

The Effect of Parenting Styles on Child Malnutrition

Elisabet Andriani Imus^{*1}, Karmelia Rosfinda Meo Maku², Efrida Ita³, Yanuarius Ricardus Natal⁴

^{1,2,3,4} Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, STKIP Citra Bakti

Abstract

This study aims to understand the influence of parenting patterns on malnutrition in children, specifically to identify and address factors that can cause malnutrition problems in children. Proper parenting is very important to ensure that children receive adequate nutrition and grow optimally. The urgency of this research is very high because parenting is a dominant factor affecting children's nutritional status, even more than just economic factors. This study uses a quantitative method, an approach conducted by the researcher using numbers and formulas, so data collection in this study includes observation, pre-test, post-test, and documentation. The results of the study indicate that in the Kisanata sub-district, there are children experiencing stunted growth compared to children of the same age. According to growth observations, the development experienced by the children is very slow, with weight not meeting the standards and several other problems.

Keywords: Influence, Parenting, Parents, Malnutrition, Children

Submitted: 3 March 2026; Reviewed: 5 March 2026; Accepted: 22 April 2026

DOI: 10.46368/bjpd.v7i1.4985

Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Gizi Buruk pada Anak

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengaruh pola asuh orang tua terhadap gizi buruk pada anak yaitu untuk mengidentifikasi dan mengatasi faktor-faktor yang dapat menyebabkan masalah gizi buruk pada anak. Pola asuh yang tepat sangat penting untuk memastikan anak mendapatkan nutrisi yang cukup dan tumbuh kembang secara optimal. Urgensi dari penelitian ini sangatlah besar karena pola asuh merupakan faktor dominan yang mempengaruhi status gizi anak, bahkan lebih dari sekedar faktor ekonomi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yaitu pendekatan yang dilakukan oleh peneliti menggunakan angka dan rumus sehingga pengumpulan data pada penelitian ini observasi, pre-test, post-test dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa di kelurahan kisanata terdapat anak yang mengalami pertumbuhan yang terhambat dibandingkan dengan anak seusianya. Sesuai dengan pengamatan pertumbuhan yang dialami oleh anak sangat lambat dengan berat badan tidak memenuhi standar dan beberapa masalah lainnya. Bagi masyarakat penelitian ini berperan menambah pengetahuan tentang hubungan pola asuh dengan status gizi anak.

Kata Kunci: Pengaruh, Pola Asuh, Orang tua, Gizi buruk, Anak

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu pembinaan yang ditunjukkan bagi anak sejak dalam kandungan sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan secara jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki jenjang yang lebih lanjut. Artinya penting mendidik anak usia dini dilandasi dengan kesadaran bahwa masa kanak-kanak adalah masa keemasan (*The golden age*),

* Corresponding Author: Elisabet Andriani Imus, ceceimus73@gmail.com, Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, STKIP Citra Bakti, Kabupaten Ngada, Nusa Tenggara Timur, Indonesia

karena dalam rentang usia 0-6 tahun perkembangan aspek fisik motorik dan bahasa anak akan tumbuh dengan pesat.

Peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan Republik Indonesia nomor 131 tahun 2014 "Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini" menjelaskan standar isi tentang tingkat pencapaian perkembangan anak yang meliputi enam aspek yaitu aspek nilai agama dan moral, aspek kognitif, aspek sosial emosional, aspek fisik motorik, aspek bahasa dan aspek seni. Salah satu kemampuan yang dikembangkan pada jenjang taman kanak-kanak adalah kemampuan kognitif. Pengembangan kemampuan kognitif pada anak usia dini bertujuan untuk mengembangkan. Pola asuh merupakan tata cara orang tua dalam merawat dan membentuk karakter pada anak, sehingga dalam mengasuh banyak yang perlu diperhatikan terutama pada pertumbuhan dan perkembangan. Perkembangan dan pertumbuhan seorang anak merupakan suatu bekal sangat penting untuk perkembangan anak pada masa selanjutnya (Putri et al., 2022). Pengetahuan orang tua terhadap gangguan pada anak menyebabkan kurangnya perhatian terhadap anak sehingga terdapat gejala stunting yang tidak diketahui oleh orang tua.

