

Hubungan Sikap, Perilaku, dan Pengetahuan Gizi Orang Tua terhadap Pemilihan Camilan Sehat pada Anak Usia Dini di TK Aisyiyah 3 Lasem

Monika Yunia Putri Riyanti^{1*}, Herry Susanto², Indra Tri Astuti³

¹⁻³ Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Email: 30902200144@std.unissula.ac.id¹

Article Info :

Received:
26-11-2025
Revised:
10-12-2025
Accepted:
30-12-2025

Abstract

The selection of healthy snacks in early childhood plays a crucial role in developing good eating habits. Parents play a key role in determining the types of snacks given to children. This study aimed to determine the relationship between parental attitudes, behaviors, and nutritional knowledge and healthy snack choices among children at TK Aisyiyah 3 Lasem. The study used a cross-sectional design, with 114 parent and children respondents selected through total sampling. The research instrument used the BAQ-HH questionnaire, which had been developed and tested for validity and reliability. Data were analyzed univariately, bivariate using the Chi-Square test, and multivariately using binary logistic regression. The study showed that most parents had good knowledge (71.1%), positive attitudes (44.7%), and good behavior (68.4%), but the selection of healthy snacks for children was not optimal, where 57.9% were in the good category and 42.1% were still poor. Bivariate analysis showed a significant relationship between parental attitudes and the choice of healthy snacks ($p = 0.007$). However, no significant relationship was found between behavior ($p = 0.078$) or knowledge ($p = 0.869$) with the choice of healthy snacks. The results of the multivariate analysis showed that behavior was the most dominant factor in the choice of healthy snacks for children, where parents with poor behavior were 112 times more likely to choose unhealthy snacking ($OR = 112,664$; $p = 0,004$).

Keywords: Attitudes, Behavior, Nutrition Knowledge, Healthy Snacks, Early Childhood.

Abstrak

Pemilihan camilan sehat pada anak usia dini berperan penting dalam membentuk kebiasaan makan yang baik. Orang tua memiliki peran utama dalam menentukan jenis camilan yang diberikan kepada anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara sikap, perilaku, dan pengetahuan gizi orang tua dengan pemilihan camilan sehat pada anak di TK Aisyiyah 3 Lasem. Penelitian menggunakan desain cross-sectional dengan 114 responden orang tua dan anak yang dipilih melalui total sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner BAQ-HH. Analisis data dilakukan uji Chi-Square, dan multivariat menggunakan regresi logistik biner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua memiliki pengetahuan baik (71,1%), sikap positif (44,7%), dan perilaku baik (68,4%), namun pemilihan camilan sehat pada anak belum optimal, di mana 57,9% berada pada kategori baik dan 42,1% masih buruk. Analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara sikap orang tua dan pemilihan camilan sehat ($p = 0,007$). Namun, tidak ditemukan hubungan signifikan antara perilaku ($p = 0,078$) maupun pengetahuan ($p = 0,869$) dengan pemilihan camilan sehat. Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa perilaku merupakan faktor paling berpengaruh dalam pemilihan camilan sehat anak, dimana orang tua dengan perilaku kurang memiliki peluang 112 kali lebih besar untuk menyebabkan pemilihan camilan yang buruk ($OR = 112,664$; $p = 0,004$).

Kata kunci: Sikap, Perilaku, Pengetahuan Gizi, Camilan Sehat, Anak Usia Dini.



©2022 Authors.. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

PENDAHULUAN

Periode awal kehidupan anak yang mencakup seribu hari pertama hingga usia prasekolah merupakan fase krusial dalam pembentukan fondasi kesehatan jangka panjang, terutama terkait pemenuhan kebutuhan gizi yang optimal (Foundation, 2025). Kajian mutakhir menunjukkan bahwa kecukupan nutrisi pada masa ini berperan langsung dalam perkembangan fisik, kognitif, serta regulasi metabolik anak yang berdampak hingga usia dewasa (Dalrymple et al., 2020). Pola makan yang terbentuk pada usia dini cenderung menetap dan memengaruhi preferensi pangan di kemudian hari, sehingga keputusan konsumsi yang diambil dalam lingkungan keluarga memiliki konsekuensi jangka panjang (Gibson et al., 2020). Peran orang tua sebagai pengambil keputusan utama dalam penyediaan

makanan menempatkan sikap, perilaku, dan pengetahuan gizi mereka sebagai faktor penentu kualitas asupan anak (Benjamin et al., 2024).

Pemenuhan gizi anak tidak hanya bergantung pada konsumsi makanan utama, tetapi juga pada kualitas dan frekuensi konsumsi camilan yang menjadi bagian dari pola makan harian. Penelitian Bermingham et al. (2024) menegaskan bahwa kualitas camilan dan waktu konsumsinya memiliki keterkaitan dengan indikator kardiometabolik, bahkan pada usia muda. Camilan yang dipilih secara tepat dapat berfungsi sebagai penunjang energi, membantu stabilisasi nafsu makan, serta mencegah konsumsi berlebihan pada waktu makan utama (Gibson et al., 2020). Pilihan camilan yang kurang sehat justru berpotensi meningkatkan asupan gula, lemak, dan garam yang melampaui kebutuhan fisiologis anak (Large et al., 2023).

Dalam perilaku konsumsi anak, orang tua berperan sebagai model utama yang membentuk preferensi dan kebiasaan makan melalui contoh langsung maupun ketersediaan pangan di rumah. Linde et al. (2022) menjelaskan bahwa anak cenderung meniru pola makan orang tua, termasuk jenis camilan yang dikonsumsi dan cara penyajiannya. Tingkat pengetahuan gizi orang tua memengaruhi kemampuan mereka dalam mengevaluasi nilai kesehatan suatu produk pangan, termasuk membedakan camilan sehat dan ultra-processed foods (Guerra et al., 2024). Kekurangan literasi gizi pada orang tua berkorelasi dengan meningkatnya konsumsi makanan cepat saji serta camilan tinggi energi namun rendah zat gizi pada anak (L. X. Ma et al., 2023).

Fenomena meningkatnya konsumsi camilan tidak sehat pada anak usia dini telah menjadi perhatian serius dalam literatur kesehatan masyarakat. González-Campins et al. (2024) mencatat bahwa tingginya asupan ultra-processed foods berkontribusi terhadap meningkatnya prevalensi obesitas anak. Kondisi tersebut tidak hanya berdampak pada status gizi, tetapi juga berhubungan dengan masalah kesehatan lain seperti karies gigi, gangguan metabolik, serta risiko penyakit kardiovaskular di masa mendatang (Guerra et al., 2024). Konsumsi junk food yang bersifat padat kalori namun rendah daya kenyang mendorong anak mengonsumsi porsi berlebih, sehingga terjadi surplus energi yang berkelanjutan (Bradwisch et al., 2020).

Sikap dan perilaku orang tua dalam pengelolaan pola makan anak dipengaruhi oleh keyakinan, norma subjektif, serta kontrol perilaku yang mereka miliki terhadap praktik pemberian makan. Kerangka Theory of Planned Behavior menjelaskan bahwa sikap dan persepsi kontrol berperan dalam membentuk niat serta tindakan konsumsi, termasuk dalam konteks pemilihan pangan sehat (Albayati et al., 2023). Studi Chilón-Troncos et al. (2024) menunjukkan bahwa literasi gizi berkontribusi signifikan terhadap kesediaan individu dalam memilih produk pangan sehat. Temuan tersebut memperkuat argumen bahwa peningkatan pengetahuan gizi orang tua berpotensi memperbaiki keputusan pemilihan camilan bagi anak usia dini.

