

**HUBUNGAN ASUPAN MAKAN DAN POLA ASUH
DALAM PEMBERIAN MAKAN TERHADAP STATUS GIZI
PADA BALITA UMUR 4-5 TAHUN**

Rahmiati¹, Luluk Yulianti²

^{1,2}Program Studi Sarjana Kebidanan STIKes Bakti Utama Pati

Penulis korespondensi: rahmiatijalil@gmail.com; lulukyulianti69@gmail.com

ABSTRACT

Nutritional status in toddlers can be influenced by food intake and parenting patterns in feeding. Food intake and parenting are indirect factors that are closely related to the nutritional status of children under five. The purpose of this study was to determine the relationship between food intake and parenting style in feeding the nutritional status of toddlers aged 4-5 years in the Sumbe village Namblong District, Jayapura Regency.

The type of research used is correlational analytic approach cross sectional. The population is toddlers aged 4-5 years, the sampling technique used is purposive sampling, with a sample of 30 toddlers.

The results showed that most of the toddlers (73,3%) had sufficient food intake; more mothers who have democratic parenting style in providing food (63,3%); and the majority of toddlers have good nutritional status (76,7%). There is a positive and statistically significant relationship between food intake and nutritional status ($p=0,529$ and $p= 0,003$), and there is a positive and statistically significant relationship between parenting style in feeding and nutritional status of toddlers ($p=0,566$ and $p=0,001$). The better the food intake and parenting style in feeding that is applied, the better the nutritional status of toddlers.

Keywords: *Food Intake, Parenting Pattern in Feeding, Nutritional Status.*

PENDAHULUAN

Masalah gizi terbesar terjadi pada balita, dan telah mencapai 51 juta kasus di seluruh dunia. Dalam Laporan UNICEF (2019) menyatakan bahwa balita di dunia yang mengalami defisiensi mikronutrien ada sebesar 2 miliar dan kematian yang terjadi karena kekurangan gizi ada sebesar 2,8 juta jiwa (UNICEF, 2019). Masalah gizi kurang dan gizi buruk masih menjadi masalah utama di Indonesia. Persoalan gizi buruk yang ada di Indonesia menyebabkan 4 dari 100 bayi yang lahir setiap tahun tidak mampu bertahan hidup

lebih dari lima tahun, yang umumnya merupakan korban dari penyakit serta kondisi yang diperparah oleh persoalan gizi, 1 dari 3 anak balita mengalami masalah gangguan pertumbuhan dan hampir seperlima jumlah balita memiliki berat badan kurang (UNICEF, 2019).

Malnutrisi pada anak di bawah usia 5 tahun merupakan hasil dari interaksi yang kompleks antara ketersediaan, aksesibilitas, dan pemanfaatan makanan dan pelayanan kesehatan (Drammeh W, 2019). Faktor spesifik nutrisi termasuk asupan makanan yang tidak memadai,

pengasuhan dan pengasuhan yang buruk, praktik makanan yang tidak tepat dan komorbiditas menular. Faktor-faktor yang sensitif terhadap gizi meliputi kerawanan pangan, sumber daya ekonomi yang tidak memadai di tingkat individu, rumah tangga, dan masyarakat. Keterbatasan atau akses yang buruk terhadap pendidikan, layanan kesehatan, infrastruktur dan lingkungan higienis yang buruk merupakan faktor sensitif gizi lainnya yang berdampak buruk pada status gizi anak di bawah usia 5 tahun (Clark H, 2020; Drammeh W, 2019; Govender I, 2021).

Asupan zat gizi dapat menjadi salah satu penyebab masalah gizi pada balita. Terdapat hubungan antara asupan protein dengan kejadian gizi kurang ($p = 0,036$) dan stunting ($p = 0,044$) pada balita (Hadju, V., 2017). Hasil penelitian di Puskesmas Klampis Ngasem, Surabaya mendapatkan asupan energy balita tidak adekuat sementara asupan protein termasuk adekuat dan terdapat hubungan antara asupan energi ($p = 0,044$) dan asupan protein ($p = 0,038$) dengan status gizi kurang (BB/U) (Jati, 2017).

