

HUBUNGAN PERILAKU MAKAN DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SEKOLAH DASAR NEGERI PAJARAN 1 REMBANG KABUPATEN PASURUAN

Rindi Widia aristi¹, Rahmawati Maulidia², Rizky Bahtiar Ardiansyah³

^{1,2,3}Stikes Maharani

Email: rindiwidiaaristi03.com@gmail.com¹, rahmawatimaulidia61@gmail.com²,
rizkibahtiyar94@gmail.com³

ABSTRAK

Perilaku makan merupakan kebiasaan yang dilakukan anak usia sekolah yang dimana berkaitan dengan konsumsi makanan dan mencakup seperti jenis makanan, jumlah, frekuensi mengkonsumsi makanan. Status gizi merupakan salah satu indikator yang penting untuk kesehatan. Gizi yang baik tidak hanya mendukung pertumbuhan fisik yang optimal, tetapi juga berperan penting dalam perkembangan kognitif maupun belajar. Desain dari penelitian ini adalah merupakan desain penelitian kuantitatif dengan korelasional dengan pendekatan *crossectional* dengan kejadian saat ini. Sampel pada penelitian ini sebanyak 106 ibu yang memiliki anak di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan dan dikumpulkan dengan metode stratifikasi random sampling. Penelitian ini menunjukkan tidak adanya hubungan antara perilaku makan dengan status gizi pada anak usia sekolah dengan nilai *p-value* sebesar -0,104 (*p-value* >0,05). Perilaku makan yang sehat pada anak usia sekolah seperti mengonsumsi makanan seimbang dan cukup sesuai kebutuhan tubuh, sangat penting untuk mencapai status gizi yang baik. Sebaliknya, perilaku makan yang tidak sehat berisiko menyebabkan berbagai masalah gizi, baik kekurangan maupun kelebihan. Banyak faktor yang mempengaruhi hal tersebut yang bisa mengakibatkan antar keduanya tidak terdapat hubungan. Oleh karena itu perilaku makan dan status gizi harus selalu diperhatikan. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan perilaku makan anak. Diharapkan dapat memberikan informasi tentang status gizi anak sehingga dapat memperbaiki status gizi anak usia sekolah di SDN Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan.

Kata Kunci: Perilaku Makan, Status Gizi, Anak Usia Sekolah.

ABSTRACT

Eating behavior is a habit carried out by school-age children which is related to food consumption and includes such as types of food, quantity,

frequency of consuming food. Nutritional status is one of the important indicators for health. Good nutrition not only supports optimal physical growth, but also plays an important role in cognitive development and learning. The design of this study is a quantitative research design with a correlation with a cross-sectional approach with current events. The sample in this study was 106 mothers who had children at Pajaran 1 Rembang Elementary School, Pasuruan Regency and were collected using the random sampling stratification method. This study shows no relationship between eating behavior and nutritional status in school-age children with a p-value of -0.104 ($p\text{-value} > 0.05$). Healthy eating behavior in school-age children such as consuming balanced and sufficient food according to body needs, is very important to achieve good nutritional status. Conversely, unhealthy eating behavior is at risk of causing various nutritional problems, both deficiencies and excesses. Many factors influence this which can result in there being no relationship between the two. Therefore, eating behavior and nutritional status must always be considered. There is no significant relationship between nutritional status and children's eating behavior. It is expected to provide information on children's nutritional status so that it can improve the nutritional status of school-age children at SDN Pajaran 1 Rembang, Pasuruan Regency.

Keywords: *Eating Behavior, Nutritional Status, School-Age Children.*

PENDAHULUAN

Status gizi merupakan salah satu keadaan dimana keseimbangan nutrisi dalam bentuk perwujudan nutrisi. Permasalahan gizi pada siswa sekolah dasar masih sangat serius. Akibat gizi buruk yang dapat ditimbulkan dari kurangnya gizi antara lain: Lemas dan lesu, kehilangan nafsu makan, kulit kering, rambut rontok, masuk angin ringan, diare, kesemutan, dan nyeri yang memerlukan waktu lama untuk sembuh. Dampak dari masalah gizi berbeda-beda tergantung pada status gizi. Gizi buruk dapat meningkatkan risiko penyakit menular. Untuk menjamin tumbuh kembang yang optimal harus memastikan anak terbebas dari segala bentuk permasalahan gizi, termasuk gizi buruk (Charina *et al.*, 2022).

Salah satu indikator paling penting dari kesehatan dan kesejahteraan anak usia sekolah adalah kondisi gizi mereka. Pola makan yang sehat sangat penting untuk pembelajaran dan perkembangan kognitif selain untuk mendorong pertumbuhan fisik sebaik mungkin. Namun, kebiasaan makan dan pola makan anak-anak telah berubah akhir-akhir ini, sehingga menimbulkan kekhawatiran yang serius. Obesitas dan malnutrisi merupakan salah satu masalah gizi yang disebabkan oleh meningkatnya penggunaan makanan olahan dan cepat saji. Anak-anak di sekolah harus mengonsumsi lebih banyak makanan karena sangat penting untuk

pertumbuhan dan perkembangan mereka saat mereka mendekati masa pubertas. Karena kecenderungan mereka untuk beraktivitas, anak laki-laki membutuhkan lebih banyak sumber energi dan nutrisi daripada anak perempuan. Namun, jika asupan makanan mereka tidak seimbang, hal ini dapat menyebabkan masalah gizi. (Ramadhani dkk., 2023)

Mengingat kualitas makanan yang masuk ke dalam tubuh menentukan status gizi, perilaku makan anak sekolah dapat dipahami sebagai kebiasaan makan yang perlu diperhatikan. Menurut Bektas dkk. (2020), mayoritas anak menunjukkan kebiasaan makan yang buruk, seperti mengonsumsi makanan manis dan minuman secara berlebihan (65,2%), sayur secukupnya (93,6%), dan buah (62,1%). Selain itu, 60% anak tidak sarapan.

Menurut kajian Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2022, terdapat 148,1 juta anak balita yang bertubuh pendek untuk usianya, 45,0 juta yang bertubuh kurus untuk tinggi badannya, dan 37,0 juta yang bertubuh gemuk. Sebaliknya, statistik Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 mengungkapkan bahwa 6,8% anak Indonesia usia 5-12 tahun bertubuh kurus dan 2,5% bertubuh sangat kurus, dengan indeks massa tubuh/usia 9,3. Masalah obesitas pada anak, dengan total skor 20,6-11,1% gemuk dan 9,5% sangat gemuk (obesitas). Riskesdas (2018) menyebutkan bahwa yang bertubuh pendek adalah 23,6, dengan 16,9% bertubuh pendek dan 6,7% bertubuh sangat pendek.

