



PeTeKa (Jurnal Penelitian Tindakan Kelas dan Pengembangan Pembelajaran)

Issn Cetak : 2599-1914 | Issn Online : 2599-1132 | Vol. 7 No. 1 (2024) | 41-48

DOI: <http://dx.doi.org/10.31604/ptk.v7i1.41-48>

PENGARUH PEMBERIAN MAKANAN JUNK FOOD TERHADAP KUALITAS GIZI ANAK USIA 4-5 TAHUN DI KECAMATAN KOTA BARU

Dita Anggraeni*, Nur Rochimah, Astuti Darmiyanti

Agama Islam/Universitas Singaperbangsa Karawang

*e-mail: anggraenidita787@gmail.com

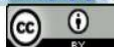


Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh pemberian junk food terhadap kualitas gizi anak 4-5 tahun, dan juga mencari tahu apakah adanya pengaruh makanan junk food pada kualitas gizi anak, serta mengetahui penanganan apa saja yang diberikan dalam menangani pemahaman mengkonsumsi junk food tersebut. Penelitian ini dilakukan di Kecamatan Kota Baru pada tahun 2023. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif *ex post facto*. Subjek penelitian yaitu 96 anak berusia 4-5 tahun. Data dikumpulkan melalui teknik pengumpulan data berupa kuesioner identitas dan kuesioner frequency junk food, dan mengukur Tinggi Badan, Berat Badan, dan lingkar kepala dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh dalam pemberian makanan junk food terhadap kualitas gizi anak. Adapun faktor penyebab terbagi menjadi 2 yaitu faktor internal dan eksternal seperti faktor lingkungan keluarga, lingkungan rumah. Dan dalam penanganan yang diberikan dapat dilihat dari pemberian makanan yang dilakukan orang tua seperti membawakannya bekal yang sehat serta guru yang membantu dalam memberi pemahaman tentang makanan junk food kegiatan belajar nya disekolah.

Kata Kunci: Junk Food, Kualitas Gizi, Anak Usia Dini.

Abstract. This research aims to find out the influence of giving junk food on the nutritional quality of children aged 4-5 years, and also to find out whether there is an influence of junk food on the nutritional quality of children, as well as finding out what treatment is given to deal with the understanding of consuming junk food. This research was conducted in Kota Baru District in 2023. The method used in this research was quantitative *ex post facto*. The research subjects were 96 children aged 4-5 years. Data was collected through data collection techniques in the form of identity questionnaires and junk food frequency questionnaires, and measuring height, weight and head circumference documentation. The results of the research show that there is an influence in providing junk food on the quality of children's nutrition. The causal factors are divided into 2, namely internal and external factors such as family environmental factors, home environment. And the treatment given can be seen from the provision of food by parents, such as bringing healthy supplies and teachers who help in providing an understanding of junk food, learning activities at school.

Keywords: Junk Food, Nutritional Quality, Early Childhood.



PENDAHULUAN

Anak usia dini yaitu istilah yang digunakan untuk merujuk pada anak-anak yang ada pada rentang usia 0 - 6 tahun. Pada masa ini, anak sedang menghadapi tahap perkembangan yang sangat penting dan sangat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan selanjutnya. Sebab itu, peran orang tua dan pengasuh sangat penting dalam memberi stimulasi dan dukungan yang baik untuk perkembangan fisik, kognitif, emosional, dan sosial anak usia dini.

Terlihat bahwa masa kanak-kanak dini merupakan periode penting bagi anak-anak untuk menerima pendidikan yang tepat. Masa ini disebut sebagai masa emas karena kecerdasan otak anak mencapai 80% dari total kecerdasannya sepanjang hidup pada rentang usia 0-6 tahun. Selama masa ini, anak-anak menyadari berbagai peristiwa dan kejadian di sekitar mereka, yang berfungsi sebagai rangsangan bagi perkembangan kepribadian, psikomotorik, kognitif, dan sosial mereka. Penting untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak selama periode ini melalui cara formal (pendidikan), non-formal, dan informal. Memberikan bimbingan kesehatan dan nutrisi juga penting selama masa ini.

