

HUBUNGAN POLA ASUH DENGAN STATUS GIZI BALITA DI ACEH SELATAN

The Relationship Between Parenting Patterns and the Nutritional Status Of Toddlers in South Aceh

Rossi Aulia Pratiwi^{*1}, Ismiati², Syarifah Asyura³, Dhiya Salsabila⁴

^{1,2,3,4} Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia, Jl. Alue Naga Desa
Tibang Kec. Syiah Kuala Kota Banda Aceh, Indonesia

*Koresponding Penulis: rossi@uui.ac.id

Abstrak

Balita merupakan fase yang penting karena menentukan kualitas kesehatan, kesejahteraan, pengetahuan, dan perilaku di masa yang akan datang, sehingga penting untuk memperhatikan status gizi. Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap status gizi adalah pola makan dan konsumsi makanan pada balita. Pola makan dan konsumsi makanan dipengaruhi oleh faktor pengasuhan. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan konsumsi pangan dengan status gizi balita di Aceh Selatan. Metode penelitian yang digunakan adalah analitik observasional cross sectional dengan sampel 91 balita yang dipilih secara purposive. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 73,6% balita memiliki pola asuh makan dengan kategori kurang. Temuan ini menekankan pentingnya peranan ibu dalam mengasuh anak.

Kata kunci: Pola Asuh, Balita, Aceh Selatan

Abstract

Early childhood is a crucial developmental phase because it determines future health, well-being, knowledge, and behavior; therefore, it is important to pay close attention to nutritional status. One of the factors that influences nutritional status is dietary patterns and food consumption in young children, which are in turn affected by caregiving practices. This study aims to analyze the relationship between food consumption and the nutritional status of toddlers in South Aceh. The research employed an observational analytic cross-sectional design with a purposive sample of 91 toddlers. The results showed that 73.6% of the toddlers had inadequate feeding practices. These findings highlight the important role of mothers in child care.

Keywords: parenting patterns, toddlers, south Aceh

PENDAHULUAN

Anak usia 0–59 bulan yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan pesat serta membutuhkan asupan gizi yang cukup dan berkualitas disebut sebagai balita. Kelompok ini termasuk rentan terhadap masalah gizi karena mudah mengalami kekurangan asupan makanan yang memadai. Kecukupan gizi sangat berperan dalam proses tumbuh kembang dan perkembangan kecerdasan anak, sehingga status gizi dapat memengaruhi kondisi anak di masa depan, terutama terkait pertumbuhan dan kemampuan kognitifnya (Lowdermilk *et al.*, 2016).

Masa balita merupakan fase penting yang menentukan kualitas kesehatan, kesejahteraan, kemampuan belajar, dan perilaku anak di masa depan. Pada tahap ini, perkembangan anak mencakup aspek motorik kasar dan halus, kemampuan berbahasa, serta perkembangan sosial. Periode balita berlangsung sangat singkat dan sering disebut sebagai “masa keemasan” (*golden period*), “jendela kesempatan” (*window of opportunity*), serta “masa kritis” (*critical period*). Pada masa ini, anak lebih rentan terserang berbagai penyakit seperti ISPA, diare, campak, HIV, difteri, dan gizi buruk. Oleh

karena itu, pemenuhan kebutuhan gizi, stimulasi perkembangan, serta perlindungan kesehatan menjadi sangat penting. Dukungan lingkungan keluarga dan layanan kesehatan yang optimal dapat membantu memaksimalkan potensi pertumbuhan dan perkembangan anak selama periode yang sangat menentukan ini (Lewis, 2018).

Status gizi balita merupakan salah satu indikator penting dalam menilai kondisi kesehatan masyarakat serta capaian program pembangunan, termasuk target MDGs. Penilaian status gizi anak dilakukan melalui beberapa indikator, yaitu umur, berat badan (BB), dan tinggi badan (TB). Ketiga variabel tersebut kemudian diolah menjadi indikator antropometri, yaitu berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U), dan berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) (Paramita, 2019).

Kualitas sumber daya manusia (SDM) di Indonesia sangat dipengaruhi oleh kondisi gizi masyarakat. Berbagai masalah gizi dapat muncul, seperti gangguan pertumbuhan sejak masa prenatal yang berpotensi mengakibatkan BBLR, *stunting*, serta *wasting*. Kondisi-kondisi ini dapat berdampak pada gangguan pertumbuhan anak di masa mendatang. Anak yang mengalami kekurangan gizi berisiko mengalami hambatan perkembangan kognitif, kesulitan dalam prestasi akademik, dan penurunan kemampuan produktivitas ketika dewasa. Karena itu, deteksi dini serta intervensi gizi yang tepat menjadi sangat penting untuk memastikan tumbuh kembang anak berlangsung optimal dan untuk menciptakan generasi yang lebih sehat, cerdas, dan produktif (Harjatmo, 2017).

