

## Pengaruh Pola Asuh Demokratis Terhadap Pemenuhan Gizi Melalui Pemberian Bekal Makanan Anak Usia Dini Kelompok B Usia 5-6 Tahun

Melinda Karim<sup>1\*</sup>, Irvin Novita Arifin<sup>2</sup>, Yenti Juniarti<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Negeri Gorontalo

Email : [melindakarim444@gmail.com](mailto:melindakarim444@gmail.com)

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola asuh demokratis orang tua terhadap pemenuhan gizi melalui pemberian bekal makanan anak usia dini Kelompok B usia 5-6 Tahun. Jenis penelitian ini adalah *Expost Facto*. Populasi berjumlah 40 orang anak dan sampel penelitian 17 orang anak. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan metode observasi dan angket. Berdasarkan hasil analisis data nilai  $t_{hitung} = 4.78$  dan  $t_{tabel} = 0.206$ ,  $4.78 > 0.206$  maka  $h_0$  ditolak dan  $h_a$  diterima sehingga terdapat pengaruh pola asuh demokratis orang tua terhadap pemenuhan gizi anak, Data yang diperoleh dari pola asuh demokratis memiliki nilai maksimum 22 dan nilai minimum 17, rata-rata diperoleh 19.94 untuk pemenuhan gizi melalui bekal makan diperoleh nilai maksimum 18 dan minimum 13 rata-rata sebesar 15.82, maka dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh lemah pola asuh demokratis terhadap pemenuhan gizi anak karena dari data yang diperoleh nilai pola asuh lebih tinggi dari nilai pemenuhan gizi.

**Kata kunci:** Bekal Makanan; Gizi Anak; Pola Asuh Demokratis

### ABSTRACT

This study aims to determine the influence of democratic parenting styles on nutrition fulfillment through lunch box provision for early childhood Group B aged 5-6 years. This Expost Facto research was conducted on a population of 40 children, with a sample of 17 children. Data were collected through observation and questionnaires. Based on the data analysis result, the value  $t_{count} = 4.78$  and  $t_{table} = 0.206$ ,  $4.78 > 0.206$  the  $h_0$  is rejected, and  $h_a$  is accepted so that there is an influence of democratic parenting styles on the fulfillment of children's nutrition, The data obtained from democratic parenting has a maximum value of 22 and a minimum value of 17, with an average of 19.94, Regarding the fulfillment of nutrition through lunch box provision, the maximum value was 18 and the minimum 13, with an average of 15.82. Thus, it can be concluded that there is a weak influence of the democratic parenting style on the fulfillment of children's nutrition because the data showed that the parenting styles were higher than nutritional value.

**Keywords:** Lunch Box; Children Nutrition; Democratic Parenting Styles

© 2023 Melinda Karim, Irvin Novita Arifin, Yenti Juniarti  
Under the license CC BY-SA 4.0

## **PENDAHULUAN**

Perkembangan dan pertumbuhan manusia dewasa ini dipengaruhi oleh masa kanak-kanaknya. Masa kanak-kanak merupakan masa yang paling tepat untuk memberikan yang terbaik pada kehidupannya kelak. Menurut Rusilanti untuk menunjang perkembangan dan pertumbuhan pada masa keemasan (*Golden Age*) asupan gizi yang baik dan tubuh yang sehat. Pemenuhan gizi bagi anak dengan baik dan cukup bukanlah hal yang mudah. Adapun beberapa masalah seperti defisiensi zat gizi, kekurangan vitamin A, gangguan akibat kekurangan yodium, gizi kurang, kegemukan (obesitas) dan lain-lain (Rusilanti, 2015).

Gizi sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak. Asupan nutrisi yang tidak seimbang akan mengakibatkan anak kependekan, kekurusan, maupun kegemukan. Anggapan bahwa anak gemuk adalah anak yang sehat merupakan cara pandang yang telah dibangun sejak lama oleh orang tua zaman dulu. Namun anggapan tersebut masih diyakini banyak keluarga modern saat ini. Hal tersebut menyebabkan orang tua sekarang lebih mengutamakan kuantitas makanan yang

dikonsumsi anaknya dibandingkan kualitas gizi yang terkandung di dalamnya (Udjani, 2012). Pemenuhan asupan gizi harus seimbang dan sesuai kebutuhan usia yang diperlukan. Seiring dengan usia anak, maka asupan gizi yang lengkap semakin dibutuhkan untuk mendukung kebutuhan tumbuh kembang anak. Konsumsi makanan sehat yang diimbangi perilaku hidup sehat, maka pemenuhan gizi akan terpenuhi (Pertumbuhan, 2022).

