

## Review Article

## Tinjauan Pustaka: Peran Budaya, Adat dan Tradisi dalam Pola Asuh sebagai Faktor Penyebab Beban Gizi Ganda pada Ibu Hamil

**Risma Putri Nur Salsabilla<sup>1\*</sup>, Ridzkiya Karimatus Sholeha<sup>1</sup>, Septa Indra Puspikawati<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Kedokteran dan Ilmu Alam, Universitas Airlangga

\*Corresponding e-mail: [risma.putri.nur-2021@fkm.unair.ac.id](mailto:risma.putri.nur-2021@fkm.unair.ac.id)

### Abstrak

**Latar belakang:** Beban gizi ganda pada ibu hamil masih menjadi permasalahan serius di Indonesia. Faktor sosial budaya, adat, dan tradisi berperan penting dalam membentuk pola asuh, perilaku makan, serta akses gizi dalam keluarga, yang secara tidak langsung memengaruhi kejadian stunting. **Metode:** Artikel ini menggunakan metode *Systematic Literature Review* dengan penelusuran pada database Google Scholar dan ResearchGate menggunakan kata kunci "Stunting", "Budaya", "Tradisi", "Adat", "Pola Asuh", dan "Beban Gizi Ganda". Seleksi dilakukan berdasarkan kriteria inklusi–eksklusi, sehingga dari 340 artikel awal diperoleh 9 artikel yang dianalisis lebih lanjut. **Hasil:** Hasil tinjauan menunjukkan bahwa budaya patriarki menyebabkan ketidaksetaraan distribusi pangan dan keterbatasan peran perempuan dalam pengambilan keputusan gizi, pantangan makanan pada ibu hamil dan menyusui membatasi asupan nutrisi penting, sementara praktik pernikahan dini dan rendahnya literasi gizi memperkuat risiko beban gizi ganda dalam rumah tangga. Keterlibatan ayah dalam pola asuh dan pengambilan keputusan terbukti berperan positif terhadap status gizi anak. **Kesimpulan:** Peran budaya, adat, dan tradisi terbukti menjadi faktor penting penyebab beban gizi ganda pada ibu hamil. Oleh karena itu, strategi pencegahan stunting perlu memperhatikan konteks sosial budaya lokal, memberdayakan perempuan, meningkatkan literasi gizi keluarga, serta mendorong keterlibatan ayah dalam pola asuh berbasis kesetaraan gender.

**Kata Kunci:** Adat, Beban Gizi Ganda, Budaya, Ibu hamil, Pola Asuh, Stunting, Tradisi

### ***Literature Review: The Role of Culture, Customs, and Traditions in Parenting as Factors Contributing to Double Nutritional Burden in Pregnant Women***

### Abstract

**Background:** The double burden of malnutrition among pregnant women remains a critical public health issue in Indonesia. Cultural values, traditions, and patriarchal norms strongly influence caregiving practices, food distribution, and dietary intake within households, thereby shaping maternal nutritional status and contributing to stunting in children. **Methods:** This study employed a Systematic Literature Review approach by searching Google Scholar and ResearchGate databases using the keywords "Stunting," "Culture," "Tradition," "Customs," "Parenting," and "Double Burden of Malnutrition." Articles were screened according to inclusion and exclusion criteria, resulting in nine eligible studies from an initial 340 and 9 article in analyze. **Results:** The review revealed that patriarchal culture leads to unequal food distribution and limited decision-making power for women, increasing the risk of micronutrient deficiencies despite excess caloric intake. Food taboos during pregnancy and postpartum further restrict

protein and micronutrient consumption. Moreover, early marriage practices and low parental nutrition literacy exacerbate intergenerational malnutrition, where obese mothers coexist with stunted children. On the other hand, evidence highlights the positive role of fathers' involvement in caregiving and household food decisions, which contributes to improved child nutritional outcomes. **Conclusion:** The double burden of malnutrition among pregnant women is not merely a biomedical problem but a socio-cultural construct shaped by patriarchal norms, food taboos, and early marriage practices. Addressing this issue requires culturally sensitive nutrition interventions that empower women, promote gender equality, enhance parental nutrition literacy, and strengthen fathers' roles in childcare and food management to break the cycle of malnutrition across generations.

**Keywords:** Culture, Custom, Double Burden of Malnutrition, Parenting, Pregnant Women, Stunting, Tradition

**ARTICLE HISTORY:**

Received 31-07-2025

Revised 13-10-2025

Accepted 15-12-2025

## PENDAHULUAN

Beban ganda malnutrisi (*Double Burden of Malnutrition*) merupakan kondisi dimana anak-anak mengalami dua permasalahan gizi secara bersamaan seperti kekurangan dan kelebihan gizi. Salah satu beban ganda malnutrisi adalah stunting (kekurangan gizi) dan kelebihan gizi terjadi secara bersamaan dalam satu rumah tangga atau individu (Helmyati et al., 2019). Stunting didefinisikan sebagai masalah gizi kronis akibat kurangnya asupan nutrisi dalam kurun waktu yang lama, sehingga mengganggu pertumbuhan pada anak yang ditandai dengan tinggi badan tidak sesuai dengan usia pada umumnya. Stunting menjadi salah satu masalah mendesak dan prioritas pemerintahan dalam pembangunan kesehatan anak (Kementerian Kesehatan, 2020).

Menurut *World Health Organization* (*World Health Organization*, 2021), prevalensi stunting pada balita di dunia tahun 2021 mencapai 22% atau sebanyak 149,2 juta. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (Kementerian Kesehatan RI, 2023), prevalensi balita yang mengalami stunting pada tahun 2023 mencapai 21,5%, yang sedikit mengalami penurunan dibandingkan dengan tahun 2022 yang mencapai 21,6%. Target Pemerintah pada tahun 2024 yaitu menurunkan prevalensi stunting menjadi 14% pada tahun 2024 yang menjadi tantangan besar untuk dihadapi bersama. Akan tetapi, pada tahun 2024 target tersebut masih belum mencapai target dengan prevalensi stunting 19,8% mengalami penurunan 1,7% dibandingkan tahun 2023 (SSGI, 2024).

