

PENGARUH EDUKASI KESEHATAN TERHADAP *FEEDING RULES* DAN PERILAKU MAKAN PADA BALITA

Yesi Septina Wati¹, Fatma Nadia^{1*}, Ary Oktora Sri Rahayu¹, Rika Mianna²

¹Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah, Pekanbaru, Indonesia

²Program Studi Kebidanan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah, Pekanbaru, Indonesia
fatmanadia40@gmail.com

Abstract

Background: *Misunderstanding among parents leads to malnutrition in children. Eating problems in toddlers include picky eaters, selective eaters, and small eaters. Failure in feeding practices affects the growth and development of toddlers.* **Research Objective:** *To examine the effect of health education on feeding rules and eating behavior in toddlers.* **Method :** *This study was a quantitative research with a pre-experimental design using a one-group pre-test and post-test approach. The research was conducted in the working area of Tenayan Health Center, Pekanbaru City, from April to July 2024. The population consisted of all mothers with toddlers in the working area of the Tenayan Health Center, with a sample size of 31 respondents. Data analysis was performed using the Wilcoxon Ranks Test.* **Results:** *The study found that health education significantly affected feeding rules (p -value = 0.000) and eating behavior (p -value = 0.000) in toddlers in the working area of the Tenayan Health Center, Pekanbaru City, with p -value < 0.05.* **Conclusion:** *Health education using diverse methods by healthcare professionals on an ongoing basis is necessary to change eating behavior and feeding rules among parents with toddlers to prevent malnutrition in children.*

Keywords: *Health_education, Feeding_Rules, Eating_behavior, Toddlers*

Abstrak

Latar Belakang : Pemahaman yang salah pada orangtua mengakibatkan anak kekurangan gizi. Masalah makan pada balita mencakup *picky eater*, *selective eater* dan *small eater*. Kegagalan dalam pemberian makan akan berpengaruh pada tumbuh kembang balita. Tujuan Penelitian : untuk melihat pengaruh edukasi kesehatan terhadap *feeding rules* dan perilaku makan pada balita. Metode : Jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan pre eksperiment secara *one group pre test dan post test design*. Penelitian dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Tenayan Kota Pekanbaru bulan April – Juli 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang mempunyai anak balita di wilayah kerja Puskesmas Tenayan Kota Pekanbaru dengan sampel 31 responden. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Ranks Test*. Hasil penelitian : terdapat pengaruh edukasi kesehatan terhadap *feeding rules* (p value 0,000) dan perilaku makan (p value 0,000) pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tenayan Kota Pekanbaru dengan p value < 0,05. Kesimpulan : edukasi kesehatan dengan menggunakan metode beragam dari tenaga kesehatan secara kontinu perlu untuk mengubah perilaku makan dan *feeding rules* bagi orangtua yang mempunyai balita untuk mencegah kekurangan gizi pada balita.

Keywords: *Edukasi_kesehatan, Feeding_Rules, Perilaku_makan, Balita*

PENDAHULUAN

Masa balita merupakan masa yang emas pada pertumbuhan dan perkembangan yang membutuhkan perhatian oleh kedua orang tua. Status gizi bayi akan baik jika dilakukan penerapan *feeding rules* secara benar dan sesuai dengan aturan yang dimulai sejak awal MPASI secara berkelanjutan (Meiliana et al., 2024).

Masalah makan yang sering dialami balita seperti *picky eater*, *selective eater* dan *small eater* yang menjadikan orangtua mencari solusi lain mengganti makan dengan memberikan susu. Pemahaman yang salah tanpa disadari berdampak pada kekurangan gizi pada balita. Terdapat pengaruh *feeding rules* terhadap kesulitan makan anak (Munjidah & Rahayu, 2020).

