

Faktor Sosial Ekonomi dan Perilaku Makan Balita: Kajian Hubungan antara Pekerjaan Ibu dan Pendapatan Keluarga

Eka Putri Rahmadhani¹, Ayu Tiara Fitri¹, Putri Damayanti¹, Wiwi Febriani¹, Ramadhana Komala¹, Sonya Hayu Indraswari²

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

²Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember

Abstrak

Perilaku makan pada balita merupakan faktor penting dalam mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini, karena masa ini merupakan periode emas (*golden age*) yang menentukan kualitas kesehatan dan kecerdasan anak di masa yang akan datang. Pola dan perilaku makan yang kurang baik dapat menyebabkan masalah gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih yang akan menimbulkan dampak jangka panjang terhadap kesehatan anak. Salah satu faktor yang memengaruhi perilaku makan balita adalah kondisi sosial ekonomi keluarga, terutama pekerjaan ibu dan tingkat pendapatan keluarga. Ibu memiliki peran utama dalam mengatur pola makan dan menyediakan makanan bergizi seimbang bagi anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pekerjaan ibu dan pendapatan keluarga dengan perilaku makan pada balita berusia 6-59 bulan di Pekon Klaten, Kecamatan Gadingrejo, Kabupaten Pringsewu. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Variabel independen meliputi pekerjaan ibu dan pendapatan keluarga per bulan, sedangkan variabel dependen adalah perilaku makan balita. Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pekerjaan ibu dan perilaku makan balita ($p = 0,013$), tetapi tidak terdapat hubungan antara pendapatan keluarga dan perilaku makan balita ($p = 0,442$). Hasil ini mengindikasikan bahwa keterlibatan ibu dalam pengasuhan dan pemberian makan anak memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap perilaku makan balita dibandingkan faktor ekonomi keluarga.

Kata kunci: perilaku makan, balita, pekerjaan ibu, pendapatan keluarga, sosial ekonomi

Abstract

Eating behavior in toddlers is an essential factor in supporting the growth and development of early childhood, as this period represents the golden age that determines a child's future health and intelligence. Poor eating patterns and behaviors may lead to nutritional problems, including both undernutrition and overnutrition, which can have long-term impacts on children's health. One of the factors influencing toddlers' eating behavior is the family's socioeconomic condition, particularly the mother's employment status and family income level. Mothers play a central role in regulating meal patterns and providing nutritionally balanced food for their children. This study aimed to determine the relationship between maternal employment and family income with eating behavior among toddlers aged 6-59 months in Pekon Klaten, Gadingrejo Subdistrict, Pringsewu Regency. The research employed a descriptive analytic design with a cross-sectional approach. The independent variables included maternal employment and monthly family income, while the dependent variable was toddler eating behavior. The data analysis showed a significant relationship between maternal employment and toddler eating behavior ($p = 0.013$), but no significant relationship between family income and toddler eating behavior ($p = 0.442$). These findings indicate that maternal involvement in childcare and feeding practices has a greater influence on toddlers' eating behavior than family economic factors.

Keywords: eating behavior, toddlers, maternal employment, family income, socioeconomic factors

Korespondensi : Eka Putri Rahmadhani, S. Gz., M. Gz, Alamat Jl. Prof. Sumantri Brojonegoro No. 1 Bandar Lampung, HP : 081295667626, email : ekaputrih@funkila.ac.id

Pendahuluan

Masa balita pada rentang usia 6-59 bulan merupakan fase yang sangat krusial dalam proses tumbuh kembang anak. Pada periode ini, kecukupan gizi dan kebiasaan makan yang sehat memiliki peran besar dalam menentukan kualitas pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif di masa depan. Akan tetapi, masih banyak anak terutama balita di Indonesia yang menunjukkan pola makan tidak ideal, baik dari segi keragaman asupan makanan maupun jadwal makan yang tidak

teratur¹. Keadaan ini meningkatkan risiko terjadinya berbagai permasalahan kesehatan terkait gizi, seperti kekurangan zat gizi mikro, stunting, dan gizi lebih². Oleh karena itu, perilaku makan balita bukan sekadar rutinitas harian melainkan dasar kehidupan yang sangat penting bagi status kesehatan jangka panjang.

