KOLONI: Jurnal Multidisiplin Ilmu, 5 (4), Tahun 2026
e-ISSN: 2828-6863

Hubungan Antara Praktik Pemberian Makan dengan Status Gizi Balita di Wilayah Pesisir

Tiara Maharani Randabunga[1], Yulianty Sanggelorang[2], Fima L.F.G Langi[3]*
[1]Universitas Sam Ratulangi, Manado, Indonesia [2]
[,3]Universitas Sam Ratulangi, Manado, Indonesia
randabunga.tiara@gmail.com

Abstrak: Balita merupakan kelompok usia yang berada pada periode pertumbuhan dan perkembangan yang pesat sehingga pemenuhan kebutuhan gizi secara optimal sangat penting. Masalah gizi pada balita masih menjadi tantangan Kesehatan Masyarakat, termasuk di Kabupaten Minahasa Tenggara yang memiliki prevalensi stunting sebesar 21,9% dan wasting sebesar 8,1% berdasarkan SSGI 2024. Asupan makanan dan praktik pemberian makan merupakan faktor penting yang mempengaruhi status gizi balita, karena pemberian makan yang tidak sesuai dengan kebutuhan anak dapat meningkatkan resiko kekurangan maupun kelebihan gizi. Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional. Penelitian dilaksanakan pada tiga desa pesisir di Kecamatan Belang dengan jumlah sampel 55 balita yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Praktik pemberian makan diukur menggunakan Child Feeding Questionnaire (CFQ), sedangkan status gizi dinilai berdasarkan indeks Beart Badan menurut Umur (BB/U) dan Berat Badan menurut Panjang/Tinggi Badan (BB/PB atau BB/TB) berdasarkan standar WHO. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji korelasi Pearson (Pearson Correlation Test) setelah uji normalitas. Sebagian besar ibu menerapkan praktik pemberian makan yang tepat (83,6%). Prevalensi balita underweight (BB/ U) sebesar 21,8% (7,3% berat badan sangat kurang; 14,5% berat badan kurang) dan wasting (BB/TB) sebesar 16,4% (5,5% gizi buruk; 10,9% gizi kurang). Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan dengan kekuatan sedang antara praktik pemberian makan dengan status gizi BB/U (r = 0,396; p = 0,003). Demikian pula, terdapat hubungan positif yang signifikan dengan kekuatan lemah antara praktik pemberian makan dengan status gizi BB/TB (r = 0,294; p = 0,029). Terdapat hubungan yang signifikan antara praktik pemberian makan dengan status gizi balita baik berdasarkan indeks BB/U maupun BB/TB di wilayah pesisir. Edukasi dan konseling pemberian makan bayi dan anak (PMBA) berbasis pemanfaatan pangan lokal pesisir perlu diperkuat oleh Puskesmas setempat.

Kata kunci: Praktik Pemberian Makan; Status Gizi; BB/U; BB/TB

Abstract: *Toddlers are a population group undergoing rapid growth and development, making optimal nutritional intake essential. Nutritional problems among toddlers remain a public health challenge, including in Southeast Minahasa Regency, where the prevalence of stunting was 21.9% and wasting was 8.1% based on the 2024 Indonesian Nutritional Status Survey (SSGI). Food intake and feeding practices are important factors influencing the nutritional status of toddlers, as inappropriate feeding practices that do not meet children's nutritional needs may increase the risk of both undernutrition and overnutrition. This quantitative study employed an analytic observational design with a cross-sectional approach. The study was conducted in three coastal villages of Belang District involving 55 children aged 6–59 months selected using a total sampling technique. Feeding practices were assessed using the Child Feeding Questionnaire (CFQ), while nutritional status was determined using Weight-for-Age (WAZ) and Weight-for-Length/Height (WHZ) indices according to WHO standards. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses. Bivariate analysis was performed using the Pearson correlation test after confirming data normality through a normality test. Most mothers applied appropriate feeding practices (83.6%). The prevalence of underweight (WAZ) was 21.8% (7.3% severely underweight; 14.5% underweight) and wasting (WHZ) was 16.4% (5.5% severely wasted; 10.9% wasted). Pearson correlation test showed a significant positive relationship with moderate strength between feeding practices and WAZ nutritional status (r = 0.396; p = 0.003). Likewise, there was a significant positive relationship with weak strength between feeding practices and WHZ nutritional status (r = 0.294; p = 0.029). There is a significant relationship between feeding practices and toddler nutritional status based on both WAZ and WHZ indices in the coastal area of Belang District.*