Stunting menggambarkan kegagalan pertumbuhan yang terjadi sejak sebelum dan sesudah kelahiran yang disebabkan oleh kekurangan nutrisi (Helmyati et al., 2019). Faktor penyebab terjadinya stunting sangat beragam dan kompleks, mencakup berbagai faktor. *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa pengaruh sosial budaya yang berlaku dalam masyarakat adalah salah satu faktor penyebab stunting. Beberapa penelitian menjelaskan tentang kepercayaan atau budaya di Indonesia seperti tradisi menikahkan anak pada usia dini dimana wanita yang menikah di usia muda cenderung memiliki tingkat pendidikan rendah dan tidak memiliki kesadaran yang cukup tentang resiko kehamilan (Sekarayu & Nurwati, 2021). Faktor tersebut sudah menjadi kebiasaan turun temurun di masyarakat yang sangat memengaruhi pola asuh orang tua terhadap kejadian stunting.

Berdasarkan uraian di atas, permasalahan stunting di Indonesia masih ada kaitannya dengan masalah sosial budaya. Namun, masalah sosial budaya ini masih kurang diperhatikan

oleh pembuatan program stunting. Dengan demikian, perlu dianalisis lebih lanjut mengenai macam-macam sosial budaya, adat atau tradisi yang masih berkembang di masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran budaya, adat, dan tradisi dalam pola asuh sebagai faktor penyebab kejadian stunting di Indonesia.

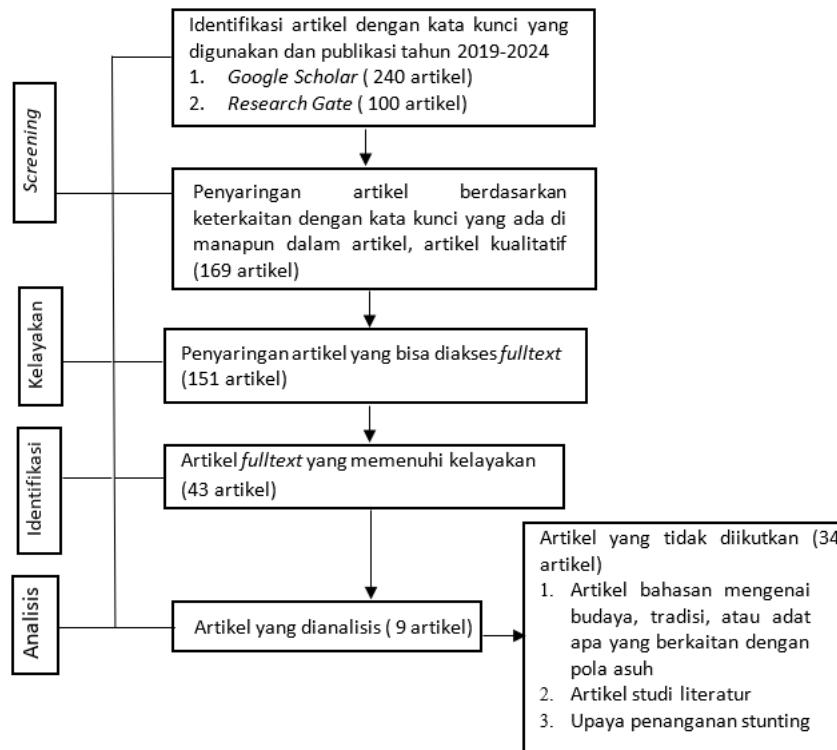
## BAHAN DAN METODE

Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini yaitu tinjauan pustaka dari berbagai jurnal penelitian. Data basis yang digunakan yakni *Google Scholar* dan *Researchgate*. Pencarian dilakukan dengan menggunakan kata kunci “Stunting”, “Budaya”, “Tradisi”, “Adat”, “Pola Asuh”, dan “Beban Gizi Ganda”. Studi ini fokus untuk mengetahui peran adat, tradisi, dan budaya dalam pola asuh anak yang berhubungan dengan stunting sebagai salah satu fenomena beban gizi ganda. Kriteria yang digunakan untuk inklusi dan eksklusi artikel dalam tinjauan pustaka ini sebagai berikut.

**Tabel 1.** Kriteria Inklusi dan Eksklusi

No	Inklusi	Eksklusi
1.	Artikel yang dipublikasikan pada tahun 2019- 2024	Artikel yang mengulas isu yang tidak relevan dengan pola asuh, seperti gangguan absorpsi nutrisi, penyakit infeksi, atau genetika sebagai penyebab beban gizi ganda.
2.	Artikel berfokus membahas peran adat, tradisi dan budaya dalam pola asuh yang mempengaruhi kejadian stunting	Artikel yang membahas pola asuh tanpa memuat aspek budaya, adat, atau tradisi.
3.	Artikel dapat diakses secara <i>full text</i>	Artikel yang hanya tersedia dalam bentuk abstrak atau tidak dapat diakses secara <i>full text</i>
4.	Artikel yang menggunakan metode kualitatif	Artikel yang membahas metode sistematis yang tidak relevan, seperti ulasan opini tanpa metodologi ilmiah
5.	Artikel yang berbeda (tidak terduplikat)	Artikel yang merupakan duplikasi atau versi prapublikasi dari artikel lain yang sudah disertakan

PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Review & Meta Analysis*) merupakan metode sistematis yang digunakan dalam proses penelusuran dan seleksi literatur, yang terdiri dari tahap identifikasi, penyaringan, penilaian kelayakan, dan tahap akhir yaitu pemilihan studi yang akan dimasukkan (*included*) ke dalam analisis. Berikut merupakan strategi yang digunakan dalam proses seleksi dokumen :



**Gambar 1.** SLR dengan Metode Prisma

Sumber: Diolah oleh penulis (2025)