Berbagai penelitian empiris telah mengkaji hubungan antara pengetahuan gizi, sikap, dan perilaku orang tua terhadap kebiasaan makan anak di berbagai wilayah dunia. Penelitian di Eropa menunjukkan bahwa sikap orang tua terhadap camilan sehat berkorelasi dengan kualitas pola makan anak prasekolah (Bermingham et al., 2024). Studi di Afrika mengungkapkan bahwa perilaku makan orang tua berhubungan dengan komposisi tubuh dan status gizi anak usia tiga tahun (Dalrymple et al., 2020). Di Indonesia penelitian lebih banyak difokuskan pada anak usia sekolah dasar dan remaja, terutama terkait edukasi gizi dan pemilihan jajanan sehat (Amira & Setyaningtyas, 2021).

Keterbatasan kajian di Indonesia masih terlihat pada minimnya penelitian yang secara spesifik menelaah anak usia dini sebagai subjek utama. Padahal, fase ini merupakan periode pembentukan kebiasaan makan yang paling plastis dan responsif terhadap intervensi keluarga (Gibson et al., 2020). Kurangnya bukti empiris mengenai hubungan sikap, perilaku, dan pengetahuan gizi orang tua terhadap pemilihan camilan sehat pada anak usia dini menyebabkan kesenjangan pemahaman dalam perumusan strategi promotif dan preventif di tingkat pendidikan anak usia dini. Kondisi ini menegaskan kebutuhan akan penelitian kontekstual yang menggambarkan realitas perilaku makan anak di lingkungan lokal.

Berdasarkan uraian tersebut penelitian mengenai hubungan sikap, perilaku, dan pengetahuan gizi orang tua terhadap pemilihan camilan sehat pada anak usia dini menjadi relevan secara ilmiah dan praktis. Fokus penelitian pada TK Aisyiyah 3 Lasem diharapkan mampu memberikan gambaran empiris mengenai peran orang tua dalam pembentukan kebiasaan konsumsi camilan sehat. Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan program edukasi gizi yang lebih terarah bagi orang tua. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara sikap, perilaku, dan pengetahuan gizi orang tua terhadap pemilihan camilan sehat pada anak usia dini di TK Aisyiyah 3 Lasem.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross sectional untuk menganalisis hubungan antara sikap, perilaku, dan pengetahuan gizi orang tua sebagai variabel independen terhadap pemilihan camilan sehat pada anak usia dini sebagai variabel dependen. Penelitian dilaksanakan di TK Aisyiyah 3 Lasem, Kabupaten Rembang, pada periode Juni–Desember 2025 dengan populasi sekaligus sampel sebanyak 114 orang tua yang memiliki anak usia 2–6 tahun, menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner terstruktur yang diadaptasi dari *Behavior and Attitudes Questionnaire for Healthy Habits (BAQ-HH)*, mencakup karakteristik demografi responden serta pengukuran sikap, perilaku, pengetahuan gizi orang tua, dan pemilihan camilan sehat anak. Instrumen penelitian telah melalui uji validitas dan reliabilitas, dengan hasil menunjukkan bahwa seluruh instrumen berada pada tingkat konsistensi yang dapat diterima untuk penelitian sosial.

Pengumpulan data dilakukan secara langsung dengan memperhatikan prinsip etika penelitian, termasuk persetujuan sukarela dan kerahasiaan data responden, kemudian diolah menggunakan perangkat lunak statistik. Analisis data meliputi analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan distribusi variabel penelitian, analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk menguji hubungan antar variabel independen dan dependen, serta analisis multivariat menggunakan regresi logistik guna mengidentifikasi faktor yang paling berpengaruh terhadap pemilihan camilan sehat pada anak usia dini. Hasil analisis multivariat disajikan dalam bentuk *odds ratio* dan nilai signifikansi untuk menunjukkan besar peluang dan kekuatan pengaruh masing-masing variabel, sehingga memberikan gambaran komprehensif mengenai peran sikap, perilaku, dan pengetahuan gizi orang tua dalam menentukan pemilihan camilan sehat anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan di TK Aisyiyah 3 Lasem tepatnya pada Kota Lasem, Kabupaten Rembang, Provinsi Jawa Tengah, Indonesia. Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus 2025. Data penelitian yang didapatkan 114 orang tua anak usia dini yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Variabel independen dalam penelitian ini adalah sikap, perilaku, dan pengetahuan gizi orang tua terhadap camilan sehat, sedangkan variabel dependen adalah pemilihan camilan sehat pada anak usia dini.

Karakteristik Responden

Karakteristik responden adalah bagian yang dapat dideskripsikan untuk memberikan gambaran secara umum mengenai profil responden penelitian. Karakteristik yang dikaji berupa jenis kelamin orang tua, tingkat pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, usia anak, jenis kelamin anak dan bb anak.

Tabel 1. Karakteristik Responden

| Variabel | Klasifikasi | Frekuensi (n) | Persentase (%) | Mean (±SD) |
|-------------------------|-------------|---------------|----------------|------------|
| Jenis kelamin orang tua | Ayah | 21 | 18.4 | |
| | Ibu | 93 | 81.6 | |
| Pendidikan ibu | SMA | 35 | 30.7 | |
| | D3 | 21 | 18.4 | |
| | S1 | 56 | 49.1 | |
| | S2 | 2 | 1.8 | |
| Pendidikan ayah | SMA | 57 | 50.0 | |
| | D3 | 26 | 22.8 | |
| | S1 | 29 | 25.4 | |
| | S2 | 2 | 1.8 | |

| | | | | |
|--------------------|-------------|-----|------|-----------------------|
| Pekerjaan ayah | Part time | 85 | 74.6 | |
| | Full time | 29 | 25.4 | |
| Pekerjaan ibu | IRT | 8 | 7.0 | |
| | Part time | 72 | 63.2 | |
| | Full time | 34 | 25.4 | |
| | 3 tahun | 11 | 9.6 | |
| Usia anak | 4 tahun | 65 | 57.0 | 4.24 (± 0.614) |
| | 5 tahun | 38 | 33.3 | |
| Usia orang tua | 20-30 tahun | 36 | 31.6 | 31.32 |
| | 30-35 tahun | 60 | 52.6 | (± 6.7285)30.92 |
| | 40-45 tahun | 18 | 15.8 | (± 6.7285) |
| Jenis kelamin anak | Laki laki | 39 | 34.2 | |
| | Perempuan | 75 | 65.8 | |
| Berat badan anak | Bb rendah | 9 | 7.9 | 15.28 |
| | Bb normal | 102 | 89.5 | (± 2.256)11.83 |
| | Bb tinggi | 3 | 2.6 | (± 5.331) |

Sumber: Data Olahan Peneliti, 2026.