Keywords: *Feeding Practices; Nutritional Status; Weight-for-Age; Weight-for-Height*

Pendahuluan

Balita merupakan kelompok usia yang berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan

yang sangat pesat atau dikenal sebagai *golden age*. Pada periode ini, kebutuhan zat gizi harus terpenuhi secara optimal karena kekurangan gizi dapat menghambat pertumbuhan fisik, perkembangan otak, serta meningkatkan risiko kesakitan dan kematian pada anak (Azhari dkk, 2024). Status gizi menjadi salah satu indikator penting untuk menilai kondisi kesehatan balita karena mencerminkan keseimbangan antara asupan zat gizi yang dikonsumsi dengan kebutuhan tubuh. Status gizi yang baik mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, sedangkan status gizi yang kurang dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, baik jangka pendek maupun jangka panjang (Khomsan dkk, 2023).

Masalah gizi pada balita masih menjadi salah satu tantangan kesehatan masyarakat karena mencakup berbagai bentuk malnutrisi, baik kekurangan maupun kelebihan gizi. Survei Status Gizi Indonesia 2024 menunjukkan prevalensi stunting nasional 19,8%, underweight sebesar 16,8%, wasting sebesar 6,2%, dan overweight sebesar 3,4% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Data SSGI (2024) di Sulawesi Utara prevalensi stunting sebesar 20,8%, underweight sebesar 15,1%, wasting sebesar 6,6%, overweight sebesar 3,9% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Data SSGI 2024 di Kabupaten Minahasa Tenggara prevalensi stunting tecatat sebesar 21,9%, underweight sebesar 16,2%, wasting sebesar 8,1%, dan overweight sebesar 2,8% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Prevalensi stunting dan wasting di Kabupaten Minahasa Tenggara lebih tinggi dibandingkan angka nasional maupun Provinsi Sulawesi Utara. Selain itu, prevalensi underweight di Kabupaten Minahasa Tenggara juga lebih tinggi dibandingkan angka Provinsi Sulawesi Utara. Kondisi ini menunjukkan bahwa masalah kekurangan gizi, khususnya stunting dan wasting, masih menjadi permasalahan penting yang perlu mendapatkan perhatian dalam upaya peningkatan status gizi balita di Kabupaten Minahasa Tenggara.

Salah satu faktor langsung yang memengaruhi status gizi balita adalah asupan makanan. Asupan zat gizi yang tidak adekuat, baik dari segi kualitas maupun kuantitas, dapat menyebabkan ketidakseimbangan antara kebutuhan dan konsumsi zat gizi sehingga meningkatkan risiko terjadinya masalah gizi. Kualitas makanan berkaitan dengan keberagaman jenis makanan yang dikonsumsi, sedangkan kuantitas makanan berkaitan dengan jumlah dan frekuensi pemberian makan sesuai kebutuhan balita (Supardi dkk, 2023).

Praktik pemberian makan merupakan perilaku orang tua atau pengasuh dalam memberikan makanan kepada balita yang meliputi pemilihan jenis makanan, jumlah makanan, frekuensi pemberian makan, serta cara pemberian makan sesuai usia dan kebutuhan anak. Praktik pemberian makan yang tepat dapat memenuhi kebutuhan energi, protein, vitamin, dan mineral sehingga mendukung pertumbuhan serta perkembangan balita. Sebaliknya, praktik pemberian makan yang tidak tepat dapat menyebabkan kekurangan zat gizi, meningkatkan risiko penyakit, dan berdampak pada terjadinya masalah gizi. Selain itu, pemberian makanan

yang berlebihan juga dapat meningkatkan risiko kelebihan berat badan dan obesitas (Simbolon, 2021).

