

PENGARUH POLA ASUH MAKAN IBU PADA STATUS GIZI ANAK PRASEKOLAH  
(Kasus di Desa Payaman Kecamatan Solokuro Kabupaten Lamongan)

**Fatmawati**

**Program Studi S1 Pendidikan Tata Boga Fakultas Teknik Universitas Negeri Surabaya**

[Fatmawati.15050394063@mhs.unesa.ac.id](mailto:Fatmawati.15050394063@mhs.unesa.ac.id)

**Meda Wahini**

**Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Fakultas Teknik Universitas Negeri Surabaya**

[medawahini@unesa.ac.id](mailto:medawahini@unesa.ac.id)

**Abstrak**

Pola asuh makan ibu adalah praktik-praktik pengasuhan yang diterapkan ibu kepada anaknya, meliputi cara dan sikap ibu dalam menyediakan makanan yang berdampak pada status gizi anak prasekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) Pola asuh makan ibu; (2) Status gizi anak prasekolah; (3) Pengaruh pola asuh makan ibu pada status gizi anak prasekolah.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *Expost Facto* dilakukan melalui pengambilan sample berjumlah 65 ibu yang memiliki anak usia prasekolah, dengan menggunakan metode *stratified random Sampling*. Sedangkan instrument penelitian menggunakan kuisioner berupa angket tertutup dan dokumentasi, yang kemudian dilakukan analisis data menggunakan regresi linier berganda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Pola asuh makan ibu dinyatakan baik; (2) Status gizi anak prasekolah dinyatakan normal; (3) Adapun pengaruh pola asuh makan ibu pada status gizi dinyatakan berpengaruh karena pola asuh makan dan pengetahuan gizi ibu sama-sama memiliki peran terhadap status gizi anak prasekolah dengan kata lain pengetahuan gizi yang baik tanpa dibarengi pola asuh makan secara maksimal tidak akan menghasilkan status gizi baik pada anak usia prasekolah. Penelitian ini mengindikasikan bahwa selain dipengaruhi oleh individu anak, ibu dan keluarga, lingkungan sekolah juga ikut berperan dalam menentukan status gizi anak prasekolah.

**Kata kunci: Pola asuh makan, Status gizi, Prasekolah**

Mother's feeding pattern is a parenting practice that is applied by the mother to their children, including mother's manner and attitude in providing food has an impact on the nutritional status of preschoolers. This study aims to find out: (1) Mother's feeding pattern; (2) Nutritional status of preschool children; (3) Effect of maternal feeding patterns on the nutritional status of preschoolers.

Type of this research is quantitative with the *Expost Facto* approach conducted by taking samples from 65 mothers who have preschool children, using the stratified random sampling method. The instrument used a questionnaire in closed questionnaire form and documentation, while the analyzed data using multiple linear regression.

The results of the study show that: (1) The mother's breastfeeding style is stated well; (2) The preschool children's nutritional status is stated normal; (3) The influence of the mother's feeding pattern on nutritional status was stated influential because both of mother's parenting and nutritional knowledge have play a role in the preschooler's nutritional status in other words good nutrition knowledge without a maximum parenting style will not produce good nutrition. This research shows that besides influenced by each child, mother and family, the school environment also has a role on determining the nutritional status of preschoolers.

**Keywords: Food Parenting, Nutritional Status, Preschool.**

**PENDAHULUAN**

Seorang anak yang sehat dan normal akan tumbuh sesuai dengan potensi genetik yang dimilikinya. Tetapi pertumbuhan ini juga akan dipengaruhi oleh intake zat gizi yang dikonsumsi dalam bentuk makanan. Kekurangan atau kelebihan zat gizi akan dimanifestasikan dalam bentuk pertumbuhan yang menyimpang dari pola standar. Status gizi anak dipengaruhi oleh beberapa faktor yang saling berhubungan. Pada tingkatan rumahtangga, keadaan gizi individu dipengaruhi oleh kemampuan rumahtangga menyediakan pangan di dalam jumlah dan jenis yang

cukup serta pola asuh yang dipengaruhi oleh faktor pendidikan, perilaku dan keadaan kesehatan rumahtangga. Salah satu penyebab timbulnya kurang gizi pada anak adalah akibat pola asuh makan yang kurang memadai (Soekirman, 2000).

Menurut Supriyatin (2004), pola asuh makan adalah praktik-praktik pengasuhan yang diterapkan ibu kepada anaknya yang berkaitan dengan cara dan situasi pemberian makan, meliputi siapa pengasuh anak dalam hal makan, cara penyajiannya, frekuensi makan, jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi anak, situasi lingkungan dan tanggapan tentang perilaku makan anak.

