

## PENELITIAN ASLI

# ANALISIS PENGARUH POLA ASUH DAN POLA MAKAN BALITA TERHADAP STATUS GIZI BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SAITNIHUTATAHUN 2024

Crisna Lumban Gaol<sup>1</sup>, Dewi Purba<sup>1</sup> Fransiska Debatara<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Prodi Administrasi Rumah Sakit Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesehatan Baru, Kampus Bukit Sipalakki, Dolok Sanggul, Humbang Hasudutan, Sumatera Utara, 22457, Indonesia

<sup>2</sup>Prodi D3 Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesehatan Baru, Kampus Bukit Sipalakki, Dolok Sanggul, Humbang Hasudutan, Sumatera Utara, 22457, Indonesia

---

### Info Artikel

Riwayat Artikel:  
Diterima: 22 Jan 2025  
Direvisi: 26 Jan 2025  
Diterima: 28 Jan 2025  
Diterbitkan: 31 Jan 2025

Kata kunci: Pola Asuh; Pola Makan;  
Gizi balita

Penulis Korespondensi:  
Crisna Lumban Gaol  
Email:  
[crisna.lumbangaol@stikeskb.ac.id](mailto:crisna.lumbangaol@stikeskb.ac.id)

---

### Abstrak

Status gizi merupakan permasalahan yang sangat penting dalam kesehatan balita. Permasalahan terkait gizi balita yaitu Gizi Buruk sebesar 0,13%, Gizi Kurang sebesar 1,98%, Balita pendek sebesar 2,61% dan Balita Kurus sebesar 2,13%. Kesehatan dan kesejahteraan balita sangat dipengaruhi oleh pola asuh dan pola makan yang diterapkan oleh orang tua. Penelitian ini bertujuan untuk Menganalisis pengaruh pola asuh dan pola makan balita terhadap status gizi balita di Wilaya Kerja Puskesmas Saitnihuta. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Wilaya Kerja Puskesmas Saitnihuta pada bulan januari-april 2024. Sampel pada penelitian ini ada sebanyak 134 orang yang dikumpulkan secara *accidental sumpling* dan *cluster sampling* dengan menggunakan analisis univariat dan bivariat dan di uji dengan uji *Chi-Square*. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan antara pola makan dan pola asuh terhadap status gizi balita di Wilayah Kerja Puskesmas Saitnihuta Tahun 2024, dimana diperoleh nilai p-value masing-masing 0.004 dan 0,008. Berdasarkan hasil analisis dapat disimpulkan bahwa pola makan merupakan variabel yang paling mempengaruhi status gizi balita di Wilayah Kerja Puskesmas Saitnihuta Tahun 2024. Dengan nilai Exp (B) sebesar 3,049 maka responden yang memiliki pola makan yang tidak tepat berpeluang 3 kali lebih besar memiliki status gizi kurang. Hasil ini diharapkan akan memberikan kontribusi meningkatkan wawasan

---

dan informasi tentang status gizi balita sehingga dapat meningkatkan kualitas pelayanan SDM terkait pelayanan gizi balita

---

**Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat**  
e-ISSN: 2527-8185  
Vol. 9 No 2 Desember, 2024 (Hal. 136-141)

Homepage: <https://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JMKM>  
DOI: <https://doi.org/10.51544/jmkm.v9i2.5675>

**How To Cite:** Gaol CL, Purba D, Hutagaol D. Analisis Pengaruh Pola Asuh Dan Pola Makan Balita Terhadap Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Saitnihuta Tahun 2024. JMKM [Internet]. [cited 2025 Feb. 6];. Available from: <https://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JMKM/article/view/5675>



Copyright © 2024 by the Authors, Published by Program Studi: Kesehatan Masyarakat Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan Universitas Sari Mutiara Indonesia. This is an open access article under the CC BY-SA Licence ([Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)).

