

**ASUPAN ZAT GIZI DAN POLA ASUH DENGAN
STATUS GIZI PADA BALITA PENDERITA ISPA
DI PUSKESMAS BONTOHARU SELAYAR**

*Nutrient Intake and Parenting Patterns with Nutritional Status in Toddlers
Suffering from ARI at the Bontoharu Health Center, Selayar*

Tiara Ayu Lestari¹, Abdullah Tamrin², Lydia fanny³
Prodi Gizi dan Dietetika Poltekkes Makassar
Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Makassar

tiaraayulestarigizi@poltekkes-mks.ac.id

HP : 085859535952

ABSTRACT

Respiratory tract infection remains one of the infectious diseases that frequently affects toddlers. During toddlerhood, a child's immune system is not yet fully developed, making them vulnerable to various illnesses, including ARI (Acute Respiratory Infection). When the immune system is weakened, children are at risk of developing ARI. Nutritional status is an important factor for parents to monitor, as children at this age are more susceptible to disease and may have suboptimal nutrition. This research seeks to analyze how nutrient consumption and parenting styles are associated with the nutritional condition of toddlers with ARI at Bontoharu Health Center, Selayar.

This research employed a cross-sectional approach involving 80 participants chosen through purposive sampling. Information on dietary intake was obtained using a 24-hour food recall method, parenting practices were evaluated through a structured questionnaire, while nutritional status was assessed by measuring body weight and height. The data collected were then analyzed using the Chi-Square test with the aid of SPSS software.

The study results indicate that the intakes of energy, protein, fat, and carbohydrates were generally low, and parenting patterns were inadequate, contributing to poor nutritional status among the toddlers. Statistical analysis showed a significant relationship between energy and protein intake and nutritional status, whereas fat and carbohydrate intakes were not significantly associated with nutritional status. Additionally, parenting patterns were found to have a significant impact on the children's nutritional status.

This study is recommended as a source of knowledge for the prevention and management of ARI in toddlers, as well as a reference for health programs. It is hoped that it will raise awareness of the importance of meeting balanced nutritional needs through the appropriate selection of food types, quantities, and portions.

Keywords: Nutrient Intake, Nutritional Status

RINGKASAN

Infeksi saluran pernapasan menjadi salah satu penyakit menular yang kerap dialami oleh balita. Pada masa balita, sistem kekebalan tubuh anak belum optimal sehingga anak lebih mudah terserang berbagai penyakit, termasuk ISPA. Ketika daya tahan tubuh menurun, risiko anak terkena ISPA meningkat. Kondisi gizi anak menjadi faktor yang krusial bagi orang tua untuk diperhatikan, karena balita cenderung lebih rentan terhadap infeksi serta masalah gizi. Oleh karena itu, penelitian ini ditujukan untuk mengetahui hubungan antara pola konsumsi nutrisi dan pola asuh dengan status gizi balita penderita ISPA di wilayah kerja Puskesmas Bontoharu, Selayar.

Penelitian ini bertujuan agar menganalisis hubungan antara pola makan dan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Benteng, Kabupaten Kepulauan Selayar.

Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional yang melibatkan 80 responden yang dipilih melalui teknik purposive sampling berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan. Pengumpulan data mengenai Pengukuran asupan makanan dilakukan menggunakan metode *24-hour Food Recall* untuk memperoleh gambaran konsumsi gizi harian balita. Sementara itu, aspek pola asuh orang tua diukur melalui pengisian kuesioner terstruktur, dan status gizi balita ditentukan melalui Parameter antropometri yang digunakan yaitu pengukuran berat badan dan tinggi badan atau panjang badan. Seluruh data yang terkumpul kemudian dianalisis secara statistik. Pengolahan data penelitian ini menggunakan uji Chi-Square yang dijalankan melalui aplikasi SPSS, sehingga diperoleh hasil dapat memberikan gambaran yang lebih akurat dan terukur mengenai hubungan antarvariabel yang diteliti.