## HASIL

Berdasarkan hasil penelusuran literatur yang dilakukan dengan metode *Systematic Literature Review*, diperoleh total 340 artikel dari database Google Scholar dan ResearchGate dengan menggunakan kata kunci “Stunting”, “Budaya”, “Tradisi”, “Adat”, “Pola Asuh”, dan “Beban Gizi Ganda”. Setelah disaring menggunakan kriteria inklusi berupa rentang waktu publikasi tahun 2019 – 2024, serta kelengkapan *full text*, diperoleh 43 artikel yang memenuhi kelayakan untuk ditelaah lebih lanjut. Namun, setelah dilakukan penelaahan yang mendalam terhadap isi dan relevansi substansi masing-masing artikel, hanya 9 artikel yang secara komprehensif membahas peran budaya, adat, dan tradisi dalam pola asuh sebagai faktor penyebab beban gizi ganda pada ibu hamil. Artikel yang lainnya meskipun layak secara administratif, namun tidak secara spesifik menyertakan dan menyoroti keterkaitan antara faktor budaya dan beban gizi ganda, atau hanya membahas salah satu variabel secara umum tanpa kedalaman analisis yang memadai. Pemilihan terbatas ini juga didasarkan pada pertimbangan validitas dan kualitas metodologi, di mana hanya artikel dengan desain penelitian yang sesuai yakni kualitatif, etnografi, atau review kualitatif dan memiliki data yang lengkap serta dapat dipertanggung jawabkan yang dipilih, sehingga analisis berfokus pada literatur yang benar-benar relevan, mutakhir, dan mendukung tujuan kajian ini.

**Tabel 2.** Hasil Tinjauan Pustaka

Referensi	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
(Triratnawati & Yuniati, 2023)	Tujuan dari penelitian ini untuk mengidentifikasi tradisi masyarakat yang menjadi penghalang penurunan	Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan studi etnografi dan teknik pengumpulan data	Hasil penelitian dilakukan dengan observasional dan wawancara 18 orang tua yang memiliki balita stunting menunjukkan bahwa ada beberapa penyebab stunting pada balita adalah budaya patriarki yang

	angka stunting di Desa Labotan Kandi.	melalui observasi dan wawancara.	menempatkan peran laki-laki lebih dominan di ranah publik dan rumah tangga seperti keputusan serta pembagian makanan. Selanjutnya, faktor penyebab terjadinya stunting seperti Pernikahan dini dan denda pacaran, keterbatasan ekonomi yang bertumpu pada ekonomi subsistem, memprioritas pesta daripada pendidikan dikarenakan kondisi ekonomi rendah dan fasilitas yang kurang memadai, relasi gender yang timpang di mana kekuasaan berada di tangan laki-laki dan pemberian makanan tambahan (pmt) sejak bayi. Hal ini menyebabkan masalah stunting di Desa Labotan Kandi belum tertangani.
Peten et al., 2023	untuk menjelaskan hambatan dan dampak dari budaya patriarki masyarakat Lamaholot, Adonara, terhadap keberhasilan program Gerobak Cinta	Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dan data dikumpulkan melalui wawancara yang dianalisis menggunakan kerangka analisis gender Moser	Program Gerobak Cinta dirancang untuk merawat anak dengan memberikan makanan bergizi, pemberian makanan tambahan (pmt) dan kebutuhan perempuan. Program ini belum memenuhi kebutuhan strategis gender jangka panjang, belum mengubah desain inovasi, kekuatan dan dampak berkelanjutan. Keputusan partisipasi pada program ini masih di dominasi oleh suami yang memiliki pengetahuan minim membuat suami kurang responsif terhadap pengambilan keputusan untuk berpartisipasi dalam upaya menurunkan stunting. Program Gerobak Cinta menambahkan beban ganda kepada perempuan untuk menurunkan stunting dan program ini perlu keterlibatan stakeholders untuk kelancaran program dalam penanganan penurunan stunting.
(Wotok et al., 2024)	Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam penerapan budaya Neno Bo'ha dalam pengasuhan ibu dan anak di Kabupaten timor Tengah Selatan (TTS), Nusa Tenggara Timur. Tujuan ini didasari oleh tingginya prevalensi stunting di daerah tersebut, serta adanya praktik budaya yang diwariskan secara turun-temurun dalam merawat ibu pasca melahirkan bayinya.	Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif etnografi, yang dirancang untuk mendalamai dan menafsirkan nilai-nilai budaya masyarakat lokal, khususnya budaya Neno Bo'ha. Peneliti berperan sebagai pengamat sekaligus pewawancara dalam proses pengumpulan data melalui observasi langsung. Subjek penelitian meliputi	Hasil penelitian menunjukkan bahwa praktik budaya Neno Bo'ha, yang mencakup tradisi se'i (panggang), tatobi (kompres air panas), serta pantangan makanan, memberikan dampak signifikan terhadap kesehatan ibu dan bayi. Masyarakat meyakini bahwa budaya <i>panggang</i> memperkuat daya tahan ibu dan bayi, meskipun dari sudut pandang kesehatan modern praktik ini berisiko menimbulkan ISPA dan gangguan pernapasan karena paparan asap. Tradisi <i>tatobi</i> dipercaya melancarkan sirkulasi darah dan membersihkan rahim, namun juga berpotensi menimbulkan luka

		<p>tokoh adat, pamong desa, ibu-ibu pelaku budaya Neno Bo'ha, dan petugas kesehatan yang berinteraksi dengan komunitas. Teknik analisis data menggunakan pendekatan analisis tematik.</p>	<p>bakar dan infeksi bila tidak dilakukan secara higienis. Selain itu, pantangan makanan membatasi asupan nutrisi misalnya ibu hanya diperbolehkan makan jagung bose tanpa sayur, protein, atau garam yang dapat mengakibatkan defisit gizi bayi. Penelitian menyimpulkan bahwa keluarga yang masih mempraktikkan budaya Neno Bo'ha memiliki angka stunting lebih tinggi dibanding keluarga yang mulai meninggalkan praktik tersebut dan mengikuti saran dari petugas kesehatan.</p>
(Azza et al., 2022)	<p>Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pemahaman masyarakat tentang pernikahan dini dalam perspektif budaya dan kesehatan</p>	<p>Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan desain <i>Retrospective Case Study</i> serta teknik pengumpulan datanya melalui indepth interview dan observasi secara langsung</p>	<p>Penelitian ini menemukan tiga tema utama dalam penelitian yang dilakukan yaitu pernikahan dini terbentuk karena anak merasa harus taat kepada orang tuanya akibat kondisi ekonomi keluarga yang kurang memadai, pernikahan dini dianggap sebagai cara untuk mencegah terjadinya dosa agar tidak terjadi kehamilan di luar nikah. Selain itu, pernikahan dini dianggap sebagai budaya turun temurun yang sudah lama diterapkan oleh masyarakat terkait pandangan jika anak perempuan tidak segera menikah, maka dianggap tidak laku. Hal tersebut berdampak pada anak perempuan yang berisiko mengalami komplikasi saat melahirkan, mengalami kekerasan dalam rumah tangga, stunting atau berbagai masalah kesehatan lainnya.</p>
(Hermayani et al., 2021)	<p>Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran tahun 2020</p>	<p>Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyebab terjadinya stunting di wilayah kerja Puskesmas Gedongtataan yaitu adanya penyakit infeksi saat hamil, setelah melahirkan, dan saat anak masih balita. Namun, responden tidak mengetahui bahwa infeksi dapat menyebabkan stunting. Sebagian besar responden tidak memberikan ASI eksklusif kepada anak dan memberikan makanan tambahan (pmt) yang tidak sesuai dengan anjuran. Ditemukan juga ketersediaan makanan keluarga hanya di rumah, tetapi terdapat permasalahan dalam sistem pengolahannya. Kondisi kesehatan lingkungan di rumah tangga seperti air sudah memadai. Meski demikian, pengetahuan responden tentang stunting saat hamil dan melahirkan masih rendah, serta</p>