Usia balita merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat dan rawan terhadap kekurangan gizi. Disertai dengan perubahan yang memerlukan zat-zat gizi yang jumlahnya lebih banyak dengan kualitas tinggi. Akan tetapi, balita termasuk kelompok rawan gizi yang mudah menderita kelainan gizi karena kekurangan makanan yang dibutuhkan. Masalah gizi balita yang harus dihadapi Indonesia pada saat ini adalah masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih. Masalah gizi kurang disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, sanitasi lingkungan yang kurang baik, kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi dan kesehatan, sedang masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada masyarakat

disertai kurangnya pengetahuan gizi dan kesehatan (Ariani, 2017).

Kementerian Kesehatan merilis data prevalensi stunting di 5 (lima) Kabupaten dan Kota di Gorontalo pada akhir Januari 2023. Data tersebut hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022. Dari data tersebut tercatat prevalensi *stunting* atau tengkes Gorontalo mencapai 23,8 persen. Prevalensi *stunting* di Kabupaten Gorontalo 2022 memiliki presentase tertinggi yaitu mencapai angka 30,8 Kabupaten Boalemo 29,9 Gorontalo Utara 29,3 Kabupaten Bone Bolango 22,3 Kota Gorontalo 19,1 dan Kabupaten Pohuwato paling rendah 6,4 persen. Mengatasi masalah gizi ini perlu adanya keterlibatan Pemerintah untuk mengurangi angka *stunting*. Selain pemerintah, orang tua sangat diperlukan dalam pemenuhan gizi anak dengan memberikan makanan gizi seimbang setiap harinya.

Menurut Fazria (2020) peran orang tua sangat penting dalam pemenuhan gizi karena saat seperti ini anak sangat membutuhkan perhatian dan dukungan orang tua dalam menghadapi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Untuk mendapatkan gizi yang baik diperlukan pengetahuan gizi yang baik dari

orang tua agar dapat menyediakan menu pilihan yang seimbang. Menurut Zulfatun dan Eva (2021) dalam sebuah keluarga yang memiliki kedudukan utama adalah orang tua, hal ini karena dari keluargalah peran orang tua sebagai pendidik yang pertama bagi anak-anaknya. Pola asuh orang tua sebagai salah satu faktor penentu dalam membiasakan anak dalam mengkonsumsi makanan sehat dan bergizi sejak usia dini. Pola asuh adalah cara orang tua mendidik anak dalam memenuhi kebutuhan fisik dan nonfisik anak, Pentingnya membiasakan anak untuk mengkonsumsi makanan sehat dan bergizi berguna bagi anak agar dapat memahami pentingnya gizi bagi tubuh, sehingga memberikan pengetahuan anak dalam mengkonsumsi makanan sehat sehari-hari (Harlistyarintica & Fauziah, 2020).

Pola asuh menurut Hurlock dibedakan menjadi tiga yaitu pola asuh otoriter, demokratis, dan pola asuh permisif. Pola asuh demokratis orang tua adalah pola asuh orang tua yang bercirikan adanya musyawarah dalam keluarga, kebebasan yang terkendali, pengarahan dari orang tua, bimbingan dan perhatian, saling menghormati antar anggota keluarga dan komunikasi dua arah sehingga pola asuh

demokratis bisa dijadikan tipe pola asuh yang dapat memenuhi gizi yang baik dan seimbang pada anak untuk kebaikan pertumbuhan dan perkembangan anak juga. Proses pertumbuhan dan perkembangan anak saat ini sudah mengenal makanan yang siap saji (*fast food*) sehingga menyebabkan anak suka pilih-pilih makanan seperti anak yang cenderung suka makanan ringan dan tidak suka dengan sayuran. Hal ini dapat menyebabkan gangguan pola makan jika tidak segera diatasi, akan mengakibatkan anak sulit makan.