Kesehatan mengacu pada kondisi di mana seseorang merasakan perasaan kesejahteraan, baik secara fisik, mental, dan sosial, dan tidak mengalami gangguan atau penyakit. Kesehatan mencakup berbagai dimensi, seperti aspek fisik, mental, dan sosial. Kesehatan fisik berkaitan dengan kemampuan tubuh untuk berfungsi dengan efektif, tidak terpengaruh oleh penyakit atau kecacatan, dan memiliki kekuatan serta daya tahan yang baik. Kesehatan mental melibatkan keterampilan untuk bersosialisasi dengan lingkungan, mengelola emosi dengan efektif, dan menyelesaikan masalah. Sementara itu, Kesehatan sosial seseorang diukur dengan seberapa baik mereka berhubungan dengan orang lain,

membentuk hubungan sosial yang sehat, dan merasakan rasa kepemilikan terhadap komunitas sekitar.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memberikan definisi Kesehatan bukan hanya tidak adanya penyakit atau ketidakmampuan; sebaliknya, itu adalah kondisi kesejahteraan tubuh, mental, dan sosial penuh. Sementara, Kamus Kolese Heritage Amerika (1997), seperti yang dikutip dalam Nies & McEwen (2001), mendefinisikan Kapasitas seseorang untuk berinteraksi dengan baik dengan orang lain adalah ukuran kesehatan sosial mereka. Jadi, kesehatan lebih dari sekadar tidak adanya penyakit; Ini adalah kondisi perkembangan mental, emosional, sosial, dan spiritual secara keseluruhan. Kelemahan, dan ketidakmampuan, dan memungkinkan individu untuk menjalani kehidupan yang produktif dalam masyarakat dan ekonomi (UU no. 23 tahun 1992; Nies & McEwen, 2001; Sreevani, 2014).

Nutrisi merujuk pada unsur dan nutrisi penting yang terdapat dalam makanan yang bisa memberi manfaat langsung bagi tubuh, mempromosikan kesehatan yang baik. Istilah "gizi" asalnya dari kata Arab "ghidza," yang artinya "makanan," sementara dalam bahasa Inggris, "gizi" berasal dari kata "nutrition," yang merujuk pada sesuatu yang memberi dampak pada proses transformasi berbagai jenis makanan yang dikonsumsi menjadi tubuh, membantu menjaga kelangsungan hidup. Nutrisi yang cukup merupakan komponen penting yang dibutuhkan oleh tubuh, terutama selama masa kanak-kanak awal di mana pertumbuhan dan perkembangan sangat penting. Tahun-tahun balita, sering disebut sebagai "periode usia emas," merupakan masa yang rentan di mana kondisi anak di masa depan dapat ditentukan oleh pertumbuhan dan perkembangannya.

Menurut rizzqie Aulina (Auli2014), Kelompok umur adalah kelompok pertumbuhan dan perkembangan manusia yang signifikan dan kunci yang akan

mempengaruhi kualitas eksistensi manusia di masa depan, sehingga kualitas gizi seimbang harus dilaksanakan sejak bayi dini. Kemampuan belajar seorang anak dipengaruhi oleh beberapa aspek, salah satunya yaitu kondisi gizinya. Kurangnya nutrisi yang tepat pada tahun pertama kehidupan seorang anak telah dikaitkan dengan perkembangan kognitif yang buruk (Awaluddin & Dkk, 2017).

Ada dua bagian yang berbeda namun saling bergantung pada proses pematangan. Efek pertumbuhan terbatas pada fisik, tetapi efek perkembangan meluas ke pematangan penuh sistem tubuh. Pematangan anatomi dan fungsional otak dapat berkembang pesat selama periode ini. Perkembangan kesehatan anak usia dini sejak usia kandungan hingga balita terbukti dapat melindungi anak dari bahaya penyakit yang dapat membawa gangguan pada anak dan meningkatkan kualitas hidup sehingga tumbuh kembang anak mencapai optimal.

