

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI ORANG TUA DALAM  
MEMENUHI GIZI ANAK MELALUI *LUNCH BOX*  
DI TK PEMBINA JEKAN RAYA**

**SKRIPSI**

**OLEH**

**DE AGNES**

**213030213033**



**UNIVERSITAS PALANGKA RAYA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN DAN PENDIDIKAN DASAR  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI**

**2026**

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI ORANG TUA DALAM  
MEMENUHI GIZI ANAK MELALUI *LUNCH BOX*  
DI TK PEMBINA JEKAN RAYA**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Palangka Raya  
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan

**OLEH**

**DE AGNES**

**213030213033**

**UNIVERSITAS PALANGKA RAYA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN DAN PENDIDIKAN DASAR  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI**

**2026**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : De Agnes

NIM : 213030213033

Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Jurusan : Ilmu Keolahragaan dan Pendidikan Dasar

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul **“Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Orang Tua dalam Memenuhi Gizi Anak Melalui Lunch Box di TK Pembina Jekan Raya”** yang saya tulis ini adalah benar tulisan saya dan bukan hasil tulisan orang lain ataupun plagiasi baik sebagian atau seluruhnya.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil tulisan orang lain atau plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Palangka Raya, 15 Juni 2026

Yang membuat pernyataan,



De Agnes

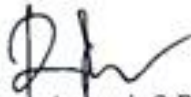
NIM. 213030213033

## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : De Agnes  
NIM : 213030213033  
Judul : Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Orang Tua dalam Memenuhi Gizi Anak Melalui *Lunch Box* di TK Pembina Jekan Raya

Skripsi ini telah disetujui untuk diujikan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Jurusan Ilmu Keolahragaan dan Pendidikan Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Palangka Raya.

Pembimbing I,

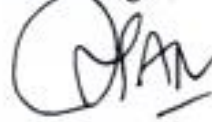


Rusmaladewi, S.Psi., M.Psi., Psikolog

NIP. 198204022006042003

Tanggal: 02 Juli 2026

Pembimbing II,



Cahaya Afriani Napitupulu, M.Psi., Psikolog

NIP. 198704172012122001

Tanggal: 02 Juli 2026

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini



Rusmaladewi, S.Psi., M.Psi., Psikolog

NIP. 198204022006042003

Tanggal: 02 Juli 2026

## LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

Nama : De Agnes  
NIM : 213030213033  
Judul : Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Orang Tua dalam Memenuhi Gizi Anak Melalui *Lunch Box* di TK Pembina Jekan Raya

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Jurusan Ilmu Keolahragaan dan Pendidikan Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Palangka Raya pada hari Senin, tanggal 13 Juli 2026 dan skripsi telah direvisi sesuai balikan dari Tim Penguji.

| Nama                                                                   | Tanda Tangan                                                                         | Tanggal             | Tim Penguji |
|------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------|
| Kartika Ananda, S. Pd., M. Pd<br>NIP. 199304202019032026               |  | <u>13 Juli 2026</u> | Ketua       |
| Rusmaladewi, S.Psi., M.Psi., Psikolog<br>NIP. 198204022006042003       |  | <u>13 Juli 2026</u> | Anggota     |
| Cahaya Afriani Napitupulu, M.Psi., Psikolog<br>NIP. 198704172012122001 |  | <u>13 Juli 2026</u> | Anggota     |

## LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : De Agnes  
NIM : 213030213033  
Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini  
Jurusan : Ilmu Keolahragaan dan Pendidikan Dasar  
Judul : Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Orang Tua dalam Memenuhi Gizi Anak Melalui *Lunch Box* di TK Pembina Jekan Raya

Menyetujui,

Pembimbing I,



Rusmaladewi, S.Psi., M.Psi., Psikolog  
NIP. 198204022006042003

Pembimbing II,



Cahaya Afriani Napitupulu, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198704172012122001

Jurusan Ilmu Keolahragaan dan Pendidikan Dasar



Cahaya Afriani Napitupulu, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198704172012122001

Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini



Rusmaladewi, S.Psi., M.Psi., Psikolog  
NIP. 198204022006042003

Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Keolahragaan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Palangka Raya



