

HUBUNGAN POLA ASUH PEMENUHAN NUTRISI DENGAN STATUS GIZI BALITA

Resi Putri Naulia¹, Farhan Nafis Sajidalloh²

Program Studi Pendidikan Profesi Ners, STIKES Estu Utomo
Jl. Tentara Pelajar Mudal, Boyolali, Jawa Tengah, 57351
email: resipn15@gmail.com

Abstrak

Pola asuh orang tua merupakan faktor yang sangat berpengaruh dalam perkembangan anak, terutama dalam aspek tumbuh kembang gizi anak usia dini. Pola asuh pemenuhan nutrisi yang kurang efektif menyebabkan kurang gizi balita. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola asuh pemenuhan nutrisi dengan status gizi balita. Desain cross sectional digunakan pada 80 Ibu yang memiliki anak usia 0-59 bulan. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner yang berisi variabel gaya pengasuhan yang dimodifikasi oleh Mirayanti yang mengacu pada teori Green dan Engel, status gizi balita diukur dengan indikator berat badan/tinggi badan. Analisis data menggunakan chi-square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh pemenuhan nutrisi dengan status gizi balita ($p < 0,026$). Dari penelitian tersebut, orang tua diharapkan dapat meningkatkan kualitas pengasuhan dalam pemenuhan nutrisi anak untuk mendukung perbaikan status gizi anak.

Kata Kunci: Pola asuh, status gizi, balita

Abstract

Parenting patterns are a very influential factor in child development, especially in the aspect of early childhood nutritional growth and development. Ineffective nutrition parenting in family may caused under- five year childrean malnourished. This study aimed to determine the correlation of parenting nutrition with nutritional status of toddlers. A cross-sectional design applied to 80 mothers who have children aged 0-59 months. The data collection tool used a questionnaire containing parenting style variables modified by Mirayanti, referring to Green and Engel's theory, the nutritional status of toddlers was measured by weight/height indicators. Data analysis used chi-square. The results of the study showed that there were significant associations between nutrition parenting and the nutritional status of toddlers ($p < 0.026$). From this study, parents are expected to improve the quality of parenting in providing sufficient nutrition for children to support improvements in children's nutritional status.

Keywords: nutrition, parenting, nutritional status.

Pendahuluan

Gizi merupakan aspek kunci bagi pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas dan pembangunan bangsa. Asupan gizi yang tidak sesuai dengan kebutuhan tubuh akan menyebabkan ketidakseimbangan nutrisi (Nurwijayanti, 2019 dalam Erika, Utami & Andhini, 2023). Masalah gizi merupakan tantangan kompleks yang terjadi pada setiap tahap kehidupan. Pada masa awal kehidupan, terutama pada bayi dan anak-anak, permasalahan gizi yang paling sering dijumpai adalah *undernutrition* yang mencakup kondisi seperti *stunting*, *wasting*, dan *underweight* (Astuti dkk, 2025). Secara global, masalah kekurangan gizi pada anak usia di bawah lima tahun (balita) masih menjadi tantangan utama yang berdampak terhadap kualitas sumber daya manusia. Pada tahun 2024, sebanyak 150,2 juta anak di bawah usia 5 tahun mengalami *stunting*; 42,8 juta anak mengalami *wasting*; dan 35,5 juta anak mengalami *overweight* (WHO, 2025). Di Indonesia, prevalensi *stunting* masih menunjukkan angka yang cukup tinggi meskipun mengalami penurunan dalam satu dekade terakhir. Berdasarkan data survei nasional, prevalensi *stunting* mencapai 37,6% pada tahun 2013, menurun menjadi 19,8% pada tahun 2024. Di Provinsi DKI Jakarta, prevalensi *stunting* mencapai 17,3%, *underweight* 14,8%, *severe wasting* 1,6%, *wasting* 5,8 % dan *overweight* 5,3% (Kemenkes, 2025).

