HJK HOLISTIK JURNAL KESEHATAN
ISSN 1978-3337 (Print)
ISSN 2620-7478 (Online)
DOI: 10.33024

Nomor: 79/E/KPT/2023

INFORMASI ARTIKEL
Received: January, 14, 2026
Revised: March, 01, 2026
Available online: March, 02, 2026
at: https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk

Hubungan antara pola pemberian makan dengan status gizi balita

Deva Monica Mayomi Datu*, Maureen Irinne Punuh, Ester Candrawati Musa

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Deva Moinica Mayomi Datu. *Email: devadatu121@student.unsrat.ac.id

Abstract

Background: Adequate and balanced nutrition is essential to support children's physical growth and brain development, maintain the immune system, and meet energy needs for daily activities. Appropriate diet, including menu preparation and maternal feeding methods, plays a crucial role in meeting these nutritional needs.
Purpose: To analyze the relationship between diet and nutritional status in toddlers.
Method: This quantitative study used an observational analytical design and a cross-sectional approach. The study was conducted in Pineleng District, Minahasa Regency, from May to August 2025. A random sampling technique was used to select 80 toddlers aged 2–5 years. Data were collected using the Child Diet Questionnaire (CFQ), interviews, and anthropometric measurements, including weight (digital scale) and height (microtonnage). Data were analyzed using the Chi-Square Test and Fisher's Exact Test.
Results: The Chi-Square Test and Fisher's Exact Test yielded p = 0.002 (p > 0.05). This study found a relationship between diet and nutritional status in toddlers aged 2–5 years.
Conclusion: There is a relationship between dietary patterns and nutritional status of toddlers aged 2-5 years.
Suggestion: Future researchers can use these results as a reference, but may need to incorporate other methods or variables not included in this study.

Keywords: Dietary patterns; Nutritional status; Toddlers.

Pendahuluan: Pemenuhan zat gizi yang cukup dan seimbang sangat penting untuk mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan otak anak, menjaga sistem kekebalan tubuh, serta memenuhi kebutuhan energi untuk aktivitas harian. Pola pemberian makan yang tepat, termasuk penyusunan menu dan cara pemberian makanan oleh ibu, berperan besar dalam memenuhi kebutuhan zat gizi ini.
Tujuan: Untuk menganalisis hubungan antara pola pemberian makan dengan status gizi pada balita.
Metode: Penelitian kuantitatif dengan desain penelitian observasional analitik dan menggunakan pendekatan *cross sectional study*. Penelitian ini dilakukan di Kecamatan Pineleng Kabupaten Minahasa pada bulan Mei – Agustus tahun 2025 dengan jumlah sampel 80 balita usia 2 – 5 tahun menggunakan teknik *random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Child Feeding Questionnaire* (CFQ) dan wawancara serta melakukan pengukuran antropometri yaitu berat badan (timbangan digital) dan tinggi badan (microtoise). Metode analisis data menggunakan uji statistik *Chi-Square* dan *Fisher's Exact Test*.
Hasil: Uji statistik *Chi-Square* dan *Fisher's Exact Test* ini didapatkan hasil p = 0.002 (p > 0.05), temuan dari penelitian ini yaitu adanya hubungan antara pola pemberian makan dengan status gizi balita usia 2 – 5 tahun.
Simpulan: Terdapat hubungan antara pola pemberian makan dengan status gizi balita usia 2 – 5 tahun.
Saran: Bagi peneliti selanjutnya, dapat menggunakan hasil ini sebagai referensi, namun dengan menambah metode lain atau dengan menambahkan variabel yang belum ada pada penelitian ini.

Kata Kunci: Balita; Pola Pemberian Makan; Status Gizi.

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2295

PENDAHULUAN

Zat gizi sangat penting bagi tubuh, terutama pada balita, karena berperan sebagai sumber energi, mendukung pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan, serta mengatur berbagai proses dalam tubuh (Pakpahan & Tarigan, 2024). Pemenuhan zat gizi yang cukup dan seimbang sangat penting untuk mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan otak anak, menjaga sistem kekebalan tubuh, serta memenuhi kebutuhan energi untuk aktivitas harian. Kondisi status gizi balita menjadi indikator penting yang menunjukkan kecukupan atau kekurangan asupan gizi yang diperoleh dari makanan, yang pada akhirnya sangat menentukan kesehatan dan perkembangan mereka di masa depan (Fuada & Setyawati, 2023; Nasution, Reswari, Sarah, Aspah, Anggraeni, Simbolon, & Fatimah, 2024).