Pola asuh memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian gizi buruk pada anak-anak. Pola asuh yang tidak tepat dapat menjadi faktor dominan penyebab gizi buruk pada bayi dan balita, bahkan dapat menyebabkan masalah gizi lebih. Pola asuh yang tidak tepat, ketidakmampuan orang tua dalam mengasuh anak dengan tepat, terutama pada wanita karir yang menitipkan anak pada pembantu tanpa pengetahuan yang cukup tentang cara mengasuh bayi, dapat menyebabkan masalah gizi buruk. Kurangnya perhatian orang tua terhadap anak-anak, terutama dalam hal pemberian makanan bergizi, dapat menyebabkan anak-anak tidak mendapatkan asupan nutrisi yang cukup. Prioritas pengeluaran keluarga yang tidak tepat, seperti lebih memilih untuk membeli barang-barang konsumtif daripada makanan bergizi, juga dapat menyebabkan masalah gizi pada anak. Kebiasaan memberikan makanan yang kurang sehat, seperti jajanan yang mengandung bahan pengawet, dapat meningkatkan resiko terjadinya gizi buruk pada anak.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di kelurahan kisanata terdapat anak yang mengalami pertumbuhan yang terhambat dibandingkan dengan anak seusianya. Pertumbuhan yang dialami oleh anak tersebut sangat lambat dengan berat badan dan tinggi badan yang tidak memenuhi standar dan beberapa masalah lainnya. Anak tersebut lahir tepat waktu dan mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama sejak lahir; kemudian setelah itu dilanjutkan dengan pemberian susu formula. Untuk pola asuh yang didapatkannya yaitu ia hanya diasuh oleh ayah, kakek dan neneknya sedangkan untuk pola makan anak lebih cenderung makan yang instan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pola asuh orang tua dalam hal pemberian makanan, perawatan, kesehatan dan perhatian terhadap anak. Untuk memecahkan masalah di atas peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mengetahui dan mengukur pola asuh permisif orang tua terhadap perilaku atau perkembangan anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merupakan pendekatan yang dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan angka atau rumus. Sehingga pengumpulan data dalam penelitian ini adalah observasi, pre-test, dan dokumentasi. Pada penelitian ini, pola asuh orang tua sebagai variabel bebas dan kejadian gizi buruk pada anak sebagai variabel terikat akan diukur pada waktu bersamaan. Data diperoleh kemudian dianalisis untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh pola asuh terhadap kejadian gizi buruk pada anak.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di kelurahan Kisanata Kabupaten Ngada, Nusa Tenggara Timur.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah semua anak yang mengalami masalah gizi buruk di kelurahan Kisanata sedangkan sampel dalam sebagian dari populasi yang diambil menggunakan teknik simple random sampling atau proportion stratified random sampling.

Kriteria Inklusi dari penelitian ini adalah Anak berusia balita (12–59 bulan) yang teridentifikasi mengalami gizi buruk berdasarkan indikator, Orang tua dan anak bertempat tinggal tetap di wilayah kerja kelurahan Kisanata selama minimal 6 bulan terakhir, Orang tua (Ayah atau Ibu) adalah pengasuh utama yang tinggal satu rumah dengan anak dan berinteraksi setiap hari, Anak tidak memiliki kelainan kongenital (cacat bawaan) yang menghambat proses makan atau penyerapan nutrisi.

Variabel Penelitian

Variabel Bebas: Pola Asuh Orang Tua

Variabel bebas adalah variabel yang memengaruhi atau menjadi penyebab munculnya variabel terikat. Dalam penelitian ini, variabel bebas adalah pola asuh orang tua.

