



## ISU PEMAKANAN TIDAK SEIMBANG KANAK-KANAK: PERANAN KELUARGA DAN STATUS SOSIOEKONOMI

*(The Issue of Imbalanced Nutrition Among Children: The Role of Family and Socioeconomic Status)*

Wan Nur Afni Wan Risad<sup>1</sup>, Intan Farahana Abdul Rani<sup>1\*</sup>, Nurfarhana Diana Mohd Nor<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Jabatan Pendidikan Awal Kanak-kanak, Fakulti Pembangunan Manusia, Universiti Pendidikan Sultan Idris, 35900 Tanjong Malim, Malaysia

\*Corresponding Author: [intanfarahana@fpm.upsi.edu.my](mailto:intanfarahana@fpm.upsi.edu.my)

Received: 06 October 2025 • Accepted: 12 April 2026 • Published: 30 April 2026

### *Abstract*

*Balanced nutrition constitutes a critical determinant in supporting physical growth, cognitive development, and overall well-being among children, particularly those aged between one and thirteen years in Malaysia. Adequate and high-quality nutrient intake not only facilitates optimal growth but also enhances immune function and improves academic performance. This study aims to identify the underlying factors contributing to nutritional imbalances among children. A systematic literature review approach was employed to critically evaluate and synthesize findings from previous studies addressing issues related to childhood nutritional deficiencies. A total of 34 articles were analyzed, leading to the identification of two primary factors: family influence and socioeconomic status. The findings reveal that the family plays a pivotal role in shaping children's dietary habits, while socioeconomic status significantly influences access to and the quality of nutritious food. These factors collectively contribute to disparities in nutritional outcomes among children. Accordingly, this study underscores the necessity for further research that incorporates socio-cultural contexts, economic determinants, and relevant public policies. The findings provide a foundational basis for the development of targeted and effective intervention strategies aimed at ensuring equitable access to balanced and high-quality nutrition, thereby supporting the holistic development of children.*

**Keywords:** *Nutritional Imbalance; Child Nutrition; Family Influence; Socioeconomic Background; Dietary Factors in Children.*

**Cite as:** Wan Risad, W.N.A., Abdul Rani, I.F., Mohd Nor, N.D. (2026). Isu Pemakanan Tidak Seimbang Kanak-Kanak: Peranan Keluarga Dan Status Sosioekonomi. *Asian People Journal*, 9(1), 73-87.

## Abstrak

Pemakanan seimbang merupakan elemen penting dalam menyokong pertumbuhan fizikal, perkembangan kognitif serta kesejahteraan menyeluruh kanak-kanak, khususnya dalam kalangan mereka yang berumur antara satu hingga tiga belas tahun di Malaysia. Pengambilan nutrisi yang mencukupi dan berkualiti bukan sahaja membantu pertumbuhan yang sihat, malah memperkuat sistem imun dan meningkatkan prestasi pembelajaran. Kajian ini bertujuan untuk mengenal pasti faktor yang menyumbang kepada ketidakseimbangan pemakanan dalam kalangan kanak-kanak. Pendekatan ulasan literatur secara menyeluruh telah digunakan bagi menilai dan mensintesis penemuan daripada kajian lepas berkaitan isu kekurangan nutrisi kanak-kanak. Hasil analisis terhadap 34 artikel telah mengenal pasti dua faktor utama, iaitu peranan keluarga dan status sosioekonomi. Dapatan menunjukkan bahawa keluarga mempunyai pengaruh besar dalam membentuk tabiat pemakanan kanak-kanak, manakala status sosioekonomi menentukan tahap akses dan kualiti makanan berkhasiat yang diperolehi. Justeru, kajian ini menekankan keperluan penyelidikan lanjut yang mengambil kira konteks sosio-budaya, faktor ekonomi serta dasar kerajaan yang berkaitan. Penemuan kajian ini menyediakan asas penting untuk pembangunan strategi intervensi yang berkesan dalam memastikan setiap kanak-kanak mendapat pemakanan yang seimbang dan berkualiti bagi perkembangan menyeluruh mereka.

**Kata kunci:** Pemakanan Tidak Seimbang; Faktor Pemakanan Kanak-Kanak; Peranan Keluarga; Status Sosioekonomi; Pemakanan Kanak-Kanak.

## PENGENALAN

Pemakanan yang sihat merupakan komponen asas dalam mengekalkan tahap kesihatan yang optimum. Nutrien daripada diet seimbang membekalkan tenaga serta menyokong fungsi fisiologi tubuh secara menyeluruh. Berdasarkan garis panduan Piramid Makanan Malaysia (2020), pengambilan makanan yang seimbang melibatkan semua kumpulan makanan dengan kadar yang sesuai, bermula daripada aras bawah piramid dengan kuantiti yang lebih besar dan semakin berkurangan ke arah aras atas. Oleh itu, amalan pemakanan seimbang perlu diterapkan sejak awal usia kanak-kanak bagi memastikan pengambilan nutrien yang mencukupi termasuk karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan kalori yang bersesuaian mengikut peringkat umur mereka. Hal ini penting untuk menyokong pertumbuhan dan perkembangan kanak-kanak secara menyeluruh merangkumi aspek fizikal, kognitif, bahasa dan sosioemosi (Roslan et al., 2022).

Pemahaman terhadap mekanisme yang mempengaruhi amalan pemakanan dalam kalangan kanak-kanak amat penting agar pendekatan yang bersesuaian dapat dirangka dan diterapkan secara berkesan. Tingkah laku pemakanan merupakan hasil daripada interaksi kompleks antara faktor fisiologi, psikologi dan persekitaran (Wood et al., 2018). Selain itu, faktor genetik turut memberi kesan terhadap pilihan makanan dan pola pemakanan individu sejak awal usia. Justeru, usaha untuk memupuk amalan pemakanan seimbang dalam kalangan kanak-kanak memerlukan pendekatan yang holistik merangkumi kesemua faktor tersebut.

Dalam konteks persekitaran, pelbagai elemen turut mempengaruhi tabiat pemakanan kanak-kanak seperti akses kepada makanan sihat, suasana dan amalan dalam keluarga, pengaruh rakan sebaya, iklan makanan serta norma budaya masyarakat. Faktor-faktor ini bukan sahaja mempengaruhi pilihan makanan individu, malah turut memberi kesan terhadap tahap kesihatan masyarakat secara keseluruhan. Sebagai contoh, ketersediaan makanan

segera yang meluas di kawasan bandar telah mendorong kepada kecenderungan pemilihan makanan tidak sihat walaupun masyarakat mempunyai kesedaran tentang kepentingan pemakanan yang seimbang.

Persekitaran keluarga turut memainkan peranan penting dalam membentuk tabiat pemakanan anak-anak, di mana amalan pemakanan ibu bapa sering menjadi model yang diteladani oleh mereka. Corak pemakanan dalam keluarga seperti penyediaan makanan seimbang serta budaya makan bersama memberi pengaruh langsung terhadap kecenderungan pemakanan anak-anak. Selain itu, faktor sosioekonomi seperti tahap pendapatan dan pendidikan ibu bapa juga memberi kesan terhadap akses kepada makanan berkhasiat serta kesedaran mengenai kepentingan diet seimbang. Keluarga berpendapatan rendah cenderung memilih makanan yang lebih murah dan kurang berkhasiat disebabkan kekangan kewangan dan akses yang terhad kepada sumber makanan sihat. Dalam masa yang sama, tahap pendidikan ibu bapa pula mempengaruhi tahap kesedaran terhadap amalan pemakanan sihat yang secara langsung memberi kesan terhadap pilihan pemakanan anak-anak mereka.