Pola pemberian makan yang tepat, termasuk penyusunan menu dan cara pemberian makanan oleh ibu, berperan besar dalam memenuhi kebutuhan zat gizi ini (Susanti & Putri, 2023). Melalui pola makan yang baik, status gizi balita cenderung lebih optimal, sedangkan asupan yang berlebihan atau kurang dapat menimbulkan risiko masalah kesehatan seperti kelebihan berat badan atau kerentanan terhadap penyakit (Hasibuan & Siagian, 2020; Syafitri, Arifuddin, Nulanda, Darussalam, & Gayatri, 2023).

Data dari *World Health Organization* (WHO) secara global pada tahun 2020, diperkirakan terdapat 45 juta balita kurus dan 38.9 juta balita mengalami kelebihan berat badan atau obesitas (World Health Organization, 2017). Secara nasional, data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 di Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi balita gizi lebih 8.0%, sedangkan dari data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) prevalensi balita gizi lebih tidak mengalami perubahan signifikan sejak tahun 2019 – 2020, tetap di angka 4.5%, namun pada tahun 2021, prevalensinya menurun menjadi 3.8% dan pada tahun 2022 prevalensinya menurun pada angka 3.5% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Kemudian pada tahun 2023 berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) overweight berada pada prevalensi 4.2%. Data hasil SSGI tahun 2021 di Sulawesi Utara angka gizi lebih 3.9% sedangkan di tahun 2022 mengalami peningkatan sebesar 4.5% dan pada tahun 2023 berdasarkan data SKI, prevalensi gizi lebih di provinsi Sulawesi Utara sebesar 5.4%. Kabupaten Minahasa memiliki prevalensi sebanyak 9.0%, di mana prevalensi gizi lebih menempati kedua dari lima belas kabupaten/kota yang ada di Sulawesi Utara (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di Puskesmas Pineleng, didapatkan data status gizi balita yang mengalami beberapa masalah gizi dan masalah gizi paling banyak yaitu berisiko gizi lebih/gizi lebih. Data observasi awal yang ada di wilayah Kecamatan Pineleng, menunjukkan prevalensi status gizi menurut indeks berat badan menurut tinggi badan BB/TB kategori berisiko gizi lebih/gizi lebih pada bulan februari 2025 yang sudah dipublikasikan terdapat 15 balita yang mengalami berisiko gizi lebih/gizi lebih dari 4 desa yang berada di wilayah Kecamatan Pineleng. Jumlah berisiko gizi lebih/gizi lebih di setiap desa tersebut yaitu di desa Warembungan ada 7 balita, Pineleng Satu ada 3 balita, Sea II ada 0, dan Kali Selatan ada 5 balita. Di sana juga para kader posyandu dan ahli gizi sudah melakukan penyuluhan tentang pola pemberian makan balita pada ibu.

METODE

Penelitian kuantitatif dengan desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional study*, dilaksanakan seluruh balita usia 2 – 5 tahun yang berdomisili di desa Pineleng Satu, Warembungan, Sea II, dan Kali Selatan dengan jumlah sampel 80 balita pada bulan Mei – Agustus tahun 2025. Variabel independen dalam penelitian ini yaitu pola pemberian makan dan variabel dependennya adalah status gizi.

Instrumen yang digunakan meliputi lembar *informed consent,* kuesioner pola pemberian makan, timbangan digital, *microtoise,* dan tabel z-score pada buku rujukan antropometri anak menurut Permenkes No.2 Tahun 2020. Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner yang diadaptasi dari kuesioner *Child Feeding Questionnaire* (CFQ) menggunakan skala skor 1 – 5 dan melakukan wawancara terdiri dari 5 bagian dalam 18 butir pertanyaan dengan hasil ukur yaitu tidak tepat: ≤ 55% dan tepat: >55-100% (Camcı, Bas, & Buyukkaragoz, 2014; Birch, Fisher, Grimm-Thomas, Markey, Sawyer, & Johnson, 2001). Status gizi berdasarkan Berat Badan terhadap Tinggi Badan (BB/TB) digunakan untuk mengukur proporsi tubuh (akut/kronis) pada anak usia 0-60 bulan. Kategori WHO: Malnutrisi (<-3 SD), Kurang Gizi (-3 SD hingga <-2 SD), Gizi Baik/Normal (-2 SD hingga +1 SD), Risiko Kelebihan Gizi (>+1 SD hingga +2 SD), Kelebihan Gizi (>+2 SD hingga +3 SD), dan Obesitas (>+3 SD). Data diolah secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.