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain observasional analitik menggunakan pendekatan potong lintang (cross-sectional study). Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret hingga April 2026 di wilayah kerja Puskesmas Belang, Kabupaten Minahasa Tenggara, Sulawesi Utara, terfokus pada tiga desa pesisir yaitu Desa Buku Tenggara, Borgo, dan Ponosakan Belang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh balita usia 6–59 bulan di tiga desa pesisir tersebut yang berjumlah 170 balita. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik total sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi meliputi balita usia 6–59 bulan, berdomisili tetap, anak pertama, dan orang tua bersedia menandatangani informed consent. Kriteria eksklusi yaitu balita dengan kecacatan fisik yang mengganggu pengukuran antropometri. Dari seleksi kriteria diperoleh sampel akhir sebanyak 55 balita. Variabel independen adalah praktik pemberian makan yang diukur menggunakan kuesioner terstruktur Child Feeding Questionnaire (CFQ) yang mencakup 15 item pernyataan tentang jenis, porsi, dan jadwal makan dengan skala Likert (skor 1–4). Variabel dependen adalah status gizi balita yang diukur melalui parameter antropometri berat badan (menggunakan baby scale atau timbangan digital Seca ketelitian 0,1 kg) serta panjang/tinggi badan (menggunakan infantometer atau microtoise ketelitian 0,1 cm). Hasil pengukuran dikonversi menjadi Z-score berdasarkan Standar Antropometri Anak Permenkes RI No. 2 Tahun 2020. Pengolahan data meliputi tahap editing, coding, entry, dan tabulating menggunakan SPSS. Analisis data univariat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase. Sebelum analisis bivariat, dilakukan uji asumsi parametrik berupa uji normalitas (Shapiro-Wilk). Hasil uji menunjukkan data berdistribusi normal dan memiliki hubungan linear, sehingga analisis bivariat menggunakan Uji Korelasi Pearson (Pearson Correlation Test) untuk menentukan nilai p-value ($p < 0,05$ dinyatakan signifikan) serta nilai koefisien korelasi (r) untuk menentukan kekuatan dan arah hubungan.

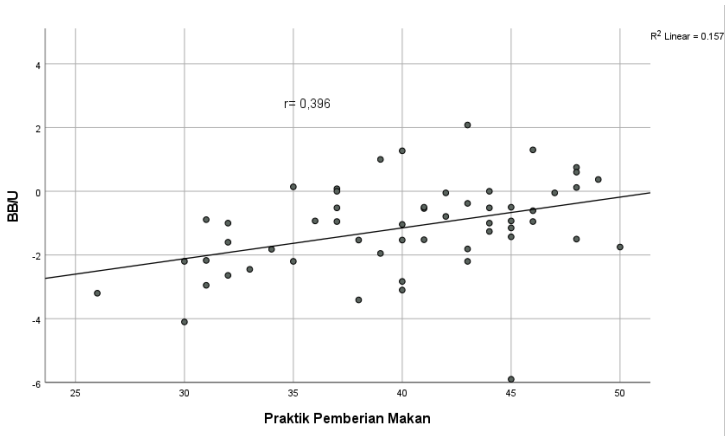
Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden (N=55)

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia Ibu (tahun)		
18-25	35	63,6
26-35	16	29,1
36-44	4	7,3
Pendidikan Ibu		

Tamat SD/Sederajat	4	7,3
Tamat SMP/Sederajat	16	29,1
Tamat SMA/Sederajat	31	56,4
Tamat Perguruan Tinggi	4	7,3
Pekerjaan Ibu		
Ibu Rumah Tangga	52	94,5
ASN	2	3,6
Lainnya	1	1,8
Jenis Kelamin Balita		
Laki-laki	32	58,2
Perempuan	23	41,8
Praktik Pemberian Makan		
Tidak Sesuai	9	16,4
Sesuai	46	83,6

Berdasarkan hasil pengumpulan data dari 55 responden, mayoritas ibu berusia 18–25 tahun yaitu sebanyak 35 orang (63,6%). Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar ibu memiliki pendidikan terakhir SMA/sederajat sebanyak 31 orang (56,4%). Berdasarkan pekerjaan, hampir seluruh ibu merupakan ibu rumah tangga yaitu sebanyak 52 orang (94,5%). Karakteristik balita menunjukkan bahwa sebagian besar berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 32 orang (58,2%), sedangkan perempuan sebanyak 23 orang (41,8%). Berdasarkan praktik pemberian makan, mayoritas ibu telah menerapkan praktik pemberian makan yang sesuai yaitu sebanyak 46 orang (83,6%), sedangkan 9 orang (16,4%) masih menerapkan praktik pemberian makan yang tidak sesuai.



