

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH DI POSYANDU

Yuliwati¹

¹Akbid Karya Bunda Husada

Email; yuliwati.kbh@gmail.com

ABSTRAK

Anak Usia prasekolah sudah memiliki sifat konsumsi aktif dimana anak sudah mulai bisa memilih makanan apa yang diinginkan. Kurangnya pengawasan orang tua mengenai aktifitas fisik dan pola makan yang tepat dapat menyebabkan anak mengalami masalah status gizi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengidentifikasi hubungan pola makan dengan status gizi anak usia prasekolah. Desain penelitian ini menggunakan *observational analitik* dengan sampel penelitian 50 anak pra sekolah di Posyandu Kelurahan Bojong Jaya Karawaci Tangerang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner pola makan dan kuesioner. Analisa data menggunakan Uji *Spearman's Rho* ($p \leq 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak prasekolah berada pada kategori status gizi yang baik sebanyak 36 orang (72%). Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan pola makan dengan status gizi pada anak usia pra sekolah ($p = 0,040$). Status gizi ditentukan oleh kecukupan makanan dan kemampuan tubuh yang mengandung zat gizi untuk kesehatan sehingga diperlukan pola makan yang baik untuk mendapatkan status gizi yang normal. Implikasi dari penelitian ini adalah peran seorang Ibu dalam memberikan makanan dengan gizi yang cukup kepada anak dan tetap berperilaku hidup sehat supaya tumbuh kembang anak lebih baik.

Kata kunci : Gizi, pola makan, prasekolah

Daftar Pustaka: 19 Buku (2011-2020)

LATAR BELAKANG

Era globalisasi membawa dampak berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi. Perkembangan tersebut juga menyebabkan kemajuan yang pesat pada bidang industri, baik yang berkaitan dengan aspek sandang, pangan, papan, transportasi serta pada bidang-bidang yang lainnya. Salah satu perkembangan pada industri pangan adalah semakin banyak jumlah industri baik makanan maupun minuman dari skala rumahan hingga pabrik-pabrik atau industri besar. Keberadaan aneka panganan yang melimpah dipasaran dapat mempengaruhi pola konsumsi masyarakat, terutama pada kalangan anak usia Sekolah Dasar (SD). Masalah mengenai urangnya konsumsi pangan di masyarakat bukanlah hal yang baru lagi, tetapi masalah ini tetap aktual di negara-negara yang sedang berkembang, dan memiliki dampak yang sangat besar terhadap timbulnya masalah gizi. Masalah gizi di negara berkembang ini juga dapat dipengaruhi oleh pola makan yang kurang tepat. Faktor yang mempengaruhi pola makan yaitu ekonomi, sosial budaya, agama, pendidikan, dan lingkungan (Sulistyoningsih, 2012)

Kasus ekonomi yang dapat menimbulkan kasus buruk karena tekanan ekonomi membuat kuantitas atau kualitas pangan yang dimiliki keluarga tersebut menjadi rendah

Masalah gizi merupakan masalah kesehatan utama di dunia termasuk negara Indonesia (Subarkah dalam Nasution, etal, 2016). Indonesia merupakan negara berkembang yang masih menghadapi masalah kekurangan gizi yang cukup besar. Permasalahn gizi secara nasional saat ini adalah balita dengan gizi kurang dan balita dengan gizi buruk. Prasetyawati dalam (Sarlis, etal 2018) mengatakan bahwa gizi buruk dan gizi kurang merupakan masalah yang perlu mendapat perhatian karena dapat menimbulkan the lost generation. Kualitas masa depan bangsa sangat dipengaruhi oleh status gizi pada saat ini terutama pada balita.

