

Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Siswa SDN Putat Jaya II Surabaya
HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN PERILAKU MAKAN DENGAN STATUS GIZI SISWA SDN
PUTAT JAYA II SURABAYA

Nadila Siti Namira

Program Studi Gizi, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya
Email: nadila.18062@mhs.unesa.ac.id

Veni Indrawati

Program Studi Gizi, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya
Email: veniindrawati@unesa.ac.id

Abstrak

Anak sekolah berada pada fase kanak-kanak dengan memerlukan kecukupan gizi dalam membantu pertumbuhan, perkembangan, dan menjaga kesehatan. Kecukupan gizi dapat memilih makanan yang berkaitan dengan pengetahuan gizi. Pengetahuan gizi memiliki pengaruh pada sikap serta perilaku untuk memilih makanan yang akan dikonsumsi serta dapat mengakibatkan pola makan yang tercermin pada perilaku makan yang berdampak pada status gizi anak. Jenis penelitian yang dipakai ialah kuantitatif korelasional serta melalui pendekatan *cross sectional study*. Penelitian ini dilaksanakan di SDN Putat Jaya II Surabaya. Sampel penelitian ini adalah 70 anak kelas 4-5 dan orangtua (Bapak/Ibu) sesuai kriteria inklusi. Data pada status gizi didapatkan berdasarkan perhitungan tinggi badan serta berat badan dengan pengukuran secara langsung menggunakan menggunakan timbangan digital serta tinggi badan diambil dengan menggunakan *microtoise*, data pengetahuan gizi menggunakan tes, sedangkan data perilaku makan anak diperoleh dari menggunakan *Children's Eating Behavior Questionnaire* (CEBQ), kemudian data pengetahuan gizi dengan status gizi dan perilaku makan dengan status gizi di uji dengan menggunakan uji korelasi spearman rank. Penelitian diperoleh bahwa pengetahuan gizi berhubungan dengan status gizi anak dengan nilai p (0,011) serta perilaku makan berhubungan dengan status gizi anak dengan nilai p (0,003). Diperoleh bahwa ada hubungan pengetahuan gizi dan perilaku makan yang menggambarkan status gizi anak.

Kata Kunci: Pengetahuan gizi, perilaku makan, status gizi.

Abstract

School-age children are children who need adequate nutrition to help growth, development, and maintain health. Nutritional adequacy can be through the selection of foods related to nutritional knowledge. Nutritional knowledge affects attitudes and behaviors in the selection of food to be consumed and causes eating habits which are reflected in eating behaviors that have an impact on the nutritional status of children. The type of research used is correlational quantitative with a cross-sectional study approach. This research was conducted at SDN Putat Jaya II Surabaya. The sample of this study was 70 children in grades 4-5 and parents (Mr / Mrs) according to the inclusion criteria. Nutritional status data were obtained from weight and height calculations with direct measurements using digital scales and height taken using *microtoise*, nutritional knowledge data using tests, while data on children's eating behavior were obtained from using the *Children's Eating Behavior Questionnaire* (CEBQ), then nutritional knowledge data with nutritional status and eating behavior with nutritional status were tested using the spearman rank correlation test. Research obtained that nutritional knowledge is related to the nutritional status of children with a p-value (0.011) and eating behavior is related to the nutritional status of children with a p-value (0.003). It was obtained that there is a relationship between nutritional knowledge and eating behavior with the nutritional status of the child.

Keywords: Nutritional Knowledge, Eating Behavior, Nutritional Status.

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah menurut WHO ialah

kelompok dengan usia sekitar 7-15 tahun, namun di Indonesia umumnya anak dengan usia 7-12 tahun. Usia, aktivitas fisik, kebiasaan makan, dan ketidak sukaan terhadap makanan bergizi adalah semua faktor yang

mungkin berdampak pada terpenuhinya kebutuhan gizi anak sekolah (Pritasari dkk., 2017). Ketidakseimbangan antara asupan nutrisi dan pengeluaran sering mendasari masalah gizi pada anak-anak, yang memiliki efek terhadap pertumbuhan serta perkembangan mereka (Endah dkk., 2019). Selain itu, masalah gizi buruk dan masalah gizi lainnya juga disebabkan oleh ketidakseimbangan antara makanan yang dikonsumsi dan kebutuhan gizi. Kurangnya pemahaman tentang makan seimbang meningkatkan kemungkinan terjadinya masalah gizi (Sazani, 2016; Flovera dkk., 2020).

