

Pola Asuh Makan dan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi

Nora Amelia Putri¹, Zafrullah Zein², Arnati Wulansari^{3*}, Merita⁴, Tina Yuli Fatmawati⁵

^{1,2,3,4,5} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim Jambi, Indonesia

*Email Korespondensi : arnati09@gmail.com

Abstract

Toddlers is an important period in the process of growth and development. At this time there is a rapid increase so that it is called the golden period in the life cycle. To achieve this, of course, it is influenced by two important aspects, namely the parenting feeding provided by parents and also the nutritional status of the toddler. This research is a quantitative study with a cross sectional design. The population in this study were toddlers in the Simpang Kawat Health Center working area, totaling 2237 toddlers. The sample used was 94 respondents with a proportional random sampling technique. The data analysis technique used is the Chi Square test. It is known that from 94 respondents, 78 people (83%) respondents have a good toddler eating feeding. 94 respondents, 79 people (84%) respondents have good nutritional status. There is a relationship between parenting feeding (p-value: 0.000) with the nutritional status of toddlers in the Simpang Kawat Health Center, Jambi City. It is expected that parents, especially mothers, can pay attention to parenting feeding in toddlers so that the nutritional status of toddlers is always good

Keywords: *nutritional status, parenting feeding, toddlers*

Abstrak

Masa balita merupakan periode penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Pada masa ini terjadi peningkatan secara pesat sehingga disebut periode emas dalam siklus kehidupan. Untuk mencapai hal tersebut tentunya dipengaruhi oleh dua aspek penting yaitu pola asuh makan yang diberikan oleh orang tua dan juga status gizi balita tersebut. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pola asuh makan dan asupan zat gizi makro dengan status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Populasi dalam penelitian adalah balita di wilayah kerja Puskesmas Simpang Kawat berjumlah 2237 balita. Sampel yang digunakan sebanyak 94 responden dengan teknik proposional Random sampling. Teknik analisis data yang digunakan yaitu uji Chi Square. Diketahui bahwa dari 94 orang responden, 78 orang (83%) responden memiliki pola asuh makan balita yang baik. 94 orang responden, 79 orang (84%) responden memiliki status gizi baik. Ada hubungan pola asuh makan (p-value :0,000) dengan status gizi pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. Diharapkan kepada orang tua khususnya ibu untuk dapat memperhatikan pola asuh makan pada balita agar status gizi balita selalu baik

Kata Kunci : balita, pola asuh makan, status gizi

PENDAHULUAN

Masa balita merupakan periode penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan, terjadi peningkatan secara pesat sehingga disebut periode emas dalam siklus kehidupan. Tumbuh kembang balita tentunya membutuhkan asupan gizi yang cukup dan sesuai agar tidak terjadi permasalahan gizi (Harjatmo, 2017). Masalah gizi balita masih menjadi perhatian karena masih banyak kasus gizi kurang dan gizi buruk di beberapa daerah di Indonesia. Masalah gizi pada balita dapat menurunkan kecerdasan, produktifitas, dan kreatifitas sehingga berkaitan dengan penurunan kualitas SDM. Hasil Riskesdas tahun 2013 menyebutkan bahwa prevalensi gizi kurang dan buruk pada tingkat nasional sebesar 13,95%

dan 5,7%. Prevalensi ini mengalami penurunan di tahun 2018 yaitu status gizi kurang dan buruk pada tingkat nasional menjadi 13,8% dan 3,9%. Penurunan prevalensi gizi buruk pada tahun 2018 cukup signifikan sedangkan penurunan prevalensi gizi kurang adalah rendah yaitu 1% (Afifah, 2019).

Pola asuh makan anak merupakan interaksi orang tua dengan anak ; berupa tindakan penyediaan waktu, perhatian, dan dukungan orangtua guna memenuhi kebutuhan fisik, mental, dan sosial. Kebiasaan makan dapat terbentuk sejak usia balita yang merupakan masa penting dalam kehidupan seseorang karena pada masa inilah ditanamkan sikap, kebiasaan dan pola tingkah laku yang memegang peranan menentukan dalam perkembangan individu selanjutnya. Dalam masyarakat Indonesia, wanita dianggap sebagai pihak yang paling bertanggung jawab terhadap tugas domestik yang mencakup tugas pengasuhan, kesehatan dan pertumbuhan anak. Dari studi yang pernah dilakukan diketahui posisi wanita dalam keluarga turut menentukan keadaan kesehatan dan tumbuh kembang anak karena ini bersangkutan dengan alokasi dana dan waktu (Noviyani, 2018). Pola asuh makan yang diterapkan oleh ibu akan berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan balita karena kekurangan gizi pada masa balita akan bersifat irreversible (tidak dapat pulih), sehingga padamasa ini balita membutuhkan asupan makan yang berkualitas. Pola asuh makan yang baik dicerminkan dengan semakin baiknya asupan makan yang diberikan kepada balita. Asupan makan yang dinilai secara kualitatif digambarkan melalui keragaman konsumsi pangan. Keragaman pangan mencerminkan asupan zat gizi seseorang (Widyaningsih, 2018).