Terkait dengan pembangunan anak pada tahun 2030 pemerintah akan mencapai target Sustainable Development Goals atau SGD'S. Pemerintah menyusun berbagai strategi baik ditingkat nasional maupun di daerah untuk mencapai target yang sudah ditentukan. Salah satu target yang akan dicapai adalah menghapus kemiskina. Kemiskinan pada anak harus mempertimbangkan berbagai dimensi kehidupan yang berpengaruh terhadap

pertumbuhan mereka seperti tempat tinggal, pendidikan dan legalitas status. Dengan adanya penghapusan kemiskinan anak maka tidak akan ada lagi anak yang mengalami kurang gizi dan meninggal karena penyakit yang bisa diobati, menciptakan lingkungan yang ramah terhadap anak, memenuhi pendidikan anak khususnya pendidikan di usia dini (Profil Kesehatan Anak, 2018).

Anak usia prasekolah merupakan masa dimana pertumbuhan fisik dan psikologis bertumbuh dengan pesat. Pola makan pada anak usia prasekolah berperan penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan, Karena itu diperlukan makanan yang banyak mengandung zat gizi. Jika pola makan anak tidak tercapai dengan baik maka pertumbuhan dan perkembangan akan terhambat. Tahapan perkembangan anak usia pra sekolah merupakan consumer pasif, anak akan menerima asupan makan dari apa yang disediakan oleh ibunya atau pengasuhnya. Pola pemberian makan orang tua mempengaruhi status kesehatan anak usia prasekolah (Hockenberry, et al 2011).

Pola makan yang kurang tepat menyebabkan kegemukan, keparahan penyakit, gangguan kecerdasan intelektual (Waber, et al 2014), anemia perawakan pendek peningkatan risiko angka kematian

dan angka kesakitan pada anak (Anticona dan Sebastian dalam Ernawati, 2015).

Beberapa penelitian tentang pola makan anak salah satunya adalah penelitian (Sa'diya, 2015) tentang hubungan pola makan dengan status gizi anak prasekolah di PAUD Tunas Mulia Claket Kecamatan Pacet Mojokerto menemukan 35,3% dari 17 anak usia prasekolah yang pola makannya kurang baik dan hasil penelitiannya menunjukkan bahwa nilai p value 0,038 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan status gizi anak usia prasekolah di PAUD Tunas Mulia Desa Claket Kecamatan Pacet Mojokerto.

Ketersediaan pangan di keluarga seseorang belum tentu dapat menjamin bahwa kebutuhan akan zat gizinya sudah terpenuhi. Maka dari itu selain dari faktor ekonomi, faktor pendidikan juga dapat berpengaruh terhadap masalah gizi, dikarenakan pendidikan yang kurang baik dapat mempengaruhi pengetahuan dan pola pikir seseorang. Keterbatasan akan aspek pendidikan membuat pengetahuan seseorang khususnya orang tua tidak mengetahui pola asuh yang baik. Pola asuh yang baik dalam pemberian makan pada anak adalah dengan cara otoritatif. Otoritatif adalah pola asuh yang paling tepat dalam

penerian makan karena orang tua mendorong anak untuk mandiri namun masih menerapkan batasan pada tindakan anak. Anak-anak dengan keluarga otoritatif memiliki kepercayaan diri, harga diri yang tinggi dan menunjuk perilaku yang terpuji. Orang tua dengan pola asuh otoritatif menetapkan ekspektasi yang jelas dan standar yang tinggi serta memonitoring perilaku anak-anak, menggunakan disiplin penalaran. Orang tua juga mendorong anak-anak untuk mengambil keputusan dan belajar dari pengalaman mereka (Suratman et al., 2018). Kurangnya pengetahuan orang tua khususnya ibu dalam mengasuh dan merawat anak dapat menimbulkan masalah pada status gizi.

