

## **Gambaran Pola Asuh Dan Status Gizi Balita Dari Ibu Yang Bekerja Di Wilayah Kerja Puskesmas Oepoi Kota Kupang**

### ***Description of Parenting Patterns and Nutritional Status of Toddlers from Working Mothers in the Oepoi Health Center Work Area, Kupang City***

---

**<sup>1</sup>Merci Nalle, <sup>2</sup>Marselinus Laga Nur, <sup>3</sup>Utma Aspatria, <sup>4</sup>Lewi Jutomo**

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, FKM UNDANA, Kupang

email : <sup>1</sup>merciinnalle@gmail.com, <sup>2</sup>marselinus.laga.nur@staf.undana.ac.id, <sup>3</sup>utma.aspatria@staf.undana.ac.id, <sup>4</sup>lewi.jutomo@staf.undana.ac.id<sup>4</sup>

#### **Abstrak**

*Pola asuh adalah cara orang tua mengasuh anak seperti memberi makan, menjaga kebersihan dan merawat kesehatan anak yang dapat membantu tumbuh kembang anak dengan baik tapi ibu bekerja sering kesulitan membagi waktu sehingga pola asuh anak tidak optimal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran pola asuh dan status gizi dari ibu yang bekerja di wilayah kerja puskesmas Oepoi Kota Kupang. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif. Metode yang digunakan adalah survey dengan desain eksploratif melalui wawancara mendalam. Informan dipilih secara purposive sampling sesuai kriteria inklusi dan eksklusi dengan 14 informan yang terdiri dari 10 yang informan utama (ibu yang bekerja) dan 4 informan pendukung (pengasuh, bapak dan nenek dari balita tersebut). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu bekerja selama 8 jam atau lebih per hari, sehingga pola asuh anak balita dilakukan dengan bantuan anggota keluarga atau pengasuh. Praktik pemberian makan, kebersihan diri dan lingkungan, serta perawatan kesehatan balita bervariasi tergantung pada pemahaman dan dukungan lingkungan sekitar. Meskipun para ibu bekerja tetap berupaya memberikan asupan gizi yang cukup melalui makanan bergizi, keterbatasan waktu sering menjadi kendala dalam memantau langsung pertumbuhan dan perkembangan anak. Beberapa balita menunjukkan status gizi kurang, yang mengindikasikan adanya pengaruh dari pola asuh yang diterapkan. Diharapkan bagi kader agar dapat memberikan beberapa penyuluhan terkait peran kedua orang tua dalam mengasuh anak, variasi menu makanan bergizi yang murah, penggunaan media sosial sebagai informasi tentang stunting, bahaya tidak mencuci tangan sebelum memberi makan anak.*

**Kata Kunci:** pola asuh, status gizi, ibu bekerja, balita.

#### **Abstract**

*Parenting patterns are the way parents raise children, such as feeding, maintaining cleanliness and taking care of children's health, which can help children grow and develop well, but working mothers often have difficulty dividing their time so that parenting patterns are not optimal. The purpose of this study was to determine the description of parenting patterns and nutritional status of working mothers in the Oepoi Health Center in Kupang City. This type of research is qualitative descriptive research. The method used is a survey with an exploratory design through in-depth interviews. Informants were selected by purposive sampling according to inclusion and exclusion criteria with 14 informants consisting of 10 main informants (working mothers) and 4 supporting informants (caregivers, fathers and grandmothers of the toddlers). The results showed that most mothers work for 8 hours or more per day, so that parenting patterns for toddlers are carried out with the help of family members or caregivers. The practice of feeding, personal and environmental hygiene, and toddler health care varies depending on the understanding and support of the surrounding environment. Although working mothers continue to try to provide adequate nutritional intake through nutritious food, time constraints are often an obstacle in directly monitoring the growth and development of children. Several toddlers showed poor nutritional status, which indicated the influence of the parenting patterns applied. It is expected that cadres can provide some counseling related to the role of both parents in raising children, variations in cheap nutritious food menus, the use of social media as information about stunting, and the dangers of not washing hands before feeding children*

**Keywords:** parenting patterns, nutritional status, working mothers, toddlers

#### **Pendahuluan**

Masalah gizi di Indonesia yang terbanyak meliputi gizi kurang atau hidangan yang tidak seimbang maupun konsumsi keseluruhan yang tidak mencukupi kebutuhan badan.<sup>1</sup> Kekurangan

atau gizi buruk pada balita dapat mengganggu pertumbuhan fisik dan kecerdasan mereka. Jika banyak balita mengalami masalah gizi kurang atau buruk, maka perkembangan mereka akan terhambat, Peranan ibu sangat berpengaruh dalam keadaan gizi anak. Pola asuh memegang peranan penting dalam terjadinya gangguan pertumbuhan pada anak.<sup>2</sup> Ibu memiliki peranan penting dalam pengasuhan anak. Status gizi anak merupakan parameter tumbuh kembang anak. Asuhan ibu terhadap anak mempengaruhi tumbuh kembang anak melalui kecukupan makanan dan keadaan kesehatan.<sup>2</sup>

