

## HUBUNGAN POLA MAKAN DAN KEAKTIFAN IBU KE POSYANDU DENGAN STATUS GIZI BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CAMPALAGIAN

Ayu Irawati<sup>1</sup>, Susanti<sup>2</sup>, Arifa Usman<sup>3</sup>, Hijriah<sup>4</sup>  
<sup>1-4</sup>Universitas Mega Buana Palopo

**Correspondence\*:** [irawati03ayu@gmail.com](mailto:irawati03ayu@gmail.com)

Received: 1 Desember 2025 | Revised: 20 Desember 2025 | Accepted: 30 Desember 2025 | Published: 30 Desember 2025

Published by: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Fatima Parepare  
<https://www.lppmfatimaparepare.org/index.php/acitya/index>

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Status gizi balita dipengaruhi oleh banyak faktor, termasuk pola makan dan keaktifan ibu dalam memantau pertumbuhan anak di posyandu. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dan keaktifan ibu ke posyandu dengan status gizi balita. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross sectional. Sampel sebanyak 32 ibu balita diambil secara purposive sampling. Analisis data dilakukan menggunakan uji chi-square. **Hasil:** Hasil menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara pola makan dengan status gizi balita ( $p = 0,000$ ) serta antara keaktifan ibu ke posyandu dengan status gizi balita ( $p = 0,000$ ). **Kesimpulan:** Pola makan yang baik dan keaktifan kunjungan posyandu berkorelasi positif dengan status gizi balita yang optimal. Peran edukasi posyandu sangat penting dalam mendukung keberhasilan program gizi masyarakat.

**Kata Kunci:** Pola makan, posyandu, status gizi, balita.

### ABSTRACT

**Background:** The nutritional status of toddlers is influenced by many factors, including diet and maternal involvement in monitoring their growth at the integrated health post (Posyandu). **Objective:** This study aimed to determine the relationship between diet and maternal involvement in Posyandu with toddler nutritional status. **Method:** This study used a quantitative approach with a cross-sectional design. A sample of 32 mothers of toddlers was drawn using purposive sampling. Data analysis was performed using the chi-square test. **Results:** The results showed a significant relationship between diet and toddler nutritional status ( $p = 0.000$ ) and between maternal involvement in Posyandu with toddler nutritional status ( $p = 0.000$ ). **Conclusion:** Good diet and active Posyandu visits are positively correlated with optimal toddler nutritional status. The role of Posyandu education is crucial in supporting the success of community nutrition programs.

**Keywords:** Diet, Posyandu, nutritional status, toddler

### PENDAHULUAN

Gizi seimbang ditentukan oleh pola pemberian makanan sehat melalui pendidikan gizi. Pendidikan gizi penting dalam menciptaan lingkungan yang suportif bagi orang tua agar dapat menyiapkan dan memotivasi anaknya agar mengonsumsi makan sehat. Pendidikan gizi berupa pengetahuan tentang zat gizi, keterampilan dalam mengolah makanan bergizi serta etika makan (Maulani et al., 2021).

Pola pemberian makan merupakan perilaku seseorang yang dapat

mempengaruhi status gizi. Pola makan dapat memberikan gambaran asupan gizi mencakup jenis, jumlah, dan jadwal dalam pemenuhan nutrisi. Pola pemberian makan balita akan berpengaruh terhadap kesehatan dimasa depan. Prinsip kebutuhan nutrisi setiap usia berbeda-beda. Anak pada usia 1-3 tahun bersifat konsumen pasif, kebutuhan nutrisi anak usia 1-3 tahun tergantung pada nutrisi yang disediakan oleh ibu (Susanti, 2023).

Selain pola pemberian makan, beberapa penyebab kurang optimalnya pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita antara lain belum optimalnya pemanfaatan buku KIA (kesehatan ibu dan anak), ibu balita yang memiliki kesibukan bekerja, tidak patuhnya ibu ke posyandu menyebabkan ibu tidak mendapatkan informasi yang penting tentang kesehatan anak yang diberikan petugas kesehatan di posyandu (Cirasari et al., 2021). Salah satu upaya melakukan pemberdayaan di masyarakat yakni dengan melakukan kegiatan posyandu. Posyandu digunakan sebagai pemantauan kesehatan di masyarakat antara lain kesehatan pada balita (Hafifah & Abidin, 2020).

