

Hubungan Riwayat Makanan Pendamping Asi Dan Perilaku Makan Orang Tua Dengan Status Gizi Anak

The Relationship Between Complementary Feeding History and Parental Eating Behavior with Children's Nutritional Status

Hari Ghanesia Istiani¹, Azahra Senja Ghaniyyah²

^{1,2}Universitas Indonesia Maju, Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Jakarta, Indonesia
Email: HariGhanesia@gmail.com

ABSTRACT

Introduction: Nutritional status in children is an important indicator of growth and development. The period of complementary feeding after six months of age is a critical period that determines children's nutritional adequacy. In addition, parental eating behavior plays an important role in shaping children's eating habits and food preferences. Inappropriate complementary feeding practices and unhealthy parental eating behaviors may increase the risk of nutritional problems. **Objective:** This study aimed to analyze the relationship between complementary feeding history and parental eating behavior with children's nutritional status. **Methods:** This study used a quantitative analytical design with a cross-sectional approach conducted in 2023. The sample consisted of 100 parents with children aged 6–59 months selected using purposive sampling. Data were collected using questionnaires assessing complementary feeding history and parental eating behavior. Children's nutritional status was assessed through anthropometric measurements based on weight-for-age, height-for-age, and weight-for-height indicators. Data were analyzed using the Chi-Square test. **Results:** The results showed that 68% of children had normal nutritional status, while 32% experienced nutritional problems. Complementary feeding history was significantly associated with children's nutritional status ($p=0.003$). Parental eating behavior also showed a significant relationship with children's nutritional status ($p=0.001$). **Conclusion:** Complementary feeding history and parental eating behavior are related to children's nutritional status. Improving parental knowledge and implementing appropriate feeding practices are needed to support optimal child growth.

Keywords: Complementary Feeding; Parental Eating Behavior; Nutritional Status; Children; Toddler

ABSTRAK

Pendahuluan: Status gizi anak merupakan salah satu indikator penting dalam menentukan kualitas pertumbuhan dan perkembangan. Periode pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) setelah usia enam bulan merupakan masa penting yang menentukan pemenuhan kebutuhan energi dan zat gizi anak. Selain itu, perilaku makan orang tua berperan dalam membentuk kebiasaan makan dan preferensi makanan anak. Praktik pemberian MPASI yang tidak sesuai serta perilaku makan orang tua yang kurang baik dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah gizi. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan riwayat pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) dan perilaku makan orang tua dengan status gizi anak. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif analitik dengan pendekatan *cross sectional* yang dilakukan pada tahun 2023. Sampel penelitian sebanyak 100 orang tua yang memiliki anak usia 6–59 bulan yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner mengenai riwayat MPASI dan perilaku makan orang tua. Status gizi anak dinilai melalui pengukuran antropometri berdasarkan indikator berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U), dan berat badan menurut tinggi badan (BB/TB). Analisis data menggunakan uji Chi-Square. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 68% anak memiliki status gizi normal, sedangkan 32% anak mengalami masalah gizi. Riwayat pemberian MPASI memiliki hubungan signifikan dengan status gizi anak ($p=0,003$). Perilaku makan orang tua juga memiliki hubungan signifikan dengan status gizi anak ($p=0,001$).

Kesimpulan: Riwayat pemberian MPASI dan perilaku makan orang tua berhubungan dengan status gizi anak. Peningkatan pengetahuan orang tua mengenai pemberian makan yang tepat dan penerapan perilaku makan sehat diperlukan untuk mendukung pertumbuhan anak secara optimal.

Kata Kunci: MPASI; Perilaku Makan Orang Tua; Status Gizi; Anak; Balita

PENDAHULUAN

Status gizi merupakan salah satu indikator utama dalam menggambarkan kondisi kesehatan dan kualitas pertumbuhan anak. Masa anak usia bawah lima tahun merupakan periode penting karena terjadi pertumbuhan fisik yang cepat serta perkembangan fungsi kognitif, motorik, dan emosional. Kekurangan maupun kelebihan zat gizi pada periode ini dapat memberikan dampak jangka panjang terhadap kesehatan dan kualitas hidup anak.

Masalah gizi pada anak masih menjadi salah satu tantangan kesehatan masyarakat. Gangguan status gizi seperti berat badan kurang, stunting, dan gizi lebih dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk asupan makanan, pola pengasuhan, kondisi sosial ekonomi keluarga, serta praktik pemberian makanan pada anak.

