

LITERATURE REVIEW

HUBUNGAN POLA ASUH MAKAN DENGAN STATUS GIZI PADA BALITA

Cyntia Romaito Togatorop¹, Suryati Sinurat², Marlina Rajagukguk³

¹ Program Studi Pendidikan Dokter,
Fakultas Kedokteran

Universitas Methodist Indonesia

² Departemen Kesehatan Masyarakat,
Fakultas Kedokteran Universitas
Methodist Indonesia

³ Departemen Parasitologi, Fakultas
Kedokteran Universitas Methodist
Indonesia

Korespondensi:

junge7397@gmail.com

ABSTRACT

Background: *The impact of food and the use of nutrients consumed by a person that affects the state of a person's body is called nutritional status. Nutritional status is divided into several indicators. In 2017, UNICEF stated that there were 51 million (7.5%) under-fives experiencing wasting, 151 million (22%) under-fives experiencing stunting and 92 million (13.5%) under-fives in the world.*

Method : *The research was conducted using a literature study or literature review method that focuses on the results of writing related to the title through searching accredited journal sites such as Google Scholar, Google, and Pubmed, in the period 2017 -2021.*

Conclusion: *Based on the research that has been done there is a relationship between eating parenting and nutritional status in toddlers.*

Keywords: *diet, parenting, nutritional status*

ABSTRAK

Latar belakang: Dampak dari makanan dan penggunaan zat gizi yang dikonsumsi seseorang yang berpengaruh pada keadaan tubuh seseorang disebut dengan status gizi. Status gizi dibagi menjadi beberapa indikator. Pada tahun 2017, UNICEF mengemukakan terdapat 51 juta (7,5%) balita mengalami *wasting*, 151 juta (22%) balita mengalami *stunting* dan 92 juta (13,5%) balita di dunia mengalami *underweight*.

Metode: Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode studi kepustakaan atau *literature review* yang berfokus pada hasil penulisan yang berkaitan dengan judul melalui penelusuran situs jurnal yang sudah terakreditasi seperti *Google Schoolar*, *Google*, dan *Pubmed*, dalam kurun waktu 2017-2021.

Kesimpulan: Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terdapat hubungan antara pola asuh makan dengan status gizi pada balita.

Kata kunci: pola makan, pola asuh, status gizi

PENDAHULUAN

Keadaan pada tubuh manusia yang merupakan efek dari makanan dan penggunaan zat gizi yang dikonsumsi seseorang disebut dengan status gizi. Terdapat beberapa indikator status gizi yaitu indikator Berat Badan menurut Umur (BB/U) status gizi dibagi menjadi 4 kategori yaitu gizi buruk, gizi kurang, gizi baik dan gizi lebih.¹

Kelompok risiko paling tinggi dalam bidang masalah gizi adalah balita. Masalah gizi pada balita dapat berakibat pada kegagalan tumbuh kembang serta meningkatkan kesakitan dan kematian terutama pada anak balita, namun sering belum diakui sebagai masalah kesehatan masyarakat. Berdasarkan *World Health Organization* (WHO) terdapat sekitar 165 juta anak dibawah usia 5 tahun terkena masalah gizi. Berdasarkan gizi buruk diusia < 5 tahun, prevalensi anak kerdil (*stunted*) di Afrika sebesar 36% dan Asia sebesar 27%, termasuk Indonesia.²

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar 2018 terlihat bahwa dari 82.661 balita yang dilakukan penimbangan berat badan secara Nasional, terdapat prevalensi berat kurang (*underweight*) sebanyak 19,6% yaitu terdiri dari 5,7% gizi buruk, dan 13,9% gizi kurang. Data ini masih jauh dari harapan Sustainable Development Goals (SDGs) 2018 untuk prevalensi gizi buruk kurang yaitu sebesar 17%. Indonesia tercatat bahwa ada 18 provinsi yang memiliki prevalensi gizi buruk kurang diatas angka 21,2% - 33,1%, beberapa diantaranya adalah Nusa Tenggara Barat (NTB), Sumatera Utara dan Jambi.³