Jawa Timur menempati peringkat ke-25 dalam Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan, dengan 19,2% penduduk tinggal di Jawa Timur pada tahun 2022, menurut data yang dihimpun dari daerah tersebut. Jawa Timur berhasil menurunkan skor status gizi dari tahun sebelumnya sebesar 4,3 poin. Menurut statistik dari Kota Malang pada tahun 2020, 56,43% dari 58.862 siswa sekolah dasar memiliki berat badan tersebut. Pada tahun 2022, menurut statistik penduduk Kabupaten Pasuruan, angkanya sebesar 20,50%, sementara pada tahun 2023, angkanya sebesar 7,20%.

Anak usia sekolah adalah remaja awal yang sedang memasuki masa pubertas dan usianya bervariasi antara 6 sampai 12 tahun. Secara umum, anak usia sekolah memiliki pola makan yang lebih baik dibandingkan dengan balita. Anak usia sekolah dasar (SD) berusia enam sampai dua belas tahun. Pola makan yang sehat sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak agar terhindar dari berbagai kelainan. Anak yang pola makannya tidak baik juga akan mengalami penurunan sistem imun. Aktivitas anak yang tinggi dan pola makan yang tidak teratur dapat menyebabkan ketidakseimbangan antara kecukupan dan kecukupan

gizi. Pilihan makanan, frekuensi makan, porsi, dan kebiasaan makan sehari-hari merupakan beberapa faktor yang memengaruhi perilaku makan anak usia sekolah (Hasrul et al., 2020).

Kepala sekolah dan guru BK (Bimbingan Konseling) SDN Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan dalam wawancara yang dilakukan pada tanggal 8 Juni 2024 menyatakan bahwa sebagian siswa mengalami gizi kurang yang dibuktikan dengan tinggi badan dan berat badan yang rendah, serta pola makan siswa lebih banyak mengonsumsi makanan cepat saji dan cemilan daripada makanan bergizi seperti protein dan sayur. Berdasarkan hasil observasi, khususnya pada sepuluh anak usia 7-12 tahun yang diwawancarai pada saat bermain, diketahui bahwa enam (60%) dari sepuluh anak tersebut memilih jenis makanan tertentu, seperti jarang sekali mengonsumsi sayur dan protein serta tidak ada buah atau sayur pada bekal makan siang yang dibawa siswa. Ketiga (3%) anak yang mengalami gizi buruk tersebut adalah seorang anak laki-laki berusia 8 tahun dengan berat badan 20 kg dan tinggi badan 117 cm, seorang anak perempuan berusia 10 tahun dengan berat badan 29 kg dan tinggi badan 140 cm, dan seorang anak laki-laki berusia 12 tahun dengan berat badan 30 kg dan tinggi badan 130 cm. Sementara itu, satu-satunya (1%) anak yang mengalami kegemukan atau obesitas adalah seorang anak laki-laki berusia 12 tahun dengan berat badan 81,10 kg dan tinggi badan 146 cm. Berbeda dengan porsi makan anak-anak pada umumnya, anak tersebut memilih untuk mengonsumsi makanan yang tinggi lemak dan kuantitasnya. Karena banyaknya siswanya yang bersekolah di desa-desa terpencil, maka SD Negeri 1 Pajaran Rembang menjadi salah satu Sekolah Dasar Negeri di Pajaran Rembang yang akan dijadikan sebagai lokasi penelitian. Belum pernah dilakukan penelitian kesehatan yang membandingkan status gizi dan kebiasaan makan di Sekolah Dasar Negeri tersebut.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah Di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasi *cross-sectional*. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara kebiasaan makan anak usia sekolah dengan status gizi di Sekolah Dasar Negeri 1 Pajaran Rembang. Populasi penelitian terdiri dari 145 siswa. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 13–18 September 2024 menggunakan pendekatan Probabilitas sebagai metode pengambilan sampel, dengan

menggunakan tipe sampel Proportinate Stratified Random sehingga 106 responden di antara anggota populasi yang dipilih sebagai sampel. Penelitian ini akan menggunakan Kuesioner *Children Eating Behavior Questionnaire (CEBQ)* sebagai instrumen untuk mengukur perilaku makan dan Pengukuran Antropometri IMT (BB dan TB) sebagai instrumen untuk mengukur status gizi. Data yang diperoleh akan diolah menggunakan koefisien korelasi Spearman untuk menggambarkan hubungan antara variabel penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik yang dimiliki oleh 106 responden dalam penelitian ini sebagai berikut

Tabel 1 Distribusi Frekuensi berdasarkan Usia Ibu di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1
Rembang Kabupaten Pasuruan

usia	frekuensi	Presentas (%)
17-25 tahun (remaja akhir)	61	57,5
35-45 tahun (dewasa akhir)	21	19,8
46-55 tahun (lansia awal)	24	22,6
Total	106	100

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 dapat diketahui bahwa usia ibu lebih dari setengahnya berusia 17-25 tahun dengan total 61 (57,5) responden. Di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi berdasarkan pekerjaan ibu di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1
Rembang Kabupaten Pasuruan

pekerjaan	frekuensi	Presentase (%)
IRT	86	81,1
swasta	12	11,3
wiraswasta	8	7,5
Total	106	100

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 dapat diketahui bahwa hampir lebih dari setengahnya bekerja sebagai IRT (Ibu Rumah Tangga) dengan total 86 (81,1) responden di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi berdasarkan pendidikan terakhir ibu di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan

pendidikan	frekuensi	Presentase (%)
SD	87	82,1
SMP	9	8,5
SMA	4	3,8
Tidak Sekolah	6	5,7
Total	106	100

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3 dapat diketahui bahwa lebih dari setengahnya ibu Pendidikan terakhir dengan total 87 (82,1) responden adalah berpendidikan terakhir SD / sederajat di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi berdasarkan jenis kelamin anak di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan

jenis kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki-laki	56	52.8
Perempuan	50	47.2
Total	106	100

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4 dapat diketahui bahwa lebih dari setengahnya responden berjenis kelamin laki-laki dengan total 56 (52,8) di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan.

