

Peran Keluarga Terhadap Pemenuhan Gizi Anak Usia Sekolah

Munifa¹, Juni Ramadhani², Aldian Yusup³

^{1,2} Poltekkes Kemenkes Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

³ IPB Invada, Cirebon, Jawa Barat, Indonesia

Email: mufidapuniq@gmail.com¹), juni.r.mph@gmail.com²), yusufaldian895@gmail.com³)

Abstract – School age is a productive age in the process of child development. Adequate nutrition is needed by children in the process of growth and development. Fulfillment of good nutrition will also have an impact on good health in children. In meeting nutritional needs, the family has an important role in determining children's nutritional behavior. Objective: to analyze the role of the family in fulfilling child nutrition. Methods: using descriptive quantitative research methods, using a cross section study research design with data collection techniques carried out using a random survey of 30 elementary school children. The method of data analysis was used to determine the relationship between the type of mother's work and the level of education with the fulfillment of child nutrition using descriptive analysis using the Chi square test (χ^2). Research Results: Mother's type of work has no significant effect on children's breakfast habits with a value of p -value = 0.369, but has a significant effect on the habit of carrying lunch with a value of p -value = 0.029. Meanwhile, mother's level of education has a significant relationship with breakfast habits with p -value = 0.024 and bringing lunch to school with p -value = 0.000081.

Keywords: Family Role, Child Nutrition, School Age-Children

Abstrak – Usia sekolah merupakan usia produktif dalam proses tumbuh kembang anak. Gizi yang cukup diperlukan anak dalam proses tumbuh dan berkembang. Pemenuhan gizi yang baik akan berdampak pada kesehatan yang baik pula pada anak. Dalam memenuhi kebutuhan nutrisi, keluarga memiliki peran penting menentukan perilaku gizi anak. **Tujuan** : menganalisis peran keluarga dalam pemenuhan gizi anak. **Metode**: menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif, dengan menggunakan rancangan penelitian *cross section study* dengan teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan survey secara acak kepada 30 orang anak sekolah dasar. Metode analisa data digunakan untuk mengetahui hubungan antara jenis pekerjaan ibu dan tingkat pendidikan dengan pemenuhan gizi anak menggunakan analisis deskriptif menggunakan uji Chi square (χ^2). **Hasil Penelitian**: Jenis pekerjaan Ibu tidak berpengaruh signifikan pada kebiasaan sarapan anak dengan nilai p -value = 0,369, namun berpengaruh signifikan dalam kebiasaan membawa bekal dengan nilai p -value = 0,029. Sedangkan tingkat pendidikan Ibu memiliki hubungan yang signifikan pada kebiasaan sarapan dengan nilai p -value = 0,024 dan membawa bekal ke sekolah dengan nilai p -value = 0,000081.

Kata Kunci: Peran Keluarga, Gizi Anak, Anak Usia Sekolah

PENDAHULUAN

Usia sekolah merupakan usia produktif dalam proses tumbuh kembang anak. Kondisi tubuh anak akan mengalami perubahan sesuai dengan tahap kehidupannya. Dengan memenuhi kecukupan gizi anak, orang tua dapat membantu anak dalam menjaga tubuh agar tetap sehat dalam menghadapi perubahan kondisi di dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak.

Gizi yang baik akan berdampak pada kesehatan yang baik pada anak. Pemberian nutrisi yang cukup dapat berdampak bagi kecerdasan anak. Anak yang memiliki status gizi yang baik, maka kesulitan belajar akan menurun. Oleh karena itu, upaya untuk meningkatkan status gizi merupakan

upaya yang penting untuk dilakukan agar kesulitan belajar yang dialami siswa dapat diturunkan (Dewi, Nurrahman, Zebua, & Joko, 2021)

Kebutuhan gizi yang harus diterima anak dalam sehari dibagi menjadi dua kelompok, yakni: zat gizi makro dan zat gizi mikro. Zat gizi makro adalah semua jenis zat gizi yang dibutuhkan anak dalam jumlah yang banyak seperti: protein, lemak dan karbohidrat. Sedangkan zat gizi mikro adalah zat gizi yang dibutuhkan dalam jumlah sedikit seperti vitamin dan mineral (Upahita, 2021). Nutrisi seperti vitamin dan mineral diperlukan tubuh untuk pembentukan dan perkembangan struktur sel saraf. Sedangkan nutrisi seperti karbohidrat, lemak,

protein sangat penting untuk seluruh proses dan pertumbuhan anak.

Jika nutrisi yang diterima anak kurang, akan berdampak pada permasalahan kekurangan nutrisi. Permasalahan kekurangan nutrisi ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan tubuh yang tidak normal (Laswati, 2017). Anak yang mengalami permasalahan kekurangan gizi umumnya dapat terlihat dari kondisi fisiknya seperti gejala lesu, letih, lemah, dan mudah lelah. Kondisi ini akan berdampak pada menurunnya daya konsentrasi belajar dan kurangnya aktivitas fisik seperti olahraga sehingga menyebabkan anak rentan terhadap penyakit.

Permasalahan gizi menjadi salah satu permasalahan kesehatan bagi anak yang dapat menyebabkan gangguan baik secara fisik, psikologis dan prestasi akademik. Pemenuhan gizi sangat penting dilakukan untuk menjaga konsentrasi anak selama belajar di sekolah. Dalam hasil penelitiannya Papotot dkk, menyebutkan bahwa kekurangan nutrisi serta kelainan sistem saraf pada anak memiliki hubungan yang saling mempengaruhi satu dengan yang lainnya. Adapun anak yang mengalami kekurangan nutrisi memiliki pengaruh terhadap perkembangan sistem saraf, yang kasus terbanyak adalah kelainan pada motorik dan kognitif (Papotot, Rompies, & Salendu, 2021)

Salah satu faktor yang menyebabkan gangguan pada pemenuhan gizi anak adalah peran keluarga. Umumnya keluarga memiliki kesibukan di luar rumah tidak memperhatikan kebutuhan gizi anak. Pada saat keluarga bekerja di luar rumah, maka alokasi waktu untuk menyediakan makanan bergizi pada anak menjadi lebih sedikit. (Nino, Dion, & Barimbing, 2017)

Permasalahan gizi pada anak sekolah dasar saat ini masih cukup tinggi. Permasalahan gizi yang terjadi umumnya adalah pendek, sangat kurus, obesitas atau kegemukan dan anemia (Sulistiawati, Pratiwi, & Fitriana, 2019). Berdasarkan hasil pemantauan kesehatan anak oleh Kementerian Kesehatan pada tahun 2017 menunjukkan bahwa permasalahan gizi pada anak sekolah yakni 2,6% sangat pendek, 12,4% pendek, 6,0% kurus, dan 1,8% sangat kurus (Kemenkes RI, 2018)

Anak-anak umumnya memiliki kebiasaan selektif terhadap makanan, dan cenderung menyukai satu jenis makanan. Sehingga pentingnya peran keluarga untuk memperkenalkan berbagai jenis makanan kepada anak. Keluarga memiliki peran dalam memberikan promosi kesehatan terkait pengenalan dan penyediaan makanan bergizi, praktek kesehatan sebagai *role model* terhadap semua anggota keluarga (Saifah, Sahar, & Widyatuti, 2019)

Dalam hasil penelitiannya disebutkan bahwa pengaruh kebiasaan makan terhadap status gizi anak berdasarkan faktor pengetahuan ibu terhadap gizi dan sikap ibu terhadap gizi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap status gizi anak (Prasasti & Indrawati, 2019).

Pengetahuan dan keterampilan seorang ibu berkaitan dengan tingkat pendidikan. Semakin tinggi tingkat pendidikan ibu, maka akan semakin mudah dalam menerima informasi kesehatan, khususnya dalam bidang gizi. Sehingga dengan informasi pengetahuan tersebut dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari. Sedangkan ibu yang memiliki pendidikan rendah umumnya mengalami kesulitan dalam menerima informasi tentang kesehatan dan gizi anak. Akibatnya anak tidak mendapatkan makanan bergizi secara seimbang baik dari segi kualitas maupun kuantitas (Munawaroh, et al., 2022)

Permasalahan gizi pada anak usia sekolah diakibatkan oleh perilaku makan yang kurang baik, yakni karena tepat atau pemilihan jenis makanan yang berlebihan (Alleander & Spradley, 2005). Umumnya orang tua hanya memberikan dua jenis makanan dalam setiap kali makan, misalnya nasi dengan sayur atau satu jenis lauk. Kurangnya kreativitas orang tua dalam memberikan keanekaragaman makanan membuat anak lebih mudah bosan dengan makanan yang diberikan. (Munawaroh, et al., 2022)

Salah satu pihak yang dapat berperan dalam menentukan perilaku gizi anak adalah peran keluarga (Green & Kreuter, 2005). Peran keluarga dalam menjaga gizi anak adalah dengan menerapkan sarapan pagi sebelum berangkat sekolah. Sarapan memberikan sumber energi bagi anak untuk melaksanakan aktivitas di sekolah.

Orang yang cenderung melewati sarapan umumnya akan cepat merasa lapar dan akan menambah porsi makan saat bertemu dengan makanan. Oleh karena itu dengan sarapan dapat menurunkan tingkat obesitas (Purwanti & Shoufiah, 2017).

Hasil penelitian Sunaryo (2018) yang dilakukan di Sekolah Dasar Putra Indonesia Surabaya, diperoleh hasil bahwa sebanyak 36,6% memiliki penilaian status gizi dengan berat badan rendah, sedangkan 21,5% memiliki penilaian status gizi dengan berat badan lebih. Pola makan siswa yang tidak teratur seperti ini mempengaruhi status gizi siswa tersebut dengan body mass index (BMI) yang rendah (kurus) atau tinggi (gemuk).

Selain itu, salah satu penyebab lain yang menyebabkan kurangnya nutrisi pada anak adalah kebiasaan jajan. Salah satu penyebab anak jajan adalah karena ibu tidak menyiapkan bekal dari rumah. Perilaku menyiapkan bekal sekolah anak yang bergizi dapat membantu pemenuhan kebutuhan energi dan zat gizi pada anak (Suryaalamsah, Kushargina, & Stefani, 2019).

Berdasarkan uraian di atas maka dalam penelitian ini akan menganalisis peran keluarga dalam pemenuhan gizi anak.

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini sebanyak 30 orang responden. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan survey, yakni proses pengambilan data diperoleh dengan memberikan pertanyaan kepada responden. Responden dengan menggunakan teknik sampling dipilih secara acak kepada 30 orang anak sekolah dasar. Survey dilakukan dengan menggunakan metode survey analitik. Metode ini dipilih untuk mengetahui keadaan dan situasi yang terjadi di suatu tempat. Metode analisa data digunakan untuk mengetahui hubungan antara jenis pekerjaan ibu dan tingkat pendidikan dengan pemenuhan gizi anak menggunakan analisis deskriptif menggunakan uji *Chi square* (χ^2) dengan rumus sebagai berikut:

$$\chi^2 = \sum \left[\frac{(fo - fe)^2}{fe} \right]$$

Keterangan :

χ^2 = nilai khai-kuadrat

f_0 = frekuensi obsevasi/pengamatan

f_e = frekuensi ekspektasi/harapan

Dengan hipotesis sebagai berikut :

H_0 = Tidak ada hubungan

H_1 = Ada hubungan

Hasil analisis menolak hipotesis no (H_0) apabila bilai signifikansi chi-square kurang dari 0,05 ($\rho < 0,05$) atau nilai chi-square hitung lebih besar ($>$) dari nilai chi-square tabel.

Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel terikat (dependent) dan variabel bebas (independent). Variabel terikat (Y) adalah variabel yang tergantung pada variabel lainnya, yang dalam hal ini adalah pemenuhan gizi anak. Sedangkan variabel bebas (X) adalah variabel yang memberikan pengaruh kepada variabel lainnya. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah: jenis pekerjaan Ibu, dan tingkat pendidikan Ibu. Adapun pemenuhan gizi dihitung berdasarkan kebiasaan sarapan pagi dan kebiasaan membawa bekal. Analisa dilakukan dengan menggunakan analisis deskriptif menggunakan uji *Chi square* (χ^2)

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Data Umum

Berdasarkan hasil penelitian pada 30 responden berdasarkan jenis kelamin dari responden sebagian besar adalah laki-laki yakni sebanyak 17 orang (57%). Sedangkan variabel responden perempuan sebanyak 13 orang (43%). Sebagaimana tabel berikut:

Tabel 1. Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
1	Laki-Laki	17	57%
2	Perempuan	13	43%
Jumlah		30	100%

Sedangkan berdasarkan karakteristik pekerjaan orang tua atau dalam hal ini adalah pekerjaan ibu menunjukkan bahwa sebagian besar ibu berprofesi sebagai petani, sebagaimana data berikut:

Tabel 2. Data Pekerjaan Ibu Responden

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
----	---------------	--------	------------

1	Ibu Rumah Tangga	10	33%
2	Petani	7	23%
3	Pedagang	5	17%
4	Guru	3	10%
5	Swasta	5	17%
	Jumlah	30	100%

Jumlah Ibu yang memiliki pekerjaan sebagai Ibu rumah tangga sebanyak 10 orang (33%), sedangkan sebagai petani sebanyak 7 orang (23%), sebagai pedagang 5 orang (17%), sebagai guru 3 orang (10%) dan swasta sebanyak 5 orang (17%).

Tabel 3. Data Pendidikan Terakhir Ibu Responden

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
1	Dasar (SD, SMP)	20	67%
2	Menengah (SMA, SMK)	4	13%
3	Pendidikan Tinggi	6	20%
	Jumlah	30	100%

Distribusi jenjang pendidikan Ibu dari responden sebagian besar didominasi oleh pendidikan dasar sebanyak 30 orang (67%), sedangkan pendidikan menengah sebanyak 4 orang (13%), dan pendidikan tinggi sebanyak 6 orang (20%).

Tabel 4. Data Anak yang Memiliki Kebiasaan Sarapan

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
1	Sarapan	20	67%
2	Tidak Sarapan	10	33%
	Jumlah	30	100%

Berdasarkan informasi dari responden terdapat 20 orang yang memiliki kebiasaan sarapan sebanyak 20 orang (67%) dan tidak memiliki kebiasaan tidak sarapan sebanyak 10 orang (33%).

Tabel 5. Data Anak Yang Memiliki Kebiasaan Membawa Bekal

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
1	Membawa Bekal	6	20%
2	Tidak Membawa Bekal	24	80%
	Jumlah	30	100%

Sedangkan berdasarkan data kebiasaan responden yang membawa bekal adalah sebanyak 6 orang (20%) dan yang tidak membawa bekal sebanyak 24 orang (80%).

b. Hasil Analisis Data

Hasil analisis data *Chi-square* tentang hubungan antara pekerjaan Ibu dengan kebiasaan anak adalah sebagai berikut:

Tabel 6. Analisis Chi Square Hubungan Pekerjaan Ibu dengan Kebiasaan Sarapan

No	Profesi	Sarapan	Tidak Sarapan	Total
1	IRT	0,267	0,533	0,800
2	Petani	0,095	0,190	0,286
3	Pedagang	0,533	1,067	1,600
4	Guru	0,500	1,000	1,500
5	Swasta	0,033	0,067	0,100
	Total			4,286
	CV			9,488
	ρ-value			0,369

Berdasarkan uji statistik diperoleh bahwa hasil nilai ρ -value = 0,369 (dengan $\alpha = 0,05$) maka $\rho > 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa apapun jenis pekerjaan ibu, tidak mempengaruhi kebiasaan sarapan anak.

Hasil analisis hubungan antara pekerjaan Ibu dengan kebiasaan membawa bekal adalah sebagai berikut:

Tabel 7. Analisis Chi Square Hubungan Pekerjaan Ibu dengan Kebiasaan Membawa Bekal

No	Profesi	Bekal	Tidak Bekal	Total
1	IRT	2,000	0,500	2,500
2	Petani	1,400	0,350	1,750
3	Pedagang	1,000	0,250	1,250
4	Guru	3,267	0,817	4,083
5	Swasta	1,000	0,250	1,250
	Total			10,833
	CV			9,488
	ρ-value			0,029

Berdasarkan uji statistik diperoleh bahwa hasil nilai ρ -value = 0,029 (dengan $\alpha = 0,05$) maka $\rho < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pekerjaan Ibu dengan kebiasaan anak membawa bekal ke sekolah.

Hasil analisis hubungan antara tingkat pendidikan Ibu dengan kebiasaan sarapan adalah sebagai berikut:

Tabel 8. Analisis Chi Square Hubungan Pendidikan Ibu dengan Kebiasaan Sarapan

No	Pendidikan Ibu	Sarapan	Tidak Sarapan	Total
1	Dasar	0,833	1,667	2,500
2	Menengah	0,667	1,333	2,000
3	Tinggi	1,000	2,000	3,000
	Total			7,500
	CV			9,488
	ρ-value			0,024

Berdasarkan uji statistik diperoleh bahwa hasil nilai p -value = 0,024 (dengan $\alpha = 0,05$) maka $p > 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan Ibu dengan kebiasaan sarapan anak. Hal ini menunjukkan dengan tingkat pendidikan Ibu memiliki peranan penting dalam memenuhi kebutuhan gizi anak.

Hasil analisis hubungan antara pendidikan Ibu dengan kebiasaan membawa bekal adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Analisis Chi Square Hubungan Pendidikan Ibu dengan Kebiasaan Membawa Bekal

No	Pendidikan Ibu	Bekal	Tidak Bekal	Total
1	Dasar	2,250	0,563	2,813
2	Menengah	0,800	0,200	1,000
3	Tinggi	12,033	3,008	15,042
	Total			18,854
	CV			9,487729
	p -value			0,000081

Berdasarkan uji statistik diperoleh bahwa hasil nilai p -value = 0,000081 (dengan $\alpha = 0,05$) maka $p > 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan Ibu dengan kebiasaan membawa bekal. Dengan pendidikan yang dimiliki Ibu memiliki pengaruh dalam memenuhi kebutuhan gizi anak. Seorang ibu yang memiliki pendidikan dan pengetahuan akan lebih mudah dalam memahami informasi terkait pemenuhan gizi anak.

c. Hubungan Peran Keluarga terhadap Pemenuhan Gizi Anak

Hubungan antara Tingkat Pekerjaan Ibu dengan Pemenuhan Gizi Anak

Hasil penelitian dari 30 responden tentang pengaruh jenis pekerjaan ibu dengan pemenuhan gizi anak menunjukkan bahwa sebanyak 20 orang memiliki kebiasaan sarapan, sedangkan 10 orang tidak memiliki kebiasaan sarapan. Berdasarkan nilai p -value menunjukkan bahwa jenis pekerjaan ibu tidak memiliki hubungan yang signifikan dalam memberikan sarapan kepada anak.

Adanya hubungan yang tidak signifikan Hal ini menunjukkan bahwa apapun jenis pekerjaan ibu, tidak mempengaruhi kebiasaan sarapan anak. Hasil ini disebabkan karena sarapan merupakan bentuk kepedulian orang tua kepada anak, agar anak

memiliki energi yang cukup untuk melaksanakan aktivitas sekolah sehingga menerapkan kebiasaan sarapan tanpa memperhatikan jenjang pendidikan Ibu.

Sedangkan hubungan antara jenis pekerjaan Ibu memberikan pengaruh signifikan dalam memenuhi kebutuhan gizi anak melalui kebiasaan membawa bekal ke sekolah. Hasil analisis data menunjukkan nilai p -value lebih kecil dari 0,05. Hubungan yang signifikan antara jenis pekerjaan ibu terhadap kebiasaan membawa bekal karena tidak semua Ibu memiliki kebiasaan menyiapkan bekal kepada anak.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak yang memiliki kebiasaan membawa bekal adalah Ibu yang memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga dan sebagai guru. Ibu yang memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga memiliki waktu yang lebih banyak di rumah untuk menyiapkan bekal anak ke sekolah, dan ibu yang memiliki pekerjaan sebagai guru, memiliki kebiasaan untuk menyiapkan bekal karena memahami pentingnya camilan sehat bagi anak di sekolah.

Hubungan antara Tingkat Pendidikan Ibu dengan Pemenuhan Gizi Anak

Hasil penelitian pada 30 responden tentang pengaruh pendidikan Ibu terhadap pemenuhan gizi anak menunjukkan bahwa tingkat pendidikan Ibu memiliki pengaruh yang signifikan pada kedua variabel yakni kebiasaan sarapan dan membawa bekal ke sekolah. Nilai p -value pada kedua variabel lebih rendah dari 0,05.

Adanya pengaruh signifikan antara tingkat pendidikan terhadap pemenuhan gizi anak menunjukkan bahwa penting bagi seorang ibu untuk memiliki pengetahuan tentang gizi anak. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Munawaroh yang menyebutkan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan ibu, maka akan semakin mudah dalam menerima informasi kesehatan, khususnya dalam bidang gizi. Sehingga dengan informasi pengetahuan (Munawaroh, et al., 2022)

KESIMPULAN

Hasil penelitian tentang hubungan antara peran keluarga yang ditandai dengan kebiasaan sarapan pagi berdasarkan jenis pekerjaan ibu dan tingkat pendidikan ibu menunjukkan terdapat

hubungan antara Peran Keluarga terhadap pemenuhan gizi anak. Jenis pekerjaan ibu memiliki pengaruh signifikan terhadap pemenuhan gizi anak yakni dengan memberikan bekal kepada anak dengan nilai $p\text{-value} = 0,029$ (dengan $\alpha = 0,05$) atau nilai $p\text{-value}$ kurang dari 0,05. Namun tidak signifikan dengan memberikan sarapan kepada anak karena nilai $p\text{-value} = 0,369$ (dengan $\alpha = 0,05$) atau nilai $p\text{-value}$ kurang dari 0,05.

Sedangkan Hubungan antara jenjang pendidikan Ibu memiliki hubungan yang signifikan terhadap pemenuhan gizi anak yakni dengan memberikan sarapan kepada anak dengan nilai $p\text{-value} = 0,024$ (dengan $\alpha = 0,05$) atau nilai $p\text{-value}$ kurang dari 0,05. Pengaruh tingkat pendidikan juga berpengaruh signifikan terhadap kebiasaan membawa bekal anak yakni dengan nilai $p\text{-value} = 0,000081$ (dengan $\alpha = 0,05$) atau nilai $p\text{-value}$ kurang dari 0,05.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada seluruh responden yakni siswa siswi Sekolah Dasar di Kecamatan Arosbaya dan pihak-pihak yang memberikan bantuan moril maupun materiil dalam mendukung keberhasilan penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

- Alleander, J. A., & Spradley, B. W. (2005). *Community Health Nursing: Promoting And Protecting The Public Health., Sixth Edition*. Philadelphia: Lippincott.
- Amalia, J. O., & Putri, T. A. (2022). Edukasi Gizi Seimbang Pada Anak-Anak Di Desa Bawuran, Kecamatan Pleret, Kabupaten Bantul. *JURNAL PASOPATI*, 4(1), 65-70.
- Dewi, N. H., Nurrahman, R. S., Zebua, R. F., & Joko, S. (2021). Pentingnya Pemenuhan Gizi Terhadap Kecerdasan Anak. *SENAPADMA*, 1, 16-21.
- Green, L. W., & Kreuter, M. W. (2005). *Health Program Planning An Educational And Ecological Approach. Fourth Edition*. New York : The McGraw-Hill Companies, Inc .
- Kemendes RI. (2018). *Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2017*. Kementerian Kesehatan Republik .
- Laswati, D. T. (2017). Masalah Gizi Dan Peran Gizi Seimbang. *AGROTECH*, 2(1), 69-73.
- Munawaroh, H., Nada, N. K., Hasjiandito, A., Faisa, V. I., Heldanita, Anjarsari, I., & Fauziddin, M. (2022). Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Sentra Cendekia*, 3(2), 47-60.
- Nino, M. N., Dion, Y., & Barimbing, M. (2017). Hubungan Antara Peran Keluarga Dengan Pemenuhan Kebutuhan Nutrisi Pada Anak Usia Sekolah (11-12 Tahun) Di SDK Nimasi Kabupaten Timor Tengah. *CHMK NURSING SCIENTIFIC JOURNAL*, 1(2), 47-51.
- Papotot, G. S., Rompies, R., & Salendu, P. M. (2021). Pengaruh Kekurangan Nutrisi Terhadap Perkembangan Sistem Saraf Anak. *Jurnal Biomedik*, 13(3), 266-273.
- Prasasti, H. P., & Indrawati, V. (2019). Pengaruh Kebiasaan Makan Keluarga terhadap Status Gizi Anak di SDN Babak Saru Kecamatan Dukun Kabupaten Gresik (Studi Kasus). *e-Jurnal Tata Boga*, 8(1), 119-125.
- Purwanti, S., & Shoufiah, R. (2017). Kebiasaan Sarapan Pagi Mempengaruhi Status Gizi Remaja. *Seminar Nasional & Call For Papers* (pp. 81-87). Samarinda: Politeknik Kesehatan Kemenkes Kaltim.
- Saifah, A., Sahar, J., & Widyatuti. (2019). Peran Keluarga Terhadap Perilaku Gizi Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan*.
- Sulistiwati, Y., Pratiwi, A. R., & Fitriana. (2019). Edukasi Gizi Seimbang Pada Anak Usia Sekolah di SDN 2 Wonosari Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Tahun 2019. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu(ABDI KE UNGU)*, 1(1), 60-64.
- Sunaryo, M. (2018). Gambaran Pola Makan Terhadap Status Gizi Siswa Di SD Putra Indonesia Surabaya. *Medical Technology And Public Health Journal March*, 2(1), 42-50. Retrieved from <https://journal2.unusa.ac.id/index.php/MTPHJ/article/view/766>
- Suryaalamsah, I. I., Kushargina, R., & Stefani, M. (2019). "Gerebek Sekolah" (Gerakan Membawa Bekal Makan Dan Minum Ke Sekolah) Sebagai Upaya Pemenuhan Gizi Murid SDN Pesanggrahan 02 Jakarta Selatan. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat 2019* (pp. 1-6). Jakarta: Universitas Muhammadiyah Jakarta.

Upahita, D. (2021). *Panduan Mencukupi Kebutuhan Gizi Harian untuk Anak Usia Sekolah (6-9 Tahun)*. Retrieved from <https://hellosehat.com/parenting/anak-6-sampai-9-tahun/gizi-anak/kebutuhan-asupan-gizi-anak/>