

Analisis Hubungan Tindakan Sosial Pilihan Pangan dengan Karakteristik Ibu (Kasus Komunitas Taru Kota Bogor)

Analysis of The Correlation between Food Choice Social Action and Maternal Characteristics (Case of Taru Community Bogor City)

Nurassyah^{*)}, Nuraini Wahyuning Prasodjo

Departemen Sains Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, Dramaga Bogor 16680, Indonesia

^{*)}E-mail korespondensi: nurassyahimel@gmail.com

Diterima: 24 Desember 2024 | Direvisi: 18 Juni 2025 | Disetujui: 23 Juni 2025 | Publikasi Online: 28 Juni 2025

ABSTRACT

Maternal food choice behavior is not merely the result of individual preferences but also arises from considerations of social structure. The role of the mother as the primary manager of the family's food supply is crucial in determining whether the nutritional needs of children under five (toddlers) are met. This study aims to analyze the social action behind maternal food choices in fulfilling the essential food consumption needs of toddlers, as well as to examine its relationship with maternal individual characteristics, including food knowledge, employment status, and primary motives for choosing food. The research uses a quantitative approach through a survey method, supported by qualitative data. The relationships between variables are analyzed using cross-tabulation. The study population consists of all mothers with children aged 24 to 59 months in the Taru community. A total of 27 respondents were selected using simple random sampling. The study's findings are: (1) the higher the mother's food knowledge, the more the essential food needs of toddlers are met; (2) mothers with productive employment status (either part-time or full-time) are more likely to choose foods that meet the essential nutritional needs of toddlers; and (3) the primary motive for maternal food choices differentiates the nature of these choices, with psychological motives driving mothers to act in ways that do not fulfill the essential food needs of toddlers.

Keywords: social action, food choices, maternal characteristics

ABSTRAK

Tindakan pilihan pangan ibu bukan hanya hasil dari preferensi individual ibu, tetapi tindakan yang juga dihasilkan atas pertimbangan struktur sosial. Peran ibu sebagai pengelola utama pangan keluarga sangat menentukan pemenuhan kebutuhan gizi pada anak usia di bawah lima tahun (balita). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tindakan sosial pilihan pangan ibu dalam memenuhi kebutuhan konsumsi pangan esensial pada anak balita, serta melihat hubungannya dengan karakteristik individu ibu yang meliputi pengetahuan pangan, status pekerjaan, dan motif utama memilih pangan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif melalui metode survei dan didukung data kualitatif. Analisis hubungan antar variabel dilakukan menggunakan tabulasi silang. Populasi yang diteliti adalah semua ibu yang memiliki anak berusia 24 sampai 59 bulan pada komunitas Taru. Sejumlah 27 responden contoh dipilih menggunakan teknik *acak sederhana*. Temuan penelitian ini yaitu: (1) semakin tinggi tingkat pengetahuan pangan ibu, maka kebutuhan pangan esensial anak balita semakin terpenuhi, (2) ibu berstatus bekerja produktif (paruh waktu atau penuh waktu) memiliki kecenderungan lebih besar dalam memilih pangan yang memenuhi kebutuhan pangan esensial bagi anak balita, dan (3) motif utama pilihan pangan ibu akan membedakan tindakan pilihan pangannya; motif psikologis akan mendorong ibu untuk bertindak tidak memenuhi kebutuhan pangan esensial bagi anak balita.

Kata kunci: tindakan sosial, pilihan pangan, karakteristik ibu

PENDAHULUAN

Laju prevalensi masalah gizi *underweight* pada anak balita di Indonesia menunjukkan tren yang mengkhawatirkan. Berdasarkan data dari Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), prevalensi *underweight* meningkat dari 16,3% pada tahun 2019 menjadi 17,0% pada tahun 2021, dan mencapai 17,1% pada tahun 2022. Di Kota Bogor, peningkatan serupa juga terjadi, yaitu dari 11,8% pada tahun 2021 menjadi 13,0% pada tahun 2022, dan didukung oleh data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 yang mencatat 13,8% anak balita berstatus *underweight*. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun telah ada berbagai upaya pemerintah melalui program dan target penurunan gizi kurang, permasalahan gizi pada anak balita belum dapat teratasi secara optimal.

Underweight pada balita bukan hanya mencerminkan adanya kekurangan asupan nutrisi, tetapi juga menjadi indikator awal gangguan pertumbuhan yang jika berlangsung lama berpotensi menyebabkan stunting. Permasalahan ini telah menjadi fokus dalam upaya mencapai Sustainable Development Goals, khususnya dalam penghapusan kelaparan dan malnutrisi. Berbagai strategi telah dirumuskan, termasuk target penurunan prevalensi anak dengan status gizi kurang pada Rencana Strategis Dinas Kesehatan Kota Bogor Tahun 2019-2024. Namun, pencapaian target tersebut masih jauh dari harapan, sehingga diperlukan pemahaman lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi pemilihan pangan, terutama dalam konteks peran ibu sebagai pengelola pangan utama keluarga.

Peran ibu sangat sentral dalam pemenuhan gizi anak balita melalui proses penyiapan, pengelolaan, dan konsumsi makanan. Tindakan menyiapkan makanan yang dilakukan oleh ibu tidak semata-mata bersifat personal, melainkan juga merupakan tindakan sosial yang dipengaruhi oleh interaksi dan pertimbangan nilai-nilai yang berlaku dalam masyarakat. Menurut kajian sosiologis, setiap tindakan manusia memiliki makna subjektif yang dipengaruhi oleh pengalaman, nilai, dan keyakinan individu (Prahesti 2021). Dalam konteks pemberian makanan kepada anak, perilaku ibu yang mencakup pengetahuan, sikap, serta karakteristik seperti tingkat pendidikan dan status pekerjaan sangat menentukan keberhasilan praktik pemberian makan (Ibrahim *et al.* 2015; Elfandes *et al.* 2023).