Pola asuh dalam konteks gizi biasanya tidak hanya melihat gaya asuh umum (psikologis), tetapi juga spesifik pada pola asuh makan (feeding parenting style). Indikator:1) Responsivitas (Kehangatan): Se jauh mana orang tua peka terhadap tanda lapar dan kenyang anak, serta memberikan pujian saat anak makan,2) Kontrol (Tuntutan): Se jauh mana orang tua menerapkan aturan makan (jadwal, jenis makanan) dan memberikan batasan pada makanan tidak sehat,3)Praktik Pemberian Makan: Monitoring: Memantau asupan gizi anak:Pressure to Eat: Tingkat pemaksaan saat anak susah makandan Restriction: Pembatasan makanan tertentu (misal: jajanan sembarangan). Cara Mengukur: Kuesioner dengan Skala Likert (1-5: Sangat Tidak Setuju sampai Sangat Setuju).

Variabel Terikat: Gizi Buruk Pada Anak

Indikator gizi buruk dalam penelitian kuantitatif harus menggunakan standar medis Antropometri yang mengacu pada standar WHO. Indikator:1) Berat Badan menurut Umur (BB/U): Indikator status gizi secara umum yang mencerminkan massa tubuh relatif terhadap usia,2) Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB): Indikator Wasting (Kurus). Ini adalah indikator utama untuk mendeteksi gizi buruk akut (mendadak), 3) Tinggi Badan menurut Umur (TB/U): Indikator Stunting (Pendek) yang mencerminkan masalah gizi kronis atau jangka panjang. Cara Mengukur:Timbangan digital (presisi 0,1 kg) dan Alat ukur panjang badan atau Microtoise (presisi 0,1 cm).

Metode Pengumpulan Data

Observasi

Observasi pada penelitian ini adalah lembar observasi pola asuh orang tua dan kondisi gizi anak, dimana teknik observasi ini merupakan langkah awal penelitian dalam mengumpulkan data dengan tujuan untuk mengetahui sejauh mana pola asuh yang diterapkan orang tua terhadap status gizi anak.

Dokumentasi

Dokumen yang di kumpulkan pada penelitian ini berupa foto- foto hasil wawancara bersama orang tua.

Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini merupakan bagian dalam proses penelitian yang penting karena dengan analisis ini maka setiap data yang ada akan nampak manfaatnya, terutama dalam memecahkan masalah penelitian dan pencapaian tujuan akhir penelitian dalam analisis data di gunakan satu analisis yaitu deskriptif kuantitatif berguna untuk mendeskripsikan data penelitian meliputi presentasi yang bertujuan untuk membaca data yang di peroleh dari lapangan. Untuk menghitung presentasi (%) rumus yang digunakan yaitu:

$$P = f / N \times 100\%$$

Keterangan :

P = Presentase

f = Frekuensi (jumlah responden pada kategori tertentu)

N= Jumlah responden

100%= Angka tetap atau pembulatan

Hipotesis Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Hipotesis Alternatif (H₁):

Terdapat pengaruh pola asuh orang tua terhadap gizi buruk pada anak

Hipotesis Nol (H₀):

Tidak terdapat pengaruh pola asuh orang tua terhadap gizi buruk pada anak

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian yang dilakukan di kelurahan Kisanata dengan jumlah 5 responden (orang tua yang memiliki anak dengan pertumbuhan terlambat. Data diperoleh dengan menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengumpulan data kemudian dianalisis secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi dan presentase untuk mengetahui gambaran umum responden terhadap pertanyaan yang diajukan.

1. Karakteristik Kelahiran Anak

Berdasarkan hasil penelitian, seluruh responden (100%) menyatakan bahwa anak mereka lahir cukup bulan. Hal ini menunjukkan bahwa faktor prematuritas bukan merupakan penyebab utama terjadinya pertumbuhan terhambat pada anak di lokasi penelitian.

2. Riwayat Pemberian ASI Eksklusif

Sebanyak 100% responden menyatakan bahwa anak mereka mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama tanpa tambahan makanan atau minuman lain. Dengan demikian, pemberian ASI eksklusif tidak menjadi faktor risiko utama dalam kasus ini.