Tabel 5 Distribusi Frekuensi berdasarkan usia anak di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan

usia	frekuensi	Presentas (%)
6-10 tahun (anak-anak)	99	93,3
10-13 tahun (remaja awal)	7	6,6
Total	106	100

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5 dapat diketahui bahwa lebih dari setengahnya berusia 6-10 tahun dengan total (93,3) responden di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan pada siswa kelas I s/d kelas V.

Tabel 6 Distribusi Frekuensi berdasarkan kelas anak di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan.

Kelas	Frekuensi	Presentase (%)
kelas 1	27	25.5
kelas 2	15	14.2
kelas 3	29	27.4
kelas 4	19	17.9
kelas 5	16	15.1
Total	106	100

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 6 dapat diketahui bahwa sebagian besar berada pada kelas 3 SD dengan total 29 (27,4) di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan pada siswa kelas I s/d kelas V.

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Perilaku Makan di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan pada siswa kelas I s/d kelas V.

Perilaku Makan	Frekuensi	Presentase (%)
penyuka makan	47	44,3
penghindar makan	59	55,7
Total	106	100

Berdasarkan hasil penelitian pada 7 menunjukkan bahwa pada perilaku makan anak sebanyak 59 anak menghindari makan (55,7%), sedangkan anak yang memiliki penyuka makan sebanyak 47 anak (44,3%). Sehingga disimpulkan untuk perilaku makan mayoritas sebanyak 59 anak menghindari makan pada siswa Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan pada siswa kelas I s/d kelas V.

Tabel 8 Karakteristik Status Gizi pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan pada siswa kelas I s/d kelas V

Status Gizi	Frekuensi	Presentase (%)
normal	42	39,6
kurus	23	21,7
gemuk	41	38,7
Total	106	100

Tabel 8 yang menyajikan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 42 anak (39,6%) responden memiliki status gizi normal, sedangkan 23 anak (21,7%) dan 41 anak (38,7%) termasuk dalam kelompok kurus. Mayoritas anak, yaitu 42 anak (39,7%) responden di SDN

Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan, kelas I sampai dengan V, memiliki status gizi normal, dapat diketahui.

Tabel 9 Tabulasi Silang Terkait Hubungan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah Di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan

Periku Makan	Status Gizi								
	Normal		Gemuk		Kurus		Total		Total
	f	%	f	%	f	%	f	%	%
Penyuka Makan	7	16,7	40	97,6	0	0,0	47	44,3	100
Penghindar Makan	35	83,3	1	2,4	23	100,0	59	55,7	100
Total	42	100,0	41	100,0	23	100,0	106	100,0	100

Berdasarkan temuan penelitian, khususnya hasil tabulasi silang pada tabel 9, terlihat jelas bahwa dari 106 responden, mayoritas responden yang melakukan perilaku makan menghindari makanan memiliki status gizi normal (35, atau 83,3), sedangkan responden yang termasuk dalam kategori pecinta makanan memiliki status gizi obesitas (40, atau 97,6). Hampir setengah dari responden dengan status gizi obesitas dan memiliki status gizi normal.

Tabel 10 Analisa Hubungan Antara Variabel

Hubungan antar variabel	<i>p</i>	<i>r</i>
Hubungan perilaku makan dengan status gizi	>0,05	-0,104

Hasil analisis uji statistik peringkat sperma IBM SPSS 25 didukung oleh tabel 10. Nilai signifikansi (sig.2-tailed) -0,104 (> 0,05) menunjukkan bahwa tidak ada korelasi bermakna antara kebiasaan makan dan status gizi, sehingga menolak Ha. Dua variabel tidak bergerak ke arah yang sama, meskipun nilai koefisiennya 0,104, yang menunjukkan bahwa hubungannya lemah dan tandanya signifikan.

Pembahasan

Perilaku Makan Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan dengan jumlah sampel 106 responden didapatkan hasil bahwa sebanyak 47 (44,3%) responden memiliki perilaku makan yaitu penyuka makanan, dan sebanyak 59

(55,7%) responden memiliki perilaku makan yaitu penghindar makanan. Usia ibu dapat mempengaruhi perilaku makan anak. Usia ibu 17-35 tahun dengan kategori penyuka makanan sebanyak 32 (54,3%) anak, penghindar makanan sebanyak 29 (61,7%) anak dengan total 61 (57,5%). Sedangkan usia ibu 36-45 tahun dengan kategori penyuka makanan sebanyak 8 (17,0%) anak, penghindar makanan sebanyak 13 (22,0%) anak dengan total 21 (19,8%), dan usia ibu 46-55 tahun sebanyak 10 (21,3%) anak, penghindar makanan sebanyak 14 (23,7%) anak dengan total 24 (22,6%). Sehingga dapat disimpulkan usia ibu yang mempengaruhi perilaku makan anak lebih cenderung ke penyuka makanan yaitu (61,7%) anak. Pekerjaan ibu dapat mempengaruhi perilaku makan anak seberapa besar ibu bekerja sebagai IRT (Ibu Rumah Tangga) yang cenderung memiliki perilaku makan penghindar makanan sebanyak 46 (78,0%) anak, penyuka makanan sebanyak 40 (85,1%) anak dengan total 86 (81,1) anak. Sedangkan pekerjaan swasta dengan kategori penyuka makanan sebanyak 4 (8,5%) anak, penghindar makanan sebanyak 8 (13,6%) anak dengan total 12 (11,3%), dan pekerjaan wiraswasta dengan kategori penyuka makanan sebanyak 3 (6,4%) anak dan penghindar makanan sebanyak 5 (8,5%) anak dengan total 8 (7,5%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa pekerjaan ibu yang cenderung mempengaruhi perilaku makan anak adalah IRT (Ibu Rumah Tangga) yang memiliki kategori penghindar makanan sebanyak 46 (78,0%) anak. Pendidikan terakhir ibu dapat mempengaruhi perilaku makan anak. Pendidikan ibu SD dengan kategori penyuka makanan sebanyak 39 (83,0%) anak, penghindar makanan sebanyak 48 (81,4%) anak dengan total 87 (82,1%). Sedangkan pendidikan SMP dengan kategori penyuka makanan sebanyak 4 (8,5%) anak, penghindar makanan sebanyak 5 (8,5%) anak dengan total 9 (8,5%), pendidikan SMA dengan kategori penyuka makanan sebanyak 3 (6,4%) anak, penghindar makanan sebanyak 1 (1,7%) anak dengan total 4 (3,8%). Dan pendidikan Tidak Sekolah dengan kategori penyuka makan sebanyak 1 (2,1%), penghindar makanan sebanyak 5 (8,5%) anak dengan total 6 (5,7%). Sehingga dapat disimpulkan pendidikan terakhir ibu yang mempengaruhi perilaku makan anak lebih cenderung ke penghindar makanan yaitu 48 (81,4%) anak. Jenis kelamin dapat mempengaruhi perilaku makan. Jenis kelamin sebagian besar berjenis laki-laki dengan perilaku makan penghindar makanan sebanyak 35 (59,3%) anak, penyuka makanan sebanyak 23 (48,9%) anak dengan total 58 (54,7%) anak dan jenis kelamin perempuan dengan kategori penyuka makanan sebanyak 24 (51,1%) anak, penghindar makanan sebanyak 24 (40,7%) dengan total 48 (45,3%) anak. Sehingga dapat disimpulkan

