

HUBUNGAN TINGKAT PENDIDIKAN DAN POLA ASUH DENGAN STATUS GIZI PADA BALITA

Zulfitrawati^{1*}, Asrar As², Asmiana Saputri Ilyas³

^{1,2}Institut Teknologi dan Kesehatan Tri Tunas Nasional,

³STIKES Amanah Makassar

Email: zulfitrawati@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Status gizi balita merupakan indikator penting dalam menentukan kualitas kesehatan masyarakat dan sangat dipengaruhi oleh faktor pendidikan serta pola asuh ibu. Rendahnya pengetahuan dan ketidaktepatan pola asuh dapat berdampak pada ketidakseimbangan asupan gizi sehingga meningkatkan risiko gizi kurang. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan tingkat pendidikan dan pola asuh dengan status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Loea, Kabupaten Kolaka Timur. **Metode:** studi ini menggunakan desain analitik dengan pendekatan cross-sectional pada 54 balita berusia 0–59 bulan yang dipilih menggunakan rumus Slovin dari 63 populasi. Data diperoleh melalui wawancara menggunakan kuesioner untuk menilai pola asuh (asuh, asih, asah) serta pengukuran antropometri dengan indikator BB/U untuk menentukan status gizi. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi $\alpha = <0,05$. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki pendidikan menengah (51,9%), menerapkan pola asuh baik (50%), dan balitanya memiliki status gizi baik (72,2%). Terdapat hubungan signifikan antara pendidikan ibu dan status gizi balita ($p = 0,034$) serta hubungan sangat signifikan antara pola asuh dan status gizi balita ($p = 0,000$). **Kesimpulan:** Penelitian ini menegaskan pentingnya peningkatan edukasi gizi dan pembinaan pola asuh untuk mencegah masalah gizi pada balita.

Kata kunci: pendidikan, pola asuh, status gizi, balita

ABSTRACT

Background: Nutritional status among children under five is an important indicator of community health and is strongly influenced by maternal education and caregiving practices. Limited knowledge and inappropriate caregiving may lead to imbalanced nutritional intake, increasing the risk of undernutrition. **Objective:** This study aimed to analyze the relationship between maternal education level and caregiving practices with the nutritional status of children under five in the working area of Loea Public Health Center, East Kolaka Regency. **Methods:** This analytic study employed a cross-sectional design involving 54 children aged 0–59 months selected using the Slovin formula from a population of 63. Data were collected through interviews using questionnaires to assess caregiving practices (asuh, asih, asah) and anthropometric

measurements using weight-for-age indicators to determine nutritional status. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses with the Chi-square test at a significance level of $\alpha = <0.05$. **Results:** Most mothers had secondary education (51.9%), practiced good caregiving (50%), and their children had good nutritional status (72.2%). Significant relationships were found between maternal education and nutritional status ($p = 0.034$), and a highly significant relationship between caregiving practices and nutritional status ($p = 0.000$). **Conclusion:** The study highlights the importance of enhancing nutrition education and caregiving guidance to prevent undernutrition among children under five. **Keywords:** education, parenting patterns, nutritional status, toddler

PENDAHULUAN

Status gizi balita merupakan salah satu indikator penting yang mencerminkan kualitas kesehatan masyarakat dan menjadi penentu utama keberhasilan pembangunan sumber daya manusia. Status gizi menggambarkan kondisi tubuh sebagai hasil dari konsumsi serta pemanfaatan zat gizi, yang secara umum diklasifikasikan menjadi gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, dan gizi lebih. Pemenuhan gizi yang optimal tidak hanya berperan dalam menjaga fungsi biologis tubuh, tetapi juga berpengaruh besar terhadap perkembangan otak, kemampuan belajar, produktivitas kerja, serta potensi ekonomi seseorang di masa depan sebagaimana dijelaskan (Almatsier, 2016), oleh karena itu, pemantauan dan peningkatan status gizi balita memiliki urgensi strategis bagi upaya pencegahan masalah kesehatan jangka pendek maupun panjang.

