Hubungan pola asuh orang tua dengan status gizi balita

Putri Arvina Kurniawati*, Suryani, Suri Salmiyati

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
Korespondensi penulis: Putri Arvina Kurniawati. *Email: putriarvina3@gmail.com

Abstrak

Bacground: Malnutrition in Indonesia remains a major challenge in public health development. Malnutrition in toddlers can cause brain development disorders that affect learning abilities and future productivity. Growth disorders in toddlers are not only influenced by nutritional intake, but also by parenting patterns. Parenting practices play an important role in determining children's nutritional status, as good parenting practices can support optimal nutritional needs and growth and development.
Purpose: To determine the relationship between parenting practices and the nutritional status of toddlers.
Method: This was a non-experimental quantitative study using a cross-sectional approach. The study population consisted of parents and toddlers who actively attended health center activities at the Melati Kwarasan Nogotirto Health Center in Gamping District, Sleman, with a total of 80 respondents. The sampling technique used total sampling with 80 respondents. The research instruments were a parental care questionnaire and a calibrated digital weighing scale to determine the nutritional status of toddlers. Data analysis was performed using Fisher's Exact Test because the assumptions of the Chi-Square test were not met.
Results: Statistical test results using Fisher's Exact Test show a significant relationship between parenting patterns and toddler nutritional status (p = 0.000) with a strong correlation (0.709).
Conclusion: There is a significant and strong relationship between parenting patterns and the nutritional status of toddlers.

Keywords: Nutritional Status; Parenting Patterns; Toddler.

Pendahuluan: Masalah gizi buruk di Indonesia masih menjadi tantangan besar dalam pengembangan kesehatan masyarakat. Kekurangan gizi pada balita dapat menyebabkan gangguan perkembangan otak yang berdampak pada kemampuan belajar serta produktivitas di masa depan. Gangguan pertumbuhan pada balita tidak hanya dipengaruhi oleh asupan nutrisi, tetapi juga oleh pola asuh orang tua. Pola asuh memiliki peran penting dalam menentukan status gizi anak, karena praktik pengasuhan yang baik dapat mendukung pemenuhan kebutuhan gizi dan tumbuh kembang secara optimal.
Tujuan: Untuk mengetahui hubungan pola asuh orang tua dengan status gizi balita.
Metode: Penelitian kuantitatif non eksperimental menggunakan pendekatan studi *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah orang tua dan balita yang aktif menghadiri kegiatan posyandu di Posyandu Melati Kwarasan Nogotirto Kecamatan Gamping Sleman dengan jumlah 80 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan jumlah 80 responden. Instrumen penelitian berupa kuesioner pola asuh orang tua dan timbangan berat badan digital terkalibrasi untuk penentuan status gizi balita. Analisis data dilakukan menggunakan uji Fisher's Exact Test karena asumsi uji Chi-Square tidak terpenuhi.
Hasil: Uji statistik menggunakan *Fisher's Exact Test* menunjukan adanya hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dan status gizi balita (p = 0.000) dengan keeratan hubungan kuat (0.709).
Simpulan: Terdapat hubungan yang signifikan dan kuat antara hubungan pola asuh orang tua dengan status gizi balita.

Kata Kunci: Balita; Pola Asuh; Status Gizi.

PENDAHULUAN

Masalah Gizi buruk di indonesia masih menjadi tantangan besar dalam pengembangan kesehatan masyarakat. Menurut data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024. Prevalensi balita dengan berat badan kurang (*underweight*) di Indonesia terdapat 6,2% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Selain itu prevalensi balita dengan berat badan kurang (*underweight*) di Kota Yogyakarta tercatat 10.20% (Dinas Kesehatan Provinsi DIY, 2024). Selain itu, pada tingkat kabupaten prevalensi status gizi balita di Kabupaten Sleman menunjukan angka 12.4% balita stunting, 7.4% balita *wasting*, 11.5% *underweight*, dan 3.8% balita overweight (Kementerian Kesehatan Republik

Indonesia, 2023). Kecamatan Gamping, terdapat tiga kelurahan berada pada zona kuning, yaitu Banyuraden, Nogotirto, dan Trihanggo. Antara ketiga Kelurahan tersebut, Kelurahan Nogotirto mencatat jumlah kasus gizi bermasalah tertinggi dengan 8 balita gizi sangat kurang, 96 gizi kurang, dan 104 balita *underweight*. Beban masalah yang lebih besar ini menjadikan Nogotirto sebagai lokasi yang paling representatif untuk mengkaji faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi balita.

Kekurangan gizi berdampak pada gangguan perkembangan otak yang dapat mempengaruhi kemampuan belajar serta produktivitas di masa depan. Kekurangan gizi berisiko lebih tinggi mengalami penyakit seperti diabetes dan penyakit jantung saat dewasa. Selain itu yang paling mengkhawatirkan, gizi buruk menjadi salah satu masalah gizi dengan risiko kematian tertinggi pada anak, hingga 12 kali lebih besar dibandingkan anak dengan status gizi baik (United Nations Children's Fund, 2023). Faktor-faktor terkait gizi juga berkontribusi terhadap sekitar 45% kematian pada anak di bawah usia 5 tahun (World Health Organization, 2022).