			mereka masih mempercayai aspek sosial dan budaya saat hamil dan melahirkan.
(Kartika Siwie et al., 2021)	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui berbagai faktor yang memengaruhi terjadinya perkawinan anak dan untuk mengetahui upaya-upaya yang dilakukan oleh dinas DP3AKB agar perkawinan anak tidak terjadi lagi yang sesuai dengan ketentuan dalam UU No. 16 Tahun 2019 tentang perkawinan di Kabupaten Bojonegoro	Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019 tentang Perkawinan di Kabupaten Bojonegoro sudah berjalan cukup lancar, meskipun ada beberapa faktor yang membuat implementasi belum begitu efektif. Beberapa hal yang menyebabkan terjadinya perkawinan dini yaitu rendahnya sumber daya seperti kurangnya akses pendidikan, serta kondisi ekonomi yang rendah karena sebagian besar penduduk bekerja sebagai petani. Selain itu, adat, budaya dan stigma masyarakat masih menganggap bahwa menikahkan anak perempuan di usia muda bisa menghindarkan mereka dari menjadi perawan tua. Selama masa pandemi, situasi lockdown dan belajar online juga memengaruhi orang tua untuk mendorong anaknya menikah di usia muda dikarena selama masa pandemi akses berpacaran menjadi lebih terbuka. Selain itu, masih rendahnya pengetahuan masyarakat tentang dampak negatif menikahkan anak di usia yang sangat muda.
(Olajide et al., 2024)	Penelitian ini bertujuan untuk meninjau dan mensintesis bukti tentang praktik makanan berbasis budaya serta sumber informasi gizi pada perempuan hamil dan pasca-persalinan yang berasal dari negara berpenghasilan rendah dan menengah (LMICs) tetapi tinggal di negara berpenghasilan tinggi.	Metode yang digunakan adalah systematic review. Pencarian literatur pada april 2024 di tiga basis data utama: Global Health, CINAHL, dan MEDLINE dengan kata kunci terkait budaya, praktik makanan, kehamilan, imigran, serta klasifikasi negara LMIC dan negara berpenghasilan tinggi. Total 17 studi yang memenuhi kriteria (10 kualitatif dan 7 kuantitatif) kemudian dianalisis dengan pendekatan naratif deskriptif, tanpa meta-analisis karena heterogenitas hasil.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar perempuan migran dari negara berpenghasilan rendah dan menengah tetap mempertahankan praktik makanan tradisional selama kehamilan dan masa postpartum, termasuk pantangan terhadap makanan bergizi seperti telur, daging, susu, atau buah tertentu dengan alasan budaya untuk mencegah keguguran, menjaga keseimbangan panas-dingin, serta memastikan kesehatan dan penampilan bayi. Keyakinan mengenai makanan "panas" dan "dingin" mendominasi, di mana kehamilan dianggap sebagai kondisi panas sehingga dianjurkan mengonsumsi makanan dingin, sedangkan masa postpartum dipandang sebagai kondisi dingin yang membutuhkan makanan panas untuk pemulihan tubuh. Sumber informasi gizi utama berasal dari keluarga, khususnya ibu, nenek, dan kerabat dekat yang dinilai lebih dipercaya

		dibanding tenaga kesehatan. Namun, keterbatasan akses terhadap makanan tradisional, proses alkuturasi, dan minimnya dukungan keluarga sering menjadi penghambat dalam mempertahankan praktik tersebut. Secara keseluruhan, praktik budaa ini dapat berdampak pada rendahnya asupan nutrisi ibu hamil yang berimplikasi pada meningkat risiko kehamilan seperti diabetes gestasional, pre-eklampsia, dan persalinan sulit, serta menimbulkan konsekuensi jangka panjang bagi kesehatan anak.	
(Nurbaya et al., 2024)	Penelitian bertujuan untuk menggali pengetahuan tradisional dan praktik makanan tabu pada masyarakat adat Ammatoa Kajang dan kaluppini di Sulawesi Selatan yang berkaitan dengan kesehatan ibu hamil dan menyusui.	Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan purposive sampling, menggunakan wawancara mendalam terhadap 58 ibu dan fgd dengan 48 ibu serta triangulasi dengan tokoh adat, bidan, dan dukun anak. Analisis dilakukan dengan proses coding, kategorisasi, dan pembentukan tema menggunakan dedoose.	Hasil pada penelitian menunjukkan kedua komunitas masih mempraktikkan tabu makanan bagi ibu hamil dan menyusui, misalnya larangan mengonsumsi bunga pisang, buah asam, bayam air, sayuran bersantan, serta udang dan cumi. Keyakinan ini didasari pada anggapan bahwa makanan tersebut bisa menyebabkan bayi lahir kecil, keguguran, tulang lunak, hingga diare pada bayi. Akibatnya, ibu kehilangan akses pada makanan bergizi yang penting untuk kehamilan dan masa laktasi, sehingga berisiko mengganggu status gizi ibu dan anak.
(Laksono & Wulandari, 2021)	Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pantangan makanan pada suku muyu di Papua, khususnya terkait kehamilan, menyusui, serta ritual adat yang berkaitan dengan sistem kepercayaan magis-religius.	Penelitian ini menggunakan studi kasus etnografis dengan observasi partisipatif, <i>in-depth interview</i> , dan penelusuran dokumen. Peneliti menggunakan teknik sampling <i>snowball</i> sampling terhadap sekitar 40 informan yang meliputi tokoh adat, tokoh agama, ibu rumah tangga, remaja, pekerja pendatang dan masyarakat yang tinggal di tengah komunitas selama dua bulan untuk live in.	Hasil pada penelitian ini menunjukkan suku muyu memiliki pantangan makanan yang luas, berlaku bagi laki-laki, perempuan, dan anak-anak. Untuk ibu hamil, tabu meliputi ikan sembilang, kurakura, buaya, kaluang, burung kasuari dan telurnya, kuskus, ular, hingga beberapa jenis sayuran seperti pandan, mentimun, dan kacang panjang. Pantangan ini diyakini dapat mempengaruhi fisik atau kondisi bayi, misalnya lahir dengan kepala besar, bisu, sulit keluar dari kandungan, atau sakit. Kepercayaan tersebut membatasi asupan gizi ibu hamil dan menyusui, yang berujung dengan naiknya potensi kekurangan gizi dan berdampak pada status gizi ibu hamil.