Status gizi adalah keadaan pada tubuh manusia yang merupakan dampak dari makanan dan penggunaan zat gizi yang dikonsumsi seseorang (Yuqiana, 2020). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, secara nasional prevalensi balita dengan gizi kurang sebesar 13,8% dan gizi buruk sebesar 3,9%, sedangkan di wilayah propinsi Jambi prevalensi gizi kurang sebesar 11,9% dan gizi buruk sebesar 3,8%. Menurut data yang diperoleh dari Laporan Riskesdas Provinsi Jambi tahun 2018, prevalensi balita dengan gizi kurang di Kota Jambi sebesar 11,71% dan balita dengan gizi buruk sebesar 1,28%. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Jambi, diperoleh data prevalensi gizi kurang dan gizi sangat kurang paling banyak terjadi di wilayah kerja puskesmas simpang kawat

Menurut UNICEF (1998), faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi anak balita dan penyebab kurang gizi pada anak balita di masyarakat yaitu : penyebab langsung dan tidak langsung. Asupan makanan dan penyakit dapat secara langsung menyebabkan gizi kurang. Sedangkan penyebab tidak langsung ada 3 yaitu, ketahanan pangan, pola asuh makan anak, serta pelayanan kesehatan dan lingkungan yang tidak memadai. Hal ini disebabkan karena kemiskinan, pendapatan, kurang pendidikan, pengetahuan dan keterampilan (Izhar, 2017).

Menjaga status gizi balita tersebut diperlukan pengetahuan ibu yang baik karena pengetahuan ibu mengenai makanan yang baik untuk dikonsumsi balita akan mempengaruhi status gizi balita menjadi baik. Pendidikan seorang ibu dapat mempengaruhi pengetahuan ibu. Makin tinggi pendidikan ibu diharapkan pengetahuan gizi ibu mengenai asupan zat gizi semakin baik. Asupan zat gizi merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan status gizi balita. Asupan zat gizi dapat diperoleh dari zat gizi makro dan mikro. Selain itu faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi balita adalah pemberian ASI secara eksklusif, pola asuh makan balita serta pekerjaan ibu (Suryani, 2017)

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Siregar (2017), pola asuh makan orangtua mempengaruhi status gizi balita usia 24-59 bulan. Dalam penelitian itu menunjukkan bahwa ibu yang memberikan pola asuh makan baik kepada anaknya, maka anaknya cenderung berstatus gizi baik/normal, sedangkan pada ibu yang menerapkan pola asuh makan tidak baik, maka anak cenderung mengalami gizi kurang. Asupan zat gizi juga berpengaruh

terhadap status gizi balita, seperti yang dilaporkan oleh Tambi (2019) yang mana balita yang mendapatkan asupan gizi baik memiliki status gizi yang baik pula dan tidak mudah terserang penyakit, sedangkan balita yang asupan makannya tidak adekuat kebanyakan mengalami gizi kurang. Sehingga disimpulkan bahwa kecukupan gizi balita berkorelasi positif dengan status gizi balita.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *observasional* menggunakan rancangan *cross sectional*. Adapun variabel terikatnya adalah status gizi balita, sedangkan variabel bebas adalah pola asuh makan. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. Penelitian ini variabel yang diamati diantaranya meliputi pola asuh makan ibu kepada balita yang meliputi sikap dan perilaku ibu dalam memberikan makan kepada balita; status gizi balita dengan indeks BB/TB melalui penimbangan BB dan pengukuran TB balita. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang mempunyai balita usia 24-59 bulan yang berjumlah 2237 balita. Adapun besar sampel dalam pada penelitian ini sebanyak 94 responden dengan tehnik pengambilan sampel yang digunakan adalah proposional random sampling. Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat dan Bivariat dengan uji *Chi Square*.

