

Review Article

Tinjauan Literatur: Faktor Penyebab Beban Gizi Ganda pada Berbagai Kelompok Usia di Wilayah Urbanisasi

Nazwa Aulia^{1*}, Putri Zakiyatun Nufus², Rara Ayuning Prameswari³, Septa Indra Puspikawati⁴

¹Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan Kedokteran dan Ilmu Alam, Universitas Airlangga

*Corresponding e-mail: nazwa.aulia-2022@fikkia.unair.ac.id

Abstrak

Pendahuluan: Pertumbuhan urbanisasi yang pesat di seluruh dunia telah membawa dampak signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk kesehatan masyarakat. Salah satu permasalahan kesehatan yang muncul akibat urbanisasi adalah beban gizi ganda, yaitu kondisi di mana kekurangan dan kelebihan gizi terjadi secara bersamaan dalam satu populasi atau bahkan dalam satu individu. **Tujuan:** untuk menganalisis faktor-faktor yang berkontribusi terhadap beban gizi ganda di daerah urbanisasi. **Metode:** Metode yang digunakan yaitu tinjauan literatur dengan menganalisis 6 artikel yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi tertentu. Pencarian artikel dilakukan menggunakan *database* Google Scholar dengan rentang waktu 2020-2025. **Hasil:** Hasil literatur menunjukkan bahwa faktor sosial ekonomi, perubahan pola konsumsi, kurangnya aktivitas fisik, serta ketidakamanan pangan berperan dalam meningkatnya prevalensi beban gizi ganda. Selain itu, pendidikan dan pengetahuan gizi ibu memiliki dampak signifikan terhadap status gizi keluarga. Dengan memahami faktor-faktor penyebabnya, diharapkan strategi intervensi yang efektif dapat dirumuskan untuk mengatasi tantangan gizi di lingkungan urban.

Kata Kunci: Beban gizi ganda, Faktor, Indonesia, Urbanisasi

Literature Review: Factors Contributing to the Double Burden of Malnutrition Across Age Groups in Urbanized Areas

Abstract

Background: The rapid growth of urbanization around the world has had a significant impact on various aspects of life, including public health. One of the health problems that arise due to urbanization is the double burden of nutrition, a condition in which undernutrition and overnutrition occur simultaneously in a population or even in a single individual. **Objective:** to analyze the factors that contribute to the double nutritional burden in urban areas. **Method:** The method used is a literature review by analyzing 6 articles selected based on certain inclusion criteria. The article search was carried out using the Google Scholar database with a time span of 2020-2025. The results of the literature show that socio-economic factors, changes in consumption patterns, lack of physical activity, and food insecurity play a role in the increasing prevalence of double nutritional burden. **Conclusion:** In addition, maternal education and nutritional knowledge have a significant impact on family nutritional status. By understanding the causal factors, it is hoped that effective intervention strategies can be formulated to address nutritional challenges in urban environment

Keywords: Double burden of malnutrition, Factor, Indonesia, Urbanization

ARTICLE HISTORY:

Received 06-06-2025

Revised 12-06-2025

Accepted 17-06-2025

PENDAHULUAN

Pertumbuhan urbanisasi yang pesat di seluruh dunia telah membawa dampak signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk kesehatan masyarakat. Salah satu permasalahan kesehatan yang muncul akibat urbanisasi adalah beban gizi ganda, yaitu kondisi di mana kekurangan dan kelebihan gizi terjadi secara bersamaan dalam satu populasi atau bahkan dalam satu individu (Kesehatan et al., 2022). Fenomena ini tidak hanya terjadi di negara berkembang, tetapi juga mulai menjadi perhatian di negara maju (Astuti et al., 2020).

Di wilayah perkotaan, perubahan pola konsumsi makanan seringkali mengikuti tren urbanisasi, di mana masyarakat cenderung mengadopsi pola makan tinggi kalori, lemak, dan gula, namun rendah serat dan mikronutrien penting (Sudargo, T., Freitag, H., Kusmayanti, N. A., & Rosiyani, 2018). Sementara itu, kelompok masyarakat berpendapatan rendah seringkali menghadapi kesulitan dalam memenuhi kebutuhan gizi dasar mereka, sehingga rentan terhadap kekurangan gizi (Septiyanti & Seniwati, 2020). Kondisi ini diperparah oleh kurangnya akses terhadap makanan bergizi dan lingkungan permukiman yang layak, yang pada akhirnya meningkatkan risiko obesitas, penyakit tidak menular, serta stunting dan anemia (Rosmiati et al., 2023).

Perubahan gaya hidup masyarakat perkotaan yang cenderung sedentari atau kurang aktif juga berkontribusi terhadap beban gizi ganda. Tekanan pekerjaan dan rutinitas harian yang padat mengganggu pola makan, sementara kemajuan teknologi dan transportasi mengurangi aktivitas fisik masyarakat (Endang et al., 2010). Selain itu, urbanisasi membawa dampak psikososial seperti tekanan emosional dan keuangan yang dapat mempengaruhi kebiasaan makan seseorang. Lingkungan ini menjadi rentan terhadap masalah gizi ganda pada anak-anak dan dewasa ketika faktor-faktor tersebut saling berinteraksi (Septiyanti & Seniwati, 2020).

Salah satu dampak nyata dari beban gizi ganda adalah meningkatnya prevalensi stunting. Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak-anak di bawah usia lima tahun akibat kekurangan gizi kronis dan seringnya terkena penyakit infeksi. Stunting menyebabkan tinggi badan anak lebih pendek dibandingkan rata-rata anak seusianya dan memiliki dampak jangka panjang terhadap perkembangan kognitif dan produktivitas di masa depan (Siswati et al., 2020).