Data hasil surveilans gizi tahun 2020 presentase gizi kurang yaitu 1,4% dan presentase gizi buruk adalah 6,7%. Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia 2021 presentase gizi buruk 1,2% dan gizi kurang 6,1%. Provinsi NTT prevalensi gizi buruk 7,3% dan NTT menepati prevalensi status gizi kurang tertinggi yaitu 22,2%.<sup>3</sup>

Berdasarkan data Profil Kesehatan NTT tahun 2021, cakupan status gizi kurang pada tahun 2019-2021 mengalami fluktuasi sedangkan balita kurus mengalami penurunan secara berturut-turut. Presentase balita gizi kurang tahun 2019 yaitu 19,9% kemudian menurun di tahun 2020 menjadi 15,6% dan meningkat kembali pada tahun 2021 yaitu 20,9%. Data dari Profil Kesehatan NTT, Kota Kupang Pada tahun 2018 presentase balita gizi kurang 2,3%, tahun 2019 meningkat menjadi 21% dan pada tahun 2021 dengan presentase 26,2%. (Dinkes Provinsi Nusa Tenggara Timur, 2021). Berdasarkan data pemantauan status gizi anak balita di Kota Kupang, Puskesmas Oepoi merupakan salah satu puskesmas yang mengalami kenaikan kasus gizi buruk tahun 2018 yaitu (2,4%), tahun 2019 naik menjadi (3,3%) dan tahun 2020 meningkat menjadi (6,6%), dan balita stunting mengalami penurunan tahun 2018 yaitu (25,0%), tahun 2019 terjadi penurunan (23,2%) dan tahun 2020 menjadi (14%).<sup>4</sup>

Berdasarkan data laporan status gizi di wilayah kerja Puskesmas Oepoi tahun 2022 terdapat 71 anak balita gizi buruk, 196 balita berstatus gizi kurang, dan balita sangat pendek dan pendek sebanyak 104. Berdasarkan data menurut kelurahan prevalensi anak balita gizi buruk dan gizi kurang tertinggi terjadi di kelurahan Oebufu dan TDM sebanyak 38 balita gizi buruk dan 125 balita gizi kurang, balita sangat pendek dan pendek sebanyak 67 balita. pada tahun 2023, balita dengan status gizi kurang sebanyak 19 (17,8%) sedangkan tahun 2024 pada periode januari-juni balita berstatus gizi kurang 35 (34,1%).<sup>5</sup>

Menurut kerangka teori dari UNICEF, masalah gizi disebabkan oleh faktor langsung dan tidak langsung. Salah satu penyebab tidak langsung adalah pola asuh ibu.<sup>6</sup> Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Purwani, ibu yang menerapkan praktik pemberian makan yang kurang baik cenderung memiliki anak balita dengan status gizi rendah dibandingkan ibu yang menerapkan pola makan yang baik, yang memiliki anak balita dengan status gizi normal. Ibu yang bekerja memiliki waktu yang lebih sedikit untuk merawat anak dibandingkan ibu yang tidak bekerja, sehingga kualitas perawatan anak dapat terpengaruh, yang pada akhirnya memengaruhi status gizi anak.<sup>7</sup>

Penelitian lain oleh Cholifatun menunjukkan bahwa anak dengan status gizi baik lebih sering ditemukan pada ibu yang memiliki pola asuh yang baik. Dengan demikian, pola asuh dan status gizi anak sangat bergantung pada peran ibu. Pola asuh ibu mencakup perhatian dan dukungan dalam hal pemberian makanan, stimulasi psikososial, kebersihan, sanitasi lingkungan, serta pemanfaatan layanan kesehatan.<sup>8</sup> Berdasarkan hasil pengamatan peneliti dan wawancara pada bulan juli-agustus 2024 bersama petugas gizi di puskesmas Oepoi di beberapa posyandu yang ada di wilayah kerja puskesmas oepoi di dapatkan informasi bahwa ada ibu – ibu yang tidak hadir pada kegiatan posyandu dengan alasan sibuk bekerja sehingga tidak bisa membawa anak ke posyandu dan menitipkan anak pada tetangga, nenek, dan bapaknya untuk membawa anak ke posyandu.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis ingin meneliti tentang “Gambaran Pola Asuh dan Status Gizi Balita dari ibu yang bekerja di Wilayah Kerja Puskesmas Oepoi Kota Kupang” Agar dapat memberikan manfaat untuk meningkatkan status gizi pada balita.

### **Metode Penelitian**

Jenis penelitian adalah penelitian deskriptif kualitatif, Metode yang digunakan adalah survey dengan desain eksploratif untuk mengetahui gambaran pola asuh dan status gizi dari ibu yang bekerja Penelitian dilakukan di Penelitian ini akan dilaksanakan di wilayah Kerja Puskesmas Oepoi Kota Kupang pada tanggal 2 Mei – 2 Juni 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang bekerja dan mempunyai balita usia 12-59 bulan berjumlah 14 orang di Wilayah Kerja Puskesmas Oepoi Kota Kupang. Teknik pengambilan data menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria-kriteria yang telah ditentukan. Informan dalam penelitian sebanyak 14 orang, yang terdiri dari 10 informan utama yaitu ibu yang bekerja dan memiliki anak balita, dan informan pendukung sebanyak 4 orang dalam penelitian ini adalah keluarga yang membantu menjaga balita saat ibu sedang bekerja yaitu oma, dan pengasuh.