Salah satu faktor utama yang berperan dalam pembentukan perilaku makan anak adalah kondisi sosial ekonomi keluarga. Dalam hal ini, status pekerjaan ibu dan pendapatan keluarga menjadi dua faktor penting. Ibu

memegang peranan penting dalam kegiatan pengasuhan dan pemberian makanan sehari-hari. Mulai dari merencanakan jadwal makan, memilih bahan makanan, serta mengatur porsi dan frekuensi makan yang akan dikonsumsi anak dalam satu hari. Ibu yang bekerja dengan jam kerja panjang menghadapi keterbatasan waktu dan tenaga dalam proses pengasuhan, pemberian makan anak serta pengawasan pada kebiasaan makan anak di rumah³. Di sisi lain, ibu yang tidak bekerja atau ibu rumah tangga mungkin memiliki lebih banyak waktu di rumah dan lebih mampu untuk mengawasi langsung selama pemberian makan pada anak.

Penelitian di Jepang tahun 2021 menunjukkan bahwa pekerjaan ibu berkaitan dengan pola konsumsi makanan anak termasuk kecenderungan terhadap konsumsi makanan pokok tertentu dan perubahan perilaku makan⁴. Sementara itu, penelitian di Kabupaten Semarang (2024) menemukan bahwa pekerjaan dan pendidikan ibu berpengaruh langsung terhadap praktik pemberian makan pada anak^{5,6}.

Namun demikian, status ekonomi keluarga yang digambarkan oleh pendapatan tidak selalu menentukan perilaku makan anak secara langsung². Faktor seperti pengetahuan gizi, pola asuh, budaya dan kebiasaan makan dalam keluarga dapat menjadi faktor penting lainnya yang mempengaruhi perilaku makan balita⁷. Hal ini menjadi relevan dengan lingkungan pedesaan dimana akses makanan sehat bisa tergantung pada kebiasaan lokal, bukan hanya dari kemampuan ekonomi. Berdasarkan latar belakang ini, penelitian di wilayah Pekon Klaten, Kecamatan Gadingrejo, Kabupaten Pringsewu akan memberikan gambaran mengenai bagaimana pekerjaan ibu dan pendapatan keluarga berhubungan dengan perilaku makan balita.

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menganalisis apakah terdapat hubungan antara pekerjaan ibu dan pendapatan keluarga dengan perilaku makan balita usia 6-59 bulan di Pekon Klaten, Kecamatan Gadingrejo, Kabupaten Pringsewu.

Metode

1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Desain ini dipilih untuk mengetahui hubungan antara variabel independen berupa pekerjaan ibu dan pendapatan keluarga dengan variabel dependen yaitu perilaku makan balita pada waktu yang bersamaan.

2. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Pekon Klaten, Kecamatan Gadingrejo, Kabupaten Pringsewu. Lokasi penelitian dipilih dengan pertimbangan bahwa wilayah ini memiliki karakteristik sosial ekonomi yang beragam serta jumlah balita yang cukup tinggi. Pengumpulan data dilakukan pada bulan September 2025.

3. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki anak berusia 6-59 bulan di Pekon Klaten. Sampel penelitian berjumlah 97 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan sebelum penelitian.

4. Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui wawancara langsung menggunakan kuesioner. Peneliti terlebih dahulu menjelaskan tujuan dan prosedur penelitian, kemudian memperoleh persetujuan dari responden sebelum wawancara dilakukan.

5. Analisis Data

Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik responden berdasarkan distribusi frekuensi dan persentase tiap variabel. Kemudian dilanjutkan dengan analisis bivariat untuk mengetahui hubungan antara pekerjaan ibu dan pendapatan keluarga dengan perilaku makan balita.

Hasil

1. Karakteristik Responden

Hasil distribusi karakteristik responden disajikan dalam Tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Variabel	Kategori	Percentase (%)
Pekerjaan	Bekerja	8,2%
Ibu	Tidak Bekerja	91,8%
Pendapatan Keluarga	Rendah	19,6%
	Sedang	73,2%
	Tinggi	7,2%
Perilaku Makan Balita	Baik	74,2%
	Kurang baik	25,8%

Penelitian ini melibatkan sebanyak 97 responden yang merupakan ibu dari anak berusia 6-59 bulan di Pekon Klaten, Kecamatan Gadingrejo, Kabupaten Pringsewu. Berdasarkan hasil analisis univariat, sebagian besar ibu berstatus tidak bekerja yaitu sebanyak 89 orang (91,8%), sedangkan ibu yang bekerja sebanyak 8 orang (8,2%).

Sedangkan pada pendapatan keluarga, mayoritas responden memiliki pendapatan pada kategori sedang (Rp 2.000.000-Rp 4.000.000) sebanyak 71 keluarga (73,2%), diikuti kategori rendah sebanyak 19 keluarga (19,6%) dan tinggi sebanyak 7 keluarga (7,2%).