Desa Payaman merupakan desa dengan pemasok Tenaga Kerja Indonesia (TKI) terbanyak di Kecamatan Solokuro. Jumlah TKI laki-laki yang meninggalkan istri dirumah, secara tidak langsung akan berpengaruh pada berkurangnya beban istri dalam mengatur kebutuhan pangan keluarga, sehingga penerapan pola asuh makan akan tertuju pada anak. Selain itu, status ekonomi keluarga menjadi alasan laki-laki di Desa Payaman memilih menjadi TKI, dengan tujuan agar kestabilan ekonomi tetap terjaga dengan baik. Dengan demikian, apabila pola asuh makan yang tertuju pada anak didukung dengan status ekonomi yang baik, maka diharapkan dapat meningkatkan status gizi anak secara maksimal. Hal inilah yang mendorong peneliti ingin menggali bagaimana pengaruh pola asuh makan ibu pada status gizi anak prasekolah di Desa Payaman, Kecamatan Solokuro, Kabupaten Lamongan.

**METODE**

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *Expost Facto*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh antar variabel yakni pola asuh makan ibu dan pengetahuan gizi pada status gizi anak prasekolah.

Tempat penelitian dilakukan di Desa Payaman Kecamatan Solokuro Kabupaten Lamongan. Populasi penelitian ini adalah keluarga yang bertempat tinggal di Desa Payaman Kecamatan Solokuro Kabupaten Lamongan, sedangkan sampel penelitian adalah keluarga lengkap dengan anak usia prasekolah (3-5 tahun) dengan jumlah 65 ibu dari anak usia prasekolah dengan menggunakan metode *stratified random Sampling*. Data yang dikumpulkan adalah data primer meliputi karakteristik anak, karakteristik ibu, karakteristik keluarga dan status gizi. Instrument penelitian menggunakan kuisioner berupa angket tertutup dan dokumentasi, yang kemudian dilakukan analisis data menggunakan regresi linier berganda.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Pola asuh makan ibu pada anak usia prasekolah di Desa Payaman**

Tabel 4.1 Sebaran responden berdasarkan pola asuh makan ibu

No	Pola asuh makan ibu	Jumlah responden (n)	Persentase (%)
1	Kurang	22	33,8
2	Cukup	15	23,1
3	Baik	28	43,1
	Total	65	100

Pola asuh makan baik dimiliki oleh sebanyak (43,1%) ibu di Desa Payaman. Pola asuh makan baik tersebut dimiliki oleh ibu dengan pengetahuan gizi baik

yang ditunjang oleh individu anak yang tidak pernah mengalami sakit/infeksi dalam kurun waktu 3 bulan sebelum dilakukan penelitian. Sehingga praktik pengasuhan dapat dilakukan secara lebih maksimal.

Pola asuh makan dengan derajat baik di Desa Payaman juga didukung oleh status pekerjaan ibu yakni mayoritas berprofesi sebagai ibu rumah tangga. Ibu di desa payaman memilih profesi sebagai ibu rumah tangga dikarenakan mayoritas dari suami mereka berprofesi sebagai Tenaga Kerja Indonesia (TKI) di Malaysia. Istri yang ditinggal suaminya bekerja sebagai TKI, hidup dirumah bersama anaknya atau pun dengan anggota keluarga lain. Dikarenakan ibu tidak bekerja, maka ibu dapat menerapkan pola pengasuhan dengan baik kepada anak, didukung dengan keuangan yang baik pula karena apabila nilai Ringgit (RM) dirupiahkan memiliki nominal lebih tinggi sehingga pendapatan keluarga tersebut pun memadai untuk mencukupi kebutuhan pangan dan pengasuhan pada anak.

**Status gizi anak prasekolah di Desa Payaman**

Tabel 4.2 Sebaran responden berdasarkan status gizi anak prasekolah

No	Status gizi	Jumlah responden (n)	Persentase (%)
1	Sangat kurus	8	12,3
2	Kurus	18	27,7
3	Normal	37	56,9
4	Gemuk	2	3,1
	Total	65	100

Terdapat sebanyak (12,3%) anak yang berstatus gizi sangat kurus. Hal ini diakibatkan oleh status infeksi dari anak tersebut tergolong sering yakni 1-2 kali dalam sebulan pernah mengalami infeksi seperti ISPA dan Diare.