Kunjungan posyandu sebagai bagian penting untuk pendekslan balita dengan melihat status gizi. Status gizi menjadi perhatian khusus karena memiliki pengaruh dalam proses tumbuh kembang dan kecerdasan pada usia balita. Status gizi yang baik akan mendukung perkembangan anak, namun sebaliknya apabila status gizi balita buruk maka akan mudah terkena penyakit. (Kemenkes, 2020).

Masalah gizi baik stunting, wasting, underweight, dan overweight di seluruh dunia pada tahun 2022 berdasarkan data World Health Organization dilaporkan bahwa prevalensi stunting sebesar 22,3%, wasting sebesar 6,8%, dan overweight sebesar 5,6%, prevalensi stunting di Asia mencapai 22,3%, wasting mencapai 9,3%, dan overweight mencapai 5,1%, sedangkan prevalensi stunting di Asia Tenggara mencapai 26,4%, wasting sebesar 7,8%, dan overweight sebesar 7,4% (UNICEF et al., 2023). Prevalensi balita stunting di Indonesia pada tahun 2022 mencapai 21,6%, wasting mencapai 7,7%, underweight mencapai 17,1%, dan overweight mencapai 3,5% (Kemenkes RI, 2023).

Hasil survei awal di Puskesmas Campalagian tahun 2023 jumlah balita sebanyak 3051 dengan kasus gizi kurang 80 balita, tahun 2024 jumlah balita sebanyak 2983 dengan kasus gizi kurang 88 balita, dan tahun 2025 jumlah balita sebanyak 2942 dengan kasus gizi kurang 99 balita.

Posyandu merupakan salah satu tempat untuk pelayanan bagi masyarakat untuk mengetahui dan memeriksa kesehatan terutama ibu hamil dan balita. Keaktifan seorang ibu pada setiap kegiatan posyandu akan berdampak pada kasus gizi seorang anak. (Sari, 2020). Peran ibu dalam keaktifan kunjungan ke posyandu sangat penting untuk memantau kesehatan dan gizi anak dengan cara melakukan penimbangan berat badan balita secara rutin dengan membawa kartu menuju sehat (KMS) (Ayu et al., 2020).

Ibu yang aktif dalam membawa anaknya ke posyandu memperoleh informasi terkait status gizi balita yang diberikan oleh petugas kesehatan. Ketidakaktifan ibu dalam kegiatan penimbangan di posyandu menyebabkan tidak mendapat penyuluhan kesehatan, tidak mendapat vitamin A, ibu balita tidak mengetahui pertumbuhan dan perkembangan berat badan balita, ibu balita tidak mendapatkan pemberian dan penyuluhan tentang makanan tambahan (PMT) (Nurdin et al., 2019).

Dalam pertemuan koordinasi Kelompok Kerja Operasional (Pokjanal) Posyandu

Kabupaten Mamuju yang di gelar di Marannu Golden Hotel, terungkap data kunjungan masyarakat ke Posyandu di Kabupaten Mamuju terbilang masing sangat kurang. Data terbaru tahun 2023 yaitu sekitar 73,7 % posyandu aktif, dan terdapat 30,3 % masyarakat yang belum mengakses layanan pengukuran/penimbangan balita di posyandu. Hal ini juga salah satunya dipengaruhi fakta bahwa lebih dari 55 % Posyandu bahkan sama sekali belum memiliki bangunan (Amalia, 2023)

Hasil penelitian Rehing (2021) menunjukkan faktor kunjungan posyandu antara lain pengetahuan, pekerjaan ibu, peran kader dan petugas kesehatan, dukungan keluarga, jarak posyandu, pendidikan ibu, sikap, motivasi, kepemilikan KMS. Begitupun dengan penelitian Safrizal (2018) menunjukkan bahwa ada hubungan variabel pengetahuan, sikap, dukungan dan peran tenaga kesehatan dengan kunjungan Posyandu.

Hasil wawancara dengan ibu balita di Wilayah Kerja Puskesmas Campalagian pada bulan Mei 2025 menunjukkan ada 13 ibu balita enggan ke Posyandu karena kesibukan sebagai ibu rumah tangga dan menurutnya jika sudah lebih 2 tahun, anak tidak perlu ditimbang lagi.