Jumlah anak usia pra sekolah dengan gizi kurang dan gizi buruk di Indonesia menurut hasil pemantauan status gizi (PSG) tahun 2017 dinilai dengan menggunakan tiga indeks. anak usia 3-6 tahun yang mengalami gizi buruk yang dinilai berdasarkan indeks BB/U sebesar 3,8%, gizi kurang sebesar 14% dan gizi lebih sebesar 1,8%. (Kemenkes RI, 2018) Menurut Profil Kesehatan Indonesia di wilayah provinsi Banten presentase gizi buruk pada balita usia 0-23 bulan sebesar 3,0 % sedangkan presentase Gizi kurang 10,60 %. (Kemenkes RI,

2019) Meski persentase gizi buruk dan gizi kurang di Indonesia mengalami penurunan, saat ini masih menjadi masalah kesehatan.

Status gizi dapat diukur dengan menggunakan berbagai cara. Namun metode yang paling sering digunakan untuk mengetahui status gizi seseorang adalah menggunakan parameter antropometri yaitu menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). Konsumsi jajanan mempunyai peranan untuk status gizi seorang anak baik atau buruk

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian observasional. Pendekatan penelitian menggunakan *Cross Sectional*, yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat.

Penelitian dilakukan di Posyandu Kelurahan Bojong Jaya Karawaci Tangerang pada bulan Oktober-November 2022. Populasi dalam penelitian adalah semua anak usia pra sekolah yang telah memenuhi kriteria yang ditentukan. berjumlah 50 orang.

Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan metode *Simple Random Sampling*, Pengumpulan data dilakukan

dengan menggunakan lembar kuesioner yang dibagikan kepada responden oleh pendamping stunting

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Pada bab ini akan disajikan hasil pengumpulan data primer dari kuisisioner yang diperoleh pada bulan Oktober-November 2022 di Posyandu Kelurahan Bojong Jaya Karawaci Kota Tangerang

Tabel 1. Distribusi frekwensi Responden di Posyandu Kelurahan Bojong Jaya Karawaci Tangerang

Variabel	Frekwens i	Presentas i
Usia ibu		
20 – 35	22	44 %
35 – 39	17	34 %
40 – 49	11	22 %
Pendidikan Ibu		
SMP	4	8 %
SMA	32	64 %
PT	14	28 %
Pekerjaan Ibu		
IRT	19	38 %
Swasta	23	46 %
PNS	8	16 %
Jenis kelamin		
Laki-laki	26	52 %
Perempuan	24	48 %
Usia anak		
3 tahun	19	38 %
4 tahun	22	44 %
5 tahun	9	18 %

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa usia ibu responden yang terbanyak pada usia 20-29 tahun (44%), rata-rata pendidikan ibu responden dalam jenjang pendidikan SMA sebanyak 32 orang (64%), sebagian besar ibu bekerja dalm bidang swasat sebanyak 23 orang (46%), jenis kelamin responden sebagian besara laki-laki sebanyak 26 orang (52%), Rata-rata usia responden yaitu usia 4 tahun sebanyak 22 orang (44%)

Tabel 2. Distribusi frekwensi data Responden berdasarkan pola makan dan status gizi

Variabel	Frekwens i	Presentas i
Pola makan		
Teratur	5	10.0
Tidak Teratur	45	90.0
Status gizi		
Cukup	14	28.0
Baik	36	72.0

Berdasarkan Tabel 3 diatas dapat disimpulkan bahwa dari 50 responden yang pola makan teratur sebanyak 5 orang (10%) dan yang teratur sebanyak 45 orang (90%), untuk status gizi dalam kategori baik sebanyak 36 orang (72%), status gizi cukup 14 orang (28%).

Tabel 3. Analisis Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi pada Anak Usia Prasekolah di

Pola makan	Status Gizi						P Value
	Cukup		Baik		Total		
	F	%	F	%	F	%	
Teratur	1		5	10.0	6	10	P= 0.043
Tidak teratur	13		31	62	44	90	
Total	14		36	72	50	100	
Hasil Uji <i>Spearman</i> ’s <i>Rho</i> ($\alpha=0,05$)							

Tabel 5.6 menunjukkan bahwa dari 50 responden dengan pola makan teratur dan status gizi baik sebanyak 5 orang (10%), Sedangkan, untuk responden dengan pola makan tidak teratur sebanyak 45 orang, sebanyak 14 orang (28%) dengan status gizi cukup, dan sebanyak 31 orang (62%) dengan status gizi baik. Nilai uji statistik *Spearman's rho* dikatakan adanya hubungan atau korelasi jika nilai $\alpha = \leq 0,05$. Hasil yang didapatkan menunjukkan hasil $\rho = 0,043$, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti adanya hubungan antara pola makan dengan status gizi pada anak usia pra sekolah di Posyandu Kelurahan Bojong Jaya Karawaci Tangerang

PEMBAHASAN

Karakteristik responden

Anak usia prasekolah sering mengalami masalah gizi karena memiliki sifat konsumsi aktif. Maksud konsumsi aktif adalah anak bebas memilih jenis

Makanan yang disukai. Selain itu, anak usia prasekolah mulai suka bermain dengan teman-temannya di luar rumah, sehingga lebih rentan terpapar jajanan atau makanan yang terkontaminasi oleh bakteri atau virus (Khalimatus Sa'diya, 2015). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pendidikan ibu adalah SMA dan pendidikan tinggi. Pendidikan ibu berpengaruh terhadap status nutrisi anak (Pristiya & Rinowanda, 2018). Pendidikan ibu akan mempengaruhi pengetahuan ibu dalam menentukan keseimbangan nutrisi bagi keluarga. Hasil penelitian (Novela & Kartika 2019) menyatakan bahwa pengetahuan ibu yang kurang menyebabkan status gizi kurang pada anak usia prasekolah. Berkembangnya pengetahuan ibu akan menambah wawasan ibu tentang status gizi pada anaknya (Oktavianis, 2016)

Pekerjaan akan berkorelasi dengan kesejahteraan keluarga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian

besar ibu adalah tidak bekerja atau ibu rumah tangga. Ibu yang tidak bekerja akan lebih memperhatikan menu makanan yang dikonsumsi oleh anaknya. Pendapatan keluarga juga sering dihubungkan dengan status gizi pada anak. Tingginya atau rendahnya pendapatan keluarga akan berpengaruh terhadap kualitas makanan yang dikonsumsi oleh anak (Oktavianis, 2016)

Pola Makan Anak Usia Pra Sekolah

Berdasarkan hasil penelitian dari Tabel 3 yang menunjukkan bahwa dari 50 responden, sebagian besar memiliki pola makan yang tidak teratur yaitu sebanyak 45 orang (90%) dan yang memiliki pola makan yang teratur hanya 5 orang (10%). Adapun pola makan anak menurut jenis kelamin juga bervariasi, didukung dengan hasil uji crosstabe didapatkan bahwa anak berjenis kelamin laki – laki sebanyak 25 orang (50%) memiliki pola makan yang tidak teratur, itu dapat terjadi pada mereka cenderung menyukai bermain dibanding untuk makan, hal ini dapat menjadikan berat badan anak laki – laki cenderung kurus diusia pra sekolah ini. Selain itu, banyak anak di usia saat ini seperti rentang usia (4-5 tahun) merupakan masa eksplorasi yang dimana anak lebih sering bermain, mencari tau tentang keadaan yang dialami, sering bertanya,

serta sulit untuk diajak makan makanannya, karena pada masa ini perkembangan kognitif dan motoric anak dapat terlihat, sehingga peran orang tua terutama ibu sangat berpengaruh dalam membimbing perkembangan anak.