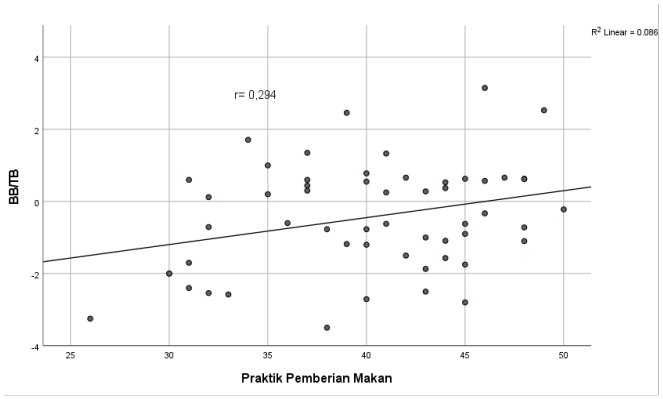
Gambar 1. *Scatter Plot* Praktik Pemberian Makan dengan Status Gizi BB/U

Tabel 2. Hasil Uji *Pearson Correlation* Praktik Pemberian Makan dengan Status Gizi BB/U

Variabel Bivariat	*p-value*	Koefisien Korelasi (r)	Kekuatan Hubungan	Arah Hubungan

Praktik Pemberian Makan-Status Gizi (BB/U)	0,003	0,396	Sedang	Positif

Tabel 2. menunjukkan bahwa uji *Pearson Correlation* menghasilkan p-value = 0,003 (p < 0,05) dan nilai koefisien korelasi r = 0,396. Hal ini membuktikan bahwa terdapat hubungan signifikan yang berarah positif dengan kekuatan hubungan sedang antara praktik pemberian makan dengan status gizi balita berdasarkan indeks BB/U.



Gambar 2. *Scatter Plot* Praktik Pemberian Makan dengan Status Gizi BB/TB

Tabel 3. *Scatter Plot* Praktik Pemberian Makan dengan Status Gizi BB/TB

Variabel Bivariat	p-value	Koefisien Korelasi (r)	Kekuatan Hubungan	Arah Hubungan
Praktik Pemberian Makan-Status Gizi (BB/U)	0,029	0,294	Lemah	Positif

Tabel 3. menunjukkan bahwa uji Pearson Correlation menghasilkan p-value = 0,029 (p < 0,05) dan koefisien korelasi r = 0,294. Hal ini mengindikasikan terdapat hubungan signifikan yang berarah positif dengan kekuatan hubungan lemah antara praktik pemberian makan dengan status gizi balita berdasarkan indeks BB/ TB.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas ibu berusia 18–25 tahun (63,6%), berpendidikan SMA/ sederajat (56,4%), dan berstatus sebagai ibu rumah tangga (94,5%). Usia ibu yang didominasi oleh kelompok muda menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada masa awal pengalaman pengasuhan anak. Menurut Utami dan Azizah (2023), orang tua yang berusia muda sering kali memiliki keterbatasan dalam pengalaman perawatan balita, sehingga cenderung mengadopsi pola pengasuhan tradisional atau membutuhkan pendampingan informasi gizi yang lebih intensif dari tenaga kesehatan. Tingkat pendidikan ibu yang sebagian

besar merupakan lulusan SMA/sederajat menggambarkan kapasitas penerimaan informasi kesehatan yang cukup baik. Selain itu, tingginya proporsi ibu yang tidak bekerja di luar rumah (IRT) memberikan keuntungan dari segi alokasi waktu pengasuhan. Ibu rumah tangga memiliki kesempatan lebih besar untuk menyiapkan makanan secara langsung, mengawasi jadwal makan, serta mendampingi anak saat proses makan berlangsung (Simbolon, 2021). Hal ini tecermin dari tingginya proporsi ibu yang telah menerapkan praktik pemberian makan yang sesuai (83,6%).

