BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di Kelurahan Bungus Barat, Kota Padang, terdapat fenomena yang menarik perhatian terkait status gizi balita. Menurut data dari Kelurahan Bungus Barat pada tahun 2024, dari total 532 balita yang terdiri dari 255 balita laki-laki dan 277 balita perempuan, fenomena balita *overweight* menunjukkan pola pengasuhan yang menarik untuk diteliti lebih dalam. Mayoritas balita *overweight* diberi susu formula, baik karena keterbatasan produksi ASI maupun pilihan orang tua untuk memberikan susu formula secara eksklusif. Pola pemberian makan umumnya terdiri dari 2-3 kali makan utama disertai camilan ringan. Selain itu, porsi makan juga disesuaikan pada keinginan anak, seperti jumlah nasi yang lebih banyak dibandingkan dengan lauknya.

Pandangan masyarakat dan tenaga kesehatan masih ada yang meyakini bahwa "anak gemuk ialah anak yang sehat dan lucu", yang secara langsung memengaruhi persepsi orang tua terhadap status gizi anak. Peran pengasuhan dominan dilakukan oleh ibu, dengan metode pemberian makan yang mayoritas bergantung dengan keputusan dan interpretasi ibu tentang kebutuhan gizi anak. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa aktivitas fisik pada balita di daerah ini relatif terbatas. Sebagian besar waktu mereka dihabiskan di rumah dengan kegiatan pasif seperti menonton televisi dan bermain *handphone*. Pembatasan ruang bermain yang aman

di lingkungan masyarakat dan keprihatinan orang tua tentang keselamatan anak juga berkontribusi pada kurangnya aktivitas fisik pada balita.

Aspek ekonomi keluarga juga memainkan peran penting dalam pola pengasuhan balita *overweight* di wilayah Bungus Barat ini. Menariknya, berdasarkan hasil observasi awal didapatkan bahwa mayoritas balita yang mengalami *overweight* justru berasal dari keluarga dengan status ekonomi menengah. Selain itu, kehadiran warung kelontong yang menjual berbagai jenis makanan ringan dan minuman dengan kadar gula tinggi di daerah tersebut semakin mendorong akses anak-anak terhadap makanan dengan kepadatan kalori tinggi. Anak-anak sering merima uang jajan dan dibebaskan untuk membeli makanan jika diinginkan, namun terkadang orang tuanya pun ikut menemani.

Sebagai hasil dari wawancara dan observasi mendalam dengan warga di Kelurahan Bungus Barat, ditemukan bahwa ada beberapa praktik pemberian makanan yang kurang tepat, seperti keyakinan bahwa anak harus selalu diberi makanan berkarbohidrat tinggi, seperti nasi, bahkan jika mereka masih lapar, tetapi tidak disertai dengan lauk, yang pada akhirnya dapat menyebabkan balita berlebihan berat badan di masyarakat. Hal ini dikarenakan konsumsi makanan anak yang tidak seimbang.

Fenomena di Kelurahan Bungus Barat ini ternyata merupakan bagian dari masalah yang lebih luas. Pada tahun 2023 di Kota Padang menurut data dari Dinas Kesehatan Kota Padang terdapat kasus *overweight* pada balita sebesar 1,4% atau sebanyak 699 balita yang terindikasi mengalami gizi berlebih (*overweight*).

Puskesmas Bungus adalah puskesmas yang paling tinggi angka kasus balita yang mengalami *overweight* yaitu sebesar 16,16% atau sebanyak 113 balita. Di urutan kedua yaitu Puskesmas Pegambiran sebesar 13,02%, dan urutan ketiga yaitu Puskesmas Parak Karakah sebesar 11,44%. Adapun menurut ahli gizi yang berada di Puskesmas Bungus menyatakan bahwa kelurahan tertinggi kasus *overweight* terdapat di Kelurahan Bungus Barat. Namun, hingga saat ini data resmi mengenai angka pasti *overweight* di tingkat kelurahan belum tersedia. Dengan kata lain, data yang dipublikasikan hanya tersedia dalam cakupan kota dan puskesmas, sedangkan di tingkat kelurahan masih bergantung pada informasi dari tenaga kesehatan di lapangan.Berikut merupakan data tabel yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Padang mengenai status gizi balita yang ada di Kota Padang pada tahun 2023 :

Tabel 1.
Data Status Gizi Balita di Kota Padang Tahun 2023

STATUS GIZI BALITA KOTA PADANG TAHUN 2023

No	Puskesmas	BB/TB					
		Gizi Buruk	Gizi Kurang	Normal	Risiko Gizi Lebih	Gizi Lebih	Obesitas
1.	BUNGUS	11	59	895	316	113	68
2.	LUBUK KILANGAN	18	117	2096	189	31	10
3.	LUBUK BEGALUNG	9	121	3550	221	40	10
4.	PEGAMBIRAN	10	130	2068	250	91	31
5.	PADANG	0	31	715	51	20	4
6.	PEMANCUNGAN	0	45	1000	138	35	1
7.	RAWANG	0	101	1279	93	22	10
8.	ANDALAS	5	110	2564	209	41	11
9.	PADANG PASIR	22	92	1478	106	27	11
10.	ULAK KARANG	13	36	716	43	5	1
11.	AIR TAWAR	3	20	748	70	14	1
12.	ALAI	1	17	1275	106	8	6
13.	NANGGALO	0	5	1914	11	2	0
14.	LAPAI	2	14	1264	41	4	1
15.	BELIMBING	10	61	3596	82	17	2
16.	KURANJI	2	32	1911	53	15	6
17.	AMBACANG	6	55	2741	63	5	3
18.	PAUH	11	77	3090	137	12	4
19.	AIR DINGIN	7	73	1908	152	39	2
20.	LB.BUAYA	11	73	2962	105	17	8
21.	IKUR KOTO	11	35	763	33	9	2
22.	ANAK AIR	4	144	1672	90	16	15
23.	TUNGGUL HITAM	1	70	1530	124	36	9
24.	PARAK KARAKAH	7	48	1222	166	80	28
JUMLAH		164	1566	42957	2849	699	244

Sumber : Dinkes Kota Padang, 2023

Masalah ini tidak hanya terjadi di tingkat lokal dan regional. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2007-2018), Survei Status Gizi Indonesia (SSGI, 2019-2022), dan Survei Kesehatan Indonesia (SKI, 2023) jumlah balita yang mengalami kegemukan di Indonesia pada tahun 2023 berada di angka 4,2 persen atau terdapat 1 juta balita, sedangkan prevalensi kasus *overweight* pada balita Sumatera Barat pada tahun 2023 sebesar 2,7% (SKI, 2023). Bahkan secara global, World Health Organization (WHO, 2018) menyatakan bahwa 18 persen anak di seluruh dunia mengalami *overweight* atau kegemukan dan obesitas. Indonesia menempati urutan ke-17 di antara negara dengan kasus permasalahan gizi gemuk pada balita (Depkes RI, 2017).

Kegemukan di Indonesia terjadi di semua kelompok umur dan status sosial ekonomi (Wulandari & Khalifatunnisak, 2019). Hal ini sejalan dengan kondisi yang terjadi di Kelurahan Bungus Barat, ditemukan kasus *overweight* pada anak balita dari keluarga berstatus ekonomi menengah. Fenomena ini mengindikasikan bahwa masalah gizi lebih pada anak telah menjadi masalah yang meluas dan tidak lagi eksklusif pada kelompok ekonomi tertentu.

Balita merupakan anak dengan rentang usia 12-59 bulan dan pada usia ini mereka mengalami perubahan besar dan memerlukan zat gizi yang cukup dan berkualitas tinggi. Untuk mendukung pertumbuhan sel-sel otak anak yang cepat, mereka membutuhkan rangsangan dan gizi yang baik. Kelainan gizi sangat mungkin terjadi pada balita, sehingga sangat bergantung pada pola pemberian makan oleh orang tuanya (Diagama et al., 2019). *Overweight* juga sering disebut dengan kegemukan yang merupakan masalah kesehatan yang ditimbulkan lantaran

asupan gizi yang masuk ke tubuh lebih besar daripada tenaga yang digunakan. Menurut WHO (*World Health Organization*), kegemukan atau *overweight* adalah kondisi di mana penumpukan lemak tubuh yang tidak normal yang dapat menimbulkan bahaya kesehatan.

Balita *overweight* dapat mengalami masalah kesehatan seperti penyakit metabolik dan degeneratif, yang dapat memengaruhi kualitas hidup mereka di masa depan (Kemenkes RI, 2012). *Overweight* pada usia balita menyebabkan efek jangka pendek yaitu terganggunya proses pertumbuhan, namun efek jangka panjangnya meliputi risiko tinggi mengalami penyakit kardiovaskuler, diabetes, hipertensi, dan penyakit degeneratif lainnya pada usia dewasa. Masalah kesehatan ini juga memiliki risiko psikososial seperti kurangnya rasa percaya diri, gangguan makan, serta memiliki kualitas kesehatan yang lebih rendah (Suriani, 2019). Dampak psikososial ini dapat berlanjut hingga dewasa dan mempengaruhi kemampuan mereka dalam berinteraksi sosial, prestasi akademik, serta kesehatan mental secara keseluruhan. Oleh karena itu, pencegahan dan penanganan *overweight* pada masa balita menjadi investasi penting untuk mencegah terjadinya masalah kesehatan yang lebih kompleks di kemudian hari.

Salah satu penyebab yang berkontribusi terhadap kejadian *overweight* pada balita ialah pola pengasuhan orang tua. Pola asuh adalah upaya orang tua untuk mendidik, membimbing, mendisiplinkan, dan melindungi anak yang termasuk bagaimana cara orang tua dalam memberikan aturan, hadiah, kontrol, dan hukuman, serta berkomunikasi agar sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku di masyarakat (Baiduri & Yuniar, 2017). Menurut Suhardjo (1996) pola pengasuhan

juga termasuk dalam hal pemberian makanan, stimulasi, pemeliharaan kesehatan, dan dukungan emosional untuk perkembangan anak.