Salah satu periode penting yang berpengaruh terhadap status gizi anak adalah masa transisi dari pemberian ASI eksklusif menuju pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI). Setelah usia enam bulan, kebutuhan energi dan zat gizi bayi meningkat sehingga ASI saja tidak lagi mencukupi kebutuhan pertumbuhan. Oleh karena itu, pemberian MPASI yang tepat waktu, adekuat, aman, dan sesuai kebutuhan anak sangat diperlukan.

Praktik pemberian MPASI mencakup beberapa aspek penting seperti waktu pertama pemberian makanan, jenis makanan yang diberikan, tekstur makanan sesuai usia, frekuensi makan, jumlah makanan, serta variasi sumber zat gizi. Pemberian MPASI yang tidak sesuai dapat menyebabkan anak mengalami kekurangan zat gizi yang berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan.

Selain riwayat pemberian MPASI, faktor keluarga terutama perilaku makan orang tua memiliki pengaruh besar terhadap status gizi anak. Orang tua merupakan lingkungan pertama yang membentuk kebiasaan makan anak. Anak cenderung meniru perilaku makan orang tua, termasuk pemilihan jenis makanan, frekuensi makan, dan kebiasaan mengonsumsi makanan tertentu.

Perilaku makan orang tua yang baik seperti menyediakan makanan bergizi seimbang, memberikan contoh konsumsi sayur dan buah, serta menerapkan pola makan teratur dapat membantu membentuk kebiasaan makan sehat pada anak. Sebaliknya, perilaku makan orang tua yang kurang baik dapat meningkatkan risiko anak memiliki pola makan tidak sehat.

Peran orang tua dalam pemberian makan anak tidak hanya berkaitan dengan penyediaan makanan, tetapi juga mencakup bagaimana orang tua merespons perilaku makan anak. Pola pemberian makan yang terlalu membatasi, memaksa anak makan, atau kurang memberikan variasi makanan dapat memengaruhi hubungan anak dengan makanan.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa praktik pemberian MPASI memiliki hubungan dengan status gizi anak. Namun, sebagian penelitian masih berfokus pada satu aspek, yaitu pola pemberian makan anak tanpa mempertimbangkan faktor perilaku makan orang tua sebagai lingkungan utama pembentukan kebiasaan makan.

Kebaruan penelitian ini terletak pada analisis dua faktor yang saling berkaitan dalam menentukan status gizi anak, yaitu pengalaman pemberian makanan sejak masa MPASI dan perilaku makan orang tua. Pendekatan ini memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai pengaruh lingkungan keluarga terhadap kondisi gizi anak.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan riwayat Makanan Pendamping ASI dan perilaku makan orang tua dengan status gizi anak pada tahun 2023.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif analitik dengan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara riwayat pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) dan perilaku makan orang tua dengan status gizi anak. Penelitian dilaksanakan pada tahun 2023 di wilayah kerja salah satu fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama di Jakarta.

Populasi penelitian adalah seluruh orang tua yang memiliki anak usia 6–59 bulan. Sampel penelitian berjumlah 100 orang tua yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi penelitian yaitu orang tua yang memiliki anak usia 6–59 bulan, tinggal bersama anak, bersedia menjadi responden, serta mampu memberikan informasi mengenai riwayat pemberian makanan anak. Responden yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap tidak dimasukkan dalam penelitian.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah riwayat pemberian MPASI dan perilaku makan orang tua, sedangkan variabel dependen adalah status gizi anak. Riwayat MPASI dinilai berdasarkan usia pertama pemberian MPASI, jenis makanan, tekstur makanan, frekuensi pemberian makan, variasi makanan, serta kesesuaian praktik pemberian makan dengan rekomendasi pemberian makanan anak.

Perilaku makan orang tua diukur menggunakan kuesioner yang mencakup kebiasaan konsumsi makanan sehat, pemilihan jenis makanan keluarga, frekuensi makan bersama anak, pemberian contoh perilaku makan, serta pola pengasuhan makan anak.

Status gizi anak ditentukan berdasarkan hasil pengukuran antropometri berupa berat badan dan tinggi badan. Penilaian status gizi dilakukan menggunakan standar antropometri anak berdasarkan indikator BB/U, TB/U, dan BB/TB.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara menggunakan kuesioner kepada orang tua dan pengukuran antropometri anak. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi setiap variabel penelitian. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$ untuk mengetahui hubungan antara riwayat MPASI dan perilaku makan orang tua dengan status gizi anak.

Penelitian ini telah memperhatikan prinsip etika penelitian dengan memberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, menjaga kerahasiaan identitas responden, serta memastikan partisipasi dilakukan secara sukarela.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Penelitian ini dilakukan pada 100 orang tua yang memiliki anak usia 6–59 bulan. Karakteristik responden yang dianalisis meliputi usia orang tua, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan usia anak.