## **METODOLOGI**

### **A. Desain Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian survey analitik dengan pendekatan cross sectional. Melalui penelitian ini kita dapat memastikan berapa besar yang disebabkan oleh satu variabel dalam hubungannya dengan variasi yang disebabkan oleh variabel lain.

### **B. Subjek Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh balita di Posyandu Stroberi Wilayah Kerja Puskesmas Campalagian Kabupaten Polman tahun 2025 sebanyak 32 Balita. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh balita di Posyandu Stroberi Wilayah Kerja Puskesmas Campalagian Tahun 2025 berjumlah 32 balita. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode total sampling.

### **C. Instrumen Penelitian**

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner, yaitu :

1. Kuesioner data identitas pribadi. Kuesioner data identitas pribadi meliputi inisial nama responden, umur, pendidikan, pekerjaan, dan paritas
2. Kuesioner tentang praktik pemberian makan dalam bentuk pertanyaan dengan alternatif jawaban Sangat Sering (SS) diberi skor 4, Sering (S) diberi skor 3, Jarang (J) diberi skor 2, dan Tidak Pernah (TP) diberi skor 1
3. Lembar Observasi keaktifan terdiri dari 2 item pilihan jawaban yaitu pilihan jawaban aktif diberi kode 2 dan pilihan jawaban tidak aktif diberi kode 1;
4. Lembar Observasi status gizi balita yang tercantum pada buku Kartu Menuju Sehat (KMS)

#### D. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Campalagian Kabupaten Polman tahun 2025. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei-Juni tahun 2025.

#### E. Analisa dan Penyajian Data

Analisa data merupakan data yang telah terkumpul telah diolah dengan bantuan komputer menggunakan program SPSS 22.0 for windows. Adapun analisis data yang digunakan antara lain :

1. Analisis Univariate

Analisis dilakukan secara deskriptif pada variabel yang dapat mempengaruhi variabel terikat. Analisis univariat menghitung frekuensi dan proporsi dari kelompok variabel dengan menggunakan distribusi frekuensi.

2. Analisis Bivariate

Analisa bivariat dilakukan untuk mengetahui adanya hubungan antara dua variable menggunakan analisis uji statistik chi square. Analisis bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara masing-masing variabel bebas dengan variabel terikat. Analisa bivariat dilakukan untuk mencari hubungan antara dua variabel yaitu variabel dependen dan variabel independen.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Analisis Karakteristik

**Tabel 1 Distribusi frekuensi karakteristik di Wilayah Kerja Puskesmas Campalagian**

Kategori	Frequency (f)	Percent (%)
Umur		
12-24	20	62.5
25-37	6	18.8
38-50	6	18.8
Jenis Kelamin		
Laki-laki	14	43.8
Perempuan	18	56.3
Total	32	100.0

*Sumber : data primer tahun 2025*

Berdasarkan tabel 1 tersebut di atas, kategori umur sebagian besar usia 12-34 bulan sebanyak 20 responden (62,5%) dan masing-masing 6 responden untuk umur 25-37 bulan dan 38-50 bulan (18,8%) Distribusi jenis kelamin balita terdiri atas 14 anak laki-laki (43,8 %) dan 18 anak perempuan (56,3%).

## 2. Analisis Univariate

**Tabel 2 Distribusi frekuensi Pola makan  
di Wilayah Kerja Puskesmas Campalagian**

Pola Makan	Frequency	Percent
<b>Kurang</b>	10	31.3
<b>Cukup</b>	7	21.9
<b>Baik</b>	15	46.9
<b>Total</b>	32	100.0

Sumber : data primer tahun 2025

Berdasarkan tabel 2 tersebut diatas, Sebanyak 15 ibu (41,7 %) memiliki pola makan dalam kategori baik, 7 orang (19,4 %) tergolong cukup, dan 10 orang (27,8 %) termasuk dalam kategori kurang. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar ibu telah memberikan makanan dengan kualitas baik kepada anak, sekitar setengahnya masih belum optimal dalam praktik pemberian makanan sehari-hari.