Kepentingan memahami dan menangani isu tingkah laku pemakanan dalam kalangan kanak-kanak menjadi semakin mendesak apabila merujuk kepada statistik global yang membimbangkan. Menurut laporan Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO, 2023), pada tahun 2022, sebanyak 52% daripada jumlah keseluruhan kanak-kanak yang mengalami masalah terbantut berada di Asia, manakala 43% berada di Afrika. Bagi isu kekurangan berat badan, seramai 70% kanak-kanak yang terjejas juga berada di Asia berbanding 27% di Afrika. Selain itu, 48% kanak-kanak yang mengalami masalah berat badan berlebihan turut direkodkan di Asia, berbanding 28% di Afrika. Statistik ini jelas menunjukkan bahawa Asia mencatatkan peratusan tertinggi bagi ketiga-tiga indikator kekurangan zat makanan (terbantut, susut berat badan dan berat badan berlebihan) lantas menekankan keperluan bagi pelaksanaan intervensi pemakanan yang menyeluruh dan berkesan, terutamanya di wilayah Asia dan Afrika (WHO, 2023).

Menurut Bandura (1991), pengetahuan dan kemahiran seseorang dalam membuat keputusan dapat mempengaruhi tingkah laku mereka, termasuk dalam aspek pemilihan makanan yang sihat. Ini menunjukkan bahawa pendidikan pemakanan yang berkesan memainkan peranan penting dalam membentuk tabiat pemakanan sihat sejak usia kanak-kanak. Penemuan ini disokong oleh kajian Norruzeyati et al. (2021) serta Yanti, et al. (2020) yang mengenal pasti pelbagai faktor penyumbang kepada masalah pemakanan kanak-kanak, termasuk faktor genetik, status sosioekonomi, psikologi, amalan diet, aktiviti fizikal dan gaya hidup. Kajian oleh Md. Isa dan Abu Bakar (2021) turut menunjukkan bahawa tabiat pemakanan kanak-kanak dipengaruhi oleh ibu bapa atau pengasuh, latar belakang sosioekonomi keluarga dan jenis makanan yang diambil secara rutin. Dalam hal ini, Mahmood et al. (2021) dan Almeida et al. (2021) menegaskan bahawa penglibatan aktif ibu bapa dalam pemantauan dan perancangan pemakanan anak-anak dapat memastikan pengambilan makanan yang lebih sihat dan seimbang menyumbang kepada pembangunan fizikal dan kognitif yang lebih baik.

Selain itu, laporan oleh Tabung Kanak-Kanak Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu menyatakan faktor ekonomi turut memainkan peranan penting dalam menentukan tahap pemakanan sihat dalam kalangan kanak-kanak. Menurut UNICEF (2023), sebanyak 97% isi rumah melaporkan bahawa kenaikan harga barang merupakan cabaran utama dalam penyediaan makanan berkhasiat untuk anak-anak. Laporan seterusnya oleh UNICEF (2020) pula menekankan bahawa kekurangan bekalan makanan yang berterusan memberi kesan langsung terhadap kualiti pemakanan dalam sesebuah keluarga. Situasi ini memberikan kesan negatif terhadap kesihatan kanak-kanak, khususnya dalam kalangan keluarga berpendapatan rendah yang berdepan kesukaran mendapatkan makanan berkhasiat dan mencukupi, sekali gus meningkatkan risiko kekurangan nutrien dan masalah kesihatan berkaitan.

Kadaan ini secara tidak langsung membuktikan bahawa isu pemakanan kanak-kanak bukan sahaja berkaitan dengan faktor dalaman seperti tingkah laku individu atau amalan pemakanan dalam keluarga, tetapi turut dipengaruhi oleh tekanan ekonomi global yang semakin mencabar. Oleh itu, isu ini memerlukan pendekatan intervensi yang bersifat menyeluruh dan bersepadu, melibatkan aspek pendidikan pemakanan, sokongan sosial, serta pelaksanaan dasar kesihatan awam yang lebih inklusif dan responsif terhadap keperluan masyarakat. Sehubungan dengan itu, kajian ini dijalankan untuk mengenal pasti faktor-faktor yang menyumbang kepada masalah pemakanan tidak seimbang dalam kalangan kanak-kanak. Penulis turut berharap agar penemuan kajian ini dapat memberi panduan dalam merangka strategi intervensi yang berkesan untuk mendorong amalan pemakanan seimbang demi memastikan pertumbuhan dan perkembangan kanak-kanak yang menyeluruh dan optimum.

## METODOLOGI

Bagi mengenal pasti, menilai dan mensintesis dapatan kajian terdahulu mengenai isu pemakanan tidak seimbang dalam kalangan kanak-kanak, kajian ini mengaplikasikan metodologi ulasan literatur sistematik. Bagi memastikan ketelusan, kebolehpercayaan dan ketelitian dalam proses pemilihan kajian, prosedur ulasan ini dilaksanakan berpandukan garis panduan PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*). Pencarian literatur dilakukan melalui repositori pangkalan data akademik terkemuka seperti ERIC, Scopus dan Web of Science (WoS). Bagi mendapatkan liputan yang menyeluruh terhadap isu kajian, beberapa kata kunci telah digunakan seperti "*makanan tidak seimbang untuk kanak-kanak*", "*faktor pemakanan keluarga*", "*neophobia makanan*", "*status sosioekonomi*", "*makanan kanak-kanak*", "*kurang berat badan*" dan "*malnutrisi*". Kata kunci ini digabungkan menggunakan operator Boolean (AND, OR, NOT) untuk meningkatkan ketepatan dan keluasan carian. Kriteria inklusi dan eksklusi telah ditetapkan bagi memastikan hanya artikel yang relevan dianalisis. Kajian ini memberi tumpuan kepada kajian empirikal yang meneliti peranan keluarga dan status sosioekonomi dalam mempengaruhi corak pemakanan seimbang kanak-kanak. Artikel bukan empirikal serta artikel yang tidak mempunyai akses penuh telah dikecualikan.

