MINIPROJECT

HUBUNGAN POLA PENYAJIAN MENU MAKANAN PADA PROGRAM MAKAN BERGIZI GRATIS TERHADAP PERILAKU NAFSU MAKAN ANAK BALITA STUNTING DI DELAPAN DESA WILAYAH KERJA PUSKESMAS AMBAL II

Oleh:

dr. Garita Esa Makanti

Pembimbing:

dr. Tyas Ratna Pangestika

PESERTA PROGRAM INTERNSIP DOKTER INDONESIA
(PIDI) PERIODE AGUSTUS 2025 – AGUSTUS 2026

PUSKESMAS AMBAL II KABUPATEN KEBUMEN JAWA TENGAH

Halaman Pengesahan

Hubungan Pola Penyajian Menu Makanan pada Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap Perilaku Nafsu Makan Anak Balita Stunting

Disusun oleh:

dr. Garita Esa Makanti

Disusun untuk memenuhi syarat menyelesaikan Program Internsip Dokter Indonesia di Puskesmas Ambal II Kabupaten Kebumen

Telah diperiksa, disetujui, disahkan, dan dipresentasikan:

Kebumen, 27 Juli 2026

Kepala UPTD Puskesmas Ambal II	**Dokter Pendamping**
drg. Erawati Kusuma Dewi	dr. Tyas Ratna Pangestika

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan *mini project* yang berjudul Hubungan Pola Penyajian Menu Makanan pada Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap Perilaku Nafsu Makan Anak Balita Stunting di Delapan Desa Wilayah Kerja Puskesmas Ambal II.

. Mini Project ini disusun dalam rangka memenuhi syarat dalam menyelesaikan Program Internsip Dokter Indonesia. Dalam menyusun *mini project* ini, penulis, telah mendapatkan banyak bantuan dan dorongan dari berbagai pihak sehingga penyusunan *mini project* ini dapat diselesaikan tepat waktu. Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terimakasih dan apresiasi kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan petunjuk, kemampuan, serta kemudahan kepada penulis untuk menyelesaikan *mini project* ini.
2. dr. Tyas Ratna Pangestika dan drg. Erawati Kusuma Dewi selaku dokter pembimbing di Puskesmas Ambal II yang telah banyak memberikan bimbingan, semangat, motivasi, serta pengarahan kepada penulis dalam menyelesaikan *mini project* ini.
3. Seluruh karyawan Puskesmas Ambal II atas kerjasama dan bantuannya selama kegiatan internsip berjalan.

Penulis sangat menyadari bahwa dalam penyusunan *mini project* ini masih terdapat banyak kekurangan dan keterbatasan, oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan masukan yang membangun demi penyempurnaan mini project ini. Penulis berharap semoga *mini project* ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca.

Kebumen, 27 Juli 2026

BAB I

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi perhatian di dunia, terlebih khususnya di Indonesia. Kondisi stunting dapat menyebabkan berbagai permasalahan seperti terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak, system imunitas, kemampuan dalam belajar, meningkatnya resiko penyakit tidak menular di masa yang akan datang, dan menurunnya produktivitas pada usia dewasa. Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2022 prevalensi stunting di dunia sebesar 22,3%, sedangkan data dari Studi Status Gizi Indonesia (SSGI), prevalensi kejadian stunting di Indonesia pada tahun 2022 adalah sebesar 21,6% (Hayani et al., 2025). Angka tersebut termasuk masuk dalam kategori di atas ambang yang ditetapkan WHO, yaitu sebesar 20%. Namun, pada tahun 2024 prevalensi stunting di Indonesia berdasarkan data dari SSGI menunjukkan penurunan, yaitu sebesar 19,8% dibandingkan tahun-tahun sebelumnya. Meski demikian, stunting tetap menjadi permasalahan serius yang perlu ditindaklanjuti dalam pencegahan dan penanganannya.

Menurut data SSGI tahun 2024, prevalensi stunting provinsi Jawa Tengah adalah sebesar 17,1%, sedangkan di Kabupaten Kebumen sendiri memiliki prevalensi stunting sebesar 18%. Berdasar data tersebut, mengindikasikan bahwa stunting merupakan salah satu masalah Kesehatan yang masih perlu ditangani dengan baik dan serius di lingkungan Kabupaten Kebumen (Dinas Kesehatan Kabupaten Kebumen, 2023). Data tahun 2026 pada Puskesmas Ambal 2 menunjukkan angka kejadian stunting sebanyak balita atau sebesar % dari seluruh total balita di wilayah kerja Puskesmas Ambal 2. Hal ini menandakan bahwa stunting merupakan tugas besar bagi Puskesmas Ambal 2 yang perlu ditangani dengan serius.

Penyebab stunting bersifat multifaktorial. UNICEF mengelompokkan penyebab stunting menjadi dua, yaitu penyebab langsung dan tidak langsung. Penyebab langsung terjadinya stunting diantaranya adalah asupan gizi yang kurang, berat bayi lahir rendah atau bblr, dan penyakit infeksi. Sedangkan penyebab tidak langsung terdiri dari pola asuh seperti sanitasi lingkungan, pengetahuan gizi ibu, pelayanan kesehatan, tingkat pendidikan, ketersediaan pangan, dan krisis ekonomi (Oktavia et al., 2024). Salah satu faktor yang dapat menentukan keberhasilan pemenuhan gizi balita adalah perilaku makan anak, terlebih khususnya nafsu makan. Balita yang memiliki nafsu makan rendah akan cenderung mengkonsumsi makanan dalam jumlah yang sedikit sehingga pemenuhan gizinya menjadi kurang atau tidak optimal. Apabila hal ini dibiarkan secara terus-menerus dalam jangka waktu lama, maka dapat menyebabkan terhambatnya proses pertumbuhan sehingga beresiko menjadi stunting.

Nafsu makan merupakan keinginan untuk memakan suatu makanan tertentu, merasa lapar, dan menyukai makanan (Fitria et al., 2019). Nafsu makan sangat berhubungan dengan status gizi balita karena pada anak balita mempunyai nafsu makan yang berubah-ubah tergantung dari kondisi makanan tersebut. Nafsu makan anak balita dapat dipengaruhi oleh berbagai hal, baik secara internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi usia, kondisi fisiologis, psikologis, dan adanya penyakit penyerta. Sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan, sosial ekonomi, pengasuhan orang tua, dan karakteristik makanan yang meliputi pola penyajian makanan. Karakteristik makanan yang meliputi tampilan makanan dari segi menu, aroma, rasa, warna, tekstur, dan bentuk penyajian dalam beberapa penelitian terbukti dalam mempengaruhi ketertarikan anak balita dalam mengkonsumsi makanan.