Pemberian gizi yang optimal merupakan bagian dari usaha menciptakan kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan. Tanpa asupan gizi yang cukup, produktivitas individu akan menurun dan dapat menghalangi kemajuan negara di berbagai bidang kehidupan (Widyaningrum, 2023). Upaya pemerintah dalam menangani masalah gizi kurang telah diatur dalam Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009. Tentang kesehatan yang menyatakan bahwa pemerintah diharapkan berperan aktif dalam upaya perbaikan gizi kurang. Dengan memperhatikan keseimbangan serta ketersediaan pangan bagi masyarakat. Bentuk tindakan lanjutan dari pemerintah untuk merealisasikannya adalah dengan melaksanakan program Pemberian Makanan Tambahan Pemulihan (PMT-Pemulihan). Sebagai Upaya penanganan bagi balita yang mengalami masalah gizi kurang (Putri & Rahardjo, 2021).

Penanganan gizi buruk memerlukan pendekatan komprehensif yang tidak hanya berfokus pada peningkatan asupan makanan. Faktor lain seperti pola asuh orang tua, ketersediaan air bersih, serta kondisi kesehatan lingkungan turut berperan penting dalam menentukan status gizi balita. Pola asuh yang tepat berkontribusi dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak, sedangkan lingkungan yang sehat dan akses air bersih berperan dalam mencegah infeksi yang dapat mengganggu penyerapan zat gizi. Sehingga, upaya pencegahan dan penanggulangan gizi kurang perlu dilakukan secara terpadu dengan memperbaiki berbagai faktor tersebut secara bersamaan (Emmaria, Sinaga, Manurung, Tobing, Lubis, & Sihombing, 2024).

Peran pola asuh sangat penting dalam timbulnya gangguan pertumbuhan pada balita. Pola asuh berdampak pada status gizi karena pertumbuhan anak dipengaruhi tidak hanya oleh nutrisi. Tetapi juga dipengaruhi oleh kasih sayang, perhatian, kenyamanan, dan pola asuh yang baik. Sehingga memungkinkan anak tumbuh dengan baik. Pola asuh yang baik dari orang tua dapat memperbaiki kondisi status gizi yang optimal. Apabila status gizi balita tidak optimal akan berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Pola asuh yang kurang baik akan mengakibatkan keadaan gizi balita yang rendah. Apabila kondisi buruk terjadi selama masa *golden period* otak tidak akan berkembang dan kondisi ini akan sulit untuk dipulihkan kembali (Fatonah & Damaiyanti, 2023).

Pandangan masyarakat, khususnya ibu mengenai pemberian makanan berperan penting dalam membentuk pola asuh dan mempengaruhi status gizi balita. Pada pemberian makan sehari hari sebagian ibu telah berupaya menyediakan makanan utama dan makanan selingan bagi balita. Namun ketidakseimbangan asupan gizi masih sering terjadi akibat keterbatasan pemahaman mengenai komposisi makanan sehat, dampak konsumsi jajanan, serta kondisi sosial ekonomi keluarga. Banyak ibu berpikir bahwa anak sudah cukup mendapatkan nutrisi hanya dari nasi tanpa lauk atau sayur. Sementara itu ibu-ibu yang lain berusaha memberikan tambahan makanan atau mengolah hidangan menjadi lebih menarik agar anak bersedia makan (Mauliza & Desti, 2023).

Penelitian sebelumnya menunjukan adanya hubungan signifikan antara pola asuh dengan status gizi (Ekasari & Wati, 2021). Adanya pola asuh yang baik maka cenderung menghasilkan status gizi balita yang normal. Penelitian lain juga sependapat yang menyatakan balita dengan pola asuh yang kurang tepat beresiko mengalami gizi kurang dibandingkan dengan pola pengasuhan yang tepat (Widyaningrum, 2023). Berdasarkan kedua penelitian tersebut membuktikan bahwa pola asuh orang tua sebagai variabel bebas berpengaruh signifikan terhadap status gizi balita. Sehingga harus diperhatikan upaya pencegahan dan penanggulangan masalah gizi pada anak balita.

Studi pendahuluan di Puskesmas Gamping II pada bulan Juli 2025 menunjukan bahwa Kelurahan Nogotirto memiliki beban masalah gizi yang signifikan. Posyandu Melati Kwarasan menunjukan prevalensi masalah gizi paling menonjol dengan temuan 16 kasus *underweight,* 13 *wasting,* dan 6 *stunting* dari total 84 balita. Tingginya angka gizi kurang ini menjadi dasar utama pemilihan lokasi penelitian guna mengidentifikasi determinan masalah kesehatan anak di wilayah tersebut.

