

Hubungan Status Gizi Dengan Perkembangan Anak Usia 1-3 Tahun Di Poskesdes Desa Rodok

Lidiyawati^{1*}, Nita Hestiyana², Hairiana Kusvitasari³, Novalia Widiya Ningrum⁴
^{1,2,3,4} Universitas Sari Mulia

*Email Penulis Korespondensi : lidyabjm97@gmail.com

Article History:

Received Feb 14th, 2026

Accepted Feb 24th, 2026

Published Feb 24th, 2026

Abstrak

Status gizi merupakan faktor penting yang memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Ketidakseimbangan asupan gizi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan fisik serta keterlambatan perkembangan motorik, bahasa, dan sosial. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan status gizi dengan perkembangan anak usia 1–3 tahun di Poskesdes Desa Rodok. Penelitian menggunakan desain survei analitik dengan pendekatan potong lintang (*cross sectional*). Sampel berjumlah 36 anak usia 1–3 tahun yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling. Status gizi dinilai melalui pengukuran antropometri berat badan dan tinggi badan, sedangkan perkembangan anak diukur menggunakan Kuesioner Pra Skrining Perkembangan. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki status gizi baik sebesar 77,8% dan perkembangan sesuai usia sebesar 69,4%, sedangkan 25% kategori meragukan dan 5,6% menyimpang. Analisis statistik menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara status gizi dengan perkembangan anak ($p = 0,037$). Pemenuhan gizi seimbang, pemantauan tumbuh kembang, serta stimulasi perkembangan secara berkelanjutan diperlukan untuk mendukung perkembangan optimal anak usia dini.

Kata Kunci : Status Gizi, Perkembangan Anak, Toddler, Tumbuh Kembang

Abstract

Nutritional status is an important factor influencing growth and development in early childhood. Imbalanced nutrient intake may lead to impaired physical growth and delays in motor, language, and social development. This study aimed to analyze the relationship between nutritional status and the development of children aged 1–3 years at the Rodok Village Health Post. An analytical survey with a cross-sectional approach was conducted involving 36 children selected using accidental sampling. Nutritional status was assessed through anthropometric measurements of body weight and height, while child development was evaluated using the Pre-Screening Developmental Questionnaire. Data were analyzed using univariate and bivariate methods with the Chi-Square test. The results showed that most children had good nutritional status (77.8%) and age-appropriate development (69.4%), while 25% were categorized as doubtful and 5.6% as delayed. Statistical analysis indicated a significant relationship between nutritional status and child development ($p = 0.037$). Balanced nutritional intake, regular growth monitoring, and continuous developmental stimulation are essential to support optimal early childhood development.

Keyword : Nutritional Status, Child Development, Toddler, Growth And Development

1. PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini merupakan indikator penting kualitas kesehatan generasi mendatang. Usia 1–3 tahun termasuk periode golden period karena terjadi perkembangan pesat pada aspek fisik, kognitif, bahasa, dan sosial. Namun, berbagai masalah gizi masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat, terutama pada kelompok balita. Ketidakseimbangan asupan gizi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan fisik serta keterlambatan perkembangan anak. Kondisi tersebut berpotensi menurunkan kualitas sumber daya manusia apabila tidak ditangani secara optimal. Oleh karena itu, diperlukan upaya pemantauan status gizi dan deteksi dini perkembangan anak sebagai langkah preventif untuk mencegah keterlambatan perkembangan [1].

Salah satu solusi yang dapat dilakukan adalah pemenuhan gizi seimbang, pemantauan pertumbuhan secara rutin melalui pengukuran antropometri, serta pemberian stimulasi perkembangan yang sesuai usia. Pendekatan promotif dan preventif melalui edukasi keluarga, khususnya orang tua, menjadi strategi penting dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Intervensi tersebut diharapkan mampu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya gizi dan stimulasi perkembangan sejak usia dini [2].

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara status gizi dengan perkembangan anak. Penelitian Kusvitasari dkk. melaporkan bahwa variasi makanan dan kondisi sosial ekonomi berpengaruh terhadap kejadian stunting pada balita [3]. Studi lain menunjukkan bahwa anak dengan status gizi baik cenderung memiliki perkembangan motorik dan kognitif yang lebih optimal dibandingkan anak dengan gizi kurang [4]. Penelitian terkait stimulasi perkembangan juga menunjukkan bahwa lingkungan keluarga dan pola asuh berperan signifikan dalam perkembangan anak usia dini [5]. Selain itu, laporan nasional kesehatan anak menunjukkan bahwa masalah gizi masih cukup tinggi sehingga memerlukan perhatian berkelanjutan dalam program kesehatan masyarakat [6].

Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji hubungan status gizi dan perkembangan anak, sebagian besar penelitian berfokus pada populasi perkotaan atau fasilitas kesehatan formal. Penelitian pada tingkat pelayanan kesehatan dasar di wilayah pedesaan masih terbatas, khususnya pada anak usia 1–3 tahun yang berada pada fase kritis perkembangan. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian yang perlu dikaji lebih lanjut untuk memberikan gambaran empiris mengenai hubungan status gizi dan perkembangan anak pada konteks komunitas lokal.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan status gizi dengan perkembangan anak usia 1–3 tahun di Poskesdes Desa Rodok. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah sebagai dasar pengembangan program edukasi gizi, pemantauan tumbuh kembang, serta intervensi promotif dan preventif guna mendukung perkembangan optimal anak usia dini.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain survei analitik dengan pendekatan cross sectional untuk menganalisis hubungan antara status gizi dengan perkembangan anak usia 1–3 tahun. Pendekatan ini dipilih karena mampu menggambarkan hubungan variabel secara simultan pada satu waktu pengukuran, sehingga sesuai untuk mengidentifikasi keterkaitan status gizi dengan perkembangan anak pada periode usia toddler.

Penelitian dilaksanakan di Pos Kesehatan Desa (Poskesdes) Desa Rodok pada bulan Juni hingga Juli 2025. Populasi penelitian adalah seluruh anak usia 1–3 tahun yang berada di wilayah kerja

Poskesdes Desa Rodok. Sampel penelitian berjumlah 36 anak yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling, yaitu responden yang hadir saat kegiatan pelayanan kesehatan berlangsung dan memenuhi kriteria inklusi. Kriteria inklusi meliputi anak usia 12–36 bulan yang bersedia mengikuti pemeriksaan, sedangkan kriteria eksklusi adalah anak dengan kondisi sakit berat atau kelainan kongenital yang dapat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan.

Pengumpulan data dilakukan melalui pengukuran antropometri untuk menentukan status gizi dan penilaian perkembangan anak. Status gizi diukur menggunakan indikator berat badan dan tinggi badan yang kemudian dikategorikan berdasarkan standar antropometri balita. Penilaian perkembangan anak dilakukan menggunakan Kuesioner Pra Skrining Perkembangan (KPSP) yang mencakup aspek motorik kasar, motorik halus, bahasa, dan personal sosial sesuai kelompok usia anak.

Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi status gizi dan perkembangan anak, serta analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel. Tingkat signifikansi ditetapkan pada nilai p kurang dari 0,05. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan tabulasi silang untuk memudahkan interpretasi hubungan antar variabel penelitian.

Penelitian ini telah memperhatikan prinsip etika penelitian kesehatan dengan menjaga kerahasiaan identitas responden, memperoleh persetujuan orang tua atau wali anak sebelum pengumpulan data, serta memastikan bahwa seluruh prosedur pengukuran dilakukan secara aman dan sesuai standar pelayanan kesehatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Status Gizi Anak Usia 1–3 Tahun

Status Gizi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Gizi Baik	28	77,8
Gizi Tidak Baik	8	22,2
Total	36	100

Berdasarkan tabel 1, sebagian besar responden memiliki status gizi kategori baik sebanyak 28 anak (77,8%), sedangkan 8 anak (22,2%) berada pada kategori gizi tidak baik. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas anak usia 1–3 tahun memiliki kondisi gizi relatif memadai. Status gizi yang baik umumnya dipengaruhi oleh kecukupan asupan nutrisi, pola makan seimbang, serta kesadaran orang tua dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak [11]. Namun demikian, masih ditemukannya proporsi anak dengan status gizi kurang menunjukkan adanya faktor risiko seperti kondisi sosial ekonomi keluarga, variasi makanan yang terbatas, serta pola asuh yang belum optimal [3][9].

Tabel 2. Distribusi Perkembangan Anak Usia 1–3 Tahun

Perkembangan Anak	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Sesuai	25	69,4
Meragukan	9	25,0
Menyimpang	2	5,6
Total	36	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki perkembangan sesuai usia sebanyak 25 anak (69,4%), sedangkan 9 anak (25%) berada pada kategori meragukan dan 2 anak (5,6%) termasuk kategori penyimpangan perkembangan. Hasil ini mengindikasikan bahwa mayoritas anak telah mencapai tahapan perkembangan sesuai usia, meskipun masih terdapat kelompok anak yang memerlukan pemantauan lebih lanjut. Perkembangan anak tidak hanya dipengaruhi status gizi, tetapi juga stimulasi lingkungan, pola asuh keluarga, kondisi kesehatan, serta interaksi sosial [5][10].

Tabel 3. Hubungan Status Gizi dengan Perkembangan Anak

Status Gizi	Perkembangan Anak							
	Sesuai		Meragukan		Menyimpang		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Gizi Baik	21	75,0%	6	21,4%	1	3,6%	28	100%
Gizi Tidak Baik	4	50,0%	3	37,5%	1	12,5%	8	100%
Total	25	69,4%	9	25,0%	2	5,6%	36	100%

Hasil analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square menunjukkan nilai p sebesar 0,037 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan signifikan antara status gizi dengan perkembangan anak usia 1–3 tahun. Anak dengan status gizi baik cenderung memiliki perkembangan sesuai dibandingkan anak dengan status gizi tidak baik. Hal ini menunjukkan bahwa kecukupan zat gizi makro dan mikro berperan penting dalam mendukung pertumbuhan otak, sistem saraf, serta aktivitas fisik anak yang berkaitan dengan perkembangan motorik, bahasa, dan sosial [7][9].