Dalam hal ini, pengetahuan terkait gizi tentunya berdampak secara tidak langsung terhadap status gizi pada anak. Notoadmojo mengutarakan umumnya pengetahuan muncul dari individu yang belajar mengenai objek melalui panca inderanya (Maturoh, 2018). Pemahaman setiap orang tentang suatu objek berbeda berdasarkan bagaimana mereka menafsirkannya. Usia, pendidikan, hobi, pengalaman, dan sumber informasi merupakan beberapa factor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Kurangnya pemahaman terkait pengetahuan gizi dapat menjadi salah faktor secara tidak langsung yang menyebabkan siswa sekolah dasar mengalami kekurangan atau kelebihan gizi yang diakibatkan pola konsumsi makanan kurang bergizi serta seimbang. Menurut sejumlah penelitian yang menyebutkan hubungan antara konsumsi makan terhadap status gizi anak (De Villiers dkk., 2016; Asakura dkk., 2017). Anak-anak yang tidak tahu banyak tentang pengetahuan gizi cenderung mengonsumsi hal-hal yang lebih mengenyangkan dan kurang sehat daripada buah-buahan dan sayuran (Mamba dkk., 2019). Pengetahuan gizi dapat mengubah kebiasaan makan, sikap dan perilaku yang berkaitan dengan pilihan makanan, yang dapat mempengaruhi keadaan gizi yang bersangkutan yang disebabkan oleh tingkat pengetahuan individu.

Oleh sebab itu, untuk dapat memenuhi kebutuhan gizi pada anak, tentunya dibutuhkan sebuah kebiasaan baik dalam menjaga asupan makanan. Kebiasaan makan yang tidak tepat dapat mengakibatkan kelebihan nutrisi atau defisit ke arah lain. Menurut hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan di SD Cikancung Desa Mandalasari terhadap siswa sekolah dasar memiliki keterkaitan yang erat antara perilaku makan terhadap status gizi pada anak (Indriati, 2020) serta pada penelitian di Kabupaten Maros menemukan adanya keterkaitan yang signifikan antara perilaku makan pada anak serta gaya dalam memberikan makanan yang dilakukan oleh orang tua terhadap status gizi anak sekolah dasar (10).

Berdasarkan hasil Riskesdas 2018 prevalensi status gizi (IMT/U) terhadap anak di rentang usia 5-12 tahun di Jawa Timur sebanyak 2,23% sangat kurus, 1,96%

kurus, 67,69% normal, 13,19% gemuk, dan 11,08% obesitas. Sedangkan di Kota Surabaya prevalensi status gizi (IMT/U) sangat kurus sebanyak 1,08% , kurus 7,15% , normal 58,69% , gemuk 16,28% , dan obesitas 16,81%.

Anak yang berusia 5-12 tahun memiliki status gizi masih cukup banyak yang tidak normal. Karena permasalahan gizi pada anak sekolah dasar sering terjadi karena asupan makan yang kurang bergizi dan beragam ataupun sering mengonsumsi makanan tinggi kalori karena mereka dapat memilih makanannya sendiri dan terpengaruh oleh jajan disekolah. Kebiasaan makan yang baik sesuai dengan instruksi atau saran terbaru tentang kebutuhan gizi yang telah ditentukan diperlukan untuk mencapai status gizi yang baik. Kebiasaan makan sehat seperti itu dapat dikembangkan melalui pengajaran baik di rumah atau bersama keluarga dan di kelas (Hardinsyah & Supriasa, 2017).

Survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada sepuluh siswa SDN Putat Jaya II diperoleh hasil tiga anak memiliki status gizi kurang (*thinness*), enam anak berstatus gizi normal, dan satu anak memiliki status gizi lebih (*overweight*). Selain itu dari sepuluh anak ditemukan empat anak memiliki pengetahuan gizi kurang, lima anak berpengetahuan gizi cukup, dan satu anak berpengetahuan gizi baik. Sehingga peneliti memilih siswa-siswi SDN Putat Jaya II untuk diteliti status gizinya dan pengetahuan gizi serta perilaku makan dan mengambil objek siswa dan siswi kelas 4-5. Tujuan dari riset yang dilakukan ialah untuk mengetahui keterkaitan pengetahuan gizi dan perilaku makan dengan status gizi anak SD kelas 4-5 di SDN Putat Jaya II Surabaya.