Lebih lanjut, penelitian terdahulu menunjukkan bahwa motif atau alasan di balik pemilihan pangan juga berperan penting. Sari (2021) menegaskan adanya hubungan yang kuat antara motif dengan tindakan pilihan pangan ibu. Berdasarkan kajian Roos *et al.* (2012), terdapat sembilan motif utama yang mempengaruhi pemilihan pangan, antara lain dorongan kesehatan, konten alami, daya tarik sensorik, kenyamanan, pengendalian berat badan, harga yang terjangkau, suasana hati, keakraban, dan pertimbangan etis. Konsep ini sejalan dengan teori tindakan sosial Max Weber, yang menekankan bahwa setiap tindakan memiliki motif atau makna tertentu, sehingga perilaku pemilihan pangan dapat dipahami melalui analisis motif tersebut (Gerungan 2010; Sugiyono 2022). Dalam penelitian ini, motif-motif tersebut dikelompokkan menjadi empat kategori utama, yaitu motif kesehatan, psikologis, kebiasaan, dan ekonomi.

Pilihan pangan tidak hanya terbatas pada proses seleksi atau pemilihan saja, melainkan juga mencakup tahap konsumsi aktual. Pola konsumsi makanan yang berkualitas, yang tercermin dari ragam kelompok pangan esensial—seperti biji-bijian, sayuran, buah-buahan, sumber protein hewani dan nabati, serta produk susu—berperan penting dalam mencapai status gizi yang optimal pada anak balita. Pedoman gizi seimbang menurut Permenkes RI Nomor 41 Tahun 2014 mendukung pentingnya pemenuhan konsumsi dari kelompok pangan pokok, lauk-pauk, sayuran, buah-buahan, dan minuman, yang secara bersama-sama memberikan kontribusi pada pertumbuhan dan perkembangan anak.

Mengingat masa balita merupakan periode kritis dalam pertumbuhan dan perkembangan, pemilihan pangan yang tepat merupakan fondasi penting dalam menciptakan sumber daya manusia berkualitas di masa depan. Oleh karena itu, penelitian ini dirancang untuk menganalisis hubungan antara karakteristik ibu—termasuk pengetahuan pangan, status pekerjaan sebagai indikator alokasi waktu dalam menyiapkan makanan, serta motif utama dalam memilih pangan—dengan tindakan pilihan pangan yang dilakukan ibu untuk memenuhi kebutuhan gizi anak balita. Dengan pemahaman yang komprehensif mengenai faktor-faktor tersebut, diharapkan dapat ditemukan strategi yang lebih efektif dalam menurunkan prevalensi *underweight* dan mendukung pertumbuhan optimal anak balita.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang didukung oleh data kualitatif guna memperoleh gambaran menyeluruh mengenai fenomena pilihan pangan ibu dalam konteks gizi anak balita. Pendekatan kuantitatif dilakukan melalui metode survei dengan menggunakan kuesioner sebagai

instrumen utama untuk mengumpulkan data mengenai karakteristik ibu, yaitu tingkat pengetahuan pangan, status pekerjaan, dan motif pilihan pangan, serta tindakan pilihan pangan yang dilakukan. Sedangkan pendekatan kualitatif melibatkan studi literatur, observasi, dan wawancara mendalam untuk melengkapi serta memperkaya pemahaman tentang fenomena sosial yang diteliti.

Proses penelitian dilaksanakan dari bulan Januari hingga November 2024. Lokasi penelitian dipilih secara purposive, yaitu di Komunitas Taru, Kecamatan Bogor Utara, Kota Bogor, Jawa Barat, tepatnya di wilayah RW 10. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada kriteria penelitian yang terpenuhi, antara lain terdapat anak balita usia 24-59 bulan yang aktif mengikuti kegiatan pengukuran antropometri di posyandu setempat serta memiliki data pencatatan berat badan yang lengkap untuk periode Januari hingga April 2024. Unit analisis dalam penelitian ini adalah individu, yaitu ibu yang memiliki anak balita berusia 24-59 bulan. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan kriteria ibu yang memiliki motif pilihan pangan tunggal, sehingga diperoleh 27 responden dari populasi 47 orang ibu yang memenuhi kriteria tersebut.

Data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh langsung di lapangan melalui observasi serta wawancara terstruktur menggunakan kuesioner. Sementara itu, data sekunder dikumpulkan melalui studi literatur, meliputi jurnal ilmiah, data statistik, skripsi, tesis, dan sumber pustaka relevan lainnya dengan kata kunci seperti praktik pilihan pangan, status gizi anak balita, dan karakteristik ibu.

Data kuantitatif yang terkumpul kemudian diolah menggunakan Microsoft Excel 2019 dan IBM SPSS Statistics 24. Data tersebut dikelompokkan berdasarkan variabel yang ada dan dikategorikan melalui skoring yang telah ditetapkan. Analisis hubungan antar variabel dilakukan dengan menggunakan teknik tabulasi silang untuk mengetahui hubungan antara karakteristik ibu (tingkat pengetahuan pangan, status pekerjaan, dan motif utama pilihan pangan) dengan tindakan pilihan pangan yang diterapkan. Sementara itu, data kualitatif dianalisis melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan verifikasi data untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai konteks sosial di balik fenomena tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Komunitas Taru

Komunitas Taru terletak di Kelurahan Tanah Baru, Kecamatan Bogor Utara, Kota Bogor, Provinsi Jawa Barat. Berdasarkan data dalam Profil Desa dan Kelurahan tahun 2023, penggunaan lahan di wilayah ini didominasi oleh pemukiman dan fasilitas umum. Karena posisinya yang berada di kawasan perkotaan, Komunitas Taru memiliki keunggulan strategis dengan akses yang mudah menuju pintu ke luar dan masuk jalan bebas hambatan (toll road). Namun, data kelurahan juga mengungkapkan adanya dua sungai kecil, yaitu Sungai Ciluar dan Sungai Ciharasas, yang mengalir di sepanjang wilayah ini. Kedua sungai tersebut mengalami pencemaran, ditandai dengan kondisi air yang keruh dan tingginya tingkat pendangkalan atau pengendapan lumpur, sehingga tidak layak digunakan untuk memenuhi kebutuhan hidup masyarakat.