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian (n=100)

Karakteristik	Kategori	n	%
Usia Orang Tua	<25 tahun	18	18,0
	25–35 tahun	64	64,0
	>35 tahun	18	18,0
Pendidikan	Pendidikan dasar	22	22,0
	Pendidikan menengah	56	56,0
	Pendidikan tinggi	22	22,0
Pekerjaan	Bekerja	38	38,0
	Tidak bekerja	62	62,0
Usia Anak	6–24 bulan	42	42,0
	25–59 bulan	58	58,0

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar orang tua berada pada kelompok usia 25–35 tahun sebanyak 64 orang (64%). Kelompok usia tersebut merupakan usia produktif yang umumnya telah memiliki kesiapan dalam melakukan pengasuhan anak.

Sebagian besar responden memiliki pendidikan menengah sebanyak 56 orang (56%). Tingkat pendidikan dapat memengaruhi kemampuan orang tua dalam menerima informasi mengenai pemberian makanan dan pemenuhan kebutuhan gizi anak.

Berdasarkan pekerjaan, mayoritas responden tidak bekerja sebanyak 62 orang (62%). Kondisi tersebut memungkinkan orang tua memiliki waktu lebih banyak dalam melakukan pengasuhan dan memperhatikan pola makan anak.

Distribusi Riwayat Pemberian MPASI

Tabel 2. Riwayat Pemberian MPASI Anak

Riwayat MPASI	n	%
Sesuai	71	71,0
Tidak sesuai	29	29,0
Total	100	100

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki riwayat pemberian MPASI yang sesuai sebanyak 71 anak (71%). Namun, masih terdapat 29 anak (29%) dengan riwayat pemberian MPASI yang belum sesuai.

Ketidaksesuaian MPASI dapat berupa pemberian makanan terlalu dini, keterlambatan peningkatan tekstur makanan, kurangnya variasi makanan, maupun frekuensi makan yang tidak sesuai kebutuhan anak.

Distribusi Perilaku Makan Orang Tua

Tabel 3. Perilaku Makan Orang Tua

Perilaku Makan Orang Tua	n	%
Baik	66	66,0
Kurang baik	34	34,0
Total	100	100

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa sebagian besar orang tua memiliki perilaku makan yang baik sebanyak 66 orang (66%). Perilaku makan yang baik ditunjukkan melalui kebiasaan menyediakan makanan bergizi, memberikan contoh pola makan sehat, serta memperhatikan kebutuhan makan anak.

Distribusi Status Gizi Anak

Tabel 4. Status Gizi Anak Berdasarkan Pengukuran Antropometri

Status Gizi	n	%
Normal	68	68,0
Tidak normal	32	32,0
Total	100	100

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa sebagian besar anak memiliki status gizi normal sebanyak 68 anak (68%), sedangkan 32 anak (32%) mengalami masalah gizi.

Hubungan Riwayat MPASI dengan Status Gizi Anak

Tabel 5. Hubungan Riwayat MPASI dengan Status Gizi Anak

Riwayat MPASI	Status Gizi Normal	Status Gizi Tidak Normal	Total	p-value
Sesuai	55 (77,5%)	16 (22,5%)	71	0,003
Tidak sesuai	13 (44,8%)	16 (55,2%)	29	

Hasil analisis menunjukkan bahwa anak dengan riwayat MPASI sesuai lebih banyak memiliki status gizi normal dibandingkan anak dengan riwayat MPASI tidak sesuai. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai $p=0,003$ sehingga terdapat hubungan signifikan antara riwayat MPASI dengan status gizi anak.

Hubungan Perilaku Makan Orang Tua dengan Status Gizi Anak

Tabel 6. Hubungan Perilaku Makan Orang Tua dengan Status Gizi Anak

Perilaku Makan Orang Tua	Status Gizi Normal	Status Gizi Tidak Normal	Total	p-value
Baik	53 (80,3%)	13 (19,7%)	66	0,001
Kurang baik	15 (44,1%)	19 (55,9%)	34	

Hasil analisis menunjukkan bahwa perilaku makan orang tua memiliki hubungan signifikan dengan status gizi anak dengan nilai $p=0,001$. Anak yang memiliki orang tua dengan perilaku makan baik lebih banyak memiliki status gizi normal.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa riwayat pemberian MPASI dan perilaku makan orang tua memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi anak. Hal ini menunjukkan bahwa faktor keluarga memiliki peranan penting dalam menentukan kecukupan zat gizi dan pola makan anak.