Pola pengasuhan anak sangat dipengaruhi oleh budaya, pendidikan, sosial, ekonomi, dan gaya hidup keluarga. Adapun menurut Margaret Mead pola asuh yang tepat dan efektif ialah yang sesuai dengan nilai serta norma budaya yang diyakini oleh masyarakat (Etikawati et al., 2019). Dalam pengasuhan anak, pasti akan berpartisipasi dalam perilaku orang tua dalam merawat anak mereka. Pola perilaku orang tua dalam mengasuh atau merawat anak mereka dalam antropologi mengacu pada aturan tertentu yang dapat diamati dengan cara individu atau kelompok orang yang berinteraksi, tindakan, dan kehidupan sehari-hari (Effendi, 2023). Para antropolog percaya bahwa pengasuhan yang khas diduga menggunakan kebiasaan berdasarkan pengalaman, karena mereka berbeda satu sama lain di masa kanak-kanak (Effendi, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa pola pengasuhan bersifat dinamis dan unik pada setiap keluarga, dimana orang tua cenderung mereplikasi atau memodifikasi pengalaman pengasuhan yang mereka terima di masa kecil. Dengan demikian, memahami latar belakang budaya dan pengalaman masa kanak-kanak orang tua menjadi kunci penting dalam menganalisis praktik pengasuhan yang diterapkan pada anak mereka saat ini.

Makanan dan pola makan adalah produk budaya yang terkait dengan sistem perilaku atau sistem sosial yang terorganisir pada suatu masyarakat tertentu. Pengetahuan budaya dan keyakinan masyarakat sangat memengaruhi makanan yang mereka makan, yang pada gilirannya akan berpengaruh pada status gizi mereka (Meiyenti, 2006). Terkait kepercayaan ini, Douglas (1983:75-76)

menyebutkan bahwa kepercayaan yang menghasilkan larangan atau tabu makanan adalah masalah struktural. Aturan tingkah laku sosial menentukan aturan tentang makanan yang dapat dimakan dan yang tidak dapat dimakan. Aturan-aturan tingkah laku sosial sebagaimana disebutkan diatas, yang sudah terpola dapat dipahami mengandung aturan tingkah laku bersama yang sesuai dijelaskan oleh interpretasi struktural (Meiyenti, 2006). Hal ini menunjukkan bahwa masyarakat mematuhi aturan makanan berdasarkan sistem makna budaya yang sudah lama tertanam, dan bukannya karena memahami alasan-alasan ilmiahnya.

Sistem budaya yang berkaitan dengan pangan atau makanan memiliki peran serta nilai yang berbeda. Sebagai suatu sistem budaya, makanan tidak hanya produk organik dengan sifat biokimia yang membantu menopang kehidupan secara fisiologis (Silaban et al, 2023: 12). Lebih jauh, Silaban juga menjelaskan keterkaitan makanan juga memiliki makna sosiokultural yang diakui, diterima, serta dibenarkan oleh masyarakat lokal, misalnya saja ada banyaknya mitos mengenai makanan dan gizi menjadi kendala dalam penyempurnaan gizi keluarga, terkhusus dalam kasus *overweight* pada balita (2023: 12). Mitos-mitos ini seringkali bertentangan dengan prinsip gizi seimbang dan dapat menyebabkan kesalahan dalam pemberian makanan kepada anak. Contohnya, pada banyak masyarakat, jika sering mengonsumsi telur anak akan terkena bisulan dan cacingan.

Di bawah ini masih berhubungan dengan makanan dan sistem budaya McElroy dan Townsend menyatakan bahwa nilai-nilai dan simbol-simbol budaya mempengaruhi makanan yang kita makan; budaya juga mempengaruhi bagaimana kita memasukkan makanan yang tidak bergizi ke dalam mulut kita (dalam Meiyenti,

2006: 16). Meskipun ada bahan yang tidak dikonsumsi yang memiliki nilai gizi, bahan tersebut memiliki efek yang signifikan terhadap gizi. Contoh yang bagus untuk hal ini adalah larangan orang Hindu untuk makan daging sapi. Orang Hindu tidak makan sapi karena mereka percaya bahwa sapi adalah binatang suci (dalam Meiyenti, 2006: 16). Hal ini menunjukkan bagaimana keyakinan religius dapat mengalahkan pertimbangan nutrisi dalam pemilihan makanan.

Dalam kaitannya dengan masalah jenis makanan yang dikonsumsi, ada berbagai kategori yang dibuat berdasarkan waktu yaitu ada sarapan, makan siang, dan makan malam (Meiyenti, 2006). Misalnya pada masyarakat Minangkabau, makan nasi tiga kali sehari adalah suatu kewajiban, termasuk sarapan, makan siang, dan makan malam. Seperti kebanyakan masyarakat Indonesia lainnya yang menganggap bahwa jika belum makan nasi sama seperti belum makan (Witrianto, 2018). Konsep ini mencerminkan bagaimana nasi tidak hanya dipandang sebagai makanan pokok, tetapi juga sebagai simbol kenyang yang sesungguhnya dalam budaya Indonesia.

Sesuai dengan jenisnya yaitu ada makanan sehari-hari, makanan upacara, atau makanan yang dihormati, baik panas maupun dingin. Berkaitan dengan yang disebutkan di atas, terdapat jenis makanan-makanan tertentu untuk ibu hamil atau menyusui, anak gadis, bayi, balita, dan sebagainya (Meiyenti, 2006: 17). Lebih jauh, Kalangi (1985: 47) mengatakan bahwa ibu hamil tidak dapat makan semua yang mereka suka. Selain itu, termasuk juga orang yang sakit, berusia lanjut, ibu menyusui, anak balita, wanita, dan kelompok lain yang memerlukan diet khusus.

Budaya makan tradisional masyarakat Minangkabau dapat berkontribusi pada kelebihan berat badan, seperti yang terjadi pada balita *overweight*. Contohnya seperti yang dijelaskan oleh Toto Sudargo dkk dalam bukunya yang berjudul "Budaya Makan dalam Perspektif Kesehatan". Di dalam buku tersebut disebutkan bahwa makanan berkalori tinggi seperti rendang, gulai, dan kalio daging, yang penuh dengan lemak dan kalori, sering dikonsumsi oleh orang Minangkabau dan menjadi bagian dari budaya mereka. Meskipun makanan ini memiliki cita rasa yang kuat dan menjadi bagian dari tradisi, mereka cenderung kurang gizi dibandingkan dengan makanan yang lebih sehat seperti sayuran dan ikan.

Keyakinan "anak gemuk adalah anak sehat" yang masih dipegang oleh sebagian orang tua menyebabkan mereka lebih cenderung memberikan anak-anak mereka makanan berkalori tinggi tanpa mempertimbangkan keseimbangan gizi yang tepat. Kebiasaan makan seseorang atau suatu masyarakat berasal dari pola makan yang diterima dan diajarkan kelompok kepada semua anggota keluarganya. Hal ini menunjukkan bahwa kebiasaan makan atau pola makan seseorang dapat dipengaruhi oleh sosial budaya dimana mereka tinggal.

Pengasuhan yang kurang tepat, seperti kurangnya pengawasan terhadap kebiasaan makan mengakibatkan anak mengonsumsi makanan yang tinggi kalori dan rendah nilai gizinya. Di sisi lain, orang tua yang tidak memberikan contoh pola makan yang sehat dapat meningkatkan risiko anak mengalami kegemukan atau *overweight*. Pola asuh yang tepat dalam hal pemberian makanan pada balita tidak dapat dilepaskan dari pengaruh budaya dan sistem pengetahuan suatu masyarakat. Nilai budaya yang diwariskan dari generasi ke generasi sering kali mencerminkan

kebiasaan makan orang tua. Sumber daya rumah tangga seperti pendidikan, kesehatan orang tua, dan dukungan sosial juga memengaruhi pengasuhan. Tak jarang terdapat kasus orang tua yang tidak menyadari bahwa anaknya memiliki masalah gizi, yang terlihat dari anaknya yang memiliki berat badan berlebih dari anak kebanyakan di usianya mereka tidak khawatirkan hal itu, karena orang tuanya menganggap anaknya sehat dan bugar karena tetap bisa bermain dengan leluasa.

Untuk memahami fenomena ini secara mendalam, diperlukan pendekatan antropologis. Mendiskusikan persoalan jenis-jenis makanan, seperti yang sudah digambarkan sebelumnya juga terkait dengan persoalan gizi. Norge Jerome, mengemukakan bahwa "Antropologi Gizi" adalah bidang yang mencakup kedua antropologi dan gizi, dan berfokus pada gejala antropologi yang menghambat status gizi manusia (dalam Anderson, 2006 : 312). Oleh karena itu, perkembangan manusia, sejarah, dan budaya, serta adaptasi terhadap perubahan variabel gizi dalam kondisi lingkungan yang berbeda merupakan elemen yang menarik bagi antropologi gizi.

Berdasarkan pandangan Anderson (1986) terdapat dua faktor penting dalam antropologi gizi, yaitu:

a. Sifat sosial, budaya, serta psikologis dari makanan.
b. Bagaimana aspek sosiokultural dan psikologis makanan berhubungan dengan masalah gizi yang tepat, khususnya pada masyarakat tradisional.

Para antropolog menganggap kebiasaan makan sebagai kumpulan aktivitas yang mencakup produksi, penyiapan, dan konsumsi makanan serta hal-hal yang dilarang serta takhayul (Anderson, 1986). Dengan kata lain, para antropolog memandang

makanan sebagai kategori budaya penting yang memengaruhi dan terkait dengan banyak kategori budaya lainnya. Salah satunya termasuk masalah *overweight* dan gizi acap kali dipengaruhi oleh kebiasaan makan yang ada di dalam kebudayaan suatu masyarakat. Mengkaji masalah keterkaitan kebiasaan makan dan budaya masyarakat, memungkinkan kita memahami masyarakat tertentu mengenai status gizi serta memberikan solusi terhadap permasalahan-permasalahan gizi yang ada.

Menurut Kemenkes dalam Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), status gizi tidak hanya dipengaruhi oleh faktor biologis seperti ketersediaan nutrisi dan kondisi fisiologis tubuh, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh faktor sosial budaya seperti kepercayaan lokal tentang makanan, praktik pemberian makan tradisional, sistem ekonomi masyarakat, serta norma-norma sosial yang mengatur pola konsumsi makanan. Dengan memahami kedua dimensi ini secara bersamaan, intervensi gizi yang dirancang dapat lebih efektif karena mempertimbangkan konteks budaya setempat dan tidak bertentangan dengan nilai-nilai yang dianut masyarakat sasaran.