Berdasarkan pengamatan awal di TK Cut Nya Dien Desa Lakeya Kecamatan Tolangohula Kabupaten Gorontalo yang berjumlah 40 orang anak, pemberian makanan bekal masih perlu dioptimalkan. Bekal anak-anak yang dibawa dari rumah adalah makanan siap saji seperti nasi kuning dan mie goreng maupun snack. Jika anak diberi bekal nasi kuning dan mie goreng setiap hari maka asupan nutrisi anak tersebut dapat dikatakan belum terpenuhi dengan baik serta akan berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangannya. Selain itu, masih terdapat beberapa anak ketika datang ke sekolah sering jajan sembarangan tentu hal ini, karena ketidak tahuan orang tua tentang

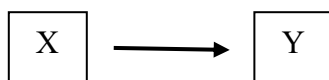
asupan gizi yang baik bagi pertumbuhan dan perkembangan anak, beberapa anak juga tidak menyukai makanan yang bergizi seperti sayur dan cenderung lebih suka jajan diluar yaitu makanan dan minuman yang manis, permasalahan yang ditemukan merupakan masalah yang berkaitan dengan gizi anak dalam bekal makanan anak yang perlu diperhatikan.

Rendahnya konsumsi makanan sehat dan bergizi seperti sayur, buah berawal dari kegagalan pembiasaan sejak usia dini, banyak ditemukan anak-anak yang tidak suka dengan sayur-sayuran hal ini disebabkan oleh pola konsumsi yang diterapkan dalam keluarga, makanan siap saji selalu menjadi menu pilihan orang tua tanpa memperhatikan asupan gizinya (Rostinah & Nelly, 2022).

Berdasarkan latar belakang diatas saya ingin meneliti seberapa besar “Pengaruh Pola Asuh Demokratis terhadap Pemenuhan Gizi melalui Pemberian Bekal Makanan Anak Usia Dini Kelompok B Usia 5-6 Tahun di TK Cut Nya Dien Desa Lakeya Kecamatan Tolangohula Kabupaten Gorontalo”.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilaksanakan di TK Cut Nya Dien Desa Lakeya Kecamatan Tolangohula Kabupaten Gorontalo. Tahun ajaran 2022/2023. Selama 2 bulan, mulai dari persiapan, pengambilan data dan membuat laporan akhir. Penelitian ini merupakan jenis penelitian *ekspost facto* (*ekspost facto rears*) meneliti hubungan sebab akibat dilakukan terhadap program, kegiatan atau kejadian yang telah berlangsung atau terjadi. Dengan rancangan atau desain penelitian sebagai berikut.



Keterangan:

**Tabel 1. Kisi-kisi Angket Pola Asuh Demokratis**

<b>Aspek</b>	<b>Indicator</b>	<b>Description</b>
Pola asuh demokratis	1. Kehangatan	1. Memberikan perhatian penuh pada anak
		2. Memberikan kasih sayang kepada anak
		3. Kesiadaan untuk terus menerus memberikan arahan dan bimbingan kepada anak

X = Pola asuh demokratis

Y = Pemenuhan Gizi Anak

Ada dua variabel yang diteliti dalam penelitian ini yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Menurut Sugiyono, (2011: 61) variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen atau terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pola asuh demokratis (x). Menurut Sugiyono, (2011: 61) variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi aibat. Variabel terikatnya adalah Pemenuhan Gizi Anak melalui Pemberian Bekal Anak (y).

- |  |   |
|--|---|
| 2. Peraturan dan disiplin                  | 1. Menetapkan batasan yang jelas tanpa kaku tentang kegiatan anak<br>2. Menetapkan aturan secara konsisten<br>3. Melatih kemandirian dan tanggung jawab   |
| 3. Mengakui dan menghargai keberadaan anak | 1. Memahami kemampuan dan kelemahan anak<br>2. Melibatkan anak dalam pengambilan keputusan<br>3. Menanggapi pendapat dan komentar anak  |
| 4. Pemberian hadiah dan hukuman            | 1. Memberikan respon positif atau hadiah terhadap prestasi anak<br>2. Memberikan pujian sebagai bentuk apresiasi ketika anak mendengarkan ucapan orang tua<br>3. Memberikan hukuman terhadap kesalahan anak |
- 

Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan angket atau kuesioner: a) Observasi adalah proses pencatatan pola perilaku subyek (orang), obyek (benda), atau kegiatan yang sistematis tanpa adanya pertanyaan atau komunikasi dengan individu-individu yang diteliti (Idriantoro 2006). Jadi observasi dilakukan melalui penglihatan, penciuman, pendengaran, peraba, dan pengecap

kemudian, obsevasi dapat disebut pula pengamatan langsung. Artinya, penelitian observasi dapat dilakukan dengan tes, kuesioner, rekaman gambar, dan rekaman suara. b) Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2015: 142) dalam penelitian ini angket yang digunakan

adalah angket tertutup dan angket tidak langsung untuk mengetahui hal-hal yang berhubungan dengan gizi anak karena subjek yang diteliti orang tua anak usia 5-6

tahun yang mengisi lembar soal angket. Alasan penulis menggunakan angket sangat efisien, menghemat waktu, tenaga, akan tetapi akan memperoleh waktu yang cukup.

**Tabel 2. Kisi-kisi instrumen pemenuhan gizi anak**

Aspek	Indicator	Description	Item	Jumlah
Pemenuhan gizi melalui bekal makanan	1. Mengenalkan	1. Mengenalkan macam-macam jenis makanan yang bergizi	1	1
	2. Memberikan	1. Memberikan makanan yang bergizi pada bekal anak	2	2
		2. Memberikan makanan pokok yang bervariasi pada bekal anak		
	3. Membatasi	1. Membatasai konsumsi gula, garam dan lemak (GGL)	2	2
		2. Membatasi konsumsi makanan siap saji		

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu Pola Asuh Demokratis sebagai variabel independen atau variabel bebas dan pemenuhan Gizi Anak sebagai variabel dependen atau variabel terikat, dalam penelitian ini pemenuhan gizi anak dilihat dari pola asuh orang tua yaitu pola asuh

demokratis. Deskripsi data diperlukan untuk mendukung hasil penelitian melalui observasi awal dan penyebaran angket kepada responden orang tua. Deskripsi data diperlukan untuk melihat nilai rata-rata (*mean*), median, modus, dan standar deviasi (SD), untuk mendapatkan hasil perhitungan data variabel X dan variabel Y perhitungan dilakukan menggunakan analisis data deskriptif statistic program

computer *Windows MS. Excel 2010*. Dalam distribusi frekuensi.  
 deskriptif data disajikan juga daftar

**Tabel 3. Deskripsi Data Variabel X dan Y**

Variabel	Data						
	Skor Maks	Skor Min	Range	Mean	Median	Modus	SD
X	22	17	5	19.94	20	21	1.43
Y	18	13	5	15.82	16	17	1.55

Tabel diatas menunjukkan bahwa dapat diketahui skor pola asuh demokratis memiliki skor terendah yang dicapai 17 dan skor tertinggi 22, dari data tersebut diperoleh data rata-rata (*mean*) sebesar 19.94, nilai tengah (*median*) 20, modus (*mode*) sebesar 21, dan standar deviasi 1.43. Pemenuhan Gizi anak memiliki skor terendah yang dicapai 13 dan skor tertinggi

18, dari data tersebut diperoleh data rata-rata (*mean*) sebesar 15.82, nilai tengah (*median*) sebesar 16, dan nilai modus (*mode*) sebesar 17, standar deviasi 1.55, untuk menghitung banyaknya kelas digunakan rumus  $K=1+3,3 \log n$ , dimana n adalah jumlah subjek penelitian. Dari perhitungan dapat diketahui nilai  $n=17$ .

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pola Asuh Demokratis**

No	Kelas interval	Frekuensi	Frekuensi kumulatif	Frekuensi Relatif
1	17-18	4	4	24%
2	19-20	5	12	29%
3	21-22	8	17	47%
	Jumlah	17		100%

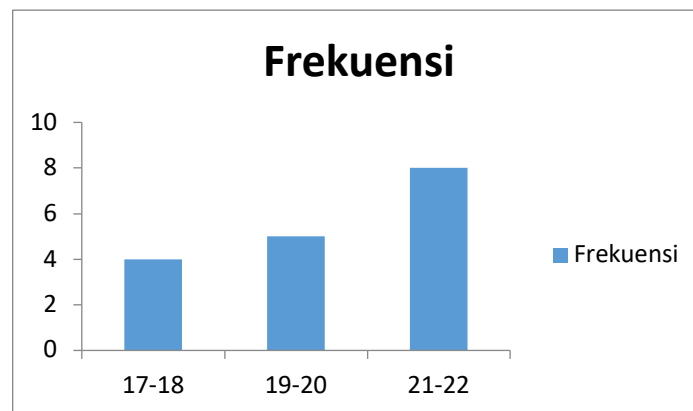
Berdasarkan tabel tersebut skor pola asuh demokratis dengan jumlah responden tertinggi berada pada kelas interval 21-22 dengan jumlah responden adalah 8 atau

sebanyak 47%. Sedangkan untuk skor total dengan jumlah responden terendah berada pada kelas interval 17-18 sebanyak 4 responden atau 24%.



