NUTRIOLOGY
Jurnal : Pangan, Gizi, Kesehatan

Nutriology Jurnal: Pangan, Gizi, Kesehatan
e-ISSN. 2722-0419
Volume, 02, No, 01 Mei 2021

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan Siswa Sekolah Dasar di Kabupaten Banyumas

Factors Affecting the Diet of Elementary School Students in Banyumas Regency

Katri Andini Surijati[1*], Pramesthi Widya Hapsari[2], Windri Lesmana Rubai[3]
[1,2]Jurusan Ilmu Gizi, Universitas Jenderal Soedirman
[3]Jurusan Kesehatan Masyarakat, Universitas Jenderal Soedirman
Email : katriandini@unsoed.ac.id

Abstrak

Nutrisi yang baik selama masa anak-anak diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan, kesehatan, kesejahteraan dan pencegahan obesitas dan beberapa penyakit kronis lainnya. Praktik makan anak-anak juga dapat membawa konsekuensi kesehatan jangka pendek maupun panjang, meningkatkan risiko beberapa penyakit tidak menular (PTM), dan berkontribusi secara signifikan beban penyakit yang dapat dicegah dan kematian dini. Anak usia sekolah memiliki karakteristik banyak melakukan aktifitas fisik sehingga membutuhkan energi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan aktifitas dan pertumbuhan. Secara umum faktor yang mempengaruhi pola makan adalah adalah aktifitas fisik, pendidikan, pengetahuan gizi, statuspekerjaan dan status sosialekonomi keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk melihat faktor yang mempengaruhi pola makan pada anak sekolah dasar di Kabupaten Banyumas. Pengambilan data menggunakan google form untuk mencegah penularan virus Covid-19. Data dianalisis menggunakan analisis uji regresi linier berganda untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi pola makan anak sekolah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktifitas fisik (0.045), usia (0,27), pendidikan ibu (0,37), pengetahuan gizi (0,34), status pekerjaan (0,12), pola asuh makan (0,34) dan pendapatan keluarga (0,25) berpengaruh terhadap pola konsumsi pangan anak dengan taraf kepercayaan sedangkan jenis kelamin tidak berpengaruh terhadap pola makan anak sekolah. Kesimpulan penelitian ini bahwa faktor ibu sangat mempengaruhi pada pola konsumsi makan pada anak sekolah.

Kata Kunci: Pola Makan Anak, Anak Sekolah Dasar, Gizi

Abstract

Good nutrition during childhood is necessary for growth and development, health, well-being, and prevention of obesity and several other chronic diseases. Children's eating practices can also have short- and long-term health consequences, increase the risk of some non-communicable diseases (PTM), and contribute significantly to the burden of preventable diseases and premature death. School-age children have the characteristics of a lot of physical activity so that they require sufficient energy to meet their activity and growth needs. In general, the factors that influence diet are physical activity, education, knowledge of nutrition, work status and family socioeconomic status. This study aims to see the factors that influence the diet of elementary school children in Banyumas Regency. Data collection using Google Forms to prevent the transmission of the Covid-19 virus. The data were analyzed using multiple linear regression analysis to determine the factors that influence the diet of school children. The results showed that physical activity (0.045), age (0.27), mother's education (0.37), knowledge of nutrition (0.34), employment status (0.12), eating patterns (0.34) and family income (0.25) affects food consumption pattern of children with a level of confidence, while gender does not affect the diet of school children. This study concludes that mother's factors greatly affect the dietary consumption patterns of school children.