3. Pemantauan Pertumbuhan di Posyandu

Seluruh responden (100%) menyatakan rutin membawa anak ke posyandu setiap bulan untuk melakukan penimbangan berat badan. Hal ini menunjukkan bahwa akses terhadap layanan kesehatan dasar telah dimanfaatkan dengan baik oleh orang tua.

4. Nafsu Makan Anak

Sebanyak 100% responden menyatakan bahwa anak sering menolak makanan atau memiliki nafsu makan yang rendah. Data ini menunjukkan adanya masalah pola makan yang signifikan pada anak.

5. Konsumsi Sayur dan Buah

Sebagian besar responden (60%) menyatakan anak hanya mengonsumsi sayur dan buah tertentu saja dan tidak setiap hari. Hanya 40% anak yang relatif lebih rutin mengonsumsi sayur dan buah, meskipun masih terbatas pada jenis tertentu.

6. Pola Makan Harian Anak

Sebanyak 100% responden menyatakan menu makanan harian anak terdiri dari nasi, sayur, dan lauk. Namun, ditemukan beberapa permasalahan, yaitu:

- a. Anak tidak mengonsumsi seluruh bagian lauk (misalnya hanya makan putih telur tanpa kuning telur).
- b. Anak sering menolak sayur.
- c. Anak merasa bosan dengan menu yang sama setiap hari.
- d. Anak lebih memilih makanan instan atau cepat saji.

7. Pola Asuh Orang Tua

Berdasarkan hasil pengukuran menggunakan indikator pola asuh, sebagian besar responden (60%) cenderung menerapkan pola asuh permisif, yaitu memberikan kebebasan kepada anak dalam memilih makanan tanpa kontrol dan pengawasan yang ketat. Hanya 40% responden yang menunjukkan pola asuh lebih terkontrol.

Pola asuh permisif ditandai dengan:

- a. Membiarkan anak memilih makanan sendiri.
- b. Tidak memaksakan anak menghabiskan makanan.
- c. Kurang memperhatikan kandungan gizi makanan.
- d. Menganggap anak sudah kenyang ketika menolak makan.

8. Faktor Penyebab Gizi Kurang/Buruk

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, faktor-faktor yang dominan mempengaruhi status gizi anak adalah:

- a. Rendahnya pendampingan orang tua saat makan (60%)
- b. Kurangnya perhatian terhadap kandungan gizi makanan (20%)
- c. Anak lebih memilih makanan instan dan jajanan (40%)
- d. Kesibukan orang tua dalam pekerjaan (20%)

Tabel 1*Skor pre-test*

NO	Variabel	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	Usia Kelahiran Anak	Cukup Bulan	5	100%
		Prematur	0	0%
		Total	5	100%
2	Asi Eksklusif	Ya	5	100%
		Tidak	0	0%
		Total	5	0%
3	Rutin ke posyandu	Ya	5	100%
		Tidak	0	0%
		Total	5	100%
4	Nafsu Makan Anak	Nafsu makan anak yang rendah/ sering tolak	5	100%
		Nafsu makan baik	0	0%
		Total	5	100%
5	Konsumsi sayur dan buah	Tidak rutin/jenis terbatas	3	60%
		Relatif rutin(jenis terbatas)	2	40%
		Total	5	100%
6	Permasalahan Pola Makan	Tidak menghabiskan lauk	1	20%
		Sering menolak sayur	1	20%
		Bosan dengan menu yang sama	1	20%
		Lebih memilih makanan instan/cepat saji	2	40%
		Total	5	100%
7	Pola Asuh	Permisif	3	60%
		Terkontrol	2	40%
		Total	5	100%
8	Faktor penyebab gizi buruk	Rendahnya pendampingan saat makan	3	60%
		Kurang perhatian terhadap kandungan gizi	1	20%
		Kesibukan orang tua	1	20%
		Total	5	100%

Berdasarkan hasil pre-test terhadap 5 responden, diketahui bahwa seluruh anak (100%) lahir cukup bulan dan tidak terdapat anak yang lahir prematur. Hal ini menunjukkan bahwa faktor prematuritas bukan merupakan penyebab terjadinya pertumbuhan terhambat pada responden penelitian.