Sementara itu, perilaku makan balita menunjukkan hasil bahwa sebagian besar anak memiliki perilaku makan yang baik, yaitu sebanyak 72 anak (74,2%), dan perilaku makan yang kurang baik sebanyak 25 anak (25,8%).

2. Hubungan antara Pekerjaan Ibu dan Perilaku Makan Balita

Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara pekerjaan ibu dengan perilaku makan balita ($p = 0,013$).

Diketahui bahwa sebagian besar balita dengan ibu tidak bekerja memiliki perilaku makan yang baik, namun terdapat kecenderungan bahwa anak dari ibu bekerja lebih banyak menunjukkan perilaku makan yang kurang baik dibandingkan ibu yang tidak bekerja. Hal ini mengindikasikan bahwa keterlibatan ibu secara langsung dalam aktivitas pengasuhan, termasuk dalam mengatur pola makan anak, berperan penting dalam membentuk perilaku makan yang positif pada balita.

3. Hubungan antara Pendapatan Keluarga dan Perilaku Makan Balita

Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendapatan keluarga dan perilaku makan balita ($p = 0,442$). Meskipun secara deskriptif keluarga dengan pendapatan sedang memiliki proporsi perilaku makan baik lebih banyak, namun perbedaan antar kelompok pendapatan tidak menunjukkan hubungan statistik yang bermakna.

Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat pendapatan keluarga tidak selalu menjadi faktor utama yang menentukan perilaku makan anak, karena faktor lain seperti pengetahuan gizi, pola asuh, dan waktu yang diberikan orang tua juga berpengaruh dalam pembentukan perilaku makan anak balita.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa terdapat hubungan signifikan antara status pekerjaan ibu dengan perilaku makan balita, namun tidak terdapat hubungan signifikan antara pendapatan keluarga dan perilaku makan. Hal ini menegaskan bagaimana pentingnya peran ibu dalam pengasuhan dan pengaturan makan anak yang lebih dominan daripada kondisi ekonomi keluarga. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pekerjaan ibu, pola asuh yang diterapkan dan kebiasaan makan keluarga memiliki dampak besar terhadap bagaimana anak mengadaptasi perilaku makan dan pertumbuhan anak⁸.

Terkait dengan pekerjaan ibu, penelitian pada ibu yang bekerja terutama dengan jam kerja yang panjang menunjukkan adanya hubungan antara pekerjaan ini dengan perubahan pola makan anak, contohnya konsumsi nasi putih dan makanan ringan atau jajanan yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak dari ibu yang tidak bekerja^{4,9}. Hal ini menunjukkan walaupun ibu berstatus sebagai ibu bekerja, tetapi jika perhatian terhadap pola makan anak tetap dijaga dengan selalu mengusahakan untuk makan bersama anak sepuasnya, tetap melakukan pemantauan terhadap makanan yang dikonsumsi anak serta tetap menerapkan kebiasaan makan yang baik di rumah, maka dampak negatif dari

terbatasnya waktu ibu karena pekerjaan bisa diminimalisir^{10,11}. Kemungkinan besar ibu yang tidak bekerja memiliki waktu dan fleksibilitas lebih besar untuk mengasuh dan mengatur jadwal makan anak serta memastikan keragaman dan kualitas makanan yang dikonsumsi anak sehingga meningkatkan peluang perilaku makan yang baik pada anak¹².

Di sisi lain, dalam penelitian ini tidak menunjukkan hubungan signifikan antara pendapatan keluarga dengan perilaku makan anak walaupun faktor ini sering menjadi prediktor pembentuk perilaku makan anak^{13,14}. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa meskipun karakteristik ibu termasuk pekerjaan memiliki kaitan langsung dengan status gizi balita, faktor pendapatan tidak serta-merta menjadi determinan utama⁸.

Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa faktor sosial ekonomi keluarga khususnya pekerjaan ibu, memiliki pengaruh besar terhadap perilaku makan balita. Ibu yang bekerja cenderung menghadapi tantangan dalam mengatur waktu untuk memberi perhatian penuh pada pola makan anak. Namun, dampak negatif dari kondisi ini dapat diminimalisir apabila ibu tetap terlibat aktif dalam proses makan anak sehari-hari, seperti dengan menyediakan makanan bergizi seimbang, tetap makan bersama keluarga setelah pulang bekerja, serta memantau jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi balita.

