

## **PERILAKU PEMBERIAN MAKAN PADA ANAK DAN JUMLAH ANGGOTA KELUARGA BERHUBUNGAN DENGAN KONSUMSI SAYUR DAN BUAH ANAK PRA SEKOLAH**

Yefrison Kolifai<sup>1</sup>, Tonfanus Desri<sup>2</sup>, Ade Borgias Aliandu<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Nusantara Sehat, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia  
Gedung Sujudi, Jl. H. R. Rasuna Said No.Kav 4 - 9, RT.9/RW.4,  
Kuningan, Jakarta Selatan – 12950

<sup>2</sup> Puskesmas Sasi, Kefamenanu, Kab. Timor Tengah Utara, Nusa Tenggara Timur

<sup>3</sup> Puskesmas Mahalona, Towuti, Sulawesi Selatan  
adhybukolifay137@gmail.com

### **Abstract**

*The prevalence of inadequate consumption of vegetables and fruits among pre-school in Indonesia was more than 90%. Vegetables and fruit support pre-school children to grow and reduce risk for degenerative diseases. To date, it remains unclear the factors associated with low consumption of vegetables and fruit among pre-school children in Indonesia especially in urban area. Therefore, the aim of our study was to investigate factors associated with consumption of vegetables and fruit among pre-school children. This study was design with cross-sectional approach among 37 parents of pre-school children in Widuri Jaya Kindergarten, West Jakarta. We interviewed socio-demography using questionnaire, consumption of vegetables and fruit using recall 24 hours and child feeding behavior using Comprehensive Child Feeding Questionnaire. The results of this study indicate that there was a significant relationship between feeding behavior in children and the number of family members with the level of consumption of vegetables and fruits among pre-school children ( $p$ -value  $< 0.05$ ). Meanwhile, there was no relationship between gender, maternal education, income per capita with the consumption of vegetables and fruits among pre-school children ( $p$ -value  $> 0.05$ ). In conclusion, parents need to pay attention to the feeding behavior of pre-school children to meet their daily needs for vegetables and fruit. In addition, parents should consider the number of family members by fulfilling the availability of vegetables and fruits because these factors may influence the adequacy of vegetable and fruit consumption among pre-school children.*

**Keywords :** *Pre-school children, vegetables and fruits consumption, child feeding behavior, family sample size*

### **Abstrak**

Prevalensi kurangnya konsumsi sayur dan buah pada anak pra sekolah di Indonesia mencapai  $> 90\%$ . Sayur dan buah mendukung pertumbuhan dan mengurangi risiko penyakit degeneratif pada anak pra sekolah. Sejauh ini masih belum diketahui secara pasti faktor apa saja yang memicu rendahnya konsumsi sayur dan buah di Indonesia terutama di perkotaan. Oleh karena itu, tujuan penelitian kami yaitu menginvestigasi faktor apa saja yang mempengaruhi tingkat kecukupan konsumsi sayur dan buah pada anak pra sekolah. Penelitian ini menggunakan metode cross-sectional pada orang tua 37 anak pra sekolah usia 4-5 tahun di TK Widuri Jaya, Jakarta Barat. Peneliti melakukan wawancara social demografi menggunakan kuesioner, asupan sayur dan buah menggunakan recall 24 jam dan perilaku pemberian makan pada anak menggunakan *Comprehensive Child Feeding Questionnaire*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara perilaku pemberian makan pada anak dan jumlah anggota keluarga dengan tingkat konsumsi sayur dan buah ( $p$ -value  $< 0.05$ ). Sementara itu, tidak ada hubungan antara jenis kelamin, pendidikan ibu, pendapatan perkapita dengan perilaku konsumsi sayur dan buah pada anak pra-sekolah ( $p$ -value  $> 0.05$ ). Kesimpulannya, orang tua perlu memperhatikan perilaku

pemberian makan pada anak pra sekolah untuk memenuhi kebutuhan sayur dan buah setiap hari. Selain itu, orang tua juga perlu memperhatikan jumlah anggota keluarga dengan memenuhi ketersediaan sayur dan buah karena mampu mempengaruhi kecukupan konsumsi sayur dan buah pada anak pra sekolah.