Dengan adanya angka prevalensi kegemukan atau *overweight* ini, menjadi peringatan bagi masyarakat dan pemerintah bahwa masalah kesehatan karena kegemukan ini sebagai bahaya yang signifikan bagi masyarakat Indonesia. Menurunkan prevalensi *overweight* pada balita, anak usia sekolah, remaja, dan orang dewasa dari 1% menjadi 0,5% per tahun adalah tujuan pemerintah Indonesia dalam mengatasi masalah *overweight* (Kemenkes, 2012). Untuk mencapai target ini, diperlukan intervensi gizi yang mempertimbangkan logika budaya lokal agar dapat diterima dan efektif di masyarakat. Memahami serta mengatasi masalah gizi

seperti *overweight* pada balita memerlukan pendekatan yang mempertimbangkan dimensi sosial dan budaya masyarakat. Hal ini menjadikan antropologi sebagai perspektif penting dalam studi masalah gizi.

Berdasarkan fenomena tersebut di atas, peneliti ingin mengulik lebih dalam lagi mengenai "Pola Pengasuhan Orang Tua Pada Balita *Overweight* : Studi Kasus di Kelurahan Bungus Barat".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Padang pada tahun 2023 dalam tabel yang sudah ditunjukkan di bagian latar belakang sebelumnya, menunjukkan bahwa data kasus *overweight* pada balita sebesar 1,4% atau sebanyak 699 balita yang terindikasi mengalami gizi berlebih (*overweight*). Dari data tersebut, Puskesmas Bungus adalah puskesmas yang paling tinggi angka kasus balita yang mengalami *overweight* yaitu sebesar 16,16% atau sebanyak 113 balita. Di urutan kedua yaitu Puskesmas Pegambiran sebesar 13,02%, dan urutan ketiga yaitu Puskesmas Parak Karakah sebesar 11,44%. Adapun kelurahan tertinggi kasus *overweight* terdapat di Kelurahan Bungus Barat. Walaupun Kelurahan Bungus Barat memiliki kasus balita *overweight* tertinggi di Kota Padang namun dari hasil observasi awal menunjukkan keterkaitan dengan pola pengasuhan yang masih mempertahankan pandangan tradisional mengenai status gizi ideal dan pola makan yang tidak seimbang.

Pola pengasuhan orang tua yang baik antara lain dimulai dari pemahaman orang tua mengenai pentingnya pola makan seimbang, menyediakan makanan bergizi, pengaturan porsi makan yang cukup, serta mengajarkan adanya aktivitas fisik.

Realitas yang ada di Kelurahan Bungus Barat menunjukkan kontras yang cukup besar, dimana sebagian besar balita yang mengalami *overweight* dibiasakan untuk makan dengan porsi yang berlebihan sesuai keinginan anak dan disandingkan dengan susu formula, dengan aktivitas fisik yang terbatas.

Ketika kebiasaan mengasuh anak mulai berubah dari tradisional ke modern juga terkait dengan risiko *overweight* atau kegemukan pada balita akan meningkat. Orang tua dapat secara tidak sengaja mengembangkan kebiasaan memberi anak mereka makanan cepat saji atau camilan tidak sehat, atau menggunakan makanan sebagai cara untuk mengalihkan perhatian anak dan menenangkan emosinya. Pola makan yang tidak terkontrol dapat menimbulkan kekhawatiran akan penambahan berat badan berlebihan (*overweight*) pada balita.

Balita yang terindikasi *overweight* akan berisiko terkena penyakit metabolik dan berpotensi memiliki permasalahan psikologis seperti kurang rasa percaya diri, gangguan emosi, dan bahkan lebih parahnya lagi dapat memicu terjadinya perundungan. Bahkan pola makan yang salah dan peran pengasuhan yang tidak memperhatikan kebutuhan nutrisi yang seimbang dapat berdampak jangka panjang pada kesehatan dan tumbuh kembang anak.

Di Indonesia, prevalensi *overweight* pada balita mencapai 4,2% atau terdapat 1 juta balita berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2007-2018), Survei Status Gizi Indonesia (SSGI, 2019-2022), dan Survei Kesehatan Indonesia (SKI, 2023). Di Puskesmas Bungus sendiri, kasus *overweight* balita mencapai 16,16% atau sebanyak 113 balita pada tahun 2023 (lihat Tabel 1). Mengkaji dan memahami

kasus *overweight* tertinggi di daerah Bungus ini diasumsikan memiliki keterkaitan dengan peran pengasuhan orang tua dalam pemberian nutrisi pada balita.

Perubahan gaya hidup modern juga acapkali mendorong praktik pemberian makanan yang kurang sehat seperti makanan cepat saji dan camilan tinggi kalori yang memicu risiko *overweight* serta berpotensi menimbulkan masalah kesehatan dan psikologis pada balita. Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini mencoba menganalisis pola pengasuhan orang tua pada balita *overweight* di Kelurahan Bungus Barat pada tahun 2024.

Berdasarkan uraian persoalan di atas, peneliti menurunkan beberapa pertanyaan penelitian yang akan dijawab dalam kajian ini. Pertanyaan tersebut antara lain sebagai berikut :

1. Bagaimana pola pengasuhan orang tua pada keluarga balita *overweight* di Kelurahan Bungus Barat?
2. Bagaimana pengetahuan orang tua di Kelurahan Bungus Barat tentang Pola Makan dan Aktivitas Fisik Balita?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini, antara lain:

1. Menganalisis pola pengasuhan yang dilakukan orang tua pada balita *overweight* di Kelurahan Bungus Barat.
2. Menganalisis tingkat pengetahuan orang tua di Kelurahan Bungus Barat terkait pola makan dan aktivitas fisik pada balita.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Akademis

   Penelitian ini diharapkan dapat membantu mengembangkan pemahaman mengenai pola pengasuhan orang tua pada balita *overweight* dari perspektif antropologi gizi. Selain itu juga dapat memperkaya literatur tentang determinan sosial-budaya dalam kejadian *overweight* pada balita.

2. Manfaat Praktis

   Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk panduan mengembangkan program edukasi pengasuhan yang efektif, sebagai data konkret untuk pengembangan kebijakan pencegahan *overweight* pada balita yang mempertimbangkan aspek pengasuhan, serta peningkatan pemahaman mengenai praktik pengasuhan yang mendukung perkembangan optimal anak.

E. Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka mencakup temuan penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Berikut adalah beberapa temuan penelitian yang relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti:

Artikel yang ditulis oleh Rika Rachmawati dkk (2022) berjudul *Faktor Sosiodemografi yang Berhubungan dengan Overweight dan Obesitas pada Balita di Indonesia, Perbandingan Perdesaan dan Perkotaan*. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei *cross sectional*. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara melalui kuesioner yang sudah divalidasi dan

pengukuran antropometri dilakukan dengan merujuk pada protokol yang sesuai standar.

Tujuan dari artikel ini adalah untuk menyelidiki faktor risiko yang berhubungan dengan *overweight* dan obesitas pada anak balita di Indonesia, berdasarkan wilayah perkotaan dan perdesaan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa anak balita yang mengalami *overweight* dan obesitas secara signifikan tidak berbeda antara daerah perkotaan dan perdesaan. Risiko *overweight* dan obesitas pada anak balita di daerah perkotaan dan perdesaan meningkat karena faktor stunting, berat badan lahir yang tinggi, tidak rutin menimbang berat badan ke posyandu setiap bulan, dan orang tua yang mengalami obesitas.

Artikel yang ditulis oleh Rika Rachmawati dkk ini memiliki persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, keduanya sama-sama mengkaji tentang mengenai balita yang mengalami *overweight* atau kegemukan. Meskipun ada beberapa persamaan, jenis penelitian yang digunakan dan fokus masalahnya berbeda. Dalam penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Rika Rachmawati dkk ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Selain itu, penelitian tersebut tidak fokus kepada masalah peran pengasuhan orang tua dan pola makan saja, melainkan dilihat dari faktor sosial demografinya. Sebaliknya, penelitian yang dilakukan peneliti terfokus pada peran pengasuhan orang tua dan pola makan balita yang berimbas pada kejadian *overweight* tersebut.

Artikel ini memberikan kontribusi penting dengan menyediakan bukti empiris tentang faktor risiko balita *overweight*. Hasil studi kuantitatif ini menyoroti urgensi

penelitian kualitatif untuk memahami dinamika sosiokultural pola pengasuhan anak yang menyebabkan *overweight* pada balita.

Artikel yang ditulis oleh Putri Salsabila Azzahra dkk (2022) berjudul *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kegemukan pada Balita.* Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik kuantitatif dengan menggunakan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu yang mempunyai balita di Desa Kembang Tanjung Kabupaten Lampung Utara. Jumlah sampel sebanyak 64 responden dengan 32 kasus dan 32 kontrol.

Tujuan dari artikel ini adalah untuk mengidentifikasi variabel yang berhubungan dengan kegemukan pada balita. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor genetika dan aktivitas fisik memiliki hubungan dengan kegemukan pada balita, sedangkan pendapatan orang tua tidak memiliki hubungan dengan kejadian kegemukan pada balita.

Artikel yang ditulis oleh Putri Salsabila Azzahra dkk ini memiliki persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, keduanya sama-sama meneliti mengenai balita yang mengalami *overweight* atau kegemukan. Meskipun terdapat persamaan, namun ada juga perbedaan pada jenis penelitian yang digunakan dan fokus masalahnya. Pada penelitian yang akan dilakukan peneliti menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Putri Salsabila Azzahra dkk ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Selain itu, penelitian tersebut tidak fokus kepada masalah peran pengasuhan orang tua dan pola makan saja, melainkan dilihat dari faktor genetik, aktivitas fisik dan faktor ekonomimnya. Sebaliknya, penelitian yang dilakukan

peneliti akan terfokus pada peran pengasuhan orang tua dan pola makan balita yang berimbas pada kejadian *overweight* tersebut.

Artikel ini memberikan kontribusi penting dalam mengindentifikasikan faktor genetik dan aktivitas fisik yang berkontribusi terhadap *overweight* pada balita. Adapun hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan awal untuk penelitian mengenai pola pengasuhan orang tua terhadap kejadian *overweight* pada balita.