Jumlah penduduk Komunitas Taru tercatat sebanyak 22.105 jiwa, dengan rincian 11.320 jiwa (51,2%) laki-laki dan 10.785 jiwa (48,8%) perempuan. Sebesar 58,1% dari penduduk berada pada usia produktif, yang berpotensi mendorong pertumbuhan ekonomi wilayah tersebut. Meskipun demikian, mata pencaharian para kepala keluarga didominasi oleh pekerjaan sebagai buruh harian lepas, yang mencerminkan kondisi ekonomi masyarakat yang tidak stabil akibat kurangnya pekerjaan dengan penghasilan tetap. Selain itu, masyarakat Komunitas Taru dikenal memiliki ikatan sosial yang kuat, terlihat dari hubungan kekeluargaan dan persaudaraan antar tetangga. Tradisi yang telah turun-temurun juga memengaruhi kebiasaan dan kepercayaan masyarakat, misalnya dalam penggunaan dukun anak atau paraji dalam prosesi kelahiran.

Dalam bidang kesehatan, sebagian besar masyarakat Komunitas Taru aktif berpartisipasi dalam program posyandu yang diselenggarakan secara rutin setiap bulan. Kegiatan posyandu mencakup pemantauan berat dan tinggi badan bayi hingga balita, imunisasi, pemberian vitamin A kepada balita dua kali setahun (pada bulan Februari dan Agustus), serta pemantauan perkembangan ibu hamil dan persiapan persalinan, selain program kesehatan bagi lansia. Posyandu di wilayah ini dikelola oleh sepuluh kader aktif, dengan dukungan seorang nutrisionis dan seorang bidan, serta memfokuskan kegiatannya pada tiga prioritas utama, yaitu kesehatan ibu hamil dan keluarga berencana, pemantauan status gizi anak, dan pelaksanaan program imunisasi.

Tindakan Pilihan Pangan Ibu

Proses pemilihan pangan akan memengaruhi mutu gizi anak balita. Terdapat delapan kelompok pangan esensial yang harus terpenuhi untuk mendorong pemenuhan kebutuhan gizi pada anak balita, yaitu (1) biji-bijian, akar, atau umbi-umbian, (2) pangan nabati kaya vitamin A, (3) buah atau sayuran, (4) daging, unggas, ikan, dan seafood, (5) telur, (6) kacang tanah, kacang polong, atau jenis kacang-kacangan lainnya, (7) susu dan produk olahannya, dan (8) pangan yang digoreng atau minyak (Swindale dan Bilinsky 2006). Semakin beragam kelompok pangan yang dikonsumsi maka semakin terpenuhinya kebutuhan pangan esensial anak, yang kemudian berimplikasi pada status gizi sang anak. Merujuk pada Tabel 1, kelompok pangan karbohidrat (biji-bijian, akar, atau umbi), protein hewani (daging, unggas, ikan, seafood), dan pangan yang digoreng (minyak dan lemak) merupakan kelompok pangan yang pasti dikonsumsi oleh seluruh anak balita pada Komunitas Taru. Hal tersebut dapat terjadi karena keseluruhan anak balita pasti mengonsumsi makanan seminimal mungkin terdiri atas nasi dan lauk, serta minyak diperoleh dari hasil olahan lauk yang digoreng (ayam, telur, ikan, dan lainnya).

Tabel 1. Jumlah dan persentase anak balita berdasarkan delapan kelompok pangan esensial yang dikonsumsi, Komunitas Taru, tahun 2024.

No	8 Kelompok pangan esensial	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Biji-bijian, akar, atau umbi-umbian	47	100,0
2	Pangan nabati kaya Vitamin A	43	91,5
3	Sayur atau buah	44	93,6
4	Daging, unggas, ikan, seafood	47	100,0
5	Telur	46	97,9
6	Kacang-kacangan, polong-polongan, dan olahannya	44	93,6
7	Susu dan olahannya	43	91,4
8	Minyak dan lemak	47	100,0

Dari seluruh populasi anak balita pada Komunitas Taru (47 orang) telah mengonsumsi delapan kelompok pangan esensial (70,4%), meskipun konsumsi belum beragam dari setiap kelompoknya. Sebagaimana misalnya, jenis pangan pada kelompok biji-bijian, akar, atau umbi-umbian yang dikonsumsi oleh anak balita didominasi oleh nasi. Kelompok pangan nabati kaya vitamin A didominasi oleh wortel pada jenis sayuran, serta semangka pada jenis buah. Sedangkan, kelompok buah dan sayur yang tidak termasuk ke dalam pangan kaya vitamin A didominasi oleh pisang dan kangkung. Kelompok pangan protein hewani didominasi oleh pangan berbahan dasar ayam, seperti olahan daging ayam, telur ayam, dan ceker ayam. Selanjutnya, pangan protein nabati dari kelompok kacang-kacangan, polong-polongan didominasi oleh tempe dan tahu yang termasuk ke dalam pangan olahan berbahan dasar kacang kedelai. Kelompok pangan susu dan olahannya didominasi oleh susu *Ultra High Temperature* (UHT) kemasan, dikonsumsi oleh 63% anak balita.

