

HUBUNGAN POLA MAKAN DAN PENDAPATAN ORANG TUA DENGAN STATUS GIZI BALITA DI PAUD PUTIEK SEULANGA, KABUPATEN ACEH BARAT DAYA

Yufa Malinda^{1*}, Khairunnas², Suci Eka Putri³, Safrida⁴

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Teuku Umar^{1,2,3,4}

*Corresponding Author : yufam48@gmail.com

ABSTRAK

Masa balita merupakan periode krusial dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, di mana gizi seimbang sangat berperan dalam mendukung kesehatan dan kecerdasan. Namun, masalah gizi seperti kekurangan gizi dan stunting masih menjadi tantangan di banyak negara berkembang, termasuk Indonesia. Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi gizi buruk pada balita di Indonesia mencapai 3,4%. Selain itu, laporan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021 menunjukkan prevalensi wasting dan underweight di Kabupaten Aceh Barat Daya masing-masing sebesar 8,2% dan 22,3%, menandakan adanya permasalahan gizi yang memerlukan perhatian lebih lanjut. Faktor-faktor seperti pola makan dan kondisi ekonomi keluarga sering dikaitkan dengan status gizi anak. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pola makan dan pendapatan orang tua dengan status gizi balita di PAUD Putiek Seulanga, Kabupaten Aceh Barat Daya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional study. Sampel terdiri dari 63 balita beserta orang tua mereka. Analisis data dilakukan dengan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara pola makan dengan status gizi balita ($p = 0,169$) maupun antara pendapatan orang tua dengan status gizi balita ($p = 0,464$). Oleh karena itu, disarankan agar PAUD melakukan pemantauan status gizi secara berkala, memberikan edukasi kepada orang tua mengenai pola makan sehat, serta mendorong kerja sama dengan tenaga kesehatan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi seimbang dalam pertumbuhan anak.

Kata kunci : balita, PAUD, pendapatan, pola makan, status gizi

ABSTRACT

The toddler phase is a crucial period in a child's growth and development, where balanced nutrition plays a significant role in supporting health and intelligence. However, nutritional problems such as malnutrition and stunting remain challenges in many developing countries, including Indonesia. According to the 2018 Riskesdas data, the prevalence of severe malnutrition among toddlers in Indonesia reached 3.4%. Additionally, the 2021 Indonesia Nutrition Status Survey (SSGI) report revealed that the prevalence of wasting and underweight in Southwest Aceh District was 8.2% and 22.3%, respectively, indicating a nutritional issue requiring further attention. Factors such as dietary patterns and family economic conditions are often linked to a child's nutritional status. Therefore, this study aims to analyze the relationship between dietary patterns and parental income with the nutritional status of toddlers at PAUD Putiek Seulanga, Southwest Aceh District. This study employs a quantitative approach with a cross-sectional study design. The sample consists of 63 toddlers along with their parents. Data analysis was conducted using the Chi-Square test. The results indicate no significant relationship between dietary patterns and toddler nutritional status ($p = 0.169$) or between parental income and toddler nutritional status ($p = 0.464$). Therefore, it is recommended that PAUD conduct regular nutritional status monitoring, provide education to parents regarding healthy eating habits, and encourage collaboration with healthcare professionals to raise awareness of the importance of balanced nutrition in child growth.

Keywords : dietary patterns, income, nutritional status, PAUD, toddler

PENDAHULUAN

Masa balita adalah periode kritis dalam perkembangan fisik dan mental anak. Pada masa ini, anak-anak mengalami pertumbuhan yang sangat pesat, sehingga asupan gizi yang memadai

menjadi faktor utama yang mendukung perkembangan optimal mereka. Gizi yang baik akan memengaruhi kesehatan fisik, perkembangan otak, dan kemampuan belajar anak di masa depan. Namun, banyak balita di negara berkembang, termasuk Indonesia, masih menghadapi berbagai masalah gizi seperti kekurangan gizi, gizi buruk, stunting, dan wasting. Masalah-masalah ini tidak hanya berdampak pada kualitas hidup anak, tetapi juga dapat memengaruhi pembangunan manusia secara keseluruhan (Mayar & Astuti, 2021). Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi gizi buruk pada balita di Indonesia mencapai 3,4%. Selain itu, masalah stunting, yang ditandai dengan tinggi badan yang tidak sesuai dengan usia, juga masih menjadi perhatian utama. Provinsi Aceh, khususnya Kabupaten Aceh Barat Daya, memiliki angka prevalensi masalah gizi yang cukup tinggi dibandingkan daerah lain. Berdasarkan laporan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021, prevalensi wasting dan underweight di Kabupaten Aceh Barat Daya masing-masing sebesar 8,2% dan 22,3%. Hal ini menunjukkan bahwa status gizi balita di wilayah tersebut memerlukan perhatian khusus.

Menurut Supariasa et al. (2001), status gizi balita sangat dipengaruhi oleh pola makan, yang mencakup jenis, frekuensi, dan jumlah makanan yang dikonsumsi. Pola makan yang tidak seimbang dapat menyebabkan gizi kurang atau gizi lebih, yang keduanya memiliki dampak negatif terhadap pertumbuhan anak. Pola makan juga dipengaruhi oleh faktor sosial ekonomi, budaya, dan pendidikan orang tua. Pengetahuan orang tua tentang pentingnya gizi seimbang menjadi kunci dalam penyusunan menu yang mendukung pertumbuhan anak (Suhardjo, 2019). Faktor pendapatan juga memainkan peran penting dalam menentukan status gizi balita. Menurut Damayanti et al. (2020), pendapatan keluarga yang rendah dapat membatasi akses terhadap makanan bergizi. Namun, penelitian lain menunjukkan bahwa pendapatan yang tinggi tidak selalu berbanding lurus dengan status gizi anak, karena pengelolaan keuangan keluarga dan pengetahuan gizi orang tua juga menjadi faktor penentu.

PAUD sebagai lembaga pendidikan anak usia dini memiliki peran strategis dalam mendukung pemantauan status gizi balita. Menurut Fauziddin & Mufarizuddin (2018), PAUD dapat menjadi tempat untuk memberikan edukasi kepada orang tua tentang pentingnya gizi seimbang dan cara penyajiannya. Hal ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menjaga status gizi anak. Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan pentingnya intervensi multisektoral untuk mengatasi masalah gizi pada balita. Pendekatan yang mencakup edukasi gizi, peningkatan pendapatan keluarga, perbaikan sanitasi, dan penguatan layanan kesehatan merupakan strategi yang efektif dalam mengurangi angka stunting dan wasting di Indonesia (WHO, 2020).

Berbagai faktor diketahui memengaruhi status gizi balita, di antaranya adalah pola makan dan pendapatan orang tua. Pola makan mencakup jenis, frekuensi, dan jumlah makanan yang dikonsumsi balita, yang dipengaruhi oleh kebiasaan keluarga, budaya, dan tingkat pengetahuan orang tua tentang gizi. Sementara itu, pendapatan orang tua memainkan peran penting dalam menentukan akses terhadap makanan bergizi (Gusrianti et al., 2020). Keluarga dengan pendapatan rendah sering kali menghadapi keterbatasan dalam menyediakan makanan yang seimbang, sehingga balita berisiko mengalami malnutrisi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa faktor sosial ekonomi, pendidikan orang tua, dan akses terhadap pelayanan kesehatan juga turut berkontribusi pada status gizi anak (Andiny et al., 2024). Misalnya, orang tua dengan pendidikan rendah cenderung kurang memahami pentingnya gizi seimbang dan cara menyusun menu yang sehat untuk keluarga. Selain itu, keterbatasan akses ke fasilitas kesehatan seperti posyandu atau puskesmas juga dapat memengaruhi pemantauan status gizi balita secara rutin.

PAUD Putiek Seulanga, yang terletak di Kecamatan Kuala Batee, Kabupaten Aceh Barat Daya, adalah salah satu lembaga pendidikan anak usia dini yang berperan penting dalam mendukung tumbuh kembang balita. Selain menyediakan pendidikan dasar, PAUD juga dapat menjadi tempat untuk melakukan pemantauan status gizi anak secara berkala. Berdasarkan observasi awal, banyak balita di PAUD ini menunjukkan gejala malnutrisi, seperti berat badan

yang tidak sesuai dengan usia. Kondisi ini mendorong perlunya penelitian untuk memahami faktor-faktor yang memengaruhi status gizi balita di wilayah tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pola makan dan pendapatan orang tua dengan status gizi balita di PAUD Putiek Seulanga. Dengan hasil penelitian ini, diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas tentang faktor-faktor yang memengaruhi status gizi balita serta memberikan rekomendasi untuk perbaikan program gizi dan kesehatan anak di wilayah tersebut.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan cross-sectional study. Lokasi penelitian adalah PAUD Putiek Seulanga, yang terletak di Kecamatan Kuala Batee, Kabupaten Aceh Barat Daya. Penelitian dilaksanakan dari September hingga November 2024. Populasi penelitian terdiri dari 63 balita yang bersekolah di PAUD tersebut dan orang tua mereka. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara total sampling, sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Data dikumpulkan melalui wawancara menggunakan food frequency questionnaire (FFQ), pengukuran berat badan menggunakan timbangan dengan ketelitian 0,01 kg, dan pengukuran tinggi badan menggunakan alat microtoise. Analisis data dilakukan menggunakan uji Chi-Square dengan perangkat lunak SPSS, dengan tingkat signifikansi 5%.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Makan siswa PAUD Putiek Seulanga

Pola Makan	Frekuensi	Percentase (%)
Baik	28	44.4
Kurang	35	55.6
Total	63	100.0

Tabel 1 menunjukkan distribusi frekuensi pola makan siswa PAUD Putiek Seulanga. Dari total 63 siswa, 28 siswa (44,4%) memiliki pola makan yang baik, sementara 35 siswa (55,6%) memiliki pola makan yang kurang. Secara keseluruhan, sebagian besar siswa di PAUD ini menunjukkan pola makan yang kurang, yang dapat mempengaruhi status gizi mereka.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendapatan Orang Tua siswa PAUD Putiek Seulanga

Pendapatan	Frekuensi	Percentase (%)
Tinggi	36	57.1
Rendah	27	42.9
Total	63	100.0

Tabel 2 menunjukkan distribusi frekuensi pendapatan orang tua siswa PAUD Putiek Seulanga. Dari total 63 siswa, 36 orang tua (57,1%) memiliki pendapatan tinggi, sementara 27 orang tua (42,9%) memiliki pendapatan rendah. Ini menunjukkan bahwa mayoritas orang tua siswa di PAUD ini memiliki pendapatan tinggi, yang mungkin berdampak pada kemampuan mereka untuk menyediakan makanan bergizi bagi anak-anak mereka..

Tabel 3 menunjukkan distribusi frekuensi status gizi siswa PAUD Putiek Seulanga berdasarkan perbandingan berat badan dengan usia (BB/U). Dari total 63 siswa, 47 siswa

(74,6%) memiliki status gizi yang baik, 15 siswa (23,8%) memiliki status gizi yang kurang, dan 1 siswa (1,6%) memiliki status gizi yang buruk. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa di PAUD ini memiliki status gizi yang baik, namun masih ada sebagian kecil yang mengalami status gizi kurang dan buruk.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Gizi siswa PAUD Putiek Seulanga

BB/U	Frekuensi	Percentase (%)
Baik	47	74,6
Kurang	15	23,8
Buruk	1	1,6
Total	63	100,0

Tabel 4. Analisis Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi pada siswa PAUD Putiek Seulanga

Pola Makan	BB/U								Nilai ρ	
	Baik		Kurang		Buruk		Total			
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Baik	24	20,9	4	6,7	0	0,4	28	28,0	0,169	
Kurang	23	26,1	11	8,3	1	0,6	36	35,0		
Total	47	47,0	15	15,0	1	1,0	63	63		

Hasil uji Chi Square menunjukkan analisis hubungan pola makan dengan BB/U diperoleh nilai $\rho = 0,169$. Nilai $\rho = 0,169$ berarti $> \rho (0,05)$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara pola makan dengan status gizi balita pada PAUD Putiek Seulanga. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Faradiba E (2012) yang menunjukkan bahwa uji data dengan menggunakan uji chi-square menunjukkan nilai $\rho = 0,473 >$ dari nilai α 0,05 sehingga hasil menyatakan tidak ada hubungan yang bermakna antara pola makan dengan status gizi anak.

Tabel 5. Analisis Hubungan Pendapatan Dengan Status Gizi pada Siswa PAUD Putiek Seulanga

Pendapatan	BB/U								Nilai ρ	
	Baik		Kurang		Buruk		Total			
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Rendah	28	26,9	7	8,6	1	0,6	36	36,0	0,464	
Tinggi	19	20,1	8	6,4	0	0,4	27	27,0		
Total	47	47,0	15	15,0	1	1,0	63	63		

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada PAUD Putiek Seulanga, diketahui hasil uji Chi Square pada analisis hubungan pendapatan dengan BB/U diperoleh nilai $\rho = 0,464$. Nilai $\rho = 0,464$ berarti $> \rho (0,05)$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara pendapatan dengan BB/U balita pada PAUD Putiek Seulanga. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Afifah (2019) yang menyatakan bahwa pendapatan tidak berhubungan dengan status gizi balita ($p=0,649$). Tidak adanya hubungan yang signifikan antara pendapatan orang tua dengan status gizi balita disebabkan oleh beberapa faktor, seperti faktor sosial dan ekonomi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa dari 63 balita pada PAUD Putiek Seulanga yang diteliti, terdapat 35 balita (55,6%) berada pada kategori pola makan kurang, sedangkan

balita yang berada dalam kategori baik hanya 28 balita (44.4%). Penulis memandang bahwa pola makan merupakan faktor yang tidak hanya mencerminkan kebiasaan konsumsi makanan, tetapi juga berperan langsung dalam menentukan kondisi kesehatan dan status gizi balita. Pandangan ini sejalan dengan konsep yang disampaikan oleh Jasnawati et al., (2020), yang menyatakan bahwa meskipun anak memiliki pola makan yang kurang baik akibat pemberian makan yang tidak tepat, jumlah asupan kalorinya masih memenuhi Angka Kecukupan Gizi (AKG), sehingga status gizinya tetap normal. Pola makan juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan orang tua, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata pendidikan orang tua balita pada PAUD Putiek Seulanga adalah SMA/Sederajat, bahkan ada yang SMP/Sederajat dan SD/Sederajat. Hal ini tentunya berpengaruh terhadap pengetahuan orang tua akan pemilihan makanan yang tepat untuk mendukung gizi balita. Hal ini sejalan dengan penelitian Ciuantasari & Maria (2020) yang mengatakan bahwa pendidikan yang lebih tinggi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pola makan balita. Selain itu, faktor lain yang turut mempengaruhi pola makan menurut Putri (2023), yaitu faktor sosial ekonomi, faktor sosial budaya, dan faktor ketahanan pangan.

Selanjutnya, berdasarkan hasil penelitian pada status gizi balita pada PAUD Putiek Seulanga, diketahui bahwa sebanyak 47 balita memiliki status gizi baik dengan tinggi badan dalam kategori normal dan bentuk badan normal. Sebanyak 15 balita memiliki status gizi kurang dengan tinggi badan dalam kategori pendek dan bentuk badan kurus, serta sebanyak 1 balita memiliki status gizi buruk dengan tinggi badan dalam kategori sangat pendek dan bentuk badan sangat kurus. Hasil kuesioner yang diisi oleh orang tua balita menunjukkan bahwa pola makan anak dipengaruhi oleh cara pemberian makan yang kurang ideal, yaitu kurang dari tiga kali sehari. Hal ini disebabkan karena anak sedikit susah dalam makan dan cenderung pilih-pilih makanan. Meskipun demikian, para orang tua mengungkapkan bahwa ketika anak makan, mereka selalu mengonsumsi nasi, lauk, sayuran, dan buah-buahan. Untuk melihat hubungan antara pola makan dan pendapatan orang tua terhadap status gizi balita, dilakukan analisis dengan uji *Chi Square* dengan hasil yang diperoleh adalah tidak ada hubungan antara pola makan dengan status gizi balita pada PAUD Putiek Seulanga dengan nilai ρ value = 0.169. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Faradiba (2012) yang menunjukkan bahwa uji data dengan menggunakan uji chi-square menunjukkan nilai ρ = 0,473 > dari nilai α 0,05 sehingga hasil menyatakan tidak ada hubungan yang bermakna antara pola makan dengan status gizi anak.

Tidak adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi balita disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu pola makan balita bervariasi antar setiap individu, baik dalam hal jumlah, kualitas, dan jenis makanan yang dikonsumsi. Pola makan yang tidak konsisten atau tidak teratur inilah yang mengurangi pengaruhnya terhadap status gizi balita. Pola makan yang mungkin tampak baik dari sisi frekuensi atau jumlah konsumsi bisa saja tidak mencakup kualitas nutrisi yang dibutuhkan oleh balita. Jika balita mengonsumsi makanan dengan kualitas gizi yang rendah (misalnya tinggi kalori tapi rendah vitamin dan mineral), maka meskipun pola makan terlihat baik, status gizi tetap dapat terpengaruh. Variabel kedua yaitu pendapatan orang tua, berdasarkan hasil uji Chi Square diketahui bahwa tidak ada hubungan antara pendapatan dengan status gizi balita pada PAUD Putiek Seulanga dengan nilai ρ value = 0.464.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Afifah (2019) yang menyatakan bahwa pendapatan tidak berhubungan dengan status gizi balita ($p=0,649$). Tidak adanya hubungan yang signifikan antara pendapatan orang tua dengan status gizi balita disebabkan oleh beberapa faktor, seperti faktor sosial dan ekonomi. Meskipun pendapatan orang tua dapat memengaruhi kemampuan untuk membeli makanan bergizi, faktor-faktor lain seperti tingkat pendidikan orang tua, pengetahuan tentang gizi, dan kebiasaan makan keluarga juga berperan penting. Orang tua dengan pendapatan rendah namun memiliki pengetahuan

yang baik tentang gizi mungkin dapat memberikan makanan yang bergizi bagi anak mereka. Tingkat pendapatan yang tinggi tidak selalu berarti bahwa pengelolaan uang akan digunakan secara optimal untuk membeli makanan bergizi. Penggunaan pendapatan untuk kebutuhan lainnya, seperti gaya hidup atau pengeluaran yang tidak terkait langsung dengan kebutuhan gizi, bisa mempengaruhi pola makan anak dan status gizinya. Pendapatan orang tua mungkin cukup untuk membeli makanan, tetapi tidak selalu cukup untuk membeli makanan dengan kualitas gizi yang baik. Misalnya, meskipun pendapatan tinggi, orang tua mungkin lebih memilih makanan yang murah namun kurang bervariasi, seperti makanan olahan atau cepat saji, yang tidak mendukung status gizi balita. Selain itu, pola asuh juga dapat menjadi faktor tidak adanya hubungan yang signifikan antara pendapatan orang tua dengan status gizi balita. Meskipun berpendapatan rendah, pola asuh yang baik bisa memastikan balita tetap mendapatkan gizi yang cukup.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa status gizi balita pada PAUD Putiek Seulanga memiliki status gizi Baik sebanyak 47 siswa (74.6%), Kurang 15 siswa (23.8%) dan Buruk 1 siswa (1.6%). Tidak ada hubungan antara pola makan dengan status gizi balita pada PAUD Putiek Seulanga, Kabupaten Aceh Barat Daya. Serta tidak ada hubungan antara pendapatan orang tua dengan status gizi balita pada PAUD Putiek Seulanga, Kabupaten Aceh Barat Daya. Disarankan agar PAUD Putiek Seulanga melakukan pemantauan gizi balita secara berkala setiap tiga bulan dan melibatkan orang tua dalam program pendidikan gizi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Saya ingin mengucapkan terim kasih yang sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing saya atas segala bimbingan, arahan, dan dukungan yang telah diberikan sepanjang proses penelitian ini. Terimakasih juga saya sampaikan kepada rekan-rekan yang senantiasa memberikan semangat, motivasi, dan kerja sama yang luar biasa. Tak lupa, ucapan terimakasih saya tujuhan kepada keluarga dan kerabat yang selalu memberikan dukungan, doa, dan kasih sayang yang tak terhingga. Semoga segala kebaikan yang telah diberikan kepada saya mendapatkan balasan yang setimpal. Saya juga berharap hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif dan manfaat yang berarti bagi berbagai pihak yang membutuhkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, N. (2019). Pengaruh Pendapatan Keluarga terhadap Status Gizi Balita di Kecamatan A. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 120–127.
- Andiny, P., Junita, A., Meutia, T., & Aulia, U. S. B. (2024). Pemetaan Faktor Sosial-Ekonomi Penyebab Stunting di Kabupaten Aceh Timur. *Jurnal Penelitian Ekonomi Akuntansi (JENSI)*, 8(2), 372-388.
- Ciuantasari, A., & Maria, A. (2020). Pola Makan dan Dampaknya Terhadap Status Gizi Anak. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 8(1), 45-52.
- Damayanti, S., et al. (2020). Pengaruh Pendidikan dan Pola Asuh terhadap Status Gizi Anak. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*.
- Faradiba, E. 2012. Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Anak: Studi Kasus di Kota X. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 14(1), 45-52.
- Fauziddin, M., & Mufarizuddin, M. (2018). Peran PAUD dalam Meningkatkan Kesadaran Gizi. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.

- Gusrianti, G., Azkha, N., & Bachtiar, H. (2020). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Balita di Kelurahan Limau Manis Selatan Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(4).
- Jasmawati, J., Tuthanurany, N., & Sangadji, D. (2020). Pola Konsumsi Pangan Dan Status Gizi Pasien Anak 3-5 Tahun Di Rsud Dr. H. Chasan Boesoirie Ternate. *Kieraha Medical Journal*, 2(1), 61-69.
- Mayar, F., & Astuti, Y. (2021). Peran gizi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3), 9695-9704.
- Putri, D. (2023). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan pada Balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 45-52.
- Riskesdas. (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. Kementerian Kesehatan RI.
- Suhardjo, T. (2019). Peran Pengetahuan Ibu dalam Status Gizi Balita. *Media Gizi Indonesia*.
- Supariasa, I. D. N., et al. (2001). *Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- UNICEF. (2018). *Child Nutrition*. UNICEF Publications.
- WHO. (2020). *Global Nutrition Report*. World Health Organization.