## PEMBAHASAN

Budaya patriarki memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pola asuh, distribusi pangan dalam keluarga, serta kondisi gizi ibu dan anak. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Triratnawati & Yuniati, 2023), praktik patriarki di Desa Labotan ditandai dengan pembagian makanan yang tidak adil, di mana suami diutamakan dalam memperoleh makanan bergizi,

sedangkan istri dan anak hanya mendapatkan sisa. Ketidakadilan ini memperparah masalah gizi keluarga, terlebih ketika perempuan juga memikul peran ganda sebagai pekerja sekaligus pengasuh. Beban ganda tersebut membatasi waktu untuk pengasuhan dan berdampak pada kualitas pemenuhan gizi anak, yang pada akhirnya meningkatkan risiko stunting. Kondisi ini sejalan dengan konsep *time-income trade-off* di mana meningkatnya partisipasi kerja ibu justru menurunkan intensitas perawatan anak, termasuk pemberian makan, pemantauan gizi, dan stimulasi tumbuh kembang. Temuan serupa dilaporkan di Indonesia dan negara berkembang lain, menunjukkan hubungan negatif antara partisipasi kerja ibu di sektor informal dengan pertumbuhan linier anak (Kyanjo et al., 2025). Penelitian lain juga menegaskan bahwa keterlibatan ibu dalam pekerjaan agraris sering kali berdampak pada penurunan kualitas pola asuh dan konsumsi pangan anak, meskipun peningkatan pendapatan rumah tangga dapat sedikit mengompensasi risiko tersebut (Debela et al., 2021).

Lebih jauh, angapan bahwa peran pengasuhan, kehamilan, dan pemenuhan kebutuhan anak sepenuhnya merupakan tanggung jawab ibu rumah tangga memperkuat dominasi laki-laki dalam pengambilan keputusan, termasuk dalam pengelolaan pangan keluarga. Padahal, dalam perspektif kesehatan masyarakat, peran ayah dapat berupa keterlibatan langsung dalam pengasuhan, pemberian makanan, pengambilan keputusan terkait makanan sehat yang dibeli, serta pemberian waktu luang bagi ibu agar dapat fokus menyusui atau menyiapkan makanan bergizi. Keterlibatan ini penting karena penelitian menunjukkan bahwa pola pengasuhan yang responsif dari kedua orang tua terhubung dengan status gizi anak yang lebih baik, baik dalam mencegah stunting maupun obesitas. (Savci & Yalcin, 2025) menegaskan bahwa gaya pengasuhan yang kurang responsif dapat meningkatkan risiko salah persepsi terhadap kebutuhan gizi anak, sementara studi yang dilakukan oleh (Atika & Dedy, 2025) membuktikan bahwa praktik *modeling* dan *environment control* dalam pengasuhan berpengaruh signifikan terhadap status gizi anak sekolah. Studi lain oleh Prasetya et al. (2019) menegaskan bahwa keterlibatan ayah dalam praktik pemberian makanan pada anak terbukti meningkatkan asupan gizi harian dan kualitas pola asuh gizi keluarga. Oleh karena itu, pemberdayaan peran ayah dalam pengasuhan berbasis kesetaraan gender menjadi strategi penting dalam upaya pencegahan stunting.

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul "Penanganan Stunting Dalam Budaya Patriarki: Analisis Gender Program Gerobak Cinta di Kabupaten Flores Timur" dari (Palan Peten et al., 2023), budaya patriarki yang masih kuat di wilayah tersebut menyebabkan ketimpangan peran antara laki-laki dan perempuan, khususnya dalam pola asuh anak, pola makan keluarga, serta pengelolaan sumber daya pangan. Laki-laki memegang kendali atas akses dan pengambilan keputusan terkait pangan bergizi, sehingga ibu dan anak sering kali tidak mendapatkan porsi gizi yang mencukupi. Hal ini diperkuat oleh temuan (Lolan & Sutriyawan, 2023), yang menunjukkan bahwa budaya Patriarki di Masyarakat Lamaholot (Flores Timur) memiliki hubungan signifikan terhadap kejadian stunting pada balita, dengan nilai p-value sebesar 0,017. Padahal, sebagaimana disampaikan (Al adawiyah & Priyanti, 2021), peran ayah seharusnya tidak hanya terbatas sebagai pencari nafkah, melainkan juga turut terlibat dalam perkembangan sosial dan pemenuhan kebutuhan dasar anak, termasuk gizi anak. Studi longitudinal menunjukkan bahwa interaksi ayah yang sensitif terhadap anak membentuk pola regulasi hormon stres, khususnya menurunkan kortisol anak, sementara pengasuhan negatif justru meningkatkan respon kortisol (Mills-Koonce et al., 2011). Penurunan kortisol amat penting karena hormon ini jika berlebihan dapat menghambat pertumbuhan anak dengan menekan kerja *Insulin-like Growth factor-1* (IGF-1) yang vital dalam proliferasi sel dan pembentukan tulang. Selain itu, tinjauan sistematis menunjukkan bahwa keterlibatan ayah juga mengatur respon hormonal dan aktivitas saraf induktif, termasuk sistem oksitosin dan proklatin yang dikenal mendukung ikatan dan pengaturan emosional yang pada akhirnya turut mempengaruhi konsumsi makanan dan metabolisme anak (Giannotti et al., 2022). Dengan demikian, peran ayah yang aktif bukan hanya mitigasi terhadap *overnutrition* atau *undernutrition* melalui perilaku, namun juga untuk

memperkuat sistem hormonal anak agar nutrisi yang diterima dapat dimanfaatkan secara optimal.