Sebaliknya, hasil penelitian menunjukkan bahwa pendapatan keluarga tidak memiliki hubungan signifikan dengan perilaku makan anak. Temuan ini memperkuat pemahaman bahwa kemampuan finansial tidak secara langsung menentukan kualitas perilaku makan anak, karena aspek pengetahuan gizi, kebiasaan keluarga, serta pola asuh ibu memiliki peran yang lebih besar daripada status ekonomi keluarga yang digambarkan dari pendapatan.

Dengan demikian, upaya peningkatan perilaku makan yang baik pada balita tidak cukup hanya melalui peningkatan pendapatan keluarga, tetapi perlu ditekankan pada pemberian edukasi dan pendampingan ibu,

baik ibu bekerja maupun ibu yang tidak bekerja dengan tujuan agar ibu mampu menerapkan praktik pemberian makan yang sehat dan beragam sesuai dengan pedoman gizi seimbang di lingkungan keluarga.

Daftar Pustaka

Susetyowati, Palupi IR, Rahmanti AR. Association Of Household Food Security With Toddler Stunting In The Sleman Regency Indonesia. *Int J Community Med Public Health*. 2017.

Marlina Y, Erowati D, Humaroh Y, Riau PK. Feeding Practices and Nutritional Status of The Toddler Praktik Pemberian MP-ASI dan Status Gizi (PB/U) Balita. *Jurnal Proteksi Kesehatan*. 2024.

Möser A, Chen SE, Jilcott SB, Nayga RM. Associations Between Maternal Employment And Time Spent In Nutrition-Related Behaviours Among German Children And Mothers. *Public Health Nutr*. 2012.

Mori S, Asakura K, Sasaki S, Nishiwaki Y. Relationship Between Maternal Employment Status And Children's Food Intake In Japan. *Environ Health Prev Med*. 2021.

Isfaizah, Widyaningsih A, Listyaningsih MD. Pendidikan dan Pekerjaan Ibu Merupakan Faktor yang Berpengaruh Langsung terhadap Praktik Pemberian Makanan pada Anak (PMBA). *Indonesian Journal of Midwifery*. 2024.

Prasetyo YB, Permatasari P, Susanti HD. The Effect Of Mothers' Nutritional Education And Knowledge On Children's Nutritional Status: A Systematic Review. *International Journal of Child Care and Education Policy*. Springer; 2023.

Diana R, Rachmayanti RD, Khomsan A, Riyadi H. Influence Of Eating Concept On Eating Behavior And Stunting In Indonesian Madurese Ethnic Group. *Journal of Ethnic Foods*. 2022.

8. Sari EN, Pertiwi S, Diana H. The Relationship Between Maternal Characteristics and Parenting Patterns in Feeding With The Incidence of Malnutrition Status in Toddlers in UPTD Puskesmas Garawangi Kuningan Regency in 2023. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*. 2024.
9. Afrin S, Mullens AB, Chakrabarty S, Bhoumik L, Biddle SJH. Dietary Habits, Physical Activity, And Sedentary Behaviour Of Children Of Employed Mothers: A Systematic Review. *Preventive Medicine Reports*. Elsevier Inc.; 2021.
10. Larasati AQ, Sudargo T, Susetyowati S. Responsive Feeding Ibu Dan Asupan Makan Anak Stunting Usia 2-5 Tahun. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. 2022.
11. Nurmadinisa R, Putri YAH, Wulandari P, Manikam RM. Maternal Parenting Practices in Feeding and Their Impact on Nutritional Status of Toddlers in Mampang Village, Depok City, West Java. *AgriHealth: Journal of Agri-food, Nutrition and Public Health*. 2025.
- Zozaya N, Oliva-Moreno J, Vallejo-Torres L. Association Between Maternal And Paternal Employment And Their Children's Weight Status And Unhealthy Behaviours: Does It Matter Who The Working Parent Is? *BMC Public Health*. 2022.
- Yunitasari E, Al Faisal AH, Efendi F, Kusumaningrum T, Yunita FC, Chong MC. Factors Associated With Complementary Feeding Practices Among Children Aged 6-23 Months In Indonesia. *BMC Pediatr*. 2022.
- Berutu RE, Rosmiati R, Emilia E, Haryana NR, Ingtyas FT. Maternal Knowledge of Balanced Nutrition and Maternal Feeding Practices Associated with Stunting in Children Aged 24-60 Months in the Puskesmas Siempat Rube Working Area. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*. 2024.