Di sisi lain, peningkatan prevalensi stunting seringkali terjadi bersamaan dengan meningkatnya kasus obesitas pada orang dewasa, khususnya di wilayah perkotaan. Obesitas merupakan penumpukan lemak tubuh secara berlebihan akibat ketidakseimbangan antara asupan energi dan pengeluarannya dalam jangka waktu lama. Kondisi ini meningkatkan risiko penyakit kronis seperti diabetes tipe 2, hipertensi, dan penyakit jantung (Safitri & Rahayu, 2020).

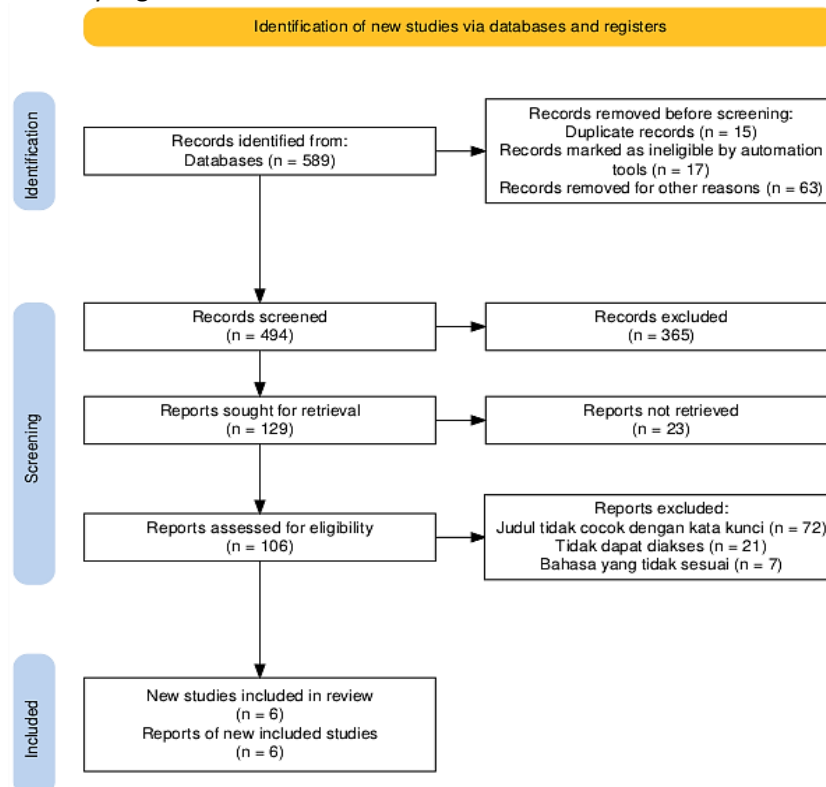
Urbanisasi juga memunculkan fenomena beban gizi ganda pada tingkat rumah tangga, di mana dalam satu keluarga terdapat anggota yang mengalami kekurangan gizi dan kelebihan gizi secara bersamaan. Hal ini mencerminkan ketimpangan akses pangan, ketidakseimbangan pengetahuan gizi, serta pola makan yang tidak seragam di dalam satu rumah tangga (Hamzah, 2023). Ketimpangan ini menjadi tantangan besar bagi pemerintah dan masyarakat dalam membangun intervensi gizi yang tepat sasaran (ROSALINI et al., 2024).

Mengingat kompleksitas permasalahan ini, penting untuk melakukan tinjauan literatur yang mendalam guna memahami penyebab beban gizi ganda di daerah urbanisasi. Dengan mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi, diharapkan dapat dirumuskan strategi intervensi yang efektif untuk mengatasi masalah ini. Tujuan dari artikel ini adalah untuk menganalisis berbagai studi yang berkaitan dengan status gizi ganda di wilayah urbanisasi, serta memberikan saran untuk kebijakan dan program yang dapat diterapkan guna meningkatkan status gizi masyarakat di tengah tantangan yang semakin meningkat di masyarakat urban.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini dibuat menggunakan metode tinjauan literatur untuk menganalisis faktor penyebab beban gizi ganda di daerah urbanisasi. Tinjauan literatur merupakan jenis penelitian yang dilakukan dengan cara membaca, meninjau, menganalisis, dan menggabungkan informasi - informasi yang relevan dari berbagai sumber ilmiah terkait dengan topik penelitian. Artikel-artikel diambil menggunakan basis data Google Scholar. Kata kunci yang digunakan yaitu "double burden of malnutrition" OR "beban gizi ganda" AND "urbanization" OR "urbanisasi" AND "Indonesia".

Pencarian artikel menggunakan metode Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analyses (PRISMA) 2020 sebagai panduan sistematis untuk seleksi literatur (Page et al., 2021). Pemilihan artikel ditentukan dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi yang digunakan yaitu artikel-artikel yang dipublikasikan pada jurnal nasional dengan tahun terbit 2020 - 2025, menggunakan metode penelitian kuantitatif dan metode campuran, akses terbuka untuk umum, serta menggunakan bahasa Indonesia dan Inggris. Kriteria eksklusinya yaitu artikel yang diterbitkan sebelum tahun 2020, skripsi, tidak sesuai dengan kata kunci, tidak sesuai dengan judul, dan tidak dapat diakses. Dari total 589 artikel publikasi yang diidentifikasi melalui pencarian menggunakan kata kunci di database, sebanyak 6 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan.