HASIL

A. Gambaran Pola asuh makan Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi.

Tabel 1 Gambaran Pola Asuh Makan Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi.

No	Kategori Pola asuh makan	Jumlah (orang)	% (persentase)
1	Kurang Baik	16	17.0
2	Baik	78	83.0
	Total	94	100.0

Berdasarkan tabel 1 terlihat bahwa dari 94 orang responden, 78 orang (83%) responden memiliki pola asuh makan balita yang baik

Tabel 2 Gambaran Pola asuh makan

No	Pertanyaan	Benar		Salah		Total	
		Jml(orang)	%	Jml(orang)	%	Jml(orang)	%
1	Pada usia berapa anak sudah tidak diberikan ASI	79	84.0	15	16.0	94	100
2	Apakah ibu selalu membiasakan anak untuk sarapan pagi?	67	71.3	27	28.7	94	100
3	Kapan saja anda memberikan makanan pada anak?	52	55.3	42	44.7	94	100
4	Berapa porsi makan yang diberikan kepada anak anda setiap kali makan?	53	56.4	41	43.6	94	100
5	Makanan yang ibu berikan kepada anak apakah memenuhi zat-zat gizi yang lengkap seperti karbohidrat (nasi, roti, kentang, ubi, jagung), protein	48	51.1	46	48.9	94	100

No	Pertanyaan	Benar		Salah		Total	
		Jml(orang)	%	Jml(orang)	%	Jml(orang)	%
	(daging, telur, tempe, tahu), vitamin dan mineral (sayur, buah)?						
6	Apa yang anda lakukan jika anak anda menolak atau merasa bosan dengan menu yang anda berikan?	40	42.6	54	57.4	94	100
7	Berapa kali anda memberikan makanan selingan dalam sehari kepada anak?	42	44.7	52	55.3	94	100
8	Bentuk makanan selingan apa yang biasa anda berikan?	47	50.0	47	50.0	94	100
9	Apabila anak tidak mau makan apa yang biasa anda lakukan?	49	52.1	45	47.9	94	100
10	Apakah ibu mengajarkan anak tentang pentingnya mengkonsumsi makanan yang bergizi	39	41.5	55	58.5	94	100
11	Biasanya apa yang anda lakukan jika anak tiba-tiba berhenti makan?	35	37.2	59	62.8	94	100
12	Apakah ibu mengetahui tentang gizi seimbang bagi anak ?	41	43.6	53	56.4	94	100
13	Apakah ibu melakukan motivasi baik secara verbal dan perilaku kepada anak tentang konsumsi gizi seimbang	43	45.7	51	54.3	94	100
14	Apakah makanan yang disediakan oleh ibu selalu dihabiskan oleh anak?	54	57.4	40	42.6	94	100
15	Apakah ibu mengajarkan kebersihan ketika makan (seperti cuci tangan sebelum makan, kebersihan alat makan)?	61	64.9	33	35.1	94	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa dari 94 responden, 79 responden (84%) paling banyak menjawab benar tentang usia anak sudah tidak diberikan ASI. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Siregar (2017) yang menyatakan bahwa pola asuh makan yang dimiliki oleh balita adalah pola asuh makan yang baik.

Berdasarkan penelitian dapat diketahui bahwa orang tua sudah banyak yang mengetahui tentang batas usia anak tidak diberikan asi. Wahyuni (2018) menjelaskan bahwa ketika orang tua sudah mengetahui anaknya tidak diberikan asi maka orang tua harus memberikan asupan nutrisi yang lain kepada balita. Sejalan dengan pendapat sebelumnya Ramadani (2017) menjelaskan pola makan akan sangat berdampak pada status gizi dan tumbuh kembang anak dimana usia balita adalah usia “*golden years*” untuk memaksimalkan pertumbuhan.

B. Gambaran Status Gizi pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi.

Tabel 3 Gambaran Status Gizi Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi.

No	Status gizi	Jumlah (orang)	% (persentase)
1	Gizi Baik	79	84.0
2	Gizi Kurang	15	16.0
	Total	94	100.0

Berdasarkan tabel 3 terlihat bahwa dari 94 orang responden, 79 orang (84%) responden memiliki status gizi baik. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mahfudh (2021) yang menyatakan bahwa status gizi balita adalah baik. Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antar asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Setiap individu membutuhkan asupan zat gizi yang berbeda antara individu, hal ini tergantung pada usia orang tersebut, jenis kelamin, aktivitas tubuh dalam sehari dan berat badan.