**Kata kunci:** Anak pra sekolah, konsumsi sayur dan buah, perilaku pemberian makan pada anak, jumlah anggota keluarga

## **Pendahuluan**

Kebiasaan makan anak semenjak dini menjadi pilar penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak (1). Menurut Kemenkes (2014), sayur dan buah adalah sumber vitamin, mineral, karbohidrat kompleks dan serat yang esensial dipenuhi semenjak dini setiap hari sesuai pedoman gizi seimbang. Konsumsi sayur dan buah menurunkan risiko konstipasi, kegemukan dan turut berperan mencegah penyakit akut maupun kronis (2). Namun, hasil Survei Konsumsi Makanan Individu (2014) menunjukkan bahwa rerata konsumsi sayur dan buah hanya 65.8 gram setiap hari. Konsumsi tersebut tentu hanya memenuhi sekitar 22% dari anjuran konsumsi sayur dan buah anak balita. Sehingga dari data ini bisa diketahui bahwa kecukupan konsumsi sayur dan buah anak balita sangat kurang (97.7%) (3). Setiap hari mereka direkomendasikan mengkonsumsi 300 gram sayur dan buah untuk mencukupi kebutuhan akan vitamin, mineral dan serat.

Konsumsi sayur dan buah menunjukkan banyak manfaat pada anak yaitu mampu memperbaiki status kesehatan, mengurangi risiko kegemukan, penyakit respirasi, dan meningkatkan kekebalan tubuh (4, 5, 6, 7). Sayur dan buah menjadi faktor protektif dari penyakit. Sayur dan buah tidak hanya kaya akan vitamin, mineral dan serat tetapi juga antioksidan seperti karoten dan flavonoid yang mampu mengoptimalkan fungsi kekebalan tubuh dan melindungi dari stress oksidatif (7, 8). Balita dan anak usia sekolah dianjurkan untuk mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan sebanyak 300-400 gram. Jumlah ini setara dengan ukuran rumah tangga 3-5 porsi sayur setelah dimasak dan ditiriskan serta 2-3 porsi buah (2).

Telah diketahui bahwa faktor yang mendasari konsumsi sayur dan buah pada

anak meliputi pendapatan keluarga, tingkat pendidikan orang tua, konsumsi minuman tinggi gula, ketersediaan dan kemudahan akses sayur dan buah, pemodelan orang tua, serta pola asuh orang tua (9, 10, 11). Namun, sejauh ini masih terbatas penelitian di Indonesia terutama di perkotaan yang mengidentifikasi faktor-faktor yang mendasari konsumsi sayur dan buah pada anak pra sekolah di Indonesia terutama di wilayah Perkotaan. Padahal, penelitian prospektif menunjukkan bahwa konsumsi buah dan sayur yang kurang di masa bayi dan balita tidak hanya memicu penyakit tetapi juga akan terbawa hingga usia sekolah (5, 6, 12). Oleh karena itu, mengingat pentingnya memenuhi kecukupan konsumsi sayur dan buah maka kami tertarik mengidentifikasi faktor-faktor yang mendasari konsumsi sayur dan buah pada anak pra sekolah.

## **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan rancangan *cross-sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik total sampling di Taman Kanak-Kanak (TK) Widuri Jaya, Jakarta Barat. Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus tahun 2018 pada 37 anak pra-sekolah usia 4-5 tahun. Kriteria inklusi dari penelitian ini yaitu ibu dari anak yang bersedia untuk diwawancara dan hadir selama penelitian berlangsung, ibu yang memiliki anak berusia 4-5 tahun di TK Widuri Jaya Jakarta Barat, dan ibu yang mengasuh anak secara penuh waktu. Sementara kriteria eksklusi adalah 1) ibu dari anak yang tidak mengikuti proses penelitian secara menyeluruh, 2) ibu dari anak yang sedang sakit saat penelitian, 3) ibu dari anak yang mengundurkan diri dalam penelitian, 4) anak yang di asuh oleh pengasuh