Masalah gizi di lokasi tersebut diindikasikan berkaitan erat dengan pola asuh makan yang belum optimal. Hasil wawancara mengungkap bahwa meskipun frekuensi makan terpenuhi, kualitas variasi gizi dan perilaku pengasuhan masih rendah yang ditandai dengan penggunaan *gadget* sebagai distraksi makan serta praktik pemaksaan (*forced feeding*). Sehingga, penelitian ini penting dilakukan untuk menganalisis lebih lanjut peran pola asuh terhadap status gizi balita sebagai landasan intervensi di masa mendatang.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif non eksperimental yang menggunakan pendekatan studi *cross sectional.* Populasi dalam penelitian ini adalah orang tua dan balita yang aktif menghadiri kegiatan posyandu di Posyandu Melati Kwarasan Nogotirto Kecamatan Gamping Sleman dengan jumlah 80 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, yaitu teknik pengambilan sampel di mana seluruh anggota populasi dijadikan sampel dengan jumlah 80 responden.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan untuk mengukur pola asuh orang tua adalah kuesioner. Kuesioner tersebut memiliki 30 item pernyataan yang terdiri dari 10 pernyataan terkait pola asuh demokratis, 10 pernyataan terkait pola asuh otoriter, dan 10 pernyataan terkait pola asuh permisif yang menggunakan skala Nominal dengan pilihan jawaban Ya = 1 dan Tidak = 0.

Instrumen untuk mengukur status gizi balita menggunakan timbangan berat badan digital yang sudah terkalibrasi dan status gizi ditentukan berdasarkan indikator berat badan berdasarkan umur balita (BB/U) menggunakan standar World Health Organization (WHO).

Analisa data yang digunakan adalah univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan bivariat untuk mengetahui hubungan antara pola asuh orang tua dan status gizi balita. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan Komisi Etik Penelitian Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta dengan *ethical approval* No.4977/KEP-UNISA/XII/2025 serta dinyatakan layak etik.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden (N=80)

Variabel	Hasil
Umur Orang Tua (n/%)	
17-25	5/6.2
26-35	40/50.0
36-45	30/37.5
46-55	5/6.3
Tingkat Pendidikan Orang Tua (n/%)	
SD	4/5.0
SMP	16/20.0
SMA/SMK	35/43.8
Diploma/Sarjana	25/31.2
Pascasarjana	0/0.0
Pekerjaan Orang Tua (n/%)	
Tidak Bekerja	36/45.0
Bekerja	44/55.0
Umur Balita (n/%)	
<1 (Bayi)	6/7.5
1 (*Toddler* awal)	21/26.3
2 (*Toddler)*	14/17.5
3 (*Toddler* akhir)	20/25.0
4 (Pra-sekolah awal)	17/21.3
5 (Pra-sekolah)	2/2.5
Pola Asuh (n/%)	
Demokratis	69/86.3
Otoriter	3/3.8
Permisif	8/10.0
Status Gizi (n/%)	
Berat Badan Sangat Kurang	0/0.0
Berat Badan Kurang	8/10,0
Berat Badan Normal	66/82.5
Risiko Berat Badan Lebih	6/7.5

Tabel 1. menunjukkan bahwa karakteristik responden umur orang tua terbanyak berada pada kelompok 26-35 tahun sebanyak 40 responden (50%), tingkat pendidikan orang tua didominasi oleh SMA/SMK sebanyak 35 responden (43.8%) dengan orang tua bekerja sebanyak 44 responden (55%). Berdasarkan umur mayoritas anak dalam penelitian ini adalah balita kelompok usia 1 tahun sebanyak 21 balita (26.3%). Selain itu pola asuh yang diterapkan orang tua dalam penelitian ini sebagian besar menerapkan pola asuh demokratis sebanyak 69 responden (863%) dengan status gizi balita memiliki berat badan normal sebanyak 66 balita (82.5%).

Tabel 2. Karakteristik Responden berdasarkan Pola Asuh (N=80)

Karakteristik	Pola Asuh							
	Demokratis		Otoriter		Permisif		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Umur Orang Tua								
17-25	4	5.0	0	0.0	1	1.3	5	6.3
26-35	36	45.0	0	0.0	4	5.0	40	50.0
36-45	25	31.3	3	3.8	2	2.5	30	37.5
46-55	4	5.0	0	0.0	1	1.3	5	6.3
Tingkat Pendidikan								
SD	4	5.0	0	0.0	0	0.0	4	5.0
SMP	14	17.5	1	1.3	1	1.3	16	20.0
SMA/SMK	30	37.5	1	1.3	4	5.0	35	43.8
Diploma/Sarjana	21	26.3	1	1.3	3	3.8	25	31.3
Pascasarjana	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Pekerjaan								
Tidak Bekerja	32	40.0	1	1.3	3	3.8	36	45.0
Bekerja	37	46.3	2	2.5	5	6.3	44	55.0
Umur Balita								
>1	6	7.5	0	0.0	0	0.0	6	7.5
1	16	20.0	1	1.3	4	5.0	21	26.3
2	13	16.3	0	0.0	1	1.3	14	17.5
3	18	22.5	0	0.0	2	2.5	20	25.0
4	14	17.5	2	2.5	1	1.3	17	21.3
5	2	2.5	0	0.0	0	0.0	2	2.5

Tabel 2. menunjukan responden dengan umur 26-35 sebanyak 36 responden (45%) menerapkan pola asuh demokratis, berdasarkan tingkat pendidikan responden dengan pendidikan SMA/SMK menjadi kelompok yang paling banyak menerapkan pola asuh demokratis sebanyak 30 responden (37.5%), berdasarkan status pekerjaan orang tua yang memiliki status bekerja merupakan kelompok terbanyak yang menerapkan pola asuh demokratis sebanyak 37 responden (46.3%), berdasarkan umur balita pola asuh demokratis paling banyak diterapkan pada orang tua yang memiliki anak berumur 3 tahun sebanyak 18 responden (22.5%).