Status gizi, khususnya status gizi anak merupakan salah satu indikator kualitas sumber daya manusia yang menentukan tingkat kesejahteraan masyarakat. Status gizi anak balita secara langsung maupun tidak langsung dapat dipengaruhi oleh lingkungan, di mana

balita tersebut tumbuh dan berkembang. Pengetahuan, sikap dan perilaku ibu merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi balita. Pengetahuan seorang ibu melambangkan sejauh mana dasar-dasar yang digunakan seorang ibu untuk merawat anak balita sejak dalam kandungan, pelayanan kesehatan, dan persediaan makanan di rumah (Yeni, 2021).

Secara global, masalah gizi pada balita masih menjadi isu kesehatan masyarakat yang serius (WHO, 2018) melaporkan bahwa 22,2% balita di dunia mengalami stunting, 7,5% mengalami wasting, dan 5,6% mengalami *overweight*. Kondisi ini menegaskan bahwa masalah gizi tidak hanya terkait kekurangan makan, tetapi juga ketidakseimbangan asupan gizi yang dapat berdampak pada perkembangan anak. Sebagai negara berkembang, Indonesia turut menghadapi tantangan serupa. (Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa prevalensi gizi buruk pada balita mencapai 3,9% dan gizi kurang sebesar 13,8%. Angka tersebut mengindikasikan bahwa masalah gizi masih menjadi prioritas nasional yang menuntut pendekatan komprehensif dan berkelanjutan.

UNICEF (2020) mengatakan bahwa praktik pengasuhan yang tidak memadai, termasuk minimnya pengetahuan gizi ibu, merupakan salah satu penyebab utama ketidakseimbangan asupan gizi pada balita. Hal ini sejalan dengan penelitian Black & al., (2013) yang menjelaskan bahwa kekurangan gizi pada masa awal kehidupan berdampak pada perkembangan otak, kemampuan belajar, serta produktivitas di masa dewasa. Di Indonesia, Riskesdas 2018 yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan RI juga menunjukkan tingginya prevalensi gizi kurang dan stunting, menegaskan bahwa kualitas pendidikan ibu dan pola asuh berperan penting dalam menentukan status gizi balita (Engle & al., 2011) menekankan bahwa pola asuh yang baik meliputi pemenuhan kebutuhan fisik, emosional, dan stimulasi perkembangan dapat meningkatkan kualitas pertumbuhan anak, sehingga intervensi berbasis keluarga dan komunitas, termasuk pelayanan Puskesmas, sangat diperlukan.

Kondisi kesehatan masyarakat di Provinsi Sulawesi Tenggara, khususnya di Kabupaten Kolaka Timur dan wilayah kerja Puskesmas Loea, menunjukkan dinamika epidemiologis dan tantangan pelayanan kesehatan yang memerlukan perhatian serius. Berdasarkan (Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara, 2023), prevalensi stunting provinsi berada pada angka 24,2%, melampaui prevalensi nasional sebesar 21,6%. Pada tingkat kabupaten, data (Badan Pusat Statistik Kabupaten Kolaka Timur, 2023) menunjukkan prevalensi stunting sebesar

22,8%, sementara estimasi berbasis pemantauan gizi di wilayah Puskesmas Loea menggambarkan angka antara 23–25%, yang menunjukkan bahwa beban gizi kronis masih menjadi isu kesehatan masyarakat yang signifikan.

Pada aspek kesehatan ibu dan anak, jumlah ibu hamil yang tercatat di wilayah kerja Puskesmas Loea selama tahun 2023 diperkirakan mencapai ± 312 orang, dengan cakupan kunjungan antenatal minimal enam kali hanya mencapai 78%, berada di bawah target nasional sebesar 90%. Cakupan pelayanan maternal yang belum optimal tersebut berpotensi meningkatkan risiko komplikasi kehamilan yang tidak terdeteksi secara dini. Sementara itu, pola penyakit yang dominan di Kabupaten Kolaka Timur pada tahun 2023 meliputi ISPA dengan prevalensi 12,4%, diare 6,8%, dan hipertensi sebesar 28,3% pada kelompok usia dewasa, seluruhnya konsisten dengan tren nasional penyakit menular dan tidak menular di daerah pedesaan. Situasi ini didukung oleh data layanan di Puskesmas Loea yang menunjukkan beban kunjungan tertinggi pada kasus ISPA anak, penyakit diare, serta pemantauan penyakit kronis (Laporan Tahunan Puskesmas Loea, 2023)