Deva Monica Mayomi Datu*, Maureen Irinne Punuh, Ester Candrawati Musa

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Deva Moinica Mayomi Datu. *Email: devadatu121@student.unsrat.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2295

HASIL

Tabel Disitribusi Karakteristik Responden (N=80)

Variabel	Hasil	p-value
Karakteristik Orang Tua		
Umur Ibu (n/%) (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(26.1±5.0)(17-45)	
17-25	38/47.5	
26-35	41/51.2	
36-45	1/1.3	
Pendidikan Ayah (n/%)		
SMP	1/1.3	
SMA/SMK	69/86.2	
S1	10/12.5	
Pendidikan Ibu (n/%)		
SMP	1/1.3	
SMA/SMK	75/93.7	
S1	4/5.0	
Status Pekerjaan Ibu (n/%)		
IRT	78/97.4	
Swasta	1/1.3	
Wirausaha	1/1.3	
Karakteristik Balita		
Umur (n/%) (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(2.8±0.945)(2-5)	
2	41/51.3	
3	18/22.5	
4	17/21.2	
5	4/5.0	
Jenis Kelamin (n/%)		
Laki-laki	43/53.8	
Perempuan	37/46.2	
Status Gizi menurut BB/TB (n%)		
Berisiko Kelebihan Gizi	7/8.8	**0.002**
Baik	73/91.2	
Pola Pemberian Makan (n/%)		
Tidak Tepat	4/5.0	
Tepat	76/95.0	

Berdasarkan tabel di atas, distribusi karakteristik orang tua yaitu responden berdasarkan usia ibu yaitu sebagian besar ibu berada pada kelompok usia dewasa awal 26-35 tahun (51.2%) dan tingkat pendidikan ayah paling banyak yaitu SMA/SMK sejumlah 69 responden (86.2%), sementara ibu yang SMA/SMK sebanyak 75

Deva Monica Mayomi Datu*, Maureen Irinne Punuh, Ester Candrawati Musa

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Deva Moinica Mayomi Datu. *Email: devadatu121@student.unsrat.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2295

responden (93.7%). Dilanjutkan dengan distribusi status pekerjaan ibu paling banyak yaitu IRT sebanyak 78 responden (97.4%).

Distribusi karakteristik balita, berdasarkan usia sebagian besar berada pada kelompok usia 2 tahun sebanyak 41 responden (51.3%). Jenis kelamin paling banyak yaitu laki-laki sebanyak 43 responden (53.8%). Status gizi menurut BB/TB balita dengan kategori berisiko gizi lebih sebanyak 7 responden (8.8%) dan kategori gizi baik sebanyak 73 (91.2%). Distribusi pola pemberian makan dengan kategori tidak tepat sebanyak 4 responden (5.0%) dan kategori tepat sebanyak 76 responden (95.0%). Berdasarkan hasil uji *fisher's exact test* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola pemberian makan terhadap status gizi balita dengan perolehan nilai p sebesar 0.002.

PEMBAHASAN

Mayoritas responden berada pada kelompok usia 26-36 tahun yaitu sebanyak 41 responden (51.2%) dan memiliki 7 balita berisiko gizi lebih, orang tua dengan usia muda misalnya usia 20an merupakan usia produktif dan biasanya masih belajar banyak tentang pola asuh dan pemberian gizi bagi balita karena sebagian ibu di usia ini juga memiliki pengalaman yang kurang dalam menghadapi tantangan pengetahuan tentang pemberian makan yang tepat, yang mempengaruhi pola pemberian makan pada balita. Perbedaan usia juga bisa berbeda-beda cara pemberian makanan pada balita. Usia sangat berpengaruh pada kualitas pengetahuan seseorang, semakin tinggi usia seseorang maka semakin tinggi pengetahuan yang dimilikinya.