Artikel yang ditulis oleh Laela Mulyana dan Eko Farida (2022) berjudul *Pola Pemberian Makan yang Tepat dalam Mengurangi Resiko Obesitas pada Balita.* Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitikal observasional dengan rancangan kasus kontrol. Subjek dalam penelitian ini adalah empat balita yang terindikasi obesitas dan empat balita yang tidak obesitas dengan menggunakan teknik *cluster sampling*.

Tujuan dari artikel ini adalah untuk mengkaji pola pemberian makan pada balita serta memberikan pemahaman kepada ibu mengenai hal pemberian porsi makan pada balita obesitas. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola pemberian makan dan jumlah porsi makan yang diberikan kepada balita yang mengalami obesitas. Di dalam artikel ini disebutkan bahwa pola pemberian makan dapat meningkatkan risiko obesitas pada balita sebesar 1,04 kali lipat, dengan lebih banyak porsi, jenis dan frekuensi makanan yang diberikan maka semakin meningkatkan risiko obesitas pada balita.

Artikel yang ditulis oleh Laela Mulyana dan Eko Farida ini mempunyai persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, keduanya sama-sama meneliti mengenai balita yang mengalami kelebihan berat badan atau kegemukan

yang dilihat dari faktor pola pemberian makan. Meskipun terdapat kesamaan, terdapat juga perbedaan diantara keduanya. Pada penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Laela Mulyana dan Eko Farida ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif.

Artikel ini memberikan kontribusi penting dalam mengungkap hubungan antara pola makan dengan risiko obesitas pada balita. Hasil penelitian ini memperkuat urgensi untuk mengeksplorasi faktor sosial budaya yang memengaruhi kebiasaan makan yang dapat menyebabkan obesitas pada anak.

Artikel yang ditulis oleh Ulfatul Karomah dkk (2024) berjudul *Gambaran Pola Asuh Orang Tua dan Perilaku Makan Balita Obesitas di Kabupaten Kebumen.* Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif deskriptif dengan pendekatan wawancara mendalam. Informan dalam penelitian ini berjumlah 10 orang yang terdiri dari orang tua yang memiliki anak obesitas dan ahli gizi serta bidan puskesmas.

Tujuan dari artikel ini ialah untuk mengidentifikasi gambaran pola asuh serta pola makan balita obesitas agar dapat dijadikan sumber referensi dalam pembuatan program pencegahan balita obesitas, khususnya di Kabupaten Kebumen. Adapun hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas orang tua memilih untuk membebaskan anaknya untuk makan makanan yang disukainya dan mengizinkan anaknya untuk menambah porsi makannya. Diketahui bahwasannya frekuensi makan utama balita yaitu dua sampai tiga kali sehari dengan didampingi susu

formula lebih dari delapan botol per hari, serta si balita mengonsumsi makanan dengan kadar kalori dan gula yang tinggi.

Artikel yang ditulis oleh Ulfatul Karomah dkk ini mempunyai persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, yaitu keduanya sama-sama meneliti tentang balita yang mengalami *overweight* atau kegemukan yang dilihat dari pola asuh orang tua dan pola makan balitanya. Selain itu juga diantara kedua penelitian ini sama-sama menggunakan metode penelitian yang sama yaitu kualitatif deskriptif. Meskipun terdapat kesamaan, namun ada juga perbedaan yang terletak di lokasi penelitiannya.

Artikel ini memberikan kontribusi penting dengan mengungkap pola pengasuhan dan kebiasaan makan anak yang mengalami obesitas melalui studi kualitatif deskriptif. Temuan dari penelitian ini akan meningkatkan pemahaman kita tentang praktik pengasuhan anak yang menyebabkan obesitas.

Artikel yang ditulis oleh Jesslyn Norberta (2024) berjudul *Obesitas pada Anak*. Artikel ini membahas mengenai definisi, etiologi, faktor risiko obesitas, patiofisiologis, serta dampak dari obesitas khususnya pada anak balita. Di dalam artikel ini disebutkan bahwa ditemukan data sekitar delapan persen anak di Indonesia mengalami *overweight* atau obesitas. Adapun faktor dari obesitas ini terdiri dari faktor genetik, aktivitas fisik seperti berolahraga, faktor lingkungan, faktor nutrisi dan faktor sosial ekonomi.

Meskipun begitu, obesitas pada anak dapat dicegah melalui tiga tahap. Pertama, pencegahan primer yaitu dengan menerapkan pola makan serta aktivitas fisik yang tepat. Kedua, mendeteksi *early adiposity rebound* yang mana jika IMT anak

menurun setelah usia 9-12 bulan dan telah mencapai nilai terendah di usia 5-6 tahun, setelah itu meningkat kembali di masa remaja dan dewasa. Hal itu sering dikaitkan dengan peningkatan risiko obesitas dan sindrom metabolik. Ketiga, dengan memberikan terapi obesitas pada anak dan remaja.

Artikel yang ditulis oleh Jesslyn Norberta ini mempunyai persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, keduanya sama-sama meneliti mengenai balita yang mengalami *overweight* atau kegemukan. Meskipun terdapat kesamaan, namun ada juga perbedaan yang terletak di lokasi penelitiannya. Jika pada artikel yang ditulis oleh Jesslyn Norberta tidak terdapat lokasi pasti dalam penelitiannya, karena diambil secara keseluruhan data di Indonesia. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti terfokus di wilayah Kota Padang.

Artikel ini memberikan kontribusi penting dengan memberikan gambaran komprehensif tentang obesitas anak dan menyoroti faktor risiko dan strategi pencegahannya. Temuan penelitian ini memberikan pemahaman mengenai kompleksitas obesitas pada balita.

Skripsi yang ditulis oleh Khusnul Khotimah (2013) berjudul *Pola Pengasuhan Anak Dalam Perkawinan Campuran Jawa-Minang (Studi Kasus di Jorong Ophir, Nagari Koto Baru, Kecamatan Luhak Nan Duo, Kabupaten Pasaman Barat, Propinsi Sumatera Barat)*. Skripsi ini menjelaskan peran dominan dalam pengasuhan anak pada perkawinan campuran Jawa-Minang di Jorong Ophir dan memaparkan penerapan nilai-nilai budaya sehari-hari yang ditanamkan orang tua kepada anaknya tersebut.

Hasil penelitian didapatkan bahwa keluarga perkawinan campuran Jawa-Minang di Jorong Ophir menerapkan pola pengasuhan yang sesuai dengan pola pikir orang tua masing-masing terkhusus ibu, hal ini karena ibu lebih memiliki banyak waktu yang lebih besar dalam pola pengasuhan anak dibanding ayahnya. Jadi tidak ada peran suku bangsa yang dominan. Keikutsertaan yang baik antara kedua orang tua menjadikan mereka memilih untuk memakai aturan yang ada dalam agama dan masyarakat sebagai landasan dalam mengasuh anak. Seperti penanaman nilai kedisiplinan, kebersihan, sopan santun, serta bahasa sehari-hari mereka menggunakan kebiasaan umum yang biasa digunakan masyarakat di Jorong Ophir.

Di dalam skripsi ini disinggung oleh Keesing, yang mana menurut Keesing kebudayaan merujuk pada sistem pengetahuan dan kepercayaan yang diatur sebagai pedoman manusia dalam mengatur pengalaman serta pandangan mereka, bagaimana mereka bertindak, dan memilih diantara alternatif yang ada (M. Keesing, 1989 : 68). Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan peneliti karena peneliti juga menggunakan teori Keesing dalam penelitiannya.

Skripsi yang ditulis oleh Rindu Pilyta (2024) berjudul *Pola Pengasuhan Anak dalam Keluarga Minangkabau: Studi Kasus pada 5 Keluarga di Nagari Paninjauan, X Koto, Tanah Datar.* Skripsi ini bertujuan untuk menjelaskan bagaimana pola pengasuhan anak dalam keluarga Minangkabau, terutama di Nagari Paninjauan. Hasil penelitian menemukan data bahwasannya walaupun terjadi perubahan sosial, nilai-nilai budaya tetap berguna sebagai landasan masyarakat dalam mengasuh anak di masyarakat Minangkabau. Pengasuhan berdasarkan

budaya lokal masih diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun begitu, ditemukan beberapa kendala yang dialami sebagai pengaruh dari perkembangan zaman yang modern.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang bersifat deskriptif, dan menggunakan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, studi pustaka, serta dokumentasi untuk menunjang data penelitian. Di dalam skripsi ini terdapat pandangan dari Keesing yang membagi pola menjadi Pola Dari dan Pola Bagi. Pola Dari (*Pattern For*) merupakan perilaku manusia yang dapat diperhatikan dan relatif berulang sama sesuai ruang dan waktu. Perilaku seperti membimbing, merawat, mengawasi dan memberikan kasih sayang kepada anak disebabkan karena pemahaman yang disebut dengan pola pengasuhan anak. Sedangkan Pola Bagi (*Pattern Of*) merupakan perilaku yang lebih abstrak dan dapat dilihat di dunia nyata. Menurut Sarah (2023 : 22) pola ini merujuk kepada aturan-aturan yang mengatur manusia dalam bertindak sesuai kebiasaan yang sering dilakukan oleh masyarakat terkait (Pilyta, 2024a).

F. Kerangka Pemikiran

Orang tua harus memberikan pengasuhan yang tepat kepada anak agar mereka tumbuh sehat. Pola asuh adalah ketika orang tua dan keluarga memberikan waktu, perhatian, kasih sayang, dan dukungan kepada anak mereka agar mereka dapat tumbuh dan berkembang dengan baik secara fisik, mental, dan sosial (Bella et al., 2020). Selama masa balita, anak sangat membutuhkan nutrisi yang tepat. Maka dari itu, pengasuhan kesehatan serta pemberian makan di tahun pertama kehidupan sangat penting untuk pertumbuhan serta perkembangan anak.