---

## PENDAHULUAN

Masa depan sebuah bangsa berada di tangan generasi muda, termasuk anak-anak balita. Usia balita dianggap sebagai masa emas atau "golden age," di mana jika tidak mendapatkan pembinaan yang baik, anak dapat mengalami gangguan dalam perkembangan emosi, sosial, mental, intelektual, dan moral yang pada akhirnya akan mempengaruhi sikap dan perilakunya di masa depan. Perkembangan kecerdasan anak dimulai sejak usia 0 hingga 5 tahun, dan pertumbuhan ini sangat penting. Pertumbuhan dan perkembangan anak tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi ekonomi keluarga, tetapi juga sangat bergantung pada pola pikir dan pola asuh yang diterapkan oleh orang tua. (Rizyana, 2018).

Status gizi adalah salah satu faktor kunci dalam mencapai tingkat kesehatan yang optimal. Kesehatan seseorang dipengaruhi oleh beberapa aspek, termasuk bebas dari penyakit atau cacat, kondisi sosial ekonomi yang baik, lingkungan yang sehat, serta status gizi yang baik. Orang yang mempunyai status gizi baik tidak mudah terkena penyakit, baik penyakit infeksi maupun penyakit degeneratif. Namun pada masyarakat kita masih ditemui berbagai penderita penyakit yang berhubungan dengan kekurangan gizi. Status gizi mencerminkan kondisi individu yang dihasilkan dari asupan nutrisi sehari-hari. Keseimbangan antara asupan nutrisi dan kebutuhan gizi anak akan menghasilkan status gizi yang baik. (FAO, IFAD and WFP, 2013).

Generasi yang unggul dapat ditentukan oleh gizi ibu yang adekuat mulai hamil hingga anak berusia 5 tahun serta pola asuh yang baik dan tepat. Dampak anak mengalami gizi kurang dapat meningkatkan morbiditas dan mortalitas, selain itu akan berdampak terhadap tumbuh kembang, intelektual serta produktivitas. Dampak yang berkepanjangan dari gizi kurang dapat menyebabkan masalah tumbuh kembang yang menyebabkan anak tumbuh pendek serta berpengaruh terhadap otak yang dapat mempengaruhi kecerdasan (Hasanah, 2019).

Berdasarkan data WHO 2020, 22% anak di bawah usia 5 tahun di seluruh dunia (149,2 juta) menderita stunting, turun dari 24,4% pada tahun 2015. Untuk mencapai

target pengurangan 50% jumlah anak stunting pada tahun 2030, tingkat penurunan tahunan harus berlipat ganda (menjadi 3,9% per tahun) dari tingkat pengurangan tahunan saat ini sebesar 2,1% per tahun. Menurut data surveilans gizi Indonesia tahun 2017, prevalensi gizi kurang di Indonesia mencapai 18,1%. Sementara itu, hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa persentase gizi kurang dan buruk adalah 17,7%. Secara nasional, masalah gizi kurang pada anak balita di Indonesia masih merupakan isu kesehatan masyarakat yang signifikan, mendekati tingkat prevalensi yang tinggi. Sasaran Sustainable Development Goals (SDGs) tahun 2019 adalah 17%. (Riskesdas, 2018).

Di tahun 2022, status gizi pendek pada balita di humbang hasundutan meningkat menjadi 26,7% dan di wilayah kerja Puskesmas Saitnihuta Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan jumlah status gizi stunting pada balita sebanyak 109 orang dari 1191 jumlah seluruh balita. ( Profil Dinkes Humbang Hasundutan, 2022).

Berdasarkan survei awal yang telah dilakukan terdapat beberapa masalah pola asuh dan pola makan pada balita seperti: tidak menggunakan sendal atau alas kaki pada saat bermain, tidak cuci tangan sebelum makan atau sebelum mengkonsumsi makanan. Selain itu adanya pemberian makanan yang tidak seimbang pada balita, dimana dalam hal ini orang tua hanya fokus memenuhi makan balita tanpa memperhatikan gizi pada makanan “yang penting kenyang”.