Wawancara dilakukan secara langsung menggunakan pedoman wawancara. Triangulasi sumber akan dilakukan wawancara dengan informan keluarga yaitu pengasuh, oma selain ibu. Triangulasi analisis akan dilakukan oleh peneliti dan pembimbing akademik. Faktor yang di teliti pada penelitian ini berfokus pada pola asuh diantaranya adalah praktik pemberian makan pada anak, praktik kebersihan diri dan praktik perawatan Kesehatan balita.

### **Hasil**

#### **Pekerjaan ibu**

Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa semua ibu-ibu dalam penelitian ini memiliki durasi kerja yang Panjang yaitu ada yang bekerja selama 8 jam dan ada yang bekerja lebih dari 8 jam/hari.

Informan 1 : “ *beta kerja 8 jam kaka dari jam 8 sampai jam 4 sore* ” (KR)

Informan 2 : “ *8 jam kaka* ” (ML)

Informan 3 : “ *saya biasa kerja berangkat jam 7 pulang jam 3 sore* ” (K)

Informan 4 : “ *beta kerja dari jam 7 pagi sampai jam 3 sore kaka* ” (I)

Informan 5 : “ *beta kerja shif-shifan kaka, kadang 8 jam kadang 12 jam kalau ada persalinan darurat* ” (MT)

Informan 6 : “ *8 jam kaka* ” (ND)

Informan 7 : “ *saya biasa kerja 8 jam* ” (M)

Informan 8 : “ *beta kerja biasa 8 jam* ” (A)

Informan 9 : “ *kerja 8 jam* ” (V)

Informan 10 : “ *biasa beta kerja 8 jam kaka* ” (R)

#### **Praktik Pemberian Makanan**

Seluruh informan utama menyatakan bahwa mereka sendiri yang menyiapkan makanan anak dan yang memberikan makan anak ketika ibu sedang bekerja antara lain oma, bapak dan pengasuh. Seluruh informan memberikan MPASI saat anak berusia enam bulan. Seluruh informan memberikan makan kepada anaknya tiga kali sehari, yaitu pagi, siang, sore. Jenis makanan yang di berikan sehari-hari kepada balita adalah nasi, sumber protein, nabati seperti tahu dan tempe, protein hewani seperti telur. Cemilan yang di berikan untuk balita adalah biskuit, roti dan buah

buah. Porsi makan dari empat belas anak itu berbeda-beda ada yang satu centong nasi dan ada yang dua centong nasi. Pengolahan bahan makanan sudah baik, dari hasil survei dan wawancara ibu selalu memperhatikan kebersihan bahan makanan dan kebersihan tangan saat menyiapkan makanan.

Informan 1 : *“saya yang masak dan ade pu makan itu oma yang kasi makan”*(K)

Informan 2 : *“beta yang masak kaka, terus yang kasi makan itu ada tantenya”* (ML)

Informan 3 : *“dia pu mama yang masak dan beta yang kasi makan”*(M)

Informan 4 : *“dari 6 bulan itu beta su kasih makan 3 kali sehari. Ya kadang ju kasih makan dia makan ringan juga, ke biskuit, atau roti begitu. Tapi yang full makan sampe kasih habis itu di umur 10 bulan, itu dia makan sudah lumayan.”* (ML)

Informan 5 : *“3 kali makan dalam satu hari dengan porsi makan 2 centong nasi”*(MT)

Informan 6 : *“ade makan satu hari tu 3 kali dengan porsi makan 2 centong nasi dan biasanya habis”* (I)

Informan 7 : *“bervariasi dia pu menu, biasa bubur dengan marungga kalau sonde dengan bayam terus lauknya ada ikan, ayam telur”*(M)

Informan 8 : *“iya bervariasi, kalau pagi tu biasanya makan bubur jadi beta biasa campur dengan marungga terus kalau siang tu biasanya nasi dengan ayam kalau sonde ikan”* (ML)

Informan 9 : *“bervarias sekarang menunya ikut orang dewasa jadi kalau kami makan apa dia juga akan makan yang itu juga”*(I)

Informan 10 : *“beta kalau masak tu selalu bervariasi setiap harinya”* (R)

### **Praktik Kebersihan Diri**

Seluruh informan memandikan anak 2 kali sehari, mencuci tangan anak sebelum makan tetapi ada beberapa informan yang tidak mencuci tangan anak sebelum makan dengan alasan tangan masih bersih dan mereka memberi makan anak engan menggunakan sendok, membersihkan badan anak ketika selesai BAB, ada yang langsung memandikan anak ketika waktu BAB bertepatan dengan jam mandi. Cara pengolahan sampah dengan cara di kumpulkan kemudian di bakar tetapi ada beberapa informan yang mengulupakan sampah dan membuang sampah di tempat sampah umum.