Pemahaman yang salah ini tanpa disadari oleh orang tua dapat mengakibatkan anak kekurangan gizi. Mengetahui pengaruh penerapan *feeding rules* terhadap kesulitan makan anak (*picky eater*, *selective eater* dan *small eater*). Masalah makan pada balita mencakup *picky eater*, *selective eater* dan *small eater*. Saat anak menunjukkan kondisi tersebut tidak jarang orang tua mencari solusi dengan memberikan anak multivitamin atau suplemen, bahkan tidak sedikit orang tua beranggapan bahwa makan dapat diganti dengan minum susu. Pemahaman yang salah ini tanpa disadari oleh orang tua atau pengasuh akan mengakibatkan anak kekurangan gizi atau malnutrisi. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (Kemenkes RI, 2018) menunjukkan bahwa terdapat 17,7% balita Indonesia mengalami gizi buruk dan gizi kurang, hal ini tentu lebih tinggi dibanding dengan target RPJMN yakni sebesar 17%. Sedangkan proporsi balita dibawah dua tahun (baduta) yang pendek dan sangat pendek sebesar 29,9 %, hal ini tentunya lebih tinggi dari target RPJMN sebesar 28% dan badan kesehatan dunia (WHO) sebesar 20%.

Pemahaman *feeding rules* dapat diperoleh dengan pemberian edukasi. Penelitian (Ekarini et al., 2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan ibu dengan perilaku *feeding rules* pada balita di Desa Tegal Kertha, Kecamatan Denpasar Barat. Pemberian informasi melalui edukasi kesehatan berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan seseorang. Pengetahuan yang baik. Kegagalan dalam praktik pemberian makan dapat mengakibatkan masalah makan di usia balita dan tumbuh kembang anak pada periode selanjutnya. Akibat gizi kurang / buruk pada masa balita adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan otak, otot, komposisi tubuh dan metabolisme glukosa, lemak dan protein. Dampak jangka panjang dapat berupa rendahnya kemampuan nalar, prestasi Pendidikan, kekebalan tubuh, dan produktivitas kerja. IDAI

merekomendasikan orang tua atau pengasuh menerapkan praktik pemberian makan yang benar dan *feeding rules* sejak anak dikenalkan pada MPASI. Namun fenomena yang kami temukan di lapangan, masih minim sekali orang tua atau pengasuh yang mempraktekannya. Berdasarkan fenomena diatas perlu dilakukan evaluasi penerapan *feeding rules* terhadap kondisi kesulitan makan pada balita (*picky eater*, *selective eater* dan *small eater*).

Edukasi salah satu cara yang paling praktis dalam memberikan informasi kesehatan yang benar tentang pengelolaan makanan yang sehat untuk balita (Nadia et al., 2024), Penelitian Ethiopia dan Nepal menunjukkan bahwa meskipun panduan telah tersedia, banyak ibu kesulitan mematuhi praktik pemberian makan bayi dan anak yang optimal. Masalah umum termasuk pengenalan makanan pendamping ASI yang terlalu awal atau terlambat, kurangnya keragaman makanan, dan frekuensi makan yang tidak memadai, yang berkontribusi pada malnutrisi dan *stunting* pada anak (Adhikari et al., 2021).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah desain penelitian Kuantitatif yang bersifat *Pre-Eksperimen* dengan model rancangan *One-Group Pretest-Posttest design*. Penelitian ini berlokasi di Wilayah Kerja Puskesmas Tenayan Kota Pekanbaru. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei – Juli 2024. Populasi penelitian adalah semua ibu yang mempunyai balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tenayan Raya dengan jumlah sampel 31 responden secara *purposive sampling*. Instrumen penelitian dalam penelitian ini adalah kuesioner. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan wawancara dengan kuesioner. Pre test dan post test untuk melihat bagaimana *feeding rules* dan perilaku makan balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tenayan Kota Pekanbaru. Pengolahan data menggunakan bantuan aplikasi SPSS.

Analisis data menggunakan uji Non Parametrik Uji Wilcoxon ranks test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

Hasil penelitian pada responden ibu yang mempunyai balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tenayan Raya dapat dilihat pada analisis univariat di tabel 1.