Berdasarkan hal tersebut maka peneliti ingin untuk melakukan penelitian mengenai analisis pengaruh pola asuh dan pola makan terhadap status gizi balita di wilayah kerja puskesmas saitnihuta.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional* , yang ditandai dengan pendekatan sistematis, terencana, dan terstruktur secara jelas dari awal hingga desain penelitian. Fokus penelitian difokuskan pada analisis pengaruh pola asuh dan pola makan balita terhadap status gizi balita di Wilayah kerja puskesmas Saitnihuta. Data akan dikumpulkan dengan menggunakan instrumen penelitian yang telah disusun secara teliti dan sesuai dengan tujuan penelitian. Waktu penelitian akan dilakukan selama 3 bulan mulai bulan Februari - Mei 2024 untuk memastikan keberlanjutan dan akurasi dalam mendokumentasikan pengaruh pola asuh dan pola makan balita terhadap status gizi balita. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh orang tua yang memiliki balita di wilayah kerja Puskesmas Saitnihuta dengan jumlah 1191 orang. Dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 134 orang.

## **HASIL**

### **a. Analisis Univariat**

#### **Pola Makan**

Dari total 134 responden yang diamati, sebanyak 59 balita (44.0%) memiliki pola makan yang dinilai Tidak Tepat, sedangkan 75 balita lainnya (56.0%) memiliki pola makan yang Tepat. Hasil ini menggambarkan bahwa mayoritas balita dalam sampel memiliki pola makan yang sesuai dengan standar atau kriteria yang ditetapkan.

### **Pola Asuh Balita**

Sebanyak 58 (43.3%) menunjukkan pola asuh yang dianggap Tidak Tepat, sementara 76 (56.7%) responden lainnya menunjukkan pola asuh yang dianggap Tepat. Dari data ini, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden melaporkan pola asuh balita yang dianggap Tepat berdasarkan kriteria yang diberikan.

### **Status Gizi Balita**

Ditemukan bahwa 49 balita (36.6%) memiliki pola asuh yang kurang, sedangkan 85 balita lainnya (63.4%) mendapat pola asuh yang baik. Ini menandakan bahwa mayoritas balita dalam sampel memiliki pola asuh yang baik, dengan sekitar dua pertiga dari total responden. Hasil ini memberikan gambaran baik tentang kondisi pola asuh balita yang diteliti.

## **b. Analisis Bivariat**

### **Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Balita**

Dengan membandingkan nilai chi-square yang signifikan ( $p < 0.05$ ), dapat dilihat bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan balita dengan status gizinya ( $p = 0,004$ ). Dengan nilai odds ratio 3.049 dapat diartikan bahwa balita yang tidak memperoleh pola makan yang tidak tepat memiliki resiko 3 kali lebih besar mengalami status gizi kurang.

### **Hubungan Pola Asuh Balita dengan Status Gizi Balita**

Dengan membandingkan nilai chi-square yang signifikan ( $p < 0.05$ ), dapat dilihat bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh balita dengan status gizi ( $p = 0,008$ ). Dengan nilai odds ratio 2.800 dapat diartikan bahwa balita yang tidak memperoleh pola asuh balita yang tidak tepat memiliki resiko 2 kali lebih besar mengalami status gizi kurang.

## **c. Analisis Multivariat**

Hasil uji regresi logistik menunjukkan bahwa kedua variabel, pola makan dan pola asuh anak, memiliki pengaruh signifikan terhadap hasil yang diamati. Nilai  $p$  dari kedua variabel tersebut kurang dari 0.05, yang menunjukkan bahwa hubungan antara variabel-variabel ini dengan hasil yang diamati adalah signifikan. Untuk variabel pola makan, eksponensial  $\text{Exp}(B)$  dari koefisien regresi adalah 3.049. Ini berarti bahwa dengan setiap satu unit peningkatan dalam pola makan, peluang hasil yang diamati meningkat sebesar sekitar 3.049 kali, dengan interval kepercayaan 95% antara 1.471 hingga 6.320. Sedangkan untuk variabel pola asuh anak, eksponensial  $\text{Exp}(B)$  dari koefisien regresi adalah 2.800. Ini berarti bahwa dengan setiap satu unit peningkatan dalam pola asuh anak, peluang hasil yang diamati meningkat sebesar sekitar 2.800 kali, dengan interval kepercayaan 95% antara 1.356 hingga 5.781.