Temuan penelitian ini mengindikasikan bahwa mayoritas balita memiliki tingkat asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat yang rendah serta pola asuh orang tua yang kurang optimal, sehingga berdampak pada status gizi yang tidak baik. Uji statistik membuktikan adanya hubungan signifikan antara asupan energi, protein, dan pola asuh dengan status gizi, sedangkan asupan lemak dan karbohidrat tidak berhubungan signifikan.

Penelitian ini disarankan sebagai sumber pengetahuan dalam pencegahan dan penanganan ISPA pada balita, serta dapat dijadikan acuan dalam program kesehatan. Selain itu, diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan Kesadaran orang tua terhadap urgensi gizi seimbang dicerminkan melalui pemilihan jenis, jumlah, dan porsi makanan yang tepat.

Kata Kunci : Asupan Zat Gizi, Status Gizi

PENDAHULUAN

Asupan makanan memiliki peran penting dalam menentukan status gizi anak. Faktor-faktor yang memengaruhi asupan tersebut antara lain pola makan, pola asuh, kondisi sosial ekonomi, tingkat pendidikan orang tua, riwayat penyakit

menular, hingga pengetahuan gizi ibu. Dengan demikian, status gizi anak bisa dipengaruhi oleh faktor langsung maupun tidak langsung. Faktor langsung yang berkaitan dengan status gizi meliputi asupan makanan dan asupan energi, keduanya memiliki peran penting dalam menentukan kondisi gizi anak.. (P. P. Sari Shabariah & Pradini, 2021).

Pola asuh yang diterapkan oleh orang tua menjadi bentuk pelajaran pertama untuk seorang anak, sebab sejak lahir anak mulai mengenal dunia melalui lingkungan keluarga sebagai tempat ia tumbuh dan berkembang. Santosa dkk. (2018) menjelaskan bahwa pola asuh adalah cara atau perilaku yang digunakan orang tua dalam mengasuh, merawat, melindungi, sekaligus mendidik anak-anak mereka agar dapat berkembang secara optimal.(Sukanto & Fauziah, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Sari F. P. (2023) mengungkapkan bahwa sebanyak 22,3% anak mengalami status gizi yang tidak normal, sementara 10,2% orang tua menerapkan pola asuh yang tergolong kurang baik. Selain itu, hasil penelitian juga menyatakan adanya hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan status gizi anak di wilayah kerja Puskesmas Palompong.

Infeksi saluran pernapasan Masih tergolong penyakit infeksi yang menjadi tantangan dalam bidang kesehatan pada balita, yang dapat menyerang baik Meliputi saluran pernapasan atas hingga saluran pernapasan bawah. Pada masa ini, Belum matangnya sistem kekebalan tubuh pada anak menyebabkan kerentanan yang lebih tinggi terhadap penyakit, termasuk ISPA. Penurunan daya tahan tubuh meningkatkan risiko anak terserang ISPA. Oleh karena itu, status gizi anak menjadi hal penting yang perlu diperhatikan oleh orang tua, karena balita lebih rentan terhadap penyakit dan kemungkinan memiliki status gizi yang kurang optimal. Umumnya, status gizi ditetapkan berdasarkan pengukuran berat badan dibandingkan dengan panjang badan (BB/PB) atau tinggi badan (BB/TB). (IDAI, 2011).

Penyakit infeksi dapat menurunkan nafsu makan balita dan membatasi asupan makanan. Kondisi ini membuat metabolisme tubuh meningkat sehingga anak cenderung mengalami penurunan berat badan. Jika berlanjut, hal tersebut

dapat menurunkan status gizi dan berisiko menimbulkan gangguan gizi.(Ima, 2024).

Data WHO tahun 2020 menunjukkan bahwa ISPA menjadi salah satu penyebab tertinggi kesakitan dan kematian akibat penyakit menular, terutama di negara-negara berkembang. Secara keseluruhan, ISPA diperkirakan menyebabkan 4,25 juta kematian pertahun di seluruh dunia. Perkiraan WHO tahun 2020 terdapat 1.988 kasus ISPA pada balita usia 1–5 tahun dengan persentase 42,91% (WHO, 2020). Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021 mencatat bahwa target nasional dalam penemuan kasus ISPA, terutama pneumonia, ditetapkan sebesar 65%. Akan tetapi, insidensi pneumonia pada balita di Indonesia masih belum memenuhi target tersebut. Pada tahun 2020, hasil survei menunjukkan kasus ISPA, khususnya pneumonia, sebesar 34,8%, dan menurun menjadi 31,4% pada tahun 2021, atau berkurang 3,4%. Kendati menurun, angka tersebut masih jauh di bawah target nasional (Juniantari dkk., 2020). Secara spesifik, target nasional untuk penemuan kasus ISPA, terutama pneumonia, adalah sebesar 10% dari jumlah penduduk pada kelompok usia balita. (Gobel dkk., 2021).

Prevalensi ISPA di Sulawesi Selatan khususnya Kota Makassar masih tergolong tinggi. Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Kota Makassar yang menjadi acuan Dinas Pengendalian Penyakit dan Penyehatan Lingkungan (P2PL), ISPA dinyatakan menjadi penyakit terbanyak diantara sembilan penyakit lainnya yang ada di Kota Makassar. Pada tahun 2018, prevalensi ISPA pada anak balita mencapai 8,72% di Sulawesi Selatan dan 6,69% di Kota Makassar. ISPA tertinggi terjadi pada kelompok umur 36-47 bulan sebesar 10,37% (Kemenkes, 2018).

METODE

Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional dengan desain studi cross-sectional. Penelitian ini dilakukan guna mengetahui hubungan antara pola asuh dan asupan gizi dengan status gizi pada anak. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Bontoharu, Selayar, dari Februari 2024 hingga Maret 2025.

Jumlah dan Cara Pengumpulan Data

Jumlah populasi yang terdapat dalam penelitian ini mencakup seluruh balita yang tercatat sebagai penderita ISPA di wilayah kerja Puskesmas Bontoharu, Selayar, dengan total sebanyak 80 balita. Sampel penelitian dipilih menggunakan metode purposive sampling.

Data utama yang dikumpulkan dalam penelitian ini merupakan data primer. Asupan zat gizi dinilai berdasarkan kuesioner Food Recall 24 jam, sedangkan data pola asuh diperoleh melalui wawancara dengan kuesioner yang diisi oleh ibu balita. Penilaian status gizi anak dilakukan menggunakan metode antropometri dengan parameter berat badan serta tinggi badan, dan panjang badan balita.

Pengolahan, Analisis, dan Penyajian Data

Data dalam penelitian ini dianalisis melalui beberapa langkah pengolahan. Pertama, data identitas sampel yang telah dikumpulkan dikelompokkan berdasarkan nama, jenis kelamin, dan umur. Data asupan yang diperoleh dari formulir Food Recall 24 jam dan data pola asuh melalui kuesioner kemudian diinput ke dalam SPSS. Selanjutnya, data status gizi diolah dan diinput menggunakan perangkat WHO Anthro. Penentuan kategori status gizi dilakukan menggunakan kriteria objektif, yaitu berdasarkan nilai Z-Score berat badan terhadap tinggi badan (BB/TB) atau berat badan terhadap panjang badan (BB/PB).

Pengujian hubungan antara variabel independen dan dependen dilakukan dengan metode Chi-Square pada level signifikansi $\alpha < 0,05$. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan dijelaskan secara naratif.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian, distribusi sampel menurut usia menunjukkan bahwa 58 balita (72,5%) berada pada rentang usia 1–3 tahun, sedangkan 22 balita (27,5%) berada pada rentang usia 4–6 tahun. Distribusi sampel berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa 38 balita (47,5%) adalah laki-laki, sedangkan 42 balita (52,5%) adalah perempuan.