Selain asupan gizi, faktor pola pengasuhan juga merupakan masalah yang sangat erat kaitannya dengan status gizi pada anak berusia dibawah lima

tahun. Hasil penelitian F Nuzula (2017) yang berjudul pola asuh pemberian makanan terhadap status gizi pada anak usia pra sekolah (3-5 tahun) di Desa Tegalarjo menunjukkan bahwa anak dengan asupan makanan dibawah rata-rata berpeluang 4 kali untuk menjadi gizi kurang, ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang kurang memiliki peluang 2 kali untuk anaknya mengalami gizi kurang, sedangkan ibu yang memiliki pola asuh yang kurang sesuai berpeluang 3 kali lebih besar menyebabkan anak mengalami gizi kurang (Nuzula F, 2017).

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan di Desa Sumbe pada bulan Juni tahun 2022, dari 10 ibu yang memiliki anak usia 4-5 tahun, diketahui 6 balita dengan status gizi normal, dalam mengasuh ibu memberikan makan 3x sehari secara teratur dan pola asuh dalam pemberian asupan nutrisi yang baik. Dari 6 balita dengan status gizi normal 4 diantaranya anak sulit makan dan orangtua menerapkan pola pengasuhan dimana orangtua memberikan kebebasan kepada anak hal ini bukan berarti bebas sebebas-bebasnya, contohnya setiap waktu makan ibu memberikan makan dengan cara menemani anak sambil bermain atau menonton TV dan 2 diantaranya jika anak tidak mau makan

ibu cenderung memarahi dan memaksa anak supaya mau makan. Terdapat 2 balita status gizi gemuk, orang tua cenderung membiarkan anaknya dan tidak menuntut contohnya membiarkan anak yang sering makan dan sering jajan. Sedangkan 1 balita yang mempunyai status gizi kurus ibu memberikan makan sehari 3 kali sehari, ibu memberikan makan anak tidak sesuai jadwal, biasanya jika anak sulit makan ibu cenderung memarahi anak, memaksa supaya anaknya mau makan dan ibu sering menghukum anak jika anak melakukan kesalahan. Selain itu terdapat 1 anak yang mempunyai status gizi sangat kurus, anak tidak mau makan, orang tua cenderung membiarkan tindakan anak, orang tua sibuk bekerja.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk mengetahui hubungan asupan makan dan pola asuh dalam pemberian makan terhadap status gizi pada balita umur 4-5 tahun di Desa Sumbe Kecamatan Namblong Kabupaten Jayapura.

METODE

Penelitian ini adalah jenis penelitian analitik korelatif dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional* untuk mengukur hubungan asupan makan dan

pola asuh dalam pemberian makan terhadap status gizi pada balita umur 4-5 tahun. Besar sampel dihitung dengan menggunakan rumus Slovin dengan jumlah sampel 30 responden, dan teknik pengambilan sample adalah *purposive sampling*.

Pengumpulan data asupan makan dan pola asuh dalam pemberian makan dilakukan dengan wawancara langsung kepada ibu balita dengan menggunakan panduan lembar kuesioner yang telah divalidasi. Pengambilan data status gizi balita dilakukan secara langsung dengan melakukan penimbangan Berat Badan menggunakan Timbangan Dacin, kemudian dilanjutkan dengan pengukuran antropometri hasil berat badan dibandingkan dengan umur dalam bulan.

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis univariat untuk menjelaskan atau mendiskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian yaitu asupan makanan, pola asuh dalam pemberian makan, dan status gizi. Analisis bivariat dengan menggunakan uji Korelasi *Spearman Rho* untuk mengetahui hubungan asupan makanan dan pola asuh dalam pemberian makan terhadap status gizi balita umur 4-5 tahun.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis univariat dalam bentuk distribusi frekuensi dari masing-masing

karakteristik ibu dan balita serta variabel penelitian ditampilkan dalam Tabel 1.