Sebagian besar ibu dan ayah balita memiliki pendidikan terakhir SMA/SMK yaitu ibu sebanyak 75 (93.7%) dan ayah sebanyak 69 (86.2%), serta ibu memiliki status pekerjaan yang paling banyak sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sebanyak 78 (97.4%). Tingkat pendidikan orang tua, terutama ibu memiliki dampak signifikan pada pengetahuan mereka mengenai gizi dan kesehatan balita, termasuk dalam pola pemberian makan yang baik untuk balita. Pola pemberian makan umumnya mulai diperkenalkan setelah usia 6 bulan sebagai makanan pendamping asi (MPASI) dan berlanjut hingga usia 5 tahun. Ibu yang memiliki pendidikan tinggi biasanya lebih mengerti tentang pentingnya asupan nutrisi yang baik selama pertumbuhan balita, sementara ibu dengan pendidikan rendah mungkin kurang memperoleh informasi dan pengetahuan yang akurat.

Sampel pada penelitian ini yaitu balita usia 2-5 tahun dari jumlah 79 balita digenapkan menjadi 80 balita, di mana balita ini yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Dari 80 sampel jumlah balita laki-laki lebih banyak yaitu 43 (53.8%) dan balita perempuan sebanyak 37 (46.2%). Peneliti mengelompokkan usia sampel ke dalam 1 kelompok usia (tahun) yaitu usia 2-5 tahun sebanyak 80 balita (100,0%). Usia 1-2 tahun merupakan periode emas pertumbuhan, dimana balita membutuhkan banyak asupan nutrisi yang cukup untuk mendukung pertumbuhan tinggi badan dan perkembangan otak dan usia 2-5 tahun balita sudah bisa mengonsumsi makanan keluarga namun tetap perlu pengawasan dan variasi jenis makanan untuk mendapatkan gizi seimbang, termasuk serat, protein, dan mineral yang penting buat tubuh. Kekurangan nutrisi pada periode ini dapat menyebabkan dampak jangka panjang pada pertumbuhan balita.

Pada penelitian ini dilakukan pengukuran 1 indeks antropometri yaitu BB/TB untuk menentukan status gizi balita yang kurang, baik, berisiko lebih dan lebih. Hasil dari pengukuran dan perhitungan menggunakan rumus z-score yang sudah dilakukan pada balita di Wilayah Kecamatan Pineleng Kabupaten Minahasa yaitu didapatkan 73 balita (91.2%) dengan status gizi baik dan 7 balita (8.8%) dengan status gizi berisiko lebih menurut indeks antropometri BB/TB. Sebagian besar menunjukkan bahwa status gizi pada balita yang paling banyak yaitu status gizi baik, hal ini dipengaruhi oleh sebagian besar ibu yang memberikan pola makan yang baik.

Sebuah penelitian menjelaskan bahwa konsumsi makanan atau dalam pola pemberian makan yang baik berpengaruh terhadap status gizi pertumbuhan balita. Semakin baik pola pemberian makan balita semaik baik pula status gizi balita, makanan sehari-hari yang baik akan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Jadi bila konsumsi makanan balita baik, maka status gizi akan baik pula (Sukmiati & Nafisah, 2021). Pola pemberian makan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi balita, dengan pola pemberian makan yang tidak tepat, seperti pemberian makanan yang tidak seimbang, kurangnya variasi makanan, dan jadwal makan yang tidak teratur dapat menyebabkan masalah status gizi seperti gizi kurang ataupun gizi

Deva Monica Mayomi Datu*, Maureen Irinne Punuh, Ester Candrawati Musa

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Deva Moinica Mayomi Datu. *Email: devadatu121@student.unsrat.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2295

lebih pada balita (Anwar & Sakti, 2025; Kumayas, Malonda, & Punuh, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian ini, pada kuesioner pola pemberian makan menunjukkan bahwa sebagian responden cukup aktif dan peduli dalam mengelola pola makan anaknya. Sebagian besar responden sering bertanggung jawab menentukan porsi makan anaknya sebanyak 42 (52.5%) dan memastikan makanan yang diberikan sesuai serta tepat sebanyak 38 (47.5%), sebagian responden memilih jawaban sering pada pertanyaan ke-1 dan 2. Tingkat kekhawatiran responden terhadap anak yang makan terlalu banyak saat anda tidak berada didekatnya sebanyak 40 (50.0%), anak yang harus diet untuk menjaga berat badan yang ideal sebanyak 34 (42.5%), dan anak yang menjadi kelebihan berat badan sebanyak 54 (67.5%) juga berisiko tinggi, dengan sebagian besar responden memilih jawaban peduli dan sangat peduli pada pertanyaan ke-3, 4, dan 5, terutama pada pertanyaan tentang berat badan anak. Ini menunjukkan kesadaran yang baik terkait pentingnya pengaturan makanan agar anak tidak mengalami masalah gizi seperti obesitas.