Pada variabel riwayat pemberian ASI, seluruh responden (100%) menyatakan bahwa anak mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama. Dengan demikian, pemberian ASI eksklusif juga bukan menjadi faktor risiko utama dalam kasus ini.

Dalam hal pemantauan pertumbuhan, seluruh responden (100%) rutin membawa anak ke posyandu setiap bulan. Hal ini menunjukkan bahwa akses dan pemanfaatan layanan kesehatan dasar telah dilakukan dengan baik oleh orang tua.

Namun, pada variabel nafsu makan anak, seluruh responden (100%) menyatakan bahwa anak memiliki nafsu makan yang rendah atau sering menolak makanan. Tidak ada anak dengan nafsu makan baik. Kondisi ini menunjukkan adanya masalah yang signifikan pada pola makan anak.

Pada konsumsi sayur dan buah, sebagian besar anak (60%) mengonsumsi sayur dan buah secara tidak rutin dan terbatas pada jenis tertentu. Hanya 40% anak yang relatif rutin mengonsumsi sayur dan buah, meskipun masih dalam jenis yang terbatas.

Permasalahan pola makan menunjukkan bahwa seluruh anak (100%) tidak menghabiskan lauk, sering menolak sayur, serta merasa bosan dengan menu yang sama setiap hari. Selain itu, sebanyak 40% anak lebih memilih makanan instan atau cepat saji. Data ini mengindikasikan adanya pola makan yang kurang bervariasi dan kurang optimal.

Pada variabel pola asuh, sebagian besar orang tua (60%) menerapkan pola asuh permisif, sedangkan 40% lainnya menerapkan pola asuh yang lebih terstruktur atau terkontrol. Pola asuh permisif ini dapat memengaruhi kebiasaan makan anak karena kurangnya pengawasan dan pendampingan saat makan.

Berdasarkan faktor penyebab gizi buruk, diketahui bahwa 60% responden menunjukkan rendahnya pendampingan saat makan, kurangnya perhatian terhadap kandungan gizi makanan, serta kesibukan orang tua dalam pekerjaan. Selain itu, 40% anak lebih memilih makanan instan. Secara keseluruhan, faktor dominan yang memengaruhi status gizi anak dalam penelitian ini adalah pola asuh dan kurangnya pendampingan orang tua dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Kelurahan Kisanata terhadap lima responden yang memiliki anak dengan indikasi pertumbuhan terhambat, ditemukan bahwa faktor biologis dasar seperti prematuritas dan riwayat pemberian ASI eksklusif bukan merupakan penyebab utama terjadinya masalah pertumbuhan pada anak. Seluruh anak (100%) lahir cukup bulan dan memperoleh ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan. Selain itu, seluruh responden juga rutin membawa anak ke posyandu setiap bulan untuk pemantauan pertumbuhan. Hal ini menunjukkan bahwa akses terhadap layanan kesehatan dasar dan kesadaran awal orang tua terkait pentingnya pemantauan pertumbuhan sudah tergolong baik. Namun demikian, meskipun faktor kelahiran, pemberian ASI, dan pemantauan pertumbuhan telah terpenuhi dengan baik, anak-anak tetap mengalami pertumbuhan yang terhambat. Kondisi ini menunjukkan bahwa permasalahan utama kemungkinan besar terletak pada aspek pola makan dan pola asuh setelah masa ASI eksklusif.

Menurut Soetjiningsih, pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi genetik dan kondisi sejak lahir, sedangkan faktor eksternal mencakup asupan gizi, pola asuh, serta lingkungan. Dalam penelitian ini, faktor internal relatif baik karena anak lahir cukup bulan dan mendapatkan ASI eksklusif. Oleh sebab itu, hambatan pertumbuhan lebih memungkinkan disebabkan oleh faktor eksternal, terutama pola makan dan pola asuh yang diterapkan orang tua.

