisi penyakit yang diderita ibunya. "Saat lahir, bayi bisa saja menderita penyakit atau kelainan organ tubuh. Akhirnya, bayi tak sehat dan bertubuh kurus."

Faktor penyebab lain adalah asupan nutrisi yang dikonsumsi ibu ketika hamil. Biasanya, berkurangnya nutrisi yang dikonsumsi si ibu, otomatis berkurang pula asupan nutrisi pada janin yang ditransportasikan lewat plasenta. Kekurangan ini bisa disebabkan karena ibu sulit sekali untuk mengkonsumsinya kala sakit selama hamil atau memang malas memperhatikan nutrisi yang diperlukan semasa hamil. Gara-gara kurang nutrisi inilah, bayi bisa mengalami BB rendah dan tampak kurus.

Itu sebabnya selama hamil ibu harus kontinyu memeriksakan kandungan sebulan sekali. "Makin tua usia kandungan, pemeriksaan harus dilakukan lebih sering." Selain itu, ibu juga harus melakukan pengawasan terhadap kandungan dengan lebih saksama, sehingga bila terjadi sesuatu pada diri ibu maupun janinnya, dapat segera diketahui dan dapat dilakukan tindakan preventif sejak dini. "Yang jelas, pemeriksaan juga harus dibarengi dengan asupan gizi yang cukup dan seimbang," tegas Alinda.

### **BERAT MANDEK**

## Bayi Kurus Berarti Kurang Gizi?

Ditulis oleh Administrator  
Jumat, 11 May 2007 01:23

---

Meski saat lahir BB-nya normal, belum tentu juga selanjutnya perkembangan BB-nya akan normal sesuai dengan pertumbuhannya. "Pada fase tertentu, ada kecenderungan penambahan berat badan bayi akan melambat." Antara 1 sampai 6 bulan, penambahan BB bayi terbilang cepat, "Tapi di atas 6 bulan, pertumbuhannya melambat. Ini terjadi hampir pada seluruh bayi. Salah satu penyebabnya, karena pada tahap ini biasanya bayi sudah lebih banyak bergerak dan pertumbuhannya mengarah ke pertinggian badan."

Bila penambahan BB bayi di usia 6 bulan, misalnya, menjadi tidak normal alias tidak bertambah atau malah berkurang, "Perlu dilihat penyebabnya," terang Alinda. Mungkin ada penyakit yang bersarang di tubuhnya semisal penyakit infeksi terutama TBC dan diare. "Penyakit membuat nafsu makan anak berkurang dan akhirnya BB-nya tak mau naik."

Selain itu, bayi kurus juga bisa mengindikasikan kekurangan gizi. Ini umumnya karena kebiasaan di keluarga di mana kadang ibu tak cermat memberi nutrisi yang tepat untuk bayi. Padahal, bayi perlu asupan nutrisi yang seimbang. Bisa juga karena si bayi bosan dengan makanan yang itu-itu saja dan akhirnya emoh makan. "Di sisi lain, kondisi psikis bayi menentukan pula keinginannya untuk makan. Kalau ia merasa tertekan karena sering dipaksa, misalnya, bisa saja nafsu makannya berkurang."

Padahal, bayi dengan BB rendah berisiko terserang penyakit lebih besar dibanding dengan yang punya BB normal. "Meski belum tentu begitu jika memang kesehatannya baik-baik saja." Tapi yang jelas, saran Alinda, "Jaga BB bayi pada kondisi normal. Bila terlalu kurus, segera konsultasi ke dokter."

Soalnya, lanjutnya, "Untuk mengembalikannya menjadi normal kita harus melihat apa yang menjadi sebabnya." Bila karena penyakit, harus disembuhkan dan sambil menyembuhkan penyakitnya, kita pun harus melakukan konsultasi gizi untuk mengetahui gizi yang tepat bagi bayi.

Untuk kembali ke kondisi normal, kata Alinda, waktu yang diperlukan sangat relatif. Bila penanganannya dilakukan dengan kontinyu dan serius, mungkin lebih cepat. Begitu pula sebaliknya. Yang jelas, bila bayi kurus tak segera diobati, dikhawatirkan akan menimbulkan komplikasi. "Bahayanya, sih, memang tidak langsung melainkan melalui proses. Karena kurang gizi, bayi jadi rentan terhadap aneka penyakit. Nah, karena sakit-sakitan, ia jadi tambah kurus."

## **Bayi Kurus Berarti Kurang Gizi?**

Ditulis oleh Administrator  
Jumat, 11 May 2007 01:23

---

### **KIAT MENGATASI**

Jika memang penyebabnya karena penyakit, tak ada cara lain, si penyakit harus disembuhkan secara total. Pada saat yang sama pula, bayi diberi nutrisi yang cukup agar ia tidak jadi kurus. Sebab, jika bayi kena infeksi dan dibiarkan tanpa ada tindakan tepat hingga akhirnya menimbulkan masalah kekurangan gizi, misalnya, bakal sulit meningkatkan BB-nya. Penanganannya pun akan menjadi lebih kompleks.

Ciri-ciri bayi malnutrisi, jelas Alinda, bisa dilihat dari fisiknya. "Bila parah hanya tinggal kulit dan tulang saja." Pemberian gizi tidak hanya satu segi saja, tetapi harus seimbang antara pemberian protein, karbohidrat, lemak, kalori, dan vitamin. Sumbernya pun tidak harus yang mahal, lebih baik dari yang murah. "Seperti protein, tak harus dari hewani saja. Dari nabati pun bisa. Misalnya anak diberitahu dan tempe."

Jika berbagai upaya sudah dilakukan tapi bayi tetap kurus, "Berarti ada masalah utama yang tidak teratasi," tegas Alinda. Karena itu mencari penyebabnya menjadi sangat penting agar dapat dilakukan tindakan yang tepat. "Mungkin tidak hanya faktor penyakit infeksi atau nutrisi, pengetahuan ibu dalam hal pemberian makanan, lingkungan yang tidak mendukung, juga penting untuk diketahui."

Pada kasus lain, bayi sulit makan sehingga gizi yang dibutuhkannya pun sulit sekali masuk. "Di sini perlu tindakan khusus orang tua. Kalau perlu, konsultasikan ke dokter." Mungkin karena anak alergi, kurang cocok dengan makanannya, atau ada hal lain yang menyebabkan makanan sulit masuk ke dalam tubuhnya. "Kalau memang makanannya tak cocok, ibu, kan, bisa membuatkan variasi makanan yang lain."

***Irfan Hasuki. Foto: Iman Dharma (nakita)***