**Tabel 3 Distribusi frekuensi Keaktifan Ibu Ke Posyandu  
di Wilayah Kerja Puskesmas Campalagian**

Keaktifan kunjungan	Frequency	Percent
<b>Tidak aktif</b>	11	34.4
<b>Aktif</b>	21	65.6
<b>Total</b>	32	100.0

Sumber : Data primer Tahun 2024

Berdasarkan tabel 3 tersebut diatas Sebanyak 21 ibu (65,6%) aktif mengunjungi posyandu ( $\geq 8$  kali/tahun), sementara 11 ibu (34,4%) termasuk tidak aktif ( $< 8$  kali/tahun). Ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu dalam penelitian ini telah memiliki kesadaran untuk rutin menghadiri kegiatan pemantauan tumbuh kembang balita.

**Tabel 4 Distribusi frekuensi Status Gizi Balita  
di Wilayah Kerja Puskesmas Campalagian**

Status Gizi	Frequency	Percent
<b>Gizi Buruk</b>	7	21.9
<b>Gizi Kurang</b>	4	12.5
<b>Gizi Baik</b>	13	40.6
<b>Gizi Lebih</b>	5	15.6
<b>Obesitas</b>	3	9.4
<b>Total</b>	32	100.0

Sumber : Data primer Tahun 2024

Berdasarkan tabel 4 tersebut diatas, Sebanyak 13 anak (40,6%) tergolong memiliki status gizi baik. Selanjutnya, terdapat 5 anak (15,6%) yang mengalami gizi lebih dan 3 anak (9,4%) mengalami obesitas. Sementara itu, 7 anak (21,9 %) mengalami gizi buruk merupakan angka yang cukup tinggi dan 4 anak (12,5 %) mengalami gizi kurang. Distribusi ini menunjukkan bahwa meskipun mayoritas anak memiliki status gizi baik hingga lebih, terdapat pula proporsi signifikan anak dengan masalah gizi yang membutuhkan perhatian.

### 3. Analisa Bivariat

**Tabel5 Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Campalagian**

Pola Makan	Status Gizi										Total	p-value
	Buruk		Kurang		Baik		Lebih		Obesitas			
	n	%	n	%	n	%	n	%	N	%	n	%
Kurang	6	18,8	4	12,5	0	0	0	0	0	0	1	31,3
Cukup	1	3,1	0	0	6	18,6	0	0	0	0	7	21,9
Baik	0	0	0	0	7	21,9	5	15,6	3	9,4	1	46,9
Total	7	21,9	4	12,5	13	40,6	5	15,6	3	9,4	3	100
											2	

Sumber : hasil uji chi square

Berdasarkan table 5 hasil uji statistic menunjukkan bahwa seluruh anak dengan pola makan baik memiliki status gizi baik, gizi lebih, atau obesitas. Tidak ada satu pun anak dengan pola makan baik yang tergolong gizi buruk atau kurang. Sebaliknya, dari 10 anak dengan pola makan kurang, sebanyak 6 anak mengalami gizi buruk dan 4 anak mengalami gizi kurang. Hasil uji chi-square menghasilkan nilai p sebesar 0,000, yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan ibu dan status gizi balita.

**Tabel 6 Hubungan Keaktifan Ibu Ke Posyandu  
Dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Campalagian**

Pola Makan	Status Gizi										Total	p-value
	Buruk		Kurang		Baik		Lebih		Obesitas			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Tidak	7	21.9	4	12,5	0	0	0	0	0	0	11	34.4
Aktif	0	0	0	0	13	40,6	5	15,6	3	9,4	21	65,6
Total	7	21,9	4	12,5	13	40,6	5	15,6	3	9,4	32	100,0

*Sumber : hasil uji chi square*

Berdasarkan table 6 Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa seluruh anak dari ibu yang tidak aktif ke posyandu (11 orang) berada dalam kategori gizi buruk dan kurang. Sebaliknya, dari 21 ibu yang aktif ke posyandu, semua anaknya memiliki status gizi baik, lebih, atau obesitas. Hasil uji chi-square menunjukkan nilai  $p = 0,000$ , yang mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara keaktifan ibu menghadiri posyandu dengan status gizi balita.

## B. Pembahasan

### 1. Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Campalagian

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara pola makan dengan status gizi balita ( $nilai p = 0,000$ ). Balita yang memiliki pola makan baik cenderung berada pada status gizi baik hingga obesitas, sedangkan balita dengan pola makan kurang sebagian besar mengalami gizi buruk dan gizi kurang. Ini menunjukkan bahwa kecukupan asupan nutrisi yang tepat secara langsung memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak.