Kekurangan gizi pada balita merupakan indikator utama ketidakmandirian pertumbuhan dan perkembangan anak. Kekurangan gizi baik secara akut (seperti *underweight* dan *wasting*) maupun kronis (*stunting*) berkontribusi terhadap peningkatan angka kejadian penyakit, kematian, serta gangguan perkembangan fisik dan kognitif (Kemenkes, 2025). Faktor yang memengaruhi kesehatan dan status gizi adalah multidimensi, bersifat kompleks, dan saling berkaitan satu sama lain yang berperan penting dalam menentukan apakah individu dapat mencapai status kesehatan dan gizi yang optimal atau sebaliknya mengalami berbagai masalah gizi dan kesehatan sepanjang hidupnya. (Astuti dkk, 2025).

Beberapa faktor yang memengaruhi status gizi meliputi 1) faktor rumah tangga dan keluarga; 2) faktor pemberian makan anak, termasuk ASI dan pemberian makanan selain ASI; dan 3) faktor perawatan kesehatan dan morbiditas, termasuk akses layanan kesehatan anak dan infeksi penyakit (Kemenkes, 2025). Lebih lanjut diketahui bahwa pola pengasuhan anak terkait dengan pola asuh pemenuhan nutrisi dalam keluarga. Pola asuh pemberian makan pada orang tua tidak hanya mencakup jenis makanan yang diberikan, namun menyangkut tentang bagaimana makanan tersebut disajikan dan bagaimana orang tua membentuk kebiasaan makan yang sehat pada anak (Leuba et al., 2022). Pola asuh orang tua merupakan faktor yang sangat berpengaruh dalam perkembangan anak, terutama dalam aspek tumbuh kembang gizi anak usia dini. Pola asuh yang diterapkan orang tua mencakup berbagai tindakan, kebiasaan, dan perilaku yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari yang secara langsung memengaruhi status gizi dan kesehatan anak. Pola asuh yang baik dapat menciptakan lingkungan yang kondusif untuk pertumbuhan fisik dan perkembangan mental yang optimal. Sebaliknya, pola asuh yang kurang tepat dapat menimbulkan berbagai masalah gizi pada anak, yang pada akhirnya berdampak pada tumbuh kembang mereka. Berdasarkan hal di atas maka perlu diteliti mengenai hubungan pola asuh dengan status gizi pada balita di wilayah kerja Puskesmas Pasar Rebo.

Metodologi

Desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu yang memiliki anak usia 0-59 bulan. Kriteria inklusi responden penelitian yaitu ibu yang memiliki anak usia 0-59 bulan, dapat berkomunikasi dengan baik, ibu sebagai pemberi perawatan utama dalam keluarga dan bersedia menjadi responden sedangkan kriteria eksklusi responden



penelitian yaitu anak yang mengalami cacat bawaan dan mengalami penyakit kronis. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 80 anak yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Perhitungan sample menggunakan aplikasi G-Power Statistik. Pola asuh pemenuhan nutrisi diukur menggunakan kuesioner yang berisi variabel gaya pengasuhan yang dimodifikasi oleh Mirayanti yang mengacu pada teori Green dan Engel (Engle, 1997; Mirayanti, 2012). Kuesioner berisi variabel pola asuh pemenuhan nutrisi dalam keluarga dikembangkan dari sub-sub variabel diantaranya riwayat pemenuhan nutrisi saat hamil, pemberian ASI eksklusif, persiapan dan penyimpanan makanan, penerapan PHBS rumah tangga, cara komunikasi keluarga terhadap balita dalam pemenuhan nutrisi, peran keluarga dalam mempertahankan asupan gizi keluarga, nilai dan keyakinan keluarga terhadap pola nutrisi dan kemampuan keluarga dalam memilih makanan sehat sesuai daya beli. Masing-masing sub variabel terdiri dari beberapa pertanyaan baik pertanyaan positif dan pertanyaan negatif. Hasil ukur dari masing-masing sub variabel merupakan kumulatif dari pengetahuan, sikap, dan tindakan. Keseluruhan jawaban diperoleh dari pola asuh tidak baik jika minimal 2 dari 3 domain bernilai tidak baik sedangkan pola asuh baik jika minimal 2 dari 3 domain bernilai baik. nilai validitasnya 0,469-0,953 dengan nilai reliabilitas 0,982. Untuk sub pengetahuan nilai validitasnya 0,469-0,953 dengan nilai reliabilitas 0,982; untuk sub sikap nilai validitasnya 0,448-0,931 dengan nilai reliabilitas 0,973; untuk sub perilaku nilai validitasnya 0,533-0,824 dan nilai reliabilitas 0,965 (Mirayanti, 2012). Status gizi balita diukur dengan indikator berat badan/tinggi badan dan diinterpretasikan berdasarkan klasifikasi status gizi dari WHO. Untuk melihat hubungan pola asuh dengan status gizi balita dilakukan uji statistik chi-square. Probabilitas (*p*) lebih kecil daripada α ($p < 0,05$) berarti ada hubungan yang signifikan antara pola asuh pemenuhan nutrisi dengan status gizi balita

Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi Status Gizi Anak usia 0-59 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Rebo n=80)

Status Gizi	F	(%)
Gizi Baik	44	55
Gizi Kurang	29	36,2
Gizi Buruk	7	8,8
Total	80	100

Berdasarkan tabel 1 didapatkan data bahwa sebagian besar balita memiliki status gizi baik yaitu sebanyak 44 orang (55%).

Tabel 2. Distribusi Pola Asuh Pemenuhan Nutrisi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Rebo (n=80)

Status Gizi	F	(%)
Pola Asuh Baik	20	25
Pola Asuh Tidak Baik	60	75
Total	80	100

Berdasarkan tabel 2 didapatkan data bahwa sebagian besar pola asuh pemenuhan nutrisi dalam keluarga adalah tidak baik (75%).



Tabel 3. Analisis Hubungan Pola Asuh Pemenuhan Nutrisi dengan Status Gizi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Rebo (n=80)

Status Gizi	Pola Asuh				P	
	Pola Asuh Baik		Pola Asuh Tidak Baik			
	N	%	N	%	n	%
Gizi Baik	16	36,4	28	63,6	44	100
Gizi Kurang	4	13,8	25	86,2	29	100
Gizi Buruk	0	0	7	100	7	100
Total	20	25	60	75	80	100

pada tabel 3 didapatkan data bahwa pola asuh pemenuhan nutrisi dalam keluarga sebagian besar tidak baik dan 86,2% dari balitanya mengalami gizi kurang. 20 dari 80 responden sudah menerapkan pola asuh yang baik namun 13,8% dari balitanya masih mengalami gizi kurang. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola asuh pemenuhan nutrisi dalam keluarga dengan status gizi balita dengan *p value* 0,026.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa anak umur 0-59 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Rebo paling banyak memiliki status gizi baik yaitu sebanyak 44 orang (55%). Status gizi yang baik dapat membantu proses pertumbuhan dan perkembangan anak untuk mencapai kematangan yang optimal. Status gizi dapat membantu untuk mendekripsi lebih dini risiko terjadinya masalah kesehatan. Pemantauan status gizi dapat digunakan sebagai bentuk antisipasi dalam merencanakan perbaikan status kesehatan anak (Afifah & Nur, 2022). Apabila batita mengalami kekurangan gizi akan berdampak pada keterbatasan pertumbuhan, rentan terhadap infeksi, peradangan kulit dan akhirnya dapat menghambat perkembangan anak meliputi kognitif, motorik, bahasa, dan keterampilannya dibandingkan dengan batita yang memiliki status gizi baik (Dewan Guru Besar IPB, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pola asuh pemenuhan nutrisi dalam keluarga relatif dijalankan dengan tidak baik yaitu sebanyak 60 orang (75%). Hal ini perlu mendapat perhatian karena pola asuh pemenuhan nutrisi dapat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan balita. Keluarga dapat dikatakan melakukan pola asuh yang baik jika keluarga dapat mengenal, memenuhi kebutuhan dan melakukan stimulasi sesuai dengan tumbuh kembang balita dengan memperhatikan aspek psikologis balita. Hal ini sejalan dengan pendapat Brooks (2011) yang menyatakan bahwa pola asuh merupakan interaksi langsung (memberi makan, mengajar, dan bermain dengan anak) maupun tidak langsung (memastikan sekolah dan pendidikan yang baik bagi anak) dengan memberi perhatian terhadap anak sesuai tumbuh kembang anak.