Tabel 1 Distribusi frekuensi Usia anak, Jenis Kelamin dan Pendidikan Orang Tua

No	Kategori	f	%
Usia Anak			
1	Usia 0 – 12 bulan	16	51.6
2	Usia > 12 bulan – 60 bulan	15	48.4
Total		31	100
Jenis Kelamin			
1	Laki – Laki	14	45.2
2	Perempuan	17	54.8
Total		31	100
Pendidikan Orang Tua			
1	Pendidikan Rendah (SD-SMP)	7	22.6
2	Pendidikan Tinggi (SMA-PT)	24	77.4
Total		31	100

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 1 diatas diketahui bahwa mayoritas responden berusia 0 – 12 bulan yaitu sebanyak 51.6 %. Sedangkan jenis kelamin mayoritas adalah berjenis kelamin perempuan sebanyak 54.8 % dan pendidikan orang tua mayoritas adalah berpendidikan tinggi yaitu 77.4%.

Tabel 4 Uji Normalitas Perilaku Makan Pada Bayi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tenayan Kota Pekanbaru

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Perilaku makan_pretest	0.216	31	0.001	0.871	31	0.001
Perilaku makan Posttest	0.362	31	0.000	0.744	31	0.000

Sumber : Data Primer

Tabel 2 Nilai Rata- Rata *Pretest* dan *Posttest* Prilaku Makan pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Tenayan Kota Pekanbaru

No	Perilaku Makan	Min	Max	SD	Mean
1	Pre-test	1.00	4.00	0.89	2.26
2	Post-Test	1.00	5.00	1.16	3.83

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 2 diatas didapatkan bahwa nilai rata-rata prilaku makan pada bayi *pretest* 2.26 dan pada prilaku makan *post test* didapatkan nilai rata-rata 3.83.

Tabel 3 Nilai Rata- Rata *Pretest* dan *Post test Feeding Rules* pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Tenayan Kota Pekanbaru

N	Feding rules	Minimu m	Maximu m	SD	Mea n
1	Pre-test	2.00	9.00	1.74	5.41
2	Post-Test	3.00	9.00	1.31	7.41

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 3 diatas didapatkan bahwa nilai rata-rata feedingrules pada bayi *pretest* 5.41 dan pada *posttest* 7.41.

2. Analisis bivariat

Sebelum dilakukan analisis bivariat maka dilakukan uji normalitas. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 4.

Berdasarkan tabel 4. dapat dilihat bahwa hasil nilai Shapiro-Wilk pada perilaku makan pretest dan post test dengan sampel 31 nilai sig. $0,000 < 0,05$ maka data tidak terdistribusi normal.

Tabel 5 Uji Normalitas *Feeding Rules* Pada Balit Di Wilayah Kerja Puskesmas Tenayan Kota Pekanbaru

	Kolmogorov-Smirnov ^a	
	Statistic	Df
Feeding Rules _pretest	0.179	31
Feeding Rules _Posttest	0.252	31

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 5. dapat dilihat bahwa hasil nilai Shapiro-Wilk pada Feding Rules pretest dan post test dengan sampel 31 nilai sig. $0,000 < 0,05$ maka data tidak terdistribusi normal.

Dari hasil tersebut dilakukan uji Non Parametrik yaitu uji Wilcoxon Ranks Test dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6 Hasil analisis bivariante sebelum (*pre*) dan sesudah (*post*) prilaku makan pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Tenayan Kota Pekanbaru

Perbedaan Perilaku makan sebelum (<i>pre</i>) dan sesudah (<i>test</i>) edukasi	Jumlah	Asymp.Sign (p-value)
Negatif	0	0.000
Ranks	27	
Positif	4	
Ranks	31	
Ties		
Total		

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 6 dapat diketahui bahwa ada pengaruh edukasi sebelum dan sesudah perilaku makan dengan menggunakan uji wilcoxon dengan hasil pretest- pottest $0,000 < 0,05$ artinya ada perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan edukasi kesehatan terhadap perilaku makan.