Artikel yang dipilih mestilah diterbitkan antara tahun 2020 hingga 2023, ditulis dalam bahasa Melayu atau Inggeris dan melibatkan kanak-kanak berumur antara satu hingga tiga belas tahun. Daripada sejumlah 4,383 artikel yang dikenal pasti dalam carian awal, sebanyak 34 artikel memenuhi kriteria dan dimasukkan ke dalam ulasan ini. Dapatan daripada artikel yang terpilih dianalisis menggunakan kaedah sintesis naratif, iaitu satu pendekatan yang bersifat deskriptif dan interpretatif dalam mengenal pasti tema dan pola utama daripada literatur sedia ada. Kaedah ini digunakan bagi menyusun serta mentafsir dapatan secara sistematik tanpa melibatkan analisis statistik atau pengkodan tematik yang kompleks. Proses sintesis naratif dalam kajian ini dilaksanakan dalam tiga peringkat utama. Pertama, proses pengenalanpastian tema dan kategori, di mana dapatan daripada kajian terdahulu diklasifikasikan mengikut tema utama seperti pengaruh keluarga dan status sosioekonomi terhadap pemakanan kanak-kanak. Kedua, perbandingan dan interpretasi yang merangkumi analisis terhadap persamaan, perbezaan serta pola yang berulang dalam hasil kajian. Ketiga, peringkat sintesis yang merumuskan dapatan dalam bentuk naratif berstruktur bagi membentuk gambaran yang lebih holistik terhadap isu yang dikaji.

Akhirnya, dapatan kajian dilaporkan berdasarkan tema-tema yang telah dikenal pasti dan perbincangan turut merangkumi jurang pengetahuan dalam literatur serta cadangan untuk penyelidikan akan datang. Pendekatan sistematik ini membolehkan kajian ini memberikan pemahaman menyeluruh tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pemakanan seimbang dalam kalangan kanak-kanak serta mengenal pasti aspek yang masih belum diterokai secara mendalam dalam penyelidikan terdahulu.

## HASIL DAN PERBINCANGAN

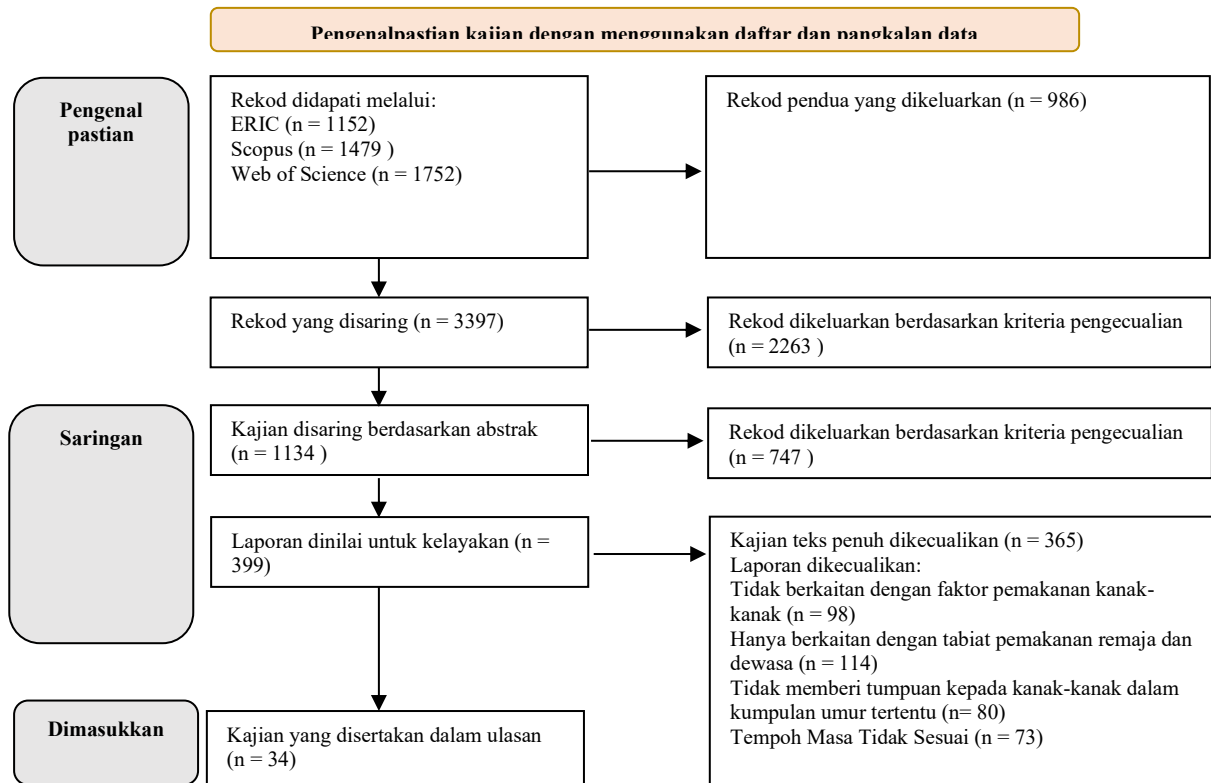
Bahagian ini membentangkan dapatan hasil saringan dan pemilihan artikel yang dilaksanakan secara sistematik berlandaskan item pelaporan PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), bagi memastikan hanya kajian yang relevan dengan objektif penyelidikan disertakan. Secara keseluruhan, sebanyak 4,383 artikel telah dikenal pasti melalui carian dalam pelbagai pangkalan data yang diiktiraf seperti PubMed, Scopus, Web of Science, dan ScienceDirect.

Daripada jumlah tersebut, hanya 3,397 artikel memenuhi kriteria awal yang ditetapkan, iaitu terdiri daripada artikel empirikal yang diterbitkan antara tahun 2020 hingga 2024 dalam bidang kesihatan dan kanak-kanak. Sebanyak 986 artikel pendua telah disingkirkan melalui proses penyahduaan, menjadikan 1,134 artikel yang layak untuk dipertimbangkan seterusnya. Kemudian, 399 artikel disaring secara lebih terperinci berdasarkan kesesuaian dengan objektif dan skop kajian. Hasil semakan lanjut mendapati 365 artikel tidak memenuhi keperluan kajian ini kerana tidak memenuhi kriteria metodologi atau konteks populasi sasaran. Seperti yang ditunjukkan dalam Rajah 1 (*PRISMA Flow Diagram*), hanya 34 artikel akhir telah dipilih untuk dianalisis secara menyeluruh.

Proses penilaian kualiti artikel dilakukan menggunakan JBI Critical Appraisal Checklist for Analytical Cross-Sectional Studies bagi memastikan kesahihan dan ketekalan metodologi kajian yang dipilih. Satu Jadual Ringkasan Kajian (Jadual 1) turut disediakan bagi merumuskan maklumat utama daripada 34 artikel tersebut termasuk pengarang, tahun penerbitan, reka bentuk kajian, saiz sampel, dan dapatan utama. Kriteria pemilihan artikel dalam prosedur ini adalah seperti hanya artikel jurnal yang diterbitkan dalam pangkalan data yang diiktiraf digunakan, penerbitan lain seperti laporan teknikal, artikel bukan empirikal dan artikel popular tidak diambil kira dan artikel mestilah ditulis dalam Bahasa Melayu atau Bahasa Inggeris, dan diterbitkan dalam tempoh lima tahun terakhir (2020–2023).