Hasil analisis hubungan antara pola asuh dengan status gizi anak menggunakan uji statistik *Chi Square* mendapatkan hasil dengan *p*=0,026 (*p*<0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh pemenuhan nutrisi dengan status gizi anak. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sa'Diyah, Sari & Nikmah (2020) yang menyatakan bahwa ada hubungan pola asuh orang tua dengan status gizi anak. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Romadhoni, Rohmatin & Supriyadi (2024) yang menunjukkan bahwa ada hubungan pola asuh makan dengan status gizi balita. Pola asuh dan pola makan berpengaruh terhadap perbaikan status gizi balita. Oleh karena itu, intervensi yang menitikberatkan pada peningkatan kualitas pengasuhan dan pemberian makan yang tepat sangat penting untuk mendukung perbaikan status



gizi anak (Hasibuan, dkk, 2025). Pola asuh merupakan interaksi antara orang tua dan anak yang terdiri dari praktik merawat dan memberikan makanan pada anak. Pola asuh memengaruhi status gizi karena pertumbuhan dan anak membutuhkan suplai nutrisi maka akan membuat anak bertumbuh dan berkembang lebih baik (Munawaroh, 2015).

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Rebo, maka dapat diketahui bahwa terdapat hubungan antara pola asuh pemenuhan nutrisi dengan status gizi balita.

Referensi

- Afifah A.A.N, dkk. (2022). Buku Ajar Gizi Dalam Daur Kehidupan. Yogyakarta: Deepublish
- Astuti dkk, (2025). *Buku ajar gizi dalam daur kehidupan*. Jakarta: Optimal Untuk Negeri
- Brooks, J. (2011). The Process of Parenting. Edisi 8. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Dewan Guru Besar IPB. (2018). Pangan dan Gizi untuk Kesehataan dan Kesejahteraan Masyarakat (W. P. Rahayu (ed.)). PT Penerbit IPB Press
- Engle P.L. (1997). The care initiative assessment analysis and action to improve care for nutrition. New York UNICEF
- Erika, K.A; Utami, T.A; & Andhini, C.S.D. (2023). Asuhan Keperawatan Anak dengan Gangguan Nutrisi. Jakarta: Nuansa Fajar Cemerlang
- Kemenkes. (2025). SSGI 2024 Survei Status Gizi Indonesia dalam Angka. Jakarta: Kemenkes
- Leuba, A. L., Meyer, A. H., Kakebeeke, T. H., Stülb, K., Arhab, A., Zysset, A. E., Leeger-Aschmann, C. S., Schmutz, E. A., Kriemler, S., Jenni, O. G., Puder, J. J., Munsch, S., & Messerli-Bürgy, N. (2022). The relationship of parenting style and eating behavior in preschool children. *BMC Psychology*, 10(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00981-8>
- Mirayanti NKA. (2012). Hubungan pola asuh pemenuhan nutrisi dalam keluarga dengan status gizi balita di Kelurahan pasir Gunung Selatan Kecamatan Cimanggis Kota Depok. Depok: Universitas Indonesia. [Tidak dipublikasikan]
- Munawaroh S. 2015. *Pola Asuh Mempengaruhi Status Gizi Balita*. Jurnal Keperawatan. Vol 6, No 1 hal 44-50. (Online,<http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/2851>) (Diakses 12 Desember 2025)
- Romadhoni, M.B; Rohmatin, H; & Supriyadi, B. (2024). Hubungan pola asuh makan dengan status gizi balita. *Jurnal penelitian perawat professional*, 6(5), 2151-2158



This work is licensed under a Creative Commons Attribution

Sa'Diyah, H; Sari.D.L; & Nikmah, A.N.(2020). Hubungan antara pola asuh dengan status gizi pada balita. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*. 1(2),151-158

Hasibuan, R.R.M, dkk. (2025). Pengaruh Pola Asuh dan Pemberian Makan terhadap Status Gizi Balita di Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh. *Sari Pediatri*. 27(1), 38-43

WHO. (2025). The Global Health Observatory. Explore a world of health data. *Retrieved from* <https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/joint-child-malnutrition-estimates-unicef-who-wb>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution