



HUBUNGAN PENDIDIKAN, PEKERJAAN, DAN POLA ASUH IBU DENGAN STATUS GIZI PADA BALITA: LITERATURE REVIEW

Winda Dian Pratiwi¹, Abi Muhlisin²

¹Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
windadianp1170@gmail.com, abi.muhlisin@ums.ac.id

Abstrak

Status gizi balita di Indonesia merupakan isu kesehatan yang mendesak, dengan prevalensi stunting mencapai 21,6% dan wasting 7,7% menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pendidikan, pekerjaan, dan pola asuh ibu terhadap status gizi balita. Melalui metode literature review, data dikumpulkan dari berbagai sumber akademik dan jurnal ilmiah yang relevan. Hasil analisis menunjukkan bahwa pendidikan ibu yang lebih tinggi berhubungan positif dengan pengetahuan gizi dan pola asuh yang baik, yang pada gilirannya meningkatkan status gizi anak. Pekerjaan ibu juga berkontribusi signifikan, di mana ibu yang bekerja cenderung memiliki akses lebih baik terhadap sumber daya gizi. Pola asuh yang baik, termasuk perhatian terhadap asupan makanan dan kesehatan anak, terbukti berpengaruh positif terhadap status gizi balita. Temuan ini menekankan pentingnya intervensi yang berfokus pada peningkatan pendidikan dan pengetahuan ibu, serta penguatan pola asuh yang baik untuk meningkatkan status gizi balita di Indonesia.

Kata Kunci: *Pendidikan Ibu, Pekerjaan Ibu, Pola Asuh Ibu, Status Gizi Balita.*

Abstract

The nutritional status of toddlers in Indonesia is a pressing health issue, with a stunting prevalence of 21.6% and wasting at 7.7% according to the 2022 Indonesian Nutrition Status Survey (SSGI). This study aims to analyze the relationship between maternal education, employment, and parenting styles on the nutritional status of toddlers. Using a literature review method, data were collected from various academic sources and relevant scientific journals. The analysis results indicate that higher maternal education is positively associated with nutritional knowledge and good parenting practices, which in turn improve children's nutritional status. Maternal employment also significantly contributes, as working mothers tend to have better access to nutritional resources. Good parenting practices, including attention to food intake and children's health, have been shown to positively influence toddlers' nutritional status. These findings emphasize the importance of interventions focused on enhancing maternal education and knowledge, as well as strengthening good parenting practices to improve the nutritional status of toddlers in Indonesia.

Keywords: *Mother's Education, Mother's Occupation, Mother's Parenting Pattern, Toddler Nutritional Status.*

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

✉ Corresponding author :

Address : Surakarta

Email : windadianp1170@gmail.com

PENDAHULUAN

Status gizi balita merupakan indikator penting dari kesehatan dan perkembangan anak, yang berpengaruh langsung terhadap kualitas sumber daya manusia di masa depan. Di Indonesia, masalah gizi balita masih menjadi tantangan serius, dengan data terbaru menunjukkan prevalensi stunting mencapai 24,4% pada tahun 2021 dan angka gizi kurang sebesar 17,7%. Angka-angka ini mencerminkan bahwa hampir sepertiga balita mengalami pertumbuhan yang terhambat akibat ketidakseimbangan gizi yang berdampak jangka panjang pada kesehatan dan pertumbuhkembangan mereka.

Pendidikan ibu memiliki peranan penting yang memengaruhi status gizi anak. Ibu yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi cenderung memahami pentingnya gizi seimbang juga cara memberikan makanan bergizi kepada anak-anak. Pengetahuan ini mencakup pemilihan makanan yang tepat, cara penyajian, serta waktu pemberian makanan yang sesuai. Penelitian menunjukkan bahwa pendidikan yang lebih baik berhubungan dengan pola asuh yang lebih baik, yang pada gilirannya berkontribusi pada status gizi yang lebih baik bagi balita (Sitanggang & Werdana, 2021).

Selain pendidikan, pekerjaan ibu juga berkontribusi signifikan terhadap status gizi anak. Ibu yang bekerja biasanya memiliki akses yang lebih baik terhadap sumber daya ekonomi, yang memungkinkan mereka untuk membeli makanan yang lebih bergizi dan memenuhi kebutuhan gizi anak. Pekerjaan yang stabil dan berpenghasilan baik sering kali berhubungan dengan akses yang lebih baik terhadap layanan kesehatan dan pendidikan, yang semuanya berkontribusi pada kesehatan anak secara keseluruhan. Namun, pekerjaan yang menuntut waktu dan perhatian dapat mengurangi waktu yang dihabiskan ibu untuk merawat dan memberikan perhatian kepada anak, yang dapat mempengaruhi pola asuh dan status gizi balita.

Pola asuh ibu juga menjadi faktor penting dalam menentukan status gizi balita. Pola asuh yang baik mencakup pemberian makanan yang cukup, perhatian terhadap kebersihan, dan perawatan kesehatan yang memadai. Ibu yang menerapkan pola asuh yang positif cenderung lebih memperhatikan kebutuhan gizi anak dan memberikan dukungan emosional yang diperlukan untuk pertumbuhan yang sehat. Penelitian menunjukkan bahwa pola asuh yang baik dapat mengurangi risiko stunting dan masalah gizi lainnya.

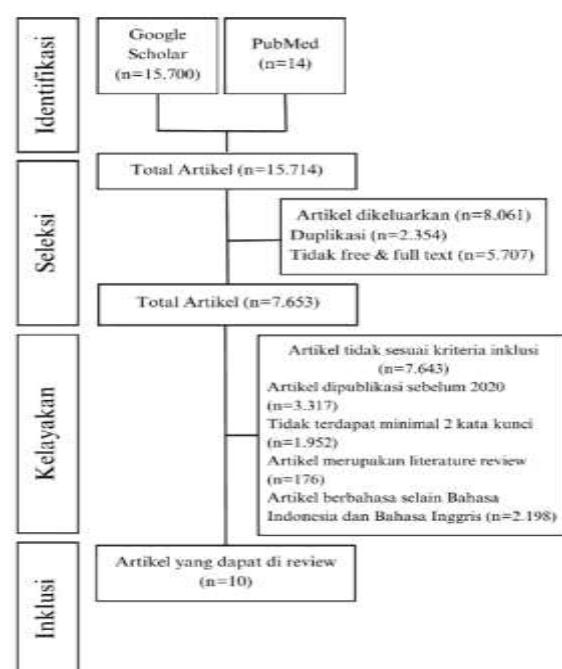
Dengan mempertimbangkan semua faktor ini, penting untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara pendidikan, pekerjaan, dan pola asuh ibu terhadap status gizi balita. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih dalam tentang bagaimana

interaksi antara faktor-faktor tersebut dapat dioptimalkan untuk meningkatkan status gizi balita di Indonesia. Upaya untuk meningkatkan pendidikan dan pelatihan bagi ibu, serta meningkatkan akses terhadap pekerjaan yang layak, dapat menjadi langkah strategis dalam mengatasi masalah gizi di kalangan balita.

Melalui *literature review* ini, diharapkan dapat diidentifikasi strategi yang efektif untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan orang tua mengenai pentingnya gizi, serta mendorong kebijakan yang mendukung peningkatan status gizi balita di Indonesia. Dengan demikian, diharapkan bahwa penelitian ini dapat berkontribusi pada upaya peningkatan kesehatan dan kesejahteraan anak-anak di Indonesia, serta menciptakan generasi yang lebih sehat dan produktif di masa depan.

METODE

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode literature review. Sumber pencarian literatur melalui beberapa database seperti *Google Scholar* dan *PubMed* menggunakan kata kunci “Pendidikan Ibu”, “Pekerjaan Ibu”, “Pola Asuh Ibu”, dan “Status Gizi Balita”. Peneliti juga menerapkan beberapa kriteria inklusi yaitu artikel yang dipublikasi dalam 5 tahun terakhir (2020-2025), artikel merupakan artikel *free full text*, artikel memuat minimal 2 kata kunci yaitu “Status Gizi Balita” dan “Pendidikan Ibu” atau “Pekerjaan Ibu” atau “Pola Asuh Ibu”, metode artikel bukan merupakan *literatur review*, artikel menggunakan Bahasa Inggris atau Bahasa Indonesia. Selanjutnya dilakukan proses *review* menggunakan diagram PRISMA untuk mengidentifikasi artikel artikel yang relevan dengan judul penelitian yang akan diulas hingga mencapai hasil sesuai yang diharapkan.



HASIL DAN PEMBAHASAN

No.	Penulis/Tahun	Judul	Metode (Desain, Sampel, Variabel, Instrumen, Analisis)	Hasil
1	(Pusparina & Suciati, 2022)	Hubungan Pendidikan Ibu dan Pola Asuh Pemberian Makan dengan Status Gizi Balita	D : Studi Korelasional S : 100 ibu dan balita V : Pendidikan ibu, pola asuh, status gizi I : Kuesioner, pengukuran antropometri A : Uji korelasi Pearson	Ada hubungan signifikan antara pendidikan ibu dan status gizi ($p=0.000$), tidak ada hubungan pola asuh ($p=0.260$).
2	(Sitanggang & Werdana, 2021)	Hubungan Tingkat Pendidikan dan Pengetahuan Ibu tentang Kebutuhan Gizi	D : Cross Sectional S : 150 ibu balita V : Pendidikan ibu, pengetahuan ibu, status gizi I : Kuesioner, wawancara A : Uji Chi-Square	Ada hubungan signifikan antara pendidikan ($p=0.019$) dan pengetahuan ($p=0.003$) dengan status gizi.
3	(Casando et al., 2022)	Hubungan Pendidikan Ibu, Pengetahuan, Sikap dan Pola Asuh terhadap Status Gizi Anak	D : Cross Sectional S : 120 ibu dan anak V : Pendidikan ibu, pengetahuan, sikap, pola asuh, status gizi I : Kuesioner, pengukuran antropometri A : Regresi linier	Ada hubungan antara pengetahuan, sikap, dan pola asuh dengan status gizi; tidak ada hubungan pendidikan.
4	(Utami & Septica, 2022)	Hubungan Pola Asuh Gizi Balita dengan Status Gizi Anak Balita	D : Korelasional S : 80 ibu dan balita V : Pola asuh gizi, status gizi I : Kuesioner, pengukuran antropometri A : Uji korelasi Spearman	Ada hubungan antara pola asuh gizi dan status gizi ($p=0.000$).
5	(Mauliza et al., 2023)	Hubungan Pola Asuh Ibu dengan Status Gizi Balita 12-59 Bulan	D : Cross Sectional S : 90 ibu dan balita V : Pola asuh, status gizi I : Kuesioner, pengukuran antropometri A : Uji t independen	Ada hubungan antara pola asuh ($p=0.001$) dengan status gizi balita.
6	(Diyah et al., 2023)	Hubungan Antara Pola Asuh dengan Status Gizi pada Balita	D : Analitik Korelasional S : 75 ibu dan balita V : Pola asuh, status gizi I : Kuesioner, pengukuran antropometri A : Uji korelasi Pearson	Ada hubungan antara pola asuh dan status gizi ($p=0.001$).
7	(Fauzia et al., 2019)	Hubungan Status Pekerjaan Ibu dengan Status Gizi Balita	D : Cross Sectional S : 100 ibu balita V : Status pekerjaan ibu, status gizi I : Kuesioner, pengukuran antropometri A : Uji Chi-Square	Ada hubungan signifikan antara status pekerjaan ibu dan status gizi ($p=0.001$).
8	(Alpin, 2021)	Hubungan Karakteristik Ibu dengan Status Gizi Buruk Balita	D : Observasional Analitik S : 60 ibu dan balita V : Karakteristik ibu, status gizi buruk I : Kuesioner, pengukuran antropometri A : Analisis deskriptif	Status gizi buruk dipengaruhi oleh pekerjaan ibu ($p=0.001$), usia dan pendidikan tidak signifikan.
9	(Anggraeni et al., 2021)	Analisis Asupan Zat Gizi Terhadap Status Gizi Balita	D : Observasional Analitik S : 110 ibu dan balita V : Asupan zat gizi, status gizi I : Kuesioner, pengukuran antropometri A : Regresi linier	Ada hubungan antara pendidikan, pengetahuan, dan asupan gizi dengan status gizi ($p<0.05$).
10	(Azzahra et al., 2024)	Unveiling dynamics of stunting: a qualitative exploration of parenting patterns	D : Kualitatif S : 30 ibu balita V : Pola asuh, stunting I : Wawancara mendalam A : Analisis tematik	Ditemukan pola asuh yang berhubungan dengan stunting, termasuk pola makan dan kebersihan.

Status gizi balita merupakan salah satu indikator penting dalam menilai kesehatan masyarakat, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Berbagai penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa status gizi balita sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pendidikan dan pengetahuan ibu, pola asuh, serta status pekerjaan ibu. Hasil review dari sepuluh jurnal yang telah dibahas memberikan gambaran yang komprehensif mengenai hubungan antara faktor-faktor tersebut dengan status gizi balita.

Pendidikan dan Pengetahuan Ibu

Pendidikan ibu memiliki pengaruh signifikan terhadap status gizi balita. Jurnal yang ditulis oleh Iis Pusparina dan Suciati menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara tingkat pendidikan ibu dan status gizi balita ($p=0.000$) (Pusparina & Suciati, 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian Tantri Wenny Sitanggang dan Yowsa Ibra Wardana yang juga menemukan bahwa pendidikan ibu berhubungan dengan status gizi balita ($p=0.019$) (Sitanggang & Wardana, 2021). Pendidikan yang lebih tinggi memungkinkan ibu untuk lebih mudah menerima informasi mengenai gizi dan kesehatan, yang pada gilirannya mempengaruhi cara mereka merawat dan memberi makan anak-anak mereka.

Pengetahuan ibu tentang gizi juga berperan penting dalam menentukan status gizi balita. Jurnal yang ditulis oleh Noval Ichsan Casando et al. menunjukkan bahwa pengetahuan ibu yang baik berhubungan dengan status gizi yang lebih baik pada anak-anak mereka (Casando et al., 2022). Pengetahuan yang baik memungkinkan ibu untuk membuat keputusan yang lebih baik terkait asupan gizi anak, termasuk pemilihan makanan yang bergizi dan seimbang. Hal ini menunjukkan bahwa upaya peningkatan pendidikan dan pengetahuan ibu tentang gizi sangat penting dalam upaya menurunkan angka gizi buruk di kalangan balita.

Pendidikan dan pengetahuan ibu tidak hanya mempengaruhi keputusan mereka dalam memberikan makanan yang bergizi, tetapi juga dalam memahami pentingnya pola makan yang seimbang. Ibu yang berpendidikan tinggi cenderung lebih terbuka terhadap informasi baru dan lebih mampu menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian menunjukkan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi lebih mungkin untuk memberikan makanan yang bervariasi dan bergizi kepada anak-anak mereka, yang pada gilirannya berkontribusi pada status gizi yang lebih baik.

Pola Asuh Ibu

Pola asuh ibu juga terbukti memiliki dampak signifikan terhadap status gizi balita. Jurnal yang ditulis oleh Shinta Utami dan Qorry Wahyuni Septica menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh gizi balita dan status gizi anak

($p=0.000$) (Utami & Septica, 2022). Pola asuh yang baik, termasuk pemberian makanan yang seimbang dan perhatian terhadap kebersihan, berkontribusi pada status gizi yang lebih baik. Hal ini sejalan dengan penelitian Halimatus Sa' Diyah et al. yang menemukan bahwa pola asuh yang baik berhubungan dengan status gizi yang baik pada balita ($p=0.001$) (Halimatus Sa' Diyah et al., 2022).

Pola asuh yang diterapkan oleh ibu mencakup berbagai aspek, seperti cara pemberian makanan, perhatian terhadap kebersihan, dan pengawasan kesehatan. Ibu yang menerapkan pola asuh demokratis cenderung memiliki anak dengan status gizi yang lebih baik dibandingkan dengan ibu yang menerapkan pola asuh otoriter atau permisif. Penelitian menunjukkan bahwa interaksi yang baik antara ibu dan anak, serta perhatian yang cukup terhadap kebutuhan gizi anak, dapat meningkatkan status gizi balita.

Pola asuh yang baik tidak hanya mencakup pemberian makanan yang bergizi, tetapi juga melibatkan perhatian terhadap kebersihan dan kesehatan anak. Ibu yang memperhatikan kebersihan lingkungan dan kesehatan anak cenderung memiliki anak dengan status gizi yang lebih baik. Hal ini menunjukkan bahwa pola asuh yang baik harus mencakup pendekatan holistik yang memperhatikan semua aspek kesehatan anak.

Status Pekerjaan Ibu

Status pekerjaan ibu juga menjadi faktor yang mempengaruhi status gizi balita. Penelitian yang dilakukan oleh Nenes Riana Fauzia et al. menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara status pekerjaan ibu dan status gizi balita ($p=0.001$) (Fauzia et al., 2019). Ibu yang bekerja cenderung memiliki waktu yang lebih sedikit untuk mengurus anaknya, yang dapat berdampak pada kualitas perawatan dan perhatian terhadap asupan gizi anak. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa ibu yang tidak bekerja lebih mampu memberikan perhatian dan asupan gizi yang baik kepada anak-anak mereka.

Namun, penting untuk dicatat bahwa pekerjaan ibu tidak selalu berdampak negatif. Dalam beberapa kasus, ibu yang bekerja dapat meningkatkan pendapatan keluarga, yang pada gilirannya dapat meningkatkan akses terhadap makanan bergizi. Oleh karena itu, penting untuk mempertimbangkan konteks sosial dan ekonomi ketika menganalisis dampak pekerjaan ibu terhadap status gizi balita.

Dalam konteks ini, interaksi antara pekerjaan ibu dan pola asuh menjadi sangat penting. Ibu yang bekerja mungkin menghadapi tantangan dalam mengatur waktu antara pekerjaan dan pengasuhan anak. Hal ini dapat menyebabkan mereka kurang memperhatikan asupan gizi anak, terutama jika mereka tidak memiliki dukungan yang memadai di rumah. Sebaliknya, ibu yang tidak bekerja mungkin memiliki lebih banyak waktu untuk fokus pada

pengasuhan dan memastikan bahwa anak-anak mereka mendapatkan makanan yang bergizi.

Keterkaitan Antara Faktor-Faktor Tersebut

Dari hasil review, terlihat bahwa pendidikan, pengetahuan, pola asuh, dan status pekerjaan ibu saling berkaitan dan berkontribusi terhadap status gizi balita. Ibu yang memiliki pendidikan tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang gizi, yang memungkinkan mereka untuk menerapkan pola asuh yang lebih baik. Pola asuh yang baik, pada gilirannya, berkontribusi pada status gizi yang lebih baik pada anak-anak mereka.

Selain itu, faktor lingkungan dan sosial juga berperan dalam menentukan status gizi balita. Misalnya, kebiasaan keluarga, akses terhadap layanan kesehatan, dan kondisi ekonomi dapat mempengaruhi pola asuh dan keputusan gizi yang diambil oleh ibu. Oleh karena itu, intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan status gizi balita harus mempertimbangkan semua faktor ini secara holistik.

Pentingnya pola asuh dalam menentukan status gizi balita juga menunjukkan bahwa peran orang tua, terutama ibu, sangat krusial dalam proses pengasuhan. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi dan kesehatan cenderung lebih mampu memberikan asupan yang sesuai dengan kebutuhan gizi anak. Selain itu, pola asuh yang baik juga mencakup perhatian terhadap kebersihan dan kesehatan anak, yang merupakan faktor penting dalam mencegah masalah gizi.

SIMPULAN

Dari hasil review ini, dapat disimpulkan bahwa status gizi balita sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pendidikan dan pengetahuan ibu, pola asuh, serta status pekerjaan ibu. Pendidikan yang lebih tinggi dan pengetahuan yang baik tentang gizi berkontribusi pada pola asuh yang lebih baik, yang pada gilirannya meningkatkan status gizi balita. Selain itu, status pekerjaan ibu juga berpengaruh, di mana ibu yang tidak bekerja cenderung memiliki lebih banyak waktu untuk mengurus anak dan memastikan asupan gizi yang baik.

Pola asuh yang baik mencakup perhatian terhadap kebersihan, kesehatan, dan pemberian makanan yang bergizi. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu tentang pentingnya pola asuh yang baik dalam mendukung kesehatan dan pertumbuhan anak. Dengan memahami keterkaitan antara faktor-faktor ini, diharapkan dapat dilakukan upaya yang lebih

efektif dalam meningkatkan status gizi balita dan mencegah masalah gizi buruk di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alpin, A. (2021). Hubungan Karakteristik Ibu dengan Status Gizi Buruk Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tawanga Kabupaten Konawe. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 1(2), 87–93. <https://doi.org/10.56742/nchat.v1i2.12>
- Anggraeni, L. D., Toby, Y. R., & Rasmada, S. (2021). Analisis Asupan Zat Gizi Terhadap Status Gizi Balita. *Faletehan Health Journal*, 8(02), 92–101. <https://doi.org/10.33746/fhj.v8i02.191>
- Azzahra, I., Listyaningsih, U., & Mulyani, R. R. (2024). Unveiling the dynamics of stunting: a qualitative exploration of parenting patterns and toddlers aged 6–59 months in Bejiharjo, Indonesia. *Child Health Nursing Research*, 30(4), 266–276. <https://doi.org/10.4094/CHNR.2024.014>
- Casando, N. I., Hapis, A. A., & Wuni, C. (2022). Hubungan Pendidikan Ibu, Pengetahuan, Sikap Dan Pola Asuh Terhadap Status Gizi Anak. *Jip*, 2(8), 2429–2432.
- Diyah, H. S., Sari, D. L., & Nikmah, A. N. (2023). Hubungan Antara Pola Asuh dengan Status Gizi pada Balita. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 1(2), 151–158.
- Fauzia, N. R., Sukmandari, N. M. A., & Triana, K. Y. (2019). Hubungan Status Pekerjaan Ibu Dengan Status Gizi Balita. *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*, 3(1), 28–32. <https://doi.org/10.36474/caring.v3i1.101>
- Mauliza, Harvina Sawitri, & Desti, M. R. (2023). Hubungan Pola Asuh Ibu dengan Status Gizi Balita 12-59 Bulan Di Kecamatan Banda Sakti. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 6(1), 109–122. <https://doi.org/10.31850/makes.v6i1.1957>
- Pusparina, I., & Suciati, S. (2022). Hubungan Pendidikan Ibu Dan Pola Asuh Pemberian Makan Dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 10(2), 87–92. <https://doi.org/10.54004/jikis.v10i2.87>
- Sitanggang, T. W., & Werdana, Y. I. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Pengetahuan Ibu Tentang Kebutuhan Gizi Terhadap Status Gizi Balita. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*, 4(1), 41–50.
- Utami, S., & Septica, Q. W. (2022). Hubungan Pola Asuh Gizi Balita Dengan Status Gizi. *Jurnal Health Society*, 11(1), 68–75.