Prevalensi balita gizi buruk dan

kurang di Sumatera Utara pada tahun 2017 sebesar 18,2% yang terdiri dari 5,2% gizi buruk dan 13% gizi kurang. Angka ini lebih tinggi 5,0% dibandingkan dengan angka provinsi tahun 2016 (13,2%). Berdasarkan hasil 18,2%, gizi yang masih dibawah rata-rata di Sumatera Utara termasuk dalam kategori medium.⁴

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan metode studi kepustakaan atau *literature review* didapat dari berbagai sumber baik jurnal, buku, dokumentasi, internet dan pustaka untuk melihat hubungan antara pola asuh makan dengan status gizi pada balita.

Kriteria inklusi pada penelitian bahwa jurnal yang dapat digunakan adalah jurnal 5 tahun terakhir dengan tema hubungan pola asuh makan dengan status gizi pada balita *full text* yang dapat diakses dari *Google*, *PubMed* dan *Google Scholar* dengan Bahasa Inggris atau Bahasa Indonesia.

HASIL

Tabel 1. Hasil Analisis

Penulis (Tahun)	Metode	Sampel	Instrumen	Hasil
Priniati (2017)	Kuantitatif	Balita usia 6-24 bulan dan ibu dengan anak berusia 2-5 tahun	dan timbangan	Balita yang memiliki pola makan yang baik dapat diklasifikasikan menjadi 17 balita (56,67%), 12 balita (40%) yang pola makan cukup, dan hanya 1 balita (3,33%) pola makan kurang. Sebagian besar balita berstatus gizi baik dengan 22 balita (73,33%) dan 8 balita (26,67%) berstatus gizi kurang.
Pratiwi (2017)	Kuantitatif	anak usia 12-24 bulan	tes	dapatkan nilai p value 0,022, terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh makan dengan status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Talang Bakung Kota Jambi tahun 2017.
Wahyuni (2017)	Kuantitatif	Balita usia 3-4 tahun	tes	Dari 30 responden sebanyak 11 responden (37%) mempunyai pola pemberian makan baik dan status gizinya baik kemudian 1 responden (3%) dengan pola pemberian makan kurang dan status gizinya buruk. Dari hasil perhitungan statistik dengan uji <i>Spearman Correlation</i> nilai $p = 0,003$.
Wahyuni (2017)	Kuantitatif	Balita usia 6-24 bulan	dan pengukur antropometri	Balita (82,0%) yang mendapatkan praktek memberi makan yang baik terdapat 44 balita dengan status gizi normal dan sebanyak 6 balita termasuk dalam kategori pendek. Sedangkan terdapat 11 balita (18,0%) yang mendapatkan praktek memberi makan kurang baik diantaranya 5 balita termasuk dalam kategori normal dan sebanyak 6 balita termasuk dalam kategori pendek. Berdasarkan hasil uji statistik <i>fisher's Exact test</i> diperoleh nilai $p = 0,005$.
Wahyuni (2017)	Kuantitatif	6 balita dari 73 sampel	tes	bagian besar ibu yang memberikan pola pemberian makan yang buruk berpeluang memiliki balita dengan status gizi kurang (94,5%) lebih besar dibandingkan dengan