Tabel 3. Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Status Gizi Balita

Pola Asuh Orang Tua	Status Gizi Balita											
	Berat Badan Sangat Kurang		Berat Badan Kurang		Berat Badan Normal		Risiko Berat Badan Lebih		Total		*p-value*	Nilai Koefisiensi
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
Demokratis	0	0.0	0	0.0	63	78.8	6	7.5	69	86.3		
Otoriter	0	0.0	0	0.0	3	3.8	0	0.0	3	3.8	0.000	0.709
Permisif	0	0.0	8	10.0	0	0.0	0	0.0	8	10.0		

Berdasarkan Tabel 3. menunjukan hasil penelitian bahwa orang tua dengan pola asuh demokratis sebagian besar memiliki balita dengan status gizi berat badan normal sebanyak 63 balita (78.8%) sedangkan 6 balita (7.5%) berada pada kategori risiko berat badan lebih. Pola asuh otoriter sebagian besar balita memiliki status gizi berat badan normal sebanyak 3 balita (3.8%). Sementara itu, pada pola asuh permisif sebagian besar balita memiliki status gizi berat badan kurang sebanyak 8 balita (10.0%). Berdasarkan hasil perhitungan statistik

menggunakan uji *Fisher's Exact Test* didapatkan nilai signifikan *p-value* sebesar 0.000 (<0.05) sehingga dapat dipahami bahwa terdapat hubungan antara pola asuh orang tua dengan status gizi dengan nilai *Cramer's V* sebesar 0.709 yang menunjukan bahwa keeratan hubungan antara kedua variabel tergolong kuat.

PEMBAHASAN

Pola asuh orang tua adalah model atau cara merawat, menjaga, dan mendidik anak dalam keluarga. Status gizi balita merupakan keadaan sebagai akibat dari keseimbangan asupan gizi yang kita konsumsi. Sebagian besar orang tua menerapkan pola asuh demokratis sebanyak 69 responden (86.3%). Hal ini menunjukan bahwa sebagian besar orang tua telah menerapkan pola pengasuhan yang melibatkan komunikasi 2 arah, pemberian perhatian, serta pengawasan terhadap anak.

Sementara itu sebagian kecil responden menerapkan pola asuh permisif sebanyak 8 responden (10.0%) dan pola asuh otoriter sebanyak 3 responden (3.8%). Pola asuh permisif cenderung memberikan kebebasan tanpa pengawasan yang memadai sedangkan pola asuh otoriter ditandai dengan aturan yang ketat dan kurangnya keterlibatan anak dalam pengambilan keputusan. Dominasi pola asuh demokratis yang diterapkan orang tua pada balita ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukan bahwa mayoritas responden juga menerapkan pola asuh demokratis (66.7%) dan pola asuh tersebut berkontribusi terhadap pencapaian status gizi balita yang normal (Sabillah & Susilowati, 2025).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian lain yang menyebutkan bahwa hampir seluruh responden menerapkan pola asuh demokratis sebanyak 32 (80%) (Puspita & Aryani, 2023). Pola asuh orang tua yang bersifat demokratis ditandai dengan pemberian kesempatan kepada anak untuk menentukan pilihan makanan sesuai dengan selera anak, namun tetap disertai pengawasan, arahan, dan pembatasan dari orang tua agar pilihan tersebut sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Pola asuh orang tua yang tepat berperan penting dalam pencapaian status gizi anak yang normal. Kedekatan orang tua dengan anak memungkinkan pemberian perhatian dan pengawasan yang optimal khususnya dalam pemenuhan asupan makanan yang bergizi. Sebaliknya apabila pola asuh orang tua yang kurang tepat dan kebiasaan makan yang tidak sesuai pada anak dapat berdampak negatif terhadap status gizinya.

Hal ini didukung penelitian lain yang menyatakan bahwa pola asuh berkaitan erat dengan perilaku orang tua dalam memberikan perhatian dan kehangatan melalui interaksi serta hubungan interpersonal dengan anak (Widyaningrum, 2023). Pola asuh yang ditandai dengan adanya perhatian dan kehangatan mencerminkan pengasuhan yang baik dan mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Sebaliknya apabila pola asuh kurang memadai yang ditunjukan oleh minimnya perhatian dan kehangatan dalam hubungan orang tua dan anak dapat menimbulkan berbagai dampak negatif pada anak, termasuk gangguan perilaku makan dan pencapaian status gizi yang kurang baik.