Status gizi anak yang diperoleh berdasarkan penilaian langsung dinyatakan bahwa sebesar 56,9% anak berstatus gizi normal, hal ini didukung dengan hasil sebaran FFQ menunjukkan bahwa sumber karbohidrat, lauk pauk dan sayuran pada anak usia prasekolah di Desa Payaman sudah terpenuhi dengan baik. Keberagaman pangan yang dikonsumsi oleh mayoritas anak menunjukkan bahwa pemenuhan unsur B2SA di Desa Payaman sudah baik dan memiliki frekuensi yang sesuai dengan (AKG, 2014) sehingga hasil penilaian langsung dan tidak langsung saling menguatkan.

**Pengaruh pola asuh makan ibu pada status gizi anak prasekolah di Desa Payaman**

Berdasarkan hasil uji F yang diketahui bahwa nilai menunjukkan signifikansi  $0,001 < 0,05$  artinya secara simultan atau keseluruhan pengetahuan gizi ibu dan pola asuh makan ibu memiliki pengaruh yang signifikan pada status gizi anak. Sedangkan jika dilihat dari analisis data

(Adjusted R. Square) didapati angka 0,564. Hal tersebut dapat membuktikan bahwa pengaruh pengetahuan dan sikap ibu terhadap gizi sebesar 56% sedangkan sisanya 44% dipengaruhi oleh variabel bebas lainnya yang tidak diteliti. Hasil penelitian ini sejalan dengan pernyataan Rahmawati (2014), yang menyatakan bahwa pada rumah tangga miskin di Kecamatan Cadasari menyebutkan bahwa terdapat hubungan positif antara pola asuh makan dengan status gizi.

Status infeksi mempengaruhi pola asuh makan ibu yang diterapkan kepada anak. Hal ini diakibatkan apabila anak dalam keadaan terinfeksi atau sakit maka anak akan mengalami susah makan dan minum, sehingga menyebabkan anak memilih-milih makanan, jadwal makan tidak teratur dan juga membuat ibu/pengasuh kesusahan membujuk anak untuk makan. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil bahwa sebanyak 37% dari 40 anak yang pernah terinfeksi dalam kurun waktu 3 bulan sebelum dilakukan penelitian mengalami infeksi ISPA yang sering terjadi apabila anak mengkonsumis jajanan diluar rumah.

Jenis sakit yang menginfeksi pada anak adalah demam dan diare yang memiliki persentase 15% dan 21% dari 40 anak yang terinfeksi. Hal tersebut tentu akan berdampak pada kurangnya asupan energi dan zat gizi yang masuk kedalam tubuh. Dalam keadaan terinfeksi, penderita kehilangan bahan makanan untuk diserap tubuh, selain itu juga penghancuran jaringan tubuh akan meningkat karena dipakai untuk pembentukan protein sebagai upaya pertahanan tubuh. Apabila hal ini terjadi dalam beberapa hari maka akan mengganggu keadaan gizi yang kemudian akan berdampak pada status gizi anak.

Pendidikan ibu mempengaruhi pola asuh makan ibu karena dengan tingkat pendidikan yang semakin tinggi, pengalaman orang tua mengenai pengasuhan anak semakin bertambah yang dapat mempengaruhi kesiapan mendidik dalam moral, sikap sosial, kemandirian serta tanggung jawab yang baik. Pernyataan terkait juga dikemukakan oleh Sabaruddin (2012) yang menyatakan bahwa pendidikan ibu memiliki kontribusi tinggi terhadap pengetahuan gizi dan kesehatan. Semakin baik pengetahuan gizi ibu, maka ibu akan mengetahui bagaimana cara mengolah makanan, cara mengatur menu untuk anak sehingga akan mampu meningkatkan status gizi anak.

Sejalan dengan penelitian di Desa Payaman diperoleh hasil bahwa pengetahuan gizi ibu di Desa Payaman sebesar 53,8% adalah cukup dan sebanyak 23,1% memiliki pengetahuan gizi baik. Ibu dengan ilmu pengetahuan yang baik dapat memilih dan memilah makanan sehingga dapat menghindarkan anak dari konsumsi makanan yang salah, dengan pengetahuan gizi yang baik, ibu juga dapat memahami cara pengolahan

secara tepat pada setiap bahan makanan yang digunakan. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian Taufiqurrahman (2013) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan gizi ibu dengan perilaku pola asuh makanya. Berbeda dengan hasil penelitian Fitayani (2014), ia menyatakan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi ibu dengan pola asuh makan ( $p > 0,05$ ).