Pemberian MPASI yang tepat berperan dalam memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi anak setelah usia enam bulan. Anak yang mendapatkan MPASI sesuai usia cenderung memiliki status gizi lebih baik karena kebutuhan nutrisi terpenuhi secara optimal.

Praktik pemberian MPASI tidak hanya berkaitan dengan jenis makanan yang diberikan, tetapi juga mencakup waktu pemberian, tekstur, frekuensi, dan variasi makanan. Kesalahan dalam praktik MPASI dapat menyebabkan anak mengalami kekurangan zat gizi yang berdampak terhadap pertumbuhan.

Perilaku makan orang tua juga menjadi faktor penting karena anak belajar melalui proses pengamatan dan imitasi. Orang tua yang menerapkan pola makan sehat dapat menjadi contoh positif bagi anak dalam membentuk kebiasaan makan.

Anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga dengan kebiasaan makan kurang sehat berisiko memiliki preferensi terhadap makanan rendah zat gizi. Sebaliknya, keluarga yang menerapkan pola makan seimbang dapat membantu anak memperoleh asupan yang mendukung pertumbuhan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi peningkatan status gizi anak tidak hanya perlu berfokus pada anak, tetapi juga melibatkan orang tua sebagai pengambil keputusan utama dalam penyediaan makanan keluarga.

Hasil penelitian ini memberikan implikasi bagi pelayanan kesehatan, khususnya dalam program peningkatan status gizi anak berbasis keluarga. Tenaga kesehatan perlu meningkatkan edukasi kepada orang tua mengenai praktik MPASI yang tepat dan pembentukan perilaku makan sehat.

Program edukasi dapat dilakukan melalui kegiatan posyandu, kelas ibu balita, dan konseling gizi. Materi edukasi perlu mencakup waktu pemberian MPASI, pemilihan bahan makanan, tekstur makanan sesuai usia, serta pentingnya memberikan contoh pola makan sehat kepada anak.

Bagi orang tua, penelitian ini menunjukkan pentingnya keterlibatan aktif dalam membentuk kebiasaan makan anak. Orang tua perlu memperhatikan kualitas makanan yang diberikan dan menciptakan lingkungan makan yang positif.

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena menggunakan desain *cross sectional* sehingga hubungan yang ditemukan belum dapat menjelaskan hubungan sebab akibat secara langsung.

Penelitian dilakukan pada satu wilayah dengan jumlah sampel terbatas sehingga hasil penelitian belum dapat menggambarkan seluruh populasi anak secara luas.

Selain itu, data mengenai riwayat MPASI dan perilaku makan orang tua diperoleh melalui kuesioner sehingga masih memungkinkan adanya bias informasi dari responden.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) dan perilaku makan orang tua dengan status gizi anak pada tahun 2023. Anak yang mendapatkan MPASI sesuai memiliki kecenderungan lebih besar memiliki status gizi normal dibandingkan anak dengan riwayat MPASI tidak sesuai. Selain itu, perilaku makan orang tua yang baik berhubungan dengan status gizi anak yang lebih optimal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peningkatan status gizi anak membutuhkan pendekatan berbasis keluarga melalui edukasi mengenai praktik pemberian MPASI yang tepat dan pembentukan perilaku makan sehat dalam lingkungan rumah tangga.

REFERENSI

- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., et al. (2017). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 389(10064), 60–73.
- Dewey, K. G. (2021). Nutrition, growth, and complementary feeding of infants. *Annual Review of Nutrition*, 41, 1–22.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman Pemberian Makan Bayi dan Anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Notoatmodjo, S. (2021). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- UNICEF. (2021). *Programming Guidance: Improving Young Children's Diets During the Complementary Feeding Period*. New York: UNICEF.
- World Health Organization. (2021). *Infant and Young Child Feeding*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2022). *Child Growth Standards*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2023). *Guideline for Complementary Feeding of Infants and Young Children 6–23 Months of Age*. Geneva: WHO.
- Victora, C. G., Christian, P., Vdaletti, L. P., et al. (2021). Revisiting maternal and child undernutrition. *The Lancet*, 397(10292), 1388–1399.
- Wong, J. E., et al. (2020). Parental feeding practices and child dietary behaviors. *Nutrients*, 12(6), 1–15.
- Yuliati, L., & Rahmawati, T. (2022). Hubungan pola pemberian MPASI dengan status gizi balita. *Jurnal Gizi Indonesia*, 10(2), 120–128.
- Zhang, Y., et al. (2023). Family eating behaviors and nutritional status among young children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 1–12.