Hasil penelitian ini di tabel 1 Berdasarkan hasil analisis karakteristik, mayoritas responden dalam penelitian ini adalah ibu (81,6%), sementara ayah hanya berjumlah 18,4%. Sebagian besar pendidikan ibu berada pada tingkat S1 (49,1%), diikuti SMA (30,7%) dan D3 (18,4%). Hanya 1,8% yang berpendidikan S2. Pola yang hampir serupa juga terlihat pada pendidikan ayah, di mana setengahnya berpendidikan SMA (50,0%), lalu S1 (25,4%) dan D3 (22,8%). Rendahnya proporsi S2 pada ayah maupun ibu (1,8%) menunjukkan bahwa pendidikan tinggi pascasarjana masih relatif jarang di populasi ini. Pada variabel pekerjaan ditemukan bahwa mayoritas ayah bekerja part time (74,6%), sedangkan 25,4% bekerja full time. Ibu paling banyak bekerja part time (63,2%), dengan 25,4% bekerja full time dan hanya 7,0% yang tidak bekerja (IRT). Untuk karakteristik anak mayoritas berada pada usia 4 tahun (57,0%), dengan rerata usia anak 4,24 tahun ($SD \pm 0,614$). Anak usia 5 tahun berjumlah 33,3%, sedangkan usia 3 tahun hanya 9,6%. Usia orang tua sebagian besar berada pada rentang 30–35 tahun (52,6%), dengan rerata usia orang tua 31.32 (± 6.7285). Kelompok usia 20–30 tahun berjumlah 31,6%, sementara yang berusia 40–45 tahun hanya 15,8%. Pada variabel jenis kelamin anak, mayoritas adalah perempuan (65,8%), sedangkan laki-laki hanya 34,2%. Status gizi anak berdasarkan berat badan menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki berat badan normal (89,5%), diikuti berat badan rendah (7,9%) dan berat badan tinggi (2,6%), dengan rerata berat badan 15.28 (± 2.256).

Tabel 2. Variabel Sikap, Perilaku dan Pengetahuan tentang Camilan Sehat

| Variabel | Klasifikasi | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|---------------|-------------|---------------|----------------|
| Sikap | Positif | 51 | 44.7 |
| | Cukup | 36 | 31.6 |
| | Negative | 27 | 23.7 |
| Perilaku | Baik | 78 | 68.4 |
| | Cukup | 26 | 22.8 |
| | Kurang | 10 | 8.8 |
| Pengetahuan | Baik | 81 | 71.1 |
| | Cukup | 28 | 24.6 |
| | Kurang | 5 | 4.4 |
| Camilan sehat | Baik | 66 | 57.9 |

| | | |
|-------|----|------|
| Buruk | 48 | 42.1 |
|-------|----|------|

Sumber: Data Olahan Peneliti, 2026.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap orang tua terhadap pemilihan camilan sehat didominasi oleh kategori positif sebesar 44,7%. Sikap cukup ditemukan pada 31,6% responden, sedangkan sikap negatif sebesar 23,7%. Kelompok dengan sikap negatif yang cukup besar (23,7%) berpotensi menjadi faktor risiko terhadap rendahnya kualitas pemilihan camilan anak.

Hasil penelitian menunjukkan distribusi kategori perilaku mayoritas responden menunjukkan perilaku baik dalam pemilihan camilan, yaitu sebesar 68,4%. Perilaku cukup tercatat pada 22,8% responden, sedangkan perilaku kurang hanya 8,8%. Sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik mengenai camilan sehat, yaitu sebanyak 71,1%. Pengetahuan cukup dimiliki oleh 24,6% responden, dan hanya 4,4% yang memiliki pengetahuan kurang. Hasil penelitian menunjukkan distribusi kategori pemilihan camilan sehat yang dikonsumsi anak. ditemukan bahwa 57,9% anak termasuk dalam kategori pemilihan camilan yang baik, sedangkan 42,1% masih berada pada kategori buruk.

Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan Sikap Dengan Pemilihan Camilan Sehat

| Sikap | Camilan sehat | | | | p-value |
|---------|---------------|------|-------|------|---------|
| | Baik | | Buruk | | |
| | n | % | n | % | |
| Positif | 36 | 29.5 | 15 | 21.5 | 0.007 |
| Cukup | 21 | 20.8 | 15 | 15.2 | |
| negatif | 9 | 15.6 | 18 | 11.4 | |

Sumber: Data Olahan Peneliti, 2026.

Hasil analisis hubungan antara kategori sikap dengan kategori camilan menggunakan uji Chi-Square ditemukan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara sikap responden dan perilaku konsumsi camilan sehat. Secara deskriptif, responden dengan sikap positif menunjukkan proporsi perilaku camilan sehat yang baik lebih tinggi, yaitu 36 orang (29,5%), dibandingkan dengan perilaku buruk sebesar 15 orang (21,5%).

Pada kelompok dengan sikap cukup, pola distribusi masih sejalan, meskipun tidak sekuat kelompok sikap positif. Sebanyak 21 orang (20,8%) berada pada kategori perilaku camilan sehat yang baik, sedangkan 15 orang (15,2%) berada pada kategori buruk. Ini menunjukkan bahwa sikap yang berada pada kategori sedang tetap memberikan kontribusi terhadap perilaku makan, meskipun tidak dominan. Proporsi responden dengan perilaku camilan sehat yang buruk lebih tinggi (18 orang atau 11,4%) dibandingkan dengan yang berperilaku baik (9 orang atau 15,6%). Hal ini menandakan bahwa sikap negatif cenderung terkait dengan perilaku konsumsi camilan yang kurang sehat. Melalui uji Chi-Square, diperoleh nilai $p = 0.007$, sehingga hipotesis 1 diterima, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara sikap dengan perilaku konsumsi camilan sehat ($p < 0.05$).

Tabel 4. Hubungan Perilaku Dengan Camilan Sehat

| Perilaku | Camilan sehat | | | | p-value |
|----------|---------------|------|-------|------|---------|
| | Baik | | Buruk | | |
| | n | % | n | % | |
| Baik | 50 | 45.2 | 28 | 32.8 | 0.078 |
| Cukup | 13 | 15.1 | 13 | 10.9 | |
| Kurang | 3 | 5.8 | 7 | 4.2 | |

Sumber: Data Olahan Peneliti, 2026.

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji Chi-Square antara kategori perilaku dan kategori camilan, tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara perilaku dengan konsumsi camilan sehat. Meskipun demikian, secara deskriptif terlihat kecenderungan bahwa responden dengan perilaku baik lebih banyak mengonsumsi camilan sehat (50 orang; 45,2%) dibandingkan kategori buruk (28 orang; 32,8%).

Pada perilaku cukup, distribusi antara camilan sehat dan tidak sehat relatif seimbang (13 orang masing-masing). Sedangkan pada perilaku kurang, mayoritas justru berada pada kategori konsumsi camilan tidak sehat (7 orang; 4,2%). Meskipun terdapat pola kecenderungan, hubungan tersebut belum signifikan secara statistik. Melalui uji Chi-Square, diperoleh nilai $p = 0.078$, sehingga hipotesis 1 diterima, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara sikap dengan perilaku konsumsi camilan sehat ($p < 0.05$).

Tabel 5. Hubungan Pengetahuan Dengan Pemilihan Camilan Sehat 3 Kategori

| Pengetahuan | Camilan sehat | | | | p-value |
|-------------|---------------|------|-------|------|---------|
| | Baik | | Buruk | | |
| | n | % | n | % | |
| Baik | 46 | 46.9 | 35 | 34.1 | 0.592 |
| Cukup | 16 | 14.2 | 12 | 11.8 | |
| Buruk | 4 | 2.9 | 1 | 2.1 | |

Sumber: Data Olahan Peneliti, 2026.

Berdasarkan hasil uji Chi-Square, diperoleh nilai $p = 0,592 (>0,05)$ yang menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dengan konsumsi camilan sehat. Selain itu, pada output Chi-Square terlihat bahwa lebih dari 25% nilai expected count berada di bawah batas yang seharusnya, sehingga asumsi uji tidak terpenuhi. Karena itu, dilakukan dummy atau penggabungan kategori sehingga tabel dianalisis ulang dalam bentuk 2×2 agar memenuhi syarat uji Chi-Square

Responden dengan pengetahuan baik cenderung lebih banyak memiliki perilaku konsumsi camilan sehat (46 orang; 46,9%) dibandingkan yang buruk (35 orang; 34,1%). Pada pengetahuan cukup, distribusi antara camilan sehat dan tidak sehat relatif seimbang (16 orang vs. 12 orang). Sementara kelompok dengan pengetahuan buruk jumlahnya sangat sedikit dan tidak menunjukkan pola yang berarti (4 orang baik; 1 orang buruk). Meskipun terdapat kecenderungan bahwa pengetahuan lebih baik diikuti perilaku camilan sehat yang lebih baik, pola ini tidak signifikan secara statistik. Melalui uji Chi-Square, diperoleh nilai $p = 0.592$, sehingga hipotesis ditolak, yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara sikap dengan perilaku konsumsi camilan sehat ($p < 0.05$).