Salah satu upaya pemerintah saat ini yang dilakukan untuk meningkatkan status gizi anak balita Indonesia adalah melalui program Makan Bergizi Gratis atau MBG. MBG merupakan kebijakan pemerintah yang bertujuan untuk mengurangi angka kejadian stunting di Indonesia. Sasaran MBG diantaranya

adalah ibu hamil, ibu menyusui, anak balita, dan anak sekolah. Keberhasilan program MBG tidak hanya ditentukan berdasar kandungan zat gizi yang ada dalam makanan, tetapi juga ditentukan oleh penerimaan makanan tersebut oleh anak balita. Makanan dengan nilai gizi yang baik tidak akan memberikan manfaat optimal apabila dikonsumsi dalam jumlah sedikit atau tidak dikonsumsi akibat rendahnya nafsu makan anak balita. Oleh karena itu, kualitas penyajian menu menjadi aspek penting yang harus diperhatikan karena dapat mempengaruhi perilaku nafsu makan balita yang meliputi minat untuk makan, frekuensi makan, jumlah makanan yang dihabiskan, dan respon anak balita terhadap menu makanan yang diberikan.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pola penyajian makanan termasuk warna, aroma, tekstur, rasa, dan penampilan berpengaruh terhadap peningkatan penerimaan makanan pada anak-anak. Balita akan tertarik dengan makanan yang memiliki kreasi makanan yang unik dan menarik sehingga menjadi daya tarik atau kesenangan sendiri bagi anak balita dalam peningkatan nafsu makan (Fitria et al., 2019). Oleh karena itu, diperlukan sebuah modifikasi makanan atau peningkatan kualitas penyajian menu makanan bergizi gratis (MBG) agar dapat meningkatkan nafsu makan sehingga asupan gizi anak balita menjadi optimal.

Disamping itu, adanya pula masukan dan saran dari para bidan di Puskesmas Ambal 2 serta sebagian orang tua balita yang menyatakan bahwa makanan program makan bergizi gratis (MBG) terkadang jarang dikonsumsi oleh balita atau dalam kata lain balita kurang nafsu makan dalam mengkonsumsi makanan tersebut.

Berdasarkan masalah di atas, peneliti ingin melakukan penelitian mengenai "Hubungan Pola Penyajian Menu Makanan pada Program Makan Bergizi Gratis (MBG) terhadap Perilaku Nafsu Makan Anak Balita Stunting di Delapan Desa Wilayah Kerja Puskesmas Ambal II".

1.1 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan pola penyajian menu makanan pada program makan bergizi gratis (MBG) terhadap perilaku nafsu makan anak balita stunting di delapan desa wilayah kerja Puskesmas Ambal II?

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pola penyajian menu makanan pada program makan bergizi gratis (MBG) terhadap perilaku nafsu makan anak balita stunting di beberapa desa wilayah kerja Puskesmas Ambal II.

1.2.2 Tujuan Khusus

1) Mengidentifikasi pola penyajian menu makanan pada program makan bergizi gratis (MBG) di delapan desa wilayah kerja Puskesmas Ambal II.
2) Mengidentifikasi perilaku nafsu makan anak balita stunting di delapan desa wilayah kerja Puskesmas Ambal II.
3) Menganalisa hubungan pola penyajian menu makanan pada program makan bergizi gratis (MBG) dengan perilaku nafsu makan anak balita di stunting di delapan desa wilayah kerja Puskesmas Ambal II.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Teoritis

Dapat mengetahui tentang hubungan pola penyajian menu makanan pada program makan bergizi gratis (MBG) dengan perilaku nafsu makan anak balita di stunting dan sebagai perbandingan antara materi yang dicapai mahasiswa di bangku kuliah dengan penerapannya di masyarakat.

1.3.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

   Meningkatkan atau mengembangkan pengalaman dalam melakukan penelitian khususnya ilmu pengetahuan yang telah diterima untuk diberikan kepada keluarga yang anaknya mengalami kurangnya nafsu makan.

2. Bagi Tempat Pelayanan Kesehatan

   Sebagai panduan atau pertimbangan untuk lebih meningkatkan dalam mengadakan kegiatan pendidikan kesehatan pada keluarga dalam peningkatan modifikasi atau kualitas penyajian makanan dan meningkatkan gizi balita.

3. Bagi Masyarakat

   Menambah pengetahuan keluarga dalam menjalankan modifikasi atau peningkatan kualitas penyajian makanan sehingga dapat mengenal masalah-masalah tentang status gizi pada balita, mengambil keputusan dalam mengatur pola nutrisi agar cukup energy dan protein, merawat balita yang mengalami penurunan nafsu makan, serta dapat menggunakan fasilitas pelayanan yang dapat mengontrol kesehatan gizi balita sehingga dapat mencegah nafsu makan yang menurun dan meningkatkan derajat kesehatan setiap anggota keluarga.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Stunting

Stunting merupakan suatu kondisi terjadinya kegagalan pertumbuhan yang diakibatkan oleh kekurangan gizi kronis dalam jangka waktu lama. Hal ini menyebabkan tinggi badan anak menjadi lebih pendek disbanding yang seusianya. WHO mendeskripsikan stunting terjadi apabila nilai tinggi badan anak menurut umur (TB/U) berada di bawah −2 standar deviasi (SD) dari median standar pertumbuhan anak (WHO, 2023). Stunting terjadi ketika terdapat kekurangan nutrisi kronis pada seribu hari pertama kehidupan (HPK) atau yang disebut dengan fase *golden age*. Fase tersebut merupakan fase krusial dalam proses perkembangan anak (Hayani et al., 2025). Otak anak berkembang sangat pesat pada fase ini dan segala bentuk permasalahan seperti kekurangan gizi, pola asuh kurang tepat, dan lingkungan yang tidak mendukung dapat menyebabkan dampak permanen yang bersifat tidak baik, termasuk stunting (Asrawaty et al., 2022).