Analisis Univariat berupa distribusi frekuensi berdasarkan asupan energi kurang sebanyak 21 sampel (26,3%), asupan energi baik sebanyak 55 sampel (68,7%), dan asupan energi lebih 4 sampel (5,0%). Distribusi frekuensi berdasarkan asupan protein kebanyakan lebih yaitu 41 orang (51,3%), asupan protein baik yaitu

24 orang (30,0%) dan asupan protein kurang yaitu 15 orang (18,7%). Distribusi frekuensi berdasarkan asupan karbohidrat kurang lebih banyak yaitu 8 orang (10,0%) dibandingkan subjek dengan asupan karbohidrat baik yaitu 66 orang (82,5%) dan 6 orang (7,5%) asupan karbohidrat yang lebih. Distribusi frekuensi berdasarkan asupan lemak kurang lebih banyak yaitu 9 orang (11,3%) dibandingkan subjek dengan asupan lemak baik yaitu 53 orang (66,2%), sedangkan subjek dengan asupan lebih yaitu 18 orang (22,5%). Distribusi frekuensi berdasarkan pola asuh menunjukkan Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar ibu memiliki pola asuh yang baik dalam mengasuh anak, yaitu 50 orang (62,5%). Sebanyak 19 orang (23,7%) memiliki pola asuh yang cukup, sedangkan 11 orang (13,7%) termasuk dalam kategori pola asuh kurang. Distribusi frekuensi berdasarkan status gizi menunjukkan bahwa 5 anak (6,2%) memiliki status gizi kurang, 68 anak (85,0%) menyandang status gizi baik, dan 7 anak (8,8%) berada dalam kategori berisiko gizi lebih. Pada analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square, diperoleh hasil sebagai berikut: asupan energi menunjukkan $p = 0,002 (< 0,05)$, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara asupan energi dan status gizi pada balita penderita ISPA. Asupan protein menunjukkan $p = 0,007 (< 0,05)$, yang juga menunjukkan adanya hubungan signifikan antara asupan protein dan status gizi. Sebaliknya, asupan karbohidrat dan asupan lemak menunjukkan $p = 1,00 (> 0,05)$, Temuan ini mengindikasikan bahwa tidak terdapat keterkaitan yang signifikan antara asupan karbohidrat maupun lemak dengan status gizi pada balita penderita ISPA.

PEMBAHASAN

Hubungan Asupan Zat Gizi Dengan Status Gizi Pada Balita Penderita ISPA Di Puskesmas Bontoharu Selayar

Asupan Energi

Penelitian ini mengindikasikan bahwa 26,3% anak menunjukkan asupan energi yang tergolong kurang, sedangkan 5,0% termasuk dalam kategori lebih. Anak-anak yang memperoleh asupan energi sesuai dengan kebutuhan atau melebihi kebutuhan cenderung memiliki status gizi yang baik atau berisiko mengalami gizi lebih. Hal ini menunjukkan bahwa kecukupan energi merupakan komponen penting dalam menentukan status gizi balita.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Pradini & Shabariah (2021) yang menunjukkan bahwa asupan energi merupakan salah satu faktor langsung yang memengaruhi status gizi anak. Kekurangan asupan energi akan menyebabkan tubuh memecah cadangan energi dan jaringan tubuh, yang berdampak pada penurunan berat badan dan menurunnya imunitas, sehingga anak menjadi lebih rentan terhadap infeksi, termasuk ISPA.

Asupan Protein

Penelitian ini memperlihatkan bahwa 18,7% anak menunjukkan asupan protein yang tergolong kurang, sedangkan 51,3% termasuk dalam kategori lebih. Balita yang memperoleh asupan protein sesuai atau melebihi kebutuhan cenderung memiliki status gizi yang lebih baik. Protein berperan sebagai zat pembangun dan sangat dibutuhkan dalam proses pertumbuhan serta perbaikan sel tubuh, termasuk pemulihan setelah mengalami infeksi.