Dampak yang akan ditimbulkan kedepannya akibat kejadian gizi buruk yang dialami balita sangat dikhawatirkan. Bukan hanya masalah pertumbuhannya yang akan terhambat, tapi juga dapat menyebabkan balita kekurangan tenaga untuk beraktivitas, pertahanan tubuh balita juga akan bermasalah dan tidak terjadinya perkembangan fungsi otak. Ada juga dampak yang disebabkan oleh gizi berlebih yaitu terjadinya resiko obesitas maupun penyakit degeneratif yang akan timbul nanti (Prassadianratry 2015). Oleh karena itu, menjaga status gizi balita sangat penting.

C. Status Gizi Balita Berdasarkan Pola Asuh Makan Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi.

Tabel 4. Status Gizi Balita Berdasarkan Pola Asuh Makan di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi.

No	Pola asuh makan	Status gizi		Gizi Kurang		Total		p-value	lambda
		Gizi Baik							
		Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%		
		(orang)		(orang)		(orang)			
1	Baik	77	98.7	1	1.3	78	100		
2	Kurang Baik	2	12.5	14	87.5	16	100	0,000	0,80
Total		79	84.0	15	16.0	94	100		

Tabel 4. memperlihatkan bahwa ibu dengan pola asuh makan yang baik nyata ($p < 0,05$) memberikan dampak yang baik juga terhadap status gizi balita mereka (98,7%). Keadaan ini diperkuat oleh keeratan hubungan antara pola asuh makan balita dengan status gizi balita. Berdasarkan nilai koefisien hubungan lambda sebesar 0,80 (sangat kuat). Artinya semakin banyak orang tua dengan pola asuh makan yang terkategori baik maka semakin banyak pula balita yang berstatus gizi baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Siregar (2017) dimana didapatkan bahwa pola asuh makan orangtua mempengaruhi status gizi balita usia 24-59 bulan. Selain itu juga diketahui bahwa ibu yang memberikan pola asuh makan baik kepada anaknya, maka anaknya cenderung berstatus gizi baik/normal, sedangkan pada ibu yang menerapkan pola asuh makan tidak baik, maka anak cenderung mengalami gizi kurang

Pola asuh makan adalah cara makan seseorang atau sekelompok orang dalam memilih makanan dan memakannya sebagai tanggapan terhadap pengaruh fisiologi, psikologi budaya dan sosial (Waryana, 2020). Untuk kebutuhan pangan/gizi, ibu menyiapkan diri sejak prenatal dalam mengatur dietnya selama kehamilan, masa neonatal berupa pemberian ASI, menyiapkan makanan tambahan berupa makanan padat yang lebih bervariasi bahannya atau makanan yang diperkaya, dan dukungan emosional untuk anak. Status sakit, pola aktivitas, asupan gizi rendah, frekuensi konsepsi terkait pertumbuhan anak melalui status gizi ibu (pola asuh makan anak terdiri atas hal yang berhubungan dengan menyusui, dan pemberian makanan selain ASI buat anak).

Pola asuh makan anak adalah pemenuhan kebutuhan anak oleh ibu dalam bentuk pemberian asupan gizi baik berupa makanan pokok maupun makanan pendamping (Yumni, 2020). Pemenuhan kebutuhan makan pada balita adalah dengan memperhatikan gizi seimbang. Selain pemenuhan gizi seimbang frekuensi makan juga harus diperhatikan. Menurut Hasyim (2021) menyatakan bahwa frekuensi makan yang dianjurkan untuk balita adalah makan pokok 3x / 24 jam dan diselingi dengan 2 kali pemberian cemilan.

Berdasarkan hasil penelitian peneliti berasumsi bahwa masih perlunya dilakukan edukasi kepada pasien untuk meningkatkan pola asuh makan pasien hal ini disebabkan karena berdasarkan hasil analisis kuesioner diketahui bahwa kebanyakan ibu masih sering memarahi anaknya ketika anaknya tiba tiba berhenti makan. Padahal seharusnya ketika anak berhenti makan maka ibu harus memberikan jeda terlebih dahulu baru setelah beberapa saat kemudian dilanjutkan kembali (Pratiwi, 2021).