Instrumen dalam penelitian menggunakan 3 jenis kuesioner. Kuesioner yang pertama adalah kuesioner sosial demografi yang menanyakan pendidikan terakhir orang tua, pekerjaan bapak/ibu, jumlah anggota keluarga serta pendapatan rumah tangga. Kuesioner kedua adalah kuesioner perilaku pemberian makan pada anak menggunakan *Comprehensive Feeding Practices Questionnaire* (CFPQ) dengan nilai validitas (0.80-0.91) dan reliabilitas (0.80-0.90). Hasil ukur CFPQ dikategorikan menjadi 3 yaitu kurang (skor  $\leq$  55), cukup (skor 56-75) dan baik (76-100) (14). Sementara itu kuesioner ketiga adalah kuesioner recall 24 jam untuk mengetahui konsumsi sayur dan buah selama 24 jam terakhir. Konsumsi sayur dan buah dikatakan “kurang” jika  $<300$  gr/hari dan “baik” jika  $> 300$  gr/hari dengan rincian sayur 200 gr dan buah 100 gr (2).

Analisis data menggunakan analisis deskriptif untuk mengetahui karakteristik responden secara keseluruhan dari segi usia, pendidikan, pendapatan keluarga, jumlah anggota keluarga, perilaku pemberian makan pada anak, dan konsumsi sayur dan buah yang menggunakan mean untuk data numerik atau frekuensi untuk data kategorikal. Sementara analisis bivariate untuk melihat adakah hubungan antara usia, jenis kelamin, pendidikan dan pendapatan orang tua, jumlah anggota keluarga serta perilaku pemberian makan orang tua dengan kecukupan konsumsi sayur dan buah yang menggunakan analisis *Chi-square*

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari komisi etik penelitian manusia Universitas Esa Unggul dengan nomor 0346-18.339/DPKE-KEP/FINAL-EA/UEU/VIII/2018.

### Hasil dan Pembahasan

Dari hasil analisis deskriptif tabel 1 menunjukkan bahwa jumlah anak responden yang berusia 4 dan 5 tahun cukup sebanding, yaitu masing-masing 16 orang (43.2%) dan 21 orang (56.8%). Responden yang memiliki anak perempuan lebih banyak daripada responden laki-laki (59.5% vs 40.5%). Sekitar 80% ibu memiliki pendidikan dan pendapatan perkapita rumah tangga cukup tinggi.

Pada sampel ini responden yang kurang mengonsumsi sayur dan buah sebesar 51.4%. Data perilaku pemberian makan pada anak menunjukkan bahwa tidak ada ibu yang memiliki perilaku pemberian makan pada anak kurang. Sebesar 37.8% memiliki perilaku pemberian makan pada anak cukup dan 62.2% memiliki perilaku pemberian makan pada anak yang baik.

Tabel 1.  
Karakteristik Dasar Responden di TK Widuri Jaya

Variabel	n	(%)
<b>Usia</b>		
4 tahun	16	43.2
5 tahun	21	56.8
<b>Pendidikan ibu</b>		
Rendah	7	18.9
Tinggi	30	81.1
<b>Pendapatan perkapita</b>		
Rendah	6	16.2
Tinggi	31	83.8
<b>Jumlah anggota keluarga</b>		
Kecil	17	45.9
Besar	20	54.1
<b>Perilaku pemberian makan pada anak</b>		
Kurang	0	0
Cukup	14	37.8
Baik	23	62.2
<b>Konsumsi sayur dan buah</b>		
Kurang	19	51.4
Baik	18	48.6

Sementara itu, uji bivariate menunjukkan bahwa tidak ada keterkaitan antara usia, pendidikan dan pendapatan perkapita dengan tingkat kecukupan sayur dan buah. Sebaliknya, ada keterkaitan antara jumlah anggota keluarga dan perilaku pemberian makan ibu pada anak (p-value  $< 0.05$ ) dengan konsumsi sayur dan buah.