Informan 1 : *“ iya bisa mandi dua kali pagi dengan sore”*(V)

Informan 2 : *“ mandi pagi deng sore sa ”*(ND)

Informan 3 : *“ kadang sonde cuci kalau tangan masi bersih, ko beta biasa kasi makan dia pake sendok”*(EH)

Informan 4 : *“beta selalu kasi tau untuk cuci karna kadang di kasi tinggal makan sendiri jadi nanti di di comot-comot”* (I)

Informan 5 : *“ di cebok, bersih- bersih saja, tapi kalau bertepatan dengan jam mandi berarti kasi mandi”* (KR)

Informan 6 : *“kalau dia su mandi dan minta PUP na di bersikan saja”*(MT)

Informan 7 : *“di cebo saja”*(A)

Informan 8 : *“kumpul dan buang di tempat sampah umum”* (I)

Informan 9 : *“beta biasanya kumpul sampah di samping rumah, nanti kalo su banyak baru bakar”*(K)

Informan 10 : *“kalau beta kumpul ko su cukup banyak na buang di tempat sampah umum”*(MT)

## **Praktik Perawatan Kesehatan**

Informan memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan dengan baik, di dukung dengan keterjangkauan fasilitas pelayan kesehatan yang mudah di jangkau. Jeluruh informan mengaku pentingnya rutin membawa anak ke posyandu untuk pertumbuhan dan kesehatan anak. Sebagian informan langsung membawa anak ke pelayan kesehatan ketika anak sakit seperti demam, pilek, batuk tetapi ada beberapa informan yang tidak langsung membawa anak ke pelayanan kesehatan tetapi memberikan obat yang ada di rumah.

Informan 1 : *“ beta rasa pelayan Kesehatan di sini sudah cukup baik tapi kalau mau jujur kadang waktu ukur lingkaran kepala anak itu ada yang sesuai dan ada yang tidak sesuai karna kalau sesuai maka pas di atas cuping telinga tapi da yang dari atas, terus kalau berat badan anak turun tau stak di situ sonde naik, itu sonde ada yang kasi tau solusinya apa begitu. Kalau ibunya tau tentang gizi bagus ma kalau itu ibu sonde paham na sudah di biarkan begitu sa” (I)*

Informan 2 : *“Iya sudah baik” (M)*

Informan 3 : *“sudah baik” (R)*

Informan 4 : *“biasa di posyandu ya, timbang badan ukur tinggi, LILA, lingkaran kepala, imunisasi terus biasa dapat bubur kacang ijo dengan telur kadang bubur kacang ijo sa terus biasa kadang ada sosialisai dari mahasiswa dong tentang stunting, rabies dong” (KR)*

Informan 5 : *“biasa di kasi makan ada penyuluhan stunting ju terus timbang ana-ana dong pu berat badan, tinggi dengan ukur lingkaran kepala ju” (V)*

Informan 5 : *“paling dong timbang habis, kadang dapat bubur kacang” (ND)*

Informan 6 : *“langsung ke RS untuk di tanggani” (K)*

Informan 7 : *“di rumah ada obat jadi biasa kasi obat dulu kalau sonde mempan baru bawa pi rs” (A)*

Informan 8 : *“langsung bawa ke dokter karna ade ada dokter pribadi juga” (ND)*

Informan 9 : *“langsung ke rs untuk di tanggani” (K)*

Informan 9 : *“langsung di bawa ke RS” (KR)*

## **Pembahasan**

### **1. Pekerjaan Ibu**

Pekerjaan ibu merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi pola asuh dan status gizi balita.<sup>9</sup> Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa seluruh informan utama adalah ibu yang bekerja, dengan durasi kerja rata-rata selama 8 jam atau lebih setiap hari. Jenis pekerjaan para ibu bervariasi, mulai dari Pegawai Negeri Sipil (PNS), karyawan swasta, hingga pegawai BUMD.

Aktivitas kerja yang padat menyebabkan keterbatasan waktu dalam mendampingi anak secara langsung, terutama dalam aspek pengasuhan dan pemantauan tumbuh kembang anak. Oleh karena itu, para ibu cenderung mengandalkan dukungan dari anggota keluarga lain seperti suami, nenek, atau pengasuh untuk membantu merawat anak selama mereka bekerja. Meskipun demikian, sebagian besar ibu tetap berperan aktif dalam menyiapkan makanan anak sebelum berangkat kerja dan memastikan anak mendapatkan asupan gizi yang cukup. Beberapa ibu bahkan pulang di waktu istirahat untuk menyuapi anak mereka secara langsung.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Maulida dan Cahyati yang menunjukkan bahwa ibu yang bekerja lebih dari 8 jam sehari mengalami kesulitan dalam mengatur waktu antara

pekerjaan dan tanggung jawab pengasuhan, yang berdampak pada keterlibatan langsung dalam pengasuhan anak. Hal ini memperkuat temuan bahwa keterlibatan anggota keluarga lain, seperti nenek atau pengasuh, menjadi alternatif utama dalam menjaga anak saat ibu bekerja.<sup>10</sup>