## **PEMBAHASAN**

Hasil analisis menunjukkan pola makan dari 134 balita yang diamati. Dari data tersebut, ditemukan bahwa mayoritas balita, sekitar 56%, memiliki pola makan yang dinilai tepat. Hal ini menunjukkan adanya kesadaran dan kepedulian yang signifikan dari para orang tua atau pengasuh dalam memberikan pola makan yang sehat dan sesuai dengan standar gizi yang ditetapkan. Meskipun demikian, perlu dicatat bahwa masih ada sebagian balita, sekitar 44%, yang memiliki pola makan yang dinilai tidak tepat. Meskipun proporsi ini lebih rendah dibandingkan dengan kelompok yang memiliki pola

makan yang tepat, masih perlu perhatian lebih lanjut untuk memperbaiki pola makan balita yang dinilai tidak sesuai dengan standar gizi.

Berdasarkan hasil analisis univariat yang dilakukan terhadap 134 responden, ditemukan bahwa sebanyak 58 responden, atau sekitar 43.3%, menunjukkan pola asuh balita yang dianggap Tidak Tepat. Sementara itu, sebanyak 76 responden, atau sekitar 56.7%, melaporkan pola asuh yang dianggap Tepat. Dari data ini, terlihat bahwa mayoritas responden, lebih dari setengahnya, menyatakan bahwa pola asuh balita yang mereka terapkan sesuai dengan kriteria yang diberikan. Meskipun terdapat sebagian kecil dari responden yang melaporkan pola asuh yang dianggap Tidak Tepat, mayoritas dari mereka menganggap pola asuh yang mereka terapkan sesuai dengan standar yang diberikan. Hal ini menunjukkan adanya kesadaran dan usaha yang dilakukan oleh sebagian besar responden untuk menerapkan pola asuh yang dianggap sesuai dengan kriteria yang ada. Kesadaran ini bisa berasal dari berbagai sumber, termasuk edukasi, pengalaman pribadi, dan pengaruh lingkungan sosial (Rofiqoh,dkk, 2021).

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa sebagian besar balita dalam sampel memiliki pola asuh yang baik, dengan sekitar dua pertiga dari total responden (63.4%). Hal ini mencerminkan adanya kesadaran dan praktik yang baik dalam pola asuh di kalangan orang tua atau pengasuh balita yang menjadi subjek penelitian. Adanya proporsi yang cukup besar dari responden yang memberikan pola asuh yang baik juga dapat diinterpretasikan sebagai indikasi adanya upaya yang signifikan dalam memastikan kesejahteraan dan perkembangan anak dalam keluarga atau lingkungan yang terkait. Namun demikian, masih ada sebagian kecil balita (36.6%) yang ditemukan memiliki pola asuh yang kurang. Hasil ini menyoroti pentingnya terus mendorong kesadaran dan pendidikan tentang pola asuh yang baik di kalangan orang tua, pengasuh, dan masyarakat secara luas (Nerawati, dkk, 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Yuliarsih et al, 2019) tentang pengaruh pola pemberian makan terhadap status gizi balita, dimana diperoleh hasil penelitian bahwa terdapat pengaruh pola pemberian makan terhadap status gizi balita dengan nilai p ( $p\text{-value} = 0,017 \leq 0,05$ ). Hasil analisis ini menyoroti bahwa balita dengan pola makan yang tidak tepat memiliki risiko yang lebih tinggi untuk memiliki status gizi yang kurang baik. Dengan nilai odds ratio sebesar 3.049, dapat disimpulkan bahwa balita yang memiliki pola makan tidak tepat memiliki kemungkinan tiga kali lebih besar untuk mengalami status gizi kurang daripada mereka yang memiliki pola makan yang tepat.