Tabel 1. Tabel distribusi frekuensi analisis univariat

Data	Jumlah	Persentase (%)
<u>Karakteristik Ibu</u>		
Usia		
20-35 tahun	23	76,7%
>35 tahun	7	23,3%
Pendidikan		
SD	2	6,7%
SMP	6	20,0%
SMA	18	60,0%
PT	4	13,3%
Pekerjaan		
Tidak bekerja/ Ibu rumah tangga	5	16,7%
Pedagang	12	40,0%
Karyawan Swasta	9	30,0%
PNS	4	13,3%
<u>Karakteristik Balita</u>		
Usia		
48-54 bulan	19	63,3%
55-60 bulan	11	36,7%
Jenis Kelamin		
Perempuan	17	56,7%
Laki-laki	13	43,3%
<u>Variabel Penelitian</u>		
Asupan Makan		
Terpenuhi	22	73,3%
Tidak Terpenuhi	8	26,7%
Pola Asuh dalam pemberian makan		
Permissive	4	13,3%
Otoriter	7	23,3%
Demokratis	19	63,3%
Status Gizi		
Gizi lebih	3	10%
Gizi Baik	23	76,7%
Gizi Kurang	4	13,3%

Berdasarkan Tabel 1. diketahui bahwa karakteristik usia ibu 76,7% berada pada rentang 20-35 tahun, dengan usia termuda adalah 24 tahun dan yang paling tua adalah 47 tahun, 60% dari ibu balita memiliki pendidikan SMA dan 40% memiliki

pekerjaan sebagai pedagang. Karakteristik balita menunjukkan bahwa 63,3% memiliki usia antara 48-54 bulan dan lebih banyak yang berjenis kelamin perempuan (56,7%). Hasil variabel penelitian menunjukkan bahwa 73,3% terpenuhi kebutuhan

nutrisinya, paling banyak dari responden memiliki pola asuh demokratis dalam pemberian makan kepada anak 63,3%, dan

lebih banyak balita yang memiliki status gizi baik (76,7%).

Tabel 2. Analisis Korelasi *Spearman Rho* antara Asupan Makan dan Pola Asuh dalam Pemberian Makan dengan Status Gizi Balita 4-5 tahun.

Variabel	Status Gizi			Koefisiensi Korelasi (ρ)	Sig.(2-tailed)
	Gizi lebih	Gizi baik	Gizi kurang		
Asupan Makan					
Terpenuhi	1 (3,3%)	20 (66,7%)	1 (3,3%)	0,529	0,003
Tidak terpenuhi	2 (6,7%)	3 (10,0%)	3 (10,0%)		
Pola Asuh dalam Pemberian makan					
Permissive	1 (3,3%)	2 (6,7%)	1 (3,3%)	0,566	0,001
Otoriter	1 (3,3%)	3 (10,0%)	3(10,0%)		
Demokratis	1 (3,3%)	18 (60,0%)	0 (0%)		

Berdasarkan data Tabel 2. Menunjukkan bahwa nilai (ρ) adalah sebesar 0,529 dan 0,566, hal ini berarti bahwa asupan makan dan pola asuh dalam pemberian makan memiliki tingkat hubungan yang kuat dengan status gizi balita usia 4-5 tahun.

Dalam Tabel 2. menunjukkan nilai koefisiensi korelasi yang bernilai positif, hal ini berarti bahwa hubungan dua variabel adalah searah, dimana semakin baik asupan makan dan pola asuh dalam pemberian makan yang diterapkan maka status gizi balita semakin baik.

Kesimpulan adanya hubungan antara asupan makan dan pola asuh dalam pemberian makan dengan status gizi balita usia 4-5 tahun ini diperkuat dengan nilai p yang kurang dari 0,05 yaitu nilai $p= 0,003$ untuk hubungan asupan makan dan status

gizi dan $p= 0,001$ untuk hubungan pola asuh dalam pemberian makan dan status gizi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sarniati Bora (2022) yang menyatakan bahwa adanya hubungan antara pola kecukupan konsumsi makanan dengan status gizi balita usia 3 sampai 5 tahun di Puskesmas Tarus Kabupaten Kupang dengan nilai $p= <0,001$ (Bora S, 2022).