Makanan anak prasekolah masih butuh perhatian karena anak masih dalam masa pertumbuhan, anak prasekolah senang untuk membeli makanan di luar rumah seperti fast food atau junk food.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Sapira & Ariani, 2016) hasil penelitian menunjukkan 39,7% memiliki pola makan baik, penelitian ini mengatakan jadwal makan yang tidak teratur menyebabkan sekitar seperempat total intake kalori berasal dari snack sehingga dapat mempengaruhi status gizi dan berat badan anak. Pola makan adalah tingkah laku seseorang dalam memenuhi kebutuhan makan yang terbentuk dari pengaruh fisiologis dan psikologis seseorang yaitu dalam pemilihan, penggunaan bahan makan setiap harinya meliputi jenis, jumlah dan frekuensi makanan yang dikonsumsi (Sulistyoningsih, 2012)

Menurut (Bachrens, 2018) pola makan yang tepat yaitu banyak makan sayur, makan buah secukupnya, tidak berlebihan makan karbohidrat kompleks, makan protein alami, makan makanan yang mengandung lemak sehat, banyak

minum air putih dan makan 3 kali sehari. Peneliti berasumsi bahwa Ada pula beberapa faktor yang mempengaruhi pola makan anak yaitu dari usia ibu, dalam penelitian ini usia ibu dominan dengan yang berusia < 35 tahun. Umur ibu yang kurang < 35 tahun termasuk dewasa awal. Hal ini sejalan dengan penelitian (Nindyna Puspasari & Merryana Andriani, 2017) bahwa usia ibu yang berusia <35 tahun masih tergolong muda sehingga menyebabkan pengetahuan ibu yang masih minim atau belum memiliki pengetahuan tentang gizi yang baik untuk anaknya di saat ibu sedang hamil ataupun pasca melahirkan.

Status Gizi Pada Anak Usia Pra Sekolah

Berdasarkan hasil penelitian dari Tabel 5.7 yang menunjukkan bahwa dari 50 responden, sebagian besar memiliki status gizi yang baik yaitu sebanyak 36 orang (72%) dan yang memiliki status gizi yang cukup sebanyak 14 orang (28%).

Status gizi anak dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu dari konsumsi makanan dan aktifitas fisik. Anak yang memiliki status gizi lebih biasanya anak yang menyukai makanan manis, anak yang suka jajan di luar rumah karena bervariasi atau karena kurangnya aktifitas fisik. Hal ini didukung oleh penelitian (Khalimatus Sa'diya, 2015) mengatakan bahwa anak yang memiliki status gizi lebih karena ibu lebih suka

memberikan jajanan warung kepada anaknya dibandingkan harus membuat makanan sendiri dengan alasan anak tidak mau makan sehingga ibu hanya memberikan makanan yang anak tersebut sukai.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, sejalan dengan penelitian dari (Yuliarsih et al., 2020) yang menyatakan bahwa Anak balita merupakan usia dimana anak masih ketergantungan terhadap orang tua dalam pemenuhan kebutuhan gizi. Oleh karena itu perhatian orang tua sangat diperlukan dalam merawat, memperhatikan dan memenuhi kebutuhan kesehatan anak terutama kebutuhan gizi. Ibu yang tidak bekerja dapat berperan banyak dan memiliki waktu yang cukup dalam pengaturan pola makan anak dan ibu yang bekerja hampir tidak cukup waktu untuk merawat dan memperhatikan pola makan anak.

Peneliti berasumsi bahwa semakin tinggi pendidikan ibu, sangat membantu anak dalam mencukupi asupan gizi, didukung dengan hasil uji corsstabe dimana ibu yang berpendidikan SMA memiliki anak dengan status gizi yang baik sebanyak 21 orang (42%), sama halnya dengan pekerjaan ibu, sebagai ibu rumah tangga yang kesehariannya dapat menemani anak sangat berpengaruh dalam tingkatan status gizi anak, didukung dengan hasil uji

crosstabe sebanyak 15 orang (30%) anak memiliki status gizi baik.

