

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada judul Analisis Gizi Kurang Pada Anak *Picky Eater* (Studi Kasus Pada Siswa “AV”) Di TK Pertiwi Kecamatan Binjai Hulu Tahun Pelajaran 2025/2026, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Faktor Penyebab Gizi Kurang Pada Anak *Picky Eater* (Studi Kasus, Pada Siswa “AV”) Di TK Pertiwi Kecamatan Binjai Hulu Tahun Pelajaran 2025/2026) maka dari 9 indikator yaitu pendapatan atau keadaan ekonomi keluarga, asupan gizi balita, pengetahuan ibu, pola asuh orang tua, pendidikan keluarga dan masyarakat sekitar, sanitasi, fasilitas puskesmas dan layanan kesehatan, penyakit infeksi, jumlah anggota keluarga, terdapat 6 indikator yang paling dominan yaitu pendapatan atau keadaan ekonomi keluarga, hal ini tampak pada siswa yang jarang membeli jajan di lingkungan sekolah. Selanjutnya asupan gizi balita, hal ini tampak pada siswa yang jarang mengonsumsi makanan bergizi seimbang. Selanjutnya pola asuh orang tua, hal ini tampak pada siswa cenderung dibiarkan menentukan sendiri pilihan jajan, siswa hanya mau makan jika disuapi orang tua. Selanjutnya pendidikan keluarga dan masyarakat sekitar, hal yang tampak pada orang tua belum menerapkan jadwal makan teratur, serta belum melakukan pengawasan terhadap pemberian makanan dan jajan oleh

orang sekitar. Selanjutnya sanitasi, hal yang tampak siswa belum dibiasakan mencuci tangan sebelum makan, serta siswa belum secara rutin menjaga kebersihan kuku. Selanjutnya penyakit infeksi, hal yang tampak pada siswa sering mengalami batuk dan pilek.

2. Dampak Negatif Gizi Kurang Pada Anak *Picky Eater* (Studi Kasus, Pada Siswa “AV” Di TK Pertiwi Kecamatan Binjai Hulu Tahun Pelajaran 2025/2026) maka dari 5 indikator yaitu dampak terhadap pertumbuhan, dampak terhadap produksi tenaga, dampak terhadap pertahanan tubuh, dampak terhadap struktur dan fungsi otak, dampak terhadap perilaku, terdapat 4 indikator yang paling dominan, yaitu dampak terhadap pertumbuhan, hal yang tampak fisik siswa terlihat lebih kecil dibandingkan teman seusianya, rambut siswa terlihat kusam dan tipis. Selanjutnya dampak terhadap produksi tenaga, hal yang tampak siswa sering berhenti untuk istirahat saat bermain, siswa mudah lelah saat mengikuti kegiatan senam. Selanjutnya dampak terhadap pertahanan tubuh, hal yang tampak pada siswa yang membutuhkan waktu yang lama untuk sembuh. Selanjutnya dampak terhadap perilaku, hal yang tampak terlihat pada siswa yang mudah marah dan tersinggung, siswa mudah menangis dan menunjukkan perilaku cengeng.
3. Upaya Guru Dan Orang Tua Dalam Menangani Gizi Kurang Anak *Picky Eater* (Studi Kasus, Pada Siswa “AV” Di TK Pertiwi Kecamatan Binjai Hulu Tahun Pelajaran 2025/2026) pada upaya guru maka dari 4