Tabel 6. Hubungan Pengetahuan Dengan Pemilihan Camilan Sehat 2 Kategori

| Pengetahuan | Camilan sehat | | | | p-value |
|-------------|---------------|------|-------|------|---------|
| | Baik | | Buruk | | |
| | n | % | n | % | |
| Baik | 46 | 46.9 | 35 | 34.1 | 0.869 |
| Cukup | 20 | 19.1 | 13 | 13.9 | |

Sumber: Data Olahan Peneliti, 2026.

Berdasarkan hasil uji Chi-Square, diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan konsumsi camilan sehat ($p = 0.869$). Responden dengan pengetahuan baik memang lebih banyak memiliki perilaku konsumsi camilan sehat (46 orang; 46,9%) dibandingkan yang buruk (35 orang; 34,1%). Pada kategori pengetahuan cukup, pola distribusinya juga serupa, di mana jumlah responden yang mengonsumsi camilan sehat (20 orang; 19,1%) sedikit lebih tinggi dibandingkan yang tidak sehat (13 orang; 13,9%). Walaupun terlihat pola kecenderungan tersebut, hasil uji statistik menunjukkan bahwa pengetahuan tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku konsumsi camilan sehat. Melalui uji Chi-Square, diperoleh nilai $p = 0.869$, sehingga

hipotesis ditolak, yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara sikap dengan perilaku konsumsi camilan sehat ($p < 0.05$).

Analisis Multivariat

Tabel 7. Hasil Analisis Multivariat Hubungan Sikap, Perilaku, dan Pengetahuan Orang Tua terhadap Pemilihan Camilan Sehat Pada Anak Usia Dini dengan Profil Demografi

| Variabel | Adjusted OR (95%CI) | p- value |
|--------------------------|----------------------------|----------|
| Positif | 1 | 1 |
| Cukup | 1.359(0.255-6226) | 0.777 |
| Negatif | 8.841(1.571-49.749) | 0.013 |
| Perilaku Baik | 1 | |
| Cukup | 8.135 (1.242 – 53.266) | 0.029 |
| Kurang | 112.664 (4.558 – 2784.920) | 0.004 |
| Pengetahuan Baik | 1 | |
| Cukup | 1,000,985,272,979.388 | 0.999 |
| Pendidikan Orang tua SMA | – | 0.998 |
| D3- | 0.779 (0.200 – 3.041) | 0.999 |
| S1- | 2.065 (0.509 – 8.374) | 0.999 |
| S2-SMA | – | 0.999 |
| Pekerjaan Ibu | | |
| Part time-IRT | 0.164 (0.011 – 2.484) | 0.192 |
| Full time-IRT | 1.688 (0.138 – 20.635) | 0.682 |
| Pekerjaan ayah | | |
| Part time* | – | – |
| Full time | 0.677 (0.075 – 6.083) | 0.728 |
| Berat Badan anak | 2.574 (0.808 – 8.198) | 0.110 |

Sumber: Data Olahan Peneliti, 2026.

Berdasarkan hasil analisis regresi logistik menunjukkan bahwa model yang terbentuk memiliki nilai Nagelkerke R Square sebesar 0,493 yang berarti 49,3% variasi pemilihan camilan sehat pada anak dapat dijelaskan oleh variabel sikap, perilaku, dan pengetahuan gizi orang tua, serta karakteristik keluarga yang diteliti dalam model. 50,7% dipengaruhi oleh faktor lain. Variabel sikap terbukti berperan cukup kuat dalam model. Responden dengan sikap negatif memiliki peluang sekitar 8,8 kali lebih besar untuk melakukan pemilihan camilan yang kurang baik dibandingkan responden dengan sikap positif ($p = 0.013$). Perilaku orang tua yang kurang baik meningkatkan risiko pemilihan camilan buruk hingga 112 kali lipat ($p = 0.004$), sementara perilaku kategori cukup juga memiliki risiko sekitar 8 kali lebih besar ($p = 0.029$). Pada variabel pengetahuan meskipun arah pengaruh menunjukkan sifat protektif ($OR < 1$), hasilnya belum signifikan ($p = 0.072$). Faktor eksternal seperti pendidikan orang tua, pekerjaan ibu, pekerjaan ayah, serta status pekerjaan secara umum tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap outcome (seluruh $p > 0.05$). Variabel jenis kelamin anak juga tidak memberikan pengaruh bermakna, begitu pula berat badan anak, meskipun berat badan menunjukkan kecenderungan peningkatan risiko ($OR = 2.574$; $p = 0.110$).

Hubungan Sikap Orang Tua dengan Pemilihan Camilan Sehat

Hasil uji Chi-Square dalam penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara sikap orang tua dan pemilihan camilan sehat pada anak usia dini dengan nilai p sebesar 0,007, yang menegaskan bahwa aspek sikap memiliki peran nyata dalam pengambilan keputusan pangan bagi anak. Temuan ini tercermin dari distribusi responden yang memperlihatkan bahwa orang tua dengan sikap positif cenderung lebih konsisten dalam memilihkan camilan yang bernilai gizi baik bagi anak mereka. Sikap positif tersebut merefleksikan kesiapan psikologis dan penerimaan nilai kesehatan yang

kemudian diterjemahkan ke dalam tindakan nyata pada praktik pemberian makan anak, sebagaimana dijelaskan oleh Hairil Akbar et al. (2021) bahwa sikap menjadi jembatan antara pengetahuan dan perilaku. Pandangan ini diperkuat oleh Henry et al. (2014) yang menyatakan bahwa sikap orang tua terhadap makanan sehat berperan sebagai determinan awal dalam pembentukan kebiasaan makan anak. Sikap bukan sekadar opini, tetapi menjadi landasan evaluatif yang memengaruhi pilihan camilan sehari-hari.

Pada kelompok orang tua dengan sikap cukup, kecenderungan memilih camilan sehat masih terlihat, meskipun intensitas dan konsistensinya lebih rendah dibandingkan kelompok dengan sikap positif. Kondisi ini menunjukkan bahwa sikap yang belum sepenuhnya kuat sering kali menghasilkan perilaku yang fluktuatif, di mana orang tua berada pada posisi kompromi antara nilai kesehatan dan kepraktisan. Fenomena ini sejalan dengan kerangka Knowledge-Attitude-Practice yang dijelaskan Kang dan Bagaoisan (2024), yang menempatkan sikap sebagai tahap transisi yang belum selalu menghasilkan praktik optimal. Orang tua dengan sikap cukup masih mudah terpengaruh oleh faktor eksternal seperti preferensi anak atau ketersediaan camilan di lingkungan sekitar. Kecenderungan tersebut juga selaras dengan temuan Himatul Muhimah (2023) yang menekankan bahwa sikap yang tidak sepenuhnya kuat sering kali diikuti oleh praktik konsumsi camilan yang kurang konsisten dari sisi kualitas gizi.