Dalam hal mengatur konsumsi makanan tertentu, seperti pada pertanyaan ke-6 dan 7 memastikan bahwa anak saya tidak makan terlalu banyak makanan manis sebanyak 45 (56.3%) dan tinggi lemak sebanyak 41 (51.3%), sebagian responden menyetujui pentingnya pembatasan asupan tersebut, dengan memilih jawaban setuju. Namun terdapat perbedaan sikap pada pertanyaan ke-8 yang berkaitan dengan makanan favorit anak sebanyak 24 (30.0%) dimana responden lebih memilih jawaban netral, menandakan adanya fleksibilitas dalam menghadapi makanan favorit anak. Sebagian besar responden memilih jawaban tidak pada pertanyaan ke-9 yaitu, secara sengaja menyimpan beberapa makanan di luar jangkauan anak saya sebanyak 28 (35.0%), hal ini menandakan responden lebih memilih pendekatan yang terbuka dan mengawasi langsung pola makan anak tanpa menyimpan makanan dengan sengaja.

Terkait pertanyaan ke-10 menawarkan makanan manis kepada anak sebagai hadiah untuk perilaku baik sebanyak 35 (43.8%) dengan sebagian besar responden yang juga memilih jawaban tidak setuju, yang menandakan kesadaran responden akan risiko negatif memberikan makanan manis berlebihan pada anak, seperti risiko gizi lebih, obesitas, dan gangguan kesehatan lainnya. Responden juga menunjukkan kesadaran tinggi pada pertanyaan ke-11 dan 12 bahwa tanpa bimbingan atau mengatur pola makan dari orang tua, anak cenderung mengonsumsi terlalu banyak makanan tidak sehat sebanyak 46 (57.5%) dan makanan favoritnya sebanyak 33 (41.3%) dengan sebagian besar responden memilih jawaban setuju, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan anak. Sebagian besar responden memilih jawaban setuju pada pertanyaan ke-13 bahwa anak harus menghabiskan makanan dipiringnya sebanyak 44 (55.0%), menandakan adanya nilai kedisiplinan dalam pola makan yang diatur oleh orang tua, meskipun hal ini perlu disesuaikan agar tidak memaksa yang berlebihan dan tetap memperhatikan kebutuhan gizi anak.

Sebagian besar responden sangat memperhatikan asupan makanan anak mereka, dengan sebagian besar responden memilih jawaban setuju pada pertanyaan ke-14 bahwa mereka harus berhati-hati memastikan anak cukup makan sebanyak 58 (72.5%). Hal ini menunjukkan perhatian tinggi terhadap pemenuhan gizi anak agar tidak kekurangan makanan. Sebagain besar responden juga memilih jawaban setuju pada pertanyaan ke-14 bahwa jika saya tidak membimbing atau mengatur anak saya dia akan makan jauh lebih sedikit dari yang seharusnya sebanyak 47 (58.8%), yang menandakan kesadaran akan perlunya bimbingan agar anak mendapatkan asupan yang cukup untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal.

Dalam hal pembimbingan atau pengawasan makanan tertentu, sebagian besar responden memilih jawaban sering pada pertanyaan ke-15, 16, dan 17 seberapa sering anda mengawasi konsumsi makanan manis sebanyak 34 (42.5%), makanan ringan (snack) sebanyak 36 (45.0%) dan makanan tinggi lemak yang dimakan anak sebanyak 32 (40.0%), hal ini menunjukkan bahwa responden cukup konsisten dalam mengawasi konsumsi makanan yang berpotensi berbahaya atau kurang sehat bagi anak, sebagai upaya menghindari konsumsi berlebih yang bisa berdampak negatif seperti berisiko gizi lebih, kelebihan berat badan, obesitas, dan gangguan kesehatan lainnya.