		kasus (gizi buruk) dan 73 sampel kontrol (gizi normal)	memiliki balita dengan status gizi baik (4,1%). Hasil uji statistik dengan menggunakan <i>chi-square</i> diperoleh nilai p sebesar 0,001.
Isution et al., (2018)	oss secti onal	balita resioner berusia dibawah 5 tahun	diri 12 anak balita dengan pola makan baik seluruhnya mengalami status gizi baik yaitu sebanyak 12 orang (100%). Dari 22 anak balita dengan pola makan tidak baik, mayoritas mengalami status gizi baik yaitu sebanyak 12 orang (54,5%) dan minoritas mengalami gizi kurang dan gizi buruk yaitu masing- masing sebanyak 5 orang (22,7%). Sehingga dapat diperoleh p value = 0,021.
ilda Aprilia, Budiman (2019)	oss secti onal	balita resioner usia dibawah 1 tahun sampai usia 5 tahun	responden yang pola makannya tidak baik status gizinya tidak normal sebanyak 9 responden (64,3%) dan responden yang status gizinya normal sebanyak 5 responden (35,7%), sedangkan responden yang pola makannya baik status gizinya tidak normal sebanyak 12 responden (25,0%) dan responden yang status gizinya normal sebanyak 36 responden (75,0%). Hasil penelitian dibuktikan dengan uji Statistik <i>Chi-Square Test</i> dengan nilai p 0.016.
Amahit al., (2019)	oss secti onal	anak usia resioner, pra timbangan berat badan, dan mikrotoa. (3-5 tahun)	ak yang pola makan baik dengan status gizi baik sebanyak 27 atau 96,4% orang anak sedangkan yang bersatus gizi kurang 1 atau 3,6% orang anak, dan anak pola makan kurang baik dengan status gizi baik sebanyak 2 orang anak (40,0%) sedangkan yang status gizi kurang 3 orang anak (60%). Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji <i>Chi Square</i> probabilitas pada penilitian ini ialah 0,007 atau nilai p = 0,007.
endi Anggun (2019)	& oss secti onal	balita resioner umur 24 - 59 bulan	la asuh makan memiliki nilai signifikasi $0.008 < 0.05$ artinya pola asuh makan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap status gizi balita.
amah Erlita (2020)	& oss secti onal	orang resioner balita berusia 3-5 tahun	Pola makan terhadap status gizi pada anak usia 3-5 tahun ditemukan 29 anak yang mempunyai pola makan tidak baik dengan status gizi kurus. Dari hasil perhitungan <i>chi square</i> diperoleh nilai p value = 0,002.
ambo et al., (2020)	oss secti	anak usia resioner prasekol dan	diri 78 responden yang diteliti terdapat 64 (82,1%) responden dengan kategori pola makan

	<i>onal</i>	ah (3-6 tahun)	pengukur an mekanika l	baik dengan status gizi kategori baik. Peneliti menggunakan uji <i>Chi Square</i> dan diperoleh nilai $\rho=0,015$.
tralina (2020)	<i>oss secti onal</i>	balita	esioner	la konsumsi mempengaruhi status gizi yang dapat di tunjukkan dengan uji <i>spearman rho</i> yang di peroleh nilai ρ value sebesar 0.000 dengan taraf signifikan 5 %, ada hubungan yang signifikan antara pola konsumsi dengan status gizi balita.
yah et al., (2020)	<i>oss secti onal</i>	ibu balita	esioner	asil penelitian menunjukkan sebagian besar responden (70,2%) mempunyai pola asuh cukup baik dan sebagian besar responden (89,4%) mempunyai status gizi baik. Hasil uji <i>rank spearman</i> didapatkan nilai $\rho=0,001$ ($<0,05$) berarti ada hubungan pola asuh orang tua dengan status gizi pada balita
yani & Syapitri (2021)	<i>oss secti onal</i>	balita berusia 1-5 tahun	esioner	gunakan uji <i>Chi square</i> dengan tingkat Kemaknaan $<0,05$ didapatkan hasil $\rho =0,037$. Nilai p lebih kecil dari 0,05 menandakan H1 diterima dan H0 ditolak, artinya terdapat hubungan pola pemberian makan dengan status gizi pada anak balita.
miar et al., (2021)	<i>oss secti onal</i>	anak usia 3-6 tahun	esioner	Pola makan tepat terbanyak dengan jumlah 64 orang dengan persentase 95,5 %. Status gizi terbanyak terdapat pada status gizi lebih atau gemuk dengan jumlah 49 responden dengan persentase 73,1%. Diperoleh bahwa nilai $\rho=0,047 < \alpha 0,05$ menandakan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan status gizi dengan begitu Ha diterima dan H0 ditolak.

PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian Kurniati (2017) dapat disimpulkan ada hubungan hasil analisis *chi square* nilai $\rho =0,001$ ($p<0,05$). Beberapa faktor yang diduga dapat mempengaruhi status gizi balita, antara lain: pendidikan ibu, pekerjaan ibu, dan pendapatan keluarga.⁵

Menurut penelitian Izhar (2017) diketahui bahwa terdapat hubungan yang

signifikan dengan nilai *p value* sebesar 0,022. Pola asuh makan yang diterapkan ibu pada balita masih banyak yang kurang baik, sehingga masih terdapat balita dengan status gizi kurang. Pemberian makanan selingan atau *snack* kepada balita juga jarang dilakukan oleh ibu-ibu dan bahkan tidak pernah serta menu yang disajikan kurang bervariasi sehingga balita jarang menghabiskan makanannya.⁶

Berdasarkan penelitian oleh Muzayyaroh (2017) didapatkan nilai p value = 0,003 ($< 0,05$) dan dapat diartikan bahwa ada hubungan. Gizi kurang bisa akibat banyak ibu yang kurang telaten untuk memberikan makan pada balita mereka. Kebanyakan mereka hanya memberikan makanan untuk balita berdasarkan waktu makan balita dengan makanan seadanya tetapi tidak memperhatikan kecukupan nutrisi untuk tubuh seorang balita.⁷

Penelitian oleh Nangley et al., (2017) diperoleh nilai p value = 0,659 dengan pengaruh tingkat sikap serta pengetahuan ibu dan juga keluarga yang memberikan dukungan makan dapat diartikan bahwa tidak terdapat hubungan antara pemberian makan balita dengan status gizi berdasarkan indeks antropometri BB/U. Berdasarkan indeks antropometri PB/U dengan p value = 0,005 artinya ada hubungan antara pemberian makan balita dengan status gizi.⁸

Menurut penelitian Suyatman et al., (2017) dengan uji *chi-square* dengan nilai p sebesar 0,001 ($< 0,05$) maka siklus makan yang tidak baik adalah salah satu penyebab gizi kurang pada balita. Hasil perhitungan OR didapatkan nilai 20,2 artinya balita dengan pola pemberian makan yang buruk berisiko 20,2 kali lebih banyak menderita gizi kurang dibandingkan dengan sebaliknya.⁹

Menurut penelitian Nasution et al., (2018) menyatakan ada hubungan dengan p value = 0,021. status gizi anak dipengaruhi oleh kondisi kesehatan anak serta cara pemberian makan pada anak serta makanan tidak beragam, namun jumlah makanannya baik sesuai Angka Kecukupan Gizi (AKG).¹⁰

Berdasarkan penelitian Wilda Aprilia & Budiman (2019) menjelaskan terdapat

hubungan antara pola makan dengan status gizi balita dengan hasil analisis *chi square* nilai p 0.016. Status gizi tidak normal hal ini akibat dari pengetahuan ibu yang masih kurang baik karena ibu yang pengetahuannya rendah akan mempengaruhi penyediaan makanan yang akan dikonsumsi anak balita begitupun sebaliknya.¹¹

Berdasarkan penelitian Mamahit et al., (2019) terdapat nilai p = 0,007 lebih kecil dari nilai α = 0,05 artinya ada hubungan antara pola makan anak usia 3 sampai 5 tahun dengan status gizi anak di Puskesmas Melonguane Kecamatan Melonguane. Peneliti berasumsi pola makan yang kurang baik dan adanya anak yang berstatus gizi kurang diakibatkan oleh orang tua yang lebih mengutamakan sumber energi dari karbohidrat sedangkan untuk anak dalam usia pertumbuhan dan perkembangan energi yang lebih dibutuhkan ialah yang berasal dari protein, selain sebagai sumber energi protein juga sebagai zat pengatur.¹²