Hubungan Karakteristik Ibu dengan Tindakan Pilihan Pangan Ibu

Tingkat Pengetahuan Pangan dengan Tindakan Pilihan Pangan Ibu. Umumnya para ibu di Komunitas Taru telah memiliki pengetahuan pangan yang memadai tentang keamanan pangan, fungsi zat gizi (karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral) bagi tumbuh kembang anak, dan pemberian jenis pangan yang ragam merupakan salah satu upaya mewujudkan pangan bergizi seimbang. Meski tingkat pengetahuan pangan relatif memadai, namun komitmen para ibu untuk menerapkan pola konsumsi bergizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari, masih belum terlalu kuat. Akibatnya pangan yang diberikan kepada anak sehari-hari masih kurang ragam dalam kelompok jenis pangannya. Pola asuh pangan bagi anak, dimaknai oleh para ibu adalah bahwa yang terpenting anak mereka pernah atau sudah mengonsumsi salah satu jenis dari kelompok pangan esensial tersebut dalam kurun waktu tertentu (umumnya dalam satu minggu), sebagaimana dinyatakan oleh seorang responden sebagai berikut:

“...saya sih merasa ga perlu pusing-pusing soal ‘Isi Piringku’ setiap kali makan, yang penting anak-anak makan apa yang mereka suka dan tetap sehat. Kadang mereka lebih suka sayur tertentu atau lauk apa, selama mereka mau makan kayanya udah cukup” (MP, 23/04/2024)

Secara umum penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan pangan ibu dengan tindakan pilihan pangannya. Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas ibu telah memenuhi kebutuhan konsumsi pangan esensial bagi anak balitanya, baik ibu yang memiliki tingkat pengetahuan

rendah, sedang, ataupun tinggi. Namun, apabila diamati lebih rinci, ibu dengan tingkat pengetahuan pangan semakin tinggi, mereka akan semakin terdorong untuk bertindak memenuhi kebutuhan nutrisi anak, terutama pada masa tumbuh dan kembang. Ini artinya, pengetahuan terkait pangan bergizi seimbang dan aman, serta pemahaman fungsi-fungsi zat gizi yang terkandung pada suatu pangan berhubungan dengan tindakan ibu dalam memilih, memberikan (memenuhi) seluruh asupan pangan esensial bagi anak balitanya.

Tabel 2. Jumlah dan persentase responden menurut tingkat pengetahuan dan tindakan pilihan pangannya, Komunitas Taru, tahun 2024

Tindakan Pilihan Pangan Ibu	Tingkat Pengetahuan Pangan Ibu						Jumlah	
	Rendah		Sedang		Tinggi		n	%
	n	%	n	%	n	%		
- Tidak Memenuhi 8 jenis pangan esensial	2	50,0	4	33,3	2	18,2	8	29,6
- Memenuhi 8 jenis pangan esensial	2	50,0	8	66,7	9	81,8	19	70,4
Jumlah	4	100,0	12	100,0	11	100,0	27	100,0

Meskipun mayoritas ibu telah mempunyai pengetahuan pangan dan berupaya memenuhi kebutuhan pangan esensial bagi anak balitanya, namun intervensi pemerintah melalui tenaga kesehatan tetap diperlukan untuk mensosialisasi pentingnya memberi anak balita pangan yang ragam jenisnya. Anak balita memang sudah mengonsumsi delapan kelompok pangan esensial, tetapi tingkat keragaman jenis pangan pada setiap kelompok pangan masih kurang. Pengetahuan keragaman jenis pangan dapat membantu para ibu lebih mudah beradaptasi dengan ketersediaan pangan dalam komunitas, sehingga pada gilirannya mampu membuat pilihan pangan yang lebih baik. Rahmianti *et al.* (2022) dalam penelitiannya, menemukan bahwa jenis pangan yang masih perlu ditingkatkan konsumsinya pada anak-anak adalah buah, susu, dan suplemen tambahan lainnya.

Status Pekerjaan dengan Tindakan Pilihan Pangan Ibu. Status pekerjaan ibu menjadi pendekatan untuk melihat curahan waktu ibu dalam mempersiapkan makanan untuk memenuhi kebutuhan pangan esensial anak balita. Perasaan kelangkaan waktu yang dihasilkan dari status pekerjaan akan berimplikasi terhadap proses persiapan hingga pengolahan makanan sehingga ibu akan memilih pangan yang mudah untuk didapatkan dan tidak memakan waktu yang banyak dalam pengolahannya. Mayoritas ibu pada Komunitas Taru berstatus sebagai ibu rumah tangga atau bekerja secara domestik. Pekerjaan domestik mencakup berbagai tanggung jawab di dalam rumah, seperti menjaga kebersihan dan kerapian rumah, perencanaan dan persiapan makanan, hingga kontribusi ekonomi melalui bisnis kecil (warung makanan ringan, jajanan, dan sejenisnya) untuk membantu keuangan keluarga.

Berdasarkan hasil uji tabulasi silang pada Tabel 2 dapat dilihat bahwa mayoritas ibu telah memenuhi kebutuhan konsumsi pangan esensial untuk anak balitanya, baik ibu yang berstatus sebagai ibu rumah tangga/domestik, pekerja paruh waktu, ataupun pekerja penuh waktu. Namun, apabila dilihat lebih dalam, ibu yang berstatus pekerja paruh ataupun penuh waktu (curahan waktu lebih sedikit dalam menyiapkan makanan di rumah) memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk bertindak memilih pangan yang mampu memenuhi kebutuhan pangan esensial anak balitanya. Begitu pula sebaliknya, ibu yang berstatus sebagai ibu rumah tangga/domestik (curahan waktu lebih banyak dalam menyiapkan makanan di rumah) cenderung bertindak tidak memenuhi kebutuhan pangan esensial untuk anak balitanya. Artinya, status pekerjaan ibu sebagai pendekatan untuk melihat curahan waktu ibu dalam menyiapkan makanan di rumah berhubungan dengan tindakan ibu dalam memilih pangan untuk balitanya.

Para ibu dengan status pekerjaan paruh ataupun penuh waktu akan menitipkan sang anak kepada nenek, saudara, bahkan tetangga dekat rumah selama sang ibu bekerja. Cara tersebut dilakukan oleh para ibu agar tetap mampu memberikan perhatian yang cukup kepada anak balitanya dan merasa lebih tenang, terutama soal makanan sehari-hari yang dikonsumsi. Penelitian oleh Bahriyah (2024) menyebutkan bahwa ibu yang bekerja dinilai lebih memiliki akses terhadap berbagai informasi tentang gizi anak balita yang kemudian dapat dibagikan kepada pengasuh anak di rumah. Selain itu, ibu yang bekerja akan

mendapatkan tambahan penghasilan sehingga dapat meningkatkan akses keluarga terhadap pangan (Triatmaja 2017).