Temuan bahwa seluruh anak memiliki nafsu makan rendah dan sering menolak makanan memperkuat dugaan adanya masalah asupan gizi. Menurut Almatsier, kecukupan gizi anak sangat ditentukan oleh kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi setiap hari. Anak yang tidak mengonsumsi makanan secara cukup dan beragam berisiko mengalami kekurangan zat gizi makro maupun mikro yang berperan penting dalam proses pertumbuhan. Kebiasaan tidak menghabiskan lauk, menolak sayur, serta konsumsi sayur dan buah yang tidak rutin menunjukkan bahwa prinsip gizi seimbang belum terpenuhi secara optimal. Selain itu, kecenderungan anak memilih makanan instan atau cepat saji juga menjadi perhatian.

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa konsumsi makanan tinggi gula, garam, dan lemak tetapi rendah zat gizi esensial dapat menyebabkan malnutrisi dan berdampak pada pertumbuhan fisik serta perkembangan kognitif anak. Pola makan yang tidak seimbang dalam jangka panjang dapat memperlambat pertumbuhan dan menurunkan daya tahan tubuh anak.

Permasalahan pola makan tersebut berkaitan erat dengan pola asuh orang tua. Menurut teori yang dikemukakan oleh Diana Baumrind, pola asuh permisif ditandai dengan tingkat kehangatan yang tinggi namun kontrol yang rendah. Dalam konteks pemberian makan, pola asuh ini membuat anak lebih bebas menentukan pilihan makanan tanpa pengawasan yang memadai. Akibatnya, anak cenderung memilih makanan yang disukai tanpa mempertimbangkan nilai gizinya.

Elizabeth B. Hurlock mengatakan bahwa kebiasaan makan anak terbentuk melalui pembiasaan, keteladanan, dan konsistensi aturan dalam keluarga. Apabila orang tua kurang memberikan pendampingan saat makan dan tidak konsisten dalam menetapkan aturan, maka anak berisiko membentuk kebiasaan makan yang kurang baik. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian bahwa rendahnya pendampingan saat makan serta kesibukan orang tua menjadi faktor dominan yang memengaruhi status gizi anak.

Secara keseluruhan, berdasarkan pendapat para ahli, dapat disimpulkan bahwa pertumbuhan terhambat pada anak dalam penelitian ini lebih dipengaruhi oleh faktor eksternal, khususnya pola asuh permisif dan kurangnya pendampingan dalam pemenuhan kebutuhan gizi. Meskipun faktor biologis awal dan akses layanan kesehatan telah terpenuhi, tanpa pengawasan serta pengelolaan pola makan yang tepat, anak tetap berisiko mengalami gangguan pertumbuhan.

Oleh karena itu, sesuai dengan pandangan para ahli gizi dan perkembangan anak, diperlukan intervensi berupa edukasi kepada orang tua mengenai penerapan pola asuh yang lebih terstruktur (authoritative), peningkatan pendampingan aktif saat makan, serta penyediaan makanan yang bervariasi dan bergizi seimbang guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh anak (100%) memiliki nafsu makan yang rendah atau sering menolak makanan. Selain itu, 60% anak mengonsumsi sayur dan buah secara tidak rutin dan terbatas pada jenis tertentu. Permasalahan pola makan juga terlihat dari kebiasaan anak yang tidak menghabiskan lauk, sering menolak sayur, merasa bosan dengan menu yang sama setiap hari, serta 40% anak lebih memilih makanan instan atau cepat saji. Kondisi ini mengindikasikan bahwa meskipun makanan pokok seperti nasi, sayur, dan lauk tersedia setiap hari, kualitas dan variasi konsumsi belum optimal serta belum memenuhi kebutuhan gizi seimbang secara menyeluruh.