Temuan ini memperkuat teori dari Champion bahwa ibu yang bekerja menghadapi tantangan dalam membagi waktu antara tanggung jawab pekerjaan dan peran sebagai pengasuh utama anak.<sup>11</sup> Hal ini berdampak pada kualitas pola asuh yang diberikan, khususnya dalam praktik pemberian makan dan pemantauan pertumbuhan anak. Beberapa informan pendukung menyatakan bahwa mereka menjadi pihak yang memberikan makan kepada anak selama ibu bekerja, dengan menggunakan makanan yang telah disiapkan oleh ibu sebelumnya. Meskipun makanan yang diberikan umumnya bergizi seimbang dan sesuai dengan kebutuhan balita, keterlibatan ibu yang terbatas dapat memengaruhi efektivitas pemenuhan kebutuhan gizi anak, terutama dalam hal frekuensi, porsi makan.

Keterbatasan waktu juga berpengaruh pada partisipasi ibu dalam kegiatan posyandu, yang merupakan salah satu sarana penting untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan balita. Beberapa informan menyatakan bahwa mereka tidak dapat membawa anak ke posyandu karena kesibukan kerja, sehingga tugas tersebut diwakilkan kepada keluarga lain. Hal ini sesuai dengan pendapat Khair *et al* yang menyatakan bahwa ibu yang bekerja memiliki waktu yang lebih sedikit untuk merawat anak dibandingkan ibu yang tidak bekerja, sehingga kualitas pengasuhan dapat terpengaruh dan berdampak pada status gizi anak.<sup>12</sup>

## **2. Praktik Pemberian Makan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa praktik pemberian makan kepada anak balita masih menjadi prioritas bagi ibu meskipun mereka bekerja. Sebagian besar informan menyatakan bahwa mereka menyiapkan makanan sebelum berangkat kerja, kemudian disimpan untuk diberikan oleh pengasuh atau anggota keluarga lain. Penelitian ini sejalan dengan hasil studi Fadilah dan Sari yang menemukan bahwa ibu bekerja cenderung menyiapkan makanan sebelum berangkat kerja, namun pelaksanaan pemberian makan dilakukan oleh pengasuh. Variasi menu yang terbatas dan pemilihan makanan cepat saji menjadi tantangan dalam menjaga keseimbangan gizi anak

Dalam hal variasi makanan, yang perlu dilakukan ibu dalam mengatasi masalah kebosanan anak untuk makan adalah membuat menu makanan harian yang bervariasi dan tetap meringankan keinginan anak namun tentu mampu memenuhi kebutuhan asupan gizi harian anak.<sup>13</sup> Hal ini diperkuat dengan temuan penelitian ini, bahwa ibu membuat variasi menu makan anak berbeda-beda sehingga anak tidak bosan dan menghabiskan makanannya.

Berdasarkan hasil wawancara kepada informan utama didapatkan gambaran bahwa makanan yang biasanya diberikan berasal dari bahan pokok, sayur dan lauk-pauk, untuk buah anak jarang diberikan. anak lebih sering makan dengan nasi ditambah lauk pauk seperti tahu, tempe, telur, ikan maupun sayur. Ada beberapa informan yang memberi makan selingan anak dengan makan buah atau cemilan seperti roti dan biskuit. Dalam hal porsi makan yang diberikan, didapatkan gambaran bahwa semua anak tidak memiliki masalah sulit makan. Ketika makan, anak-anak mengkonsumsi lebih dari 5 suap bahkan menghabiskan 1 centong nasi.

Pengetahuan ibu mengenai makanan bergizi untuk anak sudah bagus, hal ini didasarkan pada hasil wawancara dimana semua ibu menyebutkan bahwa makanan anak yang baik itu terdiri dari sayur, ikan, daging, nasi, sayur dan buah. Dalam praktik sehari-hari anak diberi makan nasi dengan lauk ikan, telur, tahu, dan sayur. Keadaan ini dibenarkan dari hasil

wawancara dengan informan, apabila keadaan ekonomi sedang baik maka anak akan diberi makan dengan komposisi yang cukup, dengan kata lain faktor ekonomi sangat berpengaruh terhadap kebiasaan makan sehari-hari. Dengan demikian, meskipun pemahaman gizi ibu tergolong baik dan praktik pemberian makan disesuaikan dengan standar kesehatan, keterlibatan langsung ibu yang terbatas dalam proses makan anak karena alasan pekerjaan menyebabkan pola asuh pada aspek ini belum sepenuhnya sesuai dengan standar pola asuh optimal yang menekankan pada peran aktif dan konsisten ibu dalam memberikan makanan kepada anak. Kondisi ini dapat berisiko menurunkan kualitas pemberian makan dari segi keteraturan, kuantitas, atau bahkan ketepatan tekstur makanan sesuai usia anak. Oleh karena itu, meskipun secara teknis pemberian makan telah sesuai standar, keterlibatan ibu yang kurang membuat praktik ini belum sepenuhnya ideal menurut teori pola asuh yang optimal.