Hasil penelitian membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan berarah positif antara praktik pemberian makan dengan status gizi balita berdasarkan indeks BB/U ($r = 0,396$; $p = 0,003$). Indeks BB/U merupakan indikator antropometri yang sensitif terhadap gambaran gizi secara umum serta perubahan berat badan anak dalam jangka pendek hingga menengah (Paramita dkk, 2024). Berat badan balita sangat dipengaruhi oleh kecukupan asupan energi, protein, dan zat gizi harian yang diberikan melalui praktik pemberian makan oleh ibu. Ibu yang menerapkan praktik pemberian makan yang tepat mencakup pemilihan variasi jenis makanan, porsi yang sesuai dengan tahapan usia, serta jadwal makan yang teratur akan mampu memenuhi kebutuhan gizi tumbuh kembang balita secara optimal. Temuan ini sejalan dengan penelitian Datu, Punuh, dan Musa (2026) serta Pangesti dan Prabawati (2024) yang melaporkan adanya hubungan yang signifikan antara pola pemberian makan dengan status gizi balita berdasarkan BB/U. Hal ini menegaskan bahwa pemenuhan asupan nutrisi yang tepat dan konsisten merupakan determinant utama dalam mempertahankan berat badan anak agar sesuai dengan usianya. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,396 yang berada pada kategori sedang mengindikasikan bahwa meskipun praktik pemberian makan memegang peranan penting, status gizi BB/U juga dipengaruhi oleh faktor-faktor determinan lainnya. Sesuai dengan kerangka konseptual UNICEF (2024), status gizi anak ditentukan oleh interaksi antara asupan makanan dan riwayat penyakit infeksi sebagai faktor langsung, serta ketahanan pangan rumah tangga, sanitasi lingkungan, dan akses layanan kesehatan sebagai faktor tidak langsung.

Hasil uji Pearson pada indeks BB/TB menghasilkan p-value 0,029 dengan nilai $r = 0,294$, yang menunjukkan adanya hubungan positif yang bermakna secara statistik meskipun dengan kekuatan hubungan yang lemah. Indeks BB/TB menggambarkan status gizi akut (wasting/kurus) yang mencerminkan proporsi massa tubuh terhadap tinggi badan anak saat ini. Praktik pemberian makan yang berkualitas memastikan pemenuhan kecukupan energi dan protein harian balita yang mencegah terjadinya pemecahan massa otot dan penurunan berat badan secara drastis (Paisa dkk, 2025). Hasil ini konsisten dengan temuan Koleangan dkk (2025) yang mengonfirmasi bahwa ketidaksesuaian jenis, porsi, dan frekuensi MP-ASI berisiko tinggi menyebabkan ketidakseimbangan nutrisi akut yang memicu wasting. Kekuatan hubungan yang relatif lemah ($r = 0,294$) menjelaskan bahwa status gizi akut (BB/TB) sangat rentan berfluktuasi

akibat faktor eksternal mendadak, terutama kejadian penyakit infeksi akut (seperti diare dan ISPA) serta kebersihan sanitasi lingkungan pesisir (Intiyati dkk, 2024). Ketersediaan ikan laut di wilayah pesisir Belang memberikan potensi pemenuhan protein hewani yang tinggi, namun efektivitasnya sangat tergantung pada cara pengolahan, higiene sanitasi, serta keragaman asupan pangan pendamping lainnya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar ibu di wilayah pesisir menerapkan praktik pemberian makan yang sesuai pada balita (83,6%). Sebagian besar balita memiliki status gizi normal berdasarkan indeks BB/U (72,7%) dan BB/TB (72,7%), namun angka balita underweight (21,8%) dan wasting (16,4%) masih perlu diwaspadai. Terdapat hubungan positif yang signifikan dengan kekuatan sedang antara praktik pemberian makan dengan status gizi balita berdasarkan indeks BB/U ($r = 0,396$; $p = 0,003$). Terdapat hubungan positif yang signifikan dengan kekuatan lemah antara praktik pemberian makan dengan status gizi balita berdasarkan indeks BB/TB ($r = 0,294$; $p = 0,029$).