indikator yaitu membentuk komunitas di lingkungan sekolah, integrasi pendidikan melalui kurikulum di sekolah, lingkungan yang mendukung perbaikan gizi di sekolah, pemantauan gizi dan kesehatan di sekolah, terdapat 4 indikator yang paling dominan yaitu membentuk komunitas di lingkungan sekolah, hal yang tampak guru rutin melakukan koordinasi dan rapat membahas program makanan tambahan. Selanjutnya integrasi pendidikan melalui kurikulum di sekolah, hal yang tampak guru mengenalkan materi mengenai makanan sehat dan pentingnya gizi bagi tubuh, guru memberikan kepada siswa mengenai pentingnya sarapan pagi. Selanjutnya lingkungan yang mendukung perbaikan gizi di sekolah, hal yang tampak guru mendukung penyediaan makanan sehat dan aman di konsumsi siswa di kantin sekolah, guru menyediakan sarana air bersih untuk minum, cuci tangan dan kebutuhan kamar mandi. Selanjutnya pemantauan gizi dan kesehatan, hal yang tampak guru melakukan pemantauan pertumbuhan siswa setiap akhir semester, guru menjalin kerja sama dengan pihak puskesmas dalam pemantauan gizi siswa. Pada upaya orang tua maka dari 4 indikator yaitu memenuhi kebutuhan gizi seimbang, membiasakan pola makan teratur, menjadi *role model* konsumsi makanan sehat, memantau pada pemilihan camilan, terdapat 2 indikator yang paling dominan yaitu membiasakan pola makan teratur, hal yang tampak orang tua menerapkan waktu makan pagi, siang dan malam, orang tua menciptakan suasana makan yang nyaman

seperti tidak menonton televisi dan main gadget. Selanjutnya menjadi *role model* konsumsi makanan sehat, hal yang tampak orang tua mengkonsumsi makanan sehat di depan anak, orang tua menunjukkan pola makan yang teratur kepada anak.

B. Saran

Berdasarkan dari kesimpulan di atas maka dapat diberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Siswa

Siswa diharapkan mulai membiasakan diri mengonsumsi makanan yang beragam dan bergizi seimbang, termasuk sayur, buah, sumber protein, dan makanan pokok sesuai dengan kebutuhan usianya. Siswa juga diharapkan memiliki kebiasaan makan yang teratur, mengurangi kebiasaan memilih-milih makanan, serta menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.

2. Bagi Guru

Guru diharapkan terus memberikan edukasi mengenai pentingnya gizi seimbang melalui kegiatan pembelajaran dan pembiasaan di sekolah. Guru juga diharapkan melakukan pemantauan terhadap kebiasaan makan dan kondisi kesehatan peserta didik serta menjalin komunikasi yang intensif dengan orang tua apabila ditemukan permasalahan terkait gizi atau kebiasaan makan anak.

3. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan lebih memperhatikan pemenuhan kebutuhan gizi anak dengan menyediakan makanan yang bervariasi, bergizi seimbang, dan sesuai dengan kebutuhan usianya. Orang tua juga diharapkan menerapkan jadwal makan yang lebih teratur, memberikan contoh

kebiasaan makan yang sehat, membatasi pemberian makanan tinggi gula dan lemak, serta mendampingi anak selama waktu makan tanpa memberikan paksaan. Selain itu, orang tua perlu rutin memantau pertumbuhan anak dan memanfaatkan layanan kesehatan seperti posyandu atau puskesmas untuk memperoleh edukasi mengenai gizi anak.

4. Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan terus mengembangkan program gizi dan kesehatan melalui pembiasaan makan sehat, pemantauan pertumbuhan peserta didik secara berkala, serta memperkuat kerja sama dengan orang tua dan puskesmas dalam upaya pencegahan dan penanganan gizi kurang pada anak. Sekolah juga diharapkan menyelenggarakan kegiatan edukasi mengenai gizi bagi orang tua agar tercipta sinergi antara lingkungan sekolah dan keluarga dalam mendukung tumbuh kembang anak.

5. Bagi Lembaga STKIP Persada Khatulistiwa Sintang

Lembaga STKIP Persada Khatulistiwa Sintang diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai salah satu referensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya pada bidang Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini terkait gizi dan kesehatan anak usia dini. Selain itu, lembaga diharapkan terus mendorong mahasiswa untuk melakukan penelitian yang inovatif dan aplikatif sehingga dapat memberikan kontribusi terhadap peningkatan kualitas pendidikan dan

kesejahteraan anak usia dini.

6. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan melibatkan lebih banyak subjek penelitian sehingga hasil yang diperoleh lebih luas dan bervariasi. Selain itu, penelitian dapat mengkaji faktor-faktor lain yang memengaruhi gizi kurang pada anak picky eater, seperti aktivitas fisik, kondisi psikologis anak, maupun pola interaksi dalam keluarga. Penelitian selanjutnya juga diharapkan menggunakan pendekatan atau metode yang berbeda agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai upaya pencegahan dan penanganan gizi kurang pada anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, F. dkk. (2021). *Strategi Menurunkan Prevalensi Gizi Kurang Pada Balita*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Anggari, J. (2021). “Efek Kurang Gizi Terhadap Perkembangan Motorik Anak Usia 2–3 Tahun Di Kelurahan Pagar Dewa Kecamatan Selebar Kota Bengkulu”. *Skripsi*. Bengkulu: Institut Agama Islam Negeri Bengkulu.
- Apriliani, S., dkk. (2023). “Hubungan frekuensi kunjungan ke posyandu dengan status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Hulu Palik tahun 2022”. *Journal of Nursing and Public Health*, 11(1), 130–138.
- Arifah, I. (2025). “Peran Sekolah Dalam Meningkatkan Gizi Balita”. Dalam L. O. Alifariki. *Permasalahan Gizi Balita* (hal. 191–193). Jawa Tengah: PT Media Pustaka Indo.
- Aristiyani, I. & Mustajab, A. A. (2023). “Dampak status ekonomi keluarga pada status gizi balita”. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 7(2), 138–146.
- Baliwati, Y. F., dkk. (2025). “Peluang integrasi gizi seimbang dalam proses pembelajaran di SD Plus Rahmat Kediri”. *Agrokreatif: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 11(1), 177–186.
- Dehi, R., Kadir, S. & Hadju, V. A. (2025). “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Gizi Kurang pada Balita di Puskesmas Paguat Kabupaten Pohuwato”. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 8(1), 198–206.
- Equada, V., dkk. (2022). “Pelaksanaan program makanan bergizi melalui kegiatan makan bersama di TK Mujahidin 2 Pontianak Timur”. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 11(10), 2277–2288.
- Ernita. (2025). “Peran Keluarga Dalam Meningkatkan Gizi Balita”. Dalam L. O. Alifariki. *Permasalahan Gizi Balita* (hal. 163–165). Jawa Tengah: PT Media Pustaka Indo.
- Evtiasari, E. & Nuzuliana, R. (2024). “Hubungan praktik pemberian nutrisi dengan status gizi pada balita”. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 7(2), 9–18.
- Gannika, L. (2023). “Hubungan status gizi dengan tumbuh kembang pada anak usia 1–5 tahun: Literature review”. *Jurnal Ners: Research & Learning in Nursing Science*, 7(1), 668–674.
- Idhayanti, R. I., dkk. (2023). “Hubungan stunting dengan kecerdasan sosial dan emosional pada anak prasekolah”. *Juru Rawat: Jurnal Update Keperawatan*, 3(1), 26–37.

- Irawati, F. A. & Ifalahma, D. (2024). "Status gizi balita berdasarkan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi pada balita". *OVUM: Journal of Midwifery and Health Sciences*, 4(2), 78–87.
- Jatmikowati, T. E., dkk. (2023). "Peran Guru Dan Orang Tua Dalam Pembiasaan Makan Makanan Sehat Pada Anak Usia Dini". *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 1279–1294.
- Kelabora, J. (2025). "Gizi Kurang Pada Balita". Dalam L. O. Alifariki. *Permasalahan Gizi Anak* (hal. 33–46). Jawa Tengah: PT Media Pustaka Indo.
- Khoirunissa, I., Asiyah, S. & Setyarini, A. I. (2023). "Upaya Keluarga Dalam Penanganan Gizi Balita Selama Pandemi Covid-19". *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 12(1), 59–60.
- Khotimah, K., dkk. (2025). "Peran orang tua dalam meningkatkan kesehatan serta nutrisi anak pada pendidikan anak usia dini". *Jurnal MADINASIKA*, 6(2), 166–174.
- Linda, D. P., dkk. (2021). "Hubungan status gizi dengan perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun". *Al Hikmah: Indonesian Journal of Early Childhood Islamic Education*, 5(2), 112–121.
- Lubis, S., dkk. (2021). "Konsumsi pangan, penyakit infeksi, sosial ekonomi berhubungan dengan status gizi balita di permukiman kumuh pada masa COVID-19". *Health Publica: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 18–?.
- Moleong, L. J. (2021). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Muchtar, F., dkk. (2022). "Pengukuran dan penilaian status gizi anak usia sekolah menggunakan indeks massa tubuh menurut umur". *Abdi Masyarakat*, 4(2), 142–147.
- Muflih & Widaryanti, R. (2023). *Picky Eater Dan Penanganan*. Sleman: CV Budi Utama.
- Muthohiroh, M. (2021). *Gangguan Perilaku Makan (Picky Eaters), Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Dan Pola Asuh Gizi Anak Kebutuhan Khusus*. Kediri: Strada Press.
- Nuradhiani, A. (2023). "Faktor Risiko Masalah Gizi Kurang pada Balita di Indonesia". *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat Dan Sosial*, 1(2), 17–25.
- Nurhatutik, D., dkk. (2022). "Hubungan penyakit infeksi dengan status gizi balita". *Gema Bidan Indonesia*, 11(1), 35–45.

- Nurlina, dkk. (2024). *Pendidikan Anak Usia Dini*. Solok: PT Mafy Media Literasi Indonesia.
- Nurmaliani. (2024). “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Gizi Kurang Pada Balita 12–59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pamboang”. *Skripsi*. Sulawesi Barat: Universitas Sulawesi Barat.
- Paramesti, N. M. A. A. (2024). “Status Gizi Anak Sekolah Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu Dan Komposisi Menu Bekal Sekolah”. *Skripsi*. Denpasar: Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
- Samsinar, Fatimah, S. & Adrianti, R. (2022). *Pendidikan Karakter Anak Usia Dini*. Tulungagung: Akademia Pustaka.
- Sari, I. P., dkk. (2023). “Faktor Penyebab Kekurangan Gizi Pada Balita (Kajian Meta Sintesis)”. *Jurnal Ilmiah PANNMED*, 18(2), 260–275.
- Sari, R. K. & Susilowati, E. (2023). “Scoping Review: Faktor Penyebab Gizi Kurang Pada Balita”. *Jurnal Gizi Ilmiah*, 10(89), 17–21.
- Sinaga, H. T. & Turnip, R. S. (2024). “Hubungan pengetahuan pola asuh dan sanitasi lingkungan dengan status gizi balita di Desa Tanjung Garbus Kampung”. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 19(1), 7–10.
- Solihin, dkk. (2025). “Penerapan panduan gizi seimbang dan kantin/jajanan sehat di sekolah dasar Kecamatan Tembalang Kota Semarang”. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 5(2), 160–165.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Evaluasi*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulfiyani, dkk. (2023). “Hubungan pola makan, pendapatan keluarga, jumlah anggota keluarga dengan status gizi anak balita di wilayah kerja Puskesmas Parigi Kabupaten Muna tahun 2021”. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*, 3(4), 138–145.
- Syafnita, dkk. (2023). *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. Malang: PT Literasi Nusantara Abadi Grup.
- Tamanampo, K. L., dkk. (2023). “Hubungan peran orang tua tentang jajanan sehat dengan sikap dan kebiasaan jajan anak di SD Negeri Kalasey Kecamatan Pineleng”. *MNSJ*, 1(2), 6–11.
- Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003.

- Widyaningsih, B., dkk. (2024). “Pengaruh perilaku makan ibu terhadap perilaku picky eater anak usia prasekolah”. *PAUDIA: Jurnal Penelitian dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 13(2), 180–191.
- Widyasanti, N. P. (2025). *Buku Referensi Strategi Pembelajaran Anak Usia Dini (AUD)*. Medan: PT Media Penerbit Indonesia.
- Wijayanti, F., Setyoningrum, U. & Afiatna, P. (2022). “Upaya Cepizi (Cegah Picky Eater Melalui Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang) pada Anak Prasekolah”. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)*, 4(2), 132–136.
- Wulandari, M., dkk. (2021). “Hubungan status gizi dan aktivitas bermain melalui keterampilan gerak dasar anak Taman Kanak-Kanak”. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1706–1717.
- Zogara, A. U. & Pantaleon, M. G. (2023). “Hubungan pola asuh orang tua dan pemberian MPASI dengan konsumsi sayur dan buah pada balita”. *Pontianak Nutrition Journal*, 6(2), 378–386.