Penumpuan terhadap artikel terkini ini adalah selaras dengan saranan penyelidikan terdahulu yang menunjukkan bahawa kajian-kajian baharu biasanya mempunyai tahap kematangan, kesahihan dan kualiti penulisan yang lebih tinggi (Kraus et al., 2020). Pemilihan tempoh ini juga mempertimbangkan konteks pasca pandemik COVID-19, yang telah memberi kesan ketara terhadap corak pemakanan dan kesejahteraan kanak-kanak. Fokus utama kajian ini adalah untuk mengenal pasti faktor-faktor yang mempengaruhi amalan pemakanan seimbang dalam kalangan kanak-kanak berumur satu hingga tiga belas tahun, yang merupakan fasa kritikal dalam perkembangan fizikal, kognitif dan sosial. Tabiat pemakanan yang terbentuk dalam tempoh usia ini berupaya mempengaruhi corak kesihatan sepanjang hayat (Jarman et al., 2022; Wood et al., 2018).

Tabiat pemakanan kanak-kanak dipengaruhi oleh peranan keluarga. Gaya hidup ibu bapa, makanan yang dimakan dan cara keluarga berinteraksi semasa makan mempunyai kesan yang ketara ke atas persepsi dan tingkah laku anak-anak terhadap pemakanan (Berge et al., 2020; Costa & Oliveira, 2023). Menurut Berge et al. (2020), Ibu bapa yang menghadapi tekanan emosi atau kurang pengetahuan nutrisi cenderung mengamalkan pemakanan yang tidak konsisten, seterusnya mendorong kepada masalah seperti neofobia makanan dan cerewet dalam pemakanan (American College of Pediatricians, 2021; Musa et al., 2021). Selain itu, waktu makan bersama keluarga membantu mengukuhkan hubungan kekeluargaan sambil menggalakkan pemakanan sihat. Oleh itu, sokongan keluarga yang positif dan pendedahan kepada pelbagai jenis makanan sejak awal kehidupan merupakan kunci dalam membentuk tabiat pemakanan seimbang dalam kalangan kanak-kanak (Prasetyo et al., 2023).



Rajah 1: Aliran proses pemilihan penyelidikan menggunakan item pelaporan pilihan untuk ulasan sistematik (PRISMA) yang diadaptasi daripada kajian oleh Moher et al. (2015)

Faktor status sosioekonomi pula memainkan peranan penting dalam menentukan akses kepada makanan sihat dan mempengaruhi tabiat pemakanan kanak-kanak. Keluarga berpendapatan rendah sering menghadapi kekangan kewangan, harga makanan yang tinggi dan akses terhadap makanan berkhasiat mendorong mereka bergantung kepada makanan murah tetapi kurang bernutrisi. Tahap pendidikan ibu bapa turut mempengaruhi pengetahuan tentang pemakanan sihat, manakala kemiskinan bandar menambah cabaran dengan menghadkan ketersediaan makanan segar. Akibatnya, kanak-kanak berisiko mengalami malnutrisi, obesiti atau kekurangan zat makanan. Oleh itu, ketidaksamarataan sosioekonomi menjadi penghalang utama dalam usaha mempromosikan pemakanan sihat dan seimbang dalam kalangan keluarga berpendapatan rendah Nasir et al., (2021).

Kedua-dua faktor ini mempunyai pengaruh signifikan terhadap pembentukan tabiat pemakanan kanak-kanak, termasuk risiko mengalami isu seperti neofobia makanan, pemakanan cerewet, dan malnutrisi (Torres et al., 2020; Govender et al., 2021). Peranan keluarga merupakan salah satu faktor utama yang membentuk tabiat pemakanan kanak-kanak (Acharya & Acharya, 2020; Costa & Oliveira, 2023). Gaya hidup ibu bapa, pemilihan makanan, dan cara interaksi semasa waktu makan mempunyai pengaruh langsung terhadap persepsi serta tingkah laku pemakanan anak-anak (Eicher-Miller et al., 2023; Wäsche et al., 2021).

Kajian menunjukkan bahawa ibu bapa yang mengalami tekanan psikososial atau kurang berpengetahuan mengenai pemakanan sihat cenderung untuk mengamalkan corak pemakanan yang tidak konsisten, sekali gus meningkatkan risiko berlakunya neofobia makanan dan pemilihan makanan yang cerewet (Berge et al., 2020; Pasztak-Opilka et al., 2020; Prasetyo et al., 2023). Tambahan pula, amalan makan bersama keluarga bukan sahaja

memperkukuh hubungan kekeluargaan, malah membentuk rutin makan yang sihat (Wasche et al., 2021; Israr et al., 2022). Oleh itu, sokongan keluarga yang positif dan pendedahan awal kepada pelbagai jenis makanan berkhasiat berupaya mewujudkan asas tabiat pemakanan seimbang dalam kalangan kanak-kanak (Costa et al., 2021; Aulia Qodrina & Kurnia Sinuraya, 2021).

Status sosioekonomi keluarga merupakan penentu utama kepada akses dan kualiti pemakanan kanak-kanak (Eicher-Miller et al., 2023). Keluarga berpendapatan rendah sering menghadapi halangan kewangan, harga makanan yang tinggi, dan akses yang terhad kepada sumber makanan berkhasiat, yang menyebabkan mereka lebih bergantung kepada makanan murah namun kurang nilai nutrisi (Govender et al., 2021; Torres et al., 2020). Di samping itu, tahap pendidikan ibu bapa turut mempengaruhi tahap literasi pemakanan mereka (Costa et al., 2021). Dalam konteks kemiskinan bandar, keterhadapan kepada pilihan makanan segar dan sihat menjadi lebih parah. Implikasi langsungnya adalah peningkatan risiko dalam kalangan kanak-kanak untuk mengalami masalah kekurangan zat makanan, malnutrisi, atau obesiti (Pasztak-Opiłka et al., 2020; Costa & Oliveira, 2023). Justeru, ketidaksamarataan sosioekonomi harus dilihat sebagai cabaran struktur utama yang menghalang pelaksanaan pemakanan sihat dalam kalangan populasi berpendapatan rendah (Prasetyo et al., 2023). Jadual 1 menunjukkan ringkasan naratif yang dimasukkan dalam penulisan ini berdasarkan kriteria yang dipilih iaitu faktor pemakanan tidak seimbang yang melibatkan kanak-kanak. Terdapat dua faktor yang dikenal pasti iaitu peranan keluarga dan status sosioekonomi. Kedua-dua faktor ini memainkan peranan penting dalam mempengaruhi tabiat pemakanan kanak-kanak, termasuk risiko terhadap masalah pemakanan seperti neofobia makanan, pemakanan cerewet dan malnutrisi (Mahmood et al., 2021; Musa et al., 2021; Snuggs & Harvey, 2023).

Keperluan pemakanan kanak-kanak berbeza mengikut tahap perkembangan fisiologi dan psikososial mereka. Sehubungan itu, pendekatan ibu bapa dalam mendidik anak-anak mengenai pemakanan perlu disesuaikan secara progresif mengikut kematangan kognitif, emosi, dan sosial mereka (Md Isa & Abu Bakar, 2021). Bagi bayi dan awal kanak-kanak, pemakanan responsif yang menghormati isyarat lapar dan kenyang berupaya memupuk kawalan sendiri terhadap selera makan serta meningkatkan penerimaan terhadap makanan baharu (Costa & Oliveira, 2023). Pada peringkat kanak-kanak pertengahan, struktur pemakanan yang konsisten termasuk jadual makan yang tetap, pemantauan makanan di rumah, serta pemberian autonomi terkawal dalam pemilihan makanan adalah penting (Costa et al., 2021). Apabila mencapai usia remaja, kawalan langsung ibu bapa mula berkurang, namun pemantauan sederhana dan sokongan psikososial masih diperlukan (Vertel et al., 2024).

