JOURNAL OF ISLAMIC EDUCATION FOR EARLY CHILDHOOD
JIEEC

Vol 7 No 1 (2025) P ISSN 2615-160X || E ISSN 2987-5501
DOI: 10.30587/jieec.v7i1.12551

Food Environment Modern dan Tantangannya terhadap Pembentukan Kebiasaan Makan Sehat Anak Usia Dini

Qorina Widadiyah[1], Khairunnisa Ulfadhilah, Nakhma'ussolikhah[2], Iif Muzdalifah[3]
Email: qorinawidadiyahbbc@gmail.com, khairunnisaulfadhilah51045@gmail.com
Universitas Islam Bunga Bangsa Cirebon

A B S T R A K

Anak usia dini berada pada masa pembentukan kebiasaan makan yang paling menentukan sepanjang hidupnya, namun lingkungan pangan modern yang dipenuhi produk olahan siap saji dan kemasan praktis membuat proses pembentukan kebiasaan makan sehat menghadapi tantangan yang semakin kompleks. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi dan menganalisis tantangan food environment modern terhadap pembentukan kebiasaan makan sehat anak usia dini di RA Nurul Falah. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif naratif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi partisipatif terhadap pola makan dan bekal anak di sekolah, wawancara dengan guru dan orang tua, serta dokumentasi jenis makanan yang dikonsumsi anak sehari-hari. Data dianalisis melalui reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan secara tematik menggunakan kerangka 4A (availability, accessibility, affordability, appeal). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketersediaan produk pangan olahan siap saji di rumah dan sebagai bekal sekolah, kemudahan penyiapannya dibandingkan pangan segar, serta daya tarik rasa dan kemasannya bagi anak menjadi tantangan utama yang membentuk preferensi anak terhadap makanan olahan sejak usia dini, sementara pangan segar seperti tempe, tahu, dan telur berada pada posisi yang kurang dominan meskipun tersedia. Kontribusi penelitian ini terletak pada penerapan kerangka food environment secara sistemik pada konteks pendidikan anak usia dini di Indonesia, sebuah pendekatan yang berbeda dari kajian terdahulu yang umumnya hanya berfokus pada sikap dan pengetahuan gizi orang tua semata.

Kata Kunci: Food Environment; Kebiasaan Makan Sehat; Anak Usia Dini; Pangan Olahan

A B S T R A C T

Early childhood is a critical period for the formation of lifelong eating habits; however, the modern food environment saturated with ready-to-eat processed products and convenient packaging presents increasingly complex challenges to establishing healthy eating habits. This study aims to identify and analyze the challenges posed by the modern food environment to the development of healthy eating habits among young children at RA Nurul Falah. Employing a narrative qualitative approach, the study gathered data through participant observation of children's dietary patterns and packed lunches at school, interviews with teachers and parents, and documentation of the foods children consumed daily. Data were analyzed thematically involving reduction, presentation, and conclusion drawing based on the 4A framework (availability, accessibility, affordability, and appeal). The findings reveal that the availability of ready-to-eat processed foods at home and in school lunches, their ease of preparation compared to fresh foods, and their sensory and packaging appeal to children are the primary challenges shaping children's preference for processed foods from an early age; conversely, fresh foods such as tempeh, tofu, and eggs play a less dominant role, despite being available. This study contributes by systematically applying the food environment framework to the context of early childhood education in Indonesia an approach that differs from previous studies, which have generally focused solely on parents' attitudes and nutritional knowledge.

Keywords: Food Environment; Healthy Eating Habits; Early Childhood; Processed Foods

PENDAHULUAN

Usia dini merupakan periode yang paling menentukan dalam pembentukan preferensi dan kebiasaan makan seseorang, sebab pola konsumsi yang terbentuk pada rentang ini cenderung menetap hingga usia dewasa. Idealnya, anak usia dini dikenalkan pada pangan segar dan beragam sejak awal, seperti tempe, tahu, telur, sayur, dan buah, sehingga preferensi terhadap rasa alami makanan terbentuk sebelum preferensi terhadap rasa buatan dari pangan olahan mendominasi. Idealitas ini berbenturan dengan kondisi food environment modern, yaitu lingkungan pangan yang menyediakan produk olahan siap saji secara luas, mudah diakses, dan dikemas menarik bagi anak, sehingga pangan segar harus bersaing ketat dengan pangan olahan dalam membentuk kebiasaan makan anak sehari-hari.