Gambar 1. SLR dengan Metode Prisma

Sumber: Diolah oleh penulis (2025)

HASIL

Setelah peneliti melakukan pencarian artikel di database menggunakan kata kunci yang telah ditentukan ditemukan artikel. Kemudian peneliti mencari artikel yang sesuai kriteria kelayakan yang telah didefinisikan sebelumnya. Tersisa 6 artikel yang sesuai dan dapat digunakan sebagai literature review pada penelitian ini. Hasil yang diperoleh dari literatur review terangkum dalam tabel berikut:

Publikasi	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
(Astuti et al., 2020)	Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi prevalensi dan faktor-faktor yang berhubungan dengan masalah gizi ganda di keluarga-keluarga di Indonesia. Penelitian ini juga ingin mengeksplorasi dampak dari faktor-faktor demografis seperti usia ibu, pendidikan ibu, jumlah anak, dan ukuran rumah tangga terhadap status gizi keluarga.	Penelitian ini menggunakan data dari Survei Kehidupan Keluarga Indonesia (IFLS) tahun 2014, yang merupakan data nasional yang besar. Metode analisis yang digunakan mencakup analisis statistik untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel-variabel yang diteliti dan prevalensi masalah gizi ganda. Penelitian ini juga mencatat prevalensi gizi ganda di berbagai wilayah di Indonesia, termasuk Kalimantan dan Indonesia bagian timur.	Hasil penelitian menunjukkan sekitar 8,27% keluarga di Indonesia mengalami masalah gizi ganda. Penelitian ini menegaskan bahwa faktor demografis dan sosial ekonomi, seperti pendidikan dan jumlah anggota keluarga, memiliki dampak signifikan terhadap fenomena beban gizi ganda di Indonesia. Pertama, usia ibu memiliki hubungan signifikan dengan fenomena ini, di mana p-value yang diperoleh adalah 0,001, menunjukkan bahwa usia ibu dapat mempengaruhi status gizi anggota keluarga. Selain itu, pendidikan ibu juga berperan penting, dengan p-value 0,022, yang menunjukkan bahwa tingkat pendidikan yang lebih tinggi dapat meningkatkan pemahaman tentang gizi dan pola makan yang sehat. Jumlah anak dalam keluarga juga berhubungan signifikan dengan beban gizi ganda, dengan p-value 0,001, di mana keluarga dengan lebih banyak anak mungkin mengalami kesulitan dalam distribusi makanan dan pemenuhan kebutuhan gizi. Terakhir, jumlah anggota rumah tangga yang lebih banyak juga berhubungan dengan beban gizi ganda, dengan p-value 0,001, yang dapat mempengaruhi ketahanan pangan dan pola makan dalam keluarga.
(Lestari & Sitaresmi, 2020)	Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan asupan makanan pada balita di daerah perkotaan dan pedesaan di Indonesia, dengan fokus pada pengaruh pendidikan ibu, pekerjaan orang tua, dan akses pangan. Penelitian ini juga ingin menggambarkan dampak dari tempat tinggal terhadap kualitas gizi anak, terutama di provinsi yang mengalami beban gizi ganda.	Penelitian ini menggunakan data sekunder dari Total Diet Study (TDS) 2014, yang mencakup analisis asupan makanan 813 balita di berbagai provinsi dengan tingkat malnutrisi yang signifikan. Metode analisis yang digunakan mencakup perbandingan rata-rata asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat antara balita di daerah perkotaan dan pedesaan, serta pengujian statistik untuk menentukan signifikansi perbedaan tersebut.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban gizi ganda pada balita disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk asupan makanan individu yang berbeda antara daerah perkotaan dan pedesaan. Akses pangan yang dipengaruhi oleh tempat tinggal berkontribusi pada perbedaan asupan makanan. Di daerah perkotaan, asupan energi, protein, dan lemak lebih tinggi dibandingkan dengan pedesaan, sementara asupan karbohidrat justru lebih tinggi di pedesaan. Selain itu, pendidikan orang tua, terutama ibu, juga berperan penting dalam mempengaruhi pengetahuan dan pola asuh anak, yang berdampak pada asupan makanan balita. Faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi beban gizi ganda termasuk status pekerjaan dan ukuran rumah tangga, yang menunjukkan bahwa kondisi ekonomi keluarga juga berpengaruh terhadap kualitas dan kuantitas asupan makanan.