Hasil distribusi frekuensi data pola asuh demokratis yang disajikan pada tabel

digambarkan dalam grafik sebagai berikut.



**Grafik 1. Distribusi Frekuensi Pola Asuh Demokratis Orang Tua**

Berdasarkan gambar grafik diatas maka dapat disimpulkan bahwa responden tertinggi berda pada kelas interval 21-22 yang memiliki jumlah sebanyak 8

responden sedangkan jumlah responden terendah berada pada kelas interval 17-18 dengan jumlah sebanyak 4 responden.

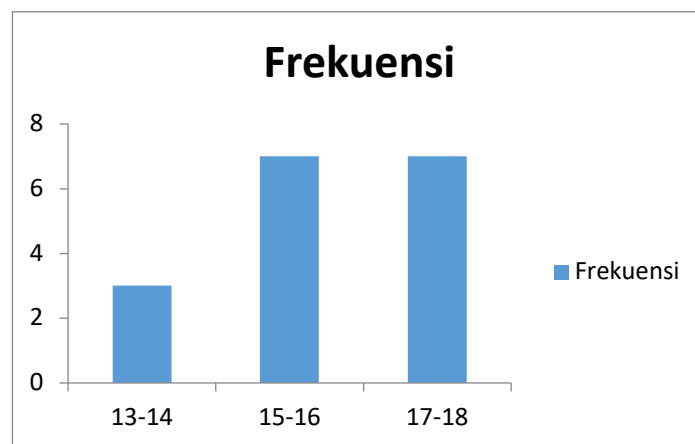
**Tabel 5. Distribusi Frekuensi Pemenuhan Gizi Anak**

No	Kelas interval	Frekuensi	Frekuensi kumulatif	Frekuensi Relatif
1	13-14	3	3	18%
2	15-16	7	10	41%
3	17-18	7	17	41%
Jumlah		17		100%

Berdasarkan tersebut, skor pemenuhan gizi anak dengan jumlah responden tertinggi berada pada kelas interval 15-16 dan 17-18 dengan jumlah responden adalah 7 atau sebanyak 41%. sedangkan untuk skor total dengan jumlah responden terendah berada pada kelas

interval 13-14 sebanyak 3 responden atau 18%.

Hasil distribusi frekuensi data pemenuhan gizi anak yang disajikan pada tabel digambarkan dalam grafik sebagai berikut.



**Grafik 2. Distribusi Frekuensi Pemenuhan Gizi Anak**

Berdasarkan gambar grafik diatas maka dapat disimpulkan bahwa responden tertinggi berada pada kelas interval 15-16 dan 17-18 yang memiliki jumlah sebanyak 7 responden sedangkan jumlah responden terendah berada pada kelas interval 13-14 dengan jumlah responden 3.

### **Pembahasan**

Pembahasan dalam penelitian ini mengacu pada hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh pola asuh demokratis terhadap pemenuhan gizi melalui bekal anak di TK Cut Nya Dien Desa Lakeya Kecamatan Tolangohula dengan taraf signifikan 5% atau 0.05 sedangkan dari hasil uji t menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung} = 4.78$  dan  $t_{tabel} = 0.206$  dengan kata lain  $t_{hitung} > t_{tabel}$  atau  $p\text{-value} > \alpha$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$

diterima sehingga terdapat pengaruh pola asuh demokratis orang tua terhadap pemenuhan gizi anak di kelompok B TK Cut Nya Dien Desa Lakeya Kecamatan Tolangohula Kabupaten Gorontalo. Akan tetapi, berdasarkan data yang diperoleh dari pola asuh demokratis memiliki nilai maksimum 22 dan nilai minimum 17, rata-rata diperoleh 19.94 nilai median 20 dan modus sebesar 21 dan standar deviasi diperoleh 1.43 untuk pemenuhan gizi melalui bekal makan diperoleh nilai maksimum 18 dan minimum 13 rata-rata sebesar 15.82, nilai median sebesar 16, nilai modus sebesar 17 dan standar deviasi diperoleh 1.55 maka adanya pengaruh lemah pola asuh demokratis terhadap pemenuhan gizi anak karena dari data yang diperoleh nilai pola asuh lebih tinggi dari nilai pemenuhan gizi.