Kebutuhan dasar bagi pertumbuhan dan perkembangan anak yaitu kesehatan dan gizi. Dua konsep ini merujuk pada dampak positif yang dapat dimiliki oleh nutrisi terhadap tubuh, yang dapat mempromosikan kesejahteraan. Jika kondisi fisik anak baik, mereka akan terus berkembang sesuai tahap perkembangan mereka. Oleh karena itu, kesehatan dan gizi saling terkait erat. Kesehatan anak usia dini harus ditangani secara komprehensif, termasuk aspek psikologis dan fisik, untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka. Untuk menjaga kesehatan tubuh anak, mereka membutuhkan asupan minuman dan makanan yang bergizi dan seimbang relevan dengan usia dan kebutuhan porsi mereka. Penting bahwa minuman dan makanan yang mereka makan sesuai dengan aktivitas harian mereka, sehingga mereka tidak mengalami kelebihan atau kekurangan nutrisi.

Perkembangan anak usia dini adalah langkah pertumbuhan dan perkembangan pada anak yang terjadi pada usia 0-6 tahun. Tahap ini adalah masa kritis dalam pembentukan kepribadian, karakter, dan kesiapan anak untuk memasuki tahap pendidikan selanjutnya. Pada tahap ini, anak mengalami perubahan secara signifikan dalam keterampilan kognitif, motorik, bahasa, sosial, dan emosional.

Dalam pertumbuhan kognitif, anak usia dini mulai mengembangkan kemampuan berpikir abstrak, logika, dan memori. Pada tahap ini, anak juga mulai belajar memahami keterkaitan antara objek dan kejadian di sekitarnya. Sedangkan dalam perkembangan motorik, anak usia dini mengalami perkembangan dalam kemampuan koordinasi dan pengendalian gerakan motorik halus dan kasar.

Selama tahap awal kehidupan seorang anak, ini adalah periode yang penting untuk perkembangan di mana terjadi lonjakan signifikan dalam pertumbuhan yang tidak terlihat pada masa selanjutnya. Periode ini adalah dasar pembentukan pertumbuhan pribadi anak, dan merupakan masa strategis dan kritis. Periode ini disebut strategis karena ini adalah waktu sensitif untuk mendapatkan stimulasi dan pengetahuan yang akan mempersiapkan anak untuk sukses dalam hidupnya. Periode ini disebut kritis karena jika anak-anak tidak diasuh dengan benar, diberi rangsangan dan perlakuan yang sesuai, hal ini dapat mengakibatkan gangguan dalam perkembangan selanjutnya. Setiap anak membutuhkan makanan sesuai usia, perawatan kesehatan, dukungan penuh kasih, dan stimulasi pendidikan untuk mencapai potensi penuhnya. Perkembangan otak seorang anak sangat dibantu oleh nutrisi yang tepat sepanjang tahun-tahun pembentukan mereka.

Optimalisasi perkembangan otak

yang maksimal memfasilitasi pengembangan kecerdasan anak. Saat ini kesehatan anak usia dini sangat krusial untuk pertumbuhan dan perkembangannya karena pada masa ini tubuh anak sedang aktif melakukan pertumbuhan sel dan organ tubuhnya. Kesehatan yang buruk pada usia dini dapat mempengaruhi kesehatan anak di masa depan dan bahkan bisa berdampak pada masa dewasa. Selain itu, kesehatan anak juga berpengaruh terhadap kemampuan belajar dan perkembangan sosialnya. Oleh karena itu, penting untuk memberikan perawatan kesehatan yang baik kepada anak usia dini, seperti memberikan nutrisi yang seimbang, imunisasi yang tepat waktu, dan pemantauan kesehatan secara teratur untuk mendeteksi dan mencegah penyakit.

Menurut data dari departemen Gizi Anak Kementerian Kesehatan Indonesia, Indonesia menghadapi masalah gizi yang kompleks. Hal ini tercermin dalam prevalensi tinggi stunting, yang mengacu pada anak balita yang lebih pendek dari tinggi yang ditunjukkan dalam Standar Pertumbuhan Anak, meskipun berat badannya sesuai. Selain itu, juga terdapat prevalensi wasting, di mana anak balita memiliki berat badan jauh di bawah berat badan standar untuk kelompok usia mereka. Selain itu, juga terdapat masalah dengan over-nutrition, seperti yang dilaporkan dalam Laporan Gizi Global tahun 2014. Persentase anak balita dengan berat badan rendah meningkat dari 18,4% menjadi 19,6% pada tahun 2013.

Sebuah pra penelitian telah dilakukan melalui observasi di kecamatan Kota Baru, pada observasi ini peneliti menemukan setiap bekal sekolah anak Mayoritas anak membawa makanan junk food sebagai bekal makan mereka dan cenderung menjauhi makanan sehat seperti sayuran dan buah-buahan yang mengandung nutrisi penting untuk tubuh. Jika perilaku ini terus berlanjut dan anak-anak terus mengonsumsi makanan instan,

kemasan, dan junk food tanpa memperhatikan kandungan gizi, kebutuhan nutrisi mereka mungkin tidak terpenuhi dengan baik. Orang tua yang bekerja mungkin kesulitan untuk menyiapkan makanan sehat yang tepat untuk anak-anak mereka karena keterbatasan waktu. Oleh karena itu, bahan makanan segar dan alami seperti ikan, daging, dan sayuran beku bisa menjadi pilihan menu makanan sehat dan seimbang.

Bahwa makanan untuk dianggap baik harus memiliki berbagai nutrisi krusial yang sangat dibutuhkan bagi tubuh. Hal ini terutama penting untuk makanan anak-anak, karena seharusnya memberikan nutrisi yang diperlukan yang sangat vital bagi kesehatan, kecerdasan, dan perkembangan keseluruhan anak. Hal ini sudah diperintahkan oleh Allah SWT dalam Q.S Al-Baqarah ayat 168:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا
وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ
مُبِينٌ ﴿١٦٨﴾

Artinya : "wahai manusia , makanlah dari (makanan) yang halal dan baik yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan, sesungguhnya setan itu adalah musuh yang nyata bagimu."

Makanan yang dimakan oleh anak-anak baik itu saat pada sarapan, makan siang, makan malam ataupun cemilan akan memiliki dampak pada masa perkembangannya. Anak yang memakan makanan yang sehat dan mengandung gizi seimbang akan tumbuh menjadi anak yang sehat namun, tidak selalu anak-anak mau mengonsumsi makanan sehat, mereka lebih sering tertarik pada makanan- makanan yang sudah dimodifikasikan sehingga hanya enak dilihat dan enak dimulut, tetapi rendah kandungan gizinya.

Perilaku makan pada anak dan dewasa berbeda. Secara umum variasi jenis dan total makanan yang dikonsumsi oleh anak lebih sedikit dibanding yang dikonsumsi orang dewasa. Tetapi jika dilihat dari perbandingan jumlah makanan yang dikonsumsi dengan ukuran proporsi tubuh, ternyata anak-anak makan dan minum lebih banyak bila dibanding orang dewasa. Hal ini terjadi sebab anak-anak berada dalam masa pertumbuhan dan perkembangan yang memerlukan asupan energi dalam jumlah yang tidak sedikit.

Anak memiliki keperluan nutrisi yang berbeda-beda yang dipengaruhi oleh aspek seperti berat badan, tinggi badan, dan tingkat kegiatan fisik sehari-hari. Jumlah energi dan kalori yang dibutuhkan setiap anak dapat berbeda-beda tergantung pada tingkat aktivitas fisiknya, di mana anak yang aktif memerlukan lebih banyak kalori dibandingkan dengan anak yang kurang aktif. Untuk anak usia 1 hingga 3 tahun, asupan kalori yang direkomendasikan adalah sekitar 45-50 kalori per 0,5 kg berat badan (Wescot, 2003:55).

Sebab itu, penting untuk menyediakan makanan yang seimbang gizi dan sesuai dengan kebutuhan kalori anak secara spesifik. Kegagalan dalam menyediakan jumlah nutrisi yang cukup dapat menyebabkan anak mengalami masalah belajar dan perilaku. Orang tua mempunyai posisi penting dalam memilih makanan yang tepat untuk anak-anak mereka karena mereka akan dikenalkan dengan berbagai jenis makanan yang menyediakan variasi nutrisi seimbang seperti karbohidrat, mineral, vitamin, protein, dan zat-zat lain yang memberikan manfaat bagi tubuh.

Namun, berdasarkan hasil observasi di kecamatan Kota Baru, banyak anak lebih suka makanan olahan atau kemasan seperti snack, sosis, keju, dan produk serupa lainnya yang mungkin tidak memberikan banyak nutrisi seperti

makanan yang diolah dengan baik. Sebab itu, sangat krusial bagi orang tua untuk dengan cermat memilih makanan olahan yang dimakan oleh anak-anak mereka. Anak-anak belum bisa mengerti bahwa banyak terdapat bahaya yang mengancam di sekitar mereka, termasuk yang berhubungan dengan makanan. Aktivitas dan pola konsumsi mereka adalah tantangan untuk orang tua agar lebih waspada. Makanan yang dimakan oleh anak-anak masih merupakan tanggung jawab orang tua untuk mengamati dan memberikan yang terbaik.

Saat ini, anak-anak lebih cenderung makan makanan cepat saji atau junk food. Akibatnya, semakin sulit untuk membuat anak-anak tertarik pada makanan bergizi dan kaya vitamin. Pertumbuhan dan perkembangan anak dapat terhambat jika mereka kekurangan gizi pada usia muda, dan pada tahun 2018, BAPENAS melaporkan bahwa 9 juta anak di Indonesia menghadapi stunting (Detiknews, 2018).

Junk food populer di kalangan anak-anak, makanan ini mempunyai kategori yang luas. Karbohidrat adalah konstituen umum dalam banyak makanan ini, sehingga mereka dapat digunakan sebagai makanan ringan atau hidangan utama. Sebaiknya, sebisa mungkin hindari memberikan makanan cepat saji untuk anak-anak. Makanan jenis ini cenderung mengandung tinggi gula, garam, lemak jenuh, serta rendah serat dan nutrisi penting lainnya yang dibutuhkan oleh tubuh anak-anak.

Konsumsi makanan junk food secara teratur dapat meningkatkan risiko anak mengalami obesitas, diabetes, dan penyakit lainnya yang berkaitan dengan gaya hidup tidak sehat. Sebagai gantinya, berikan makanan yang sehat dan bergizi, seperti buah-buahan, sayuran, protein tanpa lemak, dan karbohidrat kompleks.

Banyak ibu yang mempunyai masalah dengan pola makan anaknya.

Pola makan anak banyak dipengaruhi oleh banyak hal termasuk lingkungan (keluarga), kebiasaan makan keluarga, ikan dan pengaruh lingkungan di luar keluarga semuanya berpengaruh pada pola makan anak, terutama pada pemilihan makanan. Orang tua ditugaskan untuk berhati-hati saat memilih makanan untuk anak-anak mereka. Kebutuhan gizi anak-anak, terutama untuk makanan yang sangat penting untuk perkembangan dan pertumbuhan anak, bervariasi dengan usia, dan fakta ini harus diperhitungkan oleh orang tua dan pendidik anak usia dini.

Orang tua dan pendidik memainkan peran yang sangat krusial dalam mendidik anak-anak tentang pentingnya makanan sehat dan bergizi, membimbing mereka untuk menjauhi pilihan makanan yang tidak sehat yang umumnya tersedia, dan menanamkan kesadaran tentang arti penting konsumsi makanan sehat, sehingga anak-anak dapat tetap aktif dan terlibat dalam aktivitas fisik.

METODE

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kuantitatif dengan rancangan penelitian Ex Post Facto. Sesuai dengan pandangan Creswell (2014), metode penelitian kuantitatif menekankan pada penjelasan pengaruh suatu variabel terhadap variabel lainnya. Sementara itu, Sugiyono (2015) mendefinisikan pendekatan kuantitatif sebagai metode yang berfokus pada analisis data numerik menggunakan teknik statistik.

Siyoto dan Sodik (2015), yang dikutip dalam Hardani et al. (2010), menjelaskan bahwa penelitian ilmiah dan metodis ke dalam fenomena yang dapat diamati dan hubungan di antara mereka adalah penelitian kuantitatif. Tujuan dari bidang studi ini adalah untuk membuat dan menguji hipotesis, teori, dan model berdasarkan matematika yang menjelaskan kejadian yang diamati.

Sedangkan pendekatan ex post facto, dimana (Sugiyono, 2015) bahwa

penyelidikan ex post facto dipilih untuk meneliti peristiwa yang terjadi kemudian menelusuri data untuk menentukan kemungkinan penyebab dari peristiwa yang sedang diteliti. Menurut (Syahza, 2021) tujuan penelitian ex post facto adalah untuk menguji kemungkinan hubungan sebab akibat dari pengamatan dampak yang terjadi dan untuk mencari kemungkinan penyebab data tertentu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis statistik deskriptif dengan menggunakan aplikasi SPSS diketahui bahwa nilai range angket pemberian makanan junk food adalah 30. Nilai angket maksimum pemberian makanan junk food adalah 33. dan nilai minimum hasil angket pemberian makanan junk food adalah 3.00. Nilai tengah (mean) data yang umumnya digunakan adalah 16.79. Selain itu, kita juga memiliki nilai standar deviasi yang berguna untuk mengukur sejauh mana data tersebar dari nilai tengah. Standar deviasi adalah 6.29 dengan variance (varians) sebesar 39.61.

Dengan mempertimbangkan 96 anak berusia 4-5 tahun, studi ini menemukan bahwa frekuensi anak-anak di Kabupaten Kota Baru makan makanan cepat saji dikategorikan ke dalam tiga kategori berbeda: rendah (kategori 7), sedang (kategori 19), dan tinggi (kategori 70).

Berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian ini, menunjukkan bahwa anak usia 4-5 di Kecamatan Kota Baru memiliki tingkat frekuensi pemberian makanan junk food yang berada pada kategori tinggi. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata (mean) skor frekuensi pemberian makanan junk food sebesar 16.7917. Standar deviasi sebesar 6.29439 menunjukkan bahwa tingkat variasi dalam frekuensi pemberian makanan junk food ini cukup tinggi.

Hasil analisis statistik deskriptif dengan menggunakan aplikasi SPSS diketahui bahwa nilai range angket

kualitas gizi anak adalah 4.36. Nilai angket maksimum kualitas gizi anak adalah 2.98 dan nilai minimum hasil angket kualitas gizi anak adalah -1.38. Rata-rata, atau 5349, adalah statistik populer di pusat data. Selain itu, varians 1,113 dan standar deviasi 1,05513 dihitung, menghasilkan total 88 sebagai ukuran dispersi data dari nilai rata-rata.

Kategori kualitas gizi yang ditunjukkan pada tabel di atas berasal dari data yang dikumpulkan dari 96 anak antara usia 4 - 5 tahun. diperoleh bahwa kualitas gizi pada anak usia 4-5 tahun di Kecamatan Kota Baru yang kategori gizi baik sebesar 68, kategori beresiko gizi lebih sebesar 12, dan kategori gizi lebih sebesar 16.

Berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian ini, menunjukkan bahwa

anak usia 4-5 di Kecamatan Kota Baru memiliki tingkat kategori kualitas gizi yang berada pada kategori gizi baik. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata (mean) skor dalam kualitas gizi sebesar 5.439. Standar deviasi sebesar 1.05513 menunjukkan bahwa tingkat variasi dalam kualitas gizi ini cukup baik.

Konsumsi junk food yang konsisten dan berlebihan dapat berkontribusi pada masalah gizi termasuk obesitas karena tingginya kadar lemak, protein, karbon hidrat, dan garam. Ketika asupan kalori melebihi pengeluaran kalori, kelebihan gizi atau obesitas terjadi. Mengonsumsi makanan dalam jumlah berlebihan yang sesuai dengan definisi "junk food" dapat berkontribusi pada penumpukan lemak tubuh, yang pada gilirannya dapat menyebabkan obesitas.

Tabel 1. Kategori Frequency Junk Food (X)

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid rendah	7	7.3	7.3	7.3
sedang	19	19.8	19.8	27.1
tinggi	70	72.9	72.9	100.0
Total	96	100.0	100.0	

SIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini bahwa pemberian makanan junk food kepada anak usia 4-5 tahun berada pada kategori tinggi. Adapaun terhadap kualitas gizi berada pada kategori gizi baik. adanya pengaruh yang signifikan pemberian makanan junk food terhadap kualitas gizi anak usia 4-5 tahun di kecamatan kota baru. Hal ini dilihat dari pemberian makanan junk food terhadap kualitas gizi yang dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Awwaludin, & DKK. (2017). Hubungan Status Gizi dengan Hasil Belajar

Siswa Kelas 1 SD Negeri 5 Banda Aceh. *Jurnal Pesona Dasar*, 5 (2).

Supraptini. (2002). Kejadian Keracunan Makanan dan Penyebabnya Di Indonesia 1995-2000.

Hoque, K. E., Kamaluddin, M. A., Razak, A. Z. A., & Wahid, A. A. A. (2016). Building healthy eating habits in childhood: A study of the attitudes, knowledge and dietary habits of schoolchildren in Malaysia. *PeerJ*, 2016(11).

Pinatih, G. N. I. (2020). Healthy food to support healthy life. *Bali Medical Journal*, 9(1), 380–385.

Patmonodewo, S. (2003). Pendidikan Anak Prasekolah. Jakarta : Rineka Cipta.

Romadona, N. F., Aini, S. N., & Gustiana, A. D. (2021). Persepsi Orang Tua Mengenai Junk Food dan

- Dampaknya terhadap Kesehatan, Fungsi Kognitif, dan Masalah Perilaku Anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 1357-1368.
- Athavale, P., Khadka, N., Roy, S., Mukherjee, P., Chandra Mohan, D., Turton, B., & Sokal-Gutierrez, K. (2020). Early childhood junk food consumption, severe dental caries, and undernutrition: a mixed-methods study from Mumbai, India. *International journal of environmental research and public health*, 17(22), 8629.
- Mekonnen, A. G., Odo, D. B., Nigatu, D., Sav, A., & Abagero, K. K. (2021). Women's empowerment and child growth faltering in Ethiopia: evidence from the Demographic and Health Survey. *BMC Women's Health*, 21(1), 1-9.
- Bhaskar, R. (2012). Junk food: impact on health. *Journal of Drug Delivery and Therapeutics*, 2(3).
- Nurwanti, E., Hadi, H., & Julia, M. (2016). Paparan iklan junk food dan pola konsumsi junk food sebagai faktor risiko terjadinya obesitas pada anak sekolah dasar kota dan desa di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 1(2), 59-70.
- Aminah, I. M., Penguji, M. K., & Ir MF Aryani Sudja, M. K. M. (2015). Hubungan Antara Frekuensi Menonton Iklan Makanan Di Televisi, Pengetahuan Junk Food, Dan Frekuensi Konsumsi Junk Food Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Cibereum Kota Bandung Tahun 2015.
- Zulaidah, H. S., Kandarina, I., & Hakimi, M. (2014). Pengaruh pemberian makanan tambahan (PMT) pada ibu hamil terhadap berat lahir bayi. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 11(2), 61-70.