Menurut LIPI (2000), pola asuh adalah praktik rumah tangga yang diwujudkan dengan tersedianya makanan dan perawatan kesehatan, serta sumber lain yang diperlukan untuk kelangsungan hidup, pertumbuhan, dan perkembangan anak. Pola pengasuhan anak mencakup bagaimana ibu atau pengasuh lain berhubungan dengan anak, seperti memberikan makan, merawat, kebersihan, dan kasih sayang, antara lain. Seluruhnya berkaitan dengan kesehatan ibu (fisik dan mental), status gizi, pendidikan umum, pengetahuan dan keterampilan, pengasuhan anak yang baik, peran dalam keluarga atau masyarakat, pekerjaan sehari-hari, adat kebiasaan keluarga dan masyarakat, dll (Yuliawati, 2021). Pada dasarnya, pola asuh merupakan sikap dan tindakan yang dilakukan oleh orang, termasuk memberi makan anak, memberikan stimulasi, dan memberi kasih sayang agar anak dapat tumbuh dengan baik (Jus'at, 2000).

Dalam kajian antropologi, setiap masyarakat menciptakan cara-cara dalam membesarkan anak, bahkan mulai dari masa kehamilan. Hal ini termasuk bagian dari proses manusia yang didasari oleh kebudayaan, antara lain dalam bentuk ritus. Hal tersebut berlaku tidak hanya pada ritus sebagai bagian dari pemahaman sakral atas semua perjalanan manusia, tetapi juga untuk praktik sehari-hari anak yang dibesarkan serta diasuh oleh keluarganya (Lestari et al., 2018). Dalam antropologi, perawatan anak di usia di bawah lima tahun dianggap sebagai pola pengasuhan anak. Kualitas gizi balita tidak dapat dipisahkan dari faktor sosial dan budaya baik ibu atau keluarganya, seperti pengetahuan para ibu mengenai pengasuhan anak kurang akibat pernikahan dini, tingkat pendidikan ibu, ras, etnis, dan ekspetasi budaya. Faktor-faktor ini akan memengaruhi gaya hidup dan pola pengasuhan anak

yang dapat berdampak kepada kesehatan anak (Wahdah et al., 2016).

Dalam antropologi pola pengasuhan terkait dengan cara bagaimana budaya diperkenalkan atau diajarkan dari generasi ke generasi. Terdapat 3 konsep dalam proses belajar kebudayaan yaitu internalisasi, sosialisasi, serta enkulturasi. Dalam hal ini, proses belajar kebudayaan dapat diartikan ke dalam pola pengasuhan anak. Proses internalisasi adalah proses yang berlangsung dari kelahiran hingga kematian. Individu belajar menanamkan semua perasaan, hasrat, nafsu, dan emosi dalam kepribadiannya. Proses sosialisasi berhubungan dengan proses belajar kebudayaan dalam hubungan dengan sistem sosial. Dalam proses ini seorang individu belajar pola-pola tindakan dalam interaksi dengan berbagai individu lain di sekitarnya, yang memiliki berbagai peranan sosial yang mungkin mereka hadapi setiap hari. Sementara itu, enkulturasi adalah proses di mana seseorang belajar dan menyesuaikan nilai, norma, dan pola perilaku yang ditetapkan oleh budaya tempat mereka tinggal (Koentjaraningrat, 2015: 185 – 191).

Berdasarkan kutipan dari Koentjaraningrat di atas, dapat dipahami bahwa tidak ada orang yang dilahirkan dengan pemahaman atau pengetahuan tentang budaya mereka secara genetis. Mereka mengadopsi dan menyesuaikan diri dengan budaya mereka melalui proses internalisasi, sosialisasi serta enkulturasi, di mana keluarga, sekolah, agama, dan lembaga sosial lainnya memainkan peran penting dalam membentuk individu. Dalam kaitannya dengan pola pengasuhan orang tua terhadap balita *overweight,* terdapat anggapan yang mengatakan "anak gemuk adalah anak sehat" yang merupakan proses enkulturasi, dapat disosialisasikan melalui praktik pemberian makan berlebihan oleh orang tua, yang kemudian diinternalisasi sebagai

kebiasaan dan preferensi makan pada balita, yang berpotensi menyebabkan *overweight*.

Kualitas pengasuhan anak dipengaruhi oleh sejumlah faktor, termasuk faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu mengenai pengetahuan orang tua yang merupakan landasan terpenting dalam menentukan praktik pengasuhan anak yang tepat. Status pekerjaan orang tua juga mempunyai dampak yang signifikan, karena dapat memengaruhi ketersediaan waktu mereka untuk mengasuh anak secara optimal. Selain itu, kondisi keuangan keluarga juga merupakan faktor penting yang berkaitan dengan kemampuan mereka dalam menyediakan makanan bergizi dan memenuhi kebutuhan dasar anak-anak mereka.

Adapun dari faktor eksternalnya yaitu adanya akses terhadap pelayanan kesehatan yang merupakan elemen penting dalam membantu tumbuh kembang anak serta memperoleh informasi mengenai pengasuhan anak yang tepat. Kondisi sosial lingkungan termasuk tetangga dan masyarakat sekitar juga dapat memengaruhi praktik pengasuhan anak melalui nilai-nilai dan adat istiadat yang berlaku di masyarakat. Selain itu, ketersediaan sumber daya, seperti akses terhadap makanan bergizi, fasilitas kesehatan, dan sarana penunjang pengasuhan lainnya, juga menentukan kualitas pengasuhan yang dapat diberikan kepada anak. Interaksi faktor internal dan eksternal tersebut membentuk kualitas pengasuhan yang pada akhirnya memengaruhi status gizi dan pertumbuhan anak.

Dalam konteks *overweight* atau kelebihan berat badan, pola pengasuhan orang tua akan berdampak besar terhadap status gizi anak dan kualitas asupan makan menentukan terpenuhi atau tidaknya kebutuhan gizi anak. Pemantauan tumbuh

kembang secara berkala oleh orang tua juga menjadi faktor penting memastikan anak berkembang sesuai standar pertumbuhan normal. Selain itu juga, pemahaman orang tua mengenai gizi seimbang dapat mempengaruhi praktik gizi yang tepat untuk anak mereka. Orang tua yang memahami permasalahan gizi akan lebih memerhatikan jenis dan jumlah makanan yang diberikan kepada anaknya, serta memantau tumbuh kembang secara rutin untuk memastikan tidak terdapat kendala pertumbuhan yang dapat menyebabkan terjadinya *overweight*.

Untuk memahami lebih jauh bagaimana pola pengasuhan orang tua bekerja dalam upaya mencegah kelebihan berat badan, terlebih dahulu perlu dipahami konsep dasar mengenai pola pengasuhan tersebut. Menurut Keesing, pola dibagi menjadi dua kategori. Pola Dari (*Pattern For*) adalah pola yang memandu atau mengarahkan perilaku pada sistem nilai, kepercayaan, dan aturan budaya. Pola ini bersifat lebih abstrak. Sedangkan, Pola Bagi (*Pattern Of*) mengacu pada perilaku dan praktik yang dapat diobservasi secara berulang. Bersifat lebih konkret dan observable (dalam Pilyta, 2024)

Dalam kaitannya dengan penelitian ini adalah Pola Dari (*Pattern For*) adalah sistem nilai dan kepercayaan budaya Minangkabau yang mendasari pengasuhan, seperti “anak gemuk adalah anak sehat”, pengasuhan oleh keluarga luas dinilai sebagai nilai budaya, dan keyakinan bahwa memenuhi keinginan anak berarti perwujudan dari bentuk kasih sayang. Sedangkan Pola Bagi (*Pattern Of*) merupakan praktik pengasuhan sehari-hari yang diamati dalam hal pemberian makan berlebihan, pemberian susu formula 5-10 botol per hari, membiarkan anak bermain gadget, dan menuruti semua keinginan anak.

Balita merupakan anak di atas satu tahun atau lebih umum disebut anak di bawah lima tahun. Periode penting dalam proses tumbuh kembang manusia adalah masa balita. Perkembangan dan pertumbuhan yang terjadi selama periode ini sangat penting untuk keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak selama periode berikutnya (Yuliawati, 2021). Pola pengasuhan yang tepat dan ideal diperlukan karena masa balita sangat penting untuk kualitas tumbuh kembang anak di masa depan. Pola pengasuhan yang baik tidak hanya memenuhi kebutuhan anak secara fisik, tetapi juga mendukung perkembangan mental dan sosial yang sehat.

Menurut *World Health Organization* (WHO), *overweight* merupakan kondisi di mana penumpukan lemak tubuh yang tidak normal yang dapat menimbulkan bahaya kesehatan. Sedangkan menurut *Center for Disease Control and Prevention* (CDC) *overweight* diartikan sebagai kelebihan berat badan yang tidak normal bagi kesehatan seseorang dan memicu risiko kesehatan. *Overweight* merupakan keadaan yang disebabkan oleh adanya interaksi antara faktor genetik dengan non genetik. Faktor genetik mengacu pada tubuh yang lebih berpeluang mengidap kelebihan berat badan karena komposisi genetik tubuh mereka sama. Faktor genetik penyebab *overweight* bukan hanya disebabkan oleh kelainan genetik, namun kerusakan hipotalamus, kelainan endokrin, serta efek samping obat yang digunakan untuk mengobati penyakit lain (Green, 2015). Adapun faktor dari *overweight* berdasarkan dari faktor non genetik, antara lain karena faktor makanan, aktivitas fisik, lingkungan, kondisi kesehatan dan obat-obatan, serta faktor stress dan kebiasaan tidur.

Overweight terjadi ketika lebih banyak kalori dikonsumsi dari waktu ke waktu, tetapi lebih sedikit kalori yang digunakan untuk kebutuhan energi tubuh (Sherwood, 2012). *Overweight* yang dianggap tidak serius pada masa balita dapat menyebabkan obesitas seumur hidup yang berpengaruh pada masalah kesehatan lainnya. *Overweight* dapat dideteksi melalui perhitungan *Body Mass Indeks* (BMI) atau indeks masa tubuh yang ditentukan dengan menghitung berat badan dalam satuan kilogram pertinggi badan dalam meter kuadrat (kg/m²). Berikut adalah rumus dalam penentuan BMI :

$$\text{BMI} = \frac{\text{Berat Badan (cm)}}{(\text{Tinggi Badan(m)})^2}$$

Penentuan BMI menurut usia yaitu :

1. Untuk orang dewasa, WHO mengartikan *overweight* dan obesitas adalah sebagai berikut : *overweight* ialah BMI lebih besar dari atau sama dengan 25. Sedangkan obesitas ialah BMI lebih besar dari atau sama dengan 30.
2. Untuk anak-anak usia 5-19 tahun, *overweight* adalah BMI untuk usia lebih besar dari satu standar deviasi di atas median. Sedangkan obesitas lebih besar dari dua standar deviasi di atas median.
3. Untuk anak-anak di bawah usia lima tahun : *overweight* didefinisikan BB/TB lebih besar dari dua standar deviasi di atas rata-rata median pertumbuhan anak. Sedangkan obesitas ialah BB/TB lebih dari tiga standar deviasi di atas rata-rata median pertumbuhan anak.