Secara keseluruhan, pola pemberian makan yang terbentuk menunjukkan bahwa orang tua cenderung proaktif dalam mengatur dan membimbing pola makan anak, menghindari pemberian makanan manis sebagai hadiah, dan

Deva Monica Mayomi Datu*, Maureen Irinne Punuh, Ester Candrawati Musa

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Deva Moinica Mayomi Datu. *Email: devadatu121@student.unsrat.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2295

berusaha mengawasi konsumsi makanan tidak sehat. Kesadaran ini penting untuk mencegah konsumsi makanan berlebihan dan menjaga pola makan yang sehat. Pendekatan seperti ini penting dalam mencegah masalah gizi, seperti obesitas dan gangguan kesehatan lain yang berkaitan dengan makanan manis dan makanan kurang sehat pada anak-anak. Ini sesuai dengan penelitian yang menunjukkan konsumsi makanan manis berlebih dapat menyebabkan berisiko gizi lebih, obesitas, kerusakan gigi, dan gangguan kesehatan lainnya pada anak (Wahyuni, Indriastuti, & Hasrima, 2024).

Berdasarkan penelitian ini, sebanyak 76 balita (95.0%) mendapatkan pola pemberian makan tepat dan sebanyak 4 balita (5.0%) mendapat pola pemberian makan tidak tepat. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa dari 4 balita (5.0%) yang mendapat pola pemberian makan tidak tepat menunjukkan ibu atau pengasuh mungkin memiliki pengetahuan, sikap atau praktik yang kurang tepat dalam memberikan makan pada balita. Hal ini bisa berupa pemberian makanan yang tidak seimbang, tidak sesuai porsi makan yang kurang tepat atau pola asuh makan yang kurang mendukung kebutuhan gizi balita.

Pola pemberian makan tepat sebagian besar memiliki status gizi baik dan pola pemberian makan yang tidak tepat sebagian besar memiliki status gizi kurang dan gizi lebih. Pola pemberian makan yang tepat, tetapi memiliki status gizi kurang atau lebih hal tersebut belum tentu sudah menerapkan pola makan dengan sehat dikarenakan balita jarang mengonsumsi bahan makanan yang mengandung lemak, protein, dan vitamin (buah dan sayur) meskipun frekuensi makan teratur. Pemenuhan nutrisi yang diberikan oleh ibu kepada balita sering kali tidak memperhatikan kecukupan gizi balita. Ibu cenderung memberikan nutrisi seadanya sesuai dengan kemauan balita (Subarkah & Nursalam, 2016).

Temuan hasil penelitian, didapatkan dari 76 responden yang mendapat pola pemberian makan tepat sebanyak 4 balita (5.3%) memiliki status gizi berisiko lebih dan sebanyak 72 balita (94.7%) memiliki status gizi baik. Sedangkan dari 4 balita yang mendapat pola pemberian makan tidak tepat sebanyak 1 balita dengan persentase (25.0%) yang memiliki status gizi baik dan sebanyak 3 balita dengan persentase (75.0%) yang memiliki status gizi berisiko lebih. Dari hasil ini, menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola pemberian makan dengan status gizi di dengan p-value = 0.002 (< 0.05) dengan menggunakan uji *Fisher's Exact Test*.

Kesehatan balita merupakan hal yang perlu diupayakan secara serius oleh orang tua, sehingga perlu diupayakan pengaturan pola pemberian makan yang tepat dan seimbang agar balita tetap sehat. Kesehatan balita dapat dicapai melalui upaya pemberian makan yang seimbang sesuai dengan kebutuhan gizinya. Perilaku orang tua juga merupakan cermin bagi balita untuk diikuti karena itu sebagai orang tua haruslah menyadari apa yang dilakukannya tentu akan diikiuti oleh anaknya. Pola pemberian makan merupakan bentuk nyata pengasuhan orang tua yang diterapkan pada anaknya berkaitan dengan pemenuhan gizi balita. Orang tua bertanggung jawab terhadap jenis makanan, ukuran porsi makanan, jadwal makan pada balita. Pola asuh makan pada balita berkaitan dengan kebiasaan makan yang telah ditanamkan sejak awal pertumbuhan. Pola asuh adalah praktik pengasuhan yang diterapkan oleh ibu untuk anaknya yang berkaitan dengan cara makan dan situasi makan. Direncanakan dan dilaksanakan oleh ibu yang berkaitan dengan kegiatan pemberian makan yang akhirnya memberikan status gizi (Lailiyah, Ariestiningsih, & Supriatiningrum, 2021).

Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya di Kecamatan Ratahan Timur. Hasil uji statistik pada penelitian tersebut didapatkan nilai p 1.000, berarti tidak ada hubungan yang signifikan (Saisab, Malonda, & Punuh, 2018). Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Kolongan Kabupaten Minahasa Utara, didapatkan nilai p 1.000 (> 0.05) (Agian, Kapantow, & Momongan, 2018).

Pada hasil penelitian ini dapat diketahui, bahwa responden yang menerapkan pola pemberian makan tidak tepat dengan kategori status gizi baik ada 1 balita. Hal tersebut berupa status gizi tidak hanya ditentukan oleh pola makan, tetapi juga oleh aktivias fisik, kebersihan lingkungan, dan kondisi kesehatan secara umum. Balita mungkin memiliki pola makan yang kurang tepat namun tetap dalam status gizi baik karena faktor-faktor lain tersebut cukup mendukung kesehatannya. Sementara responden yang menerapkan pola pemberian makan tepat dengan kategori status gizi baik sebanyak 72 balita. Hal tersebut berarti ibu sudah menerapkan pola pemberian makan yang baik dengan memperhatikan nutrisi dan gizi seimbang pada balita. Pola pemberian makan yang

Deva Monica Mayomi Datu*, Maureen Irinne Punuh, Ester Candrawati Musa

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Deva Moinica Mayomi Datu. *Email: devadatu121@student.unsrat.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2295

tepat memastikan balita mendapatkan asupan nutrisi yang cukup dan berkualitas, sehingga mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Maynaputri & Afifah, 2023).

Responden yang menerapkan pola pemberian makan tidak tepat dengan kategori status gizi berisiko lebih sebanyak 3 balita. Hal tersebut beberapa balita yang memiliki status gizi berisiko lebih cenderung ibu lebih mengikuti kemauan anaknya untuk makan makanan favoritnya misalnya makanan manis, makanan ringan (snack), atau makanan yang tinggi lemak seperti pisang goreng, sosis, cilok dan jajanan. Sebagian responden memilih jawaban netral dalam pertanyaan saya harus memastikan bahwa anak saya tidak makan terlalu banyak makanan manis dan makanan tinggi lemak lainnya dan kurangnya pengetahuan ibu tentang pola pemberian makan yang tepat, seperti kurang dalam menjalankan anjuran gizi seimbang dan menerapkan panduan isi piringku pada balita. Sementara responden yang menerapkan pola pemberian makan tepat dengan kategori status gizi berisiko gizi lebih sebanyak 4 balita. Hal tersebut berarti meskipun ibu telah memberikan pola makan yang sesuai dan tepat, balita tersebut tetap mengalami masalah berisiko gizi lebih yang disebabkan oleh faktor lain selain pola makan, seperti kurangnya aktivitas fisik dan makan makanan yang berat, makan makanan manis, snack serta makanan tinggi lemak yang berlebihan.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian, diketahui bahwa mayoritas pola pemberian makan pada balita masuk ke dalam kategori tepat (95.0%) dengan status gizi dalam ketegori baik (91.2%). Berdasarkan analisis data, terdapat hubungan antara pola pemberian makan dengan status gizi pada balita usia 2-5 tahun dengan p-*value* = 0.002 (<0.05).

SARAN

Bagi peneliti selanjutnya, dapat menggunakan hasil ini sebagai referensi, namun dengan menambah metode lain atau dengan menambahkan variabel yang belum ada pada penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Agian, G., Kapantow, N. H., & Momongan, N. (2018). Hubungan antara Pola Asuh dengan Status Gizi pada Anak Balita Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kolongan Kabupaten Minahasa Utara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Unsrat*, *7*(3).

Anwar, K., & Sakti, P. R. (2025). Hubungan antara pola asuh pemberian makan dan status gizi pada anak usia 3–6 tahun di Bekasi. *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan*, *6*(1), 44-53.

Birch, L. L., Fisher, J. O., Grimm-Thomas, K., Markey, C. N., Sawyer, R., & Johnson, S. L. (2001). Confirmatory factor analysis of the Child Feeding Questionnaire: a measure of parental attitudes, beliefs and practices about child feeding and obesity proneness. *Appetite*, *36*(3), 201-210.

Camcı, N., Bas, M., & Buyukkaragoz, A. H. (2014). The psychometric properties of the Child Feeding Questionnaire (CFQ) in Turkey. *Appetite*, *78*, 49-54.