Dr. Rendi Alexandro, S.E., M.M.  
NIP. 197308272008011013

## ABSTRAK

De Agnes. 2026. **Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Orang Tua dalam Memenuhi Gizi Anak Melalui *Lunch Box* di TK Pembina Jekan Raya**. Skripsi. Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Jurusan Ilmu Keolahragaan dan Pendidikan Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Palangka Raya. Pembimbing I: Rusmaladewi, S.Psi., M.Psi., Psikolog  
Pembimbing II: Cahaya Afriani Napitupulu, M.Psi., Psikolog  
**Kata Kunci:** faktor orang tua, gizi anak, *Lunch Box*, anak usia dini

Pemenuhan gizi anak usia dini penting untuk mendukung pertumbuhan, perkembangan, kesehatan, dan kesiapan anak dalam mengikuti pembelajaran. Salah satu upaya orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi anak di sekolah adalah dengan menyiapkan *Lunch Box* dari rumah. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena di TK Negeri Pembina Jekan Raya, yaitu sebagian anak tetap membawa *Lunch Box* meskipun telah tersedia Program Makan Bergizi Gratis (MBG). Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana faktor internal dan eksternal mempengaruhi orang tua dalam memenuhi gizi anak melalui *Lunch Box*, serta bagaimana pengaruhnya terhadap isi, komposisi, dan kualitas gizi bekal anak.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kasus. Subjek penelitian adalah tiga orang tua siswa yang anaknya membawa *Lunch Box* ke sekolah. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi nonpartisipasi, dan dokumentasi. Data dianalisis melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, sedangkan keabsahan data diperkuat dengan triangulasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor internal yang mempengaruhi orang tua meliputi pengetahuan gizi, manajemen waktu, motivasi, dan kondisi anak. Faktor eksternal meliputi akses informasi, kondisi ekonomi, dukungan keluarga, lingkungan sekolah, Program MBG, serta keberadaan kantin atau penjaja sekolah. Faktor-faktor tersebut mempengaruhi isi dan komposisi *Lunch Box*, yang umumnya berisi makanan pokok, lauk, susu, serta kadang-kadang buah dan sayur. Namun, komposisi bekal belum selalu memenuhi prinsip gizi seimbang karena sayur dan buah belum konsisten diberikan setiap hari. Oleh karena itu, diperlukan kerja sama antara orang tua, sekolah, dan pihak terkait dalam mendukung penyediaan bekal anak yang sehat, aman, praktis, dan sesuai kebutuhan anak usia dini.

## ABSTRACT

De Agnes. 2026. ***Factors Influencing Parents in Fulfilling Children's Nutrition through Lunch Box at Pembina Jekan Raya Kindergarten.*** Undergraduate Thesis. Early Childhood Education Teacher Education Study Program, Department of Sports Science and Basic Education, Faculty of Teacher Training and Education, University of Palangka Raya. Supervisor I: Rusmaladewi Supervisor II: Cahaya Afriani Napitupulu

**Keywords:** *parental factors, children's nutrition, Lunch Box, early childhood*

Fulfilling the nutritional needs of early childhood is important to support children's growth, development, health, and readiness to participate in learning activities. One effort made by parents to meet children's nutritional needs at school is preparing a Lunch Box from home. This research was motivated by the phenomenon found at TK Negeri Pembina Jekan Raya, where some children still brought Lunch Boxes even though the Free Nutritious Meal Program (MBG) was available. This study aimed to describe the internal and external factors influencing parents in fulfilling children's nutrition through Lunch Boxes, as well as their influence on the contents, composition, and nutritional quality of children's Lunch Boxes.

This study used a descriptive qualitative approach with a case study method. The subjects of this study were three parents whose children brought Lunch Boxes to school. Data were collected through in-depth interviews, non-participant observation, and documentation. The data were analyzed through data reduction, data presentation, and conclusion drawing, while data validity was strengthened through triangulation.

