

Pola Asuh Orang Tua, Aktifitas Fisik Remaja dengan Status Nutrisi

Ria Angelina

Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan Immanuel Bandung

Email: mariaangelina85@gmail.com

ABSTRACT

Article History:

Received : 10-11-2022

Revised : 07-12-2022

Accepted : 16-01-2023

Online : 30-01-2023

Keyword:

adolescents

nutritional

physical activity

parenting



Parenting is a factor that is closely related to growth and development, one of which is food as a source of nutrition. The proportion of the population according to the age group 13-18 years regarding energy adequacy in 2014 who experienced very low energy sufficiency was 52.5%, 32.5% less normal 12.2% more than 5.0%. This study aims to analyze parenting and physical activity with the nutritional status of adolescents. The population in this study were teenagers, with a total sample of 69 respondents. Univariate analysis using frequency distribution and bivariate analysis using chi square. The results of the study obtained a p value of 0.00 < 0.05, namely there was a relationship between parenting style and nutritional status, and a p value of 0.00 < 0.05, namely there was a relationship between physical activity and the nutritional status of adolescents. Suggestions for nurses need to monitor nutritional status in schools, as well as programs to report nutritional status by making daily menus, and increasing physical activity with motion exercises.

ABSTRAK

Pola asuh merupakan salah satu faktor yang erat kaitannya dengan pertumbuhan dan perkembangan, salah satunya adalah makanan sebagai sumber gizi. Proporsi penduduk menurut kelompok umur 13-18 tahun tentang kecukupan energi pada tahun 2014 yang mengalami kecukupan energi sangat kurang yaitu sebesar 52,5%, 32,5% kurang normal 12,2% lebih dari 5,0%. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pola asuh dan aktivitas fisik dengan status gizi remaja. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja, dengan jumlah sampel penelitian diperoleh 69 responden. Analisis univariat menggunakan distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan chi square. Hasil penelitian diperoleh p value 0,00 < 0,05 yaitu ada hubungan pola asuh dengan status gizi, dan p value 0,00 < 0,05 yaitu ada hubungan aktivitas fisik dengan status gizi remaja. Saran bagi perawat perlu memantau status gizi di sekolah, serta program membuat laporan status gizi dengan membuat menu harian, dan memperbanyak aktivitas fisik dengan senam gerak.



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

A. PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa usia ketika anak menjadi lebih konsentrasi pada fisik diri. Perubahan tubuh yang tidak familier dan fisik yang baru harus terintegrasi kedalam konsep diri. Remaja menghadapi konflik tentang apa yang mereka lihat dan apa yang mereka pandang sebagai struktur tubuh ideal. Pembentukan citra diri selama masa remaja adalah elemen penting dalam pembentukan identitas, krisis psikologis dimasa remaja (Prameswari, 2013). Gizi kurang dan gizi buruk merupakan masalah yang butuh perhatian, karena dapat menimbulkan *The lost generation*. Timbulnya masalah gizi remaja pada dasarnya dikarenakan perilaku nutrisi yang salah, yaitu ketidakseimbangan konsumsi dan kebutuhan nutrisi. Selain itu, pola aktivitas fisik yang tidak seimbang dengan asupan makanan menyebabkan ketidakseimbangan antara penggunaan dan masuknya energi dari makanan. Kondisi tersebut dapat menyebabkan terjadinya penumpukan atau kekurangan kalori. (Ryde et al., 2011). Salah satu faktor langsung yang mempengaruhi status gizi adalah intake makanan. Menurut Nikita (2010) dalam Makalew (Makalew et al., 2013), malnutrisi dan overweight merupakan salah satu akibat dari kegagalan konsumsi zat gizi secara benar. Malnutrisi terjadi karena kekurangan intake zat gizi, sebaliknya overweight terjadi karena terlalu berlebihan dalam intake atau mengkonsumsi makanan Seseorang dengan masalah gizi buruk disebabkan karena keadaan sosial, ekonomi keluarga yang rendah, kurangnya persediaan pangan, kualitas lingkungan yang kurang baik, serta kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi. Peranan ibu sangat berpengaruh dalam keadaan gizi anak.