Keywords: *Children's Diet, Elementary School Children, Nutrition*

*Korespondensi: Katri Andini Surijati, Jurusan Ilmu Giz, Universitas Jenderal Soedirman
Email: juni.gressilda@gmail.com

1. PENDHULUAN

Kesehatan dan kesejahteraan anak-anak dan remaja merupakan prasyarat penting untuk berprestasi sesuai dengan tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs), terutama yang berfokus pada kemiskinan, keamanan kesehatan,pendidikan dan pengurangan ketidaksetaraan [1]. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengakui pentingnya nutrisi yang cukup untuk "anak-anak dan remaja menikmati kesehatan yang baik memegang peran penuh dalam berkontribusi pada perubahan transformatif dan pembangunan berkelanjutan ", selaras dengan SDGs [2]. Anak sekolah merupakan usia yang rentan akan masalah gizi bila penerapan pola makan yang buruk di periode kritis ini akan mempengaruhi kejadian obesitas pediatrik dan kelainan metabolik terkait, seperti tekanan darah tinggi, diabetes tipe 2, sindrom metabolik, gangguan tidur, masalah ortopedi, dan masalah psikososial, yang semuanya cenderung dilacak hingga dewasa [3].

Pola konsumsi anak sekolah merupakan kebiasaan makan yang terdiri dari jenis, jumlah makanan dan frekuensi makan yang dikonsumsi anak pada waktu tertentu. Anak sekolah memiliki karakteristik selalu aktif kegiatan fisik sehingga membutuhkan asupan energi yang tinggi untuk memenuhi kebutuhannya[4]. Kebutuhan zat gizi dapat dipenuhi apabila ibu memiliki peranan penting dalam mengatur, mendidik, merawat dan menjaga anak, termasuk membiasakan anak untuk makan yang baik dalam keluarga. Ibu berperan untuk penyediaan dan pemberian makan terhadap keluarga mulia dari penyusunan menu, membuat dan menyajikan sesuai keinginan dan kebutuhan keluarga. Pemilihan dan penentuan yang dilakukan secara berulang-ulang dan terus menerus ini akan membentuk kebiasaan makan didalam keluarga [5][6].

Penentuan menu untuk menyediakan dan memberi makan untuk keluarga dipengaruhi oleh pendidikan, pekerjaan dan pendapatan keluarga[7]. Ibu yang memiliki pengetahuan yang tinggi tanpa disertai dengan pengetahuan tentang gizi yang baik akan memberikan pengaruh pada kemampuan dalam menyediakan makanan yang sesuai dengan pedoman gizi seimbang ynag dibutuhkan oleh keluarga. Pendapatan keluarga berpengaruh pada daya beli bahan makanan pada suatu keluarga [8]. Semakin tinggi tingkat ekonomi maka semakin besar pula kemampuan membeli berbagai macam makanan untuk keluarga. Jumlah anggota keluarga dapat mempengaruhi pada alokasi pendapatan keluarga dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarganya, dengan sumber daya yang terbatas, termasuk bahan makanan harus dibagi rata kepada semua anak dan terjadi persaingan sarana prasarana, perbedaan makanan, dan waktu perawatan anak berkurang , memiliki anak terlalu banyak juga menyebabkan kasih sayang orang tua pada anak terbagi, jumlah perhatian yang diterima per anak menjadi berkurang, dan diperburuk ika status ekonomi keluarga tergolong rendah[9][10].

Fenomena tersebut dapat menggambarkan bahwa terdapat banyak faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan yang membentuk pola konsumsi pada anak sekolah. Kabupaten Banyumas memiliki wilayah lokus stunting sehingga mendorong peneliti untuk menggali informasi faktor apa saja yang mempengaruhi pola makan anak sekolah dasar guna menentukan langkah selanjutnya untuk memperbaiki status gizi anak.

2. METODE

Penelitian dilaksanakan diwilayah perkotaan dan perdesaan Kabupaten Banyumas dari Bulan Juni hingga Agustus 2020. Desain penelitian yang dihgunakan adalah potong lintang dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian dilakukan pada tujuh sekolah dasar yang masing-masing mewakili karakteristik perkotaan yaitu SDN 1 Pandak, SDN 2 Pandak, SDN Purwokerto Lor, SDN 4 Purwanegara, SDN 1 Sumampir dan wilayah perdesaan yang menjadi lokus stunting yaitu SDN1 dan SDN 2 Banjaranyar. Pengambilan data disesuaikan dengan kondisi pandemi Covid-19 secara online menggunakan kuesioner Google Form. Sebelum mengisi kuesioner, para responden diminta untuk membaca dan menendatangani informed concent sebanyak dua kali yaitu informed concent anak dan informed concent orang tua. Variabel-variabel dalam penelitian ini merupakan bagian dari penelitian besar yang berjudul " Faktor-faktor Keberagaman Makan Pada Anak Sekolah Dasar di Wilayah Perkotaan dan Perdesaan Kabupaten Banyumas". Data yang dikumpulkan meliputi demografi siswa, perilaku hidup bersih dan sehat, pengetahuan tentang gizi dan kesehatan, status sakit siswa, aktifitas fisik ibu dan anak selama pandemi covid-19.

3. HASIL

Penelitian ini melibatkan sebanya 58 responden siswa dan siswi sekolah dasar kelas IV, V dan VI yang tersebar di tujuh sekolah dasar wilayah perkotaan dan perdesaan Kabupaten Banyumas. Hasil penelitian diperoleh data demografi siswa, data pengetahuan gizi dan kesehatan, status sosial ekonomi, jumlah anggota keluarga dan keanekaragaman makanan anak. Data-data Karakteristik responden disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 1. Karakterisktik Responden

Karakterisktik Responden	Nilai (n=58)	Frekuensi (%)
Tipe wilayah		
Perdesaan	29	50
Perkotaan	29	50
Jenis kelamin siswa		
Laki-laki	29	50
Perempuan	29	50
Tingkat pendidikan Ibu		
Tidak pernah sekolah	1	1,7
Lulus SD	18	31,0
Lulus SMP	8	13,8
Lulus SMA	25	43,1
Diploma/lebih tinggi	6	10,3
Pekerjaan Ayah		
Petani/pemilik lahan	5	8,6
PNS/TNI	4	6,9
Buruh harian	21	36,2
Karyawan swasta	8	13,8
Wiraswasta/Pengusaha	12	20,7
Pedagang	7	12,1
Jasa transportasi	1	1,7
Tenaga honorer	0	0
Pekerjaan Ibu	1	1,7
Buruh harian	3	5,2
PNS/TNI	2	3,4
Karyawan swasta	3	5,2
Wiraswasta/Pengusaha	1	1,7
Pedagang	47	81,1
IRT	1	1,7
Tenaga honorer	1	1,7
Pendapatan Keluarga		
≤ UMK	46	79,3
≥UMK	12	20,7

Sumber: Data Primer 2020

Berdasarkan Tabel 1. Dapat diketahui bahwa distribusi jumlah responden berdasarkan wilayah perkotaan dan perdesaan adalah sama, masing-masing 29 siswa. Jumlah responden berjenis kelamin perempuan dan laki-laki adalah sama yaitu 29 siswa. Sebagian besar ibu merupakan ibu rumah tangga yang tidak bekerja (81,1%) dan sebagian pekerjaan ayah adalah buruh harian dengan penghasilan keluarga paling banyak lebih dari UMK Kabupaten Banyumas sebesar Rp 1. 950.000,

Tabel 2. Pola Konsumsi asupan energi anak sekolah

Kecukupan energi	Energi	
	Perempuan	Laki-laki
Rendah	0	0
Sedang	12	15
Cukup	23	20
Rerata±Std	2, 06±0,02	

Sumber: Data Primer 2020

Berdasarkan Tabel.2 dapat diartikan bahwa pola konsumsi kecukupan energi pada siswa perempuan maupun laki-laki sekolah sudah baik karena sudah memenuhi angka kecukupan gizi harian (AKG).