Data penelitian diperoleh melalui observasi *ceklist* pada lembar observasi. Observasi bertujuan untuk melihat bekal makanan yang dibawa anak merupakan makanan yang sehat dan bergizi, selain observasi data penelitian ini juga diperoleh melalui kuesioner dengan mengisi lembar pertanyaan yang telah dibuat oleh peneliti untuk melihat peran orang tua dalam menerapkan pola asuh demokratis untuk memenuhi gizi anak melalui bekal makanan, adapun teori yang mendukung menurut Purnamasari dkk (2016) Bekal makanan tidak dapat dipisahkan dari anak, karena anak membutuhkan kecukupan gizi seimbang baik dari makanan sehari-hari (utama) serta makanan selingan (bekal makanan). Pemberian bekal makanan dilakukan agar anak tetap memiliki kecukupan gizi seimbang. Pemenuhan kecukupan gizi sendiri dilakukan karena adanya peningkatan aktivitas fisik, dengan meningkatnya aktivitas fisik, maka konsumsi makanan dengan gizi seimbang tidak hanya diberikan pada saat di rumah saja melainkan saat diluar rumah juga, seperti pemberian bekal makanan, agar kecukupan gizi dalam tubuh anak terpenuhi (Insani, 2022; Samsudin, 2021).

Berdasarkan hasil pengamatan dengan orang tua pada kelompok B TK Cut Nya Dien orang tua berperan dalam pengenalan jenis makanan yang bergizi, memberikan makanan yang bergizi, dan membatasi konsumsi makanan yang kurang bergizi. Pengenalan ini dilakukan selain di rumah, juga dilakukan di sekolah yaitu dengan menyediakan bekal makanan yang bervariasi dari rumah contohnya seperti sayur kangkung dan ikan teri, tahu dan ayam goreng dengan mengajak anak untuk mengkonsumsi makanan bekal yang dibawa dari rumah ketika jam istirahat dan melarang anak jajan (*snack*) sebelum makan, agar anak mau mengkonsumsi makanan tersebut orang tua memberi tahu jenis makanan yang disiapkan dari rumah sehingga anak tertarik untuk makan-makanan tersebut, walaupun dari 17 orang anak masih ada 6 orang anak yang diberikan makanan yang siap saji sehingga dalam pengenalan makanan bergizi pada bekal makanan belum dilakukan oleh orang tua di sekolah. Menurut Proverawati dan Wati (2011) memberi variasi makanan pada anak sama halnya memberi makanan yang beragam untuk anak, makanan yang dikonsumsi oleh anak beragam, satu zat gizi yang tidak terkandung atau kurang

dalam satu jenis makanan akan bisa dilengkapi oleh zat gizi yang berasal dari makanan jenis lainnya. Setiap hari anak perlu diberi makanan yang berbeda agar tidak merasa bosan dalam mengonsumsi makanan, dengan makanan yang bervariasi anak akan semakin tertarik untuk menyantap makanan yang sudah disiapkan.

Selain itu berdasarkan hasil penelitian orang tua demokratis makanan yang disediakan merupakan makanan yang disukai anak seperti makanan sayur kangkung dan ikan teri sehingga anak ada keinginan untuk makan sedangkan untuk orang tua otoriter dalam penyediaan makanan cenderung memaksakan seperti anak tidak mau makan nasi sama sayur campur dipaksakan sehingga timbul ketidaknyamanan anak. Menurut Dienny (2016) pola asuh otoriter dikatakan sebagai pola asuh yang kurang baik karena mengakibatkan anak menjadi pasif dan tidak memiliki keberanian. Hal tersebut karena tuntutan makan orang tua yang tinggi akan tetapi keterlibatan orang tua rendah. Penerapan gaya pengasuhan otoriter berpotensi memunculkan sejumlah kebiasaan berikut ini pada diri anak : jadwal makan yang waktunya selalu ditentukan oleh orang tua berpotensi