METODE

Jenis penelitian kuantitatif korelasional melalui pendekatan *cross sectional* studi. Riset dilaksanakan pada tahun 2022 di SDN Putat Jaya II Surabaya dengan sampel penelitian yaitu 70 anak kelas 4-5 dan orangtua (Bapak/Ibu) sesuai kriteria inklusi. Data status gizi diperoleh berdasarkan kalkulasi berat badan serta tinggi badan dengan pengukuran secara langsung menggunakan menggunakan timbangan digital merek Onemed dengan tingkat akurasi pengukuran sampai 0,2 Kg dan tinggi badan diambil dengan menggunakan *microtoise* merek GEA yang dilanjutkan dengan perhitungan standar deviasi menggunakan metode antropometri dengan dibantu aplikasi WHO Antrho Plus, data pengetahuan gizi menggunakan tes, sedangkan data perilaku makan anak diperoleh dari menggunakan *Children's Eating Behavior Questionnaire* (CEBQ) yang diisi oleh orang tua anak. Analisis data menggunakan program IBM SPSS versi 25, kemudian data pengetahuan gizi dengan status gizi dan perilaku makan serta status gizi di uji dengan menggunakan uji korelasi Spearman Rank.

Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Siswa SDN Putat Jaya II Surabaya

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Pada tabel 1 karakteristik responden menunjukkan dari 70 responden diketahui bahwa responden dengan jenis kelamin perempuan (54,3%) paling banyak jika dibandingkan dengan responden berjenis kelamin laki-laki (45,7%). Pada rentang usia diketahui sebagian besar responden berusia 10 tahun (61,4%). Sedangkan responden sesuai kelasnya, persentase tertinggi responden berada di kelas 5 sekitar (42,8%).

Pengetahuan Gizi

Tabel 2. menjelaskan dimana pengetahuan gizi dengan kategori baik terdapat 1 responden (1,4%). Pengetahuan gizi dengan kategori cukup sebanyak 35 responden (50%). Pengetahuan gizi dengan kategori kurang sebanyak 34 responden (48,6%).

Perilaku Makan

Pada tabel 2. Menunjukkan perilaku makan menyukai makanan sebanyak 46 responden (65,7%) dan perilaku makan penghindar makanan sebanyak 24 responden (34,3%).

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah	
	n	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	32	45,7
Perempuan	38	54,3
Usia		
9 tahun	7	10
10 tahun	43	61,4
11 tahun	20	28,6
Kelas		
4 A	20	28,6
4 B	20	28,6
5	30	42,8

Status Gizi

Hasil pengukuran status gizi responden sebagian besar adalah gizi baik/normal sebesar 36 responden (51,4%), kategori gizi lebih sebanyak 10 responden (14,3%), lalu obesitas sebanyak 17 responden (24,3%), dan 7 responden (10%) berstatus gizi kurang.

Tabel 2. Distribusi Responden menurut Pengetahuan Gizi, Perilaku Makan, dan Status Gizi

Variabel	Jumlah	
	n	Persentase

Pengetahuan Gizi		
Baik	1	1,4
Cukup	35	50
Kurang	34	48,6
Perilaku Makan		
Penyuka Makanan	46	65,7
Penghindar Makanan	24	34,3
Status Gizi		
Gizi Kurang	7	10
Gizi Baik / Normal	36	51,4
Gizi Lebih	10	14,3
Obesitas	17	24,3

Tabel 3. Hasil Analisis Korelasi Pengetahuan Gizi, Perilaku Makan, dan Status Gizi

Variabel Bebas	Variabel Terikat	p-value
Pengetahuan Gizi	Status Gizi	0,011
Perilaku Makan		0,003

Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi

Anak-anak yang berusia sekolah diizinkan untuk memilih makanan yang mereka sukai. Karena mereka sudah akrab dengan lingkungan mereka, anak-anak sudah dapat mengidentifikasi masakan yang disukai. Anak muda menghabiskan seperempat hari mereka di sekolah, di mana mereka mungkin makan lebih sering. Akibatnya, ibu merasa kesulitan untuk mengatur kebiasaan makan anaknya. Teman sebaya, media (seperti iklan televisi, iklan video media sosial, dll.), dan faktor-faktor lain dapat memengaruhi selera dan pendapat anak-anak tentang makanan. (Fikawati dkk., 2017). Pengetahuan gizi memiliki peran penting dalam menentukan makanan yang dikonsumsi. Apabila dapat memenuhi kecukupan zat gizi dari segi kualitas, variasi, maupun cara penyajian maka seseorang dapat mengalami pertumbuhan yang optimal (Soraya dkk., 2017). Selain itu, pentingnya pengetahuan terkait gizi dapat memberikan informasi mengenai status gizi seseorang, asupan makanan serta kaitannya dengan kesehatan (Rima, 2017). Berdasarkan hasil penelitian ini yang dilakukan dengan uji teknik spearman rank diperoleh nilai Sig. (2- tailed) sebesar 0,011, yang artinya ada hubungan signifikan antara variabel pengetahuan gizi dengan status gizi ($p\ value < 0,05$). Hal ini menampilkan bahwa terdapat keterkaitan yang signifikan antara pengetahuan gizi terhadap status gizi di SDN Putat Jaya II Surabaya terhadap siswa kelas 4-5. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan, bahwasanya status gizi yang