Tabel 3. Faktor-faktor yang mempengaruhi pola konsumsi pangan anak sekolah

Faktor Peubah	Pola Konsumsi Anak Sekolah		
	β	t	Sig.
(Constant)	2.789	.687	.000
Jenis kelamin	.234	.834	.067
Pengetahuan gizi	.455	.1.567	.982
Aktifitas fisik	.045	.290	.045*
Usia	.199	.778	.027*
Pendidikan	-.025	-.215	.037*
Pengetahuan gizi	.980	. 417	.034*
Status pekerjaan	.567	.479	.012*
Pola asuh makan	.377	.680	.034*
Pendapatan keluarga	.146	.889	.025*
R square	.887		
Adjusted R square	.987		
df	13		
F	145.778		
Sig.	.000		

Sumber: Data Primer 2020

Tabel 3 menunjukkan bahwa aktifitas fisik, usia, pendidikan ibu, pengetahuan gizi, status pekerjaan, pola asuh makan dan pendapatan keluarga berpengaruh terhadap pola konsumsi pangan anak dengan taraf kepercayaan (95%), sedangkan jeniskelamin tidak berpengaruh terhadap pola makan anak sekolah.

4. PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa angka kecukupan energi pada anak laki-laki dengan anak perempuan sudah baik, hampir tidak ada perbedaan yang jauh untuk kecukupan energi setiap harinya. Karakteristik penduduk Indonesia lebih mengutamakan porsi sumber karbohidrat lebih besar dari pada sumber gizi yang lainnya pada setiap porsi makan setiap hari. Pada usia anak sekolah energi butuhkan untuk menunjang aktifitas dan pertumbuhan badannya [6] selain itu energi berperan dalam meningkatkan konsentrasi belajar anak sehingga anak dapat berprestasi di sekolah [11] untuk memenuhi kebutuhan energi diperlukan asupan keberagaman makanan yang bernilai gizi tinggi [12].

Anak usia sekolah dasar merupakan kelompok usia yang rentan terkena berbagai masalah gizi yang disebabkan oleh berbagai faktor. Faktor yang mempengaruhi pola konsumsipangan pada anak sekolah secara umum adalah jenis kelamin, aktifitas, usia ibu, pengetahuan ibu tentang gizi, pekerjaan ibu dan status ekonomi keluarga [8], dalam penelitian lain menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi pola makan anak sekolah adalah faktor inter (aktifitas fisik) dan faktor ekstern dalam pemilihan makanan (budaya, agama, keputusan etis, faktor ekonomi, norma sosial, pendidikan dan kesadaran) [13].

Aktifitas fisik merupakan gerakan yang melibatkan otot rangka yang memerlukan energi. Aktifitas fisik menyeimbangkan kalori yang terkandung dalam makanan degan kalori yang digunakan pada saat aktifitas fisik sehingga dapat mengontrol berat badan [14]. Aktivitas fisik yang dilakukan anak sekolah berada di lingkungan tempat tinggal dan sekolah, yang di dalamnya mendukung proses tumbuh kembang anak.Anak sekolah dasar memiliki karakter cenderung aktif secara fisik, sehingga membutuhkan kecukupan energi yang tinggi[15][16]. Pada saat pandemi Covid-19 aktifitas disekolah ditiadakan dan bahkan aktifitas diluar rumah juga dibatasi. Aktifitas fisik yang biasa dilakukan oleh responden penelitian adalah bermain, berlari, bersepeda, sepak bola dan membantu ibu menyelesaikan pekerjaan rumah tangga bagi anak perempuan.