Fenomena budaya patriarki yang menempatkan perempuan dalam posisi subordinat tidak hanya berdampak pada anak, tetapi juga berimplikasi serius terhadap status gizi ibu. Ketika perempuan memiliki beban ganda yaitu bekerja di luar rumah sambil tetap memikul tanggung jawab utama dalam rumah tangga, waktu dan energinya menjadi terbatas untuk memenuhi kebutuhan gizi dirinya sendiri. Hal ini berisiko menyebabkan beban gizi ganda, yaitu kondisi dimana seseorang mengalami kelebihan energi (*overnutrition*) namun kekurangan mikronutrien penting seperti zat besi, asam folat, atau kalsium. Pada ibu hamil, kondisi ini sangat berbahaya karena dapat menghambat pertumbuhan janin, menurunkan kualitas ASI, dan meningkatkan risiko stunting pada anak. Dalam keluarga dengan dominasi laki-laki, perempuan kerap tidak memiliki kendali atas pemilihan makanan, sehingga asupan pangan bergizi seimbang menjadi terbatas. Penelitian di Rwanda menunjukkan bahwa struktur patriarki dalam rumah tangga berhubungan dengan meningkatnya prevalensi stunting, karena perempuan tidak memiliki kuasa dalam menentukan konsumsi makanan bergizi untuk keluarga (Utumatwshima et al., 2024). Hal ini sejalan dengan temuan (Peten et al., 2023) yang menyoroti bahwa dalam budaya patriarki, akses dan kontrol atas sumber pangan masih didominasi laki-laki, sehingga perempuan cenderung tersisih dari pengambilan keputusan. Faktor tambahan seperti beban kerja yang tinggi, konsumsi makanan instan karena keterbatasan waktu, serta rendahnya literasi gizi turut memperburuk kerentanan ini. Oleh karena itu, penanganan stunting perlu disertai strategi pengurangan beban gizi ganda pada ibu melalui edukasi gizi, keterlibatan suami dalam perencanaan konsumsi keluarga, serta penguatan dukungan sosial, yang sejalan dengan pendekatan gizi sensitif berbasis keluarga.

Dominasi laki-laki dalam pengendalian pangan keluarga turut mendorong terjadinya beban gizi ganda, terutama pada perempuan. Dalam keluarga patriarkal, perempuan sering kali memiliki keterbatasan dalam memilih makanan sehat, sehingga berisiko mengalami defisiensi mikronutrien meskipun mengonsumsi makanan tinggi kalori. Kondisi ini menjelaskan mengapa ibu dapat mengalami obesitas yang disertai kekurangan zat gizi esensial, sementara anak tetap berisiko mengalami stunting akibat kurang gizi kronis. Fenomena ini sejalan dengan hasil tinjauan di negara dengan pendapatan rendah dan sedang yang menemukan tingginya prevalensi malnutrisi ganda pada perempuan dan anak dalam konteks ketidaksetaraan gender (Alem et al., 2023).

Berdasarkan hasil penelitian dari (Wotok et al., 2024) yang berjudul "Budaya Neno Bo'ha terhadap Kejadian Stunting di Desa Oekiu, Kabupaten Timor Tengah Selatan", ditemukan bahwa praktik budaya lokal yang masih kuat dipertahankan, seperti panggang (*se'i*), *tatobi* (kompres panas), dan berbagai pantangan makanan bagi ibu pascamelahirkan, berdampak negatif terhadap status gizi ibu dan anak. Tradisi ini diwariskan secara turun-temurun dan diyakini dapat mempercepat pemulihan pasca persalinan, namun secara medis justru berisiko mengganggu kesehatan ibu dan membatasi asupan nutrisi yang dibutuhkan. Ibu yang menjalani budaya Neno Bo'ha hanya diperbolehkan mengonsumsi makanan tertentu seperti jagung bose, padahal pangan ini meski tinggi karbohidrat, miskin protein berkualitas serta zat gizi mikro penting seperti zat besi, zinc, folat, dan vitamin B12, bahkan kandungan fitat di dalamnya dapat menghambat penyerapan dari mineral. Kondisi ini meningkatkan risiko anemia dan kekurangan gizi pada ibu hamil yang pada akhirnya berdampak pada hambatan pertumbuhan janin dan risiko stunting pada anak. Dampaknya, produksi ASI menjadi terganggu dan kebutuhan gizi bayi tidak tercukupi, yang pada akhirnya meningkatkan risiko stunting. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi pencegahan stunting di wilayah adat seperti Desa oekiu perlu memperhatikan aspek sosial budaya lokal yang berpengaruh terhadap praktik pengasuhan dan konsumsi pangan

(González-Fernández et al., 2024). Sejalan dengan temuan tersebut, penelitian yang dilakukan oleh (Hermayani et al., 2021) yang berjudul "Kejadian Stunting Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Gedongtataan kabupaten Pesawaran tahun 2020" juga menemukan bahwa masih terdapat kepercayaan atau pantangan yang dianut oleh ibu hamil maupun ibu pada masa nifas dengan alasan menjaga kesehatan ibu dan bayi. Misalnya, tidak diperbolehkan mengonsumsi pisang ambon, hanya diperbolehkan makan sayuran dalam jumlah banyak, serta diminta mengurangi konsumsi makanan beraroma amis seperti telur, yang jelas bertentangan dengan prinsip ilmu gizi. Penelitian ini diperkuat oleh (Suwandewi et al., 2024) yang menunjukkan bahwa ibu hamil dari suku banjar dilarang mengonsumsi buah dan makanan berprotein hewani seperti ikan saluang, ikan gabus, kepiting, telur, dan sayur rebung, serta hanya diperbolehkan makan tahu, tempe, bayam, atau daun katu. Sementara itu, pada masyarakat Suku Dayak, ibu nifas dibatasi hanya boleh makan nasi tanpa lauk tambahan dan hanya satu kali dalam sehari.