Publikasi	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
(Rachmah et al., 2021)	Tujuan penelitian dari artikel jurnal tersebut adalah untuk mengetahui besarnya beban ganda gizi buruk (DBM) pada masyarakat miskin perkotaan di Indonesia dan menyelidiki prediktornya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya DBM, yang didefinisikan sebagai koeksistensi antara ibu yang kelebihan berat badan/obesitas dan anak yang mengalami stunting dalam satu rumah tangga. Faktor-faktor yang dianalisis meliputi status sosial ekonomi (seperti tingkat pendidikan, pekerjaan, dan pendapatan rumah tangga) serta asupan makronutrien (energi, karbohidrat, protein, dan lemak) baik pada ibu maupun anak. Penelitian ini dilakukan di daerah miskin perkotaan di Surabaya, Indonesia, dengan harapan dapat memberikan wawasan untuk mengembangkan strategi intervensi yang efektif dalam mengatasi masalah gizi ganda tersebut.	Metode penelitian dalam artikel ini menggunakan desain <i>cross-sectional</i> dengan melibatkan 428 ibu yang memiliki anak balita yang dipilih secara acak melalui <i>proportional random sampling</i> dari 16 posyandu di Surabaya, Indonesia. Data dikumpulkan melalui kuesioner terstruktur untuk menilai profil sosial ekonomi (seperti pendidikan, pekerjaan, dan pendapatan), sementara asupan gizi (energi, karbohidrat, protein, dan lemak) diukur menggunakan metode <i>24-hour food recall</i> oleh ahli gizi terlatih. Pengukuran antropometri (berat badan, tinggi badan, dan IMT) dilakukan untuk mengkategorikan status gizi ibu dan anak, dengan stunting anak ditentukan berdasarkan z-score tinggi badan menurut usia (HAZ) menggunakan perangkat lunak WHO Anthro. Analisis data meliputi analisis deskriptif, uji Chi-square, ANOVA, dan regresi logistik untuk mengidentifikasi prediktor beban ganda gizi (DBM), yaitu koeksistensi ibu obesitas dan anak stunting.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa 27,5% rumah tangga di daerah miskin perkotaan Surabaya mengalami beban ganda gizi (DBM), yaitu koeksistensi ibu obesitas dan anak stunting, dengan 12,4% rumah tangga memiliki anak stunting dan ibu berat badan normal, serta 45,6% rumah tangga memiliki ibu obesitas dan anak tinggi badan normal. Faktor sosial ekonomi seperti tingkat pendidikan ibu dan ayah yang rendah, jumlah anak yang lebih banyak, dan pendapatan rumah tangga yang rendah secara signifikan terkait dengan DBM, sementara asupan protein anak yang rendah dan asupan lemak ibu yang tinggi juga berkontribusi terhadap kondisi ini. Analisis regresi logistik mengungkapkan bahwa pendidikan ibu yang rendah (OR = 3,174), pendidikan ayah yang rendah (OR = 2,517), jumlah anak yang lebih banyak (OR = 1,116), pendapatan rumah tangga yang rendah (OR = 2,043), dan asupan protein anak yang rendah (OR = 1,364) merupakan prediktor signifikan DBM. Temuan ini menekankan pentingnya intervensi gizi yang terfokus pada peningkatan asupan protein anak, pengurangan asupan lemak ibu, serta peningkatan pendidikan dan kesadaran gizi di kalangan masyarakat miskin perkotaan.
(Erda et al., 2025)	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengevaluasi faktor-faktor sosiodemografi, perilaku, dan keibuan yang mempengaruhi beban ganda malnutrisi (kekurangan gizi dan kelebihan gizi) pada anak usia sekolah di Batam, Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor risiko yang signifikan terkait dengan status gizi anak, termasuk faktor sosial ekonomi (seperti pendapatan keluarga dan uang saku), faktor perilaku (seperti aktivitas fisik dan kebiasaan makan), serta faktor keluarga (seperti indeks massa tubuh (BMI)	Metode penelitian ini menggunakan desain studi kasus-kontrol yang dilakukan di Batam, Indonesia, selama tiga bulan (November 2023 hingga Januari 2024), dengan fokus pada anak-anak usia 6–12 tahun yang terdaftar di sekolah dasar. Responden dipilih melalui pengambilan sampel acak berstrata dari sekolah dasar negeri, dengan kelompok kasus terdiri dari anak-anak yang mengalami malnutrisi (kekurangan gizi atau kelebihan gizi) dan kelompok kontrol terdiri dari anak-anak dengan status gizi normal. Data dikumpulkan melalui wawancara terstruktur menggunakan kuesioner yang divalidasi,	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara kelompok kasus (anak dengan malnutrisi) dan kelompok kontrol (anak dengan status gizi normal) dalam beberapa faktor. Faktor sosial ekonomi seperti uang saku ($P=0,027$) dan pendapatan keluarga ($P=0,042$) berhubungan signifikan dengan status gizi anak. Faktor perilaku seperti aktivitas sedentary ($P=0,019$) dan kebiasaan makan ($P=0,037$) juga menunjukkan hubungan yang signifikan. Selain itu, faktor keluarga seperti BMI ibu ($P=0,011$), pengetahuan gizi ibu ($P=0,004$), dan pola asuh ($P=0,035$) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap status gizi anak. Analisis multivariat mengidentifikasi bahwa kebiasaan makan yang buruk (aOR: 0,451; 95%CI: 0,225–0,901; $P=0,024$), obesitas kelas II pada ibu