Secara keseluruhan, kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat beberapa capaian positif, berbagai indikator kesehatan prioritas di wilayah Puskesmas Loea masih berada di bawah target nasional dan memerlukan intervensi terarah melalui penguatan sistem kesehatan primer, peningkatan kapasitas tenaga kesehatan, serta optimalisasi

monitoring dan evaluasi program kesehatan berbasis data.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa status gizi balita dipengaruhi oleh faktor langsung maupun tidak langsung. Faktor langsung meliputi asupan makanan dan kondisi kesehatan, sedangkan faktor tidak langsung berkaitan dengan pola asuh, pengetahuan ibu, tingkat pendidikan, serta kondisi sosial ekonomi keluarga. Salah satu determinan penting yang ditemukan adalah pengetahuan dan pendidikan ibu (Suardi, 2016). Tingkat pendidikan ibu sangat menentukan kemampuan menyerap informasi tentang gizi, memilih bahan makanan yang tepat, memahami kebutuhan nutrisi anak, dan mengimplementasikan pola makan yang benar. Ibu dengan tingkat pendidikan rendah cenderung memiliki keterbatasan dalam mengakses dan memahami informasi gizi sehingga meningkatkan risiko terjadinya gizi kurang pada balita.

Selain pendidikan, pola asuh juga menjadi faktor penting yang secara signifikan mempengaruhi status gizi. Pola asuh meliputi praktik pemberian makan, perhatian emosional, pemberian stimulasi, serta perawatan kesehatan anak. Pola asuh yang tepat dapat meningkatkan kualitas pertumbuhan dan perkembangan anak, sedangkan pola asuh yang kurang baik dapat menyebabkan gangguan gizi yang ditandai dengan berat badan tidak sesuai standar.

Dengan mempertimbangkan berbagai permasalahan tersebut, upaya peningkatan pengetahuan gizi ibu, perbaikan pola asuh, dan pendampingan keluarga menjadi sangat penting untuk

mencegah dan menurunkan angka gizi kurang. Puskesmas sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan masyarakat memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi yang berkelanjutan kepada ibu balita. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan tingkat pendidikan dan pola asuh dengan status gizi pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Loea Kabupaten Kolaka Timur menjadi penting dilakukan sebagai dasar dalam penyusunan intervensi kesehatan yang lebih tepat sasaran, efektif, dan berkelanjutan (Putri, 2019).

METODE

Metode penelitian adalah cara ilmiah yang digunakan untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu, melalui rangkaian langkah yang sistematis, terencana, dan dapat dipertanggungjawabkan (Notoadmodjo, 2019). Penelitian ini menggunakan jenis penelitian analitik dengan pendekatan cross-sectional, yaitu suatu rancangan penelitian yang mengukur variabel bebas dan variabel terikat secara bersamaan pada satu waktu untuk mengetahui hubungan antara tingkat pendidikan dan pola asuh dengan status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Loea Kabupaten Kolaka Timur. Lokasi penelitian berada di wilayah kerja Puskesmas Loea dan dilaksanakan pada tanggal 7 Agustus 2025 hingga selesai. Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh balita berusia 0–59 bulan yang berada di wilayah tersebut, berjumlah 63 orang. Penentuan sampel dilakukan dengan menggunakan rumus Slovin sehingga diperoleh jumlah sampel

sebanyak 54 balita yang memenuhi kriteria inklusi yaitu balita berdomisili di wilayah kerja puskesmas dan bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi meliputi balita dengan penyakit penyerta seperti gangguan metabolisme, gangguan penyerapan usus, riwayat BBLR, serta balita yang berpindah domisili selama penelitian berlangsung. Pengumpulan data dilakukan melalui data primer dengan teknik wawancara menggunakan kuesioner untuk menilai pola asuh ibu (meliputi aspek asuh, asih, dan asah), serta pengukuran antropometri menggunakan indikator Berat Badan menurut Umur (BB/U) untuk menentukan status gizi balita. Data yang terkumpul kemudian diolah melalui beberapa tahap yaitu *editing*, *coding*, *entry* data, dan tabulasi. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi masing-masing variabel, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% dan nilai signifikansi $\alpha = < 0,05$ untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara tingkat pendidikan dan pola asuh dengan status gizi balita. Aspek etika juga diperhatikan melalui *penerapan informed consent*, menjaga kerahasiaan responden, tidak mencantumkan identitas pribadi (anonimitas), serta menjamin kerahasiaan data yang diperoleh selama proses penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