Pembatasan ini berdampak serius terhadap asupan gizi ibu, yang seharusnya mendapatkan pola makan seimbang yang kaya akan makronutrien (karbohidrat, protein, lemak sehat) serta mikronutrien seperti zat besi, asam folat, kalsium, vitamin A, dan yodium. Nutrisi tersebut sangat penting tidak hanya untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin dan anak secara optimal, tetapi juga untuk mencegah beban gizi ganda, yaitu kondisi dimana ibu mengalami kelebihan energi namun tetap kekurangan zat gizi penting. Kekurangan protein dan mikronutrien dapat menyebabkan gangguan pada sistem imun dan pertumbuhan anak, sementara kelebihan karbohidrat tanpa keseimbangan nutrisi lainnya meningkatkan risiko obesitas pada ibu. Oleh karena itu, praktik pantangan makanan berbasis budaya seperti ini perlu dikaji ulang secara kritis, agar intervensi gizi dapat dilakukan dengan tetap menghormati nilai lokal namun tidak mengorbankan kesehatan ibu dan anak (Hafiza et al., 2025).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Kartika Siwie et al., 2021) yang berjudul "Implementasi Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019 Tentang Perkawinan (Studi Kasus Perkawinan Anak di Kabupaten Bojonegoro)". Didapatkan bahwa faktor penyebab pernikahan dini di Kabupaten Bojonegoro yaitu adanya pengaruh rendahnya S di Kabupaten Bojonegoro. Penelitian ini didukung oleh penelitian (Khaerani, 2019) yang menjelaskan bahwa Pernikahan yang belum matang akan menimbulkan dampak buruk baik dari sisi kesehatan, psikologis maupun sosial pada pihak perempuan seperti risiko terjadinya abortus atau keguguran, dikarenakan secara fisiologis rahim pada usia remaja belum cukup sempurna. Apabila pada saat remaja dan saat kehamilan seseorang ibu mengalami kekurangan nutrisi dapat berdampak negatif pada kondisi gizi anak yang dilahirkan (Martony, 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Azza et al., 2022) dengan judul "Pernikahan Dini Dalam perspektif Budaya dan Kesehatan (Studi Kasus pada masyarakat Madura-Jember)" ditemukan bahwa di wilayah Jember-Madura masih ada permasalahan pernikahan dini. Pernikahan tersebut dilakukan sebagai bentuk ketaatan anak kepada orang tua dan mencegah terjadinya dosa. Pernikahan ini juga dilakukan sesuai dengan adat yang dianut oleh masyarakat setempat. Selain itu, pernikahan ini juga merupakan suatu perjanjian antara laki-laki dan perempuan yang dilakukan sesuai dengan ketentuan hukum dan ajaran agama yang berlaku. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Lubis & Nurwati, 2021) yang menunjukkan bahwa masih banyak orang tua yang belum mengetahui mengenai bagaimana cara mendidik anak, termasuk dalam hal pemenuhan kebutuhan gizi sehingga berimplikasi pada munculnya beban gizi ganda dalam rumah tangga. Rendahnya literasi gizi orang tua mendorong pola pengasuhan dan konsumsi yang tidak seimbang yaitu orang dewasa kerap mengalami kelebihan asupan energi hingga obesitas, sementara anak justru mengalami kekurangan gizi kronis seperti stunting. Fenomena ini dibuktikan di Indonesia, misalnya pada rumah tangga miskin perkotaan di mana prevalensi ibu dengan obesitas dan anak stunting mencapai 27,5% (Lowe et al., 2021), kondisi tersebut menegaskan bahwa celah pengetahuan orang tua bukan hanya menyangkut pola asuh secara umum, tetapi juga menjadi faktor penting yang memperkuat risiko terjadinya beban gizi ganda di tingkat keluarga.