The results showed that the internal factors influencing parents included nutritional knowledge, time management, motivation, and the child's condition. The external factors included access to information, economic conditions, family support, the school environment, the Free Nutritious Meal Program, and the presence of school canteens or food vendors. These factors influenced the contents and composition of Lunch Boxes, which generally consisted of staple foods, side dishes, milk, and occasionally fruits and vegetables. However, the Lunch Box composition did not always meet the principles of balanced nutrition because fruits and vegetables were not consistently provided every day. Therefore, cooperation among parents, schools, and related parties is needed to support the provision of healthy, safe, practical, and age-appropriate Lunch Boxes for early childhood.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat, rahmat, dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Orang Tua dalam Memenuhi Gizi Anak Melalui *Lunch Box* di TK Pembina Jekan Raya”** dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Jurusan Ilmu Keolahragaan dan Pendidikan Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Palangka Raya.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dukungan, doa, serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan kerendahan hati, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Salampak, M.S., selaku Rektor Universitas Palangka Raya yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Universitas Palangka Raya.
2. Bapak Rinto Alexandro, S.E., M.M., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Palangka Raya yang telah memberikan dukungan dan kesempatan kepada penulis dalam menyelesaikan studi.
3. Ibu Cahaya Afriani Napitupulu, M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Jurusan Ilmu Keolahragaan dan Pendidikan Dasar sekaligus Dosen Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, arahan, masukan, serta motivasi kepada penulis dalam proses penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Rusmaladewi, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Dosen Pembimbing I, sekaligus Dosen Pembimbing Akademik, yang telah dengan sabar membimbing,

mengarahkan, memberikan ilmu, masukan, dan dukungan kepada penulis sejak masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.

5. Ibu Ignatia Imelda Fitriani, S.E., M.Si., dan Ibu Karika Ananda, S. Pd., M. Pd selaku Dosen Penguji yang telah memberikan saran, kritik, dan masukan yang membangun demi penyempurnaan skripsi ini.
6. Seluruh dosen dan staf Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Palangka Raya, yang telah memberikan ilmu, bantuan, dan pelayanan selama penulis menempuh pendidikan.
7. Kepala sekolah, guru, orang tua peserta didik, serta seluruh pihak di TK Pembina Jekan Raya yang telah memberikan izin, bantuan, dan kerja sama kepada penulis selama proses penelitian berlangsung.
8. Orang tua tercinta, Ayah Alm. Wilson dan Ibu Hatty, Abah Suritoni dan ibu Winarty, serta Bunda Reni yang selalu memberikan doa, kasih sayang, dukungan moral maupun material, serta semangat yang tiada henti kepada penulis.
9. Ayah mertua Darmadi dan ibu mertua Raya, yang senantiasa memberikan doa, dukungan, dan perhatian kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
10. Suami tercinta, Rizki Andika Putra, yang selalu memberikan doa, semangat, pengertian, kesabaran, serta dukungan penuh kepada penulis dalam menyelesaikan pendidikan dan penyusunan skripsi ini.
11. Anak-anakku tersayang, Gabriella Putri Vania dan Hizkia Putri Viora, yang menjadi sumber kekuatan, semangat, dan motivasi terbesar bagi penulis untuk terus berjuang menyelesaikan skripsi ini.
12. Saudara-saudaraku terkasih, Andri Inano, Anggi Julio, Alm. Tricardo, Angkestareni, Agus Sartika, Nopendi, Aji dan Amelda Rahmahwati yang telah memberikan dukungan moral maupun material, motivasi, doa, dan

memberikan kepercayaan kepada penulis untuk bisa menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

13. Saudara Iparku, Wandi, Risma, Hestiani, dan Apriana Dewi yang menjadi bagian terbaik dalam perjalanan perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.

14. Teman-teman seperjuangan dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah memberikan bantuan, dukungan, dan motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan dan penyempurnaan karya ilmiah ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis, pembaca, orang tua, pendidik, serta pihak-pihak yang berkepentingan dalam pemenuhan gizi anak usia dini melalui *Lunch Box*.