Responden dengan sikap negatif menunjukkan kecenderungan yang lebih besar dalam memilih camilan kurang sehat bagi anak, yang mengindikasikan lemahnya orientasi kesehatan dalam pengambilan keputusan pangan. Sikap negatif ini dapat mencerminkan minimnya kepercayaan terhadap manfaat camilan sehat atau adanya persepsi bahwa camilan sehat tidak memberikan kepuasan bagi anak. Gvamichava et al. (2023) menjelaskan bahwa rendahnya kesadaran dan sikap positif orang tua terhadap nutrisi berkontribusi pada rendahnya kualitas pola makan anak. Dalam psikometrik Henry et al. (2014) juga menegaskan bahwa sikap negatif terhadap makanan sehat berkorelasi dengan rendahnya kontrol orang tua terhadap pilihan pangan anak. Pola ini memperlihatkan bahwa sikap berfungsi sebagai filter afektif yang memengaruhi respons orang tua terhadap kebutuhan nutrisi anak.

Perbedaan sikap tersebut tidak terlepas dari berbagai faktor yang membentuk persepsi orang tua terhadap camilan sehat, termasuk pertimbangan biaya, kemudahan akses, dan asumsi mengenai selera anak. Beberapa orang tua memandang camilan sehat sebagai pilihan yang kurang praktis atau lebih mahal, sehingga menurunkan minat untuk menyediakannya secara rutin. Pandangan ini sejalan dengan hasil telaah Kurniyawan et al. (2023) yang menyebutkan bahwa faktor ekonomi dan lingkungan keluarga sangat memengaruhi sikap orang tua dalam pemenuhan gizi anak. Sikap yang kurang mendukung tersebut pada akhirnya berdampak pada keputusan yang lebih pragmatis daripada berorientasi kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa sikap orang tua terbentuk melalui interaksi kompleks antara pengalaman pribadi, kondisi sosial, dan tekanan lingkungan.

Temuan penelitian ini juga dapat dipahami melalui pendekatan socio-ecological model yang menempatkan sikap individu sebagai hasil interaksi antara faktor intrapersonal dan lingkungan sosial. Kilanowski (2017) menegaskan bahwa perilaku kesehatan anak tidak dapat dilepaskan dari peran keluarga sebagai lingkungan terdekat yang membentuk nilai dan kebiasaan. Sikap orang tua terhadap camilan sehat menjadi bagian dari sistem yang memengaruhi pola konsumsi anak secara berkelanjutan. Ketika sikap positif diperkuat oleh dukungan lingkungan, praktik pemilihan camilan sehat cenderung lebih stabil. Sikap negatif yang diperkuat oleh lingkungan yang permisif terhadap camilan tidak sehat akan memperkuat pola konsumsi yang kurang mendukung kesehatan anak.

Sikap orang tua memiliki hubungan yang signifikan dan substansial dengan pemilihan camilan sehat pada anak usia dini, sehingga sikap layak dipandang sebagai titik masuk strategis dalam intervensi gizi keluarga. Penguatan sikap positif dapat dilakukan melalui edukasi yang tidak hanya menekankan aspek pengetahuan, tetapi juga membangun keyakinan dan persepsi yang realistis mengenai camilan sehat. Gvamichava et al. (2023) menekankan bahwa perubahan sikap yang berkelanjutan memerlukan pendekatan yang mempertimbangkan nilai, budaya, dan kondisi keluarga. Peluang terbentuknya kebiasaan makan sehat pada anak menjadi lebih besar dan berpotensi bertahan hingga usia selanjutnya. Temuan ini memperkuat posisi sikap sebagai komponen kunci dalam upaya peningkatan kualitas konsumsi camilan sehat pada anak usia dini.

Hubungan Perilaku Orang Tua dengan Pemilihan Camilan Sehat

Hasil uji Chi-Square pada penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku orang tua tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan pemilihan camilan sehat pada anak usia dini, yang ditunjukkan oleh nilai p sebesar 0,078. Temuan ini mengindikasikan bahwa variasi perilaku orang tua dalam menyediakan dan mengawasi konsumsi camilan belum cukup kuat untuk menjelaskan perbedaan nyata dalam kualitas camilan yang dipilihkan kepada anak. Meskipun demikian, distribusi data tetap memperlihatkan kecenderungan bahwa orang tua dengan perilaku yang tergolong baik lebih sering menyediakan camilan sehat dibandingkan kelompok perilaku cukup dan kurang. Pola ini sejalan dengan pandangan Linde et al. (2022) yang menekankan pentingnya role modeling orang tua dalam membentuk kualitas pola makan anak melalui praktik sehari-hari. Temuan tersebut juga menunjukkan bahwa ketidaksignifikanan statistik tidak selalu meniadakan relevansi praktis dari perilaku orang tua dalam konteks pembentukan kebiasaan makan anak.

Perilaku orang tua dalam pemberian camilan mencakup berbagai aspek, seperti pengaturan waktu makan, pembatasan konsumsi makanan manis, penyediaan buah atau camilan bernilai gizi, serta pengawasan terhadap pilihan makanan anak. Mahmood et al. (2021) menjelaskan bahwa praktik pemberian makan yang konsisten berkontribusi pada pembentukan preferensi rasa dan pola konsumsi anak sejak usia dini. Lingkungan makan di rumah yang dibentuk melalui perilaku orang tua menjadi ruang belajar awal bagi anak dalam mengenali makanan sehat maupun tidak sehat. Ma et al. (2023) juga menegaskan bahwa praktik makan orang tua sering kali dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap, sehingga perilaku yang tampak baik belum tentu diterapkan secara berkelanjutan. Kondisi ini dapat menjelaskan mengapa dalam penelitian ini perilaku orang tua belum menunjukkan hubungan yang signifikan secara statistik dengan pemilihan camilan sehat.

Ketiadaan hubungan yang bermakna secara statistik juga dapat dipengaruhi oleh karakteristik responden yang relatif homogen, terutama apabila sebagian besar orang tua berada pada kategori perilaku sedang hingga baik. Variasi perilaku yang terbatas akan memperkecil perbedaan antar kelompok dan melemahkan kekuatan uji statistik. Ristanti et al. (2023) menyebutkan bahwa pola pengasuhan makanan yang mirip antar keluarga dapat menghasilkan kebiasaan snacking anak yang relatif seragam, meskipun kualitasnya bervariasi secara individual. Ma, Xu, Zhang, Li, Lin, dan Qin (2023) menunjukkan bahwa praktik makan orang tua sering kali dipengaruhi oleh tekanan waktu, aktivitas kerja, dan preferensi anak, yang membuat perilaku aktual tidak selalu mencerminkan niat awal orang tua. Faktor-faktor ini memperlihatkan bahwa perilaku merupakan konstruksi yang dinamis dan kontekstual.

Pada kelompok orang tua dengan perilaku cukup, pemilihan camilan sehat dan tidak sehat tampak relatif seimbang, yang mencerminkan ketidakkonsistenan dalam praktik pemberian makan. Pola perilaku semacam ini membuka peluang anak untuk terekspos pada camilan tinggi gula, garam, dan lemak dalam frekuensi yang cukup sering. Large et al. (2023) menegaskan bahwa konsumsi camilan tidak sehat secara berulang pada masa kanak-kanak berkontribusi pada risiko karies gigi dan gangguan kesehatan jangka panjang. Ketidakkonsistenan perilaku orang tua juga dapat melemahkan pesan kesehatan yang ingin ditanamkan kepada anak, karena anak menerima sinyal yang tidak stabil mengenai pilihan makanan. Kondisi ini menunjukkan bahwa kualitas perilaku tidak hanya ditentukan oleh niat, tetapi juga oleh konsistensi penerapannya.

Pada kelompok orang tua dengan perilaku kurang, kecenderungan memberikan camilan tidak sehat terlihat lebih dominan dan berlangsung lebih rutin. Orang tua dalam kelompok ini umumnya memilih camilan yang praktis, mudah diperoleh, dan disukai anak tanpa mempertimbangkan nilai gizi secara memadai. Prasetyo et al. (2023) dalam telaah sistematisnya menegaskan bahwa rendahnya kualitas praktik pemberian makan berkaitan erat dengan status gizi anak yang kurang optimal. Kebiasaan ini juga memperkuat preferensi anak terhadap makanan tinggi energi dan rendah zat gizi mikro, sebagaimana dijelaskan oleh Ma et al. (2023) bahwa praktik makan yang buruk cenderung membentuk pola konsumsi yang berisiko. Temuan ini memperlihatkan bahwa perilaku orang tua yang lemah dapat menjadi faktor risiko penting dalam pola makan anak usia dini.

Perilaku orang tua memiliki peran dalam pemilihan camilan sehat, meskipun pengaruhnya belum tampak signifikan secara statistik apabila berdiri sendiri. Perilaku pemberian makan anak sangat dipengaruhi oleh interaksi antara pengetahuan, sikap, ketersediaan pangan, serta tekanan lingkungan sosial dan ekonomi keluarga. Linde et al. (2022) dan Mahmood et al. (2021) sama-sama menekankan bahwa perilaku akan lebih berdampak apabila didukung oleh sikap positif dan pemahaman gizi yang

memadai. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa upaya perbaikan kualitas camilan anak memerlukan pendekatan terpadu yang tidak hanya menargetkan perilaku, tetapi juga membangun landasan pengetahuan dan sikap orang tua. Perilaku orang tua berpotensi memberikan kontribusi yang lebih kuat dan berkelanjutan terhadap kebiasaan makan sehat anak usia dini.

Hubungan Pengetahuan Gizi Orang Tua dengan Pemilihan Camilan Sehat

Hasil uji Chi-Square dalam penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan gizi orang tua tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan pemilihan camilan sehat pada anak usia dini, baik pada klasifikasi tiga kategori dengan nilai p sebesar 0,592 maupun setelah penggabungan kategori menjadi dua dengan nilai p sebesar 0,869. Temuan ini mengindikasikan bahwa secara statistik pengetahuan belum mampu menjelaskan variasi praktik pemilihan camilan yang diberikan kepada anak. Secara deskriptif memang terlihat kecenderungan bahwa orang tua dengan pengetahuan baik lebih sering memilihkan camilan sehat, namun kekuatan hubungan tersebut tidak cukup untuk membentuk asosiasi yang bermakna. Pola ini sejalan dengan hasil telaah sistematis Prasetyo et al. (2023) yang menjelaskan bahwa peningkatan pengetahuan gizi tidak selalu berbanding lurus dengan perubahan praktik pemberian makan pada anak. Saavedra dan Prentice (2022) juga menegaskan bahwa pengetahuan merupakan komponen penting, tetapi tidak berdiri sendiri dalam menentukan kualitas konsumsi pangan anak.

Fenomena tidak signifikannya hubungan antara pengetahuan dan praktik pemilihan camilan menggambarkan adanya kesenjangan antara apa yang diketahui orang tua dan apa yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Mahmood et al. (2021) menjelaskan bahwa pengetahuan gizi sering kali tidak langsung diterjemahkan menjadi perilaku karena dipengaruhi oleh faktor kebiasaan, norma keluarga, serta tuntutan praktis dalam pengasuhan anak. Keputusan pemberian camilan lebih ditentukan oleh kemudahan, waktu, dan preferensi anak dibandingkan pertimbangan nilai gizi. Ristanti et al. (2023) menunjukkan bahwa praktik food parenting yang tidak konsisten dapat terjadi meskipun orang tua memahami prinsip gizi seimbang. Kondisi ini memperlihatkan bahwa pengetahuan berfungsi sebagai fondasi kognitif, tetapi belum tentu menjadi pendorong utama tindakan nyata.

Faktor lingkungan sosial dan ekonomi turut berperan dalam melemahkan hubungan antara pengetahuan dan pemilihan camilan sehat. Williamson et al. (2020) menekankan bahwa status sosial ekonomi memengaruhi akses keluarga terhadap pilihan makanan sehat, termasuk camilan bernilai gizi. Orang tua dengan pengetahuan gizi yang baik tetap dapat memilih camilan kurang sehat apabila lingkungan sekitar didominasi oleh makanan olahan yang murah dan mudah dijangkau. Rodoman et al. (2024) juga menemukan bahwa karakteristik sosiodemografi keluarga berpengaruh besar terhadap pola konsumsi anak, sering kali melampaui peran pengetahuan itu sendiri. Situasi ini menunjukkan bahwa praktik konsumsi camilan lebih banyak dibentuk oleh konteks struktural dibandingkan pemahaman individual semata.

Persepsi risiko dan preferensi hedonik terhadap makanan turut memengaruhi keputusan orang tua. Sata et al. (2019) menunjukkan bahwa kebiasaan pemberian camilan pada usia dini memiliki dampak jangka panjang terhadap indeks massa tubuh anak, meskipun orang tua memahami konsekuensi kesehatan yang mungkin timbul. Banyak orang tua tetap memberikan camilan manis atau tinggi energi karena dianggap menyenangkan anak dan menghindari konflik dalam pengasuhan. Siti Khopipah et al. (2024) menjelaskan bahwa kebiasaan camilan yang terbentuk sejak dini sering kali lebih dipengaruhi oleh rasa dan kebiasaan dibandingkan pertimbangan gizi. Hal ini memperlihatkan bahwa pengetahuan dapat kalah oleh faktor emosional dan kebiasaan rutin dalam keluarga.

Pengetahuan gizi juga membutuhkan dukungan pembiasaan dan peran lingkungan terdekat agar dapat bertransformasi menjadi praktik yang konsisten. Tri Endang Jatmikowati et al. (2023) menekankan pentingnya peran orang tua dan guru dalam membangun kebiasaan makan sehat melalui contoh nyata dan pengulangan perilaku. Tanpa pembiasaan yang berkelanjutan, informasi gizi hanya akan berhenti pada tingkat pemahaman. Prasetyo et al. (2023) menegaskan bahwa edukasi gizi akan lebih efektif apabila disertai intervensi berbasis praktik, seperti pendampingan pemilihan menu dan penyediaan alternatif camilan sehat yang realistis. Pendekatan ini menunjukkan bahwa pengetahuan memerlukan jembatan perilaku agar dapat memberikan dampak nyata.

Pengetahuan gizi orang tua merupakan prasyarat penting, namun bukan faktor tunggal dalam menentukan pemilihan camilan sehat pada anak usia dini. Praktik konsumsi camilan dipengaruhi oleh interaksi kompleks antara pengetahuan, kebiasaan keluarga, kondisi lingkungan, serta faktor sosial

ekonomi sebagaimana dijelaskan oleh Mahmood et al. (2021) dan Rodoman et al. (2024). Temuan ini menguatkan pandangan bahwa intervensi gizi yang hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan berpotensi menghasilkan dampak yang terbatas. Upaya perbaikan kualitas camilan anak perlu mengintegrasikan edukasi gizi dengan penguatan motivasi, pembiasaan dalam keluarga, serta penciptaan lingkungan makan yang mendukung. Pendekatan komprehensif tersebut diharapkan mampu mendorong perubahan perilaku yang lebih stabil dan berkelanjutan dalam pemilihan camilan sehat pada anak usia dini.

Hubungan Sikap, Perilaku, dan Pengetahuan Gizi Orang Tua terhadap Pemilihan Camilan Sehat (Analisis Multivariat)

Hasil analisis regresi logistik ganda menunjukkan bahwa perilaku orang tua merupakan faktor yang paling dominan dalam memengaruhi pemilihan camilan sehat pada anak usia dini. Orang tua dengan perilaku kurang memiliki risiko sekitar 112 kali lebih besar untuk memberikan camilan tidak sehat dibandingkan orang tua dengan perilaku baik, sementara perilaku pada kategori cukup meningkatkan risiko sekitar 8 kali. Besarnya nilai odds ratio ini menunjukkan bahwa praktik nyata sehari-hari memiliki peran yang jauh lebih kuat dibandingkan dimensi kognitif semata. Temuan ini sejalan dengan Gibson et al. (2020) yang menegaskan bahwa perilaku orang tua dalam penyediaan camilan menjadi penentu utama kualitas asupan anak. Benjamin et al. (2024) juga menjelaskan bahwa praktik pemberian makan yang tidak konsisten akan berdampak langsung pada peningkatan konsumsi makanan tinggi gula dan lemak pada anak.

Sikap negatif orang tua juga menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap pemilihan camilan sehat dengan risiko hampir sembilan kali lebih besar untuk memilih camilan tidak sehat dibandingkan sikap positif. Sikap mencerminkan kesiapan afektif orang tua dalam mendukung atau menghambat penerapan perilaku makan sehat di rumah. Temuan ini relevan dengan pendekatan Theory of Planned Behavior yang menjelaskan bahwa sikap memengaruhi intensi, yang selanjutnya diwujudkan dalam tindakan nyata sebagaimana dijelaskan oleh Albayati et al. (2023) dan Chilón-Troncos et al. (2024). Sikap negatif sering kali berkaitan dengan persepsi bahwa camilan sehat kurang praktis atau kurang disukai anak. Gibson et al. (2020) menunjukkan bahwa sikap orang tua terhadap camilan berhubungan erat dengan jenis camilan yang tersedia dan dikonsumsi anak.

Pada variabel pengetahuan gizi, hasil regresi menunjukkan arah pengaruh yang bersifat protektif namun tidak signifikan secara statistik. Temuan ini memperlihatkan bahwa pengetahuan saja belum cukup kuat untuk memengaruhi praktik pemilihan camilan tanpa didukung oleh perubahan perilaku yang konsisten. Kondisi tersebut sejalan dengan hasil kajian Amira dan Setyaningtyas (2021) yang menyatakan bahwa edukasi gizi lebih efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap dibandingkan mengubah praktik nyata. Guerra et al. (2024) juga menjelaskan bahwa pemahaman gizi yang baik belum tentu diikuti oleh penerapan kebiasaan makan sehat apabila tidak disertai kontrol lingkungan keluarga. Hal ini menegaskan bahwa pengetahuan berperan sebagai modal awal yang membutuhkan mediator perilaku agar berdampak nyata pada pola konsumsi anak.

Nilai Nagelkerke R^2 sebesar 0,493 menunjukkan bahwa model regresi mampu menjelaskan sekitar 49,3% variasi pemilihan camilan sehat pada anak usia dini. Proporsi ini menandakan bahwa hampir separuh variasi perilaku dipengaruhi oleh sikap, perilaku, dan pengetahuan orang tua yang dianalisis dalam model. Sisa variasi dipengaruhi oleh faktor lain seperti budaya makan keluarga, pengaruh media, preferensi anak, serta kondisi sosial ekonomi rumah tangga. Dalrymple et al. (2020) menjelaskan bahwa pola makan anak usia dini sangat dipengaruhi oleh rutinitas keluarga dan paparan lingkungan sejak awal kehidupan. Bermingham et al. (2024) juga menekankan bahwa kualitas dan waktu konsumsi camilan berhubungan dengan indikator kesehatan metabolik, yang sering kali dipengaruhi oleh kebiasaan keluarga.

Dominannya peran perilaku orang tua dalam model ini menguatkan konsep Knowledge, Attitude, and Practice yang menempatkan perilaku sebagai manifestasi akhir dari proses internalisasi pengetahuan dan sikap. Orang tua yang secara konsisten menyediakan camilan bergizi, membatasi makanan olahan, dan memberi teladan konsumsi sehat menciptakan lingkungan makan yang kondusif bagi anak. Benjamin et al. (2024) menegaskan bahwa anak cenderung meniru pola makan orang tua sebagai figur terdekat dalam kehidupan sehari-hari. Foundation (2025) juga menekankan bahwa kualitas gizi anak sangat bergantung pada keputusan pangan yang dibuat oleh orang dewasa di

sekitarnya. Hal ini menjelaskan mengapa perubahan perilaku orang tua memiliki dampak yang lebih langsung dibandingkan peningkatan pengetahuan semata.

Intervensi peningkatan gizi anak usia dini perlu memusatkan perhatian pada pembentukan perilaku orang tua yang konsisten dan berkelanjutan. Pendekatan edukatif yang hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan dan sikap berpotensi menghasilkan dampak terbatas apabila tidak disertai strategi perubahan praktik sehari-hari. Gibson et al. (2020) dan Chilón-Troncos et al. (2024) menekankan pentingnya pendekatan berbasis perilaku dalam promosi konsumsi pangan sehat. Integrasi edukasi gizi, penguatan sikap positif, serta dukungan lingkungan rumah tangga menjadi kunci dalam membangun kebiasaan camilan sehat pada anak. Temuan ini memperkuat urgensi intervensi berbasis keluarga yang menempatkan perilaku orang tua sebagai sasaran utama dalam upaya peningkatan kualitas gizi anak usia dini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan di TK Aisyiyah 3 Lasem pada bulan Agustus 2025, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar orang tua memiliki sikap, perilaku, dan pengetahuan gizi yang tergolong baik dalam pemilihan camilan sehat pada anak usia dini, dengan hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara sikap orang tua dan pemilihan camilan sehat, sementara perilaku dan pengetahuan gizi orang tua tidak menunjukkan hubungan yang signifikan secara statistik, meskipun demikian perilaku orang tua tetap menjadi faktor yang paling dominan dalam memengaruhi pemilihan camilan sehat pada anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Albayati, H., Alistarbadi, N., & Rho, J. J. (2023). Assessing engagement decisions in NFT Metaverse based on the Theory of Planned Behavior (TPB). *Telematics and Informatics Reports*, 10, 100045. <https://doi.org/10.1016/j.teler.2023.100045>
- Amira, K. A., & Setyaningtyas, S. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Anak Sekolah Dasar Dalam Pemilihan Jajanan Sehat: Literature Review. *Media Gizi Indonesia*, 16(130-138). <https://doi.org/10.20473/mgi.v16i2.130-138>
- Benjamin, L. S., Alshammari, S. A., Rashed Alenazi, T. S., Alqarni, A. S., Saber, N. M., Abd El-Salam, A. A., Chellathurai, A., Abd El-Maksoud, M. M., Mohsen, M. M., Abdullah, G., & Habbash, A. S. (2024). Parental beliefs, attitudes, and practices on nutrition and children feeding: implications to preventive measures on children's obesity in Saudi Arabia. *Eur Rev Med Pharmacol Sci*, 28(11), 3733-3744. https://doi.org/10.26355/eurev_202406_36378
- Bermingham, K. M., May, A., Asnicar, F., Capdevila, J., Leeming, E. R., Franks, P. W., Valdes, A. M., Wolf, J., Hadjigeorgiou, G., Delahanty, L. M., Segata, N., Spector, T. D., & Berry, S. E. (2024). Snack quality and snack timing are associated with cardiometabolic blood markers: the Zoe Predict study. *European Journal of Nutrition*, 63(1), 121-133. <https://doi.org/10.1007/s00394-023-03241-6>
- Chilón-Troncos, R. F., García-Salirrosas, E. E., Escobar-Farfán, M., Millones-Liza, D. Y., & Villar-Guevara, M. (2024). Predicting willingness to consume healthy brand foods using the theory of planned behavior: the role of nutritional literacy. *Front Nutr*, 11, 1353569. <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1353569>
- Dalrymple, K. V., Flynn, A. C., Seed, P. T., Briley, A. L., O'Keeffe, M., Godfrey, K. M., & Poston, L. (2020). Associations between dietary patterns, eating behaviours, and body composition and adiposity in 3-year-old children of mothers with obesity. *Pediatr Obes*, 15(5), e12608. <https://doi.org/10.1111/ijpo.12608>
- Foundation, B. N. (2025). What we mean by children's nutrition. <https://www.nutrition.org.uk/nutrition-for/children/>
- Gibson, E. L., Androutsos, O., Moreno, L., Flores-Barrantes, P., Socha, P., Iotova, V., Cardon, G., De Bourdeaudhuij, I., Koletzko, B., Skripkauskaite, S., Manios, Y., & On Behalf Of The Toybox-Study, G. (2020). Influences of Parental Snacking-Related Attitudes, Behaviours and Nutritional Knowledge on Young Children's Healthy and Unhealthy Snacking: The ToyBox Study. *Nutrients*, 12(2). <https://doi.org/10.3390/nu12020432>
- Guerra, F., Zumbo, G., Straccamore, L., Sansotta, L., Stamegna, C., Iacono, R., Corridore, D., & Vozza, I. (2024). Parental Knowledge and Its Impact on Nutrition and Oral Health Habits in Children: A

- Cognitive Investigation. *J Clin Med*, 13(18). <https://doi.org/10.3390/jcm13185631>
- Gvamichava, R., Baramidze, L., & Tewfik, I. (2023). Parental Nutritional Awareness for Enhancement of Child Nutrition and Healthy Lifestyle: A Literature Review. <https://doi.org/10.52340/gbm.2023.01.01.49>
- Hairil Akbar, N. A., Matus Paundanan, Agustin. (2021). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Orang Tua dalam Memilih Makanan Sehat pada Siswa di SDN 1 Upai Kecamatan Kotamobagu Utara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1). <https://doi.org/10.56338/pjkm.v11i1.1514>
- Henry, B. W., Smith, T. J., & Ahmad, S. (2014). Psychometric assessment of the Behavior and Attitudes Questionnaire for Healthy Habits: measuring parents' views on food and physical activity. *Public Health Nutrition*, 17(5), 1004-1012. <https://doi.org/10.1017/S136898001200554X>
- Himatul Muhimah, F. (2023). Availability and Consumption Behavior of Snack Food with Nutritional Status in Elementary School. *Media Gizi Kesmas*, 12(1). <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.575-582>.
- Kang, K., & Bagaoisan, M. A. P. (2024). Research Status of the Knowledge-Attitude-Practice Theory Model in Gastric Cancer Prevention. *Cureus*, 16(7), e64960. <https://doi.org/10.7759/cureus.64960>.
- Kilanowski, J. F. (2017). Breadth of the socio-ecological model. *Journal of agromedicine*, 22(4), 295-297. <https://doi.org/10.1080/1059924X.2017.1358971>
- Kurniawan, E. H., Hana, N., Kahono, M. H. P., Sari, I. R., Afandi, A. T., Kurniawan, D. E., & Nur, K. R. M. (2023). The Role of Parents in Fulfilling Nutrition and Respiratory Health for Children in Agricultural Area: Literature Review. *Nursing and Health Sciences Journal (NHSJ)*. <https://doi.org/10.53713/nhsj.v3i4.284>
- Large, J. F., Madigan, C., Pradeilles, R., Markey, O., Boxer, B., & Rousham, E. K. (2023). Impact of unhealthy food and beverage consumption on children's risk of dental caries: a systematic review. *Nutrition Reviews*, 82(11), 1539-1555. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuad147>
- Linde, J. A., Horning Dehmer, M. L., Lee, J., Friend, S., Flattum, C., Arcan, C., & Fulkerson, J. A. (2022). Associations of parent dietary role modeling with children's diet quality in a rural setting: Baseline data from the NU-HOME study. *Appetite*, 174, 106007. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2022.106007>
- Ma, L. X., H. Zhang, Z. Li, L. Lin, Z. Qin, H. (2023). Nutrition knowledge, attitudes, and dietary practices among parents of children and adolescents in Weifang, China: A cross-sectional study. *Prev Med Rep*, 35, 102396. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2023.102396>
- Ma, L., Xu, H., Zhang, Z., Li, L., Lin, Z., & Qin, H. (2023). Nutrition knowledge, attitudes, and dietary practices among parents of children and adolescents in Weifang, China: a cross-sectional study. *Preventive Medicine Reports*. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2023.102396>
- Mahmood, L., Flores-Barrantes, P., Moreno, L. A., Manios, Y., & Gonzalez-Gil, E. M. (2021). The Influence of Parental Dietary Behaviors and Practices on Children's Eating Habits. *Nutrients*, 13(4). <https://doi.org/10.3390/nu13041138>
- Prasetyo, Y. B., Permatasari, P., & Susanti, H. D. (2023). The effect of mothers' nutritional education and knowledge on children's nutritional status: a systematic review. *International Journal of Child Care and Education Policy*, 17(1). <https://doi.org/10.1186/s40723-023-00114-7>
- Ristanti, I. K., S., D. K. P., Prasiwi, N. W., & Purborini, A. R. (2023). Relationship between food parenting and snacking habits with the nutritional status of school-age children. *International Nutrition and Health Administrations Journal*, 1(2). <https://doi.org/10.47710/inhaj.v1i2.13>
- Rodoman, I., Timotin, A., & Lozan, O. (2024). Parental socio-demographic influences on school-aged children's diets: a comprehensive study in the Republic of Moldova. *One Health & Risk Management*, 5(2), 25-33. <https://doi.org/10.38045/ohrm.2024.2.03>
- Saavedra, J. M., & Prentice, A. M. (2022). Nutrition in school-age children: a rationale for revisiting priorities. *Nutrition Reviews*, 81(7), 823-843. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuac089>
- Sata, M., Yamagishi, K., Sairenchi, T., Ikeda, A., Irie, F., Watanabe, H., Iso, H., Iso, H., & Ota, H. (2019). Long-term effect of feeding snacks at age 6 years on body mass index at ages 12 and 22 years. *Scientific Reports*, 9(1). <https://doi.org/10.1038/S41598-019-40730-3>
- Siti Khopipah AR. Kilat, B., & Eka Prasetya Hati Baculu. (2024). Connection Habit Snacks and Consumption Food with the Nutritional Status of Children at Elementary School Inpres 08 Mamboro. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(8).

<https://doi.org/10.56338/mppki.v7i8.5978>

- Tri Endang Jatmikowati, K. N., Dyah Retno Winarti, Asti Bhawika Adwitiya. (2023). Peran Guru dan Orang Tua dalam Pembiasaan Makan Makanan Sehat pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2). <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.3223>.
- Williamson, V. G., Dilip, A., Dillard, J. R., Morgan-Daniel, J., Lee, A. M., & Cardel, M. I. (2020). The Influence of Socioeconomic Status on Snacking and Weight among Adolescents: A Scoping Review. *Nutrients*, 12(1). <https://doi.org/10.3390/nu12010167>.