Tinjauan sistematis Key dkk. (2023) menegaskan bahwa lingkungan pangan di sekitar anak, mulai dari ketersediaan gerai makanan cepat saji hingga kepadatan iklan pangan tidak sehat, berkontribusi signifikan terhadap risiko obesitas pada anak. Liu dkk. (2025) memperkuat temuan ini melalui tinjauan sistematis terbaru yang mengembangkan kerangka 4A, yaitu availability (ketersediaan), accessibility (aksesibilitas), affordability (keterjangkauan), dan appeal (daya tarik), sebagai empat dimensi utama food environment yang secara konsisten berasosiasi dengan status gizi lebih pada anak di berbagai negara. Pada konteks Indonesia, penelitian PAUD masih lebih banyak menyoroti sisi individual daripada sisi lingkungan. Jatmikowati dkk. (2023) misalnya meneliti peran guru dan orang tua dalam membiasakan anak usia dini mengonsumsi makanan sehat, menemukan bahwa keteladanan dan konsistensi kedua pihak menjadi penentu utama keberhasilan pembiasaan tersebut. Siregar dan Siagian (2023) melalui studi kasus terhadap tiga ibu menemukan bahwa persepsi orang tua terhadap junk food umumnya sudah menyadari risikonya, namun kenyamanan dan kepraktisan tetap menjadi pertimbangan utama dalam pemberian makanan olahan kepada anak. Khasanah (2023) menambahkan perspektif guru PAUD, menemukan bahwa mendorong konsumsi makanan sehat pada anak dengan perilaku picky eater menjadi lebih sulit pada latar belakang sosial ekonomi tertentu, sebab akses terhadap pangan segar tidak selalu semudah akses terhadap pangan olahan kemasan.

Meskipun literatur di atas memberikan gambaran yang kaya mengenai sisi sikap, pengetahuan, dan peran pengasuh, sebagian besar kajian PAUD di Indonesia belum menempatkan food environment sebagai kerangka analisis yang utuh, melainkan membahas ketersediaan, kemudahan akses, harga, dan daya tarik pangan secara terpisah-pisah atau bahkan tidak eksplisit (Jatmikowati et al., 2023; Khasanah, 2023; Siregar & Siagian, 2023). Penelitian ini berupaya mengisi celah tersebut dengan menerapkan kerangka 4A secara sistemik pada satu lembaga RA, sehingga tantangan food environment terhadap pembentukan kebiasaan makan sehat anak usia dini dapat dipetakan secara lebih terstruktur, bukan sekadar dideskripsikan sebagai dampak gaya hidup modern secara umum.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan mengidentifikasi dan menganalisis tantangan food environment modern, ditinjau dari dimensi ketersediaan, aksesibilitas, keterjangkauan, dan daya tarik pangan, terhadap pembentukan kebiasaan makan sehat anak usia dini di RA Nurul Falah. Penelitian ini penting dilakukan karena kebiasaan makan yang terbentuk pada usia dini menjadi fondasi status gizi dan kesehatan jangka panjang anak, sementara intervensi yang hanya menyasar pengetahuan gizi orang tua tanpa mempertimbangkan struktur lingkungan pangan di sekitar anak berisiko kurang efektif mengubah kebiasaan yang sudah terbentuk.

Urgensi penelitian ini semakin kuat mengingat perilaku picky eater, yaitu kecenderungan anak memilih-milih makanan dan menolak jenis pangan tertentu, kerap ditemukan pada anak usia dini dan berpotensi diperparah oleh food environment yang menyediakan alternatif pangan olahan sebagai jalan keluar praktis ketika anak menolak pangan segar. Anggreni dkk. (2023) melalui scoping review menemukan bahwa faktor lingkungan, termasuk paparan berulang terhadap jenis pangan tertentu, menjadi salah satu determinan utama perilaku picky eater pada anak, sejalan dengan asumsi bahwa lingkungan pangan yang didominasi produk olahan dapat memperkuat, bukan mengurangi, kecenderungan tersebut. Dengan demikian, memahami food environment secara sistemik menjadi relevan tidak hanya untuk pembentukan kebiasaan makan sehat secara umum, tetapi juga untuk penanganan picky eater yang menjadi keluhan umum orang tua anak usia dini.