bahwa jenis kelamin anak yang cenderung memiliki kategori penghindar makanan adalah anak laki-laki dengan total 58 (54,7%).

Usia ibu, pekerjaan, pendidikan terakhir, jenis kelamin, pantangan, pengetahuan, jumlah anggota keluarga, tingkat pendapatan orang tua, dan pola asuh merupakan faktor-faktor yang memengaruhi pola makan anak. Dalam hal mengendalikan kebiasaan makan, anak usia sekolah memerlukan bimbingan orang tua. Meskipun mungkin sulit untuk mengubah kebiasaan makan dan berat badan anak secara langsung, praktik pemberian makan oleh orang tua dapat menjadi target intervensi yang ideal untuk menghentikan anak-anak mengembangkan kebiasaan makan yang tidak sehat dan menjadi kelebihan berat badan atau kekurangan berat badan. Ada sejumlah masalah dengan konsumsi makanan anak usia sekolah, seperti rendahnya variasi makanan yang mereka makan, kesulitan dalam mengendalikan pola makan mereka, ketidaksukaan mereka terhadap buah dan sayur, dan preferensi mereka terhadap junk food sebagai camilan (Syahroni 2021).

Mengonsumsi makanan merupakan suatu kebiasaan yang melibatkan jenis makanan, jumlah, frekuensi, dan distribusi makanan di seluruh keluarga, serta cara memilih makanan dan bagaimana kebiasaan keluarga memengaruhi perilaku makan. Menurut hipotesis Noor Maziyati Nida (2021), mayoritas anak muda yang menunjukkan perilaku makan suka makan, meskipun mereka lebih jarang menghindari makan. Penelitian ini mendukung pandangan tersebut. Ketika hal ini memengaruhi kesehatan dan status gizi anak, orang tua mungkin merasa khawatir.. Menurut hipotesis (Marks, 2020), anak muda yang menunjukkan perilaku makan menghindar terkadang menggunakan rempah-rempah dalam jumlah berlebihan untuk makanan yang mereka yakini dapat membantu mereka menurunkan berat badan. Asupan cairan dalam jumlah besar dapat membantu mengurangi nafsu makan, dan bukan hal yang aneh bagi penderita gangguan makan untuk mengonsumsi susu rendah lemak atau udara dalam jumlah besar dengan harapan dapat mencegah penambahan berat badan. Tindakan para pemakan berlebihan dalam penelitian ini mendukung hipotesis (Marks, 2020) bahwa anak muda yang makan berlebihan terlebih dahulu mengalami rasa lapar. Penyebab terbesar makan berlebihan adalah rasa lapar, dan para pemakan berlebihan sering kali melewatkan sarapan dan makan siang sebelum makan berlebihan di malam hari sebagai reaksi terhadap isyarat lapar dari tubuh mereka.

Daya tahan dan kesehatan mereka yang luar biasa memungkinkan mereka untuk terlihat ambisius, kreatif, energik, cepat, dan proaktif dalam berbagai aktivitas. Pada usia ini, mereka juga mulai menerima dan memikul lebih banyak kewajiban daripada kelompok usia sebelumnya. Orang dewasa awal benar-benar membutuhkan dan sangat penting dalam memenuhi tugas perkembangan mereka untuk menghindari masalah besar dalam hidup mereka dan benar-benar menikmati kehidupan yang akan mereka jalani di masa depan. Hurlock menguraikan tugas- tugas perkembangan orang dewasa awal dalam Haspari 2021. Tugas-tugas ini meliputi mencari pekerjaan, memilih pasangan hidup, belajar bagaimana hidup sebagai suami istri, membesarkan anak-anak, menjalankan rumah tangga, mengambil tanggung jawab sipil, dan berintegrasi ke dalam kelompok sosial.

Dalam situasi ini, ibu lebih bertanggung jawab atas peran mereka dalam mendidik anak, termasuk memberi mereka makan untuk mendukung perkembangan mereka dan kelangsungan hidup anggota keluarga lainnya. Agar anggota keluarga tidak kehilangan minat terhadap makanan yang mereka sajikan, ibu lebih inventif saat merancang menu dan berinisiatif untuk menciptakan menu baru (Haspari et al., 2021).

Dalam kasus ini, keluarga dengan satu pekerja akan memiliki ibu yang berpenghasilan lebih sedikit daripada keluarga dengan ibu yang bekerja dan orang lain. Ibu memiliki lebih banyak waktu luang untuk menghabiskan lebih banyak waktu dengan anak-anaknya, yang merupakan salah satu keuntungan dari keluarga ini. Ibu yang tidak bekerja merupakan mayoritas dari mereka yang menjawab, yang berarti mereka memiliki banyak waktu untuk mengabdikan diri kepada keluarga mereka. Menurut Suraji et al. (2021), waktu ibu dapat digunakan untuk mengasuh anak, menyiapkan makanan, mengatur pola makan, dan menyediakan makanan bergizi.

Salah satu unsur yang memengaruhi kapasitas orang tua dalam mengolah informasi yang mereka peroleh untuk diri mereka sendiri dan keluarga, termasuk cara membesarkan anak dan makan sehat, adalah pendidikan. Pengetahuan, sikap, dan perilaku seseorang tentang gizi dan kebiasaan makan meningkat seiring dengan tingkat pendidikannya, dan hal ini berdampak pada jenis dan jumlah makanan yang diberikan kepada anak. Menurut penelitian lain, mereka yang berpendidikan rendah cenderung lebih mempertahankan kebiasaan makan, sehingga sulit bagi mereka untuk menerima informasi baru dan mengubah keyakinan mereka tentang kebiasaan makan sehat (Prihayanti, N.K.T et.al 2021).