“... biasanya kerja dari pagi jam 8 baru pulang palingan jam 3 atau 4 sore, ya udah, dia sama neneknya di sebelah. Rumahnya kan dekat. Kan saya juga kerjanya di restoran depan situ, kalau pulang suka bawa makanan dari sana semisal masih ada stock hari itu dari restoran...”
(AS, Komunitas Taru, 1/05/2024)

Tabel 3. Jumlah dan persentase responden berdasarkan tindakan pilihan pangan ibu dan status pekerjaannya, Komunitas Taru, tahun 2024

Tindakan Pilihan Pangan Ibu	Status Pekerjaan Ibu						Jumlah	
	Domestik/ibu rumah tangga		Paruh waktu (<8 jam/hari)		Penuh waktu (≥8 jam/hari)			
	n	%	n	%	n	%	n	%
Tidak Memenuhi	7	36,8	0	0,0	1	14,3	8	29,6
Memenuhi	12	63,2	1	100,0	6	85,7	19	70,4
Jumlah	19	100,0	1	100,0	7	100,0	27	100,0

Ibu dengan status ibu rumah tangga/domestik diasumsikan memiliki curahan waktu yang lebih banyak untuk mampu menyiapkan dan memberikan makanan untuk anak balita di rumah. Namun, pada penelitian ini, ditemukan bahwa para ibu yang berstatus sebagai ibu rumah tangga/domestik justru cenderung bertindak tidak memenuhi kebutuhan pangan esensial untuk anak balita. Hal tersebut terjadi karena para ibu merasa kelelahan dengan urusan rumahnya sendiri (mengurus anak, membersihkan rumah, berjualan, menyiapkan makanan untuk keluarga), memiliki anak lebih dari satu dengan jarak usia yang berdekatan, bahkan ada juga yang sedang hamil, sehingga kesulitan untuk memperhatikan pemenuhan konsumsi pangan esensial pada anak balitanya.

Hubungan Motif Utama Pilihan Pangan Ibu dengan Tindakan Pilihan Pangan Ibu

Motif pilihan pangan ibu diartikan sebagai dorongan ibu dalam memilih pangan untuk dikonsumsi oleh anak balitanya. Pada penelitian ini, motif pilihan pangan ibu terdiri atas motif kesehatan, motif psikologis, motif kebiasaan, dan motif ekonomi.

Motif Kesehatan. Motif pilihan pangan kesehatan merujuk pada dorongan ibu dalam memilih pangan yang beragam untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan berfokus pada kesehatan anak balitanya. Motif kesehatan ibu dinilai kuat apabila ibu mengutamakan keberagaman pangan yang dikonsumsi oleh balita dibandingkan dengan biaya yang harus dikeluarkan, menghindari pemberian makanan yang mengandung pengawet atau pewarna walaupun anak menginginkannya, ibu cenderung memilih sayuran dan buah-buahan organik, ibu memberikan makanan sesuai dengan anjuran dokter atau tenaga kesehatan, dan ibu memberikan makanan hasil olahan sendiri (masak di rumah) kepada anak balitanya. Motif kesehatan juga dapat dikaitkan pada tindakan dengan motif rasional instrumental menurut perspektif Weber karena para ibu lebih mengutamakan memilih pangan yang mampu memenuhi kebutuhan nutrisi balita, memperhatikan kandungan dan manfaat pangan tersebut untuk mendorong tumbuh kembang anak secara optimal.

Tindakan pilihan pangan ibu berdasarkan motif kesehatan pada Komunitas Taru berfokus pada pangan yang dianggap aman untuk dikonsumsi sehingga tidak mengganggu kesehatan sang anak. Ibu lebih memilih memasak makanan sendiri di rumah karena merasa lebih aman ketika mampu mengetahui bahan-bahan yang dimasukkan ke dalam makanan selama proses pengolahannya. Ibu juga cenderung akan membatasi (bukan melarang) konsumsi makanan yang mengandung pewarna atau pengawet untuk anak balita, terutama pada makanan pada kelompok jajanan. Motif kesehatan pada ibu cenderung akan lebih kuat ketika sang anak sedang sakit sehingga para ibu lebih terdorong untuk mencari tahu pola konsumsi yang tepat untuk memenuhi kebutuhan nutrisi sang anak, salah satunya dengan melakukan konsultasi bersama bidan puskesmas, orang tua, serta pencarian informasi secara mandiri melalui internet.

Motif Psikologis. Motif pilihan pangan psikologis merujuk pada dorongan ibu dalam memilih pangan untuk anak balita berdasarkan perasaan atau emosional ibu. Motif psikologis ibu dinilai kuat apabila ibu memberikan makanan berdasarkan suasana hati ibu dalam menuruti selera dan keinginan anak agar tidak rewel, memilih berdasarkan daya tarik kemasan atau tampilan suatu makanan, memberikan makanan

yang memiliki rasa enak tanpa terlalu memperhatikan kandungan gizinya, dan kemudahan atau kenyamanan ibu dalam mengolah suatu makanan. Jika dikaitkan dengan teori tindakan sosial oleh Max Weber, motif psikologis termasuk tindakan dengan motif afektif karena dilakukan berdasarkan perasaan atau emosi ibu dalam memilih pangan.

Tindakan pilihan pangan ibu berdasarkan motif psikologis pada Komunitas Taru didominasi dengan pemilihan pangan berdasarkan kemudahan memperoleh dan mengolah pangan tersebut. Ibu cenderung memilih makanan sesuai ketersediaan penjual di sekitar rumah sehingga tidak perlu menambah beban sang ibu dalam hal menyiapkan makanan untuk keluarga. Salah satu jenis pangan yang akan dipilih oleh ibu berdasarkan kemudahan mendapatkan dan mengolahnya adalah telur dan makanan instan, seperti mie untuk anaknya. Penelitian Sari (2021) menjelaskan seringkali para ibu memberikan makanan instan ketika berada pada kondisi terlalu banyak pikiran ataupun sedih sehingga membuat ibu tidak berselera untuk memasak makanan bagi anak balitanya.