Fuada, N., & Setyawati, B. (2023). *Karakteristik Status Gizi Balita Akut Dan Kronis*. Feniks Muda Sejahtera.

Hasibuan, T. P., & Siagian, M. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Sering Lingkungan Vii Kelurahan Sidorejo Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, *2*(2), 116-125.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. Diakses dari: https://stunting.go.id/buku-saku-hasil-survei-status-gizi-indonesia-ssgi-2022/

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dalam Angka. Diakses dari: https://dinkes.jatimprov.go.id/userfile/dokumen/SKI

Kumayas, V., Malonda, N. S., & Punuh, M. I. (2019). Hubungan Antara Status Imunisasi dan Penyakit Infeksi dengan Status Gizi Pada Balita Usia 24-59 Bulan di Desa Tateli Dua Kecamatan mandolang Kabupaten Minahasa. *Jurnal KESMAS*, *8*(6), 299-305.

Deva Monica Mayomi Datu*, Maureen Irinne Punuh, Ester Candrawati Musa

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Deva Moinica Mayomi Datu. *Email: devadatu121@student.unsrat.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2295

Lailiyah, N. M., Ariestiningsih, E. S., & Supriatiningrum, D. N. (2021). Hubungan pengetahuan ibu dan pola pemberian makan dengan kejadian stunting pada balita (2-5 tahun). *Ghidza Media Jurnal*, *3*(1), 226-233.

Maynaputri, A. A., & Afifah, C. A. N. (2025). Hubungan Antara Pola Pemberian Makanan, Asupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Balita Usia 25–59 Bulan di Desa Karangasri Kabupaten Ngawi. *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Gizi*, *3*(2), 186-199.

Nasution, A. P., Reswari, A., Sarah, S., Aspah, A., Anggraeni, Z., Simbolon, J. J., & Fatimah, P. S. (2024). Peran gizi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. *Indonesian Journal of Islamic Early Childhood Education*, *9*(2), 1-10.

Pakpahan, R., & Tarigan, S. W. (2024). *Status gizi dengan morbiditas ISPA anak usia balita*. Uwais Inspirasi Indonesia.

Saisab, J. B., Malonda, N. S. H., & Punuh, M. I. (2018). Hubungan Antara Pola Asuh dengan Status Gizi Anak Usia 24-59 bulan di Kecamatan Ratahan Timur Kabupaten Minahasa Tenggara. *Jurnal Kesmas*, *7*(4), 1-9.

Subarkah, T., & Nursalam, R. P. (2016). Pola pemberian makan terhadap peningkatan status gizi pada anak usai 1–3 tahun. *Jurnal Injec*, *1*(2), 146-154.

Sukmiati, E., & Nafisah, N. A. (2021). Hubungan Pola Pemberian Makan Dengan Status Gizi Balita Di Posyandu Kemuning. *Jurnal Ilmiah JKA (Jurnal Kesehatan Aeromedika)*, *7*(2), 45-51.

Susanti, R., & Putri, R. A. (2023). Hubungan Pola Pemberian Makan Balita Dengan Status Gizi Di Posyandu Karang Jati: The Relationship Of Toddler Feeding Pattern With Nutritional Status In Karang Jati Posyandu Bergas District. *Journal of Holistics and Health Sciences*, *5*(2), 296-305.

Syafitri, H., Arifuddin, D., Nulanda, M., Darussalam, A. H. E., & Gayatri, S. W. (2023). Hubungan Tingkat Pendidikan dan Pengetahuan Ibu tentang Tumbuh Kembang Anak Usia< 6 Tahun dengan Kunjungan Ibu ke Posyandu di Kecamatan Tempe Kabupaten Wajo. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, *3*(12), 926-936.

Wahyuni, S., Indriastuti, D., & Hasrima, H. (2024). Gambaran Konsumsi Jajanan Beresiko Tinggi Gula pada Anak. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, *4*(02), 14-20.

World Health Organization. (2017). Level and Trends in Child Malnutrition. UNICEF-WHO-The World Bank, 1–16. Diakses dari: https://www.who.int/publications/m/item/jme-estimates-2017-edition

Deva Monica Mayomi Datu*, Maureen Irinne Punuh, Ester Candrawati Musa

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Deva Moinica Mayomi Datu. *Email: devadatu121@student.unsrat.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2295