Hasil penelitian ini didukung oleh teori Kemenkes RI (2022) yang menyatakan bahwa pola makan seimbang pada balita, yang terdiri dari kombinasi sumber karbohidrat, protein hewani dan nabati, lemak sehat, vitamin, serta mineral, merupakan fondasi utama pertumbuhan optimal. Kekurangan salah satu zat gizi esensial pada periode pertumbuhan kritis dapat menghambat perkembangan fisik, menurunkan daya tahan tubuh, dan mengganggu fungsi kognitif.

Penelitian Mutia et al. (2023) menunjukkan bahwa keberagaman pangan minimal lima kelompok makanan per hari mampu menurunkan risiko stunting hingga 35% pada balita. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian ini yang memperlihatkan bahwa balita dengan pola makan baik memiliki proporsi status gizi normal dan gizi lebih yang lebih tinggi dibandingkan dengan pola makan kurang.

Selain itu, Hidayati et al. (2024) menemukan bahwa pengaturan jadwal makan yang teratur, porsi sesuai usia, dan variasi menu yang kaya zat gizi makro dan mikro dapat meningkatkan skor Z BB/U balita secara signifikan dalam enam bulan intervensi. Pemberian makanan yang bervariasi tidak hanya memenuhi kebutuhan energi, tetapi juga memastikan asupan mikronutrien penting seperti zat besi, seng, dan vitamin A yang berperan dalam imunitas dan perkembangan otak. Dengan demikian, perbaikan pola

makan pada balita merupakan langkah preventif yang efektif untuk menurunkan angka malnutrisi di masyarakat.

Penelitian ini didukung oleh temuan dari Sari et al. (2021), yang menyatakan bahwa konsumsi makanan yang bergizi lengkap dan seimbang menjadi kunci utama dalam mencapai status gizi optimal pada anak usia dini. Dalam fase tumbuh kembang yang pesat, kekurangan satu zat gizi saja dapat berdampak besar pada pertumbuhan fisik dan kognitif anak.

Penelitian oleh Rahmadani et al. (2023) juga menguatkan temuan ini. Mereka menekankan bahwa praktik pemberian makan anak, termasuk frekuensi makan, keberagaman jenis makanan, dan jumlah asupan, sangat dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap ibu terhadap gizi. Ketika pola makan anak tidak mencukupi, risiko stunting dan wasting pun meningkat.

Selain itu, data WHO (2021) menyebutkan bahwa anak-anak yang tidak menerima makanan bergizi selama masa 1.000 hari pertama kehidupan berisiko lebih besar mengalami malnutrisi kronis. Dalam penelitian ini, ibu yang memberikan pola makan baik kemungkinan telah mendapatkan informasi yang cukup, salah satunya melalui posyandu, tentang pentingnya gizi seimbang bagi anak.

Wulandari dan Fitria (2023) menjelaskan bahwa pola asuh makanan anak yang baik ditandai dengan keterlibatan aktif ibu dalam menyiapkan makanan bervariasi dan sehat setiap hari. Sebaliknya, ibu yang tidak memperhatikan variasi makanan sering kali menyebabkan anak kekurangan mikronutrien penting.

Asumsi peneliti dalam penelitian ini adalah bahwa ibu yang memiliki pemahaman yang baik tentang gizi dan menerapkan pola makan sehat kepada anaknya akan lebih mampu menciptakan kondisi pertumbuhan yang optimal. Penerapan pola makan bergizi secara konsisten akan meningkatkan status gizi balita, mencegah kekurangan gizi, dan menurunkan angka stunting di masyarakat.

## **2. Hubungan Keaktifan Ibu Ke Posyandu Dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Campalagian**

Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang sangat signifikan antara keaktifan ibu ke posyandu dengan status gizi balita (nilai  $p = 0,000$ ). Balita dari ibu yang aktif datang ke posyandu ( $\geq 8$  kali/tahun) seluruhnya memiliki status gizi baik, lebih, atau obesitas. Sebaliknya, semua balita dari ibu yang tidak aktif ke posyandu cenderung mengalami gizi buruk dan gizi kurang. Hal ini menegaskan bahwa kehadiran ibu di posyandu memberikan dampak positif dalam upaya pemantauan dan peningkatan status gizi anak.