menghambat kemampuan anak untuk mengenali sinyal lapar dan kenyang, kegiatan makan yang berada dalam suasana penuh tekanan akan membuat anak cenderung makan berlebihan ketika suatu saat mendapatkan akses pada jenis-jenis makanan yang biasanya dilarang, karena acara makan tidak terasa menyenangkan, anak kurang antusias terhadap makanan dan kegiatan makan, anak yang lebih kecil juga akan cenderung menunjukkan perilaku rewel saat mendekati waktu makan. Sedangkan, pola asuh demokratis dikatakan pola asuh paling baik dan sehat karena orang tua mengontrol jenis makanan anak, mengontrol berat badan anak, mengatur emosi anak saat makan, serta mendorong anak untuk mengatur sendiri asupan makan mereka namun tetap dalam pengawasan orang tua. Orang tua menentukan menu makanan untuk anaknya, akan tetapi orang tua tetap memberikan kesempatan bagi anak memilih makanan. Berdasarkan hasil observasi penelitian ini terdapat 6 orang tua memiliki pola asuh otoriter dilihat dari cara orang tua memberi makan anak yaitu memaksa, memerintah, dan menghukum misalnya anak yang tidak mau makan, maka akan dipaksa atau diancam agar anak menuruti keinginan orang.

Hasil penelitian ini juga didukung dengan hasil penelitian Munawaroh (2015) bahwa pola asuh orang tua mempengaruhi status gizi karena pertumbuhan dan perkembangan anak tidak hanya dilihat dari asupan gizi akan tetapi kasih sayang, perhatian, kenyamanan, dan pola asuh yang baik, dan Menurut perspektif ajaran islam pengasuhan anak usia dini juga meliputi kelembutan, kasih sayang, bersikap adil dan kejujuran hal ini melalui pengasuhan keteladanan atau contoh Rasulullah SAW (Sopiah, 2019). Pola asuh orang tua mempunyai hubungan yang penting dengan status gizi anak, semakin baik pola asuh yang diberikan atau diterapkan orang tua maka semakin baik juga status gizi anak dan sebaliknya jika orang tua memberikan atau menerapkan pola asuh yang kurang baik kepada anak maka status gizi anak akan terganggu. Sedangkan menurut hasil penelitian dari Erhamwilda (2022) bahwa pemberian makanan gizi seimbang dengan pola asuh orang tua dipengaruhi oleh banyak faktor lain seperti pendidikan orang tua, usia orang tua, faktor ekonomi keluarga dan lingkungan sekitar maka dari itu, pola asuh merupakan sebagian kecil dari sekian banyak faktor yang

berpengaruh terhadap pemberian makanan gizi seimbang pada anak.

Orang tua adalah pendorong langsung kualitas makan anak dan akibatnya memiliki peran unik dalam pembentukan lingkungan makan anak. Gaya pengasuhan umum mengategorikan pola keseluruhan perilaku pengasuhan berdasarkan dua dimensi yaitu control dan kehangatan/respon orang tua. Menurut Baumrind ada tiga pola utama pengasuhan, yaitu demokratis (control tinggi, kehangatan tinggi), otoriter (control tinggi, kehangatan rendah) dan permisif (control rendah, kehangatan tinggi). Pola asuh demokratis dianggap sebagai pola asuh terbaik dalam mendidik anak karena dianggap adanya keseimbangan antara control dan kehangatan. Pola asuh demokratis adalah pola asuh yang memprioritaskan kepentingan anak, akan tetapi orang tua tidak ragu mengendalikan mereka.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan pada pembahasan sebelumnya maka dapat ditarik kesimpulan bahwa adanya pengaruh pola asuh demokratis terhadap pemenuhan gizi anak

di Kelompok B TK Cut Nya Dien Desa Lakeya Kecamatan Tolangohula Kabupaten Gorontalo, dapat dilihat dari Uji T yang memperoleh nilai  $t_{hitung}$  sebesar 4.78 sedangkan nilai  $t_{tabel}$  sebesar 0.206, maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Data yang diperoleh dari pola asuh demokratis memiliki nilai maksimum 22 dan nilai minimum 17, rata-rata diperoleh 19.94 nilai median 20 dan modus sebesar 21 dan standar deviasi diperoleh 1.43 untuk pemenuhan gizi melalui bekal makan diperoleh nilai maksimum 18 dan minimum 13 rata-rata sebesar 15.82, nilai median sebesar 16, nilai modus sebesar 17 dan standar deviasi diperoleh 1.55 artinya adanya pengaruh lemah pola asuh demokratis terhadap pemenuhan gizi anak karena dari data yang diperoleh nilai pola asuh lebih tinggi dari nilai gizi, adapun keterbatasan dari penelitian ini adalah orang tua dapat memanipulasi jawaban walaupun tidak sesuai dengan kenyataannya dan hambatan dalam penelitian ini adalah orang tua tidak mau repot untuk menyiapkan bekal makanan yang sehat dan bergizi sehingga makanan yang siap saji menjadi pilihan banyak orang tua.