Beberapa dampak dari stunting diantaranya terhambatnya perkembangan emosional, kognitif, dan sosial anak (Aritonang et al., 2020; Laily & Indarjo, 2023). Selain itu, juga mengakibatkan kemampuan belajar rendah, imunitas rendah, kemampuan belajar rendah, dan lebih rentan terkena penyakit degenerative saat dewasa. Stunting juga menyebabkan rendahnya kualitas sumber daya manusia. Rendahnya kemampuan intelektual dan produktivitas kerja usia dewasa yang berdampak terhadap status ekonomi nasional juga berhubungan erat dengan stunting (Khotimah, 2022). Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa stunting bukan hanya masalah gizi saja, tetapi juga permasalahan pembangunan manusia meliputi aspek Kesehatan, pendidikan, dan sosial ekonomi.

Stunting memiliki beberapa faktor resiko. Beberapa literatur menyebutkan bahwa faktor resiko anak balita mengalami stunting diantaranya adalah :

1. Pendapatan keluarga

   Stunting dapat tumbuh akibat status ekonomi keluarga karena berpengaruh pada status gizi anak. Hal ini berkaitan dengan ketersediaan bahan makanan yang ada di rumah. Balita akan berisiko mengalami stunting apabila status ekonomi keluarganya rendah (Bhiswakarma, 2011). Selain genetik, kegagalan pertumbuhan balita juga dipengaruhi oleh berbagai hal seperti kemiskinan, nutrisi yang kurang, dan pola asuh yang kurang benar.

2. Sanitasi lingkungan

   Sanitasi lingkungan terdapat hubungannya dengan kejadian stunting (Sarwuna & Khoeriyah, 2024). Buruknya sanitasi lingkungan dapat menyebabkan tingginya kasus infeksi penyakit seperti diare, tipoid, hepatitis, TBC, DBD, dll. Fasilitas pada sanitasi lingkungan yang terdapat pengaruhnya dengan stunting diantaranya jamban sehat, sarana air bersih, sarana pembuangan sampah dan limah (Rini et al., 2024).

3. Status gizi ibu hamil

   Anak-anak yang lahir dari ibu KEK cenderung lebih besar mengalami stunting daripada anak-anak yang lahir dari ibu dengan status gizi normal. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tatty Setiawati & Tri Agung Yuliana (2021) yang menunjukkan terdapat hubungan antara status gizi ibu dengan kejadian stunting di Puskesmas Suradita.

4. Berat badan lahir rendah (BBLR)

   Beberapa penelitian menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara berat badan lahir rendah dengan kejadian stunting. Dampak dari stunting dapat mempengaruhi perkembangan masa balita dan keterlambatan dalam berpikir hingga berdampak pada masa dewasa dengan membatasi kapasitas kerja karena berkurangnya massa otot.

5. Status gizi anak balita

   Status gizi anak yang baik memiliki peluang besar untuk mencegah stunting. Status gizi merupakan keseimbangan antara asupan dan kebutuhan zat gizi yang diperlukan tubuh (Dyah, et al., 2017). Semakin

baik status gizi balita, makan akan semakin mudah untuk mencegah terjadinya stunting.

6. Pola makan anak balita

   Beberapa studi menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan pencegahan stunting. Penelitian yang dilakukan oleh Qolbi et al (2020) menyatakan bahwa balita yang memiliki pola makan baik memiliki peluang 3,1 kali untuk mencegah stunting. Pola makan merupakan cara dalam mengatur jumlah dan jenis makanan. Perilaku pola makan yang salah adalah faktor yang dapat menyebabkan stunting (Nabuasa et al., 2016).

7. Pola asuh keluarga

   Keluarga memiliki peran penting dalam setiap pertumbuhan balita, mulai dari asuhan fisik dan emosional, serta mengarahkan pembentukan kepribadian. Beberapa literatur juga menyebutkan terdapat hubungan antara pola asuh orang tua terhadap kejadian stunting. Oleh karena itu, keluarga memiliki peran dalam setiap pelayanan Kesehatan anggota keluarga mulai dari tahap promosi hingga rehabilitasi (Friedman et al., 2014).

8. Pengetahuan orang tua

   Pengetahuan ayah dan ibu sangat penting karena erat kaitannya dengan sikap dan tindakan dalam mengasuh balita. Dalam beberapa penelitian menunjukkan bahwa terdapat kaitannya antara pengetahuan orang tua dengan stunting.

A. Program Makan Bergizi Gratis (MBG)

Program makan bergizi gratis (MBG) merupakan salah satu program pemerintah untuk meningkatkan status gizi masyarakat, memperkuat ketahanan pangan, dan mendukung pembangunan sumber daya manusia secara berkesinambungan (Ratih & Maria, 2026). Program ini bertujuan untuk membantu memenuhi kebutuhan gizi anak-anak, mengurangi kejadian stunting, dan meningkatkan minat belajar serta konsentrasi siswa di sekolah. MBG dirancang oleh pemerintah Indonesia dalam rangka mengikuti kebijakan dari UNICEF dan WHO yaitu target nutrisi global

tahun 2025 untuk mengatasi masalah gizi yang masih menjadi hambatan dalam pembangunan sumber daya manusia. Target nutrisi global yang dimaksud diantaranya penurunan anemia, stunting, *low birth weight, overweight,* dan *wasting* serta peningkatan pemberian ASI eksklusif (Afifah et al., 2025). Sasaran dari program MBG ini adalah anak-anak sekolah dari berbagai jenjang pendidikan, ibu hamil, balita, dan ibu menyusui (Merlinda & Yusmar Yusuf, 2025).

B. Pola penyajian menu makanan

Zat gizi yang dibutuhkan oleh anak balita terdapat pada berbagai jenis bahan makanan, sehingga untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang lengkap, seorang ibu harus memasak bahan makanan yang beranekaragam dengan hasil yang bervariatif. Apabila setiap harinya anak balita mengkonsumsi beragam jenis makanan, maka kebutuhan gizinya juga akan tercukupi dengan baik. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Harper & Indriasari (2014), menyebutkan bahwa seseorang memerlukan bahan makanan setidaknya berjumlah 10 jenis yang dihidangkan dengan kreasi menu yang bermacam-macam.