Publikasi	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
	ibu, pengetahuan gizi ibu, dan pola asuh.	penilaian antropometri (berat badan dan tinggi badan), serta informasi tentang karakteristik sosial ekonomi, perilaku, dan keluarga yang dilaporkan oleh orang tua. Penelitian ini juga mempertimbangkan faktor-faktor seperti uang saku, pendapatan keluarga, aktivitas fisik, kebiasaan makan, BMI ibu, pengetahuan gizi ibu, dan pola asuh dalam analisisnya.	(aOR: 0,126; 95%CI: 0,030–0,535; P=0,005), dan pengetahuan gizi ibu yang rendah (aOR: 0,294; 95%CI: 0,124–0,696; P=0,005) merupakan faktor risiko dominan untuk malnutrisi pada anak. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi yang berfokus pada peningkatan kebiasaan makan, pendidikan gizi ibu, dan pengelolaan berat badan ibu dapat efektif dalam mengatasi beban ganda malnutrisi pada anak usia sekolah di lingkungan perkotaan-industri.
(Pratiwi, 2024)	Tujuan penelitian ini adalah untuk menginvestigasi status gizi wanita usia subur (WUS) di Kecamatan Bara-Baraya, Makassar, serta faktor-faktor yang mempengaruhinya, seperti pengetahuan gizi dan kebiasaan makan. Penelitian ini bertujuan untuk memahami hubungan antara faktor-faktor tersebut dengan status gizi pada populasi yang diteliti.	Metode penelitian ini menggunakan pendekatan observasional dengan desain cross-sectional. Penelitian dilakukan di Puskesmas Bara-Baraya, Makassar, selama periode Agustus hingga September 2021. Populasi yang diteliti adalah wanita usia subur (WUS) berusia 16-44 tahun yang tinggal di wilayah Puskesmas tersebut. Sampel diambil menggunakan teknik quota sampling, dan partisipan yang bersedia berpartisipasi diwawancarai serta dilakukan pengukuran antropometri untuk menentukan status gizi mereka. Selain itu, asupan kalori dan protein diukur menggunakan kuesioner recall 24 jam. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Chi Square untuk mengidentifikasi hubungan antara pengetahuan gizi, kebiasaan makan, dan status gizi.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi status gizi di kalangan wanita usia subur (WUS) di Kecamatan Bara-Baraya, Makassar, terdiri dari 8.3% mengalami kekurangan gizi, 46.9% memiliki status gizi normal, dan 44.8% mengalami kelebihan gizi. Temuan ini mencerminkan adanya masalah gizi ganda yang dihadapi oleh populasi tersebut, di mana sebagian besar wanita mengalami kelebihan gizi, yang dapat berkontribusi pada risiko kesehatan jangka panjang seperti obesitas dan penyakit terkait. Penelitian ini juga menemukan adanya hubungan signifikan antara asupan energi ($p=0.032$), keragaman diet ($p=0.025$), pengetahuan gizi ($p=0.029$), dan tingkat pendidikan ($p=0.009$) dengan status gizi wanita usia subur. Temuan ini menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti pengetahuan gizi dan kebiasaan makan berperan penting dalam menentukan status gizi, yang dapat menjadi dasar untuk merancang intervensi gizi yang lebih efektif di masa depan.
(Septiani et al., 2021)	Tujuan penelitian ini adalah untuk membandingkan faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi kurang dan lebih pada wanita usia subur (WUS) di pedesaan Ciampea, Bogor, Jawa Barat. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan informasi dasar mengenai situasi gizi saat ini dan faktor-faktor yang terkait dalam populasi yang berisiko di komunitas pedesaan, serta untuk	Metode penelitian ini adalah studi potong lintang yang dilakukan pada bulan Mei 2015. Penelitian ini melibatkan 575 ibu yang berusia antara 16 hingga 49 tahun dan memiliki anak di bawah dua tahun. Sampel diambil menggunakan teknik purposive random sampling dari 13 desa di Kecamatan Ciampea, Bogor, Jawa Barat. Setiap responden diwawancarai selama 40-50 menit, baik di rumah mereka atau di tempat yang	Hasil penelitian menunjukkan prevalensi malnutrisi ganda pada wanita usia reproduktif (WUS) di Ciampea, Bogor, dengan 10% mengalami underweight, 15.8% overweight, dan 34.2% obesitas. Ketidakamanan pangan ditemukan berhubungan signifikan dengan status gizi; ketidakamanan pangan dengan rasa lapar meningkatkan risiko underweight (AdjOR=3.95) dan menurunkan kemungkinan overweight (AdjOR=0.40). Selain itu, ketidakamanan pangan tanpa rasa lapar terkait dengan rendahnya prevalensi underweight tetapi

Publikasi	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
	mengeksplorasi hubungan antara status ketahanan pangan dan kejadian ganda malnutrisi.	ditentukan. Setelah wawancara, status gizi responden dinilai pada hari yang sama. Kuesioner terstruktur digunakan untuk mengumpulkan data demografis, indeks kekayaan, status ketahanan pangan, penilaian diet, dan pengetahuan gizi. Status ketahanan pangan dinilai menggunakan US-Food Security Survey Module (US-FSSM), dan asupan makanan diukur dengan metode food recall 24 jam.	tingginya overweight, yang mungkin disebabkan oleh kualitas diet yang buruk. Wanita yang lebih muda cenderung mengalami underweight, sedangkan yang lebih tua berisiko lebih tinggi untuk overweight. Tingkat pendidikan juga berpengaruh, di mana pendidikan rendah terkait dengan prevalensi overweight yang lebih tinggi. Meskipun beberapa wanita overweight memiliki pengetahuan gizi yang baik, hal ini tidak menjamin praktik makan yang sehat.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Prevalensi dan Faktor yang Berhubungan dengan Terjadinya Beban Gizi Ganda pada Keluarga di Indonesia” dari (Astuti et al., 2020). Didapatkan bahwa sekitar 8,27% keluarga di Indonesia mengalami masalah beban gizi ganda. Penelitian ini menegaskan bahwa faktor demografis dan sosial ekonomi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap fenomena tersebut. Usia ibu menunjukkan hubungan yang bermakna terhadap beban gizi ganda, dengan nilai p sebesar 0,001, yang mengindikasikan bahwa semakin bertambah usia ibu, semakin besar kemungkinan terjadinya ketidakseimbangan gizi dalam keluarga. Selain itu, tingkat pendidikan ibu juga berperan penting ($p = 0,022$), di mana ibu dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai gizi dan pola makan sehat. Jumlah anak dalam keluarga turut berkontribusi secara signifikan ($p = 0,001$), karena keluarga dengan lebih banyak anak berpotensi menghadapi tantangan dalam mendistribusikan makanan dan memenuhi kebutuhan gizi secara merata. Faktor lain yang berpengaruh adalah jumlah anggota rumah tangga ($p = 0,001$), yang dapat berdampak pada ketahanan pangan dan pola konsumsi dalam keluarga. Temuan ini sejalan dengan studi lain yang menunjukkan bahwa ketidakseimbangan distribusi pangan dan pengetahuan gizi turut memperparah beban gizi ganda di tingkat rumah tangga (Charina et al., 2022). Oleh karena itu, diperlukan intervensi berbasis keluarga yang mempertimbangkan faktor-faktor demografis dan sosial ekonomi untuk mengatasi beban gizi ganda di Indonesia.