## REFERENSI

- Ariani, Ayu. 2017. *Ilmu Gizi*. Yogyakarta: Nuha Medica
- Harlistyarintica, Y., & Fauziah, P. Y. 2020. Pola Asuh Autoritatif dan Kebiasaan Makan Anak Prasekolah. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 867–878. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.617>
- Insani, A. (2022). Pemenuhan Asupan Gizi Anak melalui Bekal Makanan Sehat bagi Kesehatan Anak Usia Dini. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 2(3), 843-848.
- Iskandar, S., Erhamwilda, & Hakim, A. 2022. Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Pemberian Makanan Gizi Seimbang pada Anak Usia 4-6 Tahun. *Jurnal Bandung Conference Series: Early Childhood Teacher Education*. 2(2), 144-152. <https://doi.org/10.29313/besecte.v2i2.4418>
- Munawaroh, S. 2015. Pola Asuh Mempengaruhi Status Gizi Balita. *Jurnal Keperawatan*, 6(1), 44-50

- <https://ejournal.umm.ac.id/index.php.kperawatan/artizle/view/2851>
- Na'im, Z., & Ahsani, E. L. F. 2021. Peran Orang Tua Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Pembelajaran Daring. *Jurnal Pedagogika*, 12(1), 32-52. <https://doi.org/10.37411/pedagogika.v12i1.621>
- Nida, N. dkk. 2021. Pengaruh Pola Asuh terhadap Perilaku Makan Anak Usia 4-6 Tahun. *Jurnal Sari Pediatri*, 23(3), 151-157.
- Pertumbuhan, J., Anak, P., Dini, U., Rahmawati, N. C., Masyku roh, K., Studi, P., Guru, P., & Anak, P. (2022). *Pola Asuh Orangtua Berpendidikan Rendah Terhadap Status Gizi Anak Di Posyandu Raflesia*. 19(229), 1–10. <https://doi.org/10.17509/edukids.v19i1.36722>
- Proverawati, A., & Wati, E. K. 2011. *Ilmu Gizi un tuk Keperawatan dan Gizi Kesehatan*. Nuha Media
- Rusilanti, dkk. 2015. *Gizi dan Kesehatan Anak Prasekolah*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Rostinah, R., & Nelly, N. 2022. Pengaruh Peran Orang Tua dan Aksesibilitas Buah dan Sayuran terhadap Rendahnya Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak Pra Sekolah di Kota Bima Nusa Tenggara Barat. *Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia*, 10(1), 1–6. <https://doi.org/10.14710/jmki.10.1.2022.1-6>
- Samsudin, I,S, Nurul. 2021. *Pengaruh Pemenuhan Gizi Anak Melalui Lunch Kreatif terhadap Status Gizi Kelompok B Taman Kanak-kanan Sikamaseang Gowa*. Skripsi
- Sopiah, Cucu. 2019. Pengasuhan Anak Usia Dini Menurut Perspektif Ajaran Islam. *Jurnal Jambrura : Early Childhood Education Journal*. 1(1), 32-36
- Tribun News. 2023. Prevalensi Stunting Gorontalo: Kabupaten Gorontalo 30,8 persen dan Pohuwato 6,4 persen. <https://gorontalo.tribunnews.com/2023/02/09/prevalensi-stunting-gorontalo-kabupaten-gorontalo-308-persen-dan-pohuwato-64-persen>

Umasugi, F., Wondal, R., & Alhadad, B.  
2020. Kajian Pengaruh Pemahaman  
Orangtua Terhadap Pemenuhan Gizi  
Anak Melalui Lunch Box (Bekal

Makanan). *Jurnal Ilmiah Cahaya  
Paud*, 2(1), 1–15.  
<https://doi.org/10.33387/cp.v2i1.1927>