Temuan penelitian ini konsisten dengan teori WHO (2023) yang menegaskan bahwa posyandu merupakan strategi berbasis komunitas yang efektif dalam deteksi dini masalah gizi, pemantauan pertumbuhan, dan pemberian intervensi tepat waktu. Penelitian Pratiwi et al. (2022) di Jawa Tengah menemukan bahwa balita dari ibu yang aktif menghadiri posyandu memiliki peluang 4,2 kali lebih besar untuk mencapai status gizi baik dibandingkan balita dari ibu yang jarang hadir. Keaktifan ini memungkinkan ibu untuk memperoleh informasi gizi, memantau pertumbuhan anak secara rutin, serta mengakses suplementasi gizi seperti vitamin A dan pemberian makanan tambahan (PMT).

Rahmawati et al. (2021) juga melaporkan bahwa kehadiran rutin di posyandu meningkatkan akses terhadap imunisasi lengkap, konseling gizi, serta deteksi dini penyakit, yang kesemuanya berdampak positif pada status gizi anak. Kunjungan rutin ke posyandu juga mendorong keterlibatan keluarga dan komunitas dalam mendukung kesehatan balita. Oleh karena itu, peningkatan partisipasi ibu dalam kegiatan posyandu dapat menjadi strategi intervensi yang efektif untuk memperbaiki status gizi balita dan menurunkan prevalensi gizi buruk di tingkat lokal maupun nasional.

Penelitian Wahyuni et al. (2022) menunjukkan bahwa keaktifan ibu dalam mengikuti kegiatan posyandu berkorelasi positif dengan pengetahuan dan praktik gizi yang lebih baik. Ibu yang rutin menghadiri posyandu lebih banyak memperoleh informasi mengenai pemberian MP-ASI, pencegahan stunting, imunisasi, serta pencatatan pertumbuhan.

Penelitian oleh Susanti dan Handayani (2020) juga menunjukkan bahwa ketidakhadiran ibu ke posyandu menyebabkan keterlambatan dalam deteksi masalah gizi anak. Posyandu memberikan manfaat tidak hanya untuk memantau tumbuh kembang, tetapi juga sebagai tempat edukasi berkelanjutan bagi ibu dan keluarga.

Mardhatillah dan Putri (2022) menyoroti bahwa dukungan dari suami dan keluarga turut mendorong ibu untuk aktif berpartisipasi dalam kegiatan posyandu. Di samping itu, motivasi pribadi dan kesadaran akan pentingnya pemantauan tumbuh kembang juga menjadi faktor penting.

Posyandu berperan sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan dasar di masyarakat. Yusuf dan Syamsuddin (2021) menyebutkan bahwa posyandu merupakan intervensi berbasis komunitas yang mampu mendeteksi gizi buruk lebih awal dan merujuk anak dengan cepat ke pelayanan gizi lanjutan.

Asumsi peneliti dalam penelitian ini adalah bahwa semakin sering ibu datang ke posyandu, maka semakin tinggi pengetahuan dan kesadarannya mengenai kesehatan anak, termasuk praktik pemberian makan yang benar dan pemantauan pertumbuhan. Posyandu menjadi sarana edukasi yang efektif dan berkelanjutan dalam upaya mencegah dan menanggulangi masalah gizi balita di tingkat komunitas.

## KESIMPULAN

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan ibu dengan status gizi balita ( $p = 0,000$ ) di Wilayah Kerja Puskesmas Campalagian Tahun 2025.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara keaktifan ibu ke posyandu dengan status gizi balita ( $p = 0,000$ ) di Wilayah Kerja Puskesmas Campalagian Tahun 2025.
3. Balita dari ibu yang memiliki pola makan baik dan aktif ke posyandu cenderung memiliki status gizi baik hingga obesitas.

## SARAN

1. Bagi Keilmuan  
Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dalam pengembangan teori gizi masyarakat dan pendekatan promotif kesehatan balita.
2. Bagi Institusi Pendidikan  
Perlu peningkatan kurikulum kesehatan masyarakat berbasis komunitas khususnya terkait intervensi gizi berbasis posyandu.