Tabel 2.
Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak

Indeks	Status Gizi	Ambang Batas
BB/U	Gizi Lebih	> +2SD
	Gizi Baik	> -2 SD sampai +2SD
	Gizi Kurang	< -2SD sampai ≥ -3SD
	Gizi Sangat Kurang	< -3SD
TB/U	Tinggi	>+2 SD
	Normal	- 2SD sampai +2SD
	Pendek	-3 SD sampai < -2SD
	Sangat pendek	< -3 SD
BB/TB	Sangat Gemuk	> +3 SD
	Gemuk	> +2SD sampai 3 SD
	Normal	≥ -2SD sampai +2SD
	Kurus	< -2SD sampai ≥ -3SD
	Kurus Sekali	< -3SD

Sumber : Permenkes No. 2 Tahun 2020

Gambar 1.
Grafik BB/TB Anak Laki-laki 24-60 bulan

Sumber : Permenkes No. 2 Tahun 2020

Gambar 2.
Grafik BB/TB Anak Perempuan 24-60 bulan

Sumber : Permenkes No. 2 Tahun 2020

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dalam Hello Sehat (2022) mengatur menu makanan harian anak merupakan salah satu langkah untuk mengendalikan berat badan pada balita *overweight*. Selain itu, pemberian menu yang tepat membantu anak mempertahankan atau menurunkan berat badannya sampai tingginya sesuai. Dokter dan ahli gizi anak mungkin menyarankan diet energi rendah (1700 kkal). Namun, biasanya, asupan energi harian anak akan disesuaikan sesuai dengan berat badan idealnya. Berikut merupakan contoh menu makan harian yang dapat diberikan kepada anak yang mengalami *overweight,* berdasarkan rekomendasi dokter dan ahli gizi anak:

1. Makan sarapan pagi
- Setengah piring nasi putih (100 gram)
- 1 mangkuk daging semur (20 gram)
- 1 mangkuk sayur bayam (100 gram)
- 1 gelas susu putih (200 ml)

2. Selingan (camilan)
- 3 potong buah (300 gram)

3. Makan siang
- 1 piring nasi putih (200 gram)
- 1 piring pepes ikan mas (40 gram)
- 1 mangkuk oseng tempe (50 gram)
- 1 mangkuk sayur asem (100 gram)

4. Selingan (camilan)
- 1 buah potong ukuran besar (300 gram)

5. Makan malam
- 1 piring nasi putih (100 gram)
- 1 mangkuk daging ayam bumbu kecap tanpa kulit (40 gram)
- 1 mangkuk tumis tauge (100 gram)
- 1 potong tempe (50 gram)

Di Indonesia sendiri, Kartu Menuju Sehat (KMS) dapat digunakan untuk memantau berat badan anak hingga usia lima tahun. KMS dapat diperoleh di Pos

Pelayanan Terpadu (Posyandu) di setiap Rukun Warga (RW), dan merupakan alat bantu untuk memantau perkembangan kesehatan anak secara keseluruhan. Selain menggunakan kedua metode tersebut, BMI dan KMS, *overweight* pada anak dapat diukur dengan menggunakan metode lain, antara lain dengan pengukuran lingkar pinggul dan ketebalan lemak kulit. Pengecekan ini dikategorikan sederhana serta mudah dilakukan. Hasil pengukuran lingkar pinggul dan ketebalan lemak kulit tersebut kemudian dibandingkan degan nilai standar pada tabel sesuai dengan umur dan jenis kelaminya (Wahyu, 2009).

Gretel H. Pelto yang merupakan seorang antropolog ahli di bidang nutrisi. Kajian beliau berfokus pada nutrisi / gizi ibu dan anak, nutrisi masyarakat, serta perencaaan dan kebijakan program nutrisi. Tulisannya mengenai *"Anthropological Contributions to Nutrition Education Research"* menekankan bahwa metode antropologis dan etnografi sangat penting untuk memahami dan menilai program gizi dalam konteks budaya yang beragam. Beliau menekankan bagaimana pengumpulan data kualitatif dan kuantitatif, pengamatan, dan analisis multivariat dapat mengungkap fungsi intervensi yang jelas dan tersembunyi (Pelto, 1981). Hal ini menghasilkan hasil yang lebih sensitif dan efisien secara budaya.

Selain itu, teori ini menekankan pentingnya memahami keragaman dalam kelompok, mempertimbangkan faktor sosial, material, dan budaya yang memengaruhi perilaku diet, dan menggabungkan pendekatan sistem yang luas untuk meningkatkan pendidikan gizi dan evaluasi program. Secara keseluruhan, penelitian multi-level bernuansa yang menghormati kompleksitas budaya dan mendukung peningkatan kesehatan yang berkelanjutan dijabarkan dalam

penelitian-penelitian Pelto.

Pandangan Pelto tentang pola pengasuhan orang tua dalam hal pola makan balita dan aktivitas fisik dengan menunjukkan variabel budaya, sosial, dan ekonomi yang memengaruhi kebiasaan makan anak-anak. Misalnya, penelitian tentang kebiasaan makan di berbagai budaya menunjukkan bahwa norma sosial dan kepercayaan budaya sangat memengaruhi persepsi orang tentang makanan dan praktik pemberian makan, yang dapat memengaruhi asupan nutrisi balita. Selain itu, evaluasi program nutrisi yang didasarkan pada antropologi membantu menemukan faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan intervensi nutrisi pada balita, termasuk pengaruh lingkungan dan kebiasaan keluarga.

Setelah penjabaran dari beberapa pandangan ahli di atas, peneliti mengaitkan penelitian ini dengan Teori Kebudayaan menurut Roger M. Keesing. Keesing merupakan seorang tokoh antropologi yang terkenal dalam fokusnya mengenai antropologi budaya. Keesing menyatakan dalam gagasan penelitiannya mengenai realitas yang sering berubah dalam tradisi suatu masyarakat, dengan mengatakan bahwa unsur kebudayaan dapat berubah seiring perkembangan zaman. Hal ini karena pengaruh teknologi, pendidikan, serta cara masyarakat berpikir (Pagassang, 2024).

Dengan judul "*Cultural Anthropology: A Contemporary Perspective*", Keesing memulai penelitian antropologi budaya pada tahun 1974 (Pagassang, 2024). Karya tersebut menjadi konsep budaya yang cukup populer dan diilhami secara linguistik oleh prinsip berpikir Marxis dan Margaret, dan menjadi subjek penelitian oleh para penulis dan mahasiswa yang berniat meneliti mengenai budaya. Keesing

berpendapat bahwa budaya adalah hasil karya cipta manusia, tetapi tidak semua karya itu termasuk dalam warisan bersama dan milik bersama. Hasil karya manusia yang holistik ini berasal dari pengalaman yang begitu rumit dengan menafsirkan pola-pola kerumitan tentang realitas dan aktivitas yang terus berubah.

Dalam Pagassang (2024) terdapat dua cara berbeda digunakan untuk memahami perspektif Keesing tentang budaya, yaitu pendekatan adaptif dan pendekatan ideasional. Pendekatan adaptif menghasilkan kebudayaan yang dipengaruhi oleh pikiran dan perilaku manusia yang dibentuk oleh kebiasaan. Sementara itu, pendekatan ideasional berfokus pada prinsip kebudayaan yang mengarah pada hasil relasional pikiran. Keesing setuju bahwa kebiasaan hidup manusia berasal dari budaya dan disempurnakan oleh tradisi dan pelaksanaan ritual. Untuk mencapai penyempurnaan ini, orang harus hidup dalam lingkungan yang memungkinkan kepuasan batin dan jiwa. Prinsip hidup yang ada dalam tradisi kebudayaan mendorong pembentukan pola hidup yang holistik dengan kehidupan yang berdampingan dengan alam.

Berikut ini adalah beberapa definisi budaya yang dibuat oleh Keesing. Pertama dan terpenting, budaya adalah sistem yang menghubungkan manusia dengan prinsip ekologi. Artinya bahwa budaya memiliki kemampuan untuk menciptakan keharmonisan dalam hubungan antara manusia dan alam semesta, yang sama-sama ciptaan dari satu sumber, dengan tujuan untuk memuliakan penciptanya. Budaya juga mengajarkan manusia tentang pentingnya mencintai, memelihara, dan merawat alam semesta sebagai bagian dari sisi subyektif dari kehidupan.

Kedua, budaya berfungsi sebagai alat untuk mengubah tingkah laku. Seperti

halnya hewan yang beradaptasi dengan lingkungannya, nilai dan norma yang ada dalam realitas budaya berfungsi sebagai model untuk menggerakkan perilaku manusia menuju arah yang lebih baik yang sesuai dengan pola hidup yang berkembang dalam masyarakat sosial. Sama halnya dengan unsur manusia yang terikat oleh hasil kebudayaan yang menjadi pola adaptif terhadap adat dan tradisi untuk membentuk sikap dan karakteristik diri yang lebih terarah.

Ketiga, budaya membantu seseorang masuk ke dalam realitas sosial. Dalam tradisi kebudayaan, budaya didefinisikan sebagai kuantitas yang mengukur nilai. Individu tidak dapat lepas dari kenyataan kebudayaan. Berinteraksi, bersosial, dan berkonservatif terhadap pola hidup dan kebudayaan akan dipandu oleh sejarah pola kebudayaan sebagai nilai sosial dari tingkat terkecil hingga individu dewasa.