Pola asuh memegang peranan penting dalam terjadinya gangguan pertumbuhan pada anak. Pola asuh merupakan pola interaksi antara orang tua dan anak, yaitu bagaimana cara sikap atau perilaku orang tua saat berinteraksi dengan anak, termasuk cara penerapan aturan, mengajarkan nilai atau norma, memberikan perhatian dan kasih sayang serta menunjukkan sikap dan perilakubaik sehingga dijadikan panutan bagi anaknya (M & Fenia, 2017). Masalah gizi biasanya dikarenakan kurangnya pengetahuan, pola makan tidak baik, faktor genetik, serta kurangnya melakukan aktifitas fisik (Anggraini, 2014). Kondisi fisik seseorang akan mempengaruhi aktifitas fisik sedangkan kondisi fisik dipengaruhi oleh asupan gizi. Asupan gizi yang seimbang akan menghasilkan anak-anak yang cerdas dan memiliki prestasi yang membanggakan (Devi, 2012). Tubuh yang besar akan memerlukan energi yang juga lebih besar dibandingkan dengan tubuh yang kecil. Menurut Survei Diet Total tahun 2014, sebagian besar penduduk di Indonesia memiliki tingkat kecukupan energi sangat kurang dan kurang yaitu sebesar 79,6%, terdiri dari 45,7% penduduk dengan tingkat kecukupan energi sangat kurang/minimal dan 33,9% penduduk dengan tingkat kecukupan energi kurang. (Pratiwi, 2015).

Proporsi penduduk berdasarkan kelompok usia 13-18 tahun mengenai kecukupan energi tahun 2014 yang mengalami kecukupan energi sangat kurang terdapat 52,5%, kurang 32,5% normal 12,2% lebih 5,0%. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan angka kekurangan energi kronis (KEK) tertinggi terjadi pada remaja putri dengan rentang usia 15-19 tahun yaitu sebanyak 30,9% pada tahun 2007 dan meningkat menjadi 46,6% pada tahun 2013. Jumlah siswa di MTS Sukawening terdapat 320 siswa. Hasil wawancara dengan guru di MTS Sukawening siswa –siswi tampak beberapa aktif melakukan olahraga saat

istirahat, namun ada pula yang hanya duduk di luar dan dalam kelas. MTS Sukawening terdiri dari siswa/i yang berusia 13-15 tahun. Sekolah ini berdasarkan wawancara peneliti belum pernah dilakukan tempat penelitian terutama masalah kesehatan. Berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian tersebut. Tujuan Penelitian untuk menganalisis hubungan antara pola asuh orangtua, aktifitas fisik dengan status nutrisi pada anak remaja.

B. METODE

Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah deskriptif korelasional . Adapun rancangan penelitian yang dipergunakan adalah pendekatan Cross sectional. Variabel Independen penelitian ini adalah pola asuh , dan aktifitas fisik sedangkan variabel dependennya adalah status gizi remaja. Populasi dan sampel penelitian Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti. Populasi penelitian ini adalah seluruh remaja MTS di desa Sukawening yang berjumlah 320 orang. Sampel adalah suatu cara yang ditempuh dengan pengambilan sampel yang benar-benar sesuai dengan keseluruhan obyek penelitian. Pengambilan sampel ini menggunakan teknik sampling sehingga sampel tersebut mungkin mewakili populasinya. Rumus pengambilan sampel menggunakan rumus slovin. Jumlah remaja berjumlah 320 siswa/i di MTS di Desa Sukawening. Penentuan jumlah sampel pada penelitian ini menggunakan rumus slovin. Jumlah sampel yang diteliti pada penelitian ini adalah 69 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *proportional random sampling*. Uji Instrumen dilakukan Uji validitas pada suatu kuesioner mampu mengungkapkan sesuatu yang akan diukur dalam instrumen dengan teknik korelasi, teknik korelasi yang digunakan dengan korelasi Pearson Product moment. Pada penelitian ini untuk instrument dinyatakan reliable didapatkan nilai cronbach alpa 0,930. Analisis univariat menggunakan distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan uji chi kuadrat pada variabel hubungan pola asuh dengan status nutrisi dan aktifitas fisi dengan status nutrisi remaja.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Hasil penelitian analisis univariat menyajikan distribusi frekuensi dari setiap variabel dan analisis bivariat menyajikan hubungan antara dua variabel.

Analisis Univariat

a) Pola asuh

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel Pola asuh

Pola Asuh	Frekuensi	Presentase (%)
Kurang	8	12
Cukup	20	29
Baik	41	59
Total	69	100

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar dari seluruh responden (59%) memiliki pola asuh yang baik, sedangkan sebagian kecil dari responden (11,6%) memiliki pola asuh kurang.

b) Aktifitas fisik

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Variabel Aktifitas fisik

Variabel	Kriteria	Frekuensi	Presentase
Aktifitas Fisik	Rendah	9	13
	Sedang	58	84.1
	Tinggi	2	2.9
Total		69	100%

Tabel 2 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar dari seluruh responden (84,1%) memiliki aktifitas fisik sedang, sedangkan sebagian kecil dari seluruh responden (2,9%) memiliki aktifitas fisik tinggi.

c) Status Gizi

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Variabel Status Gizi

Variabel	Kriteria	Frekuensi	Presentase
Status Gizi	Kurus	8	11.6
	Normal	52	75.4
	Gemuk	9	13
Total		69	100%

Tabel 3 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar dari seluruh responden (75,4%) memiliki status gizi normal, sedangkan sebagian kecil dari seluruh responden (11,6%) memiliki status gizi kurus.

Analisis Bivariat

a) Hubungan pola asuh Orang tua dengan status gizi remaja

Tabel 4. Hubungan Pola Asuh Orang tua dengan status gizi remaja

No	Pola Asuh Orangtua	Status gizi						TOTAL	P-Value	
		Kurus		Normal		Gemuk				
		f	%	f	%	f	%			
1	Kurang	8	100	0	0	0	0	8	100	0.00
2	Cukup	0	0	20	100	0	0	20	100	
3	Baik	0	0	32	78	9	22	41	100	
	Total	8	11.6	52	75.4	9	22	69	100	

Tabel 4 menjelaskan bahwa dari 8 responden yang menunjukkan pola asuh kurang dengan status gizi kurus yaitu sebanyak 8 responden (100%) . Responden yang menunjukkan pola asuh orangtua yang cukup didapatkan 20 responden memiliki status gizi yang normal (100%). Sedangkan dari responden yang menunjukkan pola asuh orang tua yang baik yaitu sebanyak 32 responden (78%) memiliki status gizi yang baik . Hasil uji chi-square menunjukkan nilai p-value 0.00 <0.05 yang

menunjukkan adanya hubungan yang sangat bermakna antara pola asuh orang tua dengan status gizi remaja .

b) Hubungan aktifitas fisik dengan status gizi remaja

Tabel 5. Hubungan Aktifitas fisik dengan status gizi remaja

No	Aktifitas Fisik	Status gizi						TOTAL		P-Value
		Kurus		Normal		Gemuk		f	%	
		f	%	f	%	f	%			
1	Rendah	5	55.6	4	44.4	0	0	9	100	0.00
2	Sedang	3	5.2	47	81	8	13.8	58	100	
3	Tinggi	0	0	1	50	1	50	2	100	
Total		8	11.6	52	75.4	9	13	69	100	

Tabel 4.5 menjelaskan bahwa responden yang menunjukkan aktifitas fisik rendah terdapat paling banyak pada remaja dengan status gizi kurus yaitu sebanyak 5 responden (55.6%), untuk remja dengan aktifitas tinggi memiliki status gizi yang normal dan gemuk (50%) . Hasil uji chi-square menunjukkan nilai p-value 0.00 <0.05 yang menunjukkan adanya hubungan yang sangat bermakna antara aktifitas fisik remaja dengan status gizi remaja.

2. Pembahasan

a. Pola asuh

Pola asuh pada anak remaja di sekolah Desa Sukawening memiliki pola asuh yang baik. Pola asuh makan anak akan selalu terkait dengan pemberian makan yang akhirnya akan memberikan sumbangan terhadap status gizinya. (Desmita, 2013) menjelaskan bahwa pola asuh orangtua itu sendiri adalah suatu cara terbaik yang dapat ditempuh orang tua dalam mendidik anaknya sebagai wujud dari rasa tanggung jawab kepada anak. Jadi pola asuh orangtua adalah suatu cara dan upaya orangtua dalam mengasuh dan membimbing anaknya secara konsisten dengan tujuan membentuk watak, kepribadian, dan memberikan nilai-nilai bagi anak untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Pola asuh ibu yang baik akan berdampak pada status gizi anak yang baik. Orang tua mempunyai peranan besar dalam mengatur pola makan anak. Orang tua harus menanamkan kepada anak tentang betapa pentingnya pola makan yang sehat bagi tubuh manusia. Makanan apa saja yang harus dikonsumsi anak dan yang tidak boleh dikonsumsi harus ditanamkan sejak dini kepada anak agar ketika di sekolah atau bermain, anak tidak mengkonsumsi jajanan yang tidak sehat. Anak akan banyak berada di luar rumah untuk jangka waktu antara 4-5 jam. Aktivitas fisik anak semakin meningkat seperti pergi dan pulang sekolah, bermain dengan teman, akan meningkatkan kebutuhan energi

Keluarga memiliki pola yang berbeda dalam mengasuh dan memebrikan bimbingan kepada anaknya. Sikap dan perilaku anak saat berinteraksi serta berkomunikasi dalam pengasuhan merupakan penerapan pola asuh dari orang tua.

Orang tua akan memberikan rasa kepedulian, aturan, kedisiplinan, imbalan dan hukuman pada saat pengasuhan. Anak akan melihat, menilai serta meniru sikap, perilaku dan kebiasaan orang tua secara sadar maupun tidak sadar akan menjadi kebiasaan anak. Pola asuh merupakan pola interaksi antara orang tua dan anak, yaitu bagaimana cara sikap atau perilaku orang tua saat berinteraksi dengan anak, termasuk cara penerapan aturan, mengajarkan nilai atau norma memberikan perhatian dan kasih sayang serta menunjukkan sikap dan perilaku baik sehingga dijadikan panutan bagi anaknya (M & Fenia, 2017).

Menurut LH Engel,PC (Engel & P.C., 2015) ada hubungan antara gaya pengasuhan, keyakinan remaja (khususnya, tentang otonomi dan otoritas orang tua), dan kualitas hubungan orang tua-remaja. Tiga aspek perilaku pemberian makan pada anak oleh ibu atau pengasuhnya yang mempengaruhi asupan adalah:(1) menyesuaikan metoda pemberian makan dengan kemampuan psikomotorik anak; (2) pemberian makanan yang responsif, termasuk dorongan untuk makan, memperhatikan nafsu makan anak, waktu pemberian, kontrol terhadap makanan antara anak dan pemberi makan, dan hubungan yang baik dengan anak selama memberi makan; (3) situasi pemberian makan, termasuk bebas gangguan, waktu pemberian makan yang tertentu, serta perhatian dan perlindungan selama makan (Engel & P.C., 2015)

b. Aktifitas fisik

Aktifitas fisik pada remaja paling banyak di Desa Sukaweing adalah aktifitas sedang, dan hanya sedikit yang memiliki aktifitas tinggi. Hal tersebut berkaitan Adanya kecenderungan untuk menekankan aktivitas fisik sehari-hari dan mendorong anak remaja melakukan aktifitas fisik selama 30 hingga 60 menit dan berkisar hingga beberapa jam per hari (Bidlle et al., 1998). Aktifitas fisik sedang sampai kuat hal ini terkait dengan manfaat kesehatan tertentu (Bidlle et al., 1998; Sallis, 1994) dan kegiatan ini di rekomendasikan juga untuk meningkatkan kekuatan, fleksibilitas, kesehatan tulang (Bidlle et al., 1998). Sebagian besar penelitian sebelumnya memeriksa asupan energi secara keseluruhan dan pengeluaran sebagai faktor risiko untuk kelebihan berat badan remaja, tetapi hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih bermanfaat untuk meneliti berbagai pola perilaku makan dan perilaku fisik. Sebagai contoh, asupan serat dikaitkan dengan status kelebihan berat badan, sedangkan variabel yang lebih sering dipelajari dari persentase kalori dari lemak tidak berhubungan dan dalam penelitian ini, secara obyektif memantau aktivitas fisik yang kuat terkait dengan kelebihan berat badan pada anak perempuan dan anak laki-laki (Sallis et al., 2000) .

c. Status gizi

Anak usia sekolah cenderung mempunyai peningkatan perilaku kebiasaan jajan. Peningkatan kebiasaan jajan terdapat hubungan dengan kejadian obesitas, hal ini disebabkan adanya ketidakseimbangan kandungan energi seperti tinggi karbohidrat dan lemak, rendah serat. Status gizi pada remaja di sekolah Desa Sukawening paling banyak adalah status gizi normal dan paling sedikit dengan status gizi kurus. Hasil Penelitian (Deshmukh et al., 2006) bahwa remaja di Wardha, India secara

keseluruhan memiliki status gizi pada remajanya dengan 53,8% remaja kurus, 44% normal dan 2,2% kelebihan berat badan. Hal ini juga terkait dengan kelebihan berat badan sebagian besar penelitian sebelumnya memeriksa asupan energi secara keseluruhan dan pengeluaran sebagai faktor risiko untuk kelebihan berat badan remaja, tetapi hasil kami menunjukkan bahwa itu lebih bermanfaat untuk menyelidiki berbagai pola perilaku makan dan perilaku fisik.

Menurut Cahyanti dan (Zulaikha Fatma, 2020) mengemukakan semakin orang tua paham terhadap pemberian zat gizi yang benar maka semakin baik pula orang tua memberi asupan makanan kepada anaknya. Karena status gizi yang baik dapat membantu perkembangan bahasa anak akan berkembang optimal.

d. Hubungan Pola asuh, dan aktifitas fisik dengan status gizi

Terdapat hubungan pola asuh dengan status gizi remaja, hal ini sejalan dengan penelitian (Manumbalang et al., 2017) dimana menunjukkan terdapat hubungan antara pola asuh dengan status gizi. Penelitian lain didukung oleh (Wilda & Prasetia Eca Hati Baculu, 2018) yang menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara pola makan dengan dengan status gizi anak balita dengan nilai p 0.016 dan ada hubungan bermakna antara pola asuh dengan dengan status gizi anak balita dengan nilai p 0.004. Terdapat hubungan pola asuh ibu dengan status gizi karena peranan orang tua sangat berpengaruh dalam keadaan gizi anak, pola asuh memegang peranan penting dalam terjadinya gangguan pertumbuhan pada anak, asuhan orang tua terhadap anak mempengaruhi tumbuh kembang anak melalui kecukupan makanan dan keadaan kesehatan (Pratiwi, 2015). Penelitian (Ali et al., 2017) menjelaskan ada pengaruh langsung terhadap praktik pemberian makan dan pengaruh tidak langsung terhadap status gizi anak dari pemberian makan orangtua.

Faktor eksternal menyangkut keterbatasan ekonomi keluarga dan pola asuh ibu sedangkan factor internal adalah factor yang terdapat di dalam diri anak yang secara psikologis muncul sebagai problem pada anak. Faktor yang berhubungan dengan status gizi anak salah satunya dipengaruhi oleh faktor kondisi sosial ekonomi, antara lain pendidikan ibu, pekerjaan ibu, jumlah anak, pengetahuan dan pola asuh ibu serta kondisi ekonomi orang tua secara keseluruhan (F Putri, 2015) Hasil penelitian (Munawaroh, 2015) pola asuh mempengaruhi status gizi karena pertumbuhan dan perkembangan anak tidak hanya dari asupan nutrisi akan tetapi kasih sayang, perhatian, kenyamanan dan pola asuh yang baik juga membuat anak akan bisa tumbuh dengan baik.

Penelitian ini didapatkan ada hubungan antara aktifitas fisik dengan status nutrisi remaja. Pernyataan ini sejalan dengan adanya pernyataan yang dikemukakan oleh bahwa adanya ketidakseimbangan antara asupan yang masuk ke dalam tubuh dengan energy yang dikeluarkan tubuh (Colley, 2013). Sehingga terdapat hubungan signifikan antara aktifitas fisik dengan status gizi dan terdapat hubungan positif signifikan juga antara asupan makan dan status gizi. Aktifitas fisik yang baik dan asupan makan yang baik akan memengaruhi pada status gizi yang baik. Hal ini berarti semakin baik skor aktifitas fisik dan asupan makan maka semakin baik pula status gizinya.

Penelitian lain Kerri N. Boutelle, Jayne A Fulkerson, Dianne R Neumark-Sztainer, Mary T Story, Simone A. French (Boutelle et al., n.d. 2017) Remaja di rumah dengan kurang dari 3 kali per minggu dimaka keluarga yang menyiapkan makanan cepat saji secara signifikan lebih mungkin memiliki sayuran dan susu dibandingkan remaja di rumah dengan makanan keluarga cepat saji yang sering yang disajikan di rumah. Pembelian makanan cepat saji untuk makanan keluarga terkait dengan asupan makanan cepat saji dan makanan ringan asin untuk orang tua dan remaja; dan status berat badan yang meningkat. Penyediaan makanan keluarga harus memilih makanan keluarga yang lebih sehat dan nyaman. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian ini bahwa sebagian besar status gizi normal berhubungan dengan pola asuh keluarga yang baik pula. Anak usia sekolah cenderung mempunyai peningkatan perilaku kebiasaan jajan. Peningkatan kebiasaan jajan terdapat hubungan dengan kejadian obesitas, hal ini disebabkan adanya ketidakseimbangan kandungan energi seperti tinggi karbohidrat dan lemak, rendah serat. Penelitian lain mengenai Diet dan aktifitas remaja Hasil ini menunjukkan bahwa status kelebihan berat badan pada masa remaja dikaitkan dengan pola kompleks asupan energi dan perilaku pengeluaran energi termasuk jenis asupan nutrisi dan waktu dalam aktivitas fisik dan menetap.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Serly Vicennia, Sofian Amru, dan Ernalina Yanti, (Serly et al., 2015) yaitu ada hubungan yang bermakna antara penilaian aktivitas fisik dengan status gizi mahasiswa. Penelitian lain menjelaskan ada hubungan aktivitas fisik dengan status gizi remaja putri di Pondok Pesantren Ta'mirul Islam Surakarta. Menurut WHO (2013), selama melakukan aktivitas fisik otot membutuhkan energi diluar metabolisme untuk bergerak, banyaknya jumlah energi yang dibutuhkan bergantung pada berapa banyak masa otot yang bergerak, seberapa berat pekerjaan dan seberapa lama yang akan dilakukan.

D. KESIMPULAN DAN SARAN

Analisis data didapatkan sebagian besar dari seluruh responden (59%) memiliki pola asuh yang baik , sebagian besar dari seluruh responden (84,1%) memiliki aktifitas fisik sedang, sedangkan sebagian kecil dari seluruh responden (2,9%) memiliki aktifitas fisik tinggi. Pada status gizi didapatkan sebagian besar dari seluruh responden (75,4%) memiliki status gizi normal, Analisis bivariat didapatkan nilai p value <0,00 artinya terdapat hubungan yang sangat bermakna antara pola asuh orang tua dengan status gizi remaja serta terdapatnya hubungan yang sangat bermakna antara aktifitas fisik remaja dengan status gizi remaja. Selama melakukan aktivitas fisik otot membutuhkan energi diluar metabolisme untuk bergerak, maka banyaknya energi yang dibutuhkan bergantung pada berapa banyak otot yang bergerak, berapa lama dan seberapa berat pekerjaan yang dilakukan (WHO, 2013)

E. UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti menyampaikan terimakasih kepada pihak Institut kesehatan immanuel dalam memberikan bantuan baik secara materiil maupun non materiil. Serta pihak sekolah yang telah memfasilitasi peneliti dalam melakukan penelitian.

F. DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. M., Mehdi, K., Khosravi, F. H., Hassan, G. M., & Salehi, A. A. (2017). Parenting Style, Parental Feeding Practices and Children's Nutritional Status in Authoritative Parenting Style Model: A Structural Equation Modeling. *Iran Red Crescent Med J*, 19(3). <https://doi.org/10.5812/ircmj.41401>
- Angraini, L. (2014). *Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolah*. Universitas Diponegoro.
- Bidlle, S., Avill, N. C., & Sallis, J. (1998). Policy framework for young people and health-enhancing physical activity. In S. Biddle, J. Sallis, & N. Cavill (Eds.), *Young and Active? Young People And Health-Enhancing Physical Activity: Evidence and Implications* (pp. 3–16). Health Education Authority.
- Boutelle, K. N., Fulkerson, J. A., Neumark-Sztainer, D., Story, M., & French, S. A. (n.d.). Fast food for family meals: relationships with parent and adolescent food intake, home food availability and weight status. *Public Health Nutrition*, 10(1), 16–23.
- Colley, R. C. (2013). Physical activity and sedentary behavior during the early years in Canada: a cross-sectional study. *Int. J. Behav. Nutr. Phys. Act*, 10, 54.
- Deshmukh, P. R., Gupta, S. S., Bharambe, M. S., Dongre, A. R., Maliye, C., Kaur, S., & Garg, B. S. (2006). Nutritional status of adolescents in rural Wardha. *The Indian Journal of Pediatrics*, 73(2), 139–141.
- Desmita. (2013). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. PT RemajaRosdakarya.
- Devi, N. (2012). *Gizi Anak Sekolah*. Kompas.
- Engel, L. H., & P.C., P. M. (2015). Care and Nutrition: concep and measurement. *Res. Inst.*
- F, P. (2015). *Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Anak Balita Di Wilayah Kerja Nanggalo*.
- M, Y., & Fenia. (2017). Pola Asuh Orang Tua Terhadap Tingkat Kreativitas Anak. e-journal Keperawatan. In *e-Journal Keperawatan e-Kp* (Vol. 5, Issue 2).
- Makalew, Y. M., S.E.S., K., & Malonda, N. S. H. (2013). *Hubungan Antara Asupan Energi Dan Zat Gizi Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Kelas 4 Dan Kelas 5 SDN 1 Tounelet Dan SD Katolik St. Monica Kecamatan Langowan Barat*. Manado. Monica Kecamatan Langowan Barat. Manado. Universitas Sam Ratulangi. Skripsi.
- Manumbalang, S. T., Rompas, S., & Bataha, Y. B. (2017). Hubungan Pola Asuh Dengan Status Gizi Pada Anak Di Taman Kanak-Kanak Kecamatan Pulutan Kabupaten Talaud. *Jurnal Keperawatan*, 5(2).
- Munawaroh, S. (2015). *Pola Asuh Mempengaruhi Status Gizi Balita*. <https://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/2851>
- Prameswari, S. (2013). Hubungan Obesitas Dengan Citra Diri dan Harga Diri Pada Remaja Putri di Kelurahan Jomblang Kecamatan Candisari Semarang. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 1(1), 2.
- Pratiwi. (2015). Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Status Gizi Balita Di RI. In *Profil kesehatan Indonesia*. <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-Indonesia-2015.pdf>
- Ryde, N., Sciences, H., & Cross, K. (2011). *Disordered Eating and Unhealthy Weight Reduction Practices among Adolescent Females* (pp. 748–756).
- Sallis, J. F. (1994). Physical activity guidelines for adolescents(Special issue. *Pediatr. Exerc*, 6(4).

- Sallis, J. F., Prochaska, J. J. T., & W.C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Med Sci Sports Exerc.*
- Serly, V., Sofian, A., & Ernalina, Y. (2015). Hubungan body image, asupan energi dan aktivitas fisik dengan status gizi pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Riau Angkatan 2014. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Kedokteran, 2(2)*, 1–14.
- Wilda, A., & Prasetia Eca Hati Baculu, B. (2018). Hubungan Pola Makan Dan Asuh Dengan Status Gizi Anak Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Mepanga Kabupaten Parigi Moutong. *Jurnal Kolaboratif Sains.*
- Zulaikha Fatma, C. C. N. (2020). Hubungan Pengetahuan Orang Tua, Pola Asuh dan Status Gizi dengan Perkembangan Bahasa Anak Usia Prasekolah di PAUD Kota Samarinda. *Borneo Student Research, 1(3)*, 2216–2223.