3. Bagi Praktisi Kesehatan

Petugas posyandu dan kader diharapkan meningkatkan edukasi kepada ibu balita mengenai pentingnya pola makan seimbang dan keaktifan kunjungan ke posyandu.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amalia. (2023). Kunjungan masyarakat ke posyandu di Kabupaten Mamuju masih rendah. *Kabupaten Mamuju*.
- Ayu, A., Sari, D., & Rahmawati, N. (2020). Peran ibu dalam kunjungan posyandu terhadap pemantauan pertumbuhan balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 45–52.
- Citrasari, D., Lestari, W., & Nugroho, A. (2021). Faktor pemanfaatan buku KIA dan kunjungan posyandu pada ibu balita. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(1), 23–31.
- Hafifah, N., & Abidin, Z. (2020). Peran posyandu dalam peningkatan kesehatan balita di masyarakat. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 8(2), 101–108.
- Hidayati, R., Prasetyo, B., & Lestari, S. (2024). Pengaruh pengaturan pola makan terhadap status gizi balita. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 15(1), 33–41.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman pemantauan status gizi balita. Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Pedoman gizi seimbang untuk balita. Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Hasil survei status gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022. Kemenkes RI.
- Maulani, R., Fitriani, E., & Hasanah, U. (2021). Pendidikan gizi dalam pembentukan pola makan sehat anak. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 10(3), 187–195.
- Mardhatillah, A., & Putri, R. (2022). Dukungan keluarga terhadap keaktifan ibu dalam kegiatan posyandu. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 5(1), 55–62.
- Mutia, F., Rahman, A., & Yuliana, D. (2023). Keberagaman pangan dan risiko stunting pada balita. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 19(2), 89–97.
- Nurdin, M., Syahrir, S., & Wahyuni, T. (2019). Dampak ketidakaktifan ibu ke posyandu terhadap status gizi balita. *Jurnal Kesehatan Preventif*, 4(1), 1–8.
- Nursalam. (2016). Metodologi penelitian ilmu keperawatan (4th ed.). Salemba Medika.
- Pratiwi, D., Setyaningsih, R., & Kurniawan, A. (2022). Keaktifan kunjungan posyandu dan status gizi balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(1), 66–74.
- Rahmadani, S., Putra, I., & Laila, N. (2023). Praktik pemberian makan dan risiko stunting pada balita. *Jurnal Ilmu Gizi*, 14(1), 22–30.
- Rahmawati, E., Sulastri, & Wibowo, T. (2021). Hubungan kunjungan posyandu dengan status gizi dan imunisasi balita. *Jurnal Kesehatan Anak*, 13(2), 77–85.
- Rehing, A. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kunjungan ibu ke posyandu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 15–24.
- Safrizal. (2018). Faktor pengetahuan dan sikap ibu terhadap kunjungan posyandu. *Jurnal Kebidanan*, 7(2), 98–105.
- Sari, M. (2020). Hubungan keaktifan ibu ke posyandu dengan status gizi balita. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 4(1), 12–19.

- Sari, D., Lestari, A., & Nuraini, F. (2021). Konsumsi gizi seimbang dan status gizi anak usia dini. *Jurnal Gizi Masyarakat*, 11(2), 144–152.
- Susanti. (2023). Pola pemberian makan pada anak usia 1–3 tahun. *Jurnal Ilmu Kesehatan Anak*, 5(1), 10–18.
- Susanti, D., & Handayani, R. (2020). Dampak ketidakhadiran ibu ke posyandu terhadap pertumbuhan balita. *Jurnal Keperawatan Anak*, 3(2), 65–72.
- UNICEF, World Health Organization, & World Bank. (2023). Levels and trends in child malnutrition. WHO.
- Wahyuni, S., Nurhasanah, & Ridwan, M. (2022). Keaktifan ibu ke posyandu dan praktik gizi balita. *Jurnal Kesehatan Publik*, 16(3), 210–218.
- WHO. (2021). Infant and young child feeding. World Health Organization.
- WHO. (2023). Community-based nutrition interventions. World Health Organization.
- Wulandari, E., & Fitria, R. (2023). Pola asuh makan dan status gizi balita. *Jurnal Gizi Terapan*, 7(2), 99–107.
- Yusuf, M., & Syamsuddin. (2021). Peran posyandu dalam pencegahan gizi buruk. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 13(1), 1–9.