Provinsi Aceh Tahun 2024 proporsi balita dengan *stunting* sebesar 28,6%; *underweight* sebesar 22,7%; *severe wasting* sebesar 1,6%; *wasting* sebesar 8,0%; *overweight* sebesar 2,0%. Kabupaten Aceh Selatan proporsi balita dengan status *stunting* 34,2%; *underweight* sebesar 23,9%; *severe wasting* sebesar 1,2%; *wasting* sebesar 6,9%; *overweight* 1,9% (SSGI, 2024).

Menurut penelitian Ramayulis (2018), sekitar 48% kasus kekurangan gizi pada anak disebabkan oleh kesalahan dalam pola asuh, sedangkan 30% lainnya dipengaruhi oleh faktor tidak langsung seperti kondisi kemiskinan. Hasil studi pendahuluan melalui wawancara terhadap 10 responden di Posyandu Sartika, Desa Pasar, menunjukkan bahwa terdapat 2 balita (20%) dengan status gizi buruk, 3 balita (30%) dengan gizi kurang, dan 5 balita (50%) memiliki status gizi baik. Sebagian besar ibu yang memiliki balita tidak bekerja, yaitu sebanyak 8 orang (80%), sementara 2 ibu (20%) bekerja sebagai wiraswasta. Dari 10 ibu balita, 5 ibu (50%) menyatakan bahwa anak mereka tidak mendapatkan variasi makanan setiap hari. Sebanyak 8 ibu (80%) mengatakan anak jarang diberi buah, dan 6 ibu (60%) mengungkapkan bahwa anak jarang diberikan susu. Selain itu, 4 ibu (40%) menyatakan bahwa anak tidak selalu makan dengan frekuensi tiga kali sehari karena cenderung lebih sering mengonsumsi jajanan dari toko.

Dampak yang ditimbulkan oleh masalah gizi sangatlah kompleks. Kondisi ini tidak hanya meningkatkan risiko anak mengalami sakit, cacat, dan kematian, tetapi juga memengaruhi kualitas pembentukan sumber daya manusia (SDM) yang berhubungan dengan kemampuan produktivitas di masa depan. Periode dari masa konsepsi hingga usia balita merupakan fase penentu kualitas hidup anak. Generasi yang unggul hanya dapat diwujudkan apabila ibu memperoleh asupan gizi yang adekuat sejak masa kehamilan hingga anak berusia 5 tahun, disertai pola asuh yang baik dan sesuai kebutuhan anak.

Anak yang mengalami gizi kurang berisiko lebih tinggi mengalami morbiditas dan mortalitas, serta memiliki gangguan pada proses tumbuh kembang, kemampuan intelektual, dan produktivitas di kemudian hari. Dampak jangka panjang dari kekurangan gizi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan seperti *stunting* serta menghambat perkembangan otak, yang pada akhirnya berkontribusi pada penurunan kecerdasan dan kemampuan belajar anak (Hasanah, 2019). Berdasarkan latar belakang tersebut, diperlukan sebuah kajian terkait hubungan pola asuh orang tua dengan status gizi balita di Posyandu Sartika Desa Pasar Wilayah Kerja Puskesmas Tapaktuan Kabupaten Aceh Selatan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional *cross sectional*. Studi *cross sectional* merupakan suatu desain yang mencakup semua jenis penelitian dengan pengukuran variabel dilakukan secara serentak dalam suatu waktu. Penelitian difokuskan pada pola asuh orang tua. Sampel penelitian terdiri dari 91 balita, subjek pada penelitian ini yaitu balita usia 24-59 bulan sedangkan responden pada penelitian ini yaitu ibu dari balita tersebut. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu responden

merupakan ibu dari balita usia 24-59 bulan yang ada di Kabupaten Aceh Selatan, bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini dengan menggunakan bahasa Indonesia, kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu responden tidak berada di tempat sewaktu penelitian, responden atau balita dalam keadaan sakit dan balita memiliki kelainan, dalam hal ini memiliki cacat bawaan lahir.

Penelitian ini menggunakan dua jenis data, yaitu data primer dan data sekunder. Data sekunder mencakup informasi mengenai karakteristik subjek (usia, jenis kelamin, berat badan lahir, dan tinggi badan lahir), karakteristik keluarga (pendidikan ibu, pekerjaan ibu, serta tingkat pengetahuan ibu tentang gizi), tinggi badan, berat badan, status sosial ekonomi, Sementara itu, data primer terdiri dari informasi mengenai pola asuh balita (pola pemberian makan dan kesehatan) serta riwayat penyakit infeksi (gejala ISPA dan diare), yang dikumpulkan langsung oleh peneliti. Data tersebut dikumpulkan peneliti melalui wawancara menggunakan kuesioner dan pengukuran secara langsung.

Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner pola asuh makan dan pola asuh kesehatan. Pola asuh makan mengadopsi kuesioner dari Indriyani (2015) dan Martianto et al. (2011) kuesioner terdiri dari pertanyaan positif dan negatif tentang praktek pemberian makan ibu kepada anak. Pertanyaan positif diberi skor berdasarkan skala likert dengan skor paling tinggi jika menjawab selalu (3) dan skor paling rendah jika jawab tidak pernah (0). Sebaliknya, untuk pertanyaan negatif skor paling tinggi jika menjawab tidak pernah (3) dan skor paling rendah jika jawab selalu (1). Total skor yang diperoleh diklasifikasikan menjadi tiga kategori berdasarkan interval kelas yang telah ditetapkan yaitu kurang (0-33,3%), sedang (33,4-66,7%) dan baik (66,7-100%). Kuesioner pola asuh kesehatan dimodifikasi dari kuesioner Pramuditya (2010). Kuesioner ini terdiri dari pertanyaan positif tentang praktek anak dan pola asuh kesehatan preventif. Masing-masing pertanyaan diberi skor berdasarkan skala likert yaitu skor 1 dan skor 3. Total skor yang diperoleh diklasifikasikan menjadi tiga kategori berdasarkan interval kelas yaitu kurang (0-33.3%), sedang (33.4 66.7%) dan baik (66.7-100%) (Pramuditya 2010).

Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan pola asuh orang tua dalam pemberian makan dan kesehatan anak, distribusi status gizi balita, serta faktor-faktor yang mungkin berhubungan dengan pola asuh tersebut. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel dan grafik, kemudian dibahas dengan mengacu pada literatur sebelumnya untuk menarik kesimpulan mengenai kualitas pola asuh, pengaruhnya terhadap status gizi balita, serta implikasinya terhadap upaya perbaikan gizi di Posyandu Sartika Desa Pasar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil analisis pola asuh dengan status gizi (*stunting*)

Variabel	Status gizi		<i>p-value</i>
	Normal	<i>Stunting</i>	
Pola asuh makan			
Baik kurang	5 (9,3%)	19 (51,4%)	<0,001*
Baik	49 (90,7%)	18 (54,6%)	
Pola asuh kesehatan			
Kurang	15 (27,8%)	29 (78,4%)	<0,001*
Baik	39 (72,2%)	8 (21,6%)	

Hasil penelitian pola asuh dengan status gizi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh makan dengan *stunting*. Penelitian yang sama juga ditemukan bahwa pola asuh merupakan faktor risiko *stunting* di Aceh Tengah (Aramico *et al.* 2013; Widyarningsih *et al.* 2018). Berdasarkan distribusi penilaian aspek pola asuh makan, sebagian besar balita sering mengonsumsi nasi dan lauk saja (58,2%) dan nasi dan sayur saja (53,8%), hanya 34,1% ibu balita yang menyediakan menu lengkap setiap harinya. Rendahnya pola asuh makan akan berpengaruh terhadap status gizi balita. Pola asuh makan sangat penting diterapkan kepada balita, tidak hanya dari asupan nutrisi atau apa yang dimakan anak tetapi juga bagaimana sikap ibu bereperan. Seperti halnya mendampingi anak saat makan dengan pola asuh makan yang baik maka akan meningkatkan status gizi anak (Engle *et al.* 2000; Dwi Pratiwi *et al.* 2016).

Pola asuh kesehatan merupakan kebiasaan atau cara orang tua/orang terdekat merawat kesehatan anak balita juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan pola asuh kesehatan dengan stunting. Penilaian pola asuh kesehatan dalam penelitian ini terkait dengan kunjungan ke posyandu, imunisasi, pemberian tablet vitamin A, dan pemberian obat cacing. Pada penelitian ini di dapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara pola asuh dengan stunting. Penelitian yang sama di Kabupaten Padang Lawas, Sumatera Utara dan Kota Banda Aceh, juga menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola asuh kesehatan dengan anak usia 1-5 tahun. Pola asuh kesehatan sering dikaitkan dengan tingkat pengetahuan gizi ibu. Ibu dengan pengetahuan gizi yang kurang cenderung akan memiliki skor pola asuh yang kurang. Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan positif antara pengetahuan ibu dengan pola asuh kesehatan. Semakin baik pengetahuan ibu terkait gizi makan akan sebaik pula penerapan pola asuh kesehatan anaknya.