SIMPULAN

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa dari 94 orang responden, 78 orang (83%) responden memiliki pola asuh makan balita yang baik. Diketahui juga bahwa dari 94 orang responden 77 orang (81,9%) responden memiliki status gizi baik, serta ada hubungan pola asuh makan dengan status gizi balita (p-value 0,000) dengan nilai lambda 0,80 (sangat kuat)

SARAN

Disarankan kepada pihak puskesmas untuk dapat memberikan edukasi kepada ibu yang memiliki balita tentang bagaimana cara menerapkan pola asuh makan yang lebih baik lagi terutama tindakan yang dapat dilakukan ibu ketika anak tidak mau makan.

DAFTAR PUSTAKA

- Harjatmo, T., Par'i, H. & Wiyono, S. (2017). *Penilaian Status Gizi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Izhar, M.D. (2017). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Dengan Pola asuh makan Terhadap Status Gizi Anak Di Kota Jambi. Jambi; Jurnal Kesmas Jambi (JKMJ): Vol. 1, No. 2
- Kharisma , Meri dan Nel Efni. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Tumbuh Kembang Dengan Perkembangan Anak Usia 3-4 Tahun di Kelompok Bermain

- Golden Kids di Kecamatan Telanai Pura Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim*. Vol.6 No.1 Maret 2017.
- Luthfiatul, Afifah. (2019). Hubungan Pendapatan, Tingkat Asupan Energi dan Karbohidrat dengan Status Gizi Balita Usia 2-5 Tahun di Daerah Kantong Kemiskinan. DOI: 10.2473/amnt.v3i3.2019.183-188
- Mahfudh, A. (2021). Hubungan Antara Kecukupan Gizi dengan Status Gizi Peserta Didik Kelas X SMA Nur Iman Sleman Kabupaten Sleman. Universitas Negeri Yogyakarta
- Notoadmojo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Noviyani, E.P. (2018). Hubungan Peran Orang Tua dan Pola asuh makan terhadap Perkembangan Balita. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju*.
- Pratiwi, Rinda Dian dkk. (2020). Peran Ibu dalam Pemberian Makanan Bergizi pada Balita Status Gizi Baik yang Kesulitan Makan. *Jurnal Kesehatan* 14 (2) 2021, 119-125. DOI 10.23917/jk.v14i2.11759
- Putri. (2020). Hubungan Tipe Pola asuh makan dan Perilaku Makan dengan Status Gizi Anak Disabilitas Di SLB Negeri 1 Makassar Tahun 2020. *Public Health Nutrition Journal*, 36-49.
- Ramadhani, Stevia Tafdhila. (2017). Hubungan Perilaku Konsumsi Makanan Sehat Dengan Status Gizi Mahasiswa Pondok Pesantren Wahid Hasyim Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Teknik Boga Tahun 2017*
- Riskesdas (2018). Laporan Riskesdas Provinsi Jambi tahun 2018 Kementerian Kesehatan RI. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Tanaman Obat dan Obat Tradisional.
- Siregar, Elisa Efelinda. (2017). Gambaran Pola asuh makan dan Status Gizi Balita pada Ibu yang Menikah di Usia Dini di Desa Seberaya Kecamatan Tiga Panah Kabupaten Karo Provinsi Sumatera Utara. Skripsi. Universitas Sumatera Utara.
- Sudargo, T., LM, H.F., Rosiyani, F. & Kusmayanti, N.A. (2014). Pola Makan dan Obesitas. 1st ed. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Suryani, Linda. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru. *JOMIS (Journal Of Midwifery Science)*. Vol 1. No.2, Juli 2017. E-ISSN : 2579-7077.
- Tambi, Imelda Feneranda Seravia. (2019). Hubungan Kecukupan Gizi dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Keperawatan Dirgahayu*.
- Toby, Y.R. (2021). Analisis Asupan Zat Gizi Terhadap Status Gizi Balita. Jakarta ; *Faletehan Health Journal*
- Waryana.(2020). Pola asuh makan Pemberian Makanan dan Perilaku Makan Antara Balita Obesitas dan Balita Tidak Obesitas di Kota Semarang. Skripsi. Universitas Diponegoro Semarang.
- Widyaningsih, N.N. (2018). Keragaman Pangan, Pola asuh makan dan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan. *Jurnal Gizi Indonesia* : Vol. 7, No. 1
- Yuqiana, Wahyu Annastiya. (2020). Gambaran Status Gizi Pada Balita Tahun 2020. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.