Sejalan dengan penelitian Wahyuni (2019), yang mengungkapkan bahwa kecukupan asupan protein memiliki pengaruh signifikan terhadap status gizi balita. Anak-anak yang mengonsumsi protein dalam jumlah cukup memiliki peluang yang besar untuk memperoleh status gizi normal dibandingkan anak-anak dengan asupan protein yang kurang.

Asupan Lemak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 11,3% anak memiliki asupan lemak yang tergolong kurang, sedangkan 22,5% termasuk dalam kategori lebih. Meskipun lemak merupakan sumber energi penting dan berperan dalam penyerapan vitamin larut lemak (A, D, E, dan K), konsumsi lemak secara berlebihan, terutama lemak jenuh, berisiko meningkatkan masalah gizi lebih pada anak.

Hasil ini didukung oleh penelitian Damara Utami dkk. (2020) yang mengatakan bahwa kelebihan asupan energi dari lemak justru dapat memicu obesitas dan bukan perbaikan status gizi fungsional terutama jika tidak disertai keseimbangan zat gizi lainnya.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Damayanti dkk. (2018), yang menyatakan bahwa lemak berperan sebagai sumber energi cadangan, namun kontribusinya terhadap status gizi lebih terlihat pada anak yang mengalami defisit

energi jangka panjang. Pada kondisi sehat, asupan lemak tidak memberikan dampak yang signifikan terhadap status gizi, kecuali jika dikombinasikan dengan zat gizi lain yang dibutuhkan oleh tubuh.

Asupan Karbohidrat

Dari hasil penelitian diperoleh bahwa 10,0% anak tergolong memiliki asupan karbohidrat yang kurang, sedangkan 7,5% lainnya masuk ke dalam kategori berlebih. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh rata-rata asupan karbohidrat yang cukup tinggi pada sebagian besar balita dalam penelitian ini, yaitu 82,5% berada dalam kategori baik. Karbohidrat, sebagai sumber energi utama, umumnya mudah ditemukan dalam makanan sehari-hari masyarakat Indonesia, seperti nasi, roti, dan mie.

Hal Penelitian ini memiliki kesesuaian dengan temuan Sulistianingsih & Yanti (2021), yang menemukan bahwa jumlah konsumsi karbohidrat tidak berhubungan secara signifikan dengan status gizi anak. Balita yang memiliki asupan makanan cukup tapi sering mengalami infeksi, seperti ISPA, tetap berisiko mengalami status gizi kurang. (Kusdalina, 2023).

Hubungan Pola Asuh Dengan Status Gizi Pada Balita Penderita ISPA Di Puskesmas Bontoharu Selayar

Pola asuh orang tua merupakan bentuk interaksi yang menyeluruh antara orang tua dan anak, di mana orang tua mendorong dan memfasilitasi anak agar dapat menjadi mandiri dengan membentuk perilaku, pengetahuan, dan nilai-nilai yang dianggap tepat. Dengan pemenuhan kebutuhan yang tepat, anak dapat berkembang sehat dan optimal, menunjukkan kepercayaan diri, rasa ingin tahu tinggi, sikap ramah, serta berfokus pada kesuksesan. (P. P. Sari Shabariah & Pradini, 2021).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden, yaitu 62,5%, menerapkan pola asuh yang baik, dan hal ini sejalan dengan status gizi balita yang juga baik. Anak-anak yang orang tuanya menerapkan pola asuh baik cenderung mendapatkan perhatian lebih dalam hal pemberian makanan, kebersihan, kesehatan, serta dukungan emosional dan stimulasi perkembangan lebih diperhatikan dalam

hal pemberian makanan, kebersihan, kesehatan, serta mendapatkan dukungan emosional dan stimulasi perkembangan yang memadai.