Jumlah anggota keluarga yang cukup besar di dalam sebuah rumah tangga memiliki proporsi anak yang kurang mengonsumsi sayur dan buah lebih tinggi (78.94%) bila dibandingkan dengan jumlah anggota keluarga yang kecil (27.8%). Selain itu, pemberian makan yang cukup memiliki proporsi anak yang kurang konsumsi sayur dan buah lebih tinggi (57.9% vs 16.7%).

Sebaliknya, ibu yang memiliki perilaku pemberian makan yang baik kepada anak menunjukkan proporsi anak yang cukup konsumsi sayur dan buahnya (83.3% vs 42.1%).

**Tabel 2.**

Hubungan karakteristik responden dan perilaku pemberian makan pada anak dengan konsumsi sayur dan buah

Variabel	Konsumsi Sayur dan Buah				p value
	Kurang		Baik		
	n	(%)	n	(%)	
<b>Umur</b>					
4 tahun	6	31.6	10	55.5	0.255
5 tahun	13	68.4	8	44.4	
<b>Pendidikan Ibu</b>					
Rendah	5	26.3	2	11.1	0.447
Tinggi	14	73.6	16	88.9	
<b>Pendapatan perkapita</b>					
Rendah	3	15.8	3	16.7	1.000
Tinggi	16	84.2	15	83.3	
<b>Jumlah anggota keluarga</b>					
Kecil	4	21.05	13	72.2	0.005
Besar	15	78.94	5	27.8	
<b>Perilaku pemberian makan pada anak</b>					
Cukup	11	57.9	3	16.7	0.025
Baik	8	42.1	15	83.3	

Penelitian ini merupakan penelitian pertama yang mengidentifikasi faktor-faktor yang mendasari kecukupan konsumsi sayur dan buah pada anak pra sekolah di Indonesia khususnya daerah perkotaan. Hasil dari penelitian kami menunjukkan bahwa masih cukup tinggi prevalensi anak pra sekolah yang mengonsumsi sayur kurang dari anjuran (51.4%). Meskipun, prevalensi ini masih lebih baik jika dibandingkan dengan prevalensi nasional (97.7%) (3). Studi di Brazil pada anak prasekolah dengan tingkat ekonomi rendah juga menunjukkan bahwa sebanyak 87% kurang konsumsi sayur dan 58% kurang konsumsi buah (9). Dalam Pedoman Gizi Seimbang sudah tertuang pedoman khusus bagi anak usia pra sekolah untuk mengonsumsi sayur dan buah sebesar 300-400 gram per hari. Konsumsi tersebut untuk mencukupi kebutuhan akan vitamin, mineral dan serat. Vitamin dan

mineral merupakan zat pengatur tubuh untuk memperlancar proses metabolisme dan mencegah kerusakan sel. Sementara serat berfungsi memperlancar kerja sistem pencernaan serta menghambat dan mencegah pertumbuhan sel kanker (2).

Ada dua faktor yang diketahui berkaitan dengan konsumsi buah dan sayur anak pra sekolah, yaitu jumlah anggota keluarga dan perilaku pemberian makan ibu pada anak. Banyaknya jumlah anggota keluarga mampu mengurangi ketersediaan makanan di rumah sehingga mengurangi kesempatan anak untuk mengonsumsi sayur dan buah. Seperti diketahui menurut penelitian terdahulu bahwa ketersediaan makanan mampu mempengaruhi konsumsi makan anak. Jumlah anggota keluarga merupakan banyaknya anggota rumah tangga yang bertempat tinggal di rumah tangga tersebut (14). Penelitian yang dilakukan oleh Gandini (2016) dan Putra (2016) menunjukkan bahwa jumlah anggota keluarga dalam sebuah rumah tangga menentukan ketersediaan pangan dalam keluarga. Dengan besarnya anggota keluarga maka menyebabkan pangan untuk setiap anak menjadi berkurang dan distribusi makanan yang tidak merata sehingga menyebabkan anak dalam keluarga tersebut kurang mengonsumsi sayur dan buah. Hal ini juga di kemukakan oleh Nababan, (2013) yaitu jumlah anggota keluarga dalam sebuah rumah tangga sangat menentukan seberapa besar kebutuhan di keluarga tersebut.