Jadual 1: Ringkasan Naratif Tiga Puluh Empat (34) Kajian yang Mengkaji Pemakanan Seimbang dalam Kalangan Kanak-Kanak

Bil	Penulis	Dapatan
<b>Tema Peranan Keluarga</b>		
1.	Acharya & Acharya (2020)	Keluarga memainkan peranan penting dalam membentuk corak pemakanan kanak-kanak melalui penyediaan makanan di rumah, amalan pemakanan ibu bapa, dan galakan terhadap pemakanan sihat.
2.	Al Yazeedi et al. (2020)	Pemakanan kanak-kanak dipengaruhi oleh tahap pendidikan ibu bapa, pendapatan keluarga, serta corak pemakanan dan aktiviti fizikal keluarga.

Sub Tema:  
Tingkalaku  
Cara  
Pengambilan

3.	Aulia Qodrina & Kurnia Sinuraya (2021)	Isu pemakanan kanak-kanak dipengaruhi oleh pengetahuan ibu, pola asuh, status pemakanan, ekonomi keluarga, serta akses kepada sanitasi dan kesihatan.	Makanan
4.	Ayala et al. (2021)	Persekitaran sosial yang merangkumi norma budaya, keibubapaan dan sokongan komuniti memainkan peranan penting dalam mempengaruhi risiko obesiti di kalangan kanak-kanak.	Sub Tema: Keadaan Persekitaran
5.	Berge et al. (2020)	Tekanan ibu bapa dan ketidakjaminan makanan mempengaruhi amalan pemakanan serta tingkah laku makan kanak-kanak dengan cara yang berbeza.	
6.	Hisham dan Yahaya (2020)	Faktor kemiskinan menyukarkan keluarga mendapatkan makanan sihat. Mereka juga tidak mempunyai pengetahuan yang mencukupi tentang pentingnya nutrisi harian.	
7.	Eicher-Miller et al. (2023)	Kualiti pemakanan dalam isi rumah berpendapatan rendah dipengaruhi oleh peranan keluarga, termasuk amalan pemakanan ibu bapa dan sokongan terhadap tabiat makan anak-anak.	
8.	Prasetyo et al. (2023)	Pendidikan pemakanan ibu memainkan peranan penting dalam meningkatkan status pemakanan dan kesihatan kanak-kanak.	
9.	Rahayuwati et al., (2023)	Status pekerjaan ibu dikenal pasti mempunyai hubungan dengan masalah bantut dalam kalangan kanak-kanak berumur bawah lima tahun.	
10.	Pasztak-Opilka et al. (2020)	Masalah emosi dan tingkah laku ibu cenderung untuk mengamalkan pemakanan yang tidak konsisten, waktu makan tidak berstruktur serta makan secara emosional.	
11.	Torres et al. (2020)	Faktor utama yang mempengaruhi neofobia makanan termasuk pengaruh ibu bapa terhadap tabiat pemakanan anak.	
12.	Costa et al. (2021)	Cara ibu bapa mengawal pemakanan anak-anak mempengaruhi tabiat makan mereka dan sebaliknya.	
13.	Govender et al. (2021)	Masalah malnutrisi dalam kalangan kanak-kanak bawah lima tahun berpunca daripada faktor individu, keadaan isi rumah dan persekitaran komuniti.	
14.	Wäsche et al. (2021)	Interaksi keluarga dan masa bersama keluarga, yang sering direalisasikan melalui waktu makan bersama, merupakan faktor utama bagi kesihatan keluarga berkaitan pemakanan dan aktiviti fizikal	Sub Tema: Faktor Ekologi
15.	Nasir et al., (2021)	Faktor genetik, sosioekonomi, psikologi, diet, aktiviti fizikal dan gaya hidup menyumbang kepada obesiti dan lebihan berat badan kanak-kanak.	
16.	Md Isa, K. N., & Abu Bakar, K. (2021)	Peranan dan gaya keibubapaan merupakan faktor yang mempengaruhi perkembangan kanak-kanak.	

17. Israr et al. (2022)	Dapatan utama menunjukkan bahawa keputusan pemakanan tidak hanya ditentukan oleh ibu, tetapi juga oleh ahli keluarga lain seperti bapa, nenek, dan saudara mara, terutama dalam masyarakat bukan Barat.	
18. Regassa dan Stoecker (2022)	Kadar terbantut dalam kalangan kanak-kanak sekolah dipengaruhi oleh faktor demografi seperti umur dan jantina, faktor sosioekonomi seperti saiz keluarga dan kekerapan makan, serta faktor persekitaran seperti akses kepada sanitasi yang baik.	
19. Costa & Oliveira (2023)	Amalan pemakanan ibu bapa mempengaruhi cara kanak-kanak makan.	
<b>Tema Peranan Sosioekonomi</b>		
20. Vertel et al. (2024)	Persekitaran keluarga yang kondusif memainkan peranan penting dalam membentuk keperibadian yang menyeluruh.	Sub Tema Sosio-Persekitaran
21. Hisham & Yahaya (2020)	Hasil kajian menunjukkan bahawa sebagai akibat daripada kemiskinan bandar, terdapat responden yang menghadapi kesukaran untuk mendapatkan makanan sihat.	
22. Jimeno-Martínez et al. (2021)	Kajian ini mendapati faktor kemiskinan, harga makanan yang tinggi dan akses terhad kepada kedai makanan sihat merupakan punca utama ketidaksetaraan pemakanan dalam kalangan keluarga berpendapatan rendah.	
23. Jarman et al. (2022)	Pemakanan kanak-kanak prasekolah dipengaruhi oleh peranan ibu bapa, ciri individu, persekitaran isi rumah, pengaruh sekolah dan faktor luaran.	
24. Utami et al., (2023)	Faktor status pemakanan ibu bapa, tahap pendidikan ibu, sanitasi yang buruk dan tinggal di luar bandar menentukan status pemakanan kanak-kanak.	
25. Katre dan Raddatz (2023)	Amalan pemakanan bertambah baik apabila halangan utama terhadap pengambilan makanan sihat seperti masa, pendidikan dan pengangkutan dapat ditangani.	
26. Liberali et al. (2020)	Keluarga berpendapatan rendah lebih terdedah kepada makanan murah dan tidak berkhasiat, yang meningkatkan risiko obesiti atau kekurangan zat dalam kalangan kanak-kanak.	
27. Mkhize dan Sibanda (2020)	Masalah malnutrisi kanak-kanak di Afrika Selatan merupakan masalah yang kompleks, dipengaruhi oleh faktor ekonomi, sosial dan persekitaran.	Sub Tema Sosioekonomi
28. Van der Heijden et al. (2021)	Keluarga daripada kumpulan sosioekonomi rendah menyedari betapa pentingnya untuk mematuhi diet yang sihat, tetapi mereka menghadapi masalah dengan wang, masa dan pengaruh sosial yang menyukarkan mereka untuk melakukannya.	
29. Vilar-Compte et al.	Isu kekangan kewangan, ketersediaan makanan sihat yang terhad	

---

(2021)	dan faktor sosiobudaya yang mempengaruhi pilihan makanan.
30. Khan et al. (2022)	Faktor sosioekonomi memainkan peranan utama dalam menentukan status pemakanan kanak-kanak sekolah dan remaja awal.
31. Ravikumar et al. (2022)	Faktor seperti kemiskinan, kos makanan, kekurangan akses kepada makanan sihat, dan pengaruh persekitaran sosial menjadi penghalang utama.
32. Widyaningsih et al. (2022)	Kajian ini mendapati bahawa masalah terbantut dalam kalangan kanak-kanak di Indonesia dipengaruhi oleh faktor biologi, sosioekonomi, dan lokasi kediaman.
33. Gaupholm et al. (2023)	Elemen sosial, budaya dan ekonomi seperti harga makanan, kemampuan membeli, norma budaya, serta akses kepada makanan sihat merupakan faktor utama yang menentukan corak pemakanan dan status pemakanan.
34. Lee et al. (2023)	Kebanyakan keluarga tidak mampu membeli makanan berkhasiat dan terpaksa bergantung kepada program bantuan makanan dan pemakanan selepas pandemik COVID-19.

---

Keluarga sebagai institusi sosial asas memainkan peranan kritikal dalam pembentukan norma dan tabiat pemakanan anak-anak. Fungsi keluarga bukan sahaja terbatas sebagai penyedia makanan fizikal, tetapi turut melibatkan penciptaan persekitaran makan yang positif, peneguhan disiplin waktu makan, serta penanaman tingkah laku pemakanan melalui teladan ibu bapa (Acharya & Acharya, 2020; Israr et al., 2022). Tindakan ibu bapa yang mengamalkan diet seimbang dan gaya hidup sihat secara konsisten akan membentuk model pemakanan yang mudah ditiru oleh anak-anak (Costa & Oliveira, 2023). Pendedahan awal terhadap amalan pemakanan seimbang serta budaya makan yang menyokong kesejahteraan nutrisi menjadi asas kepada pembentukan generasi sihat yang mampu menangani cabaran pemakanan moden secara lestari (Noviri et al., 2023). Selain itu, faktor biologi seperti kecenderungan genetik dan faktor persekitaran seperti pendedahan awal kepada pelbagai makanan turut memainkan peranan dalam membentuk selera serta tingkah laku pemakanan kanak-kanak.

Kajian menunjukkan bahawa kanak-kanak yang kerap didedahkan kepada makanan pelbagai sejak awal usia cenderung membentuk sikap terbuka terhadap makanan baharu dan mengamalkan corak pemakanan yang lebih seimbang (Torres et al., 2020; Al Yazeedi et al., 2020). Namun, interaksi antara faktor biologi dan persekitaran boleh menjadi kompleks dan dipengaruhi oleh rangsangan sensori, norma budaya serta pengaruh keluarga (Ayala et al., 2021). Status sosioekonomi berperanan sebagai penentu struktur kepada corak pemakanan keluarga. Keluarga berpendapatan rendah lazimnya berdepan kekangan kewangan yang menghadkan akses kepada makanan berkhasiat, seterusnya mendorong pemilihan makanan murah, berkalori tinggi dan kurang nilai nutrisi (Liberali et al., 2020; Mkhize & Sibanda, 2020). Ketidaksamarataan ini menjadi lebih ketara di kawasan luar bandar yang berhadapan dengan kekurangan pasar raya, harga makanan sihat yang tinggi serta cabaran logistik (Jimeno-Martínez et al., 2021; Widyaningsih et al., 2022). Di kawasan bandar pula, tekanan kos sara hidup memburukkan lagi kemampuan keluarga untuk membuat pilihan pemakanan seimbang (Hisham & Yahaya, 2020; Van der Heijden et al., 2021).

Kitaran pemakanan tidak seimbang terbentuk apabila tekanan sosioekonomi dan amalan keluarga tidak menyokong pemakanan adaptif. Faktor seperti kekurangan pendedahan terhadap makanan sihat, penggunaan paksaan semasa waktu makan serta ketidakseragaman dalam struktur pemakanan mencetuskan neofobia makanan iaitu ketakutan mencuba makanan baharu (Pasztak-Opiłka et al., 2020; Torres et al., 2020). Keadaan ini mewujudkan kitaran pemakanan negatif yang menghalang penerimaan kanak-kanak terhadap makanan baharu dan menjejaskan pengambilan nutrisi (Berge et al., 2020; Ravikumar et al., 2022). Jika tidak ditangani, ia boleh membawa kepada risiko jangka panjang seperti obesiti, diabetes dan penyakit tidak berjangkit (Nasir et al., 2021; Musa et al., 2021; Moliterno et al., 2024).

Dalam menangani cabaran ini, pendekatan menyeluruh yang melibatkan keluarga, komuniti dan institusi pendidikan amat diperlukan. Salah satu kaedah yang berkesan ialah melalui modul pengajaran berstruktur yang disasarkan kepada kanak-kanak dan ibu bapa. Modul seperti ini berkesan meningkatkan pemahaman serta motivasi untuk mengamalkan pemakanan sihat (Wan Risad et al., 2023). Justeru, intervensi berbentuk pendidikan kesihatan awam perlu dirangka secara strategik dan berasaskan bukti. Ia perlu meliputi pendekatan kontekstual, interaktif, serta sesuai dengan realiti sosioekonomi masyarakat (Musa et al., 2021; Moliterno et al., 2024). Amalan makan bersama keluarga wajar digalakkan. Ia terbukti meningkatkan pengambilan makanan sihat dan memperkukuh hubungan sosial dalam keluarga (Wäsche et al., 2021; Snuggs & Harvey, 2023; American College of Pediatricians, 2021). Namun begitu, terdapat jurang dalam kajian sedia ada. Antaranya ialah isu diskriminasi dalam pemakanan, perbezaan pola pemakanan luar bandar dan bandar serta aspek jantina (Regassa & Stoecker, 2022; Jarman et al., 2022; Khan et al., 2022). Kebanyakan kajian lebih tertumpu kepada negara maju, manakala kajian di negara membangun seperti Malaysia masih terhad (Vilar-Compte et al., 2021; Gaupholm et al., 2023).

## KESIMPULAN

Ulasan literatur ini telah mengupas secara komprehensif dapatan daripada 34 kajian lepas yang meneliti pelbagai faktor yang mempengaruhi corak pemakanan dan kesihatan kanak-kanak. Analisis mendapati bahawa peranan institusi keluarga serta status sosioekonomi merupakan penentu utama kepada amalan pemakanan seimbang dalam kalangan kanak-kanak. Elemen seperti sokongan keluarga, tahap literasi pemakanan ibu bapa, dan akses fizikal serta kewangan kepada makanan sihat memainkan peranan signifikan dalam membentuk tabiat pemakanan anak-anak. Akhirnya, usaha bersepadu yang melibatkan ibu bapa, institusi pendidikan, komuniti tempatan serta agensi pembuat dasar adalah amat penting dalam membentuk ekosistem pemakanan yang menyokong kesihatan kanak-

kanak secara menyeluruh. Intervensi pemakanan yang berkesan tidak hanya bergantung kepada pendekatan individu, tetapi memerlukan kerangka sokongan sistemik yang mengintegrasikan pendidikan, polisi sosial, dan inisiatif komuniti. Sehubungan itu, kajian masa hadapan disarankan untuk meneroka pendekatan integratif yang mengutamakan prinsip kesaksamaan dalam akses terhadap makanan sihat, serta mempertimbangkan pelbagai dimensi sosial, ekonomi, geografi dan budaya.

Secara keseluruhannya, penemuan daripada analisis literatur ini memberikan implikasi besar terhadap dasar pemakanan, intervensi kesihatan awam dan amalan pendidikan pemakanan. Pendekatan holistik yang merangkumi usaha memperkukuh kesedaran keluarga tentang pemakanan sihat, meningkatkan akses kepada makanan berkhasiat, serta mengurangkan ketidaksetaraan sosioekonomi dilihat berpotensi menyumbang kepada perubahan positif dalam pemakanan kanak-kanak. Analisis literatur ini turut mengenal pasti kekuatan dan keterbatasan dalam kajian-kajian terdahulu, sekali gus mendedahkan jurang penyelidikan yang signifikan.

Kekuatan yang ditemui, khususnya dari segi metodologi dan fokus terhadap faktor keluarga serta sosioekonomi, boleh menjadi asas kukuh dalam memperkukuh penyelidikan masa depan berkaitan pemakanan seimbang kanak-kanak. Namun begitu, terdapat kekurangan yang ketara dalam penerokaan aspek budaya, penilaian jangka panjang, serta pengaruh interseksionaliti seperti jantina, status ekonomi dan lokasi geografi terhadap corak pemakanan.

Selain itu, cabaran praktikal seperti tingkah laku pemakanan selektif (*picky eating*) dan tahap kesedaran yang rendah dalam kalangan ibu bapa terhadap kepentingan pemakanan seimbang menuntut pendekatan intervensi yang lebih komprehensif, inovatif, dan disesuaikan dengan konteks komuniti setempat. Oleh itu, agenda penyelidikan yang lebih luas dan holistik diperlukan bagi menangani isu-isu ini secara bersepadu. Akhirnya, usaha bersepadu yang melibatkan ibu bapa, institusi pendidikan, komuniti dan agensi pembuat dasar adalah kritikal dalam membentuk persekitaran pemakanan yang kondusif. Kajian masa depan disarankan untuk meneroka pendekatan integratif yang menekankan kesaksamaan dalam akses kepada makanan sihat, serta mengambil kira pelbagai dimensi sosial, ekonomi dan budaya bagi menjamin kesejahteraan pemakanan kanak-kanak secara berkesinambungan.

## RUJUKAN

- Acharya, M., & Acharya, K. P. (2020). Insights from teachers and parents on primary school students' eating behaviour: A qualitative analysis. *Journal of Health Promotion*, 8(2020), 119–128.
- Almeida, C., Azevedo, J., Rio, M. J. G., Barros, R., Severo, M., & Padrao, P. (2021). Parental roles, preferences, skills, and attitudes towards the food choices of preschool children: Findings from the Nutriscience project. *PLoS ONE*, 16(5), e0251620.
- Al Yazeedi, B., Berry, D. C., Crandell, J., & Waly, M. (2020). The impact of family on children's nutrition and physical activity in Oman. *Journal of Pediatric Nursing*, 3(2020), e279.
- American College of Pediatricians. (2021). Advantages of the family table. American College of Pediatricians. <https://www.acped.org>.
- Aulia Qodrinda, H., & Kurnia Sinuraya, R. (2021). Direct and indirect factors contributing to stunting in Asia: A review. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 12(6), 4.
- Ayala, G. X., Monge-Rojas, R., King, A. C., Hunter, R., & Berge, J. M. (2021). The influence of social environment on childhood obesity: Research and practice implications for the United States and Latin America. *Obesity Reviews*, 22(S3), e13246.
- Bandura, A. (1991). A social cognitive approach to self-regulation. *Organisational Behaviour and Human Decision Processes*, 50(2), 248–287.
- Berge, J. M., Fertig, A. R., Trofholz, A., Neumark-Sztainer, D., Rogers, E., & Loth, K. (2020). The relationships among parental stress, feeding practices, and children's eating habits in the context of food insecurity. *Preventive Medicine Reports*, 19(2020), 101146.
- Costa, A., Severo, M., & Oliveira, A. (2021). Food parenting and eating habits in young children: Cross-lagged analysis within the Generation XXI cohort. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 114(1), 101–108.
- Costa, A., & Oliveira, A. (2023). Parental feeding strategies and their impact on children's eating habits: A summary of their intricate relationship. *Healthcare*, 11(3), 400.

- Eicher-Miller, H. A., Graves, L., McGowan, B., Mayfield, B. J., Connolly, B. A., Stevens, W., & Abbott, A. (2023). A scoping review of household elements affecting dietary quality and food security in low-income households with school-aged children in the U.S. *Journal of Nutrition Education and Behaviour*, 55(2), 120–135.
- Gaupholm, J., Papadopoulos, A., Asif, A., Dodd, W., & Little, M. (2023). The effect of food environments on dietary choices and nutrition in Southeast Asia: A systematic scoping review. *Nutrition and Health*, 29(2), 231–253.
- Govender, I., Rangiah, S., Kaswa, R., & Nzaumvila, D. (2021). Correction to: Malnutrition in children under five years old in a primary health care setting. *South African Family Practice*, 63(1), 1–6.
- Hisham, M. H. M. I., & Yahaya, M. H. (2020). Urban poverty: Awareness of the nutritional needs of students at SMK Anderson in Ipoh, Perak, Malaysia. *Maternal & Child Nutrition*, 18(4), e13362.
- Israr, S. M., Hawkes, C., & Harris, J. (2022). A family systems perspective to enhance nutrition for mothers, children, and adolescents. *Maternal & Child Nutrition*, 18(4), e13362.
- Jarman, M., Edwards, K., & Blissett, J. (2022). Factors influencing the dietary choices of preschoolers: A systematic overview. *International Journal of Behavioural Nutrition and Physical Activity*, 19(1), 20.
- Jimeno-Martínez, A., Maneschy, I., Rupérez, A. I., & Moreno, L. A. (2021). Key influences on eating habits and their effects on food intake and childhood obesity. *Journal of Behaviour and Feeding*, 1(1), 60–70.
- Katre, A., & Raddatz, B. (2023). Engaging low-income families in food-system innovations to encourage healthy eating habits. *Nutrients*, 15(5), 1271.
- Khan, D. S. A., Das, J. K., Zareen, S., Lassi, Z. S., Salman, A., Raashid, M., Dero, A. A., Khanzada, A., & Bhutta, Z. A. (2022). Dietary habits and nutritional wellness of school-aged children and early adolescents: A systematic review from a developing nation and insights for a global context. *Frontiers in Nutrition*, 8(2022), 739447.
- Kraus, S., Breier, M., & Dasí-Rodríguez, S. (2020). The craft of developing a systematic literature review in entrepreneurship studies. *International Entrepreneurship and Management Journal*, 16(3), 1023–1042.
- Lee, H., Oldewage-Theron, W., Lyford, C., & Shine, S. (2023). Nutrition and health issues faced by low-income families with young children in the aftermath of COVID-19: A qualitative study. *Nutrition Research and Practice*, 17(6), 1185–1200.
- Liberali, R., Kupek, E., & Assis, M. A. A. De. (2020). Eating patterns and the risk of obesity in children: A systematic review. *Childhood Obesity*, 16(2), 70–85.
- Mahmood, L., Flores-Barrantes, P., Moreno, L. A., Manios, Y., & Gonzalez-Gil, E. M. (2021). The impact of parental dietary habits and practices on children's eating patterns. *Nutrisits*, 13(4), 1–13.
- Md Isa, K. N., & Abu Bakar, K. (2021). The relationship between parental emotions and children and its significance for early childhood development. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities*, 6(7), 258–266.
- Mkhize, M., & Sibanda, M. (2020). A review of selected research on factors affecting the nutritional status of children under five years old in South Africa. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(21), 7973.