Berdasarkan penelitian Efendi & Anggun (2019) ada hubungan dan diperoleh nilai p value = 0,001. Pola asuh yang baik sangat perlu didukung oleh pengetahuan yang baik untuk menjadi dasar bersikap dan bertindak sehingga dapat menunjang pertumbuhan perkembangan balita secara optimal.¹³

Penelitian oleh Riamah & Dewi Erlita (2020) menyatakan ada hubungan yang signifikan dan diperoleh nilai p value = 0,002 dan nilai POR (Prevalensi Odds Ratio) 7,633. Hal ini berarti bahwa pola makan yang tidak baik mempunyai risiko 7,6 kali lebih berisiko status gizi kurus dibandingkan pola makan yang baik.¹⁴

Penelitian oleh Sambo et al., (2020) diperoleh nilai $p=0,015$ menyatakan ada hubungan antara pola makan dengan

status gizi pada anak usia prasekolah di TK Kristen Tunas Rama Kota Makassar. Pola makan yang teratur 3x sehari dan selalu memperhatikan kandungan gizinya yang mengacu pada gizi seimbang dapat mengajarkan kebiasaan makan yang benar. Pendidikan orang tua dapat mempengaruhi pola makan anak sehingga mereka mampu untuk memilih dan mengolah makanan yang tepat yang akan diberikan kepada anaknya agar kebutuhan gizi anak tercapai dengan baik.¹⁵

Berdasarkan penelitian Petralina (2020) dengan nilai p value = 0,000 terdapat hubungan antara pola konsumsi dengan status gizi balita di Puskesmas Jatinegara. Konsumsi makan balita akan kurang bila pengetahuan ibu tentang keragaman dan jenis masakan yang kurang.¹⁶

Penelitian oleh Diyah et al., (2020) didapatkan nilai p value = 0,001 dimana nilai $p < 0,05$ yang menyatakan ada hubungan antara pola asuh dengan status gizi pada balita di Posyandu Mennur Kelurahan Bujel Kota Kediri Tahun 2019. Pemberian makan yang baik serta sikap ibu akan menunjang status gizi anak.¹⁷

Berdasarkan penelitian Aryani & Syapitri (2021) didapatkan hasil $p=0,037$ menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kemaknaan $<0,05$ artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pola pemberian makan dengan status gizi pada anak balita. Faktor yang mempengaruhi status gizi balita yaitu pendidikan ibu walaupun kebanyakan masih setingkat Sekolah Menengah Atas memberikan pengaruh bagi ibu dalam merawat anaknya serta lingkungan pergaulan ibu yang bekerja memberi banyak pelajaran bagi ibu dalam memberikan pola

makan anak balitanya, ditambah lagi asuhan kakek nenek yang selalu menjaga cucunya agar selalu sehat.¹⁸

Berdasarkan penelitian Yuniar et al., (2021) diperoleh nilai p value = 0,047 menandakan bahwa adanya hubungan. Pemberian makanan oleh orang tua terhadap anak walaupun hanya 2x sehari tetapi dengan komposisi bahan makanan, jumlah bahan makan, dan pola hidangan sesuai dengan unsur-unsur gizi yang dibutuhkan oleh tubuh anak maka akan membuat anak memiliki status gizi baik.¹⁹

Berdasarkan jurnal yang telah dipaparkan terdapat 15 jurnal yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh makan dengan status gizi pada balita. Faktor yang dapat mempengaruhi status gizi balita diantaranya pengetahuan ibu, pendidikan ibu, pekerjaan ibu, pendapatan keluarga, variasi makanan yang sesuai dengan balita serta lingkungan keluarga.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan antara pola asuh makan dengan status gizi pada balita maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat hubungan antara pola asuh makan dengan status gizi pada balita berdasarkan PB/U sedangkan tidak terdapat hubungan antara pola asuh makan dengan status gizi pada balita berdasarkan BB/U.
2. Faktor yang dapat mempengaruhi status gizi balita yaitu ibu dan balita sedangkan berdasarkan letak geografis tidak dipaparkan didalam jurnal.