Hubungan Antara Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia PraSekolah

Hasil penelitian dari pola makan dengan status gizi berdasarkan Tabel 5.8 menunjukkan bahwa dari 50 responden dengan pola makan teratur dan status gizi baik sebanyak 5 orang (10%), Sedangkan, untuk responden dengan pola makan tidak teratur sebanyak 45 orang, sebanyak 14 orang (28%) dengan status gizi cukup, dan sebanyak 31 orang (62%) dengan status gizi baik. Hasil yang didapatkan menunjukkan hasil $\rho = 0,040$, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti adanya hubungan antara pola makan dengan status gizi pada anak usia pra sekolah di Posyandu Kelurahan Bojong Jaya Karawaci Tangerang

Hal ini sejalan dengan penelitian(Sapira & Ariani, 2016) hasil penelitain menunjukkan 39,7% memiliki pola makan baik, penelitian ini mengatakan jadwal makan yang tidak teratur menyebabkan sekitar seperempat total intake kalori berasal dari snack sehingga dapat mempengaruhi status gizi dan berat badan anak. Pola makan adalah tingkah laku seseorang dalam memenuhi kebutuhan makan yang terbentuk dari pengaruh fisiologis dan

psikologis seseorang yaiu dalam pemilihan, penggunaan bahan makan setiap harinya meliputi jenis, jumlah dan frekuensi makanan yang dikonsumsi Sulistyoningsih, 2012)

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Enharningtyas, 2015) Pola makan berpengaruh secara langsung terhadap status gizi anak usia dini. Meningkatnya pola makan akan mengakibatkan peningkatan status gizi anak usia dini. Pola makan yang baik untuk seorang anak menuntut kesabaran orang tua. Pada saat ini condong dengan anak yang memiliki status gizi lebih. Status gizi lebih ini disebabkan karena kombinasi antara asupan energy makanan yang berlebih serta kurangnya aktivitas fisik (Enharningtyas, 2015).

Hasil yang didapatkan dalam penelitian ini pola makan yang diterapkan telah tepat Hal ini bisa disebabkan dari berbagai faktor. Anak dengan status gizi yang baik bisa berawal dari pengetahuan ibu mengenai gizi yang baik untuk anak. Mengenai pengetahuan sangat berkaitan dengan pendidikan terakhir seseorang dimana pendidikan yang rendah menyebabkan pengetahuan kurang sehingga kurang mengetahui pentingnya memberikan makanan yang bergizi demi menghindari masalah status gizi yang akan terjadi pada anak Hal tersebut didukung oleh

penelitian (Sucianti Ningsih, Kristiawati, 2015) yang mengatakan tingkat pendidikan ibu sejalan dengan pengetahuan gizi yang dimiliki ibu. Pendidikan ibu yang rendah sering menyebabkan persepsi yang salah mengenai makanan yang bergizi sehingga dapat menyebabkan rendahnya konsumsi makanan bergizi.

Perilaku yang tepat untuk memberikan pola makan pada anak agar tetap terjaga keseimbangan status gizi anak yaitu dengan cara otoratif. Otoratif adalah pola asuh dimana orang tua mendorong anak untuk mandiri namun masih menerapkan batasan pada tindakan anak. Efek lain dari otoratif pun memiliki kepercayaan diri dan harga diri yang tinggi. Orang tua yang otoratifpun mendorong anak untuk mengambil keputusan dan belajar dari pengalaman mereka sendiri (Suratman et al., 2018) Maka dari itu selain kurangnya aktifitas fisik yang terjadi pada anak, orang tua masih harus tetap dapat mengontrol makanan yang dimakan oleh anak-anak agar tidak terjadi status gizi lebih atau gemuk.

Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat ditarik benang merah, bahwa pola makan di posyandu Kel. Bojong Jaya saat bulan Mei 2023 pola makan yang terjadi di Posyandu Kel. Bojong Jaya memiliki pola makan tepat dan untuk status

gizinya sendiri di posyandu babakan sari dalam kategori pada status gizi. Hal ini dikarenakan orang tua paham dalam melakukan aktifitas fisik dan juga orang tua yang menyediakan makanan bergizi serta mengurangi aktifitas di luar rumah

DAFTAR PUSTAKA

- ANAK (Studi Kausal di Pos PAUD Kota Semarang Tahun 2015). *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 10(2), 213–232.
- Anita, & Myrnawati. (2016). Pola makan terhadap status gizi
- Banten, D. P. (2019) *Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi banten*. Available at: <https://dinkes.bantenprov.go.id/read/profil-kesehatan-provinsi-bant/180/Profil-Kesehatan-Provinsi-Banten-Tahun-2019.html>.
- Bappeda Kabupaten Tangerang (2017) *RKPD kabupaten Tangerang tahun 2017*. Available at: <http://bappeda-tangerangkab.com/?mdocs-file=758>.
- Damaiyanti, A. E., Widia, L., & Ningsih, R. (2016). Hubungan antara pola makan dengan status gizi pada balita di posyandu desa manunggal wilayah kerja puskesmasbatulicin 1 kecamatan karang bintang. *Jurnal Darul Azhar*, 1(1), 63–68.
- Depkes RI. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Indonesia tahun 2013. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Depkes RI; 2013
- Kemenkes RI. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2018. Jakarta : Badan Penelitian dan PengembanganKesehatanKemenkes RI; 2018

- Kumala, A. M., Rahadiyanti, A., & Margawati, A. (2019). Hubungan antara durasi penggunaan alat elektronik, aktifitas fisik dan pola makan dengan status gizi pada remaja usia 13-15 tahun. *Journal of Nutrition College*, 8
- Nursalam. (2017). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan* (P. P. Lestasi (ed.); Kedua). Salemba Medika.
- Oetoro, d. S. (2018). 1000 Jurus Makan Pintar dan Hidup Bugar. Jakarta: <http://www.google.com/m.republika.co.id>.
- Perdani, Z. P., & Hasan, R. (2016). Hubungan praktik pemberian makan dengan status gizi anak usia 3- 5 tahun di pos gizi desa tegal kunir lor mauk.
- Persulesy, V., Mursyid, A., & Wijanarka, A. (2013). Tingkat pendapatan dan pola makan berhubungan dengan status gizi balita di Daerah Nelayan Distrik Jayapura Utara Kota Jayapura. *Jurnal Gizi Dan Dietik Indonesia*, 1(3), 143–150.
- Sambo, M., Ciuantasari, F., & Maria, G. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 423–429. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.316>
- Sari, G., & Lubis, G. (2016). Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Anak Usia 3-5 tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang 2014.
- Suratman, P. V. G., Triandhini, R. L. N. K. R., & Nusawakan, A. W. (2018). Parenting System Towards Feeding the Children of Elementary Students at Binaus Village Pola Asuh Orang Tua Terhadap Pemberian Makan Pada Anak Usia Sekolah Dasar di Desa Binaus 22–28.
- Sarlis, Nelfi dan Filda, Mutya, Hubungan Status Gizi dengan Pneumonia pada Balita di Puskesmas Umban Sari Pekanbaru Tahun 2016, *J Endurance* 2018, Vol. 3(2): 325-329.
- Subarkah, T., Nursalam., Diyan, R. P. 2016. Pola Pemberian Makan Terhadap Peningkatan Status Gizi Pada Anak Usia 1-3 Tahun. Universitas Airlangga. Surabaya
- Suhardjo dan Clara M. Suharto. 2009. Prinsip Prinsip Ilmu Gizi. Yogyakarta: Kanisius.
- Sulistyoningsih. 2011. Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Weber, M. A., Schiffrin, E. L., White W. B., Mann, S., Lindholm L. H., Kenerson, J. G., Flack, J. M., Carter, B. L. (2014). Clinical Practice Guidelines for the Management of Hypertension in the Community A Statement by the American Society of Hypertension and the International Society of Hypertension, *The Journal of Clinical Hypertension* vol 16, No 1
- Yuliarsih, L., Muhaimin, T., & Anwar, S. (2020). Pengaruh pola pemberian makan terhadap status gizi balita di wilayah kerja puskesmas astanajapura kabupaten cirebon tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(4), 82–91.