Meskipun jumlah balita dengan pola asuh yang tidak tepat lebih sedikit, proporsi balita dengan status gizi kurang di kelompok ini (21,5%) hampir dua kali lipat dari yang memiliki pola asuh yang tepat (15%). Hal ini menegaskan bahwa pola asuh yang tidak tepat berkontribusi pada peningkatan risiko terhadap status gizi yang kurang baik pada balita. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Sa`Diyah et al, 2020) tentang hubungan antara pola asuh dengan status gizi pada balita, dimana berdasarkan hasil analisa melalui uji Spearman Rank, didapatkan tingkat signifikansi 0,001 dimana nilai  $\rho < \alpha 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola asuh dengan status gizi pada balita di Posyandu Mennur Kelurahan Bujel Kota Kediri Tahun 2019.

Hasil analisis ini menegaskan bahwa peran orang tua dan care giver sangatlah penting dalam membentuk pola asuh yang sehat bagi balita. Selain memastikan pemberian nutrisi yang cukup, penting juga untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pola asuh yang baik, termasuk pemberian cinta, perhatian, dan dukungan

yang memadai. Selain itu, pendekatan kolaboratif antara pemerintah, lembaga kesehatan, dan masyarakat dalam memberikan edukasi dan dukungan bagi orang tua juga merupakan langkah penting dalam memastikan bahwa setiap balita mendapatkan pola asuh yang optimal untuk pertumbuhan dan perkembangannya.

## KESIMPULAN

Terdapat pengaruh antara pola makan terhadap status gizi balita di Wilayah Kerja Puskesmas Saitnihuta Tahun 2024, dimana diperoleh nilai  $p\text{-value} = 0,004 (< 0,05)$ .

Terdapat pengaruh antara pola asuh terhadap status gizi balita di Wilayah Kerja Puskesmas Saitnihuta Tahun 2024, dimana diperoleh nilai  $p\text{-value} = 0,008 (< 0,05)$ .

Berdasarkan hasil analisis multivariat, dapat disimpulkan bahwa pola makan merupakan variabel yang paling mempengaruhi status gizi balita di Wilayah Kerja Puskesmas Saitnihuta Tahun 2024. Dengan nilai Exp (B) sebesar 3,049 (95% CI 1,471-6,320) maka responden yang memiliki pola makan yang tidak tepat berpeluang 3 kali lebih besar memiliki status gizi kurang.

## REFERENSI

Rizyana, yuliyulia. Hubungan Pola Asuh Terhadap Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Dadok Tunggul Hitam Kota Padang Tahun 2022. *Jik-J Ilmu Kesehatan*. 2018;2 (2):100–7.

Sholikhah, et, al. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita di Pedesaan dan Perkotaan.2(1),9-18

Wijayanti, S., & Nindya, T. S. (2017). Hubungan Penerapan Perilaku Kadarzi (Keluarga Sadar Gizi) Dengan Status Gizi Balita di Kabupaten Tulungagung Distr. 379–388

FAO, IFAD and WFP. The State of Food Insecurity in the World 2020. The multiple dimensions of food security. Rome, FAO. 2020

Rizyana, yuliyulia. Hubungan Pola Asuh Terhadap Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Dadok Tunggul Hitam Kota Padang Tahun 2022. *Jik-J Ilmu Kesehatan*. 2018;2 (2):100–7.

<https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-risikesdas-2018>

Profil Dinkes Humbang Hasundutan, 2022).

Hasanah, U. (2019) ‘Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Samarinda Tahun 2019’. Samarinda: Politeknik Kesehatan Kalimantan Timur, pp. 1–101.

Rofiqoh, S., Widyastuti, W., Pratiwi, Y. S., & Lianasari, F. (2021, May). Pola Asuh Pemberian Makan Balita Gizi Kurang dan Gizi Buruk di Pekuncen Wiradesa Pekalongan. In *Prosiding University Research Colloquium* (pp. 595-600).

Nerawati Y, Sunanto & Ekasari.T (2023). Pola Asuh Orang Tua Dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*| Page : 105-113 Vol. 10 No. 02 Juli 2023

Yuliarsih, L., Muhaimin, T., & Anwar, S. (2020). Pengaruh pola pemberian makan

terhadap status gizi balita di wilayah kerja puskesmas astanajapura kabupaten cirebon tahun 2019. Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia, 5(4), 82.