Menu makanan yang baik terdiri dari tiga jenis sumber makanan, yaitu karbohidrat, protein, serta vitamin dan mineral. Dalam sebuah studi menyebutkan bahwa, menu makanan yang disajikan orang tua yang bervariasi tiga kali akan meningkatkan nafsu makan anak (Maulida et al., 2022). Sedangkan anak-anak yang dihidangkan dengan menu makanan yang sama dari pagi hingga malam cenderung merasa bosan sehingga nafsu makan turun bahkan tidak mau makan. Nafsu makan yang menurun akan mempengaruhi status gizi anak. Maka dari itu, diperlukan variasi atau modifikasi menu penyajian makanan agar anak tidak mudah bosan dan memiliki nafsu makan.

Penyajian makanan merupakan penempatan makanan yang sudah dimasak dan siap dimakan di tempat yang tepat. Makanan yang akan dihidangkan harus disajikan menarik dan bervariasi agar anak tertarik untuk menikmati makanan tersebut. Selain nutrisi, sebuah makanan yang disajikan ke anak balita juga harus memperhatikan hal-hal yang lain seperti

kebersihan peralatan makan dan variasi makanan. Berdasarkan beberapa penelitian, penampilan makanan yang disajikan ke balita harus mencakup beberapa hal, diantaranya adalah :

1. Warna Makanan

   Warna makanan harus dibuat semenarik mungkin karena walaupun makananya terasa enak tetapi penampilan warnanya tidak menarik, maka saat disajikan selera makan anak menjadi berkurang.

2. Konsistensi atau Tekstur Makanan

   Tekstur makanan harus bagus yaitu mudah dikunyah dan dicerna. Tekstur makanan juga harus dibuat bervariasi, dari tekstur yang lembut hingga kasar sehingga anak tidak bosan.

3. Bentuk makanan

   Agar makanan terlihat menarik, biasanya disajikan dengan bentuk-bentuk tertentu. Bentuk makanan harus bervariasi sehingga menimbulkan ketertarikan anak untuk makan.

4. Pemilihan Alat yang Digunakan.

   Peralatan makan sebaiknya terbuat dari bahan yang aman, bersih, dan anti pecah. Selain itu, perlu juga disajikan sesuai dengan imajinasi anak dan harus disesuaikan dengan volume makanannya. Alat makan dapat didesain dengan menarik baik gambar maupun warna agar anak tertarik makan.

5. Porsi Makanan.

   Porsi makan anak harus disesuaikan dengan kebutuhannya, sehingga makanan tersebut dapat dihabiskan. Makanan juga dapat diberikan dalam porsi kecil sesuai jadwal yang sudah ditentukan dan diberikan sesering mungkin.

6. Kondisi Makanan

   Kondisi makanan harus disesuaikan dengan suhu makanan saat disajikan. Apabila makanan tersebut harus disajikan dalam kondisi hangat, maka sebaiknya dimakan dalam suhu hangat dan sebaliknya.

7. Jadwal Makanan

Jadwal makanan hendaknya disesuaikan dengan kebiasaan makan anak, berikan makan jika anak benar-benar merasa lapar.

8. Penghias Makanan (garnish)

   Penghias makanan adalah bahan hiasan yang ditambahkan dalam makanan yang bertujuan mempercantik makanan dan sebagai pelengkap.

C. Perilaku nafsu makan anak balita

Nafsu makan adalah adanya keinginan atau dorongan untuk makan. Anak balita sekarang sering mengalami gangguan nafsu makan. Asupan gizi menjadi tidak adekuat dikarenakan berkurangnya nafsu makan balita. Selain itu, balita juga lebih sering berinteraksi dengan lingkungan sehingga mudah terkena penyakit infeksi baik akut maupun kronis/ menahun, infeksi cacing dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan kekurangan gizi bahkan bisa menjadi gizi buruk.

Nafsu makan merupakan keadaan yang dapat memotivasi seseorang untuk makan selain dari rasa lapar. Oleh karena itu, meskipun tanpa rasa lapar, makanan yang menggugah selera dapat meningkatkan nafsu makan secara signifikan. Perilaku yang dapat dicontoh dan ditanamkan dari orang tua kepada anak-anak balita ditujukan untuk dapat memenuhi kebutuhan gizi mereka. Tanggung jawab orang tua terkait nafsu makan anak meliputi jenis dan jumlah makanan yang disajikan serta rutinitas makan anak. Intinya, orang tua di rumah memiliki kewajiban untuk menyediakan lingkungan yang baik bagi pertumbuhan dan perkembangan anak balita mereka. Selain nutrisi yang bagus untuk pertumbuhan dan perkembangan, makanan yang disajikan juga harus mengajarkan kepada mereka untuk memilih makan-makanan yang sehat (Suhaima, 2023).

Salah satu faktor yang menyebabkan kejadian stunting adalah pola asuh. Pola asuh balita oleh orang tua dapat berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan karena kekurangan gizi pada masa balita bersifat tidak dapat dikembalikan (irreversible) sehingga masa balita ini sangat membutuhkan makanan yang berkualitas (Alristina et al., 2021).

Pola asuh pemberian makan merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya balita pendek, dikarenakan pola asuh makan yang diterapkan oleh ibu akan berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan balita karena kekurangan gizi pada masa balita akan bersifat irreversible (tidak dapat pulih), sehingga pada masa ini balita membutuhkan asupan makan yang berkualitas (Alristina et al., 2021). Pola asuh meliputi pemberian makan dapat mempengaruhi terjadinya stunting. Apabila dilakukan tidak tepat, maka dapat memungkinkan meningkatkan resiko stunting pada anak balita sehingga orang tua harus memperhatikan pola makan anak (Munthe et al., 2022).