Karena jenis kelamin seseorang menentukan seberapa banyak nutrisi yang dibutuhkan, jenis kelamin memengaruhi seberapa penting asupan makanan. Dibandingkan dengan perempuan, anak laki-laki membutuhkan lebih banyak makanan karena mereka membutuhkan lebih banyak protein dan energi. Menurut penelitian lain sebelumnya tentang subjek tersebut, jenis kelamin anak memengaruhi preferensi makanan mereka. Anak laki-laki lebih cenderung tidak menyukai makanan yang mengandung sayuran daripada anak perempuan, dan akibatnya, kebiasaan makan anak laki-laki secara umum lebih buruk daripada anak perempuan (Astuti et al., 2021).

Peneliti berpendapat bahwa jika penghindaran makanan dibiarkan berlanjut, hal itu akan berdampak negatif pada kemampuan anak untuk menurunkan berat badan, kesehatan mereka secara keseluruhan, dan kondisi gizi mereka. Oleh karena itu, para ibu harus mengawasi kebiasaan makan anak-anak mereka. Ketika anak-anak usia sekolah mencoba makanan yang belum pernah mereka lihat sebelumnya atau tidak mereka sukai, mereka sering menolaknya. Anak-anak sering kali meningkatkan asupan makanan mereka secara substansial sebagai akibat dari stres; hal ini berbahaya karena dapat menyebabkan penumpukan lemak berlebihan dan penambahan berat badan. Para orang tua harus memantau kebiasaan makan anak-anak mereka karena, dalam beberapa kasus, jika orang tua memainkan peran positif dalam kehidupan anak-anak mereka, mereka akan makan dengan sehat dan konsisten. Kebiasaan makan anak dapat dipengaruhi oleh usia ibu karena, pada usia ini, ibu mulai mengambil lebih banyak tanggung jawab daripada kelompok usia sebelumnya, oleh karena itu ia kurang memperhatikan kebiasaan makan anak. Banyak variabel, termasuk keahlian, pemahaman gizi, kesabaran dan disiplin dalam mengendalikan makanan anak, situasi ekonomi, dan tingkat aktivitas fisik, memengaruhi perilaku makan ibu seiring bertambahnya usia. Ibu yang terlalu muda untuk menikah tetapi menikah dan memiliki anak sering kali kurang memperhatikan anak-anaknya. Selain itu, beberapa ibu memiliki pekerjaan yang sangat sulit untuk ditinggalkan sehingga mereka gagal memperhitungkan makanan yang dikonsumsi anak-anaknya. Sementara ibu dewasa (25–35) memiliki lebih banyak pengalaman dan lebih mandiri dalam menyediakan makanan untuk anak-anak, ibu muda (20–25) biasanya lebih dipengaruhi oleh tren dan lebih reseptif terhadap saran dari para ahli seperti dokter dan ahli gizi. Ibu yang lebih tua (35–45) lebih bijaksana dan lebih peduli dengan kesehatan anak-anak mereka. Kebiasaan makan anak dapat dipengaruhi oleh pekerjaan ibu dalam beberapa cara, termasuk:

pengawasan yang tidak memadai selama waktu makan; akses terbatas ke bahan makanan bergizi di rumah; kurangnya pendidikan gizi untuk pengetahuan ibu; waktu memasak terbatas; kebiasaan makan ibu; waktu makan anak yang tidak teratur; ukuran porsi yang berlebihan; pendapat ekonomi keluarga; frekuensi makan bersama; stres; dan pengaruh emosional. Tingkat pendidikan ibu adalah komponen terakhir, yang memiliki dampak besar pada cara anak-anak makan. Akibat kurangnya pendidikan, para ibu mungkin kurang menyadari pola kebiasaan makan anak-anak mereka, termasuk pilihan makanan, pengetahuan gizi, dan ketersediaan informasi. Kebiasaan makan anak-anak mungkin dipengaruhi oleh jenis kelamin, terutama pada anak laki-laki. Oleh karena itu, laki-laki membutuhkan asupan makanan yang lebih tinggi karena mereka cenderung tidak mengonsumsi makanan padat gizi. Efek sosial dan budaya, variasi hormonal, tuntutan masyarakat terhadap citra tubuh, dan kebutuhan gizi yang berbeda merupakan beberapa faktor yang membedakan kebiasaan makan anak laki-laki dan perempuan.

Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di SDN Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan dengan jumlah sampel 106 responden, terdapat 42 (39,6%) responden berstatus gizi normal, 23 (21,7%) berstatus gizi kurus, dan 41 (38,7%) berstatus gizi obesitas. Usia anak dapat mempengaruhi kesehatan gizinya. Anak usia 6-10 tahun yang berstatus gizi normal sebanyak 37 (88,1%), gemuk sebanyak 39 (95,1%), kurus sebanyak 23 (100,0%), dan kurus sebanyak 99 (93,4%).

Sebaliknya, pada anak usia 11–13 tahun, 5 (17,0%) masuk dalam kategori status gizi normal, 13 (22,0%) menghindari makanan, dan 10 (11,9%) adalah ibu usia 46–55 tahun, sedangkan 2 (4,9%) mengalami obesitas, dan 0 (0,0%) memiliki status gizi kurus, dengan total 7 (6,6%). Dengan demikian, dengan total 99 (93,4%), dapat dikatakan bahwa rentang usia yang paling berdampak pada kesehatan gizi anak adalah antara usia 6 dan 10 tahun. Status gizi anak dapat dipengaruhi oleh jenis kelamin. Status gizi tampaknya lebih berdampak pada laki-laki daripada perempuan. Dari anak-anak dengan jenis kelamin perempuan, 17 (40,5%) memiliki status gizi normal, 20 (40,8%) mengalami obesitas, dan 11 (47,3%) kurus. Dari anak-anak berjenis kelamin laki-laki, 25 (59,5%) memiliki status gizi normal, 21 (51,2%) mengalami obesitas, dan 12 (52,2%) kurus. Hasilnya adalah total 58 (54,7%) anak. Dari total 58 (54,7%)

anak muda, dapat disimpulkan bahwa anak laki-laki adalah jenis kelamin yang paling mungkin terkena dampak status gizi.