Roring (2018) dalam penelitiannya juga menyatakan bahwa dari hasil uji statistik Korelasi *Spearman Rho* yang telah dilakukan, diketahui bahwa asupan energi memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi anak balita Berdasarkan (Tinggi Badan/Umur) dengan nilai $p=0,048$ dan nilai $\rho=0,232$ (Roring D.O., 2018). Hal ini

sejalan dengan penelitian Nasution (2018), dimana hasil analisis data menunjukkan bahwa ada hubungan jumlah makanan dan jenis makanan dengan status gizi pada anak balita ($p=<0,001$), dan bahwa ada hubungan pola makan dengan status gizi pada anak balita ($p=0,021$) (Nasution H., 2018).

Herlina (2018) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa kualitas makanan yang dikonsumsi oleh balita dapat dipengaruhi oleh pola asuh ibu balita, dan ini sangat berkaitan dengan status gizi balita. Pola asuh dalam pemberian makanan ini adalah bagaimana cara ibu menyusun menu, mengolah, menyajikan dan cara memberikan makanan kepada anak. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Herlina (2018) yang menyakatan bahwa pola asuh dalam pemberian makan memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi balita dengan nilai $p= 0,011$ (Herlina S, 2018).

Menurut Junaidi, ada faktor lain yang mempengaruhi status gizi kurang pada balita yaitu kurangnya stimulasi pola asuh pada balita. Dalam proses pertumbuhan dan perkembangan balita di sebuah keluarga, bahwa perkembangan anak balita dalam aspek motorik 10,0%, kognitif 28,3% dan sosial-emosional 15,0% (Yuanta Y., 2018).

Faktor yang dapat mempengaruhi jenis pola asuh yang diterapkan kepada anaknya adalah pekerjaan, pendidikan, waktu, status ekonomi, dan lingkungan (Junaidi, 2017). Beberapa faktor tersebut saling berkaitan dan berpengaruh satu sama lain, sehingga apabila ada salah satu faktor diatas tidak terpenuhi dan terlaksana dengan baik maka dapat mengganggu dalam proses pemberian stimulasi. Selain itu faktor yang menyebabkan kurangnya gizi dan stimulasi yaitu kurangnya waktu yang berkualitas dalam stimulasi dan intensitas pelaksanaan stimulasi yang kurang kepada anak (Yuanta Y., 2018).

Kebiasaan yang tidak baik dalam pola pemberian makan yang berlangsung terus menerus, seperti pola makan yang tidak teratur, kurangnya keanekaragaman jenis makanan, dan pemberian makanan yang terlalu dini pada balita. Hal ini dikarenakan dari kurangnya pengetahuan dari ibu balita. Pemberian makanan yang terlalu dini pada bayi dapat menimbulkan gangguan pada pencernaan seperti diare, muntah, dan sulit buang air besar yang dapat mempengaruhi status gizi bayi (Engkun R., 2015).

Makanan yang memiliki asupan gizi seimbang sangat penting dalam proses tumbuh kembang dan kecerdasan anak. Pola asuh makan yang baik sebaiknya diterapkan bersama dengan pola gizi

seimbang, yaitu pemenuhan zat-zat gizi yang disesuaikan dengan kebutuhan tubuh balita dan hendaknya diperoleh melalui makanan sehari-hari yang beraneka ragam jenis dan jumlahnya. Dengan mengkonsumsi makanan yang bergizi dan seimbang secara teratur, diharapkan pertumbuhan anak akan berjalan optimal dan terhindar dari masalah gizi (Engkun R., 2015).

KESIMPULAN DAN SARAN

Ada hubungan positif dan secara statistik signifikan antara asupan makan dan status gizi balita ($p=0,529$ dan $p=0,003$), dan ada hubungan positif dan secara statistik signifikan antara pola asuh dalam pemberian makan dan status gizi balita ($p=0,566$ dan $p=0,001$). Semakin baik asupan makan dan pola asuh dalam pemberian makan yang diterapkan maka status gizi balita semakin baik.