Sebagian besar usia ibu responden penelitian ini berada pada kelompok usia dewasa awal yang dimulai usia 18 hingga 40 tahun. Pada usia ini mulai menerima dan memikul tanggung jawab yang lebih berat dari kelompok usia sebelumnya, mereka memiliki daya tahan dan taraf kesehatan yang prima sehinggadalam berbagai kegiatan tampak inisiatif, kreatif, energik, cepat dan proaktif [17]. Dalam menjalani kehidupannya orang dewasa awal sangat perlu dan penting dalam menyelesaikan tugas perkembangannya, agar dalam kehidupannya tidak mengalami masalah yang berarti dan merasa bahagia menjalani kehidupan yang akan dijalani selanjutnya. Hurlock (2009) membagi tugas perkembangan dewasa awal, antaralain, sebagai berikut: (a) mendapatkan suatu perkerjaan,(b) memilih seorang teman hidup, (c) belajar hidup bersama dengan suami istri membentuk suatu keluarga, (d) membesarkan anak-anak,(e) mengelolasebuah rumah tangga, (f) menerima tanggung jawab sebagai warga negara, (g)bergabung dalam suatu kelompok sosial. Dalam hal ini ibu lebih bertanggung jawab akan perannya dalam mendidik anak termasuk menyediakan makanan untuk mendukung pertumbungan anak dan keberlangsungan hidup anggota keluarga lainnya [18]. Ibu lebih kreatif dalam membuat menu untuk menyediakan makanan untuk anggota keluarganya, berinisiatif dalam membuat menu baru agar anggota keluarga tidak merasa bosan dengan menu yang disediakan.

Sebagian besar ibu responden berpendidikan SMA, pendidikan merupakan modal dasar yang mempengaruhi ibu dalam menerima dan mengakses informasi. Tingkat pendidikan yang tinggi dapat mempengaruhi pola konsumsi pangan dan pengetahuan tentang gizi seimbang untuk keluarga [9]. Ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik mampu mengaplikasikan pengetahuan yang dimiliki dalamkehidupan sehari-hari, tetapi status gizi pada anak lebih dipengaruhi oleh perilaku pemberian makan. Perilaku pemberianmakan sendiri juga dipengaruhi oleh

beberapa faktor antara lain sosial ekomoni budaya, lingkungan, dan ketersediaan waktu untuk mengolah makanan [19], [20].

Pengetahuan gizi menjadi salah satu faktor yang penting dalam konsumsi pangan dan status gizi. Hal tersebut berhubungan dengan pemberian menu, pemilihan bahan pangan, pemilihan menu, pengolahan pangan danmenentukan pola konsumsi panganyang akhirnya akan berpengaruh padakeadaan gizi individu yang bersangkutan. Sasaran pendidikan gizi tidak hanya kaum wanita yang meliputi ibu yang berpendidikan dan pengetahuan gizinya baik akan sangat berperan dalam menyiapkan menu yang cukup mengandung energi dan kandungan gizi lainnya [21].

Sebagian besar ibu responden adalah ibu rumah tangga murni yang tidak bekerja sehingga mempunyai banyak waktu untuk memperhatikan keluarganya. Banyaknya waktu yang dimiliki ibu dapat mengasuh anak,mengolah makanan, mengatur pola makan dan penyediaan makanan bergizi yangakhirnya akan mempengaruhi status gizianak [22].

Pola asuh makan merupakan praktek pengasuhan ibu kepada anaknya yang berkaitan dengan cara dan situasi makan yang diberikan dengan seimbang dan aman sehingga berguna untukmencapai dan mempertahankan status gizi [23]. Sebagai orang yang menentukan bahan makanan yang akan dibeli, dimasak dan disiapkan, ibu memegang peranan penting dalam menatalaksanakan makanan bagi anakkhususnya anak sekolah serta menjamin terpenuhinya kebutuhan anak akan zat gizi.

Tiga aspek perilaku pemberian makan pada anak oleh ibu atau pengasuhnya yang mempengaruhi asupan adalah: (1) menyesuaikan metodae pemberianmakan dengan kemampuan psikomotorik anak; (2) pemberian makanan yang responsif,termasuk dorongan untuk makan, memperhatikan nafsu makan anak, waktu pemberian, kontrol terhadap makanan antara anak dan pemberi makan, dan hubungan yang baik dengan anak selama memberi makan; (3) situasi pemberian makan, termasuk bebas gangguan, waktu pemberi makan serta perhatian dan perlindungan selama makan [24]. Orang tua harus mendidik anak tentang betapa pentingnya polamakan yang sehat bagi tubuh manusia. Makanan apa saja yang harus dikonsumsi anak danyang tidak boleh dikonsumsi ketika di sekolah atau bermain agar anak tidak mengkonsumsi jajanan yang tidak sehat[5].