Tabel 7 Hasil analisis bivariante sebelum (*pre*) dan sesudah (*post*) feeding rules pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Tenayan Kota Pekanbaru

Perbedaan <i>Feeding Rules</i> sebelum (<i>pre</i>) dan sesudah (<i>test</i>) edukasi	Statistic	df	Asymp.Sign (p-value)
Negatif	0	31	0.000
Ranks	26		
Positif	5		
Ranks	31		
Ties			
Total			

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 7 dapat diketahui bahwa ada pengaruh edukasi sebelum dan sesudah *feeding rules* dengan menggunakan uji wilcoxon dengan hasil pretest- pottest $0,000 < 0,05$ artinya ada perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan edukasi kesehatan terhadap *feeding rules*.

PEMBAHASAN

Pengaruh Edukasi terhadap Perilaku Makan pada balita

Hasil penelitian menunjukkan ada peningkatan nilai *pre test* (2,26) dan *post test* (3,83) pada perilaku makan balita. Berdasarkan hasil uji bivariat dengan uji *Wilcoxon ranks* didapatkan hasil p value $0.000 < 0,05$ bahwa ada perbedaan sebelum (*pre*) dan sesudah (*post*) edukasi kesehatan terhadap perilaku makan pada balita.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Amalia et al., 2023) bahwa

terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan tentang makanan pendamping Asi (MP-ASI). Penelitian (Agiratama & Kurniasari, 2023) menunjukkan peningkatan pengetahuan dengan menggunakan metode edukasi, dimana akan membantu seseorang memahami dan menyerap informasi kesehatan.

Perilaku makan yang sehat dapat dibentuk sejak usia dini dengan penerapan *feeding rules* yang tepat, sehingga sangat penting bagi orangtua untuk mendapatkan edukasi yang tepat mengenai aturan makan untuk mendukung tumbuh kembang anak agar optimal. Terdapat hubungan pengetahuan ibu dengan perilaku *feeding rules* pada balita (Ekarini et al., 2024).

Perilaku makan anak seringkali dipengaruhi oleh pengamatan terhadap perilaku orang lain seperti orang tua/pengasuh. *Feeding rules* yang diterapkan di rumah memberikan struktur yang jelas mengenai apa yang boleh dan yang tidak boleh dilakukan saat makan. Orangtua berperan penting sebagai model dalam penerapan aturan makan. Penguatan positif dan pemberian contoh yang baik akan membantu anak mengikuti *feeding rules* yang baik. Perilaku orangtua merupakan korelasi kuat terhadap perilaku konsumsi makan anak. Ketersediaan makanan yang sehat/tidak sehat dan efek pemodelan orangtua yang sehat/tidak sehat menunjukkan hubungan kuat dengan konsumsi makanan sehat atau tidak sehat pada anak (Yee et al., 2017).

Perilaku makan pada anak berkontribusi terhadap variabilitas individu dalam status berat badan dan dipengaruhi oleh kombinasi faktor genetik dan lingkungan. Praktik pemberian makan telah diidentifikasi sebagai faktor yang berpotensi dapat dimodifikasi yang dapat mempengaruhi asupan makanan dan perilaku makan anak. Praktik pemberian makan orangtua berdampak pada perilaku makan anak, adanya hubungan timbal balik

antara perilaku makan anak dengan pola makan (Mallan & Miller, 2019).

Perilaku makan memiliki dampak signifikan terhadap status gizi balita, terutama dalam konteks pencegahan signifikan terhadap status gizi balita, terutama konteks pencegahan masalah seperti stunting dan gizi kurang. Pola pemberian makan yang baik seperti kualitas, kuantitas dan frekuensi makan terbukti berkorelasi positif dengan status gizi yang baik bagi balita. Pola makan yang kurang baik, mengabaikan frekuensi makan dan kurangnya variasi makanan dapat meningkatkan risiko stunting. (Ramadhani & Muniroh, 2023). Perilaku makan yang baik didapatkan salah satunya dengan edukasi kesehatan. Edukasi kesehatan yang digunakan dapat melalui penyuluhan, instagram, booklet, SMS, Leaflet, dan lain-lain.

Menurut peneliti perilaku makan pada anak dapat dipengaruhi oleh pengetahuan yang ada. Semakin baik pengetahuan orang tua, maka akan memunculkan kesadaran akan pentingnya aturan makan yang benar pada anak. Pendidikan pada responden mayoritas 77,5% yang secara tidak langsung mempengaruhi pengetahuan orang tua.

Pengaruh Edukasi terhadap *Feeding rules* pada balita

Hasil penelitian menunjukkan ada peningkatan nilai *pre test* (5,41) dan *post test* (7,41) pada *feeding rules* pada balita. Berdasarkan hasil uji bivariat dengan uji *Wilcoxon ranks* didapatkan hasil p value $0.000 < 0,05$ bahwa ada perbedaan sebelum (*pre*) dan sesudah (*post*) edukasi kesehatan terhadap *feeding rules* pada balita.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Meiliana et al., 2024) bahwa terdapat perbedaan status gizi sebelum penerapan *feeding rules* dan sesudah penerapan *feeding rules* dengan terjadinya peningkatan status gizi bayi yang berada di kategori gizi baik.

Feeding rules merupakan pedoman penting untuk membantu mengatur perilaku

makan anak balita agar dapat mempengaruhi status gizi balita. Penerapan *feeding rules* yang baik dapat meningkatkan status gizi anak khususnya dalam mengatasi masalah gizi kurang dan obesitas.

Berdasarkan teori *self-regulation* menyebutkan bahwa *feeding rules* yang berfokus pada kemampuan individu untuk mengontrol perilaku makan mereka sendiri, termasuk mengenali tanda-tanda lapar dan kenyang. Secara alami anak mampu mengatur jumlah makanan yang mereka konsumsi berdasarkan rasa lapar dan kenyang. Lingkungan, tekanan sosial dan kebiasaan orang tua dapat mempengaruhi kemampuan ini. Penerapan *feeding rules* membantu memperkuat kemampuan *self-regulation* (Hughes & Frazier-Wood, 2016).

Penelitian lain menunjukkan bahwa perilaku pemberian makan oleh orang tua mempengaruhi perilaku makan anak. Dari 76 orang tua disebuah sekolah dasar di Tampa, FL didapatkan praktik pemberian makan dan perilaku makan anak lebih banyak praktik pemberian makan dengan penguatan positif ($p < 0.001$). Adanya hubungan positif dan anak-anak yang makan buah atau sayuran seperti apel, pisang, atau wortel sebagai cemilan dan makan lebih dari satu jenis sayuran sehari ($p < 0,001$) (Gray et al., 2023).

Pada penelitian didapatkan usia anak pada responden paling banyak < 12 bulan sehingga anak masih pada tahap menyusui (ASI), begitu juga anak usia > 6 bulan anak belajar untuk mengenal makanan selain ASI/MPASI, sehingga anak banyak belajar, mengenal jenis makanan yang membuat anak mendapatkan pengalaman baru tentang rasa makanan.

Pada usia ini lingkungan keluarga, preferensi makanan, pola makan dan intervensi nutrisi mempengaruhi perkembangan perilaku makan yang sehat pada anak-anak. Balita yang terbiasa dengan rasa makanan yang beragam lebih menerima makanan baru dan menghindari *picky eating*/pemilih makan.

SIMPULAN

Adanya peningkatan rata-rata *feeding rules* dan perilaku makan sebelum dan sesudah pemberian edukasi kesehatan pada orangtua balita. Edukasi kesehatan dapat meningkatkan pemahaman tentang perilaku makan dan *feeding rules* apabila dilakukan secara konsisten. Tenaga kesehatan diharapkan untuk dapat selalu memberikan edukasi gizi, *feeding rules* dan perilaku makan untuk menunjang tumbuh kembang balita.

Disarankan untuk peneliti selanjutnya dapat melibatkan responden yang lebih banyak, dengan metodologi yang beragam, sehingga dapat mengatasi masalah kesehatan pada anak terutama masalah gizi balita seperti stunting yang mempengaruhi kesehatannya dimasa yang akan datang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah telah mendanai penelitian ini. Peneliti berterima kasih kepada Bapak RW, RT, Ibu Bidan yang telah membantu dan mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian di Wilayah Puskesmas Tenayan Kota Pekanbaru.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhikari, N., Acharya, K., Upadhyaya, D. P., Pathak, S., Pokharel, S., & Pradhan, P. M. S. (2021). Infant and young child feeding practices and its associated factors among mothers of under two years children in a western hilly region of Nepal. *PLoS ONE*, 16(12 December), 1–15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0261301>
- Agiratama, N. P., & Kurniasari, R. (2023). Literature Review: The Effect of Providing Nutrition Education Media on Anemia Knowledge in Adolescents. *JGK*, 15(1), 55–64.
- Amalia, Z., Ramadhani, A. I., Sukoco, L. A., & Sari, Y. (2023). Penyuluhan Pemberian Makanan Pendamping Asi

- (MP-ASI) Pada Ibu Balita Stunting-Wasting di Kecamatan Juwangi. *Smart Society Empowerment Journal*, 3(2), 63.
<https://doi.org/10.20961/ssej.v3i2.76009>
- Ekarini, P. A., Mastryagung, G. A. D., Dwiyantri, N. K. N., & Dewi, K. A. P. (2024). Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Perilaku Feeding Rules Pada Balita Di Desa Tegal Kertha Wilayah Kerja Uptd Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 8(1), 46–53.
<https://doi.org/10.37294/jrkn.v8i1.548>
- Gray, H. L., Buro, A. W., & Sinha, S. (2023). Associations Among Parents' Eating Behaviors, Feeding Practices, and Children's Eating Behaviors. *Maternal and Child Health Journal*, 27(2), 202–209.
<https://doi.org/10.1007/s10995-022-03572-6>
- Hughes, S. O., & Frazier-Wood, A. C. (2016). Satiety and the Self-Regulation of Food Take in Children: a Potential Role for Gene-Environment Interplay. *Current Obesity Reports*, 5(1), 81–87.
<https://doi.org/10.1007/s13679-016-0194-y>
- Kemendes RI. (2018). *HASIL UTAMA RISKESDAS 2018*.
http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/materi_rakorpop_2018/Hasil_Riskesdas_2018.pdf
- Mallan, K., & Miller, N. (2019). Effect of Parental Feeding Practices (i.e., Responsive Feeding) on Children's Eating Behavior. *Nestle Nutrition Institute Workshop Series*, 91, 21–30.
<https://doi.org/10.1159/000493675>
- Meiliana, Siregar, D. N., Wati, M. M., Hidayat, M., Simanjuntak, L. T., & Sinulingga, E. L. (2024). Pengaruh Penerapan Feeding Rules terhadap Status Gizi Bayi Usia 6-12 Bulan di Klinik Pratama Hadijah. *MAHESA : MALAHAYATI HEALTH STUDENT JOURNAL*, 4(3), 1079–1091.
<https://doi.org/https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i3.14020> Diterbitkan:
- Munjidah, A., & Rahayu, E. P. (2020). Pengaruh Penerapan Feeding Rules Sebagai Upaya Mengatasi Kesulitan Makan Pada Anak (Picky Eater, Selective Eater Dan Small Eater). *JKM (Jurnal Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama)*, 8(1), 29.
<https://doi.org/10.31596/jkm.v8i1.564>
- Nadia, F., Wati, Y. S., Mianna, R., Rahayu, A. O. S. R., Herawati, M., & Desriva, N. (2024). EDUKASI DALAM PENGELOLAHAN MAKANAN NUGGET TAHU SEBAGAI CEMILAN SEHAT BAGI ANAK BALITA. *P360 : Jurnal Pengabdian Masyarakat 360 Derajat*, 1(1), 1–6.
- Ramadhani, T. A., & Muniroh, L. (2023). Hubungan Perilaku Makan dan Status Gizi Anak Usia Prasekolah. *Media Gizi Kesmas*, 12(2), 753–757.
<https://doi.org/10.20473/mgk.v12i2.2023.753-757>
- Yee, A. Z. H., Lwin, M. O., & Ho, S. S. (2017). The influence of parental practices on child promotive and preventive food consumption behaviors: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14(1), 1–14.
<https://doi.org/10.1186/s12966-017-0501-0>