Syamsuddin juga menemukan bahwa pengetahuan dan edukasi gizi yang dimiliki pengasuh sangat memengaruhi keberhasilan praktik pemberian makan. Meskipun ibu telah menyiapkan makanan bergizi, namun tanpa pemahaman pengasuh tentang pentingnya tekstur, frekuensi, dan porsi makanan, pemenuhan gizi anak belum optimal.<sup>13</sup>

### **3. Praktik Kebersihan Diri**

Praktik kebersihan diri bertujuan untuk mencegah terjadinya penyakit yang disebabkan oleh kuman, resiko yang tinggi saat praktik kebersihan tidak diterapkan dengan baik adalah munculnya bakteri. Bakteri-bakteri inilah yang akan masuk ketubuh anak melalui makanan yang disajikan dirumah dan dapat berdampak kepada kesehatan anak tersebut, salah satunya seperti timbulnya penyakit diare dan dapat anak kehilangan cairan serta jumlah zat gizi yang penting bagi tubuh.<sup>14</sup>

Dari hasil wawancara menunjukkan sebagian besar ibu mempraktikkan kebersihan pada balita dengan memandikan anak dua kali sehari, mencuci kaki dan tangan setelah anak bermain, kebersihan dilingkungan tempat tinggal yang mendukung sehingga memungkinkan anak untuk bermain, sedangkan pengolahan sampah walaupun dibakar tetapi sampah tidak dibiarkan berserakan, sehingga memungkinkan anak tidak mudah terserang penyakit.

Kebiasaan mencuci tangan setelah buang air besar dengan sabun dengan benar sangat penting dan dapat meminimalisir risiko penularan maupun terjadinya diare. Kebiasaan yang berhubungan dengan kebersihan merupakan bagian penting dalam penularan diare, sehingga dengan mencuci tangan dengan benar dan tepat dapat memutus rantai penularan penyakit diare. Hal ini disebabkan karena balita sangat rentan terhadap mikroorganisme dan berbagai agen infeksius.<sup>14</sup> Segala aktivitas balita dibantu oleh orang tua khususnya ibu, sehingga mencuci tangan sangat diperlukan oleh ibu sebelum dan sesudah kontak dengan balita. Tujuannya untuk menurunkan risiko teradinya diare pada balita. Mencuci tangan yang baik dan benar dapat menurunkan angka kejadian diare sebesar 47%.<sup>15</sup>

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu atau pengasuh telah membiasakan anak untuk mandi dua kali sehari, mencuci tangan dan kaki setelah bermain, serta menjaga kebersihan rumah dan alat makan Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran akan pentingnya sanitasi dan kebersihan telah ditanamkan kepada anak meskipun ibu tidak selalu terlibat langsung. Namun, masih ditemukan praktik tidak mencuci tangan sebelum memberi makan dengan alasan tangan masih terlihat bersih atau karena menggunakan sendok Padahal, kebiasaan mencuci tangan sebelum memberi makan sangat berpengaruh terhadap kejadian diare pada balita, karena balita sangat rentan terhadap mikroorganisme penyebab infeksi.<sup>13</sup>

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Dewi dan Rahmawati yang menunjukkan bahwa praktik kebersihan seperti mencuci tangan pada balita masih rendah di keluarga ibu bekerja, terutama jika pengasuh tidak dibekali edukasi kebersihan. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi mengenai praktik higienis perlu diperluas tidak hanya kepada ibu tetapi juga kepada seluruh anggota keluarga yang berperan sebagai pengasuh.<sup>16</sup>

Demikian pula UNICEF menempatkan sanitasi lingkungan dan kebersihan sebagai salah satu dari tiga pilar utama pola asuh yang baik.<sup>7</sup> Maka, dapat disimpulkan bahwa praktik kebersihan dalam penelitian ini cukup baik, tetapi masih memerlukan perbaikan dalam hal konsistensi dan kesadaran akan pentingnya mencuci tangan sebelum menyentuh makanan.

#### **4. Praktik Perawatan Kesehatan**

Pemanfaatan pelayanan di puskesmas Oepoi yang mudah dijangkau membuat masyarakat selalu memeriksakan diri ke puskesmas, dikarenakan akses jalan yang mudah. Dalam hal perawatan kesehatan, mayoritas ibu bekerja menyatakan bahwa mereka membawa anak ke posyandu secara rutin untuk memantau pertumbuhan dan mendapatkan imunisasi. Jika tidak bisa hadir karena kesibukan, mereka biasanya meminta bantuan anggota keluarga lain.

Seluruh informan utama dan informan pendukung dalam penelitian ini mengatakan anak diimunisasi lengkap sebelum satu tahun. sebagian besar anak diberikan imunisasi di posyandu. Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara kepada informan. Dalam penelitian ini terlihat, semua anak diimunisasi lengkap. Terdapat hal menarik mengenai lengkapnya pemberian imunisasi di wilayah penelitian ini. Menurut informasi yang didapat dari kader dan salah satu petugas kesehatan, ketika posyandu selalu ramai setiap bulan oleh ibu-ibu di posyandu.