Palangka Raya, 15 Juni 2026

Penulis,

De Agnes

213030213033

## DAFTAR ISI

|                                                                    |             |
|--------------------------------------------------------------------|-------------|
| <b>HALAMAN JUDUL LUAR .....</b>                                    | <b>i</b>    |
| <b>HALAMAN JUDUL DALAM.....</b>                                    | <b>ii</b>   |
| <b>PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....</b>                           | <b>iii</b>  |
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>                         | <b>iv</b>   |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....</b>                              | <b>v</b>    |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI .....</b>                             | <b>vi</b>   |
| <b>ABSTRAK.....</b>                                                | <b>vii</b>  |
| <b>ABSTRACT.....</b>                                               | <b>viii</b> |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                         | <b>ix</b>   |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                                            | <b>xii</b>  |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                                          | <b>xv</b>   |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                                          | <b>xvi</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                                       | <b>xvii</b> |
| <b>BAB 1 PENDAHULUAN.....</b>                                      | <b>1</b>    |
| 1.1 Latar Belakang .....                                           | 1           |
| 1.2 Rumusan Masalah .....                                          | 2           |
| 1.3 Fokus Penelitian .....                                         | 3           |
| 1.4 Pembatasan Masalah.....                                        | 3           |
| 1.5 Manfaat Penelitian.....                                        | 4           |
| 1.6 Definisi Istilah .....                                         | 5           |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>                               | <b>7</b>    |
| 2.1 Teori-teori yang Relevan .....                                 | 7           |
| 2.1.1 Dini Gizi Anak .....                                         | 7           |
| 2.1.2 Peran orang tua dalam pemenuhan gizi anak .....              | 8           |
| 2.1.3 Faktor internal yang mempengaruhi pemenuhan gizi anak .....  | 9           |
| 2.1.4 Faktor Eksternal yang Mempengaruhi Pemenuhan Gizi Anak ..... | 10          |

|                                                                |           |
|----------------------------------------------------------------|-----------|
| 2.1.5 <i>Lunch Box</i> sebagai Media Pemenuhan Gizi Anak ..... | 12        |
| 2.2 Penelitian yang Relevan.....                               | 13        |
| 2.3 Kerangka Berpikir .....                                    | 15        |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>                     | <b>17</b> |
| 3.1 Pendekatan, Jenis, dan Metode Penelitian .....             | 17        |
| 3.2 Lokasi dan Subjek Penelitian .....                         | 18        |
| 3.3 Populasi dan Sampel Penelitian .....                       | 18        |
| 3.3.1 Populasi.....                                            | 18        |
| 3.3.2 Sampel.....                                              | 18        |
| 3.4 Prosedur pengumpulan data .....                            | 19        |
| 3.5 Intrumen Penelitian .....                                  | 20        |
| 3.5.1 Definisi dan Bentuk Instrumen.....                       | 20        |
| 3.5.2 Kisi-kisi Intrumen.....                                  | 20        |
| 3.5.3 Daftar Pertanyaan wawancara .....                        | 22        |
| 3.6 Uji Validitas Instrumen.....                               | 25        |
| 3.7 Teknik Analisis Data .....                                 | 28        |
| 3.8 Etika Penelitian .....                                     | 30        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMAHASAN .....</b>             | <b>32</b> |
| 4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....                      | 32        |
| 4.2 Deskripsi Hasil Penelitian.....                            | 37        |
| 4.2.1 Faktor Internal .....                                    | 42        |
| 4.2.1.1 Pengetahuan Gizi .....                                 | 42        |
| 4.2.1.2 Manajemen Waktu .....                                  | 45        |
| 4.2.1.3 Motivasi .....                                         | 48        |
| 4.2.2 Faktor Eksternal.....                                    | 49        |
| 4.2.2.1 Akses Informasi .....                                  | 49        |
| 4.2.2.2 Kondisi Ekonomi .....                                  | 51        |
| 4.2.2.3 Dukungan Sosial .....                                  | 54        |

|                                                                                                                            |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 4.2.2.4 Kondisi Lingkungan Sekolah.....                                                                                    | 55        |
| 4.2.3 Penyajian Data Berdasarkan Hasil Reduksi .....                                                                       | 58        |
| 4.2.4 Penarikan Kesimpulan Sementara .....                                                                                 | 60        |
| 4.3 Pembahasan Hasil Penelitian .....                                                                                      | 61        |
| 4.3.1 Faktor Internal dan Eksternal yang Mempengaruhi Orang Tua dalam<br>Memenuhi Gizi Anak melalui <i>Lunch Box</i> ..... | 61        |
| 4.3.1.1 Faktor Internal.....                                                                                               | 62        |
| 4.3.1.2 Faktor Eksternal .....                                                                                             | 66        |
| 4.3.2 Pengaruh Faktor Internal dan Eksternal terhadap Isi, Komposisi, dan<br>Kualitas Gizi <i>Lunch Box</i> Anak .....     | 69        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>                                                                                    | <b>74</b> |
| 5.1 Kesimpulan .....                                                                                                       | 74        |
| 5.2 Saran .....                                                                                                            | 75        |
| 5.2.1 Bagi Orang Tua .....                                                                                                 | 75        |
| 5.2.2 Bagi Pihak Sekolah.....                                                                                              | 75        |
| 5.2.3 Bagi Pelaksana Program Makan Bergizi Gratis .....                                                                    | 75        |
| 5.2.4 Bagi Tenaga Kesehatan atau Puskesmas .....                                                                           | 76        |
| 5.2.5 Bagi Peneliti Selanjutnya .....                                                                                      | 76        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>                                                                                                 | <b>77</b> |
| <b>LAMPIRAN .....</b>                                                                                                      | <b>79</b> |