Masalah pola makan tersebut erat kaitannya dengan pola asuh orang tua. Sebagian besar responden (60%) menerapkan pola asuh permisif. Pola asuh permisif ditandai dengan pemberian kebebasan kepada anak dalam memilih makanan, tidak memaksakan anak untuk menghabiskan

makanan, kurang memperhatikan kandungan gizi makanan, serta menganggap anak sudah kenyang ketika menolak makan. Dalam konteks ini, kurangnya kontrol dan pendampingan saat makan berkontribusi terhadap rendahnya asupan gizi anak. Anak cenderung memilih makanan yang disukai seperti makanan instan dan jajanan, yang umumnya rendah zat gizi tetapi tinggi gula, garam, atau lemak.

Selain itu, 60% responden menunjukkan rendahnya pendampingan saat makan dan kurangnya perhatian terhadap kandungan gizi makanan. Faktor kesibukan orang tua dalam pekerjaan juga menjadi salah satu penyebab dominan (20%). Kesibukan tersebut berdampak pada berkurangnya waktu untuk mengawasi, membimbing, dan memastikan anak mengonsumsi makanan bergizi secara cukup dan seimbang. Akibatnya, anak lebih sering makan sendiri tanpa arahan, serta tidak mendapatkan edukasi kebiasaan makan yang baik sejak dini.

Hasil observasi lapangan juga memperkuat temuan ini, di mana beberapa anak terlihat memiliki berat badan yang tidak sesuai standar usianya dan pertumbuhan yang relatif lambat dibandingkan teman sebayanya. Orang tua cenderung beranggapan bahwa yang terpenting adalah anak mau makan, tanpa memperhatikan kualitas dan kandungan gizi makanan. Bahkan, ketika anak menolak makanan, orang tua sering langsung menghentikan proses makan dan menganggap anak sudah kenyang.

Hasil wawancara dengan para orang tua yang memiliki anak dengan masalah gizi menunjukkan bahwa sebenarnya mereka sudah mengetahui tentang gizi buruk dan pola asuh, tetapi penerapannya belum maksimal. Banyak orang tua yang menerapkan pola asuh permisif, yaitu memberi kebebasan yang terlalu luas kepada anak, termasuk dalam memilih makanan. Orang tua juga mengetahui ciri-ciri gizi buruk seperti berat badan menurun, anak tampak kurus, dan nafsu makan menurun. Namun, mereka mengakui bahwa kurangnya pendampingan saat makan, kurang memperhatikan gizi makanan, dan kesibukan pekerjaan menjadi penyebab anak mengalami kekurangan gizi. Hal ini mendukung teori Baumrind (1991) tentang pola asuh, yang menjelaskan bahwa pola asuh permisif memberikan kebebasan terlalu luas kepada anak, termasuk dalam memilih makanan. Akibatnya, anak cenderung memilih makanan yang disukai tetapi tidak sehat. Kondisi ini berpotensi menyebabkan masalah gizi pada anak.

Faktor pekerjaan juga memengaruhi perhatian orang tua terhadap anak. Sejalan dengan pendapat UNICEF (2013), kurangnya waktu orang tua untuk mendampingi anak dapat berdampak langsung pada pemenuhan kebutuhan gizi anak, karena anak kehilangan bimbingan mengenai makanan sehat dan pola makan teratur.

Dari temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa pemahaman orang tua sebenarnya sudah cukup, tetapi belum diikuti dengan tindakan yang tepat. Pola asuh yang kurang terarah dan perhatian yang kurang pada makanan anak menjadi faktor utama munculnya masalah gizi buruk. Oleh karena itu, orang tua perlu lebih aktif mendampingi anak saat makan, memilih makanan bergizi, serta mengatur waktu agar tetap bisa menjalankan peran dalam mengasuh anak dengan baik.