Menurut gagasan Keesing tentang budaya, kebudayaan dapat dipahami sebagai hasil dari cara orang berpikir secara kolektif untuk membentuk pola kehidupan. Pola pikir ini memiliki arah dan tujuan untuk menciptakan dan merangkai hasil kerja sama yang membawa pada perubahan sosial konservatif. Pola kebiasaan dan realitas sosial yang terus berubah membentuk karakteristik seseorang.

Kaitan teori Keesing ini dengan penelitian mengenai "Pola Pengasuhan Orang Tua Terhadap Balita *Overweight*" ialah untuk menganalisis pola pengasuhan sebagai praktik budaya. Maksudnya, bagaimana orang tua memahami makna "anak sehat" atau "anak gemuk" dan nilai-nilai budaya yang mempengaruhi cara mengasuh anak khususnya balita. Selain itu, untuk menganalisis pola makan sebagai sistem budaya, yang di dalamnya membahas makna simbolis makanan dalam keluarga, pengetahuan tradisional-modern mengenai gizi anak, dan pola

pemberian makan sebagai transmisi budaya. Yang terakhir, memaknai aktivitas fisik dalam konteks budaya. Maksudnya, bagaimana perubahan gaya hidup akibat modernisasi yang berimbas kepada pemahaman orang tua mengenai konsep bermain atau beraktivitas untuk anaknya. Teori ini akan menganalisis fenomena *overweight* pada balita tidak hanya dari aspek medis, namun juga dari sisi budaya.

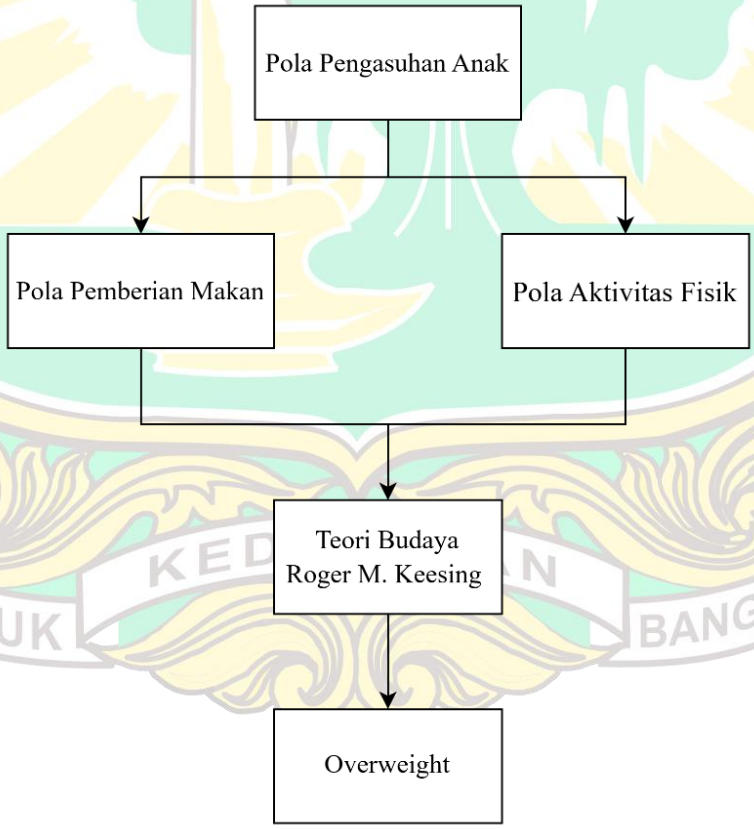
Selain teori Keesing, penelitian ini juga mengaplikasikan teori gaya pengasuhan Diana Baumrind untuk menganalisis pola interaksi orang tua dan anak. Baumrind (dalam Watulingas, 2022) mengidentifikasi empat gaya pengasuhan utama:

- **Pola asuh otoriter (*Authoritarian parenting Style*) :** Perilaku orang tua yang cenderung memaksakan anak dalam bertindak atau melakukan sesuatu sesuai keinginan orang tua. Dalam pola asuh ini orang tua akan memberikan peraturan-peraturan untuk anaknya dan mereka harus menaati peraturan tersebut.
- **Pola asuh otoritatif (*Authoritative Paranting Style*) :** Perilaku orang tua dalam memberikan kebebasan disertai bimbingan terhadap anak-anaknya. Orang tua akan lebih banyak memberikan saran atau arahan-arahan terhadap apa yang harus dilakukan anak.
- **Pola asuh permisif/memanjakan (*Indulget Parenting Style*) :** Perilaku orang tua yang memberikan kebebasan sebanyak mungkin kepada anak untuk mengatur dirinya sendiri. Dalam hal ini anak tidak dituntut untuk bertanggung jawab dan tidak banyak dikontrol oleh orang tua. Orang tua cenderung membiarkan dan memberikan kebebasan kepada anak untuk melakukan berbagai hal.

- **Pola asuh lalai/mengabaikan (*Neglectful Parenting Style*) :** Perilaku orang tua yang sesungguhnya sangat tidak terlibat pada kehidupan anak. Orang tua cenderung menunjukkan sikap kurang peduli dalam memberikan didikan yang baik.

Penelitian ini menegaskan bahwa evaluasi menyeluruh terhadap faktor sosial dan lingkungan memengaruhi pola pengasuhan diperlukan untuk membuat intervensi yang lebih sesuai dengan budaya keluarga dan memengaruhi peran pengasuhan orang tua dalam hal pemberian makan dan penerapan aktivitas fisik terhadap anak yang berkaitan dengan kejadian *overweight* pada balita.

Bagan 1.
Kerangka Pemikiran



G. Metode Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskripsif. Studi kasus digunakan sebagai tipe penelitian. Menurut Moleong (2017:6) penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang dilakukan untuk memahami fenomena mengenai dari apa yang dialami oleh subjek penelitian, seperti pandangan, perilaku, motivasi, tindakan dan lainnya dalam cara yang dijelaskan dalam bentuk kata-kata serta bahasa dalam konteks khusus yang alamiah dengan menggunakan berbagai metode ilmiah. Penelitian kualitatif diperlukan guna mengkaji lebih dalam suatu permasalahan yang perlu dieksplorasi. Pentingnya pendekatan kualitatif yaitu untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam dan menyeluruh tentang masalah tersebut (Cresswell, 2015 : 63-64). Sedangkan studi kasus adalah suatu tipe rancangan penelitian yang mengembangkan serta menganalisis suatu peristiwa (kasus) yang terjadi pada masyarakat secara mendalam dan detail (Cresswell, 2017:19).

Studi kasus dalam penelitian ini adalah orang tua yang mempunyai balita *overweight*. Adapun tujuan dari penelitian kualitatif deskriptif ialah untuk menggambarkan suatu kenyaatan sosial yang ada dilapangan serta berbagai kejadian yang terjadi dalam masyarakat yang dipaparkan dengan teliti dan terperinci. Model penelitian ini juga memperhatikan proses interaksi komunikasi antara peneliti dengan fenomena yang diteliti untuk memahami fenomena dalam konteks sosial.

Peneliti memilih metode ini karena dapat memberikan data dan informasi berupa perilaku atau percakapan secara lisan sehingga membantu peneliti untuk memahami pola pengasuhan orang tua pada balita *overweight* di Kelurahan Bungus Barat. Dengan menggunakan metode ini memungkinkan peneliti untuk terjun langsung ke lapangan dan kemudian bertanya atau mewawancarai langsung informan yang telah ditentukan.

2. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Kelurahan Bungus Barat, Kota Padang, Provinsi Sumatera Barat. Adapun alasan peneliti menjadikan Kelurahan Bungus Barat sebagai lokasi penelitian karena berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Padang, Puskesmas Bungus adalah puskesmas yang paling tinggi angka kasus balita yang mengalami *overweight* yaitu sebesar 16,16% atau sebanyak 113 balita. Di urutan kedua yaitu Puskesmas Pegambiran sebesar 13,02%, dan urutan ketiga yaitu Puskesmas Parak Karakah sebesar 11,44%. Hal ini juga diperkuat oleh pernyaatan seorang ahli gizi yang berada di Puskesmas Bungus tersebut, yang menyebutkan bahwa kelurahan tertinggi kasus *overweight* terdapat di Kelurahan Bungus Barat.

Selain data prevalensi yang tinggi, Kelurahan Bungus Barat juga menunjukkan karakteristik sosial budaya yang menarik untuk diteliti. Observasi awal menunjukkan bahwa pola pengasuhan di sini masih sangat dipengaruhi oleh pandangan tradisional, seperti keyakinan “anak gemuk adalah anak sehat”, yang berpotensi bertentangan dengan rekomendasi gizi modern. Keberadaan warung kelontong yang mudah diakses dan dominasi mata pencarian informal juga menjadi faktor lingkungan yang relevan. Dengan demikian, Kelurahan Bungus Barat

menyediakan konteks yang kaya untuk menganalisis bagaimana interaksi antara tradisi, lingkungan, dan pengetahuan orang tua membentuk pola pengasuhan yang berdampak pada status gizi balita. Maka dari itu peneliti mencari tahu serta mengulik lebih dalam penyebab dari tingginya angka *overweight* pada balita di wilayah Kelurahan Bungus Barat tersebut.

3. Teknik Pemilihan Informan

Informasi dan data yang didapatkan dari individu melalui wawancara mendalam disebut informan (Afrizal, 2014:139). Dalam penelitian ini, digunakan teknik *purposive sampling,* yang merupakan teknik penetapan informan berdasarkan pertimbangan dan tujuan tertentu atau orang yang memang sesuai dengan kriteria sampel yang diteliti (Afrizal, 2014:140). Menurut Afrizal, kriteria informan dibagi menjadi dua, yaitu informan pengamat dan informan pelaku. Adapun di dalam penelitian ini, informan dipilih melalui observasi, informan pengamat ialah tenaga kesehatan seperti bidan atau ahli gizi di Puskesmas Bungus, kader serta *Bundo Kanduang* di kelurahan tersebut. Sedangkan infroman pelaku ialah orang tua yang memiliki balita *overweight*. Informan tersebut diperlukan untuk mengetahui dan memperoleh data-data mengenai fenomena Pola Pengasuhan Orang Tua Pada Balita *Overweight* di Kelurahan Bungus Barat tahun 2024.