DAFTAR PUSTAKA

1. Puspasari N, Andriani M. Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Asupan Makan Balita dengan Status Gizi Balita (BB / U) Usia 12-24 Bulan. 2017;369–78.
2. Latifah N, Susanti Y, Haryanti D. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Status Gizi Pada Balita. *J Keperawatan*. 2018;10(1):68–74.
3. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Kemenkes RI). Riset Kesehatan Dasar. 2018;
4. Dinas Kesehatan Sumatera Utara. Profil Dinas Kesehatan Sumatera Utara tahun 2017.
5. Kurniati FD. Hubungan Antara Pola Makan Dengan Status Gizi Balita di Daerah Transmigrasi Ring I Trisik, Pantai Selatan Kulonprogo. 2017;12(1):11–7.
6. Izhar MD. Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Dengan Pola Asuh Makan Terhadap Status Gizi Anak Di Kota Jambi. *J Kesmas Jambi*. 2017;1(2):61–75.
7. Muzayyaroh. Hubungan Pola Pemberian Makan Dengan Status Gizi Balita Usia 3 – 4 Tahun Di Play Group Irsyadus Salam Sumbersari Megaluh Kabupaten Jombang. *J EDU Midwife*. 2017;1(1):1–6.
8. Nangley WK, Kandou GD, Malonda NSH, Kesehatan F, Universitas M, Ratulangi S. Hubungan Antara Pola Asuh Ibu Dengan Status Gizi Balita Di Desa Tatelu Kecamatan Dimembe Kabupaten Minahasa Utara. *Kesmas*. 2017;6(3).
9. Suyatman B, Fatimah S, Dharminto. Faktor Risiko Kejadian Gizi Kurang Pada Balita. *J Kesehat Masy*. 2017;5(4):778–87.
10. Nasution HS, Siagian M, Sibagariang EE. 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. *J Kesehat Masy dan Lingkung Hidup*. 2018;4002:63–9.
11. Wilda Aprilia, Budiman EPHB. Hubungan Pola Makan Dan Asuh Dengan Status Gizi Anak Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Mepanga Kabupaten Parigi Moutong. *J Chem Inf Model*. 2019;53(9):1689–99.
12. Mamahit AY, Karame V, Niomba MA. Pola Makan dan Status Gizi Anak Usia Pra Sekolah di Puskesmas Melonguane Kepulauan Talaud. *Juiperdo*. 2019;7(1):13–9.
13. Efendi JAJ, Anggun N. Hubungan Pola Asuh Dengan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Anam Kabupaten Simalungun 2018. *J Kesehat Pena Med*. 2019;9(2):48–54.
14. Riamah, Erlita D. Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia 3 – 5 Tahun. 2020;2(2):155–64.
15. Sambo M, Ciuantasari F, Maria G. Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolah. *J Ilm Kesehat Sandi Husada*. 2020;11(1):423–9.
16. Petralina B. Pola konsumsi berhubungan dengan status gizi balita. *J kebidanan*. 2020;6(2):272–6.
17. Diyah HS, Sari DL, Nikmah AN. Hubungan Antara Pola Asuh Dengan Status Gizi Pada Balita. *J Mahasiwa*

- Kesehatan. 2020;1(2):151–8.
18. Aryani N, Syapitri H. Hubungan Pola Pemberian Makan Dengan Status Gizi Balita Di Bagan Percut. 2021;4(1):135–45.
 19. Yuniar M, Setiawati T, Fatmawati A. Pola Makan Berhubungan Dengan Status Gizi Anak Usia Prasekolah. J Keperawatan. 2021;13(1):213–26.