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas ibu bekerja menyatakan membawa anak ke posyandu secara rutin untuk memantau pertumbuhan dan mendapatkan imunisasi dasar. Beberapa ibu yang tidak bisa hadir secara langsung karena pekerjaan biasanya meminta suami atau anggota keluarga lain untuk membawa anak ke posyandu. Selain itu, ibu juga memastikan anak mendapatkan pengobatan saat sakit dan memberikan vitamin atau suplemen secara berkala. Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran dan perhatian terhadap kesehatan anak tetap tinggi, meskipun pelaksanaannya seringkali dilakukan oleh orang lain atas sepengetahuan ibu.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Haris yang menegaskan bahwa kehadiran ibu di posyandu berkorelasi dengan keberhasilan pemantauan pertumbuhan anak secara optimal. Anak yang dibawa langsung oleh ibunya cenderung mendapatkan informasi gizi dan pelayanan kesehatan secara lengkap dibandingkan dengan yang diwakilkan.<sup>18</sup> Ketika anak sakit, para ibu dengan sigap mengambil tindakan medis. Jika penyakit ringan seperti demam, mereka merawat di rumah terlebih dahulu. Namun, jika gejala tidak membaik dalam beberapa hari, anak langsung dibawa ke fasilitas kesehatan. Dalam penelitian Fitriani dan Yusuf, menunjukkan bahwa ibu bekerja sering kali menunda membawa anak ke fasilitas kesehatan ketika anak sakit ringan, karena alasan keterbatasan waktu. Padahal, keterlambatan penanganan dapat memperburuk kondisi kesehatan dan berpengaruh pada status gizi anak.<sup>19</sup>

Dengan demikian, praktik perawatan kesehatan oleh ibu bekerja dalam penelitian ini sudah sesuai dengan standar pola asuh yang baik, karena layanan kesehatan dasar tetap diakses secara rutin dan anak tetap mendapatkan perhatian medis meskipun ibu memiliki keterbatasan waktu.



## **5. Status Gizi**

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian besar anak balita dari ibu yang bekerja memiliki status gizi yang baik. Hal ini terlihat dari buku KMS, di mana 7 orang anak (70%) memiliki berat badan yang sesuai dengan umurnya, artinya gizinya baik. Namun, ada juga 7 orang anak lainnya (70%) yang memiliki berat badan kurang, atau disebut gizi kurang. Status gizi ini dinilai dari berat badan anak dibandingkan dengan usianya (BB/U) menggunakan data dari buku KMS (Kartu Menuju Sehat). Anak yang berat badannya berada di bawah garis merah (BGM) di KMS termasuk kategori gizi kurang, sedangkan yang berat badannya di atas garis hijau muda termasuk gizi baik.

Anak balita mengalami gizi kurang karena keterbatasan waktu ibu yang bekerja dalam memberikan perhatian langsung kepada anak, terutama dalam hal pemberian makan, kebersihan, dan pemantauan kesehatan. Sebagian besar ibu bekerja selama 8 jam atau lebih per hari, sehingga anak diasuh oleh orang lain seperti nenek atau pengasuh yang tidak selalu memahami kebutuhan gizi anak secara tepat. Selain itu, ada ibu yang tidak sempat membawa anak ke posyandu karena sibuk bekerja, sehingga pertumbuhan anak tidak terpantau secara rutin.

## **Kesimpulan**

1. Pekerjaan ibu berdampak pada pola asuh balita, terutama karena durasi kerja yang panjang membuat keterlibatan langsung ibu menjadi terbatas, sehingga pengasuhan bergantung pada anggota keluarga lain.
2. Praktik pemberian makan dilakukan dengan cara ibu menyiapkan makanan sebelum berangkat kerja. Namun, pemberian makan dilimpahkan kepada orang lain. Seluruh ibu memberikan MP-ASI sejak usia enam bulan dan menunjukkan pemahaman baik tentang pentingnya gizi seimbang.
3. Praktik kebersihan diri dan lingkungan telah diterapkan dengan baik oleh sebagian besar ibu dan keluarga, meskipun masih ada praktik tidak mencuci tangan sebelum memberi makan yang perlu diperbaiki.
4. Praktik perawatan kesehatan dilakukan secara rutin melalui kunjungan ke posyandu. Ibu juga cepat tanggap ketika anak sakit dan membawa anak ke fasilitas kesehatan jika dibutuhkan.

## **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar petugas kesehatan dan kader posyandu lebih aktif dalam memberikan edukasi kepada ibu bekerja mengenai pentingnya keterlibatan langsung dalam praktik pemberian makan, kebersihan, dan perawatan kesehatan balita. Edukasi dapat dilakukan melalui penyuluhan rutin di posyandu atau media sosial yang mudah diakses oleh ibu yang memiliki keterbatasan waktu. Bagi ibu bekerja, disarankan untuk mengatur waktu sebaik mungkin agar tetap dapat terlibat secara langsung dalam pengasuhan anak, khususnya dalam hal pemberian makan dan pemantauan kesehatan anak secara rutin. Ibu juga diharapkan dapat memberikan arahan yang jelas kepada anggota keluarga atau pengasuh yang membantu merawat anak saat ibu bekerja. Peran serta keluarga sangat penting dalam mendukung keberhasilan pola asuh anak, oleh karena itu, keluarga perlu dibekali pengetahuan dasar mengenai gizi, kebersihan, dan perawatan kesehatan balita. Selain itu, pemerintah daerah dan pemangku kepentingan diharapkan dapat menyediakan layanan pendukung bagi ibu bekerja, seperti tempat penitipan anak yang terintegrasi dengan layanan gizi dan kesehatan. Untuk peneliti selanjutnya, disarankan untuk

melakukan penelitian dengan pendekatan kuantitatif agar hubungan antara pekerjaan ibu dan status gizi balita dapat diukur secara statistik serta memperluas lokasi penelitian guna mendapatkan hasil yang lebih representatif.