Tingkat pendapatan keluarga berpengaruh terhadap kecukupan dan mutu makanan untuk anak, sehingga pendapatan yang tinggi akan meningkatkan mutu makanan dan status gizi anggota keluarganya. Tingginya status ekonomi ibu dapatmempermudah ibu untuk mengaksespengasuh dan mengatur pola makan anak,dan juga anak yang dititipkan ke nenek ataukeluarga anggota keluarga lainnya lebihmemungkinkan untuk memenuhi nutrisi sesuai kebutuhan anak.Status sosial ekonomi keluargamisalnya penghasilan yang rendah darikepala keluarga dan pengetahuantentang gizi yang rendah ditambahdengan budaya dalam keluarga antaralain kebiasaan makan dan adat istiadatakan mem-pengaruhi dalam prosespemilihan dan pengolahan makananoleh ibu, karena pengolahan makananyang baik akan mempengaruhipola konsumsi anak [6], [13].

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Faktor ibu yang meliputi usia, pendidikan, pengetahuan, status pekerjaan dan pola asuh makan sangat mempengaruhi pola makan siswa sekolah dasar karena ibu memiliki peranan penting dalam pemberian menu, pemilihan bahan pangan, pemilihan menu, pengolahan pangan danmenentukan pola konsumsi panganyang akhirnya akan membentuk kebiasaan makan keluarga dan anak. Sebagai pemegang peranan penting, ibu disarankan mendidik anak tentang betapa pentingnya pola makan yang sehat bagi tubuh manusia sehingga anak dapat menerapkan kebiasaan makan makanan apa saja yang harus dikonsumsi dan yang tidak boleh dikonsumsi ketika di sekolah atau bermain agar anak tidak mengkonsumsi jajanan yang tidak sehat.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (*LPPM*) Universitas Jenderal Soedirman yang telah membiayai penelitian ini hingga selesai.

7. REFERENSI

[1] WHO. 2017. "Fact Sheets on Sustainable Development Goals: Health Targets: Child and Adolescent Health," Denmark.

[2] Lucia maria aversa Villela. 2017. "Child and Adolescent Health and Development," J. Chem. Inf. Model., vol. 53, no. 9, pp. 1689–1699.

[3] N. Nasreddine, L.; Ouaijan, K.; Mansour, M.; Adra, N.; Sinno, D.; Hwalla. 2010. "Metabolic syndrome and insulin resistance in obese prepubertal children in Lebanon: A primary health concern," Ann. Nutr. Metab, vol. 57, pp. 135–142.

[4] A. Al-Jawaldeh, M. Taktouk, and L. Nasreddine. 2020. "Food consumption patterns and nutrient intakes of children and adolescents in the eastern mediterranean region: A call for policy action," Nutrients, vol. 12, no. 11, pp. 1–28.

[5] N. Nazari et al. 2010 "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pola Makan Pada Anak Usia Prasekolah," J. Aceh Med., vol. 2, no. 1, pp. 197–203.

[6] L. P. Diah R. 2019. "Status Gizi Dan Pola Konsumsi Makanan Anak Usia Sekolah (7-12 Tahun) Di Desa Karangsembung," J. Ilm. Gizidan Kesehat., vol. 1, no. 1, pp. 34–41.

[7] M. D. Patras and A. S. Lalombo. 2018. "Description Of Parent Knowledge About Balanced Nutrition In School Age Children In Palareng Village, Kecamatan South Tabukan," Sci. J. Sesebanua, vol. 2, no. 1, pp. 1–7 .

[8] Nevy Velanti B. 2020. "Faktor yang Mempengaruhi Pola Konsumsi Remaja," e J. Boga, vol. 3, no. 3, pp. 47–50.

[9] Hapi Apriasih. 2020. "Literature Review: The Effect Of Parity In The Family On Nutritional Status Of Children In Stunting Prevention," pp. 84–89.

[10] R. M. Nur Handayani Utami. 2020. "Food Diversity And Its Relationship With The Nutrition Status Of Children: Analysis Of Individual Food Consumption Surveys (SKMI)," vol. 43, no. 1, pp. 37–48.

[11] Institute of Medicine. 2007. "Nutrition-Related Health Concerns, Dietary Intakes, and Eating Behaviors of Children and Adolescents. In Nutrition Standards for Foods in Schools: Leading the Way Toward Healthier Youth," Washington, DC, USA: The National Academies Press..

[12] N. Sachithananthan, V.; Gad. 2016. "A Study on the Frequency of Food Consumption and Its Relationship to BMI in School Children and Adolescents in Abha City, KSA," Cur. Res. Nutr. Food Sci, vol. 4, p. 203.

[13] Fima Dias T. 2018. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan Siswa Di Smp Negeri 2 Purworejo Dan Smp Negeri 3 Purworejo Faktors Affecting Student Eating Pattern In Smp Negeri 2 Purworejo And Smp Negeri 3 Purworejo," J. Pendidik. Tek. Boga.

[14] A. Soliman, V. De Sanctis, and R. Elalaily. 2014. "Nutrition and pubertal development," Indian J. Endocrinol. Metab., vol. 18, pp. S39–S47.

[15] F. Mirmiran, P.; Ziadlou, M.; Karimi, S.; Hosseini-Esfahani, F.; Azizi. 2019. "The association of dietary patterns and adherence to WHO healthy diet with metabolic syndrome in children and adolescents: Tehran lipid and glucose study," BMC Public Health, vol. 19, p. 1457.

[16] WHO. 2010. "Global Recommendation on Physical Activity for Health," Switzerland.

[17] Alifia Fernanda P. 2019. "Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya," SCHOULID Indones. J. Sch. Couns., vol. 3, no. 2, pp. 35–40.

[18] J. W. Santrock. 2011. Life-Span Development (Perkembangan masa hidup). Jakarta: Erlangga

[19] A. S. R. Alsubaie. 2018"Intake of fruit, vegetables and milk products and correlates among school boys in Saudi Arabia," Int. J. Adolesc. Med. Heal., vol. 1.

[20] A. Abbass, M.M.; Mahmoud, S.A.; El Moshy, S.; Rady, D.; AbuBakr, N.; Radwan, I.A.; Ahmed, A.; Abdou, A.; Al Jawaldeh. 2019. "The prevalence of dental caries among Egyptian children and adolescences and its association with age, socioeconomic status, dietary habits and other risk factors. A cross-sectional study.," F1000Research, vol. 8, no. 1–19.

[21] A. Myrnawati. 2016. "Pengaruh Pengetahuan Gizi, Status Sosial Ekonomi, Gaya Hidup Dan Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak (Studi Kausal di Pos PAUD Kota Semarang Tahun 2015)," J. Pendidik. Usia Dini, vol. 10, no. 2.

[22] Nur Azikin Rozali. 2016. "Peranan Pendidikan, Pekerjaan Ibu Dan Pendapatan Keluarga Terhadap Status Gizi Balita Di Posyandu Rw 24 Dan 08 Wilayah Kerja Puskesmas Nusukankota Surakarta," Universitas Muhamadiyah Surakarta.

[23] Rita Anugra Indriyani. 2019. "Hubungan Pola Asuh Makan Dengan Status Gizi Usia Anak Sekolah di SDN Teluk Pucung VI Bekasi," JKKP J. Kesejaht. Kel. dan Pendidik., vol. 2, no. 2, pp. 77–83.

[24] L. H. Engel, P.C., P. Menon. 1997. "Care and Nutrition: concep and measurement," Res. Inst.