Food environment merujuk pada seluruh kondisi fisik, ekonomi, dan sosial yang memengaruhi keputusan seseorang dalam memperoleh dan mengonsumsi pangan, bukan semata-mata pengetahuan atau sikap individu terhadap gizi (Liu et al., 2025). Empat dimensi dalam kerangka 4A saling berkaitan, ketersediaan pangan olahan yang tinggi biasanya berjalan seiring dengan aksesibilitas yang mudah dan keterjangkauan harga yang kompetitif, sementara daya tarik kemasan dan rasa memperkuat preferensi anak terhadap pangan tersebut. Kerangka ini relevan diterapkan pada konteks RA atau PAUD karena anak usia dini belum memiliki otonomi penuh dalam memilih makanan, sehingga kebiasaan makan mereka sangat bergantung pada apa yang disediakan dan diperkenalkan oleh orang tua dan lingkungan terdekat, termasuk apa yang dibekalkan ke sekolah setiap hari.

Perlu dicatat bahwa tinjauan sistematis Key dkk. (2023) dan Liu dkk. (2025) yang menjadi rujukan utama kerangka 4A pada penelitian ini sebagian besar disusun dari studi populasi anak dan remaja secara umum, belum secara spesifik menyasar anak usia PAUD di negara berkembang seperti Indonesia. Penerapan kerangka tersebut pada RA Nurul Falah dengan demikian juga berfungsi sebagai uji relevansi kontekstual, sejauh mana kerangka yang berkembang dari studi populasi yang lebih luas tetap dapat menjelaskan pola konsumsi pangan pada anak usia dini di lembaga PAUD berbasis komunitas dengan karakteristik sosial ekonomi yang berbeda dari konteks studi asalnya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain naratif, yaitu desain yang berfokus pada penggambaran mendalam mengenai pengalaman dan perilaku subjek dalam konteks alamiahnya, disusun ke dalam narasi yang runtut berdasarkan data lapangan (Hasan et al., 2022). Pendekatan ini dipilih karena pola konsumsi pangan anak usia dini lebih tepat dipahami melalui pengamatan kontekstual terhadap apa yang benar-benar tersedia dan dikonsumsi anak sehari-hari, dibandingkan melalui survei tertutup semata.

Subjek penelitian adalah anak usia empat sampai enam tahun yang terdaftar di RA Nurul Falah beserta orang tua dan guru kelas sebagai informan pendukung. Objek penelitian adalah jenis dan pola konsumsi pangan anak, baik yang dibawa sebagai bekal ke sekolah maupun yang dikonsumsi di rumah. Catatan bagi penulis: jumlah subjek, rentang usia rinci, serta periode pengamatan perlu disesuaikan dengan data lapangan aktual sebelum artikel ini diajukan ke jurnal.

Pangan olahan siap saji dalam penelitian ini merujuk pada produk pangan yang telah melalui proses industri dengan penambahan bahan pengawet, penyedap, atau bahan aditif lain serta hanya memerlukan proses penyiapan singkat sebelum dikonsumsi, seperti nugget, sosis, dan olahan daging instan. Pangan segar merujuk pada bahan pangan yang belum atau minim mengalami proses pengolahan industri dan memerlukan proses memasak dari bahan mentah, seperti tempe, tahu, dan telur. Pembedaan operasional ini digunakan untuk memudahkan klasifikasi data observasi dan wawancara, dan tidak dimaksudkan sebagai penilaian gizi yang bersifat teknis atas kandungan nutrisi masing-masing jenis pangan secara laboratoris.

Data dikumpulkan melalui tiga teknik. Pertama, observasi partisipatif terhadap jenis bekal dan jajanan yang dikonsumsi anak selama kegiatan di sekolah, dilakukan secara berkala selama beberapa hari berturut-turut untuk menangkap pola yang konsisten, bukan sekadar potret satu hari yang mungkin tidak mewakili kebiasaan sehari-hari anak. Kedua, wawancara semi terstruktur dengan guru dan orang tua untuk menggali pola konsumsi pangan anak di rumah serta alasan pemilihan jenis makanan tertentu, termasuk pertimbangan waktu, harga, dan preferensi anak yang melatarbelakangi pilihan tersebut. Ketiga, dokumentasi berupa foto atau catatan jenis bekal dan jajanan yang dibawa anak selama periode pengamatan, yang berfungsi sebagai bukti pendukung independen atas laporan lisan guru dan orang tua.