Data kami juga menunjukkan bahwa perilaku pemberian makan pada anak yang baik mampu mencukupi kebutuhan akan sayur dan buah per harinya. Peranan orang tua seperti memapar dan memberi contoh adalah sangat penting dalam membentuk pengalaman makan pada anak (17). Perilaku ibu dalam mengontrol perilaku makan anak berhubungan signifikan secara positif pada kondisi perilaku makan anak. Penelitian Zulia (2016) menunjukkan ada keterkaitan antara perilaku pemberian makan pada anak dengan besarnya konsumsi makanan pada anak. Ibu yang menunjukkan perilaku pemberian makan yang optimal mempunyai peluang untuk membentuk

perilaku makan anak yang optimal pula sejak kecil. Perilaku tersebut meliputi mengendalikan konsumsi makan anak, berpartisipasi dalam pemberian makan, melibatkan anak dalam memilih dan menyediakan makanan serta memberikan edukasi terkait makanan yang bergizi kepada anaknya. Notoadmojo (2010) mengatakan bahwa seiring pertambahan usia maka tingkat perilaku berkembang sesuai dengan pengetahuan dan pengalaman yang pernah didapatkan. Oleh karena itu, pembentukan perilaku terjadi jika ada interaksi manusia dengan lingkungan.

Dari hasil penelitian kami terkait faktor demografi, menunjukkan hasil tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya. Pendidikan dan pendapatan rumah tangga tidak berkaitan dengan konsumsi sayur dan buah. Data kami didominasi oleh ibu berpendidikan dan berpenghasilan cukup tinggi sehingga ketika kami melakukan uji statistik maka faktor tersebut tidak menunjukkan hubungan dengan kecukupan konsumsi sayur dan buah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Putri (2015) yang menyatakan bahwa hubungan antara tingkat pendidikan ibu dengan perilaku konsumsi sayur dan buah tidak hanya di pengaruhi oleh pendidikan saja melainkan faktor lain juga. Anindita (2012) menyatakan bahwa tidak ada keterkaitan antara pendidikan ibu dengan konsumsi makan pada anak. Penelitian ini mengemukakan bahwa para ibu yang mempunyai pendidikan tinggi dan bekerja diluar rumah tidak mampu memastikan konsumsi makan anak. Berbeda dengan Putri dan Anindita, Zenk (2005) mengatakan bahwa pendidikan berpengaruh secara signifikan terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur. Dalam penelitian ini disebutkan, pendidikan lebih tinggi memiliki kecenderungan untuk mengonsumsi buah dan sayur lebih banyak.

Daya beli rumah tangga berkaitan erat dengan upaya pemenuhan konsumsi makanan bergizi berkaitan erat dengan daya beli rumah tangga. Keterbatasan pendapatan dalam rumah tangga kurang mampu memenuhi kebutuhan anggota rumah tangga terhadap makanan yang diperlukan tubuh. Keterbatasan keuangan