Tabel 3.
Daftar Informan

No.	Nama Informan (samaran)	Usia	Pendidikan	Pekerjaan	Usia Anak	Kriteria Informan
1.	Ibu Shaza	32 tahun	S1	Ibu Rumah Tangga	3 tahun 8 bulan	Informan Pelaku
2.	Ibu Mega	40 tahun	SD	Ibu Rumah Tangga	3 tahun 8 bulan	Informan Pelaku
3.	Ibu Azam	27 tahun	SMK	Ibu Rumah Tangga	17 bulan	Informan Pelaku
4.	Nenek Azam	57 tahun	-	Ibu Rumah Tangga	-	Informan Pelaku
5.	Ibu Caca	43 tahun	SMA	Ibu Rumah Tangga	3 tahun	Informan Pelaku
6.	Ibu Naura	29 tahun	S1	Karyawan Honorer	15 bulan	Informan Pelaku
7.	Nenek Naura	52 tahun	-	Ibu Rumah Tangga	-	Informan Pelaku
8.	Fitri	39 tahun	S1	Tenaga Kesehatan	-	Informan Pengamat
9.	Ulya	30 tahun	S1	Tenaga Kesehatan	-	Informan Pengamat
10.	Zalva	48 tahun	-	Kader Posyandu	-	Informan Pengamat
11.	Dinda	59 tahun	-	Bundo Kanduang	-	Informan Pengamat

Sumber : Data Primer, 2025.

5. Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini, peneliti mengumpulkan data primer dan data sekunder. Data primer merupakan data yang diambil serta dikumpulkan dengan penyelidikan mendalam tentang objek yang dikaji. Adapun pengumpulan data primer dilakukan dengan mewawancarai para informan, mencatat hasil dilapangan, mendokumentasikan, serta melakukan pengamatan di lapangan. Sebaliknya, data sekunder adalah data yang didapatkan melalui berbagai media, seperti jurnal, buku, serta publikasi terkait penelitian. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data primer ialah sebagai berikut:

a. Observasi

Dalam penelitian kualitatif, observasi dimaksudkan sebagai pengamatan secara langsung yang dilakukan peneliti dengan langsung turun ke lapangan, kemudian mengobservasi perilaku atau tindakan serta aktivitas masyarakat yang terdapat di lokasi penelitian. Dalam observasi ini, peneliti mencatat dan mendokumentasikan kegiatan-kegiatan yang dilakukan masyarakat di lokasi penelitian tersebut (Creswell, 2017:254). Pada penelitian ini, peneliti mengobservasi langsung bagaimana pola pengasuhan orang tua pada balita *overweight* di Kelurahan Bungus Barat.

b. Wawancara

Dalam wawancara kualitatif, peneliti dapat mewawancarai informan secara tatap muka atau melalui telepon dan pesan. Dari situ nantinya peneliti mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang terstruktur namun bersifat terbuka yang sudah disiapkan agar informan dapat memberikan pandangan serta opini mereka. Wawancara yang dilakukan melibatkan para orang tua yang memiliki anak *overweight*. Selain itu, selama proses wawancara berlangsung, peneliti berusaha menumbuhkan suasana yang nyaman sehingga tujuan dan validitas dari informasi yang di berikan informan dapat tercapai.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan cara mengumpulkan data yang didapatkan dari dokumen publik (koran, majalah, laporan kantor) atau dokumen privat (buku harian, surat, *email*) (Creswell, 2017:255). Namun disini peneliti mendapatkan dokumentasi lewat gawai atau *smartphone* agar menunjang bukti penelitian.

Dokumentasi juga digunakan penulis untuk menggabungkan data dan didukung dengan alat perekam suara dalam proses wawancara mendalam sebagai salah satu bentuk dokumentasi. Hal ini dilakukan guna mempermudah penulis pada saat menganalisa data dan juga memudahkan jalannya penelitian.

1. Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun data dari hasil cacatan lapangan, wawancara, dan dokumentasi yang dilakukan dengan cara pengkategorian data, memecah menjadi unit yang lebih kecil, membuat pola, memilih data yang penting, serta menarik kesimpulan yang mudah dipahami baik untuk diri sendiri maupun orang lain. (Hardani et.al, 2020:162).

Analisis data menurut Miles dan Huberman (Hardani et.al, 2020:163) dikategorikan menjadi empat alur yang dilakukan secara bersamaan. Keempat alur tersebut antara lain:

a. Pengumpulan Data

Pada bagian pengumpulan data, peneliti mulai mengumpulkan data yang diperoleh dari hasil pengamatan, wawancara dan berbagai dokumentasi yang dikelompokkan sesuai dengan topik penelitian. Data ini kemudian dikembangkan sehingga adanya penajaman data.

b. Reduksi Data

Salah satu aspek analisis data adalah reduksi data, yang mencakup mengklasifikasikan, mempertajam, mengarahkan, dan menghilangkan data yang tidak diinginkan sambil mengelompokkannya. Dengan menggunakan seleksi ketat, data kualitatif dapat disederhanakan dan diubah dalam berbagai cara. Data yang

direduksi memberikan hasil yang lebih jelas dan membantu peneliti menyajikan data.

c. Penyajian Data

Ketika data disusun dengan cara tertentu, penyajian data memungkinkan untuk membuat kesimpulan penelitian. Penyajian data dilakukan dalam penelitian kualitatif untuk menemukan pola dan kemungkinan untuk mencatat kesimpulan. Penyajian data dapat berupa penjelasan singkat, diagram, atau hubungan antar kategori, dan sebagainya sehingga peneliti dapat dengan mudah memahami apa yang terjadi dan melanjutkan penelitian.

d. Penarikan Kesimpulan

Kesimpulan ialah intisari dari hasil penelitian yang memaparkan opini-opini terakhir berdasarkan uraian yang didapatkan melalui metode berpikir induktif atau deduktif. Dengan demikian, kesimpulan yang dibuat harus berhubungan dan sesuai dengan fokus topik yang diteliti, tujuan penelitian dan hasil penelitian yang diperoleh. Dalam penelitian ini, kesimpulan dilakukan dengan mencerna hasil penelitian sesuai dengan hasil pengamatan, wawancara dan dokumentasi yang valid di lapangan.

2. Proses Jalannya Penelitian

Cikal bakal penulis memiliki keinginan untuk membahas topik penelitian ini dikarenakan berdasarkan pengamatan bahwa prevalensi *overweight* pada balita semakin meningkat, baik secara global maupun lokal. Hal ini disebabkan karena para tenaga kesehatan dan kebanyakan peneliti lain hanya berfokus kepada masalah stunting atau gizi buruk, permasalahan gizi lebih (*overweight*) ini kurang mendapat

perhatian. Hal ini menarik minat penulis untuk mengkaji lebih dalam mengenai permasalahan *overweight* pada balita ini, karena jika terus dibiarkan, akan berdampak buruk pada kesehatan anak jangka panjang.

Penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan. Guna mendapatkan hasil penelitian yang baik, maka penelitian ini diawali dengan observasi awal, penelitian proposal, seminar proposal, serta turun langsung ke lapangan yang setelah itu penulis lanjutkan dengan penelitian skripsi. Observasi awal dimulai pada tanggal 8 Januari 2025 dengan melakukan pengamatan langsung di lokasi penelitian. Penulis mendatangi langsung Puskesmas Bungus untuk mencari tahu mengenai kasus *overweight* pada balita disana, dengan mewawancarai kepala puskesmas, ahli gizi, dan beberapa bidan yang berada di puskesmas tersebut. Setelah mendapatkan data mengenai nama para balita *overweight* di wilayah tersebut, penulis kemudian mencoba mendatangi posyandu yang kebetulan sedang berlangsung di lokasi penelitian karena para sasaran balita tersebut sedang melakukan cek kesehatan rutin di posyandu tersebut.

Observasi awal dilanjutkan pada tanggal 4, 5, dan 13 Februari 2025 dengan kembali mendatangi posyandu yang sedang berlangsung di lokasi penelitian. Selama di posyandu, penulis mulai mengajukan sedikit pertanyaan kepada para sasaran informan serta kader yang ada di sana untuk mencari tahu mengenai balita tersebut. Setelah mendapatkan informasi yang didapatkan dari observasi awal, penulis kemudian memasukan data-data tersebut ke dalam proposal penelitian sebagai gambaran dari permasalahan yang ada di lokasi penelitian.

Setelah melalui proses revisi dan bimbingan bersama kedua dosen pembimbing, akhirnya penulis dapat melaksanakan sidang proposal di Bulan Maret, tepatnya pada tanggal 20 Maret 2025. Setelah seminar proposal, penulis kembali menyusun serta melakukan revisi yang diberikan oleh para dosen penguji ketika sidang proposal. Setelah revisi proposal tersebut rampung, penulis kemudian memberikannya kepada dosen pembimbing dan memperoleh izin untuk turun lapangan. Setelah itu, penulis mengurus surat izin turun lapangan di dekanat dan esok harinya penulis langsung pergi ke lokasi penelitian. Selanjutnya, pada tanggal 14 Mei 2025 penulis mendatangi Kelurahan Bungus Barat untuk meminta izin melaksanakan penelitian di wilayah tersebut.

Setelah mendapatkan izin dari kelurahan, penulis langsung melaksanakan proses pengumpulan data dengan mendatangi rumah para informan. Proses pengumpulan data berlangsung dari tanggal 14-28 Mei 2025. Selama proses tersebut, penulis mendapatkan beberapa kendala seperti sulitnya mencari alamat informan, perubahan cuaca yang tidak menentu, bahkan beberapa informan ternyata sudah tidak bertempat tinggal di wilayah tersebut.

Dikarenakan data observasi yang dikumpulkan belum mumpuni, penulis memutuskan untuk melakukan observasi lanjutan pada tanggal 2-10 Agustus 2025. Setelah melakukan pengumpulan data penulis langsung melakukan proses penelitian skripsi yang dimulai dari mentranskrip data wawancara. Setelah itu penulis melanjutkan menyusun Bab III dan Bab IV.

Walaupun dalam proses pengumpulan data dan penyusunan skripsi penulis melewati beberapa kendala, penulis selalu bertekad untuk terus maju dan tanpa

menyerah untuk memperoleh gelar sarjana itu. Gelar tersebut akan penulis persembahkan kepada orang tua yang sangat menanti-nantikan kesuksesan penulis.

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA