



Dinamika *Emotional Bonding* dan Praktik Pemberian Makan: Studi Fenomenologi Pada Ibu dengan Balita Gizi Kurang di Puskesmas Tanah Kali Kedinding, Surabaya *Dynamics of Emotional Bonding and Feeding Practices: A Phenomenological Study of Mothers with Malnourished Toddlers at Tanah Kali Kedinding Community Health Center, Surabaya*

Novera Herdiani^{1*}, Muhammad Arief Rasyid Ridho²

^{1,2} Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

*Corresponding Author: E-mail: novera.herdiani@unusa.ac.id

ARTIKEL INFO	ABSTRAK
Manuscript Received: 12/06/2025 Revised: 19/06/2025 Accepted: 15/07/2025 Date of Publication: 30/07/2025 Volume: 5 Issue: 2 DOI: 10.24252/algizzai.v5i2.57838 Type of Article: <i>Research Articles</i>	Pendahuluan: Gizi kurang pada balita dipengaruhi oleh <i>emotional bonding</i> ibu-anak dan praktik pemberian makan. Pola makan yang tidak tepat dapat menghambat asupan nutrisi dan tumbuh kembang anak. Penelitian ini bertujuan menggambarkan dinamika <i>emotional bonding</i> dan praktik pemberian makan pada ibu dengan balita gizi kurang di Puskesmas Tanah Kali Kedinding Surabaya. Metodologi: Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan enam ibu balita sebagai informan utama dan enam anggota keluarga sebagai informan pendukung. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi naturalistik, dengan mengamati perilaku subjek di lingkungan alaminya tanpa intervensi. Analisis data dilakukan secara tematik untuk mengidentifikasi pola <i>emotional bonding</i> dan praktik pemberian makan. Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa <i>emotional bonding</i> yang baik antara ibu dan anak terjalin melalui ekspresi fisik, verbal, dan emosional, meskipun dalam kondisi keterbatasan gizi. Kelekatan berkembang secara bertahap seiring pertambahan usia dan kualitas interaksi, serta diperkuat oleh rutinitas yang konsisten dan penuh kehangatan. Selain itu, praktik pemberian makan yang responsif dan menyenangkan terbukti membantu mengatasi tantangan makan pada anak. Kesimpulan: Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa <i>emotional bonding</i> yang kuat dan praktik pemberian makan yang responsif dalam lingkungan emosional yang aman dan nyaman merupakan elemen penting dalam menunjang pemenuhan gizi pada balita.
KEYWORD	ABSTRACT
<i>Emotional Bonding</i> <i>Responsive Environment</i> <i>Feeding Practices</i> <i>Attachment Process</i> Publisher : Department of Public Health	Introduction: <i>Undernutrition in toddlers is influenced by mother-child emotional bonding and feeding practices. Inappropriate feeding can hinder nutritional intake and child development. This study aims to describe the dynamics of emotional bonding and feeding practices among mothers with undernourished toddlers at Tanah Kali Kedinding Public Health Center, Surabaya.</i> Methods: <i>This study employed a qualitative approach involving six mothers of toddlers as the primary informants and six family members as supporting informants. Data were collected through in-depth interviews and naturalistic observations, observing the behavior of subjects in their natural environment without interference. The collected data were then analyzed thematically to identify patterns of emotional bonding and feeding practices.</i> Results: <i>The study found that strong emotional bonding between mothers and toddlers was formed through physical, verbal, and emotional expressions, even under nutritional constraints. The bonding developed gradually along with the child's age and the quality of mother-child interaction, and was reinforced by consistent and warm daily routines. Additionally, responsive and enjoyable feeding practices helped address feeding challenges in children.</i> Conclusion: <i>The findings of this study indicate that strong emotional bonding and responsive feeding practices, within a safe and emotionally supportive environment, are crucial elements in supporting the nutritional needs of toddlers.</i>

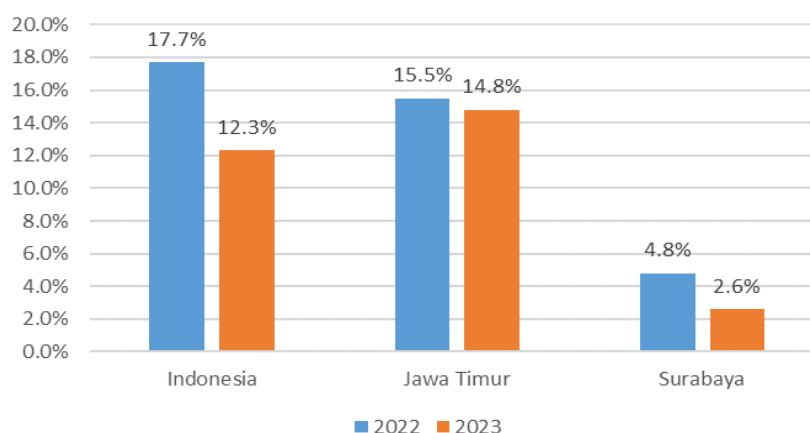


©2021. The Authors
This is an Open Access article
distributed under the terms of the
Creative Commons Attribution License
(<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

PENDAHULUAN

Emotional bonding menjadi salah satu masalah yang juga dapat mempengaruhi gizi kurang pada balita (Annisa Nuradhiani, 2023). Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi kurang yaitu pola asuh gizi yang terkait praktik memberi makan dan emosi antara ibu dan anaknya (*emotional bonding*) yang baik, berhubungan dengan keadaan ibu dalam hal kesehatan fisik dan mental (Hurriyati & Nastaqim, 2025). Selain pola asuh yang kurang baik balita (1-5 tahun) membutuhkan nutrisi lebih banyak karena pada masa tersebut dianggap sebagai masa keemasan. Dalam masa ini seseorang anak akan mengalami perkembangan fisik, mental, dan akan menemukan berbagai hal baru, sehingga terpenuhinya nutrisi sangat penting salah satunya merupakan praktik memberi makan (Ningsih et al., 2023). Berdasarkan teori kelekatan (*attachment theory*) dari John Bowlby menjelaskan bahwa hubungan erat yang terbentuk antara bayi dan pengasuh utamanya (biasanya ibu) memiliki dampak jangka panjang pada perkembangan sosial dan emosional anak. Teori ini berfokus pada bagaimana ikatan emosional yang kuat dan aman dengan pengasuh berperan penting dalam membentuk rasa aman, kepercayaan diri, dan kemampuan anak untuk menjalin hubungan baik di masa depan (Holmes, 2014).

Menurut laporan Food and Agriculture Organization (FAO) dan United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF), pada tahun 2022, sekitar 45 juta anak di bawah lima tahun di seluruh dunia kekurangan gizi akut (Mekouar, 2024). Data gizi kurang pada balita di Indonesia, Jawa Timur dan Surabaya dari tahun 2022 hingga 2023 menunjukkan prevalensi gizi kurang yang signifikan dapat dilihat pada gambar 1 dibawah ini.



Gambar 1. Prevalensi Gizi Kurang Balita

Berdasarkan gambar 1 menunjukkan prevalensi gizi kurang mencapai 17,7%, dan meskipun ada upaya penanganan, prevalensi ini tetap tinggi pada tahun 2023 menunjukkan prevalensi 12,3% (Kemenkes RI, 2024). Begitu pula prevalensi gizi kurang balita di Jawa Timur dan Surabaya pada tahun 2022 sampai 2023 mengalami penurunan tetapi tantangan tetap ada untuk memastikan semua anak mendapatkan gizi optimal. Wilayah kerja Puskesmas Tanah Kali Kedinding merupakan salah satu wilayah kerja dari 63 puskesmas di Kota Surabaya, yang meliputi 5 desa/kelurahan dan melayani sekitar 30.000 KK di Kota Surabaya. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Surabaya, Wilayah kerja Puskesmas Tanah Kali Kedinding pada tahun 2023-2024 termasuk Puskesmas dengan kasus gizi kurang yang rendah dibandingkan dengan 62 Puskesmas di Surabaya. Meskipun bukan Puskesmas dengan kasus gizi kurang tertinggi, berdasarkan data laporan Puskesmas Tanah Kali Kedinding, angka kejadian balita gizi kurang pada tahun 2023 menunjukkan sebesar 3,40%. Namun, pada tahun 2024, angka kejadian balita

gizi kurang di Puskesmas Tanah Kali Kedinding mengalami kenaikan menjadi 4,46%.

Keberagaman sosial di Tanah Kali Kedinding Surabaya dapat mempengaruhi pola asuh dan praktik pemberian makan. Dalam komunitas yang beragam, orang tua sering kali saling berinteraksi dan berbagi informasi tentang praktik pengasuhan. Jaringan sosial ini dapat memberikan dukungan dan sumber daya yang penting bagi orang tua, termasuk orang tua mendapatkan saran dari orang tua lain tentang makan sehat dan bergizi untuk anak-anak (Agus Mulyana et al., 2024). Budaya lokal memengaruhi jenis makanan yang diberikan kepada balita, kebiasaan makan yang dipengaruhi oleh budaya dapat berdampak pada Kesehatan anak termasuk status gizi (Media & Elfemi, 2021). Gizi kurang pada balita berdampak pada gangguan perkembangan otak, gangguan tingkat kecerdasan, terganggunya metabolisme tubuh (Sethi et al., 2022). Gizi kurang juga dapat menurunkan kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya imunitas tubuh sehingga mudah sakit. Mempunyai risiko tinggi terjadinya beberapa penyakit seperti penyakit pembuluh darah dan jantung, diabetes melitus, kegemukan, kanker, dan disabilitas (Annisa Nuradhiani, 2023). Dampak gizi kurang pada balita juga dapat berisiko pada pertumbuhan tinggi badan (stunting) (Muhammad R. D. Mustakim et al., 2022). Keterikatan emosional antara ibu dan anak dan praktik memberi makan telah lama diakui sebagai faktor penting dalam perkembangan psikologis dan fisik anak (Sukatin et al., 2020).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada ibu balita di Wilayah Puskesmas Tanah Kali Kedinding menunjukkan bahwa pola kelekatan antara orang tua dan anak masih kurang. Misalnya, ketika ada orang baru yang datang, anak merasa takut terhadap orang asing dan lebih memilih bersembunyi, tanpa mencari rasa aman dari ibu atau ayahnya. Selain itu, cara orang tua memberi makan juga mempengaruhi perilaku anak, di mana anak cenderung meniru pola makan yang tidak sehat, seperti mengonsumsi makanan cepat saji (Mahmood et al., 2021). Budaya lokal juga memengaruhi jenis makanan yang diberikan kepada balita, kebiasaan makan yang dipengaruhi oleh budaya dapat berdampak pada kesehatan anak termasuk status gizi (Salvia et al., 2024). Mengingat pentingnya praktik memberi makan dan keterikatan emosional dalam pemenuhan gizi anak, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru dalam upaya peningkatan status gizi balita di Tanah Kali Kedinding dan. Berdasarkan permasalahan di atas maka, peneliti ingin melakukan penelitian terkait gambaran dinamika *emotional bonding* dan praktik pemberian makan pada Ibu dengan balita gizi kurang di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Kali Kedinding Surabaya.

METODOLOGI PENELITIAN

Rancangan/Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian kualitatif merupakan penelitian ilmiah yang sistematis dan untuk mengkaji fenomena dan bagian-bagiannya serta hubungan yang terdapat di dalamnya. Pendekatan kualitatif merupakan pendekatan untuk membangun teori atau pola pengetahuan atau berdasarkan perspektif partisipatori (Fiantika et al., 2022). Model fenomenologi lebih di tunjukan untuk mendapatkan kejelasan dari fenomena dalam situasi natural yang dialami individu setiap harinya.

Kehadiran Peneliti (Researcher's Positionality)

Peneliti sebagai orang yang melakukan observasi mengamati dengan cermat terhadap obyek penelitian. Untuk memperoleh data tentang penelitian ini, maka peneliti terjun langsung kelapangan. Sesuai dengan ciri pendekatan kualitatif salah satunya sebagai instrument kunci, dengan itu peneliti di lapangan sangat mutlak hadir atau terjun langsung dalam melakukan penelitian. Berkenaan dengan hal tersebut, dalam mengumpulkan data peneliti berusaha menciptakan hubungan yang baik dengan

informan yang menjadi sumber data agar data-data yang diperoleh betul-betul valid.

Sumber Data

Sumber data penelitian melalui data primer yaitu variabel *emotional bonding* dan praktik pemberian makan, sedangkan variabel balita gizi kurang melalui data sekunder rekam medik Puskesmas Tanah Kali Kedinding Surabaya.

Sasaran Penelitian

Sasaran dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki balita (anak dibawah lima tahun) yang mengalami gizi kurang di Puskesmas Tanah Kali Kedinding Surabaya. Partisipan dalam penelitian ini dilakukan menggunakan *Purposive Sampling* atau sampel yang diambil dan ditentukan dengan pertimbangan tertentu. Informan dalam penelitian ini sejumlah 12 orang terdiri dari informan utama 6 orang dan informan pendukung 6 orang. Peneliti menetapkan kriteria sebagai berikut: Informan Utama yaitu ibu balita dengan anak balita yang mengalami gizi kurang dengan kriteria : memiliki minimal satu balita dengan usia 6 bulan sampai 5 tahun yang telah didiagnosis dengan status gizi kurang di Puskesmas Tanah Kali Kedinding Surabaya, berusia 20-30 tahun sehingga memiliki kemampuan komunikasi yang memadai. Sedangkan Informasi Pendukung yaitu anggota keluarga serumah dengan kriteria: tinggal serumah dengan ibu balita dan balita dengan gizi kurang serta mengetahui aktivitas sehari-hari.

Pengembangan Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan bagian penting dalam pelaksanaan suatu penelitian. Data dalam penelitian ini dikumpulkan langsung dari objek penelitian menggunakan teknik wawancara mendalam (*in-depth interview*) dan observasi naturalis. Wawancara mendalam menjadi teknik utama dalam penelitian ini dan akan dilakukan dengan informan utama, kunci, serta pendukung untuk menggali data terkait variasi, fase, dan pola kelekatan antara pengasuh dan anak. Selain itu, observasi naturalis digunakan untuk mengamati secara langsung kegiatan yang berkaitan dengan pola pemberian makan dan interaksi emosional antara pengasuh dan anak dalam lingkungan alami. Pendekatan ini memberikan sudut pandang berbeda untuk memastikan validitas data yang diperoleh. Pada pelaksanaan wawancara peneliti menggunakan pedoman wawancara sebagai acuan mengenai aspek yang harus digali. Observasi dipilih untuk mendapatkan dari sudut pandang yang berbeda untuk memastikan validitas data. Pengumpulan data terkait *emotional bonding* dan praktik pemberian makan dilakukan melalui wawancara mendalam dan observasi naturalistik dengan mengamati perilaku subjek di lingkungan alaminya tanpa intervensi terhadap partisipan. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola-pola makna yang relevan dengan fokus penelitian.

Teknik Analisis Data

Analisis data penelitian ini menggunakan analisis kualitatif yang berfokus pada data-data yang bersifat kualitatif. Pada teknik analisis kualitatif menganalisis atau membahas mengenai konsep-konsep suatu permasalahan. Salah satu pendekatan yang sering digunakan dalam analisis data kualitatif adalah analisis data tematik, di mana peneliti mengidentifikasi, menganalisis, dan melaporkan pola (tema) yang muncul dari data yang telah dikumpulkan. Proses ini melibatkan beberapa langkah, mulai dari familiarisasi dengan data, pengkodean, hingga pengembangan tema yang relevan, yang pada akhirnya membantu peneliti untuk memahami makna yang lebih dalam dari pengalaman dan perspektif partisipan. Dengan demikian, analisis data tematik tidak hanya memberikan gambaran umum tentang data, tetapi juga memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi nuansa dan kompleksitas dari fenomena *emotional bonding* dan praktik pemberian makan.

Informan dalam penelitian ini terdiri dari informan utama dan informan pendukung. Peneliti menetapkan kriteria yaitu Informan utama Ibu balita dengan anak balita yang mengalami gizi kurang dengan kriteria memiliki minimal satu balita dengan usia 6 bulan sampai 5 tahun yang telah didiagnosis dengan status gizi kurang di Puskesmas Tanah Kali Kedinding Surabaya, berusia 20-30 tahun sehingga memiliki kemampuan komunikasi yang memadai. Sedangkan Informan pendukung anggota keluarga serumah dengan kriteria tinggal serumah dengan ibu balita dan balita dengan gizi kurang, mengetahui aktivitas sehari-hari. Penelitian ini telah laik etik dengan nomor 095/EC/KEPK-S1/03/2025 yang disetujui oleh komisi etik penelitian kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.

HASIL PENELITIAN

Hasil Emotional Bonding

a. Variasi kelekatan

Kelekatan emosional antara ibu dan anak merupakan fondasi utama dalam proses pengasuhan anak usia dini. Masa balita adalah periode yang sangat krusial, di mana anak berada dalam fase perkembangan yang sangat bergantung, baik secara fisik maupun emosional, kepada pengasuh utamanya—yang dalam konteks ini umumnya adalah ibu. Kelekatan ini tidak hanya menjadi dasar dari perawatan sehari-hari, tetapi juga membentuk dasar dari rasa aman, kepercayaan, dan pemahaman emosional yang mendalam antara ibu dan anak. Dari hasil wawancara, hampir seluruh ibu menyatakan bahwa hubungan mereka dengan anak sangat dekat, intens, dan penuh makna. Hubungan tersebut bukan sekadar dilandasi oleh tanggung jawab pengasuhan, melainkan juga oleh keterikatan emosional yang kuat, yang tumbuh melalui kebersamaan sehari-hari dan interaksi yang terus-menerus. Para ibu menggambarkan anak mereka bukan hanya sebagai individu yang harus dirawat, tetapi sebagai sosok yang secara emosional menyatu dalam kehidupan mereka—sering kali disebut sebagai “teman kecil” atau bahkan “sahabat”, yang kehadirannya selalu melekat dalam setiap aktivitas harian. *“Kalau aku sih ngerasa deket banget ya sama anak. Kayak dia tuh sahabat kecilku. Apa-apa bareng, tiap hari juga ngurusin dia, jadi ya otomatis nempel terus. Kadang kalo aku sebentar aja nggak ada, dia udah nyariin.”* (A1)

Kutipan ini menunjukkan bagaimana hubungan ibu dan anak tumbuh dalam nuansa kebersamaan yang intens. Sebutan “sahabat kecil” menandakan adanya ikatan timbal balik yang bukan hanya bersifat praktis, tetapi juga emosional—penuh cinta, kelekatan, dan rasa saling membutuhkan. Kedekatan ini pun tidak hanya dirasakan oleh ibu, tetapi juga terlihat jelas oleh pengamat di sekeliling mereka. Informan pendukung, seperti nenek atau kerabat yang tinggal bersama, juga mengamati dinamika kelekatan yang sangat kuat tersebut. Anak cenderung menunjukkan ketergantungan emosional kepada ibunya, mencari kehadirannya sebagai sumber rasa aman dan nyaman dalam situasi apapun. *“Kalau anak tuh seneng banget sama ibunya, dia pasti cari ibunya kalau merasa nggak enak atau takut. Kadang ibunya cuma ke dapur sebentar, dia udah jalan nyusulin sambil manggil-manggil.”* (B2)

Tabel 1. Ringkasan Variasi Kelekatan

Fokus	Ringkasan
Kelekatan fisik, verbal, dan emosional	Anak menunjukkan kelekatan melalui pelukan, sering memanggil ibu, dan memahami emosi ibu.
Anak sangat tergantung pada ibu	Anak selalu ingin dekat secara fisik dan cemas jika jauh dari ibu.

b. Fase kelekatan

Kelekatan antara ibu dan anak balita dalam konteks pengasuhan sehari-hari tidak serta-merta terbentuk sejak awal kelahiran. Berdasarkan wawancara dengan para informan, kelekatan emosional cenderung berkembang secara bertahap dan dipengaruhi oleh kemampuan anak untuk merespons dan membangun komunikasi dua arah dengan ibu. Secara umum, fase ini mulai terasa kuat ketika anak sudah dapat berjalan, memanggil ibu, serta menunjukkan ekspresi perasaan seperti rindu, takut, atau senang terhadap keberadaan ibunya. Informan A1 menggambarkan fase awal kelekatan mulai terasa saat anaknya mulai mampu menyebut “mama” dan mengungkapkan rasa ingin selalu dekat: *“Mulai kerasa dekat banget tuh pas dia udah bisa jalan sama ngomong dikit-dikit. Dia mulai manggil-manggil aku terus, minta ditemenin terus. Kalau ditinggal ke kamar sebentar aja, dia langsung nyusul, kayak takut ilang aku-nya.”* (A1)

Perubahan perilaku anak yang menunjukkan kecemasan ketika berpisah dari ibu dan keinginan terus berada dalam jangkauan penglihatan ibu merupakan sinyal bahwa kelekatan emosional mulai terbentuk. Ini menunjukkan bahwa kelekatan tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga berkaitan dengan rasa aman yang dibangun melalui kehadiran emosional ibu dalam keseharian anak. Hal serupa juga diungkapkan oleh A2. Ia menyatakan bahwa anak mulai menunjukkan ikatan emosional ketika mampu mengenali keberadaan ibu dan menjadi rewel saat ibu tidak terlihat: *“Kerasa banget pas dia udah ngerti kalo aku pergi. Misal aku ke kamar mandi atau ke luar sebentar, dia langsung nyari. ‘Mama mana?’ gitu. Padahal aku cuma di samping. Jadi ngerasa banget kalau dia tuh nggak nyaman kalau aku nggak ada.”* (A2)

Selain ekspresi kecemasan saat ibu pergi, anak juga mulai menunjukkan empati terhadap kondisi emosional ibu. Informan A3 menjelaskan bahwa ia merasa semakin dekat secara emosional dengan anak ketika anaknya bisa memahami perasaan ibunya: *“Pas dia udah bisa ngomong dan ngerti emosi itu beda banget. Misalnya aku lagi sedih atau capek, dia bisa nanya ‘Mama kenapa?’ Itu tuh bikin aku terharu, ngerasa dia udah mulai ngerti dan bukan cuma minta perhatian doang.”* (A3)

Dengan demikian, tahap-tahap awal kelekatan sangat dipengaruhi oleh kemampuan anak dalam mengenali figur ibu sebagai sumber kenyamanan, serta berkembangnya kemampuan bahasa dan empati. Keterangan serupa juga datang dari informan pendukung, yaitu nenek (B4). Ia menyampaikan bahwa perubahan signifikan dalam hubungan anak dan ibu mulai tampak jelas saat anak mulai bisa berkomunikasi dan mengenali nama ibunya: *“Anaknya tuh makin nempel sejak bisa ngomong. Sekarang tuh kalo ibunya lagi pergi ke dapur aja, dia bisa manggil ‘ibu... ibu...’. Dulu nggak kayak gitu, paling cuma nangis. Sekarang lebih ngerti.”* (B4). Begitu pula dari B6 yang mengamati bagaimana cucunya menunjukkan sinyal keterikatan yang kuat, seperti menangis saat berpisah dan aktif mencari keberadaan ibunya: *“Kalau ibunya pergi sebentar aja, langsung gelisah. Bisa nangis atau nungguin di pintu. Tapi setelah bisa ngomong, dia udah bilang kayak ‘mau ikut’, ‘jangan pergi’. Jadi kelekatan itu makin keliatan.”* (B6)

Dari narasi-narasi di atas, terlihat bahwa fase terbentuknya kelekatan tidak terjadi secara serentak, tetapi berkembang dari interaksi yang sederhana seperti pelukan atau panggilan nama, menuju relasi yang lebih kompleks seperti pengertian emosional dan kepercayaan. Kepekaan ibu dalam merespons momen-momen kecil ini memperkuat kelekatan dan menjadikan ibu sebagai figur sentral dalam dunia emosional anak.

Table 2. Ringkasan Fase Kelekatan

Fokus	Ringkasan
Kelekatan muncul saat anak bisa bicara	Ibu menyadari adanya keterikatan emosional saat anak mulai memanggil dan berinteraksi secara verbal.
Anak mulai mengenali figur ibu secara emosional	Anak menunjukkan kecemasan saat ibu pergi dan mulai paham emosi ibu

c. Pola kelekatan

Kelekatan emosional antara ibu dan anak tidak hanya tumbuh dari peristiwa besar atau momen-momen spesial, tetapi justru terbangun kuat melalui interaksi kecil yang dilakukan secara konsisten dalam keseharian. Pola kelekatan ini tercermin dari aktivitas sederhana namun penuh makna, seperti menyuapi anak sambil bercakap, membacakan dongeng sebelum tidur, menemani bermain, atau sekadar mendengarkan cerita anak dengan sungguh-sungguh. Momen-momen ini, meskipun tampak biasa, memiliki kekuatan besar dalam membentuk rasa aman dan kedekatan emosional yang mendalam.

Hampir semua informan utama dalam penelitian ini menggambarkan bahwa rutinitas harian merupakan sarana penting dalam menjalin komunikasi dan ikatan batin dengan anak. Informan A1, misalnya, menekankan pentingnya waktu menjelang tidur sebagai kesempatan untuk membangun keintiman emosional: *"Kita punya rutinitas cerita sebelum tidur. Biasanya dia minta saya dongengin atau cuma ngobrol ngalor ngidul aja. Aku juga manfaatin waktu itu buat nanya-nanya, dia jawab dengan cara anak-anak sih, tapi aku dengerin."* (A1). Dari narasi tersebut, terlihat bahwa kegiatan bercerita bukan sekadar pengantar tidur, tetapi menjadi momen reflektif di mana anak merasa diperhatikan, didengar, dan dihargai, yang merupakan elemen penting dari kelekatan yang aman.

Hal senada juga diungkapkan oleh A2 yang menekankan pentingnya kehadiran emosional, bahkan di tengah kesibukan: *"Walaupun lagi sibuk, aku selalu nyoba dengerin dia. Biar dia ngerasa didengerin. Aku pengen jadi tempat dia cerita kalau ada apa-apa."* (A2). Respons seperti ini menunjukkan bahwa ibu tidak hanya menjalankan peran pengasuh secara fungsional, tetapi juga bertransformasi menjadi figur kepercayaan dan tempat berlabuh emosional bagi anak. Anak yang merasa dihargai dan didengarkan akan lebih mudah membangun kelekatan yang aman dan stabil dengan pengasuh utamanya.

Tabel 3. Ringkasan Pola Kelekatan

Fokus	Ringkasan
Rutinitas harian memperkuat kedekatan	Aktivitas seperti bercerita, bermain, dan tidur bersama menjadi momen penguat kelekatan.
Aktivitas seperti cerita, pelukan, dan main bersama	Interaksi sederhana sehari-hari membangun kenyamanan dan rasa aman anak.

Hasil Praktik Pemberian Makan

a. Responsifitas pengasuh

Responsifitas dalam pengasuhan merujuk pada kemampuan ibu untuk membaca, memahami, dan menanggapi sinyal, baik verbal maupun nonverbal yang diberikan anak. Dalam konteks makan, kepekaan ini mencakup kemampuan mengenali tanda-tanda kenyang, bosan, rasa tidak nyaman, atau sekadar keinginan anak untuk menikmati makanan dengan cara yang berbeda. Berdasarkan hasil wawancara mendalam dan observasi lapangan, responsifitas terwujud melalui pendekatan yang lembut, fleksibilitas terhadap porsi dan jenis makanan, serta kesabaran dalam memberikan waktu ketika anak menolak. Informan A3 menegaskan bahwa memaksa anak makan justru dapat menimbulkan stres dan resistensi yang lebih besar. Sebaliknya, ia memilih bertanya, mendengarkan alasan penolakan, dan menyesuaikan menu sesuai kebutuhan anak: *“Kalau dia nolak makan, aku nggak marah, cuma tanya ‘kenapa nggak mau?’ Kadang dia bilang ‘nggak enak,’ ya udah aku ganti. Kalo nggak mau juga, aku tunggu aja.”* (A3).

Pendekatan ini menunjukkan bahwa ibu peka terhadap sinyal penolakan yang ditunjukkan anak. Tidak hanya itu, A4 menggunakan pendekatan yang memberikan anak ruang untuk menentukan pilihan. Anak merasa memiliki wewenang *dalam* proses makan, sehingga terlibat aktif dan termotivasi. Bila pilihan yang ditawarkan juga sehat dan seimbang gizinya, anak secara tidak langsung belajar bertanggung jawab terhadap asupan nutrisinya sendiri. *“Kadang aku kasih pilihan, ‘mau makan ini atau ini?’ Kalau tetep nggak mau, ya aku kasih waktu.”* (A4)

Tabel 4. Ringkasan Responsifitas Pengasuh

Fokus	Ringkasan
Ibu memberi waktu saat anak menolak makan	Ibu memilih diam atau menunggu waktu yang tepat untuk memberi makan kembali.
Tidak memaksa, memberi pilihan	Ibu memberikan dua alternatif makanan dan membiarkan anak memilih

b. Teknik pemberian makan

Pemberian makan pada anak balita bukan semata tentang apa yang dimakan, tetapi juga bagaimana proses itu dijalankan. Dalam fase usia dini, anak sedang berada dalam masa eksplorasi yang tinggi—baik terhadap rasa, tekstur, maupun pengalaman sosial dan emosional yang menyertai kegiatan makan. Oleh karena itu, pendekatan yang menyenangkan dan interaktif menjadi sangat penting untuk menciptakan asosiasi positif terhadap makanan dan waktu makan itu sendiri. Dari wawancara dengan para informan, terlihat jelas bahwa banyak ibu menerapkan berbagai teknik kreatif untuk menjadikan aktivitas makan bukan sekadar rutinitas, tetapi momen penuh keterlibatan emosional. Informan A3, misalnya, mengungkapkan bahwa ia sengaja menciptakan suasana santai dan menyenangkan dengan melibatkan humor ringan saat menyuapi anaknya: *“Aku suapin dia sambil ngobrol, biar dia seneng. Kadang aku kasih cerita lucu pas nyuapin.”* (A3)

Pendekatan ini bukan hanya merangsang rasa senang pada anak, tapi juga membantu menurunkan resistensi makan yang sering muncul saat anak merasa bosan atau tertekan. Interaksi seperti ini menjadi bentuk komunikasi yang hangat, yang mempererat kedekatan ibu dan anak sambil memenuhi kebutuhan nutrisi harian. Teknik lain yang digunakan adalah pendekatan visual dan estetika makanan. Informan A5 menekankan bahwa bentuk dan penyajian makanan memengaruhi minat anak untuk

makan. Ia secara rutin mengubah tampilan makanan agar lebih menarik secara visual: *“Aku sering bikin makanan lucu-lucu. Nasi dibentuk bola-bola atau pake cetakan. Dia suka banget.”* (A5). Kreativitas dalam penyajian makanan seperti ini menunjukkan sensitivitas ibu terhadap preferensi anak, sekaligus upaya untuk menjadikan proses makan sebagai pengalaman sensorik yang menyenangkan. Makanan tidak hanya diposisikan sebagai kewajiban, tetapi sebagai bagian dari kegiatan eksploratif yang menghibur dan mendidik. Pengamatan dari informan pendukung (B4) juga memperkuat bahwa pendekatan menyenangkan ini efektif dalam merangsang semangat makan anak: *“Kadang ibunya kasih makan pakai lagu, atau makanan dibentuk bentuk- bentuk. Anak jadi semangat makannya.”* (B4). Kegiatan seperti menyuapi sambil bernyanyi, bercerita, atau bermain-main dengan bentuk makanan memperlihatkan bahwa ibu memainkan peran aktif dalam menciptakan suasana makan yang positif secara psikologis. Ini membangun suasana yang aman, menyenangkan, dan tidak menekan, sehingga anak tumbuh dengan persepsi yang sehat terhadap makanan.

Tabel 5. Ringkasan Teknik Pemberian Makan

Fokus	Ringkasan
Teknik menyenangkan: lagu, cerita, bentuk makanan	Ibu menggunakan cara kreatif agar proses makan terasa menyenangkan bagi anak.
Menarik minat anak makan	Dengan pendekatan menyenangkan, anak lebih antusias dan mudah disuapi.

c. Lingkungan makan

Lingkungan makan merupakan faktor penting dalam praktik pemberian makan, karena dapat memengaruhi kenyamanan dan konsentrasi anak. Dalam penelitian ini, para informan menggambarkan bahwa suasana makan yang baik tidak harus formal, tetapi harus bebas dari gangguan, menyenangkan, dan disesuaikan dengan kenyamanan anak. Informan A1 mengatakan bahwa ia berusaha menciptakan suasana makan yang tenang dan fokus, misalnya dengan mematikan televisi. *“Kita biasanya makan bareng di ruang makan. TV dimatiin, jadi bisa fokus makan. Aku juga ngobrol sama dia biar nggak tegang.”* (A1). Sementara itu, A5 menunjukkan fleksibilitas. Baginya, tempat makan tidak harus selalu di meja makan, selama anak merasa nyaman. *“Kadang makan lesehan bareng di ruang tengah. Asal suasananya enak, dia mau makan. Yang penting aku temenin.”* (A5).

Dari keterangan ini terlihat bahwa ibu tidak hanya memperhatikan aspek fisik, tetapi juga aspek psikologis dalam menciptakan lingkungan makan. Kelembutan, kehadiran ibu, dan interaksi selama makan menjadi elemen penting yang membuat anak merasa aman. Informan lain juga mengamati bahwa suasana makan yang dilakukan bersama-sama, terutama saat makan malam atau akhir pekan, membuat anak lebih semangat. *“Kalau makan bareng keluarga, anak jadi lebih lahap. Suasananya hangat, ramai, tapi tetap fokus ke makan.”* (B6)

Lingkungan makan yang kondusif membantu membangun kebiasaan makan yang positif, meningkatkan asupan nutrisi, dan memperkuat bonding keluarga. Observasi juga memperlihatkan bahwa anak cenderung lebih antusias makan dalam suasana yang tidak penuh gangguan dan diwarnai interaksi yang menyenangkan.

Tabel 6. Ringkasan Lingkungan Makan

Fokus	Ringkasan
Suasana tenang, tanpa gangguan	Makan dilakukan tanpa TV atau distraksi lain agar anak fokus.
Makan bersama keluarga meningkatkan minat makan	Momen makan bersama menciptakan kehangatan dan mendorong anak makan lebih lahap.

PEMBAHASAN

Emotional Bonding

Variasi Kelekatan

Berdasarkan hasil variasi kelekatan yang diperoleh menunjukkan bahwa variasi kelekatan ibu dan anak pada balita dengan gizi kurang mencakup bentuk fisik, verbal, dan emosional. Anak menunjukkan kecenderungan untuk terus berada dekat ibu secara fisik, seperti meminta dipeluk, duduk di pangkuan ibu saat makan, atau mengikuti ibu ke mana pun pergi. Secara verbal, anak sering memanggil ibu dan mencari perhatiannya ketika merasa tidak nyaman. Secara emosional, anak mulai bisa memahami perasaan ibu, misalnya menjadi lebih tenang ketika ibu menunjukkan ekspresi tenang, atau menunjukkan empati sederhana saat ibu terlihat sedih atau marah. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa kelekatan tidak hanya terjadi dalam aspek fisik, tetapi juga berkembang ke arah emosional dan sosial. Meskipun anak dalam kondisi gizi kurang, hal tersebut tidak mengurangi kekuatan relasi emosional dengan ibu. Bahkan, dalam beberapa kasus, anak menjadi semakin tergantung secara emosional, menjadikan ibu sebagai sumber kenyamanan utama. Hal ini mendukung teori kelekatan Karwati et al., (2024) yang menyatakan bahwa ikatan emosional antara anak dan pengasuh utama akan terbentuk secara alami melalui kedekatan, konsistensi, dan kepekaan terhadap kebutuhan anak.

Hal ini diperkuat oleh penelitian Fadillah et al., (2024) yang menunjukkan bahwa kualitas bonding ibu sangat berpengaruh terhadap stabilitas emosi anak usia 3-4 tahun. Dalam konteks gizi kurang, kelekatan emosional dapat menjadi faktor pelindung yang membantu anak merasa aman meskipun secara fisik mengalami defisit. *Bonding* yang kuat menjadi dasar tumbuhnya rasa percaya anak terhadap lingkungan dan pengasuh. Selain itu, Borelli et al., (2021) juga menunjukkan bahwa kelekatan emosional yang tinggi pada anak balita terbentuk bukan hanya dari intensitas kedekatan, tetapi juga dari kualitas komunikasi ibu-anak. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa anak merasa lebih nyaman dan tenang ketika kehadiran ibunya ditandai dengan sentuhan yang lembut, perhatian saat makan, dan respons yang konsisten. Penelitian oleh Teena et al., (2021) menekankan bahwa kualitas kelekatan emosional ibu-anak berperan sebagai pelindung dari gangguan emosi internalisasi seperti menarik diri atau tidak percaya diri pada anak usia dini. Dalam konteks balita gizi kurang, kelekatan yang kuat menjadi modal dasar dalam mendukung daya lenting anak terhadap keterbatasan fisik yang dialaminya. Dengan demikian, kelekatan dalam berbagai bentuk ini menjadi fondasi penting dalam pengasuhan anak balita, terlebih pada anak-anak dengan gizi kurang, karena memberikan stabilitas emosional yang sangat dibutuhkan untuk mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan.

Fase Kelekatan

Berdasarkan fase kelekatan hasil yang diperoleh, fase kelekatan antara ibu dan anak tampak berkembang secara bertahap dan dipengaruhi oleh kemampuan komunikasi dan interaksi sosial anak. Ibu dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa kedekatan emosional mulai terasa lebih dalam ketika anak sudah bisa berbicara atau memanggil ibu, serta menunjukkan reaksi terhadap kepergian dan kedatangan ibu. Misalnya, anak menangis saat ditinggal dan tenang kembali saat ibu hadir. Ini menunjukkan bahwa anak mulai memahami eksistensi ibu sebagai figur yang penting dan memberikan rasa aman. Tahapan ini sesuai dengan teori perkembangan sosial-emosional dari Juherman et al., (2022), kemampuan anak mengenali dan merespons keberadaan ibu adalah indikator munculnya fase kelekatan aktif. Anak mulai membentuk hubungan dua arah dengan ibunya, di mana komunikasi tidak hanya terjadi secara fisik tetapi juga emosional. Anak menunjukkan ekspresi senang ketika bersama ibu, serta gelisah ketika ibu tidak tampak.

Penelitian ini juga menemukan bahwa fase perkembangan kelekatan tidak hanya ditentukan oleh usia, tetapi juga oleh intensitas dan kualitas interaksi. Dengan demikian, pembentukan kelekatan bukan sekadar fase biologis, tetapi dipengaruhi oleh dinamika psikososial dalam hubungan ibu dan anak. Hal ini selaras dengan hasil penelitian Fadillah et al., (2024) yang menyebut bahwa perkembangan emosi dan bahasa anak berperan besar dalam memperkuat kelekatan. Fase kelekatan ini juga menjadi jendela bagi ibu untuk membangun respons yang lebih peka terhadap anak. Ketika anak mulai bisa menunjukkan keinginannya, ibu lebih mudah memahami kebutuhan anak, baik secara fisik maupun emosional. Ini menciptakan hubungan timbal balik yang memperkuat kelekatan, sekaligus memperbaiki kualitas pengasuhan di masa selanjutnya.

Pola Kelekatan

Pola kelekatan antara ibu dan anak yang ditemukan dalam penelitian ini tercermin dari kebiasaan dan rutinitas harian yang dilakukan bersama, seperti makan bersama, bermain, bercerita sebelum tidur, atau tidur satu kasur. Pola ini tidak terjadi secara kebetulan, melainkan merupakan hasil dari konsistensi interaksi ibu dan anak dalam kehidupan sehari-hari. Dalam narasi para ibu, aktivitas sederhana seperti mengajak anak bermain boneka, menyanyi bersama, atau hanya duduk bersebelahan sudah menjadi bentuk nyata dari kelekatan emosional.

Pola kelekatan ini menunjukkan bahwa anak merasa nyaman dan aman dalam hubungan yang penuh perhatian. Dalam hal ini, kehadiran ibu secara emosional bahkan lebih penting daripada kehadiran fisik semata. Hasil penelitian ini mendukung penelitian Tramonti et al., (2020) yang menyatakan bahwa kelekatan emosional dibangun melalui rutinitas yang bermakna dan responsif. Tidak harus momen spesial atau luar biasa, tetapi cukup dari aktivitas yang diulang dengan kehadiran emosional yang utuh. Lebih jauh lagi, pola kelekatan ini turut membentuk respons anak terhadap stres dan ketidaknyamanan. Anak yang terbiasa berada dalam hubungan yang stabil dan penuh perhatian dari ibu cenderung lebih mudah ditenangkan, lebih percaya diri, dan lebih terbuka secara sosial. Ini sejalan dengan penelitian Mustika et al. (2022) yang menyebutkan bahwa interaksi harian seperti bermain dan bercerita menjadi sarana membentuk kelekatan yang sehat, yang pada akhirnya mendukung perkembangan sosial dan emosional anak secara menyeluruh.

Dengan demikian, pola kelekatan ibu-anak merupakan hasil dari praktik pengasuhan sehari-hari yang berulang dan penuh makna. Pola ini menjadi elemen kunci dalam pengasuhan anak balita gizi kurang karena menciptakan rasa aman, stabil, dan koneksi emosional yang sangat penting untuk mendukung pemulihan dan pertumbuhan anak.

Praktik Pemberian Makan Responsivitas Pengasuh

Responsivitas ibu saat menghadapi anak yang menolak makan menjadi salah satu poin penting dalam temuan ini. Ibu cenderung tidak memaksa, memilih memberi waktu, dan menciptakan suasana yang lebih nyaman sebelum mencoba kembali. Responsifitas ini menunjukkan adanya pengakuan terhadap kebutuhan emosi anak, bukan hanya kebutuhan nutrisi. Hal ini terkait erat dengan berbagai literatur dan teori dalam bidang perkembangan anak, dimana responsivitas pengasuh terutama ibu dalam teori keterikatan yang dicetuskan oleh Bowlby dan Ainsworth, menyoroti pentingnya responsivitas ibu dalam membentuk ikatan emosional yang aman dengan anak. Selain itu, teori sosiokultural juga menekankan peran responsivitas dalam memfasilitasi perkembangan kognitif dan sosial anak melalui interaksi yang kaya dan mendukung (Bretherton, 2013).

Penelitian oleh Anggraheny & Sari (2023) menunjukkan bahwa praktik pemberian makan yang responsif dapat mencegah terjadinya stunting pada anak, karena anak menjadi lebih nyaman saat makan dan tidak merasa tertekan. Ibu yang memahami bahasa tubuh anak cenderung lebih berhasil menciptakan suasana makan yang sehat dan menyenangkan (Purnamasari et al., 2023). Hal ini diperkuat oleh studi Fauzi & Islamiah, (2023) yang menemukan bahwa praktik pemberian makan yang terlalu otoritatif seperti memaksa anak makan justru meningkatkan risiko gangguan makan dan menurunkan minat anak terhadap makanan sehat. Dalam konteks balita gizi kurang, responsifitas menjadi pendekatan kunci agar anak tetap merasa aman dan nyaman meski berada dalam tekanan asupan gizi yang perlu dikejar. Selain itu, Nafista et al., (2022) menekankan pentingnya komunikasi lembut, ekspresi wajah positif ibu, dan pemilihan waktu makan yang sesuai suasana hati anak sebagai bagian dari strategi responsif. Dalam penelitian ini, ibu menunjukkan sensitivitas tinggi terhadap sinyal kenyang dan lapar anak, meskipun beberapa ibu juga mengaku terkadang bingung saat anak sama sekali tidak menunjukkan sinyal makan.

Teknik Pemberian Makan

Teknik memberi makan dengan cara menyenangkan, seperti menyuapi sambil menyanyi, menggunakan alat makan berwarna, dan menciptakan cerita saat makan menjadi strategi yang efektif. Menurut Juherman et al., (2022), pendekatan ini tergolong dalam praktik aktif-responsif, yang mampu meningkatkan asupan makanan dan memperkuat ikatan emosional ibu-anak. Temuan ini sejalan dengan hasil Nuraini & Waroh, (2021) yang menekankan bahwa strategi makan berbasis emosi dan afeksi meningkatkan motivasi anak untuk makan, terutama pada anak dengan riwayat gizi kurang. Hal ini karena anak tidak hanya merasa dipenuhi kebutuhannya, tetapi juga merasakan kehangatan dari pengasuhnya. Teknik memberi makan kreatif seperti membuat makanan dengan bentuk menarik, atau memberikan nama-nama lucu pada makanan, bisa menurunkan stres makan pada anak dan memperbaiki persepsi anak terhadap aktivitas makan itu sendiri (Aprilia et al., 2025). Dalam penelitian ini, strategi semacam ini terbukti efektif terutama untuk anak yang mengalami penolakan makan berulang. Dengan demikian, teknik pemberian makan yang digunakan ibu tidak hanya bersifat instrumental, tetapi juga sarat akan nilai emosional dan kreativitas. Pendekatan ini bukan hanya membantu mencukupi kebutuhan gizi anak, tetapi juga menjaga hubungan emosional yang positif selama proses pemberian makan berlangsung. Oleh karena itu diperlukan intervensi berupa edukasi pada anak terkait makanan yang bergizi dan memberikan makan bersama dengan menyenangkan dan responsif.

Lingkungan Makan

Lingkungan makan yang tenang, tidak tergesa-gesa, serta minim distraksi seperti televisi dan gawai, menjadi faktor pendukung yang konsisten dijaga oleh para ibu dalam praktik pemberian makan anak. Kondisi ini sangat penting karena lingkungan yang nyaman dan aman secara emosional membantu anak fokus pada makan, meningkatkan nafsu makan, serta meminimalkan perilaku menolak makanan.

Dalam konteks ini, ibu secara aktif menyesuaikan suasana makan dengan kebutuhan dan karakteristik masing-masing anak. Beberapa anak menunjukkan kenyamanan dan rasa aman lebih besar ketika makan di ruang bermain yang sudah familiar dan menyenangkan, sedangkan anak lain lebih menikmati suasana kebersamaan di ruang keluarga yang dapat memperkuat ikatan emosional selama waktu makan. Fleksibilitas ini mencerminkan pemahaman ibu akan pentingnya responsivitas terhadap preferensi anak untuk menciptakan pengalaman makan yang positif. Pentingnya lingkungan makan yang mendukung secara emosional dan fisik sebagai bagian integral dalam meningkatkan status gizi anak. Makan bersama keluarga secara rutin tidak hanya memperkuat relasi sosial antar anggota keluarga, tetapi juga memiliki dampak signifikan terhadap peningkatan kualitas konsumsi anak secara keseluruhan (Agus Mulyana et al., 2024). Kebiasaan ini membantu membentuk pola makan yang sehat, memberikan kesempatan bagi orang tua untuk mengamati dan merespons kebutuhan anak secara langsung, serta mendorong perkembangan komunikasi yang hangat dan penuh perhatian. Lingkungan makan yang kondusif juga dapat memperkuat rasa aman dan keterikatan anak, yang pada gilirannya dapat mengurangi stres dan kecemasan saat makan, faktor yang diketahui berkontribusi pada masalah makan pada anak dengan risiko gizi kurang (Hawazen & Anwar, 2024). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa lingkungan makan yang minim gangguan dari media elektronik dapat meningkatkan asupan gizi anak. Penelitian oleh Susnita & Iftitah, (2024) menekankan bahwa makan dalam suasana yang tenang dan interaktif dapat memfasilitasi pengembangan perilaku makan yang sehat pada anak usia dini. Selain itu, penelitian oleh Mutiaraningrum et al., (2023) menemukan bahwa keterlibatan orang tua dalam makan bersama anak secara rutin berhubungan positif dengan peningkatan pola makan seimbang dan pengurangan risiko obesitas maupun gizi kurang pada anak. Hal ini juga didukung penelitian oleh Anisafitri et al., (2023) yang menyatakan bahwa makan bersama keluarga secara konsisten memperkuat ikatan emosional dan memberikan kesempatan untuk komunikasi yang memperkuat rasa aman anak.

Perhatian terhadap suasana makan yang minim gangguan seperti gawai dan televisi menunjukkan kesadaran ibu akan pentingnya kualitas interaksi sosial dalam keluarga. Konsep parenting responsif yang menempatkan perhatian penuh pada anak selama aktivitas penting seperti makan, sehingga anak merasa dihargai dan diprioritaskan. Bentuk *emotional bonding* ditandai oleh komunikasi hangat, kontak fisik, dan perhatian saat makan. Namun, ditemukan juga praktik pemberian makan negatif seperti memaksa anak makan atau memberi makanan cepat saji karena keterbatasan waktu dan pemahaman gizi. Keinginan untuk memberikan yang terbaik secara emosional kepada anak sering kali tidak sejalan dengan tantangan praktis yang dihadapi, seperti kondisi sosial ekonomi yang terbatas dan rendahnya tingkat pengetahuan gizi. Hal ini turut berkontribusi pada masalah gizi kurang, terutama pada balita. Dengan demikian, lingkungan makan yang terorganisir dengan baik bukan hanya soal fisik atau teknis, tetapi juga merupakan wujud konkret dari peran ibu dalam menciptakan ikatan emosional dan mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

KESIMPULAN

Kesimpulan pada penelitian ini *emotional bonding* yang baik antara ibu dan anak balita terjalin kuat melalui ekspresi fisik, verbal, dan emosional, meskipun dalam kondisi keterbatasan gizi. Proses kelekatan berkembang secara bertahap seiring dengan penambahan usia dan kualitas interaksi ibu dan anak, serta diperkuat oleh rutinitas yang konsisten dan penuh kehangatan. Praktik pemberian makan yang responsif dan menyenangkan membantu mengatasi tantangan makan pada anak. Penelitian ini memberikan pemahaman fenomenologis yang mendalam mengenai pengalaman ibu *emotional bonding* dengan balita disertai praktik pemberian makan yang baik dapat mencegah gizi kurang pada balita. Saran penelitian selanjutnya menggunakan metode kuantitatif untuk menguji hubungan antar variabel pada

sampel yang lebih besar, atau penelitian aksi (*action research*) untuk merancang dan menguji intervensi berbasis temuan studi ini di lokasi penelitian yang sama pada penelitian ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya atas dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini dan Puskesmas Tanah Kali Kedinding Surabaya atas ijin penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mulyana, Dela Lestari, Dhilla Pratiwi, Nabila Mufidah Rohmah, Nabila Tri, Neng Nisa Audina Agustina, & Salma Hefty. (2024). Menumbuhkan Gaya Hidup Sehat Sejak Dini Melalui Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 2(2), 321–333. <https://doi.org/10.55606/jubpi.v2i2.2998>
- Anisafitri, S. A., Herdiani, N., & Monitasari, K. P. (2023). Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan ibu balita melakukan kunjungan ke posyandu di wilayah kerja Puskesmas Pucangsewu Kota Surabaya. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 2(3), 634–641. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v2i3.1995>
- Annisa Nuradhiani. (2023). Faktor Risiko Masalah Gizi Kurang pada Balita di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat Dan Sosial*, 1(2), 17–25. <https://doi.org/10.59024/jikas.v1i2.285>
- Aprilia, P. D., Ivaniarahma, I., Yulsi, Y., Fitriani, D. A., Afifah, D., Maghfirah, F., & Wahyuningsih, T. (2025). Strategi pendidik dalam menumbuhkan sikap toleransi di taman kanak-kanak. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 8(2), 636–646. <https://doi.org/10.59024/jikas.v1i2.285>
- Borelli, J. L., Lai, J., Smiley, P. A., Kerr, M. L., Buttitta, K., Hecht, H. K., & Rasmussen, H. F. (2021). Higher maternal reflective functioning is associated with toddlers' adaptive emotion regulation. *Infant Mental Health Journal*, 42(4), 473–487. <https://doi.org/10.1002/imhj.21904>
- Bretherton, I. (2013). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. In *Attachment theory* (pp. 45–84). Routledge.
- Fadillah, S. S. A., Yulianty, E. F., & Riany, Y. E. (2024). Pengaruh Pola Asuh Afeksi dan Kualitas Emotional Bonding Ibu terhadap Perkembangan Anak Usia 3-4 Tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(4), 757–764. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i4.5833>
- Fauzi, R., & Islamiah, M. N. (2023). Pola Asuh Orang Tua Dalam Kajian Komunikasi: Implikasi Terhadap Hubungan Keluarga. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 5(1), 64–88. <https://ejournal.metrouniv.ac.id/JBPI/article/view/6576>
- Hawazen, H., & Anwar, R. (2024). Hubungan pengetahuan ibu, pola asuh dan sanitasi lingkungan dengan kejadian wasting pada balita. *Jurnal Riset Pangan Dan Gizi*, 6(1), 48–56. <https://doi.org/10.31964/jr-panzi.v6i1.172>
- Holmes, J. (2014). *John Bowlby and attachment theory*. Routledge.
- Hurriyati, D., & Nastaqim, G. (2025). Psikoedukasi Pola Asuh Ibu Yang Memiliki Anak Stunting Kelurahan Keramat Raya. *JUAN: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 2(1), 34–46. <https://doi.org/10.63545/juan.v2.i1.85>
- Juherman, Y. N., Sutrio, S., Mulyani, R., & Wahyuni, E. S. (2022). Analisis Kualitatif Praktik Pemberian Makan Pada Bayi dan Anak di Wilayah Kerja Puskesmas Rajabasa Kota Bandar Lampung. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 115–1128.
- Karwati, L., Ajizah, N., Tsuraya, G., & Muhajir, F. Q. (2024). *Pendidikan Keluarga*. Bayfa Cendekia Indonesia.
- Kemenkes RI. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Badan Kebijakan Pembangunan

Kesehatan.

- Mahmood, L., Flores-Barrantes, P., Moreno, L. A., Manios, Y., & Gonzalez-Gil, E. M. (2021). The Influence of Parental Dietary Behaviors and Practices on Children's Eating Habits. *Nutrients*, 13(4), 1138. <https://doi.org/10.3390/nu13041138>
- Media, Y., & Elfemi, N. (2021). Permasalahan Sosial Budaya Dan Alternatif Kebijakan Dalam Upaya Penanggulangan Stunting Pada Balita Di Kabupaten Solok, Provinsi Sumatera Barat. *Jurnal Ekologi Kesehatan*, 20(1), 56–68. <https://doi.org/10.22435/jek.v20i1.4130>
- Mekouar, M. A. (2024). Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). *Yearbook of International Environmental Law*, 34(1), yvae031. <https://doi.org/10.1093/yiel/yvae031>
- Muhammad R. D. Mustakim, Irwanto, Roedi Irawan, Mira Irmawati, & Bagus Setyoboedi. (2022). Impact of Stunting on Development of Children between 1-3 Years of Age. *Ethiopian Journal of Health Sciences*, 32(3). [10.4314/ejhs.v32i3.13](https://doi.org/10.4314/ejhs.v32i3.13)
- Mutiaraningrum, I., Herdiani, N., & Monitasari, K. P. (2023). Hubungan Keaktifan Balita Datang ke Posyandu dengan Kejadian Balita Bawah Garis Merah (BGM). *Jurnal Promotif Preventif*, 6(4), 564–569. <https://doi.org/10.47650/jpp.v6i4.869>
- Nafista, U. F., Nurhaeni, N., & Rachmawati, I. N. (2022). Keterkaitan Pemilihan Keberagaman dengan Status Gizi Anak. *Jurnal Penelitian Kesehatan "Suara Forikes" (Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 13(3), 617–623. <http://dx.doi.org/10.33846/sf.v13i3.2160>
- Ningsih, S., Puspitasari, D. I., Isnaeni, F. N., & Setiyaningrum, Z. (2023). Hubungan praktik pemberian makan dan hygiene sanitasi lingkungan dengan kejadian stunting pada balita usia 24-59 bulan. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 6(2), 426–435. <https://doi.org/http://ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id/index.php/PNJ/index>
- Nuraini, I., & Waroh, Y. K. (2021). Pelatihan Pengaturan Porsi Makan Balita Melalui Metode Emotional Demonstration Sebagai Upaya Mencegah Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat IPTEKS*, 7(2), 271–275. <https://doi.org/10.32528/jpmi.v7i2.4835>
- Purnamasari, M., Febriani, D., & Ramawati, D. (2023). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Responsive Feeding Dengan Status Gizi Balita Usia 12-36 Bulan Di Pujotirto Kabupaten Kebumen. *Jurnal Keperawatan Sisthana*, 8(1), 12–16. <https://doi.org/10.55606/sisthana.v8i1.223>
- Salvia, D., Rahma, C., Mulyani, I., & Marniati, M. (2024). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ibu dalam Memberikan Makanan Tambahan bagi Balita di Desa Rundeng. *Polyscopia*, 1(4), 248–253. <https://doi.org/10.57251/polyscopia.v1i4.1443>
- Sethi, P., Prajapati, A., Mishra, T., Chaudhary, T., & Kumar, S. (2022). Effects of malnutrition on brain development. In *Nutrition and psychiatric disorders* (pp. 75–88). Springer.
- Sukatin, S., Chofifah, N., Turiyana, T., Paradise, M. R., Azkia, M., & Ummah, S. N. (2020). Analisis Perkembangan Emosi Anak Usia Dini. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 5(2), 77–90. <https://doi.org/10.14421/jga.2020.52-05>
- Susnita, Y. I., & Iftitah, S. L. (2024). Penerapan Pola Makan Bergizi untuk Kecerdasan Anak Usia Dini di PAUD Ramah Anak. *Kiddo: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 350–365. <https://doi.org/10.19105/kiddo.v1i1.12962>
- Teena, K. A., Srikanthi, N. A., Pratama, R., & Suprayogi, M. N. (2021). Pengaruh Kelekatan Anak dengan Orang Tua terhadap Perkembangan Kognitif Anak dan Remaja. *Prosiding Konferensi Nasional Psikologi Kesehatan*, 191–199. <https://doi.org/10.33476/knpk.v4i1.5334>
- Tramonti, F., Petrozzi, A., Burgalassi, A., Milanfranchi, A., Socci, C., Belviso, C., Mainardi, C., Albanesi, G., & Guglielmi, P. (2020). Family functioning and psychological distress in a sample of mental health outpatients: Implications for routine examination and screening. *Journal of Evaluation in Clinical Practice*, 26(3), 1042–1047. <https://doi.org/10.1111/jep.13253>