mengurangi tingkat keanekaragaman makanan yang dikonsumsi, sehingga kebutuhan tubuh akan zat gizi berkurang (12). Namun, hasil penelitian kami menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara pendapatan perkapita dengan konsumsi sayur dan buah pada anak yang dapat diketahui dengan ( $p$ -value 1.000). Konsumsi sayur dan buah tidak selamanya dipengaruhi oleh pendapatan perkapita saja akan tetapi dapat dipengaruhi oleh faktor lain. Keluarga dengan pendapatan perkapita tinggi tidak selalu menjamin terpenuhinya konsumsi sayur dan buah atau mengonsumsi makanan sehat setiap hari karena dengan pendapatan yang tinggi sangat besar peluang untuk suatu keluarga mengonsumsi makan cepat saji dan tidak mengonsumsi makanan yang sehat. Hal ini sejalan dengan Djola (2011) yang menyebutkan bahwa keluarga berpendapatan tinggi kurang baik dalam mengatur belanja keluarga. Selain itu, ada juga keluarga yang membeli pangan dalam jumlah sedikit sehingga berkurang mutu dan keragaman pangannya. Semakin tinggi pendapatan yang tidak diimbangi dengan pengetahuan gizi bisa memicu perilaku konsumtif, sehingga pilihan makanan lebih didasarkan pada selera dibandingkan aspek gizi (24).

Selain pendapatan keluarga, usia seseorang menentukan pilihan makanan seseorang. Saat masa pra sekolah, orang tua/pengasuh berperan penting dalam mengendalikan makanan anak sehingga saat memasuki masa kanak-kanak, anak sudah menunjukkan preferensi terhadap makanan tertentu akibat kebiasaan makan terdahulu (25). Namun, hasil penelitian kami, menunjukkan tidak ada hubungan antara usia dengan konsumsi sayur dan buah. Meskipun anak dengan umur 4 tahun lebih banyak yang mengonsumsi sayur dan buah di bandingkan dengan anak umur 5 tahun. Hal ini di sebabkan karena rentang perbandingan usia yang tidak signifikan. Anak usia 4-5 tahun masih di atur konsumsi makan oleh ibunya karena belum bisa memilih makanan sendiri serta masih belum berinteraksi penuh dengan dunia luar

sehingga apapun yang dilakukan anak selalu berhubungan dengan ibunya.

### **Kesimpulan**

Kurangnya konsumsi sayur dan buah pada anak pra sekolah di Jakarta dikaitkan dengan jumlah anggota keluarga di rumahnya dan perilaku pemberian makan oleh ibu kepada mereka. Orang tua perlu menyediakan sayur dan buah yang mencukupi disesuaikan dengan jumlah anggota dalam keluarga sehingga anak mampu mengakses sayur dan buah dengan mudah. Selain itu, ibu sebagai pengasuh utama anak perlu diberikan edukasi untuk meningkatkan ketrampilan dalam pemberian makan kepada anak sehingga mampu mencukupi kebutuhan akan sayur dan buah.

### **Daftar Pustaka**

1. Trabulsi JC, & Mennella JA. (2012). Diet sensitive periods in flavour learning and growth. *International Review of Psychiatry*, 24(3), 219-230. doi: 10.3109/09540261.2012.675573
2. Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Diakses dari <http://gizi.depkes.go.id/download/pedoman%20gizi/pgs%20ok.pdf>
3. Survei Konsumsi Makanan Individu. (2014). *Buku Laporan SDT 2014*. Diakses dari <http://labdata.litbang.depkes.go.id/riset-badan-litbangkes/menu-risikesnas/menu-rikus/392-rikus-sdt-2014>
4. Black AP, Vally H, Morris PS, Daniel M, Esterman AJ, Smith FE, & O'Dea K. (2013). Health outcomes of a subsidised fruit and vegetable program for Aboriginal children in northern New South Wales. *Medical Journal of Australia*, 199(1), 46-50. doi: 10.5694/mja13.10445
5. Wall C, Stewart A, Hancox R, Murphy R, Braithwaite I, Beasley R, Mitchell E & ISAAC Phase Three Study Group. (2018). Association between frequency of consumption of fruit, vegetables, nuts and pulses and BMI: analyses of the International Study of Asthma and Allergies in Childhood (ISAAC). *Nutrients*, 10(3), 316. doi: 10.3390/nu10030316
6. Kusunoki T, Takeuchi J, Morimoto T, Sakuma M, Yasumi T, Nishikomori R, Heike T. (2017). Fruit intake reduces the onset of respiratory allergic symptoms in schoolchildren. *Pediatric Allergy and Immunology*, 28(8), 793-800. doi: 10.1111/pai.12817
7. Hosseini B, Berthon BS, Saedisomeolia A, Starkey MR, Collison A, Wark PA, Wood LG. (2018). Effects of fruit and vegetable consumption on inflammatory biomarkers and immune cell populations: a systematic literature review and meta-analysis. *The American journal of clinical nutrition*, 108(1), 136-155. doi: 10.1093/ajcn/nqy082
8. Dejesetya MP. (2015). *Pola Konsumsi Sayur dan Buah Anak Usia 4-6 Tahun pada Masyarakat Pesisir Desa Randusanga Kulon Brebes* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).
9. Valmorbida JL, Vitolo MR. (2014). Factors associated with low consumption of fruits and vegetables by preschoolers of low socio-economic level. *Jornal de Pediatria*, 90(5), 464-471. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2014.02.002>
10. Goldman RL, Radnitz CL, McGrath RE. (2012). The role of family variables in fruit and vegetable consumption in pre-school children. *Journal of public health research*, 1(2), 143. doi: 10.4081/jphr.2012.e22
11. Putra WK. (2016). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak Sekolah Dasar*. Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang. Skripsi.
12. Grimm KA, Kim SA, Yaroch AL, Scanlon KS. (2014). Fruit and vegetable intake during infancy and early childhood. *Pediatrics*, 134(Supplement 1), S63-S69. doi:10.1542/peds.2014-0646K

13. Depkes. (2007). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional 2007. *Jakarta: Badan Litbangkes, Depkes RI.*
14. Arikunto S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.* Jakarta: Penerbit PT. Rineka Cipta.
15. Gandini ALA, Kalsum U, Sutrisno S. (2017). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Malnutrisi Pada Balita. *Mahakam Nursing Journal (MNJ)*, 1(2), 90-98.
16. Nababan SS. (2013). Pendapatan dan Jumlah Tanggungan Pengaruhnya terhadap Pola Konsumsi Pns Dosen dan Tenaga Kependidikan pada Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis dan Akuntansi*, 1(4).
17. EUFIC. (2012). Parental Influence on Children's Eating Habits. Diakses dari <https://www.eufic.org/en/healthy-living/article/parental-influence-on-childrens-food-preferences-and-energy-intake>
18. Perdani ZP, Hasan R, Nurhasanah N. (2017). Hubungan Praktik Pemberian Makan Dengan Status Gizi Anak Usia 3-5 Tahun Di Pos Gizi Desa Tegal Kunir Lor Mauk. *Jurnal JKFT*, 2(2), 9-17.
19. Notoatmodjo S. (2012). Metodologi penelitian kesehatan (Cetakan VI). *Jakarta: Penerbit PT. Rineka Cipta.*
20. Putri AY. (2015). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pola Konsumsi Makan pada Siswa Madrasah Ibtidaiyah Unwanul Huda di Jakarta Selatan Tahun 2015.
21. Anindita P. (2012). Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu, Pendapatan Keluarga, Kecukupan Protein & Zinc dengan Stunting (Pendek) pada Balita Usia 6 35 Bulan di Kecamatan Tembalang Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro*, 1(2).
22. Zenk SN, Schulz AJ, Hollis-Neely T, Campbell RT, Holmes N, Watkins G, Odoms-Young A. (2005). Fruit and vegetable intake in African Americans: income and store characteristics. *American journal of preventive medicine*, 29(1), 1-9. doi: [org/10.1016/j.amepre.2005.03.002](https://doi.org/10.1016/j.amepre.2005.03.002)
23. Djola R. (2012). Hubungan antara tingkat pendapatan keluarga dan pola asuh dengan status gizi anak balita di desa Bongkudai Kecamatan Modayag Barat. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 55-60.
24. Rahman N, Dewi NU, Armawaty F. (2016). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Makan pada Remaja SMA Negeri 1 Palu. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1).
25. Lestari AD. (2013). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa SMP Negeri 226 Jakarta Selatan Tahun 2012.