“...saya sih lebih pilih yang dekat-dekat. Masak dari bahan yang ada di sekitar itu lebih praktis, jadi nggak perlu keluar biaya lebih...” (MP, Komunitas Taru, 23/04/2024)

Selain itu, ibu juga cenderung memilih makanan sesuai selera atau kesukaan sang anak. Tindakan memilih pangan berdasarkan selera anak dilakukan oleh ibu untuk menghindari rasa stress dalam memberi anak makan, terutama untuk anak yang cukup pemilih terhadap makanan (*picky eater*). Ibu menganggap memberikan makanan yang disukai oleh anak adalah cara termudah untuk menangani anak yang rewel, serta mengurangi stress bagi ibu itu sendiri. Hal ini semakin diperparah dengan kurangnya kesadaran akan pentingnya konsumsi pangan bergizi seimbang sehingga cenderung berprinsip “*yang penting anak makan*”. Salah satu contohnya adalah membiarkan sang anak tidak mengonsumsi kelompok pangan sayuran dengan alasan tidak disukai oleh sang anak, walaupun sang ibu mengetahui bahwa sayuran sangat baik bagi kesehatan sang anak.

“...kalau diannya suka, kita sebagai ibu ya kalah, mau kandungannya apa juga ya lupa. Harus dia dulu yang suka atau ngerasa enak...” (AS, Komunitas Taru, 1/05/2024)

“...takutnya nanti kalau udah disiapin lengkap (4 sehat 5 sempurna) malah ga makan, jadi kasihnya yang emang dia suka aja sih, kalau dia suka baru kasih...” (NY, Komunitas Taru, 4/05/2024)

Motif Kebiasaan. Motif pilihan pangan berdasarkan kebiasaan merujuk pada dorongan ibu dalam memilih pangan berdasarkan habituasi dan tampak berjalan secara otomatis atau berulang karena mengakar pada motif tradisional (turun-temurun) sehingga memiliki kesadaran pertimbangan yang relatif rendah. Selain itu, motif kebiasaan pada penelitian ini juga dapat dikaitkan dengan dorongan tindakan atas rasionalitas nilai karena tindakan pilihan pangan yang dilakukan oleh ibu didasari oleh keyakinan sang ibu terhadap konsep pangan sehat dan tepat yang berlaku pada lingkungan sekitarnya (pangan yang tidak dianggap *taboo* atau sesuai dengan agama). Motif kebiasaan ibu dinilai kuat apabila ibu memberikan makanan berdasarkan kebiasaan yang melekat pada keluarga tanpa terlalu memperhatikan kandungan gizi dan harganya, tidak memberikan makanan yang dianggap *taboo* oleh budaya komunitas, memberikan makanan untuk balita karena gengsi atau tren yang sedang berlaku di komunitas.

Tindakan pilihan pangan ibu berdasarkan motif kebiasaan pada Komunitas Taru didominasi dengan pemilihan pangan berdasarkan pola konsumsi keluarga secara turun-temurun. Komunitas Taru didominasi oleh kelompok dengan ikatan keluarga atau tali persaudaraan, seperti nenek, anak, hingga cucu yang tinggal dalam satu lingkungan bahkan satu atap. Kebiasaan atau hal-hal yang dipercayai oleh sang nenek dengan sangat mudah diadopsi oleh anaknya (ibu) yang kemudian diimplementasikan pada kehidupan sehari-hari. Tidak jarang juga para ibu mempercayai atau mengikuti apa yang diperintah oleh para orang tua dengan alasan nurut dengan perkataan orang tua. Dorongan berdasarkan kebiasaan atau budaya pangan yang melekat pada komunitas, khususnya keluarga, menjadi semakin kuat karena kesadaran para ibu terkait pentingnya pemenuhan kebutuhan pangan esensial pada masa tumbuh kembang anak balita masih cukup kurang.

“...kan tinggal dekat-dekat ya barengan sama umi, jadi apa yang diajarin, biasanya diikutin aja. Misal jangan makan ini takutnya anaknya ini. Aku mah percaya aja sih, nanti kalau ada apa-apa malah nyalahin, bilanganya ga nurut lagi...” (T, Komunitas Taru, 3/05/2024)

Ibu terdorong untuk memilih pangan yang sudah dikenal (*familiar*) oleh seluruh anggota keluarga sehingga pola konsumsi keluarga tersebut menjadi pola konsumsi anak balita juga. Ibu semakin merasa percaya diri dengan kebiasaan makan yang sudah ada karena dianggap aman (tidak menyebabkan anak sakit). Hal tersebut memberikan keyakinan bahwa yang telah dilakukan selama ini adalah yang terbaik, sehingga ibu cenderung mempertahankan kebiasaan tersebut meskipun kebutuhan nutrisinya masih dapat dikatakan belum terpenuhi secara sempurna. Pemilihan pangan berdasarkan kebiasaan sebenarnya tidak selalu menghasilkan pola konsumsi yang kurang baik, tetapi tidak menutup kemungkinan untuk menghasilkan pola konsumsi yang monoton (kurangnya variasi pangan yang dikonsumsi oleh anak balita) karena kurangnya mengeksplorasi pilihan pangan yang beragam dan seimbang secara gizi.

Motif Ekonomi. Motif pilihan pangan berdasarkan ekonomi merujuk pada dorongan ibu berdasarkan harga atau biaya yang harus dikeluarkan untuk mendapatkan suatu pangan. Motif pilihan pangan berdasarkan ekonomi dinilai kuat apabila ibu lebih memilih pangan dengan harga murah agar bisa mendapatkan pangan dalam jumlah yang banyak, hanya memilih suatu jenis pangan apabila sedang diskon atau promosi, memilih untuk membeli pangan mentah dan kemudian diolah sendiri agar lebih hemat walaupun membutuhkan tenaga dan waktu yang lebih banyak, serta memilih untuk mengganti jenis pangan tertentu (pilihan alternatif) dengan harga yang lebih murah apabila jenis pangan yang biasanya dikonsumsi mengalami kenaikan harga. Motif memilih pangan berdasarkan ekonomi dapat dikaitkan dengan tindakan berdasarkan motif rasional instrumental menurut perspektif Weber karena para ibu secara rasional akan memprioritaskan pendapatan atau pemasukan keuangan keluarga kepada kebutuhan dasar terlebih dahulu, salah satunya adalah pangan, meskipun dalam pengimplementasiannya kualitas dan kuantitas pangan akan menyesuaikan kondisi keuangan.

