

# HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN STATUS GIZI BALITA USIA 3-5 TAHUN DI PUSKESMAS WATUKENONGO KABUPATEN MOJOKERTO

Eileen Fairuzil Izdiyar, Nurul Pujiastuti

Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Malang, Jurusan Keperawatan

Poltekkes Kemenkes Malang

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

---

## ABSTRAK

**Latar Belakang :** Status gizi balita merupakan indikator penting untuk menilai kualitas kesehatan dan potensi perkembangan anak pada masa mendatang. Ketidakseimbangan asupan zat gizi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan, peningkatan risiko penyakit, serta penurunan fungsi kognitif. **Tujuan Penelitian :** Untuk menganalisis hubungan antara pola makan dan status gizi balita usia 3–5 tahun di wilayah kerja Puskesmas Watukenongo Kabupaten Mojokerto. **Metode Penelitian :** Penelitian menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional. Seluruh populasi, yaitu 100 balita usia 3–5 tahun, dijadikan sampel melalui teknik total sampling. Pola makan dinilai menggunakan metode food recall 2×24 jam, sedangkan status gizi dihitung berdasarkan indikator IMT/U menggunakan standar Z-Score WHO. Data dianalisis menggunakan uji Rank Spearman untuk mengetahui hubungan kedua variabel. **Hasil Penelitian :** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar balita memiliki pola makan baik (57%) dan status gizi baik (57%). Uji Spearman's rho menghasilkan koefisien korelasi  $r = 0,972$  dengan nilai  $p < 0,001$ , yang menandakan adanya hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara pola makan dan status gizi balita. **Kesimpulan :** Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar balita memiliki pola makan dan status gizi yang baik, dan terdapat keterkaitan bahwa pola makan yang teratur, beragam, dan sesuai kebutuhan berperan penting dalam membentuk status gizi balita usia 3–5 tahun.

**Kata Kunci :** Pola Makan, Status Gizi, Balita, *Food Recall*