## KESIMPULAN

Kajian ini menegaskan bahwa beban gizi ganda pada ibu hamil merupakan konsekuensi langsung dari patriarki budaya, adat, dan tradisi yang tidak selaras dengan prinsip gizi seimbang. Budaya patriarki mendorong terjadinya ketidakadilan distribusi pangan dalam keluarga, membatasi peran perempuan dalam pengambilan keputusan gizi, dan menempatkan ibu pada kondisi rentan terhadap defisiensi mikronutrien meskipun mengalami kelebihan asupan energi. Praktik pantangan makanan selama masa kehamilan dan masa nifas memperburuk risiko ini karena konsumsi protein dan zat gizi esensial. Selain itu, pernikahan dini dan rendahnya literasi gizi orang tua memperkuat siklus malnutrisi antar generasi, yang ditandai dengan kombinasi ibu obesitas sekaligus kekurangan gizi mikro serta anak yang mengalami stunting. Dengan demikian, beban gizi ganda harus dipandang sebagai masalah multidimensi yang berakar pada faktor sosial budaya. Upaya pencegahan tidak cukup hanya melalui intervensi medis, tetapi memerlukan pendekatan gizi sensitif berbasis keluarga dengan edukasi gizi, penguatan kesetaraan gender, serta keterlibatan ayah dalam pola asuh untuk memutus rantai beban gizi ganda pada ibu hamil dan anak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al adawiyah, R., & Priyanti, N. (2021). Pengaruh Peran Ayah Terhadap Adaptasi Sosial Pada Anak Usia Dini Di Yayasan Nurmala Hati Jakarta Timur. *As-Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 165–178. <https://doi.org/10.32678/assibyan.v6i2.9848>
- Alem, A. Z., Yeshaw, Y., Liyew, A. M., Tessema, Z. T., Worku, M. G., Tessema, G. A., Alamneh, T. S., Teshale, A. B., Chilot, D., & Ayalew, H. G. (2023). Double burden of malnutrition and its associated factors among women in low and middle income countries: findings from 52 nationally representative data. *BMC Public Health*, 23(1), 1–16. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-16045-4>
- Atika, N., & Dedy, P. (2025). Analysis of Parenting Patterns and Parental Feeding Practices and Their Impact on the Nutritional Status of School-Aged Children. *International Journal of Care Scholars*, 8(1 SE-Articles), 17–24. <https://doi.org/10.31436/ijcs.v8i1.411>
- Debela, B. L., Gehrke, E., & Qaim, M. (2021). Links between Maternal Employment and Child Nutrition in Rural Tanzania. *American Journal of Agricultural Economics*, 103(3), 812–830. <https://doi.org/10.1111/ajae.12113>
- Giannotti, M., Gemignani, M., Rigo, P., Venuti, P., & De Falco, S. (2022). The Role of Paternal Involvement on Behavioral Sensitive Responses and Neurobiological Activations in Fathers: A Systematic Review. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 16(March). <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2022.820884>
- González-Fernández, D., Muralidharan, O., Neves, P. A., & Bhutta, Z. A. (2024). Associations of Maternal Nutritional Status and Supplementation with Fetal, Newborn, and Infant Outcomes in Low-Income and Middle-Income Settings: An Overview of Reviews. *Nutrients*, 16(21). <https://doi.org/10.3390/nu16213725>
- Hafiza, J., Farisni, T. N., & Muliadi, T. M. (2025). Hubungan Pantangan Makanan Dan Budaya Selama Kehamilan Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 0-59 Bulan Di Desa Koto Menggamat. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(1), 1168–1175. <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i1.40899>
- Hermayani, I., Sary, L., & Angelina, C. (2021). Kejadian Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Gedongtataan Kabupaten Pesawaran Tahun 2020. *Jurnal Maternitas Aisyah*, 213–225.
- Kementerian Kesehatan. (2020). Promotif Preventive Bentuk SDM Unggul Indonesia Maju 2045. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). SKI 2023 DALAM ANGKA KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA.
- Khaerani, S. N. (2019). Faktor Ekonomi Dalam Pernikahan Dini Pada Masyarakat Sasak Lombok. *Qawwam*, 13(1), 1–13. <https://doi.org/10.20414/qawwam.v13i1.1619>

- Kyanjo, J. L., Turinawe, A., Hörnell, A., & Lindvall, K. (2025). Balancing maternal employment and child nutrition and health: a grounded theory study of rural communities in Northeastern Uganda. *BMC Public Health*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-025-21978-z>
- Laksono, A. D., & Wulandari, R. D. (2021). Pantangan Makanan pada Suku Muyu di Papua. *Amerta Nutrition*, 5(3), 251. <https://doi.org/10.20473/amnt.v5i3.2021.251-259>
- Lowe, C., Kelly, M., Sarma, H., Richardson, A., Kurscheid, J. M., Laksono, B., Amaral, S., Stewart, D., & Gray, D. J. (2021). The double burden of malnutrition and dietary patterns in rural Central Java, Indonesia. *The Lancet Regional Health - Western Pacific*, 14, 100205. <https://doi.org/10.1016/j.lanwpc.2021.100205>
- Lubis, Z. H., & Nurwati, R. N. (2021). Pengaruh Pernikahan Usia Dini Terhadap Pola Asuh Orang Tua. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(3), 459. <https://doi.org/10.24198/jppm.v7i3.28200>
- Martony, O. (2023). STUNTING DI INDONESIA: TANTANGAN DAN SOLUSI DI ERA MODERN. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 1734–1745.
- Mills-Koonce, W. R., Garrett-Peters, P., Barnett, M., Granger, D. A., Blair, C., & Cox, M. J. (2011). Father Contributions to Cortisol Responses in Infancy and Toddlerhood. *Developmental Psychology*, 47(2), 388–395. <https://doi.org/10.1037/a0021066>
- Nurbaya, N., Hapzah, H., Najdah, N., Yudianti, Y., Juhartini, J., & Nurcahyani, I. D. (2024). Food Taboo for Pregnant and Lactating Mothers: A Study among Two Indigenous Peoples in South Sulawesi. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 9(3), 413. <https://doi.org/10.30867/action.v9i3.1698>
- Olajide, B. R., van der Pligt, P., & McKay, F. H. (2024). Cultural food practices and sources of nutrition information among pregnant and postpartum migrant women from low- and middle-income countries residing in high income countries: A systematic review. *PLoS ONE*, 19(5 May). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0303185>
- Peten, Y. Y. P., Lamawuran, Y. D., & L, P. A. K. (2023). Penanganan Stunting dalam Budaya Patriarki : Analisis Gender Program Gerobak Cinta di Kabupaten Flores Timur Pendahuluan Stunting didefinisikan WHO sebagai gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang , yan. *Trias Politika*, 7(2), 262–281.
- Savcı, R. G., & Yalçın, S. S. (2025). Maternal Perception and Childhood Overweight: Examining Parenting Styles and Eating Behaviors Among Preschoolers: A Cross-Sectional Study from Samsun, Türkiye. *Nutrients*, 17(1), 1–19. <https://doi.org/10.3390/nu17010195>
- Sekarayu, S., & Nurwati, N. (2021). Dampak Pernikahan Usia Dini Pada Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Pengabdian Dan Penelitian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(1), 37–45. <https://doi.org/10.36656/jpmph.v1i3.707>
- Suwandewi, A., Azidin, Y., Khalilati, N., Aprilia, H., Daud, I., Salamiah, D., Studi, P. S., Keperawatan dan Ilmu Kesehatan, F., & Muhammadiyah Banjarmasin, U. (2024). Hubungan Pola Asuh Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Pencegahan Stunting Pada Balita Di Posyandu Tunas Segar 4 Kelurahan Kelayan Selatan. *Jurnal Of Nursing Invention*, 5(2), 119–129. <https://doi.org/10.33859/jni.v5i2.676>
- Utumatzushima, J. N., Mogren, I., Umubyeyi, A., Mansourian, A., & Krantz, G. (2024). How do household living conditions and gender-related decision-making influence child stunting in Rwanda? A population-based study. *PLoS ONE*, 19(3 March), 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0290919>
- World Health Organization. (2021). Stunting Prevalence Among Children Under 5 Years of Age. World Health Organization.