Tindakan pilihan pangan ibu berdasarkan motif ekonomi pada Komunitas Taru terlihat pada tindakan ibu yang lebih memilih untuk mengolah atau memasak sendiri di rumah. Selain dianggap lebih sehat, para ibu juga mempertimbangkan pengeluaran biaya yang akan lebih hemat jika mengolah sendiri. Dengan kata lain, mengolah sendiri pangan mentah menjadi makanan siap dikonsumsi memang menguras energi dan waktu sang ibu, tetapi sangat berdampak pada penghematan pengeluaran untuk pangan keluarga. Namun pada kasus tertentu, ibu akan tetap memilih pangan tanpa melihat harganya apabila makanan tersebut memang disukai oleh sang anak dan sudah menjadi pola konsumsi sehari-hari.

Tabel 4. Jumlah dan persentase responden berdasarkan tindakan pilihan pangan ibu dan motif utama pilihan pangannya, Komunitas Taru, tahun 2024

Tindakan Pilihan Pangan Ibu	Motif Utama Pilihan Pangan Ibu								Jumlah	
	Kesehatan		Psikologis		Kebiasaan		Ekonomi			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Tidak Memenuhi	1	16,7	3	60,0	3	23,1	1	33,3	8	29,6
Memenuhi	5	83,3	2	40,0	10	76,9	2	66,7	19	70,4
Jumlah	6	100,0	5	100,0	13	100,0	3	100,0	27	100,0

Merujuk pada Tabel 4, terlihat bahwa motif psikologis mendorong ibu untuk bertindak tidak memenuhi kebutuhan pangan esensial bagi anak balita. Sementara itu, ibu dengan dorongan memilih pangan berdasarkan motif kesehatan cenderung bertindak memenuhi kebutuhan pangan esensial. Ibu dengan tindakan pilihan pangan pada kategori memenuhi kebutuhan pangan esensial anak balita juga cenderung didorong oleh motif kebiasaan, dengan artian sudah mengikuti pertimbangan kesehatan yang berulang-ulang sehingga menjadi pola konsumsi (*habituasi*) pangan sehari-hari. Begitu juga dengan motif ekonomi, meskipun harga atau biaya yang harus dikeluarkan oleh ibu masih menjadi pertimbangan ketika memilih pangan, tetapi kapasitas ekonomi rumah tangga pada Komunitas Taru memadai untuk mengakomodasi atau memenuhi kebutuhan delapan kelompok pangan esensial. Artinya, motif utama ibu dalam memilih pangan akan membedakan tindakan pilihan pangannya, dikarenakan motif psikologis akan mendorong ibu untuk bertindak tidak memenuhi kebutuhan pangan esensial untuk anak balita.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan tindakan sosial pilihan pangan dengan karakteristik ibu pada Komunitas Taru, Kota Bogor, terdapat tiga temuan utama. Pertama, semakin tinggi tingkat pengetahuan pangan ibu, semakin besar kemampuannya dalam memenuhi kebutuhan pangan esensial anak balita. Kedua, ibu dengan status pekerjaan produktif (baik paruh waktu maupun penuh waktu) cenderung lebih mampu memenuhi kebutuhan pangan esensial anaknya. Ketiga, motif utama dalam

pemilihan pangan berpengaruh signifikan terhadap tindakan ibu; khususnya, motif psikologis mendorong ibu untuk tidak selalu memenuhi kebutuhan pangan esensial anak balita.

Pemenuhan kebutuhan konsumsi delapan kelompok pangan esensial berperan sebagai indikator tindakan ibu dalam memilih pangan. Secara umum, dari 47 anak balita di Komunitas Taru, 70,4% telah mengonsumsi delapan kelompok pangan esensial tersebut, meskipun keragaman pangan yang dikonsumsi dalam setiap kelompok masih terbatas. Hal ini berkaitan dengan tingkat pengetahuan pangan ibu yang masih berada pada kategori sedang, sehingga belum sepenuhnya memahami pentingnya penerapan pola konsumsi bergizi seimbang yang menekankan keanekaragaman pangan. Dengan meningkatnya pengetahuan pangan, diharapkan ibu akan semakin sadar akan pentingnya pemenuhan nutrisi, terutama pada masa tumbuh kembang anak.

Status pekerjaan ibu juga menunjukkan hubungan dengan tindakan dalam memilih pangan untuk anak balita. Ibu yang bekerja paruh waktu atau penuh waktu memiliki kecenderungan lebih besar untuk memenuhi kebutuhan pangan esensial anaknya. Hal ini didukung oleh strategi seperti menitipkan anak kepada nenek, saudara, atau tetangga selama bekerja, serta adanya penghasilan tambahan yang meningkatkan akses keluarga terhadap pangan. Sebaliknya, ibu rumah tangga yang mengelola segala urusan domestik cenderung kesulitan untuk selalu memperhatikan pemenuhan konsumsi pangan esensial, terutama jika mereka harus mengurus banyak anak dengan jarak usia yang berdekatan atau sedang mengalami kehamilan.