Instrumen penelitian berupa pedoman observasi dan pedoman wawancara yang disusun berdasarkan kerangka 4A, yaitu availability, accessibility, affordability, dan appeal. Peneliti berperan sebagai instrumen kunci (human instrument), sebagaimana lazim dalam penelitian kualitatif, karena kepekaan peneliti dalam menangkap konteks di balik pilihan pangan keluarga tidak dapat sepenuhnya digantikan oleh instrumen baku (Nurahma & Hendriani, 2021). Kisi-kisi instrumen disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen Observasi dan Wawancara Berdasarkan Kerangka 4A

Dimensi (4A)	Indikator	Contoh Pertanyaan yang Digali

Availability (ketersediaan)	Jenis makanan yang tersedia di rumah dan dibawa ke sekolah	Observasi: jenis bekal dan jajanan yang dibawa/dikonsumsi anak setiap hari. Wawancara: "Makanan apa yang biasanya disediakan untuk anak sehari-hari di rumah?"
Accessibility (aksesibilitas)	Kemudahan memperoleh atau menyiapkan makanan	Observasi: waktu dan proses penyiapan bekal. Wawancara: "Mengapa memilih jenis makanan/jajanan tersebut untuk dibawakan ke sekolah?"
Affordability (keterjangkauan)	Perbandingan harga pangan segar dan pangan olahan	Wawancara: "Secara harga, mana yang menurut Ibu/Bapak lebih terjangkau, bahan makanan segar atau makanan olahan kemasan?"
Appeal (daya tarik)	Preferensi rasa, kemasan, dan respons anak terhadap jenis makanan	Observasi: reaksi anak saat disajikan pangan segar vs olahan kemasan. Wawancara: "Makanan apa yang paling disukai anak, dan mengapa?"

Peneliti berperan sebagai partisipan pasif selama observasi berlangsung, yaitu hadir dan mengamati kegiatan makan serta bekal anak tanpa mengarahkan atau mengintervensi pilihan pangan yang diambil anak maupun orang tua, agar data yang diperoleh mencerminkan kebiasaan yang berlaku secara alami. Selama wawancara, peneliti menggunakan pedoman semi terstruktur namun tetap membuka ruang bagi informan untuk menjelaskan konteks yang tidak tercakup dalam pertanyaan awal, mengingat alasan pemilihan pangan keluarga sering kali bersifat situasional dan tidak selalu dapat diringkas dalam kategori baku.

Data dianalisis menggunakan model analisis interaktif yang terdiri atas reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi (Hasan et al., 2022). Reduksi data dilakukan dengan memilah catatan observasi dan transkrip wawancara yang relevan dengan keempat dimensi food environment. Data yang telah direduksi kemudian disajikan dalam bentuk narasi deskriptif dan tabel per dimensi, sebelum ditarik kesimpulan melalui triangulasi antara observasi, wawancara, dan dokumentasi. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber, yaitu membandingkan informasi dari guru, orang tua, dan hasil observasi langsung peneliti terhadap bekal dan pola makan anak, mengikuti prinsip kredibilitas penelitian kualitatif (Nurahma & Hendriani, 2021). Penelitian ini memperoleh persetujuan (informed consent) dari orang tua atau wali sebelum observasi dan wawancara dilakukan, serta menyamarkan identitas anak dan keluarga dalam pelaporan data.

HASIL

Data yang diperoleh melalui observasi partisipatif dan wawancara di RA Nurul Falah menunjukkan bahwa produk pangan olahan siap saji, seperti nugget, sosis, dan olahan daging instan, hadir secara rutin baik sebagai bekal sekolah maupun sebagai menu harian di rumah, mendampingi atau bahkan menggantikan pangan segar seperti tempe, tahu, dan telur. Temuan disajikan berdasarkan empat dimensi food environment, sebagaimana dirangkum pada Tabel 2.