1. Karakteristik umum responden

a. Tingkat Pendidikan Responden

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pendidikan Ibu Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Loea

No	Tingkat Pendidikan	(F)	(%)
1.	Pendidikan Dasar	18	33,3
2.	Pendidikan Menengah	28	51,9
3.	Pendidikan Tinggi	8	14,8
Total		54	100

Sumber : Data Primer tahun 2025

Berdasarkan data tersebut dapat digambarkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori pendidikan menengah yaitu 28 orang (51,9%). Responden dengan pendidikan dasar sebanyak 18 orang (33,3%), sedangkan pendidikan tinggi hanya 8 orang (14,8%). Data ini memperlihatkan bahwa sebagian besar ibu telah menempuh pendidikan menengah, sehingga diharapkan memiliki tingkat pemahaman yang cukup terhadap kesehatan dan gizi.

b. Pola Asuh Ibu

Tabel 2. Distribusi Pola Asuh Ibu Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Loea

No	Pola Asuh	(F)	(%)
1.	Kurang	15	27,8
2.	Cukup	12	22,2
	Baik	27	50,0
Jumlah		54	100

Sumber : Data Primer Tahun 2025

Berdasarkan data tersebut dapat digambarkan bahwa 50% ibu menerapkan pola asuh baik, sedangkan 27,8% masih memiliki pola asuh kurang. Temuan ini memberikan gambaran bahwa meskipun banyak

ibu telah menerapkan pengasuhan yang baik, masih terdapat sekelompok ibu yang membutuhkan pendidikan terkait pola asuh gizi dan kesehatan.

c. Status Gizi Balita

Tabel 3. Status Gizi Balita
Berdasarkan Indikator BB/U

No	Status Gizi	(F)	(%)
1.	Gizi Kurang	15	27,8
2.	Gizi Baik	39	72,2
	Jumlah	54	100

Sumber : Data Primer 2025

Tabel 3 menunjukkan bahwa Sebagian besar balita memiliki status gizi baik (72,2%), namun terdapat 15 balita (27,8%) yang masih mengalami gizi kurang. Angka ini menunjukkan bahwa masalah gizi masih membutuhkan perhatian serius, terutama pada kelompok keluarga dengan pola asuh dan pendidikan yang rendah.

d. Hubungan Tingkat Pendidikan dengan Status Gizi

Tabel 4. Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dengan Status Gizi Balita

No	Pendidikan	Gizi Kurang	Gizi Baik	Total	p-value
1.	Dasar	9 (50%)	9 (50%)	18	
2.	Menengah	5 (17,9%)	23 (82,1%)	28	0,034
3.	Tinggi	1 (12,5%)	7 (87,5%)	8	
	Total	15 (27,8%)	39 (72,2%)	54	

Sumber : Data Primer Tahun 2025

Tabel 4 menunjukkan Uji statistik Chi-Square menunjukkan $p = 0,034 < 0,05$, artinya terdapat hubungan signifikan antara tingkat pendidikan ibu dan status gizi balita.

e. Hubungan Pola Asuh dengan Status Gizi

Tabel 5. Hubungan Pola Asuh dengan Status Gizi Balita

No	Pola Asuh	Gizi Kurang	Gizi Baik	Total	p-value
1	Kurang	10 (66,7%)	5 (33,3%)	15	
2	Cukup	2 (16,7%)	10 (83,3%)	12	0,000
3	Baik	3 (11,1%)	24 (88,9%)	27	
	Total	15 (27,8%)	39 (72,2%)	54	

Sumber : Data Primer Tahun 2025

Tabel 5 Uji Chi-Square menghasilkan $p = 0,000 < 0,05$, menunjukkan hubungan yang sangat signifikan antara pola asuh ibu dan status gizi balita.