Kematangan usia berperan penting dalam mendukung penerapan pola asuh yang tepat khususnya pola asuh demokratis dalam praktik pemberian makan, pengawasan konsumsi makanan, serta pemenuhan kebutuhan gizi balita. Kondisi usia yang matang ini dapat menjelaskan mengapa sebagian besar responden dalam penelitian ini mampu menerapkan pola asuh demokratis (86.3%), orang tua di usia produktif cenderung memiliki stabilitas emosi yang lebih baik dalam mengasuh anak. Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden berada pada rentang usia 26-35 tahun yaitu sebanyak 40 responden (50%). Secara teoritis, usia dewasa awal merupakan fase kematangan emosional dan stabilitas kognitif yang mendukung kesiapan individu dalam menjalankan peran sebagai orang tua. Hasil penelitian juga menunjukan bahwa responden berusia 26-35 tahun merupakan kelompok terbanyak yang menerapkan pola asuh demokratis yaitu sebanyak 36 orang (45,0%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa mayoritas responden berada pada usia 26-35 tahun sebanyak 24 orang (68.6%) dan termasuk dalam kategori dewasa awal (Muzayyorah, 2021). Hasil penelitian studi sebelumnya juga menyatakan bahwa semakin bertambah usia seseorang maka kemampuan dalam mencari, menerima, dan mengolah informasi juga akan semakin baik yang pada akhirnya dapat mempengaruhi pola asuh yang diterapkan serta berdampak pada status gizi balita (Conterius & Avelina, 2022). Hal ini didukung oleh teori lain yang menyatakan usia 26-35 tahun merupakan periode yang paling optimal dalam mengasuh anak karena kondisi kesehatan orang tua berada pada tahap yang baik serta memiliki kesiapan dalam membangun dan mengelola kehidupan keluarga (Ekasari & Wati, 2021).

Tingkat pendidikan orang tua dapat berperan dalam membentuk pola asuh yang tepat dan mendukung pemenuhan status gizi balita. Karena pengetahuan ibu yang tinggi akan menjamin memiliki balita dengan status gizi yang normal. Karakteristik pendidikan diperoleh hasil responden paling banyak

yaitu tingkat pendidikan SMA/SMK sebanyak 35 responden (43.8%). Responden dengan pendidikan tinggi yaitu diploma/sarjana sebanyak 25 orang (31.3%).

Tingkat pendidikan menengah ke atas ini memungkinkan orang tua memiliki dasar pengetahuan yang cukup untuk memahami literasi gizi dan kesehatan anak. Berdasarkan tingkat pendidikan, responden dengan pendidikan SMA/SMK merupakan kelompok yang paling banyak menerapkan pola asuh demokratis yaitu sebanyak 30 orang (37.5%). Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan pendidikan orang tua sebagian besar tingkat pendidikan SMA sebanyak 26 orang (47.3%) pada pendidikan ayah dan 22 orang (40%) pada pendidikan ibu (Putri & Febrianta, 2024). Berdasarkan data yang diperoleh dapat dipahami bahwa tingkat pendidikan terakhir orang tua sebagian besar berada pada jenjang SMA. Pendidikan pada jenjang ini memungkinkan orang tua lebih mudah memahami informasi mengenai pemilihan makanan serta pengaturan pola makan yang sesuai bagi balita.

Selain itu, status bekerja juga berkontribusi dalam mendukung ketahanan pangan keluarga yang berdampak pada kemampuan orang tua dalam menerapkan pola asuh yang baik. Hasil penelitian menunjukan bahwa responden yang bekerja dengan jumlah 44 (55%). Keterbatasan kondisi ekonomi dapat mempengaruhi kualitas pola asuh yang diterapkan dalam keluarga (Mukhlis, 2024). Keluarga dengan pendapatan yang terbatas, orang tua cenderung memprioritaskan pemenuhan kebutuhan dasar seperti pangan dan sandang sehingga perhatian terhadap aspek pengasuhan serta pemantauan tumbuh kembang anak menjadi kurang optimal. Berdasarkan status pekerjaan, responden yang bekerja merupakan kelompok terbanyak yang menerapkan pola asuh demokratis yaitu sebanyak 37 responden (46.3%). Kondisi ini menunjukan bahwa adanya sumber pendapatan dari pekerjaan dapat berperan dalam meningkatkan kemampuan keluarga dalam memenuhi kebutuhan pangan serta mendukung pola asuh yang lebih optimal.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukan bahwa mayoritas balita memiliki status gizi berat badan normal yaitu sebanyak 66 balita (82.5%). Hal ini menunjukan bahwa sebagian besar balita dalam penelitian ini telah memperoleh asupan gizi yang cukup dan sesuai dengan keutuhan tubuhnya, sehingga mampu mempertahankan status gizi yang normal. Selain itu, masih terdapat balita dengan status gizi berat badan kurang sebanyak 8 balita (10,0%). Kondisi ini menunjukan adanya balita yang belum mendapatkan asupan gizi yang optimal, yang dapat dipengaruhi oleh pola pemberian makan, pola asuh orang tua, maupun faktor kesehatan lainnya. Sementara itu, balita dengan risiko berat badan lebih sebanyak 6 balita (7.5%) yang dapat disebabkan oleh asupan energi yang berlebihan dibandingkan dengan kebutuhan tubuh balita.