Status gizi yang dapat diklasifikasikan sebagai gizi kurang, gizi baik, atau gizi lebih merupakan kondisi tubuh sebagai akibat dari asupan makanan dan pemanfaatan zat gizi. Status gizi dapat didefinisikan sebagai manifestasi gizi dalam variabel tertentu atau sebagai kondisi keseimbangan yang dinyatakan dalam variabel tertentu (Indriati, M. 2020). Jika tidak diobati, status gizi yang kurus dapat menyebabkan sejumlah penyakit, termasuk perkembangan kognitif yang buruk, kapasitas belajar yang menurun, kesehatan reproduksi, dan pola makan yang pilih-pilih. Penyebab utama status gizi yang buruk pada orang gemuk adalah ketidakseimbangan antara asupan dan pengeluaran energi; asupan energi yang tinggi disebabkan oleh konsumsi makanan yang berlebihan, sedangkan pengeluaran energi yang rendah disebabkan oleh metabolisme tubuh dan aktivitas fisik yang rendah. Orang gemuk mengonsumsi lebih banyak kalori daripada yang dibutuhkan tubuhnya. Ketika asupan dan aliran zat gizi yang keluar seimbang, tidak ada kesenjangan status gizi, yang dikenal sebagai status gizi normal. Kualitas sumber daya manusia pada akhirnya ditingkatkan dengan mengonsumsi makanan yang sehat dan seimbang (Adi, J. Y. V., Mangalik, G., & Ranimpi, Y. Y. (2020).

Dua jenis variabel yang memengaruhi status gizi adalah pengaruh internal dan eksternal. Ukuran tubuh, usia, jenis kelamin, dan kondisi kesehatan gizi merupakan contoh elemen internal yang ada di dalam diri anak itu sendiri. Hambatan respons imunologi dan frekuensi serta tingkat keparahan penyakit menular, termasuk penyakit *_field arc_* dan malnutrisi, yang sering kali bermanifestasi pada tingkat yang sangat parah, terkait dengan kondisi kesehatan. Infeksi itu sendiri mengakibatkan diare dan muntah, yang menyebabkan kehilangan makanan. Usia memiliki peran penting dalam menilai status gizi. Evaluasi status gizi akan tidak tepat jika usia tidak ditentukan dengan tepat. Jika pengukuran tinggi dan berat badan yang akurat tidak disertai dengan penentuan usia yang tepat, maka pengukuran tersebut tidak berguna. Keahlian ibu dan pertimbangan keuangan merupakan contoh variabel eksternal yang dapat memengaruhi kualitas gizi anak (Handayani et al., 2021).

Menurut Galgamuwa et al., anak usia sekolah lebih mungkin menderita gizi buruk dibandingkan anak usia prasekolah. Penelitian Lestari et al. dalam Ariawan (2021) mengungkapkan adanya korelasi yang kuat antara status gizi anak usia sekolah dengan usia,

dengan status gizi kurus lebih banyak ditemukan pada anak usia 10 hingga 11 tahun. Dibandingkan dengan anak usia 6-7 tahun, anak usia sekolah pada kelompok usia 10–11 tahun sering kali telah mengalami pubertas dan tetap bersekolah hingga pukul 13.00 (19,20). Kebiasaan mengemil di sekolah juga berkontribusi terhadap siswa yang mengonsumsi lebih banyak energi daripada yang mereka butuhkan. Anak usia dini sering kali menunjukkan perilaku meniru, atau meniru tindakan orang yang dianggap sebagai panutannya, seperti orang tua. Ketika anak mengonsumsi makanan yang sama dengan orang tuanya, frekuensi makan bersama keluarga juga memengaruhi kemungkinan mereka mengonsumsi makanan sehat (Ariawan, I.G.N et.al 2021).

Berdasarkan penilaian peneliti di atas, anak usia sekolah di SDN Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan memiliki status gizi yang lebih normal dibandingkan dengan anak yang kurus atau gemuk. Meskipun kesehatan anak sangat diuntungkan dengan status gizi yang normal, ibu tetap harus memperhatikan keseimbangan yang masuk ke dalam tubuh anak karena status gizi yang buruk atau berlebihan diyakini dapat mengakibatkan status gizi yang normal. Agar pola makan yang sehat dan kebiasaan tidur yang baik dapat menyeimbangkan status gizi yang normal. Ibu yang mengetahui apa itu pola makan dan kebiasaan kesehatan yang sehat adalah ibu yang dapat secara efektif menjaga status gizi anak-anaknya. Usia anak dapat memengaruhi status gizinya karena kebutuhan gizinya dapat bervariasi tergantung pada tahap perkembangannya. Untuk mempertahankan pertumbuhan dan perkembangan kognitifnya, anak usia sekolah sering kali masih memiliki tuntutan gizi yang signifikan. Pada usia ini, anak mulai membentuk kebiasaan makan yang pada akhirnya akan memengaruhi status gizinya. Karena pengaruh teman dan makanan cepat saji, anak usia sekolah sering kali kesulitan menjaga gizinya. Karena anak usia sekolah belum memahami konsep makanan sehat dan status gizi yang tinggi, mereka cenderung memilih untuk mengonsumsi makanan berlemak daripada makanan bergizi. Dengan demikian, keterlibatan ibu sangat penting untuk memastikan kondisi gizi anak terjaga dengan baik. Anak laki-laki adalah kelompok yang sering terpengaruh oleh status gizi. Kebutuhan anak laki-laki dan perempuan mungkin berbeda, terutama selama masa pertumbuhan dan perkembangan. Ini termasuk perbedaan sosial dan budaya, serta perbedaan kebutuhan energi dan gizi. Anak laki-laki yang bertubuh ramping sering kali mengonsumsi camilan alih-alih nasi, sedangkan anak muda yang kelebihan berat badan biasanya makan berlebihan dan kurang disiplin dari orang tua. Namun, anak laki-laki dengan kebiasaan makan

yang konsisten dan ibu yang memantau kebiasaan makan anaknya adalah mereka yang memiliki berat badan yang teratur.