BAB III

KERANGKA KONSEP DAN METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain analitik observational dengan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk menggambarkan hubungan pola penyajian menu makanan pada program makan bergizi gratis (MBG) terhadap perilaku nafsu makan anak balita stunting di delapan desa wilayah kerja Puskesmas Ambal 2 tahun 2026. Penelitian ini tidak bertujuan untuk membuktikan sebab akibat, melainkan untuk mengetahui hubungan (*ascociation*) antara kedua variabel.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Delapan Desa Wilayah Kerja Puskesmas Ambal 2, Kabupaten Kebumen. Delapan desa tersebut diantaranya adalah Desa Surobayan, Sidomukti, Sidoluhur, Kembangsawit, Sidorejo, Pagedangan, Prasutan, dan Sidomulyo. Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 2-17 Juli 2026.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi: Seluruh anak balita stunting usia 1-5 tahun pada 8 desa di wilayah kerja Puskesmas Ambal 2 sebanyak 117 anak yang menerima program makan bergizi gratis (MBG).
2. Sampel: Sebanyak 94 anak balita stunting penerima program makan bergizi gratis (MBG) yang berasal dari 8 desa wilayah kerja Puskesmas Ambal 2, yaitu Desa Surobayan, Sidomukti, Sidoluhur, Kembangsawit, Sidorejo, Pagedangan, Prasutan, dan Sidomulyo.
3. Teknik sampling: *Simple random sampling*.

D. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

1. **Kriteria inklusi**:
   a. Anak usia 1-5 tahun dengan status stunting (TB/U < -2 SD) yang bersedia untuk menerima makan bergizi gratis (MBG).

b. Terdaftar dan berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Ambal 2.
c. Orang tua bersedia dilakukan penelitian menggunakan isian kuisioner.

2. Kriteria eksklusi:

a. Anak balita stunting usia 1-5 tahun yang menolak program makan bergizi gratis (MBG)
b. Anak balita stunting yang tidak hadir pada saat pengambilan kuisioner.
c. Orang tua tidak bersedia dilakukan penelitian menggunakan kuisoner.

E. Variabel Penelitian

1. Variabel independen (bebas) : pola penyajian menu makanan pada program menu makan bergizi gratis (MBG).
2. Variabel dependen (terikat) : perilaku nafsu makan anak balita stunting

F. Definisi Operasional

Variabel	Definisi	Indikator	Alat ukur, Skala	Skor
Pola penyajian menu makanan pada program makan bergizi gratis (MBG)	Penilaian atau persepsi ibu/pengasuh terhadap kualitas penyajian makanan yang diterima oleh balita stunting pada program makan bergizi gratis (MBG).	1. Warna Makanan. 2. Konsistensi atau Tekstur Makanan. 3. Bentuk Makanan. 4. Pemilihan Alat yang digunakan 5. Porsi Makanan. Kondisi Makanan yang disajikan. 7. Jadwal makanan. 8. Kerapihan mengatur makanan di meja makan. 9. Penghias	Kuisioner, ordinal	Selalu= 4 Sering = 3 Jarang = 2 Tidak Pernah = 1 Dengan kriteria : Baik : 75% Cukup : 56% - 75% Kurang : 56%

		makanan (garnish).		
Perilaku nafsu makan anak balita stunting	Prefensi sesorang terhadap jenis makanan tertentu yang ingin dikonsumsi.	1. Responsif terhadap makanan (RM) 2. Lebih emosional terhadap makan (LEM) 3. Menikmati makanan (MM) 4. Keinginan untuk makan (KM) 5. Responsif terhadap rasa kenyang (RK) 6. Lambat ketika makan (LM) 7. Kurang emosional terhadap makan (KEM) 8. Rewel terhadap makanan (RTM)	Kuisioner, ordinal	Tidak Pernah = 1 Jarang = 2 Kadang = 3 Sering = 4 Selalu = 5 Dengan kriteria : Baik : 75% Cukup : 56 – 75% Kurang : <56%

G. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Data dikumpulkan dengan beberapa pertanyaan yang ditujukan kepada Ibu dari anak balita stunting. Instrumen penelitian berupa lembar kuisioner penyajian/penampilan makanan program makan menu bergizi gratis (MBG) dan perilaku nafsu makan anak balita stunting.

H. Teknik Analisis Data

Data dianalisis dengan menggunakan uji *chi-square* untuk mengetahui variabel dependen (terikat) dengan tingkat kemaknaan pada uji ini, yaitu $\alpha = 0,05$ yang artinya apabila nilai $p < \alpha$ maka H0 ditolak, maka berarti ada hubungan pola penyajian menu makanan pada program makan bergizi gratis (MBG) terhadap perilaku nafsu makan anak balita stunting di delapan desa wilayah kerja Puskesmas Ambal 2.

I. Etika Penelitian

Penelitian dilaksanakan setelah memperoleh izin dari Kepala Puskesmas Ambal 2 dan persetujuan orang tua/wali pasien. Kerahasiaan identitas responden dijaga sepenuhnya.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Karakteristik Demografi Responden

1.1 Jenis Kelamin Balita Stunting



Diagram 1.2 Jenis Kelamin Balita Stunting

Berdasarkan gambar di atas menunjukkan bahwa jenis kelamin anak balita stunting memiliki persentase yang sama, yaitu 50% perempuan sebanyak 47 anak dan 50% laki-laki sebanyak 47 anak dengan jumlah total 94 anak balita stunting yang menjadi responden pada penelitian ini.

1.2 Jenjang Pendidikan Ibu

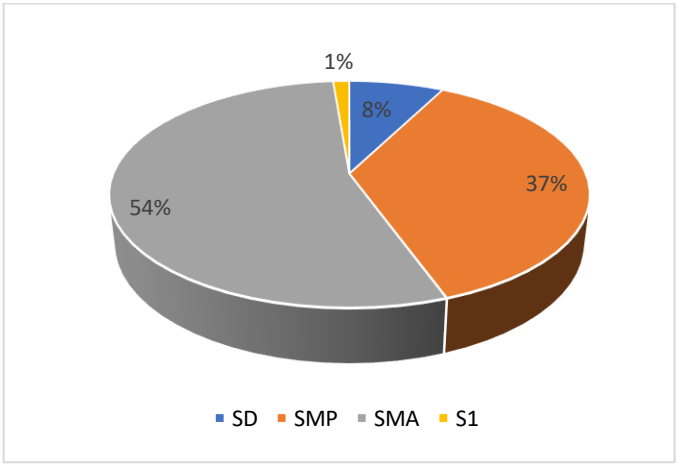


Diagram 1.2 Jenjang Pendidikan Ibu

Berdasarkan gambar di atas menunjukkan bahwa jenjang pendidikan ibu atau responden sebagian besar berpendidikan SMA yaitu sebesar 54% atau sebanyak 50 responden, disusul pendidikan SMP sebesar 37% atau sebanyak 34 responden, pendidikan SD sebesar 8% sebanyak 7 responden, dan paling sedikit pendidikan S1 sebesar 1% atau sebanyak 3 responden sehingga total responden berjumlah 94 orang.

1.3 Pendapatan Orang Tua

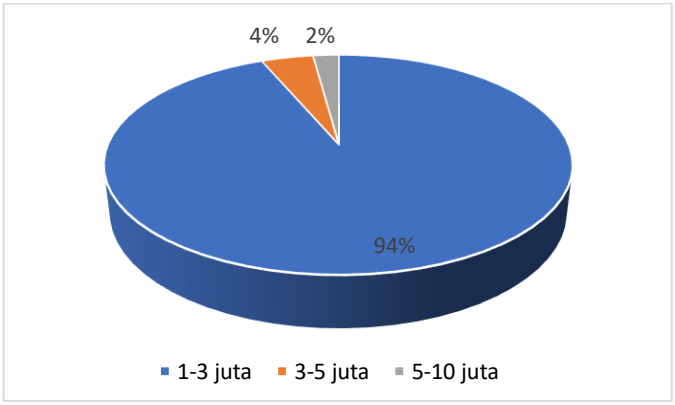


Diagram 1.3 Pendapatan Orang Tua

Berdasarkan gambar di atas menunjukkan bahwa pendapatan orang tua didominasi oleh angka 1-3 juta yaitu sebesar 94% atau sebanyak 88 keluarga, disusul oleh angka 3-5 juta sebesar 4% yaitu sebanyak 4 keluarga, dan paling sedikit oleh angka 5-10 juta sebesar 2% atau sebanyak 2 keluarga.

1.4 Penyuluhan Gizi Balita



Diagram 1.4 Penyuluhan Gizi Balita

Berdasarkan gambar di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden sudah pernah mengikuti penyuluhan tentang gizi balita yaitu sebesar 96% atau sebanyak 86 responden dan sisanya 4% tidak pernah mengikuti penyuluhan gizi balita yaitu sebanyak 8 responden.

2. Identifikasi Pola Penyajian Menu Makanan pada Program Makan Bergizi Gratis (MBG)

Pola Penyajian Menu Makanan MBG	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	36	38,3
Cukup	51	54,3
Kurang	7	7,4
Jumlah	94	100

Tabel 2.1 Identifikasi Pola Penyajian Menu Makanan pada Program Makan Bergizi Gratis (MBG)

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa pola penyajian menu makanan MBG memiliki kriteria baik sebanyak 36 balita atau sebesar 38,3%, kriteria cukup sebanyak 51 balita atau sebesar 54,3%, dan kriteria kurang sebanyak 7 balita atau sebesar 7,4%.

3. Identifikasi Perilaku Nafsu Makan Anak Balita Stunting di Delapan Desa Wilayah Kerja Puskesmas Ambal 2

Perilaku Nafsu Makan Anak Balita Stunting	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	8	8,5
Cukup	62	66
Kurang	24	25,5
Jumlah	94	100

Tabel 2.2 Identifikasi Perilaku Nafsu Makan Anak Balita Stunting di Delapan Desa Wilayah Kerja Puskesmas Ambal 2

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa perilaku nafsu makan anak balita stunting terhadap program MBG memiliki kriteria baik sebanyak 8 balita atau sebesar 8,5%, kriteria cukup sebanyak 62 balita atau sebesar 66%, dan kriteria kurang sebanyak 24 balita atau sebesar 25,5%.

4. Hubungan Pola Penyajian Menu Makanan pada Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di Delapan Desa Wilayah Kerja Puskesmas Ambal 2

Pola Penyajian Menu Makanan MBG	Perilaku Nafsu Makan Anak Balita Stunting						Total	
	Baik	%	Cukup	%	Kurang	%	N	%
Baik	7	7,4	18	19,2	11	11,7	36	38,3
Cukup	1	1,1	39	41,5	11	11,7	51	54,3
Kurang	0	0	5	5,3	2	2,1	7	7,4
Total	8	8,5	62	66	24	25,5	94	100
Uji *chi square* $p = 0{,}024 < \alpha = 0{,}05$								

Tabel 2.3 Hubungan Pola Penyajian Menu Makanan pada Program Makan Bergizi Gratis (MBG) di Delapan Desa Wilayah Kerja Puskesmas Ambal 2

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai p yaitu sebesar 0,024 atau kurang dari 0,05 yang memiliki arti bahwa H0 ditolak atau H1 diterima. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola penyajian menu makanan pada program makan bergizi gratis (MBG) dengan perilaku nafsu makan anak balita stunting. Dengan demikian, kualitas pola penyajian makanan, yang meliputi aspek tampilan, variasi menu, daya tarik warna, bentuk, maupun cara penyajian, berhubungan dengan perilaku nafsu makan anak balita stunting.

B. Pembahasan

Menurut hasil pada tabel di atas, disimpulkan bahwa terdapat hubungan pola penyajian menu makanan program MBG terhadap perilaku nafsu makan anak balita stunting. Secara teori, perilaku makan anak dipengaruhi tidak hanya oleh rasa makanan, tetapi juga oleh karakteristik penyajiannya. Penerimaan makanan pada anak dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti sensorik, meliputi warna, bentuk, aroma, tekstur, ukuran porsi, dan penampilan makanan (Brown, 2017). Penyajian makanan yang menarik dapat menarik perhatian anak sehingga akan timbul rasa ingin tahu, adanya rasa tidak ingin menolak makanan, dan mendorong anak untuk mencoba menghabiskan makanan yang disajikan. Oleh karena itu, penyajian makanan menjadi salah satu strategi baik yang dapat digunakan untuk meningkatkan nafsu makan pada balita.

Selain itu, WHO (2023) menegaskan bahwa salah satu bagian penting dalam pemenuhan gizi balita salah satunya adalah pemberian makan

responsif (*responsive feeding*). Praktik pemberian makan yang memperhatikan kenyamanan anak, suasana makan yang menyenangkan, serta penyajian makanan yang menarik dapat meningkatkan konsumsi makanan dan membantu memenuhi kebutuhan energi maupun zat gizi. Pendekatan ini menjadi penting karena anak stunting sering mengalami penurunan nafsu makan, sehingga diperlukan upaya yang dapat meningkatkan ketertarikan anak untuk makan.

Perilaku seseorang dipengaruhi oleh interaksi antara faktor individu dengan faktor lingkungan (Notoatmodjo, 2018). Dalam konteks penelitian ini, pola penyajian makanan merupakan salah satu faktor lingkungan yang dapat memberikan rangsangan visual kepada anak sehingga memengaruhi perilaku makan. Penyajian makanan yang bagus dan menarik dapat meningkatkan motivasi anak untuk makan, sedangkan penyajian yang monoton atau tidak menarik berpotensi menurunkan minat makan.

Temuan penelitian ini juga didukung oleh beberapa penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya. Penelitian yang dilakukan oleh Dazeley dan Houston-Price (2015) menunjukkan bahwa penyajian makanan yang menarik, penggunaan warna yang bervariasi, serta bentuk makanan yang disesuaikan dengan karakteristik anak dapat meningkatkan penerimaan makanan sehat, terutama modifikasi antara sayur dan buah. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dikemukakan bahwa tampilan makanan merupakan stimulus visual yang berpengaruh terhadap keputusan anak untuk mencoba makanan baru.

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa variasi penyajian makanan dan paparan makanan secara berulang dapat meningkatkan penerimaan makanan pada anak usia dini (Wild et al, 2018). Anak yang memperoleh makanan dengan penyajian yang menarik cenderung memiliki tingkat konsumsi makanan yang lebih tinggi dibandingkan anak yang memperoleh makanan dengan penyajian yang kurang menarik.

Dalam pelaksanaan program makan bergizi gratis (MBG), hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kualitas penyajian menu tidak kalah

penting dibandingkan dengan konteks isi kandungan gizi pada makanan. Menu makanan yang sudah memenuhi kebutuhan gizi belum tentu dikonsumsi secara optimal apabila penyajiannya kurang menarik bagi anak. Oleh karena itu, beberapa aspek seperti visual, variasi menu, kombinasi warna, bentuk makanan, ukuran porsi, dan cara penyajian perlu diperhatikan agar makanan lebih disukai dan dikonsumsi oleh anak balita.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memberikan bukti bahwa pola penyajian menu makanan memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku nafsu makan anak balita stunting. Oleh karena itu, dalam pelaksanaan program makan bergizi gratis (MBG), tenaga kesehatan, petugas gizi, kader, dan orang tua perlu memperhatikan kualitas penyajian makanan selain isi kandungan gizinya. Upaya tersebut diharapkan dapat meningkatkan penerimaan makanan, memperbaiki asupan gizi balita, dan mendukung percepatan penurunan prevalensi stunting.

C. Modifikasi Menu Penyajian Makanan sebagai Solusi Meningkatkan Perilaku Nafsu Makan Anak Balita Stunting pada Program Makan Bergizi Gratis (MBG)

Modifikasi makanan adalah cara untuk menarik selera makan yang dapat mempengaruhi nafsu makan pada setiap orang termasuk anak-anak balita. Bentuk-bentuk tertentu dari makanan yang disajikan dapat membuat makanan menjadi lebih menarik saat disajikan. Tahap akhir dari makanan adalah penyajian makanan. Penyajian makanan adalah serangkaian kegiatan penyaluran makanan yang sesuai dengan jumlah porsi dan jenis makanan konsumen yang dilayani. Penyajian makanan merupakan faktor penentu dalam penampilan hidangan yang disajikan.

Ada tiga hal pokok yang diperhatikan dalam penyajian makanan yaitu pemilihan alat yang digunakan, cara penyusunan makanan, dan penghias hidangan (*garnish*). Hal tersebut harus diperhatikan karena penampilan makanan yang menarik waktu disajikan akan merangsang indra terutama indra penglihatan yang berhubungan dengan cita rasa makanan.

Menu yaitu susunan hidangan yang terdiri dari satu atau beberapa macam bahan makanan atau macam masakan dan dihidangkan pada suatu

acara makan, misalnya menu sehari-hari. Penyusunan menu harus memperhatikan zat gizi yang terkandung dalam makanan yang akan dihidangkan. Perencanaan menu untuk anak balita membutuhkan ketelitian karena pada usia tersebut perkembangan saluran pencernaan dan sistem kekebalan tubuhnya belum sempurna. Anak-anak masih rawan terhadap penyakit infeksi termasuk yang ditularkan melalui makanan. Oleh sebab itu, pemberian makanan untuk anak hendaknya memperhatikan syarat-syarat yang harus dipenuhi agar makanan tersebut dapat dikonsumsi dengan aman oleh anak.

Berdasarkan beberapa penelitian, syarat-syarat makanan untuk anak, yaitu :

1. Susunan hidangan hendaknya disesuaikan dengan pola menu seimbang, bahan dan jenis hidangannya bervariasi, bahan makanan mudah diperoleh, kebiasaan makan, dan makanan kesukaan anak.
2. Potongan dan ukuran makanan hendaknya dibentuk cukup kecil, menarik dan rapi sehingga membangkitkan selera makan dan mudah dikunyah oleh anak.
3. Makanan tidak terasa pedas, asam dan berbumbu tajam.
4. Makanan hendaknya bertekstur lunak dan berkuah supaya mudah ditelan dan sesuai dengan kemampuan daya cerna anak.
5. Memperhatikan kebersihan dan tidak membahayakan anak. Hidangan yang direncanakan harus disesuaikan dengan kemampuan pencernaan anak.

Hidangan yang baik adalah hidangan yang bervariasi jenisnya, sehingga anak tidak cepat bosan dan kebutuhan akan zat gizi yang beragam dapat terpenuhi. Terdapat ungkapan, bahwa “Satu macam bahan makanan saja tidak dapat memenuhi semua keperluan tubuh akan berbagai zat makanan, karena masing-masing bahan makanan mengandung zat makanan yang berlainan, baik macamnya maupun banyaknya”. Mengacu pada pendapat tersebut, ibu harus mempunyai pengetahuan dalam memilih berbagai jenis makanan untuk diberikan kepada anak, sehingga zat gizi yang

dibutuhkan anak akan terpenuhi dengan baik dana anak akan terhindar dari gizi buruk.

Susunan hidangan biasa disebut dengan menu, dibidang kesehatan sering digunakan istilah menu adekuat yaitu menu yang mengandung semua golongan bahan makanan yang dibutuhkan dengan memperhatikan keseimbangan unsur-unsur gizi yang terkandung didalam makanan. Menu sehari-hari secara umum harus memenuhi beberapa fungsi, yaitu :

1. Mengandung makanan yang memuaskan selera serta memberikan rasa kenyang.
2. Mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan untuk berada dalam kondisi tetap sehat serta dapat melakukan kegiatan sehari-hari.
3. Memenuhi nilai social budaya yaitu kebiasaan, pantangan dan sebagainya dari masyarakat yang mengkonsumsinya.
4. Biaya terjangkau.

D. Contoh Penyajian Menu Makanan Anak-Anak ala Jepang sebagai Salah Satu Strategi Modifikasi Penyajian Menu Makanan Program Makan Bergizi Gratis (MBG)

1. *Kyaraben*

   Kyaraben atau *character bento* adalah teknik penyajian makanan khas Jepang untuk anak-anak di sekolah yang menyusun makanan menjadi karakter kartun, hewan, bunga, atau tokoh populer sehingga tampil menarik bagi anak-anak. Tujuan utama *kyaraben* adalah meningkatkan minat makan, terutama pada anak yang sulit makan (*picky eater*).

2. *Teishoku Style*

   Teishoku style adalah konsep penyajian menu makanan di Jepang yang menyusun hidangan secara lengkap, seimbang, dan terpisah dalam satu set menu. Lauk, sayur, dan nasi dipisah dalam wadah atau sekat berbeda agar rasa asli makanan tidak bercampur.

3. *Sushi Art*

   Sushi art adalah teknik penyajian makanan Jepang yang menyusun atau menggulung nasi dan bahan makanan sehingga membentuk mirip

seperti sushi. Teknik ini banyak digunakan pada bekal makan (*bento*) dan kegiatan edukasi memasak untuk anak.

4. *Bite sized style*

   Bite sized style adalah teknik penyajian makanan di Jepang yang memotong atau membentuk makanan menjadi ukuran kecil (sekali suap) sehingga lebih mudah dimakan oleh anak. Di Jepang, konsep ini banyak diterapkan pada bekal makan (*bento*), prinsip *bite-sized* sangat umum digunakan untuk meningkatkan kenyamanan dan minat makan anak.

BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

E. Kesimpulan

1. Terdapat hubungan antara pola penyajian menu makanan pada program makan bergizi gratis (MBG) terhadap perilaku nafsu makan anak balita stunting di 8 desa wilayah kerja Puskesmas Ambal 2.
2. Adanya hubungan pada penelitian ini menunjukkan bahwa pola penyajian menu makanan program MBG perlu dibenahi karena mempengaruhi nafsu makan balita stunting.
3. Perlunya modifikasi menu makanan program makan bergizi gratis (MBG) agar nafsu makan balita dapat meningkat.

F. Saran

1. Bagi Puskesmas Ambal 2

   Puskesmas Ambal 2 diharapkan dapat meningkatkan pembinaan dan pendampingan terhadap pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis (MBG), khususnya terkait pola penyajian makanan yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan balita stunting. Edukasi kepada kader, petugas gizi, serta orang tua mengenai pentingnya penyajian makanan yang menarik, bervariasi, dan sesuai dengan usia anak perlu dilakukan secara berkelanjutan. Selain itu, melalui kader-kader Puskesmas diharapkan dapat melakukan monitoring, evaluasi dan memberikan masukan kepada SPPG setempat secara berkala terhadap penerimaan makanan dan pengembangan kreativitas penyajian menu MBG sebagai bagian dari upaya percepatan penurunan stunting.

2. Bagi Orang Tua

   Orang tua diharapkan dapat menerapkan pola penyajian makanan yang menarik di rumah dengan memperhatikan variasi warna, bentuk, tekstur, porsi, serta kebersihan makanan agar dapat meningkatkan minat makan anak. Orang tua juga perlu memberikan suasana makan yang menyenangkan tanpa paksaan serta menjadi teladan dalam menerapkan pola makan sehat sehingga nafsu makan anak dapat meningkat dan kebutuhan gizinya terpenuhi secara optimal.

3. Bagi Program Gizi

   Program gizi diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun pedoman penyajian menu pada Program Makan Bergizi Gratis (MBG). Selain memperhatikan kecukupan zat gizi, program perlu mempertimbangkan aspek daya tarik makanan, seperti variasi menu, kombinasi warna, bentuk penyajian, dan tekstur yang sesuai dengan usia balita. Program gizi juga diharapkan melakukan evaluasi berkala terhadap tingkat penerimaan makanan oleh balita serta meningkatkan koordinasi dengan Puskesmas, kader kesehatan, dan orang tua agar pelaksanaan program berjalan lebih efektif dalam meningkatkan nafsu makan dan status gizi balita stunting.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan menggunakan desain penelitian yang mampu menjelaskan hubungan kausal, seperti studi kohort atau penelitian eksperimental. Selain itu, penelitian dapat melibatkan jumlah sampel yang lebih besar dan wilayah penelitian yang lebih luas agar hasilnya lebih representatif. Peneliti juga dapat menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi nafsu makan balita, seperti pola asuh makan, tingkat pengetahuan ibu, kondisi kesehatan anak, variasi menu, frekuensi pemberian makan, lingkungan makan, serta status sosial ekonomi keluarga, sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi nafsu makan pada balita stunting.

BAB VI

DAFTAR PUSTAKA

Brown JE. *Nutrition Through the Life Cycle*. 6th ed. Boston: Cengage Learning; 2017.

World Health Organization. *Guideline on Complementary Feeding of Infants and Young Children 6–23 Months of Age*. Geneva: WHO; 2023.

Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2018.

Dazeley P, Houston-Price C. Exposure to food, food appearance and children's food acceptance: a review. *Proc Nutr Soc*. 2015.

De Wild VWT, de Graaf C, Jager G. Effectiveness of repeated exposure and sensory learning on food acceptance in young children. *Appetite*. 2018.

Hayani, M., Nazari, N., & Morian, P. C. S. (2025). *PENGARUH STUNTING PADA TUMBUH KEMBANG ANAK PERIODE GOLDEN AGE: LITERATUR REVIEW*. *6*(2).

Ratih, A., & Maria, G. A. R. (n.d.). *Program Makan Bergizi Gratis (MBG): Kebijakan Pendukung Pendidikan dan Pembangunan Sumber Daya Manusia*.