Dominannya status gizi normal pada balita dalam penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian lain yang menunjukan bahwa sebagian besar balita memiliki status gizi normal sebesar 62% (Dhirah, Rezeki, Wahyuni, & Nuzul, 2025). Temuan tersebut mengindikasikan bahwa praktik pengasuhan dan pemenuhan gizi yang relatif baik berkontribusi terhadap tercapainya status gizi normal pada balita, meskipun masih ditemukn sebagian balita dengan status gizi kurang maupun berisiko gizi lebih. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukan hasil status gizi balita bahwa 69 dari 85 balita (81.2%) masuk dalam kategori dengan status gizi baik, 2 balita (2.4%) masuk dalam kategori berat badan kurang dan 14 balita (16,5%) masuk dalam kategori risiko berat badan berlebih (Widyaningrum, 2023). United Nation's Children's Fund (UNICEF) menjelaskan bahwa status gizi seseorang dipengaruhi oleh dua kelompok besar faktor, yaitu faktor langsung terdiri dari asupan makanan dan penyakit infeksi, faktor tidak langsung terdiri dari sanitasi dan ketersediaan air bersih, ketersediaan pangan, pola asuh, dan pelayanan kesehatan masyarakat (Hartini, Solikhah, Mulyo, & Saleky, 2023).

Kematangan usia berperan penting dalam mendukung pemenuhan status gizi balita. Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden berada pada rentang usia 26-35 tahun yaitu sebanyak 40 responden (50.0%). Hasil penelitian sebelumnya juga menyatakan sebagian besar ibu berada pada kelompok usia produktif 21-30 tahun sebanyak (60%) (Nerawati, Sunanto, & Ekasari, 2023). Usia produktif yaitu usia yang memiliki kemampuan optimal dalam menerima dan mengolah informasi, sehingga dengan bekal pengetahuan yang dimiliki dapat mendukung pengambilan keputusan yang tepat dalam pemberian makan dan pemenuhan kebutuhan gizi anak.

Tingkat pendidikan orang tua juga dapat berperan dalam mendukung pemenuhan status gizi balita. Karakteristik pendidikan pada penelitian ini diperoleh hasil responden paling banyak yaitu tingkat pendidikan SMA/SMK sebanyak 35 responden (43.8%). Responden dengan pendidikan tinggi yaitu diploma/sarjana sebanyak 25 orang (31.3%). Tingkat pendidikan orang tua pada jenjang menengah ke atas dapat mendukung pemahaman terhadap informasi gizi dan kesehatan anak.

Hasil penelitian lainnya menunjukan bahwa

terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pendidikan dengan status gizi balita. Karena pendidikan berperan dalam membentuk sikap dan kemampuan ibu dalam menghadapi permasalahan (Sutrisno & Tamim, 2023). Ibu memegang peran penting dalam menjaga kesehatan serta mendukung pertumbuhan anak, sehingga ibu dengan latar belakang pendidikan yang lebih tinggi cenderung lebih mudah menerima informasi, memiliki wawasan gizi yang lebih luas, serta mampu mengaplikasikan pengetahuan dalam perilaku pemenuhan gizi sehari-hari.

Selain itu, status bekerja juga berkontribusi pada ketahanan pangan keluarga yang secara tidak langsung mendukung pemenuhan asupan nutrisi balita agar tetap berada pada kategori normal. Hasil penelitian menunjukan bahwa responden yang bekerja dengan jumlah 44 (55,0%). Secara teori, pekerjaan berkaitan dengan kondisi sosial ekonomi yang memperluas akses informasi dan interaksi sosial bagi orang tua. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan sebagian besar ibu bekerja sebanyak 66 responden (78,6%) (Ekasari & Wati, 2021).

Kondisi ini menunjukan bahwa ibu yang bekerja memiliki lingkungan sosial yang lebih luas, sehingga berpeluang memperoleh informasi dan pengalaman baru dari interaksi dengan orang lain. Melalui pergaulan dan aktivitas diluar rumah, pengetahuan yang dimiliki ibu dapat meningkat, baik secara langsung maupun tidak langsung termasuk pengetahuan yang berkaitan dengan kesehatan dan pengasuh anak. Ibu yang bekerja cenderung memiliki akses yang besar terhadap berbagai sumber informasi, sehingga dapat menambah wawasan dalam menerapkan pola asuh yang sesuai bagi balita. Pengetahuan yang diperoleh dari lingkungan kerja dan sosial tersebut diharapkan dapat mendukung ibu dalam mengambil keputusan yang tepat terkait pemenuhan kebutuhan gizi anak.

Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar balita berusia 1 tahun sebanyak 21 balita (26.3%). Usia ini merupakan masa transisi yang krusial (*golden age*) karena anak mulai terpapar makanan dan sangat rentan terhadap masalah kesehatan akibat sistem imun yang masih berkembang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian lainnya yang menyebutkan usia balita 1-2 tahun sebanyak 40 (50%) (Kurnia, 2022). Hal ini menunjukan bahwa kelompok usia 1 tahun merupakan kelompok yang cukup dominan dalam penelitian ini. Usia balita khususnya pada rentang 1-2 tahun merupakan masa yang sangat rentan terhadap berbagai masalah kesehatan karena pada usia ini sistem kekebalan tubuh anak masih dalam tahap perkembangan dan balita mulai aktif mengeksplorasi lingkungan sekitarnya.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya juga menekankan bahwa pada usia *toddler* (1-2 tahun) pola asuh makan (*feeding style)* menjadi faktor determinan karena anak mulai mengeksplorasi rasa dan menunjukan perilaku makan tertentu. Namun berdasarkan umur balita, pola asuh demokratis paling banyak diterapkan pada orang tua yang memiliki anak berusia 3 tahun yaitu sebanyak 18 responden (22.5%). Hal ini dapat menunjukan bahwa seiring bertambahnya usia anak, orang tua cenderung lebih mampu menyesuaikan pola asuh yang responsif dan melibatkan anak dalam proses makan serta pengambilan keputusan sederhana sesuai tahapan perkembangannya.