Jenis kelamin dan status gizi siswa sekolah dasar saling terkait, sebagaimana ditunjukkan oleh penelitian Seprianty dalam Ariawan (2021) yang menunjukkan bahwa laki-laki lebih mungkin menderita malnutrisi dan kurang gizi daripada anak perempuan. Hal ini karena laki-laki lebih aktif secara fisik daripada anak perempuan, yang berarti mereka membakar lebih banyak energi dan tubuh mereka tidak mendapatkan cukup nutrisi. Temuan serupa juga ditemukan dalam penelitian lain, yang mengungkapkan bahwa laki-laki bervariasi dalam ketebalan lipatan kulit dan jumlah jaringan lemak yang mereka miliki. Dalam hal makanan, laki-laki lebih sering makan daripada anak perempuan, sementara anak perempuan biasanya lebih suka camilan. Anak perempuan juga dapat mengadopsi perilaku untuk mengurangi konsumsi kalori mereka hingga 8,26 persen karena mereka lebih sadar akan berat badan citra tubuh mereka daripada laki-laki. (I.G.N. Ariawan et al., 2021)

Hubungan Antara Perilaku Makan Dengan Status Pada Anak Usia Sekolah Di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan

Berdasarkan hasil penelitian 5,7 diketahui bahwa sebanyak 59 responden atau 55,7% dari sampel melakukan perilaku makan menghindar. Berdasarkan hasil penelitian ini, hasil uji statistik menggunakan peringkat sperma menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara perilaku makan dengan status gizi pada siswa kelas I sampai dengan V di SDN Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan dengan nilai $p = (> 0,05) < (0,05)$ yang berarti H_a ditolak.

Penelitian ini mendukung temuan Ramadhani, T.A., dkk., yang menunjukkan tidak adanya korelasi signifikan antara status gizi dengan perilaku makan ($p = 0,201$). Perilaku seseorang merupakan hasil dari kodrat dasar manusia. Ketika manusia berinteraksi sosial satu sama lain, perilaku akan terwujud. Salah satu cara untuk memahami perilaku adalah sebagai komponen perilaku manusia atau hewan; perilaku adalah segala sesuatu yang dilakukan manusia yang bervariasi dari orang ke orang (Muthohiroh, M 2021). Temuan penelitian ini konsisten dengan temuan Adi, J. dkk., yang tidak menemukan korelasi signifikan antara kebiasaan makan dengan status gizi ($p = 0,949$, menunjukkan nilai signifikansi yang lebih kuat).

Peneliti dalam studi ini meyakini bahwa tidak ada hubungan antara status gizi dan kebiasaan makan. Pernyataan ini sejalan dengan temuan tabulasi silang pada tabel 5.8, yang

menunjukkan bahwa, di antara 42 responden dengan status gizi normal, 35 orang, atau mayoritas (83,3%), tidak makan. Dari 40 responden yang termasuk dalam kategori memiliki status gizi obesitas, 41 peserta, atau mayoritas (97,6%), suka makan. Kebiasaan makan normal termasuk dalam kategori menghindari makanan karena alasan budaya atau medis, tetapi tetap mengonsumsi makanan sehat dan seimbang setiap hari. Perilaku makan yang termasuk dalam kategori ini buruk bagi kesehatan anak-anak karena mereka memasukkan terlalu banyak kalori dan energi ke dalam tubuh mereka, yang dapat menyebabkan penambahan berat badan. Menurut temuan studi, tidak ada korelasi, yang mungkin karena ibu yang sudah menikah terlalu muda atau tidak menyadari perlunya mengonsumsi makanan yang seimbang. Pendidikan sekolah dasar merupakan titik awal untuk belajar, dan ibu pada umumnya hanya menyelesaikan sekolah dasar. Sementara beberapa orang tua yang telah menyelesaikan sekolah dasar memahami arti gizi normal dan gizi baik untuk tumbuh kembang anak, ibu-ibu lain tidak menyadari perbedaan antara gizi baik dan gizi buruk.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berikut ini merupakan simpulan dari penelitian dan analisis tentang hubungan kebiasaan makan anak usia sekolah dengan status gizi di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan:

1. Hasil yang didapatkan pada distribusi perilaku makan anak bahwa pada perilaku makan anak lebih banyak mayoritas penghindar makan yaitu 59 anak (55,7%).
2. Hasil yang didapatkan pada distribusi status gizi anak yaitu status gizi normal sebanyak 42 anak (39,6%).
3. Hasil analisis uji Spearman Rank pada IBM SPSS Statistic 20 terhadap hubungan perilaku makan dengan status gizi menunjukkan nilai signifikansi (- 2 tailed sig.) > 0,05. Nilai koefisien korelasi sebesar -0,104 yang artinya tidak terdapat hubungan antara perilaku makan dengan status gizi.

Saran

Hasil penelitian tentang hubungan kebiasaan makan anak usia sekolah dengan status gizi di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan, dimaksudkan agar para pihak terkait dapat memahami bahwa:

1. Pihak Sekolah Di Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan, penelitian ini dapat memberikan informasi dan sumber referensi bagi lembaga untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang hubungan antara kebiasaan makan anak usia sekolah dan status gizi.
2. Responden Mengetahui hubungan kebiasaan makan dan kondisi gizi siswa Sekolah Dasar Negeri Pajaran 1 Rembang Kabupaten Pasuruan.
3. Orang tua Orang tua dapat menggunakan informasi ini untuk memantau status gizi dan kebiasaan makan anak-anak mereka.
4. Penelitian lebih lanjut Berfungsi sebagai informasi rujukan bagi akademisi masa mendatang

DAFTAR PUSTAKA

- Amrin, A. P., Hardinsyah, H., & Dwiriani, C. M. (2014). Alternatif Indeks Gizi Seimbang Untuk Penilaian Mutu Gizi Konsumsi Pangan Pria Indonesia. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 8(3), 167.
- Anggraeni, D. (2022). Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan.
- Apriluana, G., & Fikawati, S. (2018). Analisis Faktor-Faktor Risiko terhadap Kejadian Stunting pada Balita (0-59 Bulan) di Negara Berkembang dan Asia Tenggara. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 28(4), 247–256. <https://doi.org/10.22435/mpk.v28i4.472>
- Effi Noviri, L., Maulidya, R., & Fitria, N. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Sulit Makan Pada Anak Usia Pra Sekolah. *Journal of Healthcare Technology and Medicine* (Vol. 9, Issue 1).
- Fatmaridha, S. (2019) Perkembangan Anak-anak Selama Masa Sekolah Dasar (6- 7 Tahun).
- Galgamuwa LS, Iddawela D, Dharmaratne SD, Galgamuwa GLS. Nutritional status and correlated socio-economic factors among preschool and school children in plantation communities, Sri Lanka. *BMC Public Health* [Internet]. 2017 02;17(1):377. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4311-y>
- García-Moriyón, F., González-Lamas, J., Botella, J., González Vela, J., MirandaAlonso, T., Palacios, A., & RoblesLoro, R. (2020). Research in Moral Education: The Contribution of P4C to the Moral Growth of Students. *Gerungan, N., & Katuuk, M. C. T. (2023).*

- Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah Di Sd Don Bosco Bitung. *Klabat Journal of Nursing*, 5(2), 63-71.
- Hafni Sahir, S. (2022). Metodologi Penelitian. www.penerbitbukumurah.com Handayani, D., Kushargina, R., Ningsih, W. I. F., Lusiana, S. A., Rasmaniar, T. L., Triatmaja, N. T., Askur, Suryana, A. M. V. P., Hapsari, H., Asrianto., Utami. N. (2021) Kesehatan Dan Gizi Untuk Anak.
- Hasrul, H., Hamzah, H., & Hafid, A. (2020). Pengaruh Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(2).
- Indriati, M. (2020) Perilaku Makan Dan Status Gizi Anak Usia Sekolah Dasar Di Sd Cikancung 04 Desa Mandalasari Kabupaten Bandung
- Islam, F. Y. P. E. M. N. U. et al. (2021) Dasar - dasar kesehatan lingkungan. Yayasan Kita Menulis.
- Jauziyah, S., Nuryanto, N., Tsani, A. F. A., & Purwanti, R. (2021). Pengetahuan Gizi Dan Cara Mendapatkan Makanan Berhubungan Dengan Kebiasaan Universitas Diponegoro. *Journal of Nutrition College*, 10(1), 72–81.
- Jennings, P. A., Jeon, L., & Roberts, A. M. (2020). Introduction to the Special Issue on Early Care and Education Professionals' Social and Emotional Well-being. *Early Education and Development*, 31(7), 933–939. <https://doi.org/10.1080/10409289.2020>.
- Kemendes RI (2020) 'PMK tentang Standar Antropometri Anak', Pembelajaran Olah Vokal di Prodi Seni Pertunjukan Universitas Tanjungpura Pontianak. Kemendes RI. (2020b). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemendes (2021). Pedoman dan standar etik penelitian dan pengembangan kesehatan nasional.
- Lestari ID, Ernalina Y, Restuastuti T. Gambaran status gizi pada siswa sekolah dasar Kecamatan Bangko Kabupaten Rokan Hilir. *J Online Mhs JOM Bid Kedokt* [Internet]. 2016 Mar 22;3(2):1–14. Available from: <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMFIDOK/article/view/9767>
- Marinda, L. (2020). Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget Dan Problematikanya Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *An-Nisa' : Jurnal Kajian Perempuan Dan Keislaman*, 13(1), 116–152. <https://doi.org/10.35719/annisa.v13i1.26>

- Mkhize, M. and Sibanda, M. (2020) ‘A review of selected studies on the factors associated with the nutrition status of children under the age of five years in South Africa’, *International Journal of Environmental Research and Public Health*. doi: 10.3390/ijerph17217973.
- Nijssens, L., Vliegen, N., & Luyten, P. (2020). The Mediating Role of Parental Reflective Functioning in Child Social– emotional Development. *Journal of Child and Family Studies*, 29(8), 2342– 2354. <https://doi.org/10.1007/s10826>
- Nuhan, H. G., & Yulianti, E. (2023). Faktor faktor yang berhubungan dengan perilaku makan pada anak di RW 001 kelurahan Jatinegara Jakarta Timur. *Jurnal ilmiah kesehatan* , 15(2), 202-210.
- Priawantiputri, W., Rahmat, M., & Purnawan, A. I. (2019). Efektivitas pendidikan gizi dengan media kartu edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku makanan jajanan anak sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 374-381.)
- Rudhiati, F., Fudoli, A. F., & Mulyati, R. (2020). Hubungan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Preschool di Wilayah Kerja Puskesmas Purwasari Desa Tamelang Kota Karawang. *JURNAL KESEHATAN KARTIKA*, 15(1), 6-10.
- Rahmiyanti, A (2023). Gambaran pengetahuan asupan gizi dan perilaku makan pada anak usia sekolah di Makassar
- Rajagukguk, M. (2022). Hubungan Pengetahuan Pola Asuh dan Pola Makan pada Balita. *Journal of Social and Cultural Antropologi*, 7(2),204-213.<http://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/anthropos>.
- Ramadhani, T. A., & Muniroh, L. (2023). Hubungan Perilaku Makan dan Status Gizi Anak Usia Prasekolah. *Media Gizi Kesmas*, 12(2), 753–757. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i2.2023.753-757>
- Ravindranath, D., Trani, J. F. and Iannotti, L. (2019) ‘Nutrition among children of migrant construction workers in Ahmedabad, India’, *International Journal for Equity in Health*, 18(1). doi: 10.1186/s12939-019-1034-y
- Ratuela, J. E., & SiT, S. (2024). Kesulitan Makan Anak. *BUNGA RAMPAI GIZI DAN PERMASALAHANNYA*, 24.
- Saputri, R. D. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesulitan Makan Pada Balita. *Jurnal Impresi Indonesia (JII)*, 2(4). <https://doi.org/10.58344/jii.v2i4.2384>

- Syahroni, M. H. A., Astuti, N., Indrawati, V., & Ismawati, R. (2021). Jurnal Tata Boga faktor faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan Anak Usia Prasekolah (4-6 Tahun) Ditinjau Dari Capaian Gizi Seimbang. *Jurnal Tata Boga*, 10(1), 12–22.
- Sidik, F. (2020). Actualization Of The Jean Piaget Cognitive Development Theory In Learning. *JURNAL PAJAR (Pendidikan Dan Pengajaran)*, 4(6).
- Sugiyono (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta. Bandung.
- Wardle, J, Guthrie CA, Sanderson, S and Rapoport, L. Development of the Children's Eating Behaviour Questionnaire. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 42, 2001, 963-970.
- Wright, J. C., Weissglass, D. E., & Casey, V. (2020). Imaginative Role-Playing as a Medium for Moral Development: Dungeons & Dragons Provides Moral Training. *Journal of Humanistic Psychology*, 60(1), 99–129. <https://doi.org/10.1177/0022167816686263>