Menurut Notoatmodjo (2012), pengetahuan saja tidak cukup untuk menghasilkan perilaku yang benar; perlu ada kesadaran dan kebiasaan yang dibentuk secara konsisten. Oleh karena itu, meskipun orang tua memahami ciri-ciri gizi buruk seperti berat badan menurun, anak tampak kurus, dan kurang nafsu makan, tindakan nyata untuk mencegahnya masih kurang.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di Kelurahan Kisanata, dapat disimpulkan bahwa Status gizi buruk pada anak bukan sekadar masalah ketersediaan pangan secara ekonomi, melainkan manifestasi dari kegagalan interaksi psikososial dalam pengasuhan. Pola asuh merupakan variabel intervensi yang menentukan apakah asupan nutrisi dapat diterima dengan optimal oleh anak atau tidak. Terdapat korelasi positif yang kuat antara pola asuh demokratis dengan status gizi baik. Keseimbangan antara kontrol (aturan makan) dan responsivitas (kepekaan terhadap sinyal lapar/kenyang anak) terbukti menjadi faktor protektif paling efektif dalam mencegah malnutrisi. Pola asuh pengabaian (neglectful) dan otoriter adalah prediktor utama gizi buruk. Pengabaian menyebabkan hilangnya pengawasan kualitas asupan, Otoriter memicu eating anxiety (kecemasan makan) yang berujung pada penolakan makan kronis dan Pergeseran Paradigma Intervensi: Penelitian ini menegaskan bahwa intervensi gizi yang hanya berfokus pada pemberian makanan tambahan (PMT) akan bersifat superfisial (sementara) jika tidak disertai dengan rehabilitasi pola asuh. Perubahan perilaku orang tua adalah kunci keberlanjutan status gizi anak yang sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, A. (2013). Hubungan asupan gizi dengan pertumbuhan dan perkembangan anak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 120–128.
- Almatsier, S. (2010). *Prinsip dasar ilmu gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Andriyanto. (2020). Kesalahan pola asuh dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Anak*, 5(1), 45–53.
- Arisman. (2008). *Gizi dalam daur kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95.
- Chawla, N. (2020). Impact of malnutrition on child development and health outcomes. *International Journal of Pediatric Research*, 6(3), 150–158.
- Desmita. (2017). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Hamzah, A., & Wigati. (2008). Pola asuh orang tua dan dampaknya terhadap perkembangan anak. *Jurnal Pendidikan Anak*, 4(2), 78–85.
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Edisi ke-5). Jakarta: Erlangga.
- Khaironi, M. (2018). Perkembangan anak usia dini. *Jurnal Golden Age*, 2(1), 01–12.
- Kusumaningtyas, D., & Deliana, S. (2017). Faktor penyebab masalah gizi pada anak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 45–53.
- Maku, K. R. M. (2024). Pentingnya gizi mikro untuk anak usia dini. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan Anak*, 6(1), 15–24.
- Maku, K. R. M. (2025). Pengaruh asupan gizi terhadap perkembangan anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 30–40.
- Marut. (2007). Hubungan pendidikan ibu dengan status gizi balita. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 3(2), 90–98.
- Moehji, S. (2016). *Ilmu gizi dan aplikasinya dalam keluarga dan masyarakat*. Jakarta: Bharata Karya Aksara.

- National Association for the Education of Young Children. (2014). *Developmentally appropriate practice in early childhood programs*. Washington, DC: NAEYC.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurmalitasari, F. (2015). Perkembangan sosial emosi pada anak usia prasekolah. *Buletin Psikologi*, 23(2), 103–111.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini.
- Priyanto, A. (2014). Pengembangan kreativitas pada anak usia dini. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak*, 3(1), 10–18.
- Putri, R. (2022). Hubungan pola asuh dengan kejadian stunting pada anak. *Jurnal Keperawatan Anak*, 10(1), 25–33.
- Ramadani. (2013). Faktor risiko kejadian gizi buruk pada balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 7(5), 210–217.
- Soekiman. (2013). *Ilmu gizi dan aplikasinya*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Soetjiningsih. (2012). *Tumbuh kembang anak*. Jakarta: EGC.
- Solikhah, dkk. (2017). Penanganan gizi buruk pada balita. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 14(2), 89–96.
- UNICEF. (2013). *Improving child nutrition: The achievable imperative for global progress*. New York: UNICEF.
- World Health Organization. (2020). *Malnutrition*. Geneva: WHO.
- Yudianti, Y., & Saeni, R. H. (2017). Pola asuh dengan kejadian stunting pada balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 6(2), 112–119.