## DAFTAR TABEL

|                                                          |    |
|----------------------------------------------------------|----|
| Tabel 3.1 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian .....           | 19 |
| Tabel 3.2 Pedoman Wawancara .....                        | 21 |
| Tabel 4.1 Profil TK Negeri Pembina Jekan Raya .....      | 32 |
| Tabel 4.2 Gambaran Umum Narasumber .....                 | 37 |
| Tabel 4.3 Dokumentasi Isi <i>Lunch Box</i> Anak .....    | 39 |
| Tabel 4.4 Penyajian Data Berdasarkan Hasil Reduksi ..... | 57 |

## DAFTAR GAMBAR

|                                                    |    |
|----------------------------------------------------|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....                 | 15 |
| Gambar 3.1 Prosedur Analisis Data.....             | 28 |
| Gambar 4.1 TK Negeri Pembina Jekan Raya .....      | 31 |
| Gambar 4.2 Logo TK Negeri Pembina Jekan Raya ..... | 32 |

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Kisi-Kisi Pedoman Wawancara

Lampiran 2 Instrumen Pedoman Wawancara Sebelum Validasi

Lampiran 3 Lembar Hasil Validator Pertama

Lampiran 4 Lembar Hasil Validator Kedua

Lampiran 5 Pedoman Wawancara Final Setelah Revisi

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik* (Revisi VI). Rineka Cipta.
- Black, R. E., Allen, L. H., Bhutta, Z. A., Caulfield, L. E., de Onis, M., Ezzati, M., ... & Rivera, J. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427-451.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (6th ed.). Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Depkes RI. (2010). *Pedoman gizi seimbang*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Depkes RI. (2019). *Pedoman gizi seimbang revisi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Fitriani, A. (2020). Pengaruh penggunaan *Lunch Box* terhadap kebiasaan makan sehat anak usia dini. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Anak*, 7(1), 45-52.
- Lestari, S. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi pemenuhan gizi anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 10(2), 98-105.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2020). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook* (4th ed.). Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Putri, A. R. (2022). Pengaruh pengetahuan gizi dan kesibukan orang tua terhadap kualitas makanan anak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(3), 234-240.
- Rahayu, T. (2017). Dukungan sosial dalam pemenuhan gizi anak: Studi kasus di daerah perkotaan. *Jurnal Kesehatan dan Lingkungan*, 9(1), 33-41.
- Rahman, F. (2021). Efektivitas media pembelajaran permainan balok dalam meningkatkan kemampuan kognitif anak. *Jurnal Pendidikan Anak*, 8(4), 76-84.
- Resnik, D. B. (2018). *The Ethics of Research with Human Subjects: Protecting People, Advancing Science, Promoting Trust*. Cham: Springer.
- Santoso, D. (2019). Ketersediaan bahan makanan sehat dan pengaruhnya pada pemenuhan gizi anak. *Jurnal Gizi Indonesia*, 14(2), 112-118.
- Santrock, J. W. (2021). *Child development* (15th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Statistika untuk penelitian*. Alfabeta.

- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Susanto, H. (2015). Pengaruh pola makan terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. *Jurnal Nutrisi dan Kesehatan*, 12(3), 150-156.
- Umasugi, R. (2020). Kajian pengaruh pemahaman orang tua terhadap pemenuhan gizi anak melalui *Lunch Box*. *Jurnal kesehatan pangan*, 5(2), 120-135.
- WHO. (2018). Nutrition in the first 1,000 days. World Health Organization.
- Yusoff, M. S. B. (2019). ABC of content validation and content validity index calculation. *Education in Medicine Journal*, 11(2), 49–54.