Berdasarkan hasil penelitian dari (Lestari et al., 2020) yang berjudul “Perbedaan asupan makan balita di perkotaan dan pedesaan pada provinsi dengan beban gizi ganda”. Didapatkan bahwa beban gizi ganda pada balita disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk perbedaan asupan makanan antara daerah perkotaan dan pedesaan. Akses pangan yang dipengaruhi oleh tempat tinggal berkontribusi pada perbedaan asupan makanan. Di daerah perkotaan, asupan energi, protein, dan lemak lebih tinggi dibandingkan dengan pedesaan, sementara asupan karbohidrat justru lebih tinggi di pedesaan. Selain itu, pendidikan orang tua, terutama ibu, berperan penting dalam mempengaruhi pengetahuan dan pola asuh anak, yang berdampak pada asupan makanan balita. Faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi beban gizi ganda termasuk status pekerjaan dan ukuran rumah tangga, yang menunjukkan bahwa kondisi ekonomi keluarga juga berpengaruh terhadap kualitas dan kuantitas asupan makanan. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh (Maslakhah & Prameswari, 2022) dan (Ode et al., 2025) yang menunjukkan bahwa pengetahuan gizi dan pola asuh ibu berpengaruh signifikan terhadap status gizi balita. Selain itu, studi oleh (Jago, 2019) mengungkapkan bahwa pengetahuan ibu, pola makan balita, dan pendapatan keluarga memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Danga, Kecamatan Aesesa, Kabupaten Nagekeo.

Berdasarkan hasil penelitian dari (Rachmah et al., 2021) yang berjudul “Predictor of obese

mothers and stunted children in the same roof: a population-based study in the urban poor setting Indonesia". Menguraikan bahwa prevalensi beban ganda malnutrisi (double burden of malnutrition/DBM) di Surabaya mencapai 27,5%. Angka ini lebih tinggi dibandingkan wilayah lain di Indonesia maupun beberapa negara, dengan rincian 12,4% rumah tangga memiliki anak stunting dan ibu dengan berat badan normal, serta 45,6% rumah tangga memiliki ibu obesitas dan anak dengan tinggi badan normal. Salah satu faktor yang diduga menyebabkan tingginya prevalensi ini adalah penggunaan batas indeks massa tubuh (IMT) Asia-Pasifik yang lebih rendah ($\geq 23,5 \text{ kg/m}^2$) untuk mendefinisikan obesitas. Faktor sosial ekonomi seperti rendahnya pendidikan ibu dan ayah, pendapatan rumah tangga yang terbatas, serta jumlah anak yang lebih banyak berkontribusi signifikan terhadap DBM. Selain itu, ketidakseimbangan asupan zat gizi, khususnya rendahnya konsumsi protein pada anak dan tingginya konsumsi lemak pada ibu, turut memperburuk situasi ini. Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian (Intan et al., 2025) yang menunjukkan bahwa obesitas maternal menjadi salah satu faktor risiko terjadinya stunting pada anak. Hal ini menunjukkan adanya hubungan langsung antara kondisi gizi ibu dan anak, sehingga penting untuk menerapkan intervensi gizi yang menasar keduanya secara bersamaan. Sementara itu, studi oleh (Essen et al., n.d.) yang dilakukan di Kecamatan Serang Baru, Kabupaten Bekasi, menunjukkan bahwa edukasi gizi yang diberikan kepada ibu obesitas dengan anak stunting selama tiga bulan mampu menurunkan prevalensi DBM secara signifikan. Edukasi ini tidak hanya meningkatkan skor tinggi badan anak (HAZ), tetapi juga menurunkan indeks massa tubuh (IMT) ibu.

Berdasarkan hasil penelitian dari (Erda et al., 2025) yang berjudul "Evaluating socio-demographic, behavioral, and maternal factors in the dual burden of malnutrition among school-aged children in Batam, Indonesia". Mengungkapkan bahwa beban ganda malnutrisi (DBM) pada anak usia sekolah di Batam dipengaruhi oleh berbagai faktor sosiodemografi, perilaku, dan keibuan. Faktor sosial ekonomi, seperti pendapatan keluarga dan uang saku, menunjukkan hubungan signifikan dengan status gizi anak. Keluarga berpendapatan rendah cenderung mengalami kekurangan gizi, sementara keluarga berpendapatan tinggi lebih rentan terhadap kelebihan gizi. Faktor perilaku, termasuk aktivitas sedentary dan kebiasaan makan yang buruk, juga berkontribusi terhadap malnutrisi, terutama obesitas. Selain itu, indeks massa tubuh (BMI) ibu dan pengetahuan gizi ibu memainkan peran penting dalam menentukan status gizi anak. Obesitas ibu dan pengetahuan gizi yang rendah meningkatkan risiko malnutrisi pada anak. Temuan ini menegaskan pentingnya intervensi yang berfokus pada peningkatan pendidikan gizi ibu, promosi kebiasaan makan sehat, dan pengelolaan berat badan ibu untuk mengatasi DBM. Intervensi yang ditargetkan dan berpusat pada keluarga, serta kebijakan yang mempromosikan gaya hidup aktif dan pola makan seimbang, diperlukan untuk mengurangi dampak malnutrisi pada anak-anak di lingkungan perkotaan-industri. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa faktor sosial ekonomi dan perilaku berkontribusi signifikan terhadap DBM. Misalnya, penelitian oleh (Maehara et al., 2019) menemukan bahwa status gizi anak dipengaruhi oleh tingkat pendidikan ibu, pendapatan keluarga, dan kebiasaan makan yang buruk. Selain itu, studi oleh (Mahmudiono et al., 2018) menekankan pentingnya edukasi gizi untuk ibu dalam mencegah DBM pada anak. Kedua studi ini menyoroti perlunya pendekatan yang holistik dan berbasis keluarga dalam intervensi gizi untuk mengatasi DBM.

Hasil penelitian dari (Fachruddin & Pratiwi, 2024) yang berjudul "Double Burden Of Malnutrition Among Women Of Reproductive Age And Its Associated Factors In Makassar District", menyoroti pentingnya status gizi wanita usia subur (WUS) di Kecamatan Bara-Baraya, Makassar, yang menunjukkan adanya masalah gizi ganda. Dengan 8.3% wanita mengalami kekurangan gizi, 46.9% memiliki status gizi normal, dan 44.8% mengalami kelebihan gizi, hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar populasi menghadapi risiko kesehatan yang terkait dengan kelebihan gizi, seperti obesitas dan penyakit metabolik. Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi, seperti asupan energi, keragaman diet, pengetahuan gizi, dan tingkat pendidikan, menunjukkan bahwa wanita dengan pengetahuan gizi yang lebih baik dan pola makan yang

beragam cenderung memiliki status gizi yang lebih baik. Hal ini mengindikasikan bahwa pendidikan dan pemahaman tentang gizi sangat penting dalam membentuk kebiasaan makan yang sehat. Penelitian ini juga menekankan perlunya intervensi yang lebih efektif untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan kebiasaan makan di kalangan WUS.

Hasil penelitian dari (Septiani et al., 2021) yang berjudul “Food Insecurity Associated with Double-Burden of Malnutrition among Women in Reproductive Age in Ciampea Sub-district, Bogor, West Java”, menunjukkan bahwa ketidakamanan pangan memiliki dampak signifikan terhadap status gizi. Wanita yang mengalami ketidakamanan pangan dengan rasa lapar memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami *underweight*, sedangkan ketidakamanan pangan tanpa rasa lapar berhubungan dengan tingginya prevalensi *overweight*. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas diet yang buruk dapat menyebabkan kelebihan berat badan meskipun tidak ada rasa lapar. Usia dan tingkat pendidikan juga berperan penting dalam status gizi. Wanita yang lebih muda cenderung mengalami *underweight*, sedangkan wanita yang lebih tua berisiko lebih tinggi untuk *overweight*. Pendidikan yang rendah terkait dengan prevalensi *overweight* yang lebih tinggi, menunjukkan bahwa pengetahuan gizi yang baik tidak selalu diikuti dengan praktik makan yang sehat. Penelitian ini menekankan perlunya intervensi yang terarah untuk meningkatkan ketahanan pangan dan pendidikan gizi di komunitas pedesaan, guna mengatasi masalah malnutrisi ganda yang kompleks ini (Nieddu et al., 2020).

KESIMPULAN

Melalui kajian literature ini, dapat disimpulkan bahwa beban gizi ganda di wilayah urbanisasi pada berbagai kelompok usia dipengaruhi oleh banyak faktor yang saling berkaitan. Faktor-faktor seperti kondisi ekonomi keluarga, pola makan, aktivitas harian, serta pengetahuan dan peran ibu dalam pengasuhan gizi sangat berperan terhadap kondisi gizi masyarakat. Dengan mengetahui penyebab-penyebab tersebut, kita jadi punya gambaran yang lebih jelas tentang apa yang sebenarnya terjadi di lapangan dan apa yang perlu dilakukan ke depan. Artinya, tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi faktor penyebab beban gizi ganda di daerah urban sudah tercapai, dan hasilnya bisa jadi dasar penting untuk menyusun program atau kebijakan yang lebih tepat sasaran.

SARAN

Berdasarkan temuan yang menunjukkan berbagai faktor dari DBM, saran yang dapat diimplementasikan yaitu dengan melakukan intervensi yang terfokus dan multidisiplin. Upaya tersebut meliputi peningkatan pendidikan gizi bagi ibu dan keluarga, promosi pola makan seimbang dan gaya hidup aktif, serta program peningkatan pendapatan dan akses terhadap makanan bergizi. Intervensi berbasis keluarga yang menargetkan peningkatan pengetahuan gizi dan pengelolaan berat badan, serta kebijakan publik yang mendukung ketahanan pangan dan distribusi makanan bergizi, juga sangat diperlukan. Secara keseluruhan, beban gizi ganda di Indonesia merupakan tantangan kesehatan masyarakat yang memerlukan pendekatan holistik dan terintegrasi, melibatkan aspek sosial, ekonomi, pendidikan, dan kebijakan untuk mencapai perbaikan status gizi secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, N. F. W., Huriyati, E., & Susetyowati, S. (2020). Prevalensi dan Faktor yang Berhubungan dengan Terjadinya Beban Gizi Ganda pada Keluarga di Indonesia. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(1), 100. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v16i1.9064>
- Charina, M. S., Sagita, S., Koamesah, S. M. J., & Woda, R. R. (2022). Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal*, 10(1), 197–204. <https://doi.org/10.35508/cmj.v10i1.6829>
- Endang, N., Ratu, A., & Dewi, A. (2010). Faktor Risiko Obesitas pada Orang Dewasa Urban dan Rural Obesity Risk Factors in Urban and Rural Adults. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*