#### **Daftar pustaka**

1. Khasanah, N. A., & Sulistyawati, W. 2018. Karakteristik Ibu Dengan Kejadian Gizi Kurang Pada Balita 6-24 Bulan Di Kecamatan Selat, Kapuas Tahun 2016. *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(1), 1-8.
2. Pratiwi, T. D., Masrul, M., & Yerizel, E. 2016. Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3).
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. *Laporan Riskesdas 2018 Nasional*. Jakarta.
4. Riskesdas 2018. "Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar." Kementerian Kesehatan Republik Indonesia,.
5. Dinas Kesehatan Kota Kupang. 2020. *Profil Kesehatan Data Gizi Buruk Balita*. Kota Kupang.
6. UNICEF. 2013. "UNICEF Annual Report 2013 - Indonesia UNICEF Annual Report 2013 - Indonesia." *UNICEF Annual Report 2013*.
7. Purwani, E., & Mariyam. 2013. Pola Pemberian Makan Dengan Status Gizi Anak Usia 1 Sampai 5 Tahun Di Kabunan Taman Pemalang. *Keperawatan Anak: 30-36*.
8. Cholifatun, N., & Muniroh, L. 2015. Hubungan Tingkat Pendidikan, Tingkat Pengetahuan Dan Pola Asuh Ibu Dengan Wasting Dan Stunting Pada Balita Keluarga Miskin. *Media Gizi Indonesia: 84-90*.
9. Renyoet, B. S., & Veni Hadju, S. N. R. Hubungan Pola Asuh Dengan Kejadian Stunting Anak Usia 6-23 Bulan Di Wilayah Pesisir Kecamatan Tallo Kota Makassar Wilayah Pesisir Merupa. *Jurnal Ilmu Gizi Fkm Univ. Hasanuddin Makassar, 1-13*.
10. Maulida, S., & Cahyati, A. 2023. Durasi Kerja Ibu Dan Kualitas Pola Asuh Terhadap Balita Usia 1-5 Tahun Di Jakarta Timur. *Jurnal Gizi Dan Tumbuh Kembang Anak, 6(1), 25-33*.
11. Champion, V. L., & Skinner, C. S. 2012. *The Health Belief Model*. Dalam K. Glanz, B. K.
12. Khair, R. M., Yulidasari, & Rahayu, E. W. 2021. Peran Ibu Bekerja Terhadap Kesehatan Dan Gizi Anak Balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat, 10(2), 121-128*.
13. Syamsuddin, H., Ramli, R., & Astuti, N. 2023. Peran Edukasi Pengasuh Terhadap Keberhasilan Praktik Pemberian Makan Anak Balita Di Keluarga Ibu Bekerja. *Jurnal Pendidikan Kesehatan, 10(2), 99-107*.
14. Makmur, A. 2008. Analisis Pelaksanaan Usaha Perbaikan Gizi Balita Di Posyandu Terintegrasi Taman Posyandu Di Desa Kedawung Kab. Kebumen Tahun 2008. *Tesis*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia
15. Firmansyah, Y. W., Ramadhansyah, M. F., Fuadi, M. F., & Nurjazuli, N. 2020. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Diare Pada Balita: Sebuah Review. *Bul. Keslingmas, 40(1), 1-6*.
16. Dewi, N. A., & Rahmawati, I. 2023. Pengaruh Edukasi Kebersihan Terhadap Perilaku Mencuci Tangan Pada Pengasuh Balita Di Wilayah Urban Padat Penduduk. *Jurnal Promotif Kesehatan, 11(1), 32-39*.
17. Rohmah, N., & Syahrul, F. 2017. Hubungan Kebiasaan Cuci Tangan Dan Penggunaan Jamban Sehat Dengan Kejadian Diare Balita. *Jurnal Berkala Epidemiologi, 5(1), 95-106*.

18. Haris, A., Ningsih, T., & Sulaiman, R. 2024. Kehadiran Ibu Di Posyandu Dan Hubungannya Dengan Keberhasilan Pemantauan Pertumbuhan Anak. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 12(1), 45–53.
19. Fitriani, L., & Yusuf, R. 2023. Keterlambatan Kunjungan Ke Fasilitas Kesehatan Pada Ibu Bekerja Dan Dampaknya Terhadap Status Gizi Anak. *Jurnal Kesehatan Anak*, 8(3), 211–218.