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penelitian ini dapat diselesaikan. Ucapan terima kasih disampaikan kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi, khususnya para dosen pembimbing dan penguji, atas arahan dan dukungan selama proses penelitian. Terima kasih juga disampaikan kepada kedua orang tua dan keluarga atas doa, dukungan, serta motivasi yang diberikan. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh responden, khususnya para ibu dan balita di wilayah pesisir Kecamatan Belang, Desa Buku Tenggara, Borgo, dan Ponosakan Belang, yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

Referensi

Azhari, A.S., Fitriani, L., Ratnawati, L., Hestiyana, N., Nudesti, N.P., Siswati dan Yuniarti (2024) Buku Ajar Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi, Balita dan Anak Pra-Sekolah. Jakarta: Penerbit Nuansa Fajar Cemerlang.

Datu, D, Punuh, M dan Musa, E 2026, 'Hubungan Antara Pola Pemberian Makan dengan Status Gizi Balita', Holistik Jurnal Kesehatan, vol. 19, no. 12, hh. 3930-3937.

Intiyati, A., Putri, R.D.Y., Edi, I.S., Taufiqurrahman, Soesanti, Pengge, N.M. dan Shofiya, D. (2024) 'ACCESS Hubungan ASI Eksklusif, Makanan Pendamping ASI , Penyakit Infeksi dengan Kejadian Wasting pada Balita : Cross-Sectional Study', vol. 8, no.2, hh. 1–8.

Kementerian Kesehatan RI (2024) Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 Dalam Angka. 1st edn. Jakarta.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024) Petunjuk Teknis Pemantauan Praktik MP-ASI Anak Usia 6–23 Bulan. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Khomsan, A., Riyadi, H., Firdaus, D., Ashari, C. R. (2023) Konsumsi Pangan & Status Gizi Balita,

Penerbit IPB Press.
Paisa, F.M., Punuh, M.I. and Kapantouw, N.H., 2026. Hubungan antara pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan kejadian wasting pada balita. Holistik Jurnal Kesehatan, 19(12), pp.3950–3957.
Pangesti, G.Z.L., Prabawati, S. (2024) 'Hubungan Praktik Pemberian Makanan Dengan Kejadian Gizi Kurang Anak Balita di Desa Loano Kecamatan Loano Kabupaten Purworejo', INHEALTH: Indonesian Health Journal, 3(2), hh. 153–162.
Paramita, I. S., Atasasih, H., Rahayu, D. (2024) Penilaian status gizi antropometri pada balita. Salnesia.
Payuk, A.T., Sanggelorang, Y., Punuh, M.I (2025) 'Hubungan antara pola asuh dengan status gizi pada balita', 19(6), pp. 1553–1562.
Piarni, N.J., Aini, N. and Nasution, R.S. (2025) 'Faktor yang memengaruhi status gizi pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Perawatan Pining Kecamatan Pining Kabupaten Gayo Lues Kota Aceh', Jurnal Kesehatan Amanah, 9(2), hh. 342–353.
Simbolon, D. (2021) Monograf Faktor Risiko Praktek Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) di Indonesia. Jawa Tengah: PT.Nasya Expanding Management.
Suryana, Kusumawati, I., Pujiani, Widodo, D., Irma Pasaribu, R.D., Argaheni, N.B., Rasmaniar, Fajriana, H., Ramadhini, D., Tarigan, S.N.R., Arliangga, E. dan Kristianto, Y. (2022) Kesehatan Gizi Anak Usia Dini. Medan: Yayasan Kita Menulis.
Supardi, N., Sinaga, T.R., Hasanah, F.L.N., Fajriana, H., Puspareni, P.L.D., Atjo, N.M., Maghfiroh, K., Humaira, W. (2023) Buku Gizi pada Bayi dan Balita.
UNICEF and Ministry of Health (2023) Towards a future in Indonesia without child undernutrition: Managing child wasting and reducing the prevalence of child stunting. Jakarta: UNICEF Indonesia
Utami, D.C., Azizah, A.N., 2023. Hubungan status gizi dengan perkembangan balita usia 1–5 tahun di wilayah kerja Puskesmas Kutasari. Avicenna: Journal of Health Research, 6(1), pp.28–35.
Wisnuwardani, R.W., Noviasty, R., Afiah, N. (2022) Buku Ajar Gizi Kesehatan Masyarakat. Yogyakarta: Penerbit Deepublish.