Pola asuh juga dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan, pengetahuan, Serta status sosial ekonomi orang tua. Dengan demikian, pendekatan edukatif berbasis keluarga menjadi sangat penting sebagai bagian dari strategi untuk memperbaiki status gizi anak balita.

Temuan ini konsisten dengan penelitian Khaeriyah dkk. (2020), yang menyatakan jika ibu dengan pola asuh kurang baik memiliki risiko 2,641 kali lebih besar untuk memiliki anak dengan status gizi buruk. Pola asuh yang baik mencakup perhatian terhadap jadwal makan anak, menjaga kebersihan makanan, serta responsif terhadap keluhan kesehatan anak.

KESIMPULAN

Adanya hubungan yang signifikan antara asupan energi dan asupan protein dengan status gizi balita penderita ISPA di Puskesmas Bontoharu, dengan Melalui uji Chi-Square, ditemukan p-value sebesar 0,002 dan 0,007 pada masing-masing variabel. Sebaliknya, asupan lemak dan karbohidrat tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan status gizi, dengan p-value masing-masing sebesar 0,116 dan 1,00. Selain itu, pola asuh juga terbukti memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi balita penderita ISPA, dengan p-value sebesar 0,014.

SARAN

Diharapkan orang tua dapat lebih memperhatikan pemenuhan gizi balita dengan memberikan makanan yang bergizi seimbang, termasuk menentukan jenis makanan, jumlah, dan porsi yang tepat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan segala hormat dan ungkapan syukur yang ikhlas, penulis menghaturkan segala bentuk dukungan dan bantuan dari berbagai pihak dalam penyusunan naskah ini, saya hargai dengan rasa terima kasih yang tulus. Penulis menghaturkan terima kasih kepada Ibu Thresia Dewi Kartini B dan Ibu Hijrah Asikin atas kontribusi berupa tuntunan, motivasi, serta kritik konstruktif yang mendukung kelancaran proses penulisan.

Dengan penuh apresiasi, penulis mengucapkan terima kasih kepada Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar atas dukungan dan fasilitas yang diberikan, serta kepada semua staf Puskesmas Bontoharu Kabupaten Kepulauan Selayar yang telah membantu selama melaksanakan penelitian.

KARAKTERISTIK SAMPEL

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur

Umur	n	Persentase (%)
1 – 3 Tahun	58	72,5
4 – 6 Tahun	22	27,5
Total	80	100,0

Sumber : Data Primer, 2025

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	n	Persentase (%)
Laki-Laki	38	47,5
Perempuan	42	52,5
Total	80	100,0

Sumber : Data Primer, 2025

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Asupan Energi

Asupan Energi	n	%
Kurang	21	26,3
Baik	55	68,7
Lebih	4	5,0
Total	80	100

Sumber : Data Primer, 2025

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Asupan Protein

Asupan Protein	n	%
Kurang	15	18,7
Baik	24	30,0
Lebih	41	51,3
Total	80	100

Sumber : Data Primer, 2025

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Asupan Karbohidrat

Asupan Karbohidrat	n	%
Kurang	8	10,0
Baik	66	82,5
Lebih	6	7,5
Total	80	100

Sumber : Data Primer, 2025

Tabel 6
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Asupan Lemak

Asupan Lemak	n	%
Kurang	9	11,3
Baik	53	66,2
Lebih	18	22,5
Total	80	100

Sumber : Data Primer, 2025

Tabel 7
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Asuh

Pola Asuh	n	%
Kurang	11	13,7
Cukup	19	23,7
Baik	50	62,5

Total	80	100.0
-------	----	-------

Sumber : Data Primer, 2025

Tabel 8
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Gizi Balita

Status Gizi	n	%
Gizi Kurang	5	6,2
Gizi Baik	68	85,0
Beresiko Gizi Lebih	7	8,8
Total	80	100

Sumber : Data Primer, 2025