Motif utama dalam pemilihan pangan juga membedakan tindakan ibu dalam memenuhi kebutuhan pangan esensial anak balita. Ibu yang didorong oleh motif psikologis cenderung memilih pangan berdasarkan kemudahan perolehan dan pengolahan serta selera anak, sehingga tidak selalu mengutamakan nilai gizi yang optimal. Di sisi lain, ibu dengan motif kesehatan lebih memilih pangan yang aman dan sehat, misalnya dengan memasak sendiri untuk memastikan kualitas bahan, membatasi konsumsi makanan yang mengandung pewarna atau pengawet, serta aktif mencari informasi dan berkonsultasi mengenai pola konsumsi yang tepat. Selain itu, motif kebiasaan turut mendorong terbentuknya pola konsumsi harian yang konsisten, sedangkan motif ekonomi, meskipun mempertimbangkan harga, tidak menjadi kendala utama karena kapasitas ekonomi rumah tangga di Komunitas Taru masih memadai untuk memenuhi kebutuhan delapan kelompok pangan esensial.

Temuan penelitian ini mengindikasikan perlunya program edukasi dan pendampingan praktik bagi para ibu. Edukasi mengenai pentingnya penerapan prinsip gizi seimbang perlu ditingkatkan guna membangun kesadaran dan komitmen dalam menyediakan pangan yang mampu memenuhi kebutuhan nutrisi anak balita. Preferensi pangan anak tidak seharusnya menjadi alasan bagi ibu untuk selalu menuruti selera tanpa mempertimbangkan nilai gizinya; ibu harus tetap memegang kendali atas pangan yang dikonsumsi oleh anak. Pendampingan praktis berupa penyusunan menu sederhana dan bergizi dengan memanfaatkan bahan pangan lokal juga perlu diberikan agar dapat diterapkan secara realistis dalam kehidupan sehari-hari. Rencana menu yang terstruktur diharapkan dapat membantu ibu mengatur keseimbangan antara tugas domestik dan pemenuhan kebutuhan gizi anak, dengan dukungan keluarga sebagai penunjang. Selain itu, monitoring berkala melalui evaluasi gizi balita oleh tenaga kesehatan di wilayah Komunitas Taru penting dilakukan agar intervensi yang diberikan lebih spesifik dan tepat sasaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Alawiyah, S. D., & Prasodjo, N. W. (2017). Tindakan pilihan pangan ibu untuk anak balita. *Jurnal Sains Komunikasi Dan Pengembangan Masyarakat [JSKPM]*, 1(3), 397–420. <https://doi.org/10.29244/jskpm.1.3.397-420>
- BAPPENAS, UNICEF. (2017). Laporan Baseline SDG tentang Anak-Anak di Indonesia. *Jakarta (ID): BAPPENAS dan UNICEF*.
- BKPK. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 Dalam Angka. *Jakarta (ID): Artikel Depkes RI*.
- Bahriyah, F. (2024). Hubungan pekerjaan ibu dengan status gizi balita studi kasus di Desa Sukajadi. *Public Health and Safety International Journal*, 4(1), 25–28. <https://doi.org/10.55642/phasij.v4i01.661>
- Elfandes, F. R., Ekawati, F., Indah, Y., & Sari, P. (2023). Hubungan perilaku ibu dalam pemberian makan dengan status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. *Jurnal Mahasiswa Ilmu Farmasi Dan Kesehatan*, 1(3), 35–40.

- Gerungan. (2010). Psikologi Sosial. *Bandung(ID) : PT. Refika Aditama*.
- Ibrahim, M., Rattu, & Pangemanan, J. N. (2015). Hubungan antara karakteristik ibu dan perilaku ibu dengan riwayat pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dini di wilayah Puskesmas Atinggola Kecamatan Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara tahun 2014. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat Unsrat*, 5(3), 294–301.
- Permenkes. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang. *Jakarta(ID): Artikel Depkes RI*.
- Permenkes. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. *Jakarta (ID): Artikel Depkes RI*.
- Prahesti, V. D. (2021). Analisis tindakan sosial Max Weber dalam kebiasaan membaca Asmaul Husna peserta didik MI/SD AN NUR: *Jurnal Studi Islam*, 13(2), 137–152. <https://doi.org/10.37252/annur.v13i2.123>
- Prasodjo, N. W. (2017). Praktik sosial pilihan pangan untuk anak balita (studi pada Komunitas Perdesaan Jawa Barat) [Disertasi]. *Bogor: Institut Pertanian Bogor*.
- Rahmiati, B. F., Canny Naktiany, W., Ardian, J., Jauhari, M. T., & Lastyana, W. (2022). Analisis hubungan karakteristik ibu terhadap pilihan makanan pendamping ASI di Kota Mataram Timur. *Journal of Nutrition and Culinary*, 2(1), 19–28.
- Roos, E., Lehto, R., & Ray, C. (2012). Parental family food choice motives and children's food intake. *Food Quality and Preference*, 24(1), 85–91. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2011.09.006>
- Sari, D. K. (2021). Hubungan karakteristik, motif dan tindakan pilihan pangan ibu terhadap status gizi anak balita [Skripsi]. *Bogor: Institut Pertanian Bogor*.
- SSGI. (2021). Studi Status Gizi Indonesia. *Jakarta (ID): Artikel Depkes RI*.
- SSGI. (2022). Studi Status Gizi Indonesia. *Jakarta (ID): Artikel Depkes RI*.
- Sugiyono, P. B. (2022). Analisis tindakan sosial dalam peristiwa penolakan vaksin. *Jurnal Pendidikan Sosiologi Dan Humaniora*, 13(2), 327–338. <https://doi.org/10.26418/j-psh.v13i2.54223>
- Swindale, A., & Bilinsky, P. (2006). Household Dietary Diversity Score (HDDS) for measurement of household food access: Indicator guide. *Food and Nutrition Technical Assistance ...*, 1–11. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Triatmaja, N. T. (2017). Status gizi bayi usia 6-12 bulan di Kota Bogor tahun 2015 ditinjau dari pemberian makan dan sosiodemografi ibu. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 45(1), 37–44. <https://doi.org/10.22435/bpk.v45i1.7308.37-44>
- Yusrina, A. I., & Prasodjo, N. W. (2018). Keterdedahan terhadap tayangan iklan dan sikap ibu. *Jurnal Sains Komunikasi Dan Pengembangan Masyarakat [JSKPM]*, 2(2), 195–206. <https://doi.org/10.29244/jskpm.2.2.195-206>