- Nasional*, 5(1), 29–34. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v5i1.159>
- Erda, R., Hamidi, D., Desmawati, D., Rasyid, R., & Sarfika, R. (2025). Evaluating socio-demographic, behavioral, and maternal factors in the dual burden of malnutrition among school-aged children in Batam, Indonesia. *Narra J*, 5(1), e2049. <https://doi.org/10.52225/narra.v5i1.2049>
- Essen, A. A., Sutjiatmo, A. B., Hermanto, F., Magister, P., Farmasi, F., Jenderal, U., Yani, A., Farmasi, F., Jenderal, U., Yani, A., & Barat, J. (n.d.). *Dengan Anak Stunting Terhadap Penurunan Beban Ganda Malnutrisi Di Kecamatan Serang Baru*. 9(1), 64–76. <https://doi.org/10.36805/jpx.v9i1.6815>
- Fachruddin, I. I., & Pratiwi, H. (2024). Double Burden of Malnutrition among Women of Reproductive Age and Its Associated Factors in Makassar District. *Media Gizi Indonesia*, 19(2), 172–179. <https://doi.org/10.20473/mgi.v19i2.172-179>
- Hamzah, R. (2023). Analisis Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Balita (24-59 Bulan) Di Kota Kotamobagu Analysis of Risk Factors of Stunting in Children Under Five (24-59 Months) in Kotamobagu City. *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health and Science Community*, 7(2), 230–239.
- Intan, M., Pratiwi, B., & Ocviyanti, D. (2025). *Ancaman Obesitas Maternal terhadap Kejadian Stunting Anak*. <https://doi.org/10.47830/jinma-vol.74.6-2024-1711>
- Jago, F. (2019). Pengetahuan Ibu, Pola Makan Balita, dan Pendapatan Keluarga dengan Status Gizi pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Danga Kecamatan Aesesa Kabupaten Nagekeo. *Lontar: Journal of Community Health*, 1(1), 16–22. <https://doi.org/10.35508/ljch.v1i1.2153>
- Kesehatan, D. G., Kedokteran, F., & Masyarakat, K. (2022). *Diterbitkan oleh Departemen Gizi Kesehatan Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada*. 18.
- Lestari, P., Susetyowati, S., & Sitaresmi, M. N. (2020). Perbedaan asupan makan balita di perkotaan dan perdesaan pada provinsi dengan beban gizi ganda. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 17(2), 79. <https://doi.org/10.22146/ijcn.46304>
- Maehara, M., Rah, J. H., Roshita, A., Suryantan, J., Rachmadewi, A., & Izwardy, D. (2019). Patterns and risk factors of double burden of malnutrition among adolescent girls and boys in Indonesia. *PLoS ONE*, 14(8), 15–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0221273>
- Mahmudiono, T., Al Mamun, A., Nindya, T. S., Andrias, D. R., Megatsari, H., & Rosenkranz, R. R. (2018). The effectiveness of nutrition education for overweight/obese mother with stunted children (NEO-MOM) in reducing the double burden of malnutrition. *Nutrients*, 10(12), 1–16. <https://doi.org/10.3390/nu10121910>
- Maslakhah, N. M., & Prameswari, G. N. (2022). Pengetahuan Gizi, Kebiasaan Makan, dan Kebiasaan Olahraga dengan Status Gizi Lebih Remaja Putri Usia 16-18 Tahun. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 2(1), 52–59. <https://doi.org/10.15294/ijphn.v2i1.52200>
- Nieddu, A., Vindas, L., Errigo, A., Vindas, J., Pes, G. M., & Dore, M. P. (2020). Dietary Habits , Anthropometric Features and Daily. *Nutrients*, 12, 1–14. <https://doi.org/10.3390/nu12061621>
- Ode, W., Nur, S., & Effendy, D. S. (2025). *Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMP Negeri 5 Kendari Tahun 2024*. 3. <https://doi.org/10.59680/medika.v3i1.1657>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *The BMJ*, 372. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Rachmah, Q., Mahmudiono, T., & Loh, S. P. (2021). Predictor of Obese Mothers and Stunted

- Children in the Same Roof: A Population-Based Study in the Urban Poor Setting Indonesia. *Frontiers in Nutrition*, 8(December), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fnut.2021.710588>
- ROSALINI, W., Robby Aji Permana, Ni Komang Wulantika, & Siti Fatimatus Zahro. (2024). Faktor Yang Mempengaruhi Resiko Terjadinya Gizi Lebih Pada Kelompok Usia Remaja Area Urban. *Professional Health Journal*, 5(2), 492–497. <https://doi.org/10.54832/phj.v5i2.532>
- Rosmiati, R., Haryana, N. R., Firmansyah, H., & Purba, R. (2023). Dietary Patterns, Physical Activity, and Obesity among Indonesian Urban Workers. *Amerta Nutrition*, 7(2SP), 164–170. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2SP.2023.164-170>
- Safitri, D. E., & Rahayu, N. S. (2020). Determinan Status Gizi Obesitas pada Orang Dewasa di Perkotaan: Tinjauan Sistematis. *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, 5(1), 1–15. <https://doi.org/10.22236/arkesmas.v5i1.4853>
- Septiani, S., Irfiyanti, I., Hai, T. T., Khusun, H., Wiradnyani, L. A., Kekalih, A., & Sahanggamu, P. D. (2021). Food Insecurity Associated with Double-Burden of Malnutrition among Women in Reproductive Age in Ciampea Sub-district, Bogor, West Java. *Indonesian Journal of Public Health Nutrition*, 1(2), 21–31. <https://doi.org/10.7454/ijphn.v1i2.4805>
- Septiyanti, & Seniwati. (2020). Obesitas dan Obesitas Sentral pada Masyarakat Usia Dewasa di Daerah Perkotaan Indonesia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 2(3), 118–127. <https://doi.org/10.36590/jika.v2i3.74>
- Siswati, T., Hookstra, T., & Kusnanto, H. (2020). Stunting among children Indonesian urban areas: What is the risk factors? *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 8(1), 1. [https://doi.org/10.21927/ijnd.2020.8\(1\).1-8](https://doi.org/10.21927/ijnd.2020.8(1).1-8)
- Sudargo, T., Freitag, H., Kusmayanti, N. A., & Rosiyani, F. (2018). *Pola makan dan Obesitas*.