Ibu sebagai pendamping utama dari bayi memiliki tanggung jawab yang sangat besar untuk memastikan balita mendapatkan asupan makan yang baik dengan menerapkan pola asuh yang sesuai dengan kemampuan ibu dan kondisi balita. Petugas kesehatan dapat memberikan pengetahuan mengenai asupan makan dengan menerapkan gizi seimbang dan pola asuh yang baik dalam pemberian makan, agar

dapat dilakukan oleh Ibu dalam memberikan perawatan kepada balitanya, agar dapat tumbuh dengan sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Bora S, et al. (2022). Factors Associated Between Food Consumption Patterns and Nutritional Status of Toddlers Aged 3-5 Years in Tarus Health Center, Kupang Regency. *Timorese Journal of Public Health*, 4((2)), 72–81.
<https://doi.org/10.35508/tjph.v4i2.6752>
- Clark H, et al. (2020). A future for the world's children? A WHO-UNICEF-Lancet Commission. *Lancet*, 395((10224)), 605–658. doi: 10.1016/S0140-6736(19)32540-1. Epub 2020 Feb 19. Erratum in: *Lancet*. 2020 May 23;395(10237):1612. PMID: 32085821.
- Drammeh W, et al. (2019). Determinants of household food insecurity and its association with child malnutrition in sub-Saharan Africa: A review of the literature. *Curr Res Nutr Food Sci*, 7((3)), 610–623.
- Engkun R., et al. (2015). Pola Konsumsi, Status Kesehatan Dan Hubungannya Dengan Status Gizi Dan Perkembangan Balita. *Jurnal Gizi Dan Pangan Indonesian Journal of Nutrition and Food*, 10((2)), 93–100. <https://doi.org/10.25182/jgp.2015.10.2.%25p>
- Govender I, et al. (2021). Malnutrition in children under the age of 5 years in a primary health care setting. *S Afr Fam Pract (2004)*, 63((1)), e1–e6. doi: 10.4102/safp.v63i1.5337. Erratum in: *S Afr Fam Pract (2004)*. 2021 Dec 14;63(1):5416. PMID: 34677078; PMCID: PMC8517826.
- Hadju, V., et al. (2017). Nutritional status

- of infants 0-23 months of age and its relationship with socioeconomic factors in pangkep. *Asian J. Clin. Nutr*, 9((2)), 71–76.
- Herlina S, et al. (2018). Pola Asuh Dalam Pemberian Makanan Terhadap Status Gizi Balita Di Kota Pekanbaru Tahun 2017. *JOMIS (Journal Of Midwifery Science)*, 2((1)). <http://ojsbimtek.univrab.ac.id/index.php/jomis/article/view/410>
- Jati, T. S. N. dan D. K. (2017). Asupan Energi dan Protein Berhubungan dengan Gizi Kurang pada Anak Usia 6-24 Bulan. *Amerta Nutrition*, 2((1)), 59–70.
- Junaidi. (2017). Pengaruh Kecukupan Zat Gizi dan Stimulasi Pola Asuh terhadap Kesehatan Intelegensi pada Anak Baduta. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 2((1)), 55–60. doi:<http://dx.doi.org/10.30867/action.v2i1.3%0A7>
- Nasution H., et al. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal Di Lingkungan Xiii Kelurahan Sunggal Kecamatan Medan Sunggal Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup*, 3((2)). http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/Kesehatan_Masyarakat/article/view/473
- Nuzula F, et al. (2017). Analisis terhadap Faktor-Faktor Penyebab Gizi Kurang pada Balita di Desa Banyuanyar Kecamatan Kalibaru Banyuwangi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan RUSTIDA*, 3((2)), 359–364. <https://e-journal.akesrustida.ac.id/index.php/jikr/article/view/13>
- Roring D.O., et al. (2018). Hubungan Antara Asupan Energi Dengan Status Gizi Anak Balita Diwilayah Kerja Puskesmas Desa Tambarana Kecamatan Poso Pesisir Utara Kabupaten Poso. *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 7((5)). <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/22632>
- UNICEF, W. and the W. B. G. (2019). *Levels and trends in child malnutrition: Key findings of the 2019 edition UNICEF, WHO and the World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates*. <https://www.unicef.org/reports/joint-child-malnutrition-estimates-levels-and-trends-child-malnutrition-2019>
- Yuanta Y., et al. (2018). Hubungan Riwayat Pemberian Asi Dan Pola Asuh Ibu Dengan Kejadian Gizi Kurang Pada Anak Balita Di Kecamatan Wongsorejo Banyuwangi. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 9((1)), 48–56. <https://doi.org/10.34035/jk.v9i1.259>