Penelitian lain juga menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan cara perawatan kesehatan anak. Beberapa hal yang dapat memengaruhi pola asuh kesehatan seperti kebiasaan serta pengalaman ibu dalam mengasuh anak, baik dalam hal makanan maupun personal hygiene dan sanitasi (Kusumaputra 2013; Dwi Pratiwi *et al.* 2016).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sepertiga dari total subjek berada pada rentang usia 24-36 bulan, lebih dari setengah berjenis kelamin perempuan dan memiliki berat badan lahir rendah. Sepertiga ibu subjek hanya mengenyam pendidikan SD, dan hampir setengah memiliki pengetahuan terkait gizi kategori sedang. Pekerjaan ayah paling banyak adalah bekerja sebagai buruh/sopir dan lebih dari tiga perempat ibu tidak bekerja. Lebih dari tiga perempat jumlah balita (73,6%) memiliki pola asuh makan kategori baik dan lebih dari setengah memiliki pola asuh kesehatan juga memiliki kategori baik. Jumlah balita yang mengalami stunting (40,7%) lebih banyak dibandingkan dengan balita dengan status gizi wasting (9,9%) dan underweight (19,8%).

SARAN

1. Anak balita perlu mendapatkan makanan bergizi seimbang setiap hari, yang terdiri dari sumber karbohidrat, protein hewani dan nabati, sayur, buah, serta makanan selingan sehat.
2. Orang tua diharapkan lebih memperhatikan pola asuh makan dan kesehatan balita, termasuk pemberian makanan bergizi seimbang, jadwal makan teratur, serta variasi pangan yang sesuai dengan kebutuhan anak.
3. Penelitian lanjutan disarankan untuk mengkaji faktor lain yang dapat memengaruhi status gizi balita seperti pola makan, infeksi, atau kondisi sosial ekonomi keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Aramico B, Sudargo T, Susil. 2013. Association between socio-economy, rearing pattern, eating pattern with stunting in elementary school children in Lut Tawar Subdistrict, Centaral Aceh Regency Basri. *Gizi dan Diet Indones.* 1(3):121–130.
- Dwi Pratiwi T, Masrul M, Yerizel E. 2016. Hubungan Pola Asuh Ibu dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang. *J Kesehat Andalas.* 5(3):661–665. doi:10.25077/jka.v5i3.595.
- Engle PL, Bentley M, Peltó G. 2000. The role of care in nutrition programmes : current research and a research agenda.
- Indriyani RA. 2015. Hubungan pola asuh makan dengan status gizi usia anak sekolah di SD Peluk Pucung di Bekasi. *J Kesejaht Kel dan Pendidik.* 2(2):11. doi:10.21009/jkkp.022.03.
- Kusumaputra RP. 2013. Hubungan Pola Asuh dan Pengetahuan Gizi Ibu dengan Status Gizi dan Kesehatan Anak Balita. IPB University.

- Lowdermilk, D. L., Perry, S. E., Cashion, K., Alden, K. R., & Olshansky, E. F. (Eds.). (2016). *Maternity & women's health care* (11th ed.). Elsevier
- Lewis, S. L., Dirksen, S. R., Heitkemper, M. M., Bucher, L., & Harding, M. M. (2018). *Maternal child nursing care* (6th ed.). Elsevier.
- Martianto D, Riyadi H, Ariefiani R. 2011. Pola asuh makan pada rumah tangga yang tahan dan tidak tahan pangan serta kaitannya dengan status gizi anak balita Di Kabupaten Banjarnegara. *J Gizi dan Pangan*. 6(1):51. doi:10.25182/jgp.2011.6.1.51-58.
- Paramita, F. (2019). *Gizi pada kehamilan*. Wineka Media.
- Par'i HM, Wiyono S, Harjatmo TP. 2017. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta (ID): Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
- Pramuditya S. 2010. Kaitan antara tingkat pendidikan dan pengetahuan gizi ibu, serta pola asuh dengan perilaku keluarga sadar gizi dan status gizi anak. [TESIS]. Bogor : Institut Pertanian Bogor
- Ramayulis, R., Kresnawan, T., Iwaningsih, S., & Rochani, N. S. (2018). *Stop Stunting dengan Konseling Gizi*. Jakarta: Penebar Plus+.
- Solin AR, Hasanah O, Nurchayati S. 2019. Hubungan Kejadian Penyakit Infeksi Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita 1-4 Tahun. *Fak Keperawatan*. 6(1):65–71
- Widyaningsih NN, Kusnandar K, Anantanyu S. 2018. Keragaman pangan, pola asuh makan dan kejadian stunting pada balita usia 24-59 bulan. *J Gizi Indones*. 7(1):22. doi:10.14710/jgi.7.1.22-29