semakin membaik pasti akan diikuti pula dengan pengetahuan terkait gizinya juga semakin baik. Adapun pada penelitian ini menyatakan dimana secara garis besar responden mempunyai pengetahuan terkait gizi dengan kategori cukup dan status gizi normal.

Status gizi ialah suatu kondisi yang terjadi akibat adanya ketidakseimbangan kebutuhan gizi yang dikonsumsi terhadap asupan makanan yang diperlukan sebagai metabolisme dalam tubuh. Umumnya jumlah gizi yang dikonsumsi tiap individu memiliki perbedaan masing-masing, tergantung pada usia, gender, aktivitas sehari-hari yang dilakukan serta berat badan (Par'i, 2017). Pengetahuan gizi yang baik tidak selalu menjadi dasar dalam pemilihan makanan yang bergizi, dikarenakan hal tersebut disebabkan oleh tingkat kemampuan daya beli seseorang (Veronika dkk., 2021). Semakin tinggi tingkat pengetahuan gizi yang dimiliki seseorang, semakin baik mereka dalam hal nutrisi, tetapi ini tidak berarti bahwa kebiasaan makan mereka akan berubah hanya karena mereka menyadari kebutuhan tubuh untuk asupan makanan tetapi tidak menggunakan pengetahuan ini dalam kegiatan sehari-hari mereka (Christian dkk., 2020).

Berdasarkan penelitian terhadap mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar angkatan 2019 terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan tentang gizi terhadap status gizi (Hadi, 2021). Sedangkan hasil penelitian di SMA Negeri 86 Jakarta (Fitriani dkk., 2020) menunjukkan adanya hubungan terkait pengetahuan gizi seimbang, citra tubuh, tingkat kecukupan energi serta zat gizi mikro terhadap status gizi pada siswa. Studi ini menemukan bahwa meskipun mayoritas responden akrab dengan pengetahuan gizi yang diperlukan dan memadai, mereka tidak banyak mempraktikkannya karena mengubah perilaku responden tidak selalu mudah. Jika kurangnya penyuluhan gizi, sosialisasi pengetahuan gizi seimbang, dan kurangnya kesadaran gizi semuanya dapat berkontribusi pada pengetahuan gizi buruk di masyarakat. Penelitian tentang metode penyuluhan dan games dinilai efektif dalam upaya meningkatkan pengetahuan gizi seimbang karena adanya peningkatan yang signifikan terhadap tingkat pengetahuan siswa SDN Kalisari 1 Surabaya (Damayanti dkk., 2019). Pengetahuan gizi dapat mengubah kebiasaan makan karena tingkat pengetahuan seseorang mempengaruhi sikap dan perilaku yang berkaitan dengan pilihan makanan, yang dapat mempengaruhi keadaan gizi yang bersangkutan, sehingga pengetahuan gizi dapat mempengaruhi perilaku makan.

Hubungan Perilaku Makan dengan Status Gizi

Perilaku makan merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kebiasaan makan, frekuensi

makan, diet, preferensi makan, dan pilihan makanan. Perilaku makan anak adalah kegiatan yang dapat dilihat dan diamati, dilakukan oleh anak untuk memuaskan keinginan makan sebagai persyaratan fisiologis mendasar, dan merupakan respons terhadap rangsangan internal dan eksternal. Cara seseorang menanggapi makanan sebagai kebutuhan tubuh yang kritis dikenal sebagai perilaku makan makan (Herawati dkk., 2016).

Hasil penelitian ini dengan uji spearman rank nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,003, yang artinya ada hubungan signifikan antara variabel perilaku makan dengan status gizi (p value < 0,05). Pada penelitian ini perilaku makan penyuka makanan dengan status gizi normal lebih banyak.