Pengetahuan gizi ibu baik tersebut didukung dengan pendapatan keluarga di Desa Payaman yakni sebesar (44,6%) memiliki kriteria cukup dengan kisaran pendapatan antara Rp.500.000-1.000.000, sehingga ibu mampu membeli bahan makanan yang sesuai dengan kebutuhan anak hal tersebut mempermudah ibu dalam menerapkan pola asuh makan secara baik untuk anak usia prasekolah. Apabila pendapatan keluarga rendah maka akan menghambat ibu dalam melakukan praktik pengasuhan secara maksimal karena daya beli yang rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian Martianto dkk (2011) yang menyatakan, kondisi ekonomi keluarga yang rendah menyebabkan ibu memberikan makanan kepada anak sesuai dengan kondisi keuangannya.

Faktor lain yang mempengaruhi adalah besar keluarga, besar keluarga mempengaruhi jumlah pangan yang dikonsumsi dan pembagian ragam yang dikonsumsi dalam keluarga. Kualitas maupun kuantitas pangan secara langsung akan menentukan status gizi keluarga dan individu. Besar keluarga mempengaruhi pengeluaran khususnya dalam pemenuhan kebutuhan pangan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pendapatan perkapita dan pengeluaran pangan menurun dengan peningkatan besar keluarga (Sanjur, 1982).

## **PENUTUP**

### **A. Simpulan**

1. Pola asuh makan ibu di Desa Payaman Kecamatan Solokuro Kabupaten Lamongan dinyatakan baik, hal ini dibuktikan dengan jumlah responden yang memiliki pola asuh makan baik sebanyak 28 responden (43,1%).
2. Status gizi anak prasekolah di Desa Payaman Kecamatan Solokuro Kabupaten Lamongan termasuk dalam kategori indeks normal, dengan status gizi anak usia prasekolah sebanyak 37 responden (56,9%) berstatus gizi normal.
3. Pola asuh makan dan pengetahuan gizi ibu berpengaruh secara signifikan terhadap status gizi anak prasekolah di Desa Payaman Kecamatan Solokuro Kabupaten Lamongan karena pola asuh makan dan pengetahuan gizi ibu sama-sama memiliki peran terhadap status gizi anak prasekolah. Pengetahuan gizi yang baik tanpa

dibarengi pola asuh makan yang maksimal tidak akan menghasilkan status gizi baik pada anak usia prasekolah.

*Hubungannya dengan Status Gizi Balita.*  
Skripsi. Institut Pertanian Bogor

#### **B. Saran**

1. Pola asuh makan ibu dengan kriteria baik masih terhalang dengan status infeksi anak yang mengalami infeksi dalam kurun waktu 3 bulan sebelum dilakukan penelitian sehingga perlu ditingkatkannya sanitasi dalam lingkungan keluarga untuk meningkatkan kesehatan anak.
2. Status gizi sangat kurus (12,3%) dan gemuk (3,1%) masih di miliki oleh sebagian anak di Desa Payaman sehingga perlu dilakukan upaya peningkatan melalui penyuluhan tentang gizi seimbang di Desa tersebut.
3. Diperoleh hasil 56% pengaruh pola asuh makan yang didapat dari karakteristik anak, Karakteristik ibu, dan karakteristik orang tua. Sehingga perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk mengetahui 44% faktor lain yang dapat mempengaruhi status gizi anak prasekolah yang belum diteliti dalam penelitian ini.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Budyanto, Agus Krisno. 2004. *Mikrobiologi Terapan*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang
- Chamidah, N Nur. 2009. *Deteksi Dini Gangguan Pertumbuhan dan Perkembangan Anak*. Artikel. UNY
- Khomsan, A. 2003. *Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan*. Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada
- Kusumaputra, Rahdian Padma (Bogor Agricultural University (IPB) Bogor Agricultural University (IPB), 2015) hubungan pola asuh dan pengetahuan gizi ibu dengan status gizi dan kesehatan anak balita
- Madanijah S. 2004. *Pola Konsumsi Pangan, dalam Pengantar Pangan dan Gizi*. Jakarta: Penebar Swadaya
- Rahmawati, Puspitawati H, 2014. Hubungan antara intervetasi dan kualitas anak usia sekolah pada keluarga petani, *Jur.olm.kel&Kons*.
- Riskesdas, 2013. Riset Kesehatan Dasar Dalam Angka Profinsi Jawa Timur. <http://terbitan.litbang.depkes.go.id/penerbitan/index.php/lpb/catalog/book/114> diakses pada tanggal 05 Oktober 2017 pukul 02:16 WIB
- Sanjur. 1982. *Social and Culture Perspective In Nutrition*. New Jersey: Englewood Cliffts, Prentice-Hall
- Soekirman, 2000. *Ilmu Gizi dan aplikasinya*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Supriatin. 2004. *Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pola Asuh Makan dan*