Sehingga, dominasi status gizi normal pada penelitian ini menunjukan bahwa meskipun balita berada pada usia rentan, pola asuh demokratis yang diterapkan orang tua efektif dalam menjaga keseimbangan nutrisi balita. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa usia balita khususnya usia 1 tahun perlu mendapatkan perhatian lebih dari orang tua maupun tenaga kesehatan dalam hal pemantauan status gizi. Pola asuh orang tua terutama yang berkaitan dengan pemberian makan, perawatan, dan pemenuhan kebutuhan gizi balita sangat berperan dalam menentukan status gizi. Upaya promotif dan preventif diperlukan pada kelompok usia ini untuk mencegah terjadinya masalah gizi dan mendukung tumbuh kembang balita secara optimal.

Hasil uji statistik menunjukan nilai *p-value* sebesar 0.000 dengan koefisiensi korelasi sebesar 0.709 yang menandakan adanya hubungan yang signifikan dan kuat antara pola asuh orang tua dengan status gizi balita. Hasil penelitian ini menunjukan bahwa pola asuh orang tua berperan penting dalam menentukan status gizi balita. Pola asuh demokratis merupakan pola asuh yang paling banyak diterapkan oleh orang tua dimana sebagian besar balita yang diasuh dengan pola ini memiliki status gizi normal.

Hal tersebut menunjukan bahwa pola asuh demokratis cenderung memberikan dampak positif terhadap pemenuhan kebutuhan gizi balita. Sebaliknya, pada pola asuh permisif ditemukan balita dengan status gizi kurang yang mengindikasikan bahwa kurangnya pengawasan dan kontrol orang tua terhadap pola makan anak dapat mempengaruhi status gizi balita. Sementara itu, pada pola asuh otoriter jumlah balita relatif lebih sedikit dan sebagian besar balita berada pada status gizi normal. Sehingga dapat dipahami bahwa pola asuh orang tua memiliki peranan penting dalam menentukan status gizi balita. Pola asuh yang tepat khususnya pola asuh demokratis dapat mendukung

terpenuhinya kebutuhan gizi anak secara optimal sehingga status gizi balita berada pada kategori normal.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dengan judul *Parenting Style as Determinant of Toddler Nutritional Status.* Hasil penelitian tersebut menunjukan bahwa sebagian besar balita yang diasuh dengan pola asuh yang baik memiliki status gizi normal yaitu sebesar 71.4%. Penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa pola asuh khususnya dalam pemberian makan memiliki peran penting terhadap status gizi balita karena pada usia balita anak masih sangat bergantung pada orang tua dalam pemenuhan kebutuhan gizinya (Sari & Jawa, 2025).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian lainnya yang menjelaskan bahwa pengasuhan mencakup ketersediaan waktu, perhatian, serta dukungan fisik, psikologis, dan sosial dalam keluarga untuk mendukung tumbuh kembang anak (Nerawati et al., 2023). Teori tersebut juga dijelaskan bahwa status gizi balita tidak hanya dipengaruhi oleh asupan makanan tetapi juga oleh pola asuh, ketahanan pangan rumah tangga, pelayanan kesehatan, serta kondisi lingkungan. Hasil analisis statistik pada penelitian sebelumnya menggunakan uji *Chi-Square* dengan taraf signifikansi <0.05 menunjukan bahwa mayoritas orang tua menerapkan pola asuh demokratis sebesar 70.8% dan sebagian besar balita berada pada status gizi normal sebesar 81.5% (Nerawati et al., 2023).

Temuan penelitian ini semakin diperkuat oleh penelitian lainnya yang menunjukan bahwa mayoritas orang tua menerapkan pola asuh demokratis dan permisif, serta Sebagian besar balita memiliki status gizi normal sebesar 78.0% dan hasil uji yang menunjukan adanya hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dan status gizi balita (Ackbar & Kamilah, 2026). Temuan ini menegaskan bahwa pola asuh, khususnya dalam praktik pemberian makan dan perhatian terhadap kebutuhan anak berperan penting dalam menentukan status gizi balita.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas pola asuh orang tua sebagian besar menerapkan pola asuh demokratis (86.3%). Selain itu, status gizi balita sebagian besar memiliki status gizi normal (82,5%). Hasil uji statistik menggunakan Uji *Fisher's Exact* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dan status gizi balita dengan nilai p = 0.000 (<0.05). Hubungan tersebut memiliki keeratan yang kuat dengan nilai koefisiensi korelasi sebesar 0.709.

DAFTAR PUSTAKA

Ackbar, M. R., & Kamilah, S. (2026). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Status Gizi Balita Cianjur The Relationship Betwen Parenting Styles And The Nutritional Status Of Toddlers In Karangsri Village , Agrabinata District. *Cianjur Regency*. *004*, 14465–14471.

Conterius, R. E. B., & Avelina, Y. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Dengan Status Gizi Balita Di Posyandu Flamboyan. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, *9*(2).

Dhirah, U. H., Rezeki, S., Wahyuni, A., & Nuzul, R. (2025). *Hubungan Pola Asuh Dengan Status Gizi Balita Usia 12-24 Bulan di Desa Cipari Pari Timur Kecamatan Sultan Daulat Kota Subulussalam Relationship Between Parenting Style And Nutritional Status Of Toddlers Age 12-24 Months In Cipari Pari Timur Village , Sulta*. *11*(1), 680–686.

Dinas Kesehatan Provinsi DIY. (2024). Profil Kesehatan Kota Yogyakarta Tahun 2024. *Dinas Kesehatan DIY*, *11*(1), 1–14. diakses dari: http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI

Ekasari, W. U., & Wati, D. S. (2021). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Status Gizi Balita. *TSJKeb_Jurnal*, *6*(2).

Emmaria, R., Sinaga, K., Manurung, B., Tobing, R. A. L., Lubis, R. D., & Sihombing, P. A. (2024). Edukasi Penanganan Dan Pencegahan Gizi Kurang Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Rantang Kota Medan Tahun 2024. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi Dan Inovasi IPTEKS*, *2*(4), 1309–1314.

Fatonah, S., & Damaiyanti, D. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Status Gizi Pada Balita Di Posyandu Karya Budi Asih 2B. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *9*(2), 149.

Hartini, D. A., Solikhah, L. S., Mulyo, G. P. E., & Saleky, Y. W. (2023). *Gizi Dalam Daur Kehidupan* (H. Akbar (ed.)). CV. Media Sains Indonesia.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024. *Kemenkes*. diakses dari: https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/survei-status-gizi-indonesia-ssgi-2024/

Kurnia, S. (2022). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Status Gizi Anak Usia Toddler. *Jurnal Psikologi Indonesia*, *2*(2), 196–203.

Mauliza, H. S, & Desti, M. R. (2023). Hubungan Pola Asuh Ibu dengan Status Gizi Balita 12-59 Bulan Di Kecamatan Banda Sakti. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, *6*(1), 109–122.

Mukhlis, M. (2024). Hubungan Status Sosial Ekonomi dan Pola Asuh terhadap Prevalensi Stunting pada Balita di Bima-NTB. *Journal of Knowledge and Collaboration*, *2*(1), 434–443.

Muzayyorah, M. (2021). Tingkat Pengetahuan Ibu Balita Tentang Stunting Knowledge Level Of Mothers To Children About Stunting. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, *8*(2), 81–92.

Putri, A. A. N. Y., & Febrianta, Y. (2024). Hubungan Tingkat Pendidikan Orang Tua Terhadap Status Gizi Anak Pada Siswa Kelas V SD Negeri 1 Tambaksogra. *JSH: Journal of Sport and Health*, *5*(2), 49-59.

Nerawati, Y., Sunanto, S., & Ekasari, T. (2023). Pola Asuh Orang Tua dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, *10*(2), 105–113.

Puspita, S., & Aryani, H. P. (2023). Pola Asuh Orang Tua terhadap Pertumbuhan Anak Balita. *Journal of Education Research*, *4*(1), 92–99.

Putri, E. M. S., & Rahardjo, B. B. (2021). Program Pemberian Makanan Tambahan Pemulihan pada Balita Gizi Kurang. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, *1*(3), 337–345.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI). *Kemenkes*, 235. diakses dari: https://kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/17169067256655eae5553985.98376730.pdf

Sabillah, A. S., & Susilowati, T. (2025). Hubungan Pola Asuh dengan Status Gizi pada Balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *19*(6), 1553–1562.

Sari, R. M., & Jawa, S. F. S. (2025). *Parenting Style as Determinant of Toddler Nutritional Status*. *6*(2), 157–161.

Sutrisno, S., & Tamim, H. (2023). Hubungan Tingkat Pendidikan dan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dengan Status Gizi pada Balita di Posyandu Abung Timur Wilayah Kerja Puskesmas Bumi Agung Kabupaten Lampung Utara Tahun 2020. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, *2*(2), 77–83.

United Nations Children's Fund. (2023). Wasting (Gizi Kurang dan Gizi Buruk) dan Dampaknya pada Anak | UNICEF Indonesia. In *Unicef*. diakses dari: https://www.unicef.org/indonesia/id/gizi/artikel/dampak-wasting-pada-anak

Widyaningrum, T. I. N. A. (2023). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Status Gizi Balita Usia 2-5 Tahun Di Desa Wirogunan Kecamatan Kartasura* (Doctoral dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta).

World Health Organization. (2022). Child mortality (under 5 years). In *Fact sheets* (Issue January, pp. 20–23). diakses dari: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/levels-and-trends-in-child-under-5-mortality-in-2020%0Ahttps://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/levels-and-trends-in-child-under-5-mortality-in-2020%0Ahttps://www.who.int/news-room/fact-sheets/detai