- Moher, D., Shamseer, L., Gherzi, D., Liberati, A., Petticrew, M., & Stewart, L. A. (2015). Guidelines for preferred reporting items in systematic reviews and meta-analysis protocols (PRISMA-P) 2015 statement. *Systematic Reviews*, 4(1), 1-9.
- Moliterno, P., Franceschini, S., Donhauser, V., & Widhalm, K. (2024). Parental perceptions of their children's body weight: Findings from a student sample in Vienna, Austria. *Nutrients*, 16(23), 4094.
- Musa, M., Mohammad Shah, N. S., Rosli, N. S., & Ibrahim, S. N. N. (2021). Parental awareness of balanced nutrition practices for their children. *Selangor Humaniora Review*, 4(1), 251–259.
- Nasir, N. C. M., Kamaluddin, M. R., Jasni, M. A., & Pauzi, H. M. (2021). Overweight and obesity in children and adolescents: Risk factors and implications. *E-BANGI*, 18(6), 202–218.
- Norruzeyati, C. M. N., Mohammad Rahim, K., Mohd Alif, J., & Hezzrin, M. P. (2021). Overweight and obesity in kids and teens: Risk factors and implications. *Jurnal Psikologi Malaysia*, 18(6), 161–174.
- Noviri, L. E., Maulidya, R., & Fitria, N. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 9(1), 758–769.
- Paszta-Opiłka, A., de Jonge, R., Zachurzok, A., & Górnik-Durose, M. E. (2020). The relationship between adult attachment styles and mothers' life satisfaction concerning the eating behaviours of families with overweight and obese children. *PLoS ONE*, 15(12), e0243448.
- 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), 1-16.
- Kementerian Kesehatan Malaysia. (2020). *Piramid makanan Malaysia 2020: Panduan pengambilan makanan Malaysia 2020*. Kementerian Kesehatan Malaysia.
- Rahayuwati, L., Komariah, M., Sari, C. W. M., Yani, D. I., Hermayanti, Y., Setiawan, A., Hastuti, H., Maulana, S., & Kohar, K. (2023). The relationship between parenting styles and children's nutritional status: A systematic review. *International Journal of Child Care and Education Policy*, 17(1), 14.
- Ravikumar, D., Spyreli, E., Woodside, J., McKinley, M., & Kelly, C. (2022). How parental perceptions of the food environment affect food choices in low-income families: A rapid review of qualitative studies. *BMC Public Health*, 22(1), 345.
- Regassa, T., Ravikumar, D., Woodside, J., McKinley, M., & Kelly, C. (2022). Factors affecting the nutritional status of children under five years old in Mulo district, Oromia region, Ethiopia. *BMC Nutrition*, 8(1), 127.
- Roslan, F., Selvam, L., Pandian, T., & Abdul Rahman, M. N. (2022). Factors associated with nutritional awareness among parents in Malaysia. *Jurnal Sains Kesehatan Malaysia*, 20(2), 45–52.
- Snuggs, S., & Harvey, K. (2023). Family mealtimes: A systematic umbrella review of their characteristics, correlates, outcomes, and interventions. *Nutrients*, 15(13), 2987.
- Torres, T. de O., Gomes, D. R., & Mattos, M. P. (2020). Fatores associados à neofobia alimentar em crianças: Revisão sistemática. *Revista Paulista de Pediatria*, 39(2020), e2019316.
- UNICEF, World Health Organization, & World Bank Group. (2023). *Joint child malnutrition estimates: Key findings*. <https://data.unicef.org/resources/jme-report-2023>

- United Nations Children's Fund (UNICEF). (2020). Families on the edge: The immediate impact of the Movement Control Order (MCO) on low-income urban families in Malaysia. UNICEF Malaysia.
- Utami, M. M. H., Kustiyah, L., & Dwiriani, C. M. (2023). Identifying risk factors for stunting, iron deficiency anaemia, and their coexistence among children aged 6–23 months. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 17(1), 120–130.
- Van der Heijden, A., te Molder, H., Jager, G., & Mulder, B. C. (2021). Beliefs about healthy eating and the significance of food in low socioeconomic populations: A scoping review. *Appetite*, 161(2021), 105135.
- Vertel, A., Korolenko, V., Shapovalova, O., & Bereziuk, T. (2024). The role of the family in the education and upbringing of children. *Cadernos de Educação Tecnologia e Sociedade*, 17(se1), 54–64.
- Vilar-Compte, M., Burrola-Méndez, S., Lozano-Marrufo, A., Ferré-Eguiluz, I., Flores, D., Gaitán-Rossi, P., Teruel, G., & Pérez-Escamilla, R. (2021). Urban poverty and childhood nutrition: Influences and outcomes in Latin America. *Nutrients*, 13(5), 1597.
- Wan Risad, W. N. A., Abdul Rani, I. F., & Mohd Nor, R. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan dalam kalangan keluarga berpendapatan rendah: Kajian kualitatif di Malaysia. *Jurnal Pendidikan Awal Kanak-kanak Kebangsaan*, 12(2), 100–113.
- Wäsche, H., Edwards, K., & Blissett, J. (2021). The family meal environment: Qualitative perspectives on routines, interactions, and nutrition. *BMC Public Health*, 21(1), 1137.
- World Health Organization (WHO) (2023). World Health Statistics 2023: Monitoring Health for the SDGs .
- Widyaningsih, V., Mulyaningsih, T., Rahmawati, F. N., & Adhitya, D. (2022). Factors influencing socioeconomic status and nutritional intake among children under five in Indonesia: A systematic review. *Journal of Nutrition and Metabolism*, 1(2022), 6251948.
- Wood, A. C., & Hughes, S. O. (2018). Pediatric eating habits as a blend of biology and parenting: Insights from nature and nurture. *Physiology & Behavior*, 176(2018), 139–148.
- Yanti, N. D., Betriana, F., & Kartika, I. R. (2020). Faktor penyebab stunting pada anak: Tinjauan literatur. *REAL in Nursing Journal*, 3(1), 1-10.