Temuan penelitian ini sejalan dengan konsep bahwa status gizi optimal mendukung perkembangan kognitif dan motorik melalui proses pembentukan jaringan saraf dan metabolisme energi yang adekuat [7]. Sebaliknya, kekurangan gizi dapat menghambat mielinisasi saraf, menurunkan aktivitas anak, serta meningkatkan kerentanan terhadap infeksi yang berdampak pada keterlambatan perkembangan [9]. Namun, perkembangan anak tidak hanya dipengaruhi faktor gizi. Stimulasi perkembangan yang kurang, penggunaan gawai berlebihan, minimnya interaksi sosial, serta faktor lingkungan juga dapat berkontribusi terhadap keterlambatan perkembangan meskipun status gizi tergolong baik [5][10].

Selain itu, kualitas gizi perlu diperhatikan tidak hanya dari segi kuantitas tetapi juga kecukupan zat gizi mikro seperti zat besi, yodium, dan vitamin tertentu. Kekurangan mikronutrien dapat memengaruhi perkembangan kognitif dan motorik meskipun indikator antropometri berada dalam kategori normal [11]. Oleh karena itu, intervensi kesehatan anak sebaiknya tidak hanya berfokus pada pemantauan status gizi, tetapi juga edukasi gizi seimbang, stimulasi perkembangan, serta deteksi dini tumbuh kembang secara berkelanjutan [2][12].

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi memiliki peran penting dalam perkembangan anak usia toddler. Upaya peningkatan status gizi melalui edukasi keluarga, pemantauan pertumbuhan rutin, serta stimulasi perkembangan yang sesuai usia menjadi langkah strategis dalam mendukung tumbuh kembang optimal anak usia dini [1][8].

4. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi memiliki hubungan yang signifikan dengan perkembangan anak usia 1–3 tahun di Poskesdes Desa Rodok. Mayoritas anak memiliki status gizi baik dengan perkembangan sesuai usia, namun masih ditemukan anak dengan status gizi tidak baik yang cenderung menunjukkan perkembangan meragukan atau penyimpangan. Kondisi ini

menegaskan bahwa kecukupan gizi berperan penting dalam mendukung pertumbuhan fisik serta perkembangan motorik, bahasa, dan sosial anak. Selain faktor gizi, stimulasi perkembangan, pola asuh, kondisi kesehatan, serta lingkungan juga turut memengaruhi pencapaian perkembangan anak. Oleh karena itu, pemantauan status gizi secara rutin, edukasi gizi seimbang kepada orang tua, serta pemberian stimulasi perkembangan yang sesuai usia perlu dilakukan secara berkelanjutan sebagai upaya mendukung tumbuh kembang optimal anak usia dini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini, khususnya pembimbing yang telah memberikan arahan dan masukan selama proses penelitian, Universitas Sari Mulia yang memfasilitasi kegiatan penelitian, serta pihak Poskesdes Desa Rodok yang telah memberikan izin dan bantuan selama proses pengumpulan data. Apresiasi juga disampaikan kepada seluruh responden dan keluarga yang telah bersedia berpartisipasi sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Survei Kesehatan Indonesia 2023*, Jakarta: Kemenkes RI, 2023.
- [2] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Pedoman Stimulasi, Deteksi, dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak di Tingkat Pelayanan Dasar*, Jakarta: Ditjen Kesmas, 2020.
- [3] H. Kusvitasari, D. N. Sari, dan E. I. Kabuhung, "Hubungan variasi makanan pada usia 6–59 bulan dengan kejadian stunting," *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, vol. 14, no. 1, pp. 35–41, 2025.
- [4] N. D. Iswandari dan H. Kusvitasari, "Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian stunting pada balita," *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 14, no. 1, pp. 51–57, 2025.
- [5] T. Perwitasari dan M. Amalia, "Hubungan status gizi terhadap perkembangan motorik anak usia dini," *Jurnal Akademika Kesehatan*, vol. 10, no. 2, pp. 355–361, 2021.
- [6] P. Yuliantie dan I. Istiqamah, "Pemantauan tumbuh kembang sebagai upaya pencegahan stunting," *Prosiding Penelitian Kesehatan*, vol. 1, pp. 19–23, 2023.
- [7] World Health Organization, *Child Growth Standards and Nutrition Report*, Geneva: WHO, 2022.
- [8] UNICEF, *The State of the World's Children 2023: Child Nutrition*, New York: UNICEF, 2023.
- [9] R. Black et al., "Maternal and child undernutrition and overweight in low-income countries," *The Lancet Global Health*, vol. 8, no. 1, pp. 1–12, 2020.
- [10] Soetjiningsih, *Tumbuh Kembang Anak*, Jakarta: EGC, 2023.
- [11] S. Almatier, *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*, Jakarta: Gramedia, 2020.
- [12] Ikatan Dokter Anak Indonesia, *Pedoman Pemantauan Tumbuh Kembang Anak*, Jakarta: IDAI, 2021.