Tabel 2. Gambaran Tantangan Food Environment Berdasarkan Kerangka 4A

Dimensi	Gambaran Temuan Lapangan
Availability	Produk pangan olahan siap saji (nugget, sosis, dan olahan daging instan) hadir sebagai menu rutin, baik sebagai bekal sekolah maupun

	konsumsi harian di rumah, mendampingi atau bahkan menggantikan pangan segar seperti tempe, tahu, dan telur
Accessibility	Produk olahan siap saji memerlukan proses penyiapan yang singkat (digoreng atau dipanaskan) dibandingkan pangan segar yang memerlukan waktu memasak lebih panjang [perlu dikonfirmasi dengan data wawancara langsung mengenai alasan orang tua]
Affordability	Data pembanding harga antara pangan segar dan pangan olahan belum tergali secara spesifik pada tahap ini (lihat bagian Keterbatasan)
Appeal	Produk olahan siap saji cenderung lebih disukai anak dibandingkan pangan segar sederhana seperti tempe, tahu, dan telur rebus atau goreng [sisipkan contoh respons anak/kutipan orang tua dari catatan lapangan aktual]

Guru dan orang tua yang diwawancarai melaporkan bahwa produk olahan siap saji menjadi pilihan yang lazim dibawakan sebagai bekal maupun disajikan di rumah, meskipun pangan segar seperti tempe, tahu, dan telur goreng sebenarnya juga tersedia dan mudah diperoleh di lingkungan sekitar. Dominasi ini bukan disebabkan oleh ketiadaan pangan segar, melainkan oleh posisi pangan olahan yang lebih sering dipilih dalam praktik sehari-hari. Pola ini teramati konsisten baik pada hari-hari sekolah maupun pada laporan menu makan di rumah, mengindikasikan bahwa food environment anak tidak terbatas pada lingkungan sekolah semata, melainkan meliputi keseluruhan lingkungan rumah tangga tempat anak menghabiskan sebagian besar waktunya. [Sisipkan kutipan verbatim guru/orang tua sesuai catatan wawancara aktual di sini]

Produk olahan siap saji pada umumnya hanya memerlukan proses penyiapan singkat, seperti digoreng atau dipanaskan, dibandingkan pangan segar yang memerlukan waktu memasak dan bahan yang perlu diolah dari awal. Pola ini teramati sebagai salah satu alasan kepraktisan yang mendasari pemilihan bekal maupun menu harian anak. Data pembanding yang lebih rinci mengenai alasan aksesibilitas ini, misalnya keterbatasan waktu orang tua di pagi hari, perlu digali lebih lanjut melalui wawancara mendalam sebelum artikel ini difinalisasi.

Perbandingan harga antara pangan segar dan pangan olahan kemasan belum tergali secara spesifik pada tahap pengumpulan data ini. Dimensi ini dicantumkan secara terbuka sebagai bagian yang belum lengkap, alih-alih diisi dengan asumsi, agar pembaca dan calon reviewer jurnal dapat menilai secara jujur sejauh mana setiap dimensi kerangka 4A telah didukung bukti lapangan yang memadai.

Produk olahan siap saji secara umum digambarkan lebih disukai anak dibandingkan pangan segar sederhana seperti tempe, tahu, atau telur rebus, kemungkinan karena rasa yang lebih gurih, tekstur yang seragam, dan bentuk penyajian yang lebih menarik bagi anak, misalnya potongan berbentuk lucu atau warna yang mencolok pada kemasan. Preferensi ini turut memperkuat posisi pangan olahan dalam kebiasaan makan anak sehari-hari, sebab orang tua yang menghadapi penolakan anak terhadap pangan segar cenderung kembali menawarkan pangan olahan sebagai jalan keluar yang lebih pasti diterima. [Sisipkan kutipan verbatim atau contoh respons anak dari catatan lapangan aktual di sini]

Secara umum, tiga dari empat dimensi food environment yang teramati, yaitu availability, accessibility, dan appeal, menunjukkan arah yang konsisten dalam mendukung dominasi pangan olahan atas pangan segar dalam kebiasaan makan anak di

RA Nurul Falah. Konsistensi arah temuan pada beberapa dimensi yang berbeda memperkuat dugaan bahwa tantangan pembentukan kebiasaan makan sehat pada anak usia dini bersifat struktural, bukan semata-mata soal kurangnya pengetahuan gizi orang tua. Pola ini juga sejalan dengan gambaran umum bahwa anak yang terbiasa dengan pangan olahan sejak dini berpotensi lebih sulit menerima variasi pangan segar di kemudian hari, sebuah kekhawatiran yang beririsan dengan isu picky eater yang menjadi salah satu keluhan paling umum diungkapkan orang tua anak usia dini.

PEMBAHASAN

Dominasi pangan olahan siap saji atas pangan segar dalam kebiasaan makan anak di RA Nurul Falah sejalan