B. PEMBAHASAN

1. Hubungan Tingkat Pendidikan dengan Status Gizi Balita

Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan ibu, semakin baik status gizi balita. Ibu dengan pendidikan menengah dan tinggi lebih

mampu menerima informasi tentang kesehatan, memahami kebutuhan gizi anak, serta menerapkan praktik pemberian makanan yang tepat. Hal ini dibuktikan dengan hanya 12,5% balita dari ibu berpendidikan tinggi yang mengalami gizi

kurang, dibandingkan 50% dari ibu berpendidikan dasar.

Temuan ini selaras dengan literatur yang menyatakan bahwa pendidikan merupakan faktor penting yang memengaruhi perilaku kesehatan ibu, terutama dalam pengambilan keputusan terkait makanan, kebersihan, dan pola pengasuhan (Armalini, 2021). Pendidikan tinggi juga berhubungan dengan kemampuan ekonomi yang lebih baik, sehingga kebutuhan gizi balita lebih mudah terpenuhi.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa peningkatan pendidikan ibu, baik melalui pendidikan formal maupun penyuluhan gizi, berperan penting dalam menurunkan angka gizi kurang pada balita.

2. Hubungan Pola Asuh dengan Status Gizi Balita

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa balita dengan pola asuh kurang memiliki risiko lebih tinggi mengalami gizi kurang (66,7%) dibandingkan balita yang diasuh dengan pola asuh baik (11,1%). Ini menunjukkan bahwa pola asuh merupakan faktor dominan dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita.

Pola asuh mencakup cara ibu memberikan makanan, memperhatikan kebersihan, memberikan stimulasi, serta memberikan kasih sayang. Ibu dengan pola asuh baik umumnya memberikan makanan bergizi sesuai jadwal, memperhatikan sanitasi, serta memberikan stimulasi tumbuh kembang yang tepat. Sebaliknya, pola asuh kurang sering berkaitan dengan pemberian

makanan seadanya, minimnya perhatian terhadap asupan, dan kurangnya pemahaman tentang nutrisi.

Penelitian ini juga sejalan dengan pendapat (Masithah, 2019) bahwa praktik pengasuhan yang baik mampu meningkatkan kualitas status gizi balita. Pola asuh tidak hanya dipengaruhi pendidikan, tetapi juga budaya, lingkungan sosial, dan kondisi ekonomi.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian diatas, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat Pendidikan berhubungan signifikan dengan status gizi balita ($p = 0,034$).
2. Pola Asuh ibu berhubungan sangat signifikan dengan status gizi balita ($p = 0,000$).
3. Faktor pendidikan dan pola asuh menjadi faktor yang saling melengkapi dalam menentukan kualitas kesehatan dan gizi balita.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2016). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Armalini. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu Dengan Status Gizi Anak. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 4(1), 35–42.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Kolaka Timur. (2023). *Statistik Kesehatan Kabupaten Kolaka Timur 2023*.
- Black, R. E., & Al., Et. (2013). Maternal And Child Undernutrition And Overweight In Low-Income And Middle-Income Countries. *The Lancet*, 382(9890), 427–451.

- Engle, P. L., & Al., Et. (2011). Strategies To Avoid The Loss Of Developmental Potential In More Than 200 Million Children In The Developing World. *The Lancet*.
- Laporan Tahunan Puskesmas Loea. (2023). *Laporan Tahunan Puskesmas Loea*.
- Masithah, S. (2019). Pengasuhan Dan Kualitas Status Gizi Balita. *Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak*, 8(1), 22–30.
- Notoadmodjo. (2019). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rinekcipta.
- Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara 2023. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara 2023*.
- Putri, R. (2019). *Pola Asuh Orang Tua Dan Dampaknya Pada Perkembangan Anak*. Alfabeta.
- Riskesdas 2018. (2018). *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Ri*.
- Suardi. (2016). Pendidikan Orang Tua Dan Dampaknya Pada Status Gizi Anak. *Jurnal Pendidikan Dan Gizi*, 2(1), 18–26.
- Unicef. (2020). *The State Of The World's Children: Nutrition*. Unicef.
- Who. (2018). *Global Nutrition Report: Childhood Stunting, Wasting, And Overweight*. Who.
- Yeni, Y. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Berdasarkan Bb/U Di Tk Pesisir Nusantara Kabupaten Bulukumba Tahun 2020. *Journal Of Midwifery And Nursing Studies*, 3(2), 1–8.