Menurut hasil penelitian ini, anak-anak dalam kategori malnutrisi terutama terlibat dalam perilaku makan penghindaran makanan. Hal ini ditunjukkan oleh respons kuesioner yang menunjukkan anak-anak ini mempunyai nafsu makan yang buruk, sering meninggalkan sisa makanan di piring mereka selesai makan, sebelum selesai makan sering merasa kenyang, mudah kenyang, dan setelah ngemil tidak dapat makan. Banyak jajanan dan makanan yang dijual kepada anak-anak usia sekolah dasar di pinggir jalan atau di tempat umum sekitaran sekolah hanya mengandung karbohidrat dan garam yang membuat anak merasa kenyang, jika dibiarkan terus menerus, dapat mengganggu nafsu makan anak dan menghambat pertumbuhan (Indriati, 2020).

Hasil survei yang mengungkapkan anak-anak yang sering menyangkal makanan baru dan tidak merasai saat mencobanya menunjukkan bahwa anak-anak yang kebutuhan gizi lebih dan mereka yang obesitas memiliki sebagian besar kebiasaan makan penggemar makanan. Ini mungkin terjadi karena anak-anak kecil lebih memilih makanan berdasarkan warna, rasa, dan tekstur, sedangkan anak-anak usia sekolah cenderung menyukai makanan cepat saji, *junk food*, atau makanan siap saji yang amat dicari. Anak-anak yang menikmati makan *junk food* dan melakukannya secara teratur berisiko mengalami masalah kesehatan karena obesitas diakibatkan oleh asupan makanan mereka yang tidak merata (Indriati, 2020).

Hal ini selaras dengan penelitian sebelumnya ditemukan antara perilaku makan dan status gizi pada anak usia sekolah dasar di SD Cikancung Kabupaten Bandung terdapat hubungan (Indriati, 2020). Sebagian besar perilaku makan anak dengan status gizi baik/normal termasuk dalam kategori *Food Responsiveness* (anak-anak mudah merespons makanan), sebagian besar perilaku makan pada anak dengan gizi kurus termasuk dalam kategori *Satiety Responsiveness* (anak mudah merasa kenyang), dan sebagian besar perilaku makan anak dengan status gizi lebih dan obesitas termasuk dalam kategori *Food Fussiness* (anak memilih makanan). Pada penelitian Utari (2017) ditemukan antara perilaku makan anak dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar

Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Siswa SDN Putat Jaya II Surabaya

di Kabupaten Maros memiliki hubungan (Utari, 2017).

Perilaku makan yang terbentuk dimasa anak-anak akan menetap dapat mengakibatkan kerewelan, respons rendah atau tinggi terhadap isyarat makanan, dan peningkatan risiko obesitas mungkin terjadi. Jika tidak segera diatasi, perilaku penghindaran makanan mungkin berdampak pada gangguan penghindaran/penghalang makanan. Kegagalan untuk menambah berat badan dan tinggi badan seperti yang diharapkan, kekurangan gizi, dan / atau kebutuhan akan makanan tambahan (oral atau enteral), serta kemungkinan masalah psikologis, semuanya terkait dengan ini (Spetigge dkk,2018).

Penutup

Simpulan

Pengetahuan gizi memiliki hubungan antara status gizi anak SD kelas 4-5 di SDN Putat Jaya II Surabaya serta adanya hubungan terkait perilaku makan dan status gizi anak SD kelas 4-5 di SDN Putat Jaya II Surabaya.

Saran

Untuk penelitian selanjutnya dapat dilakukan pendidikan gizi dengan media yang sesuai dengan karakteristik responden.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terimakasih pada SDN Putat Jaya II Surabaya yang telah menyerahkan data dan perizinan terkait penelitian, juga pada enumerator yang telah berpartisipasi dalam kegiatan pengumpulan data penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Pritasari Damayanti D, Lestari N T. (2017). *Bahan Ajar Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Indonesia: PPSDM Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Endah E. M. S, Desi D. (2019). Kontribusi Asupan Energi Dan Protein School Feeding Dan House Feeding Pada Anak Usia 4 6 Tahun. *Jurnal Gizi KH*. 1(2), 96-101.

Sazani A. (2016). Efektivitas Media Nutrizan Diet Untuk Meningkatkan Pengetahuan Tentang Diet Yang Sehat Pada Remaja Putri SMK Jurusan Kecantikan Di Kota Tegal. *J Heal Educ*. 1(2):8-12

Frovela Thesa, Suryani Desri, Wahyu Tetes. (2020). Relationship Of Knowlwdge, Attitudes And Behavior About Nutrition Balance With Nutritional Status Of Student In Poltekkes Kemenkes Bengkulu In 2020. *JURNAL TEKNOLOGI DAN SENI KESEHATAN*.11 (2), 158 – 166

Maturoh I, T. N. A. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.

De Villiers A, Steyn, N P, Draper C E, Hill, Gwebushe, N., Lambert, E. V., & Lombard, C. (2016). Primary School Children's Nutrition Knowledge, Self-Efficacy, and Behavior, After a Three-Year Healthy Lifestyle Intervention (HealthKick). *Ethnicity and Disease*. 26(2), 171-180.

Asakura K, Todoriki H, Sasaki S. (2017). Relationship Between Nutrition Knowledge and Dietary Intake Among Primary School Children in Japan: Combined Effect of Children's and Their Guardians' Knowledge. *Journal of Epidemiology*. 27(10), 483-491.

Mamba N P S, Napoles,L, Mwaka N M. (2019). Nutrition Knowledge, Attitudes And Practices Of Primary School Children In Tshwane Metropole, South Africa. *African Journal of Primary Health Care & Family Medicine*. 11, 1-7.

Indriati Maya. (2020). Perilaku Makan dan Status Gizi Anak Usia Sekolah Dasar di SD Cikancang 04 Desa Mandalasari Kabupaten Bandung. *Bandung. Jurnal Sehat Masada*. 16(1), 81-89.

Utari Dwi. (2017). Hubungan Perilaku Makan Anak, Gaya Pemberian Makan oleh Orang Tua, dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kabupaten Maros. *Makasar. Universitas Hassanudin*.

Hardinsyah, Supariasa, I. (Ed.). (2017) . *Ilmu Gizi: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: EGC.

Fikawati Sandra, Stafiq Ahmad, Veratamala Arinda. (2017). *Gizi Anak dan Remaja*. Depok : Rajawali Pers.

Soraya Dinah, Sukandar Dadang, Sinaga Tiurma. (2017). Hubungan pengetahuan gizi, tingkat kecukupan zat gizi, dan aktivitas fisik dengan status gizi pada guru SMP. *The Indonesian Journal of Nutrition*. 1, 29-36.

Rima Nurdzulqaidah. (2017). Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Perilaku Gizi Seimbang Mahasiswa Tingkat 4 Angkatan 2013 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung. *Universitas Islam Bandung*.

Par'i Holil M. (2017). *Penilaian Status Gizi : Dilengkapi Proses Asuhan Gizi Terstandar*. Jakarta : EGC.

Veronika Antika Prycilla, Puspitawati Theresia, Fitriani Ayu. (2021). Associations Between Nutrition Knowledge, Protein-Energy Intake And Nutritional Status Of Adolescents. *Journal of Public Health Research*. 10,2239.

Christian Rivera Medina, Mercedes Briones Urbano, Aixa de Jesús Espinosa, Ángel Toledo López. (2020). Eating Habits Associated with Nutrition-Related Knowledge among University Students Enrolled in Academic Programs Related to Nutrition and Culinary Arts in Puerto Rico *Nutrients*. 2020;12(5), 1408.

Hadi Syahrul. (2021). Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unismuh Makassar Angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan. *Universitas*

Muhammadiyah Makassar.

Fitriani Rika, Dewanti Lintang Purwara, Kuswari Mury, Gifari Nazhif, Wahyuni Yulia. (2020) Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Seimbang, Citra Tubuh, Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Pada Siswa. *Gorontalo Journal Health and Science Community*.4(1),29-38.

Damayanti Ratih, Lutfiya Indah , Nilamsari Neffrety. (2019). Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Journal of Community Service and Engagements*.1(1),28-33.

Herawati Herni Dwi, Gamayanti Indria Laksmi , Tsani A Fahmy Arif , Gunawan I Made Alit. (2016). Perilaku Makan Berlebih Dan Hubungannya Dengan Kegemukan Pada Anak Prasekolah. *JURNAL GIZI DAN DIETETIK INDONESIA*.4(3),161-169.

Spettigue W, Norris ML, Santos A, Obeid N. (2018). Treatment of children and adolescents with avoidant/restrictive food intake disorder: a case series examining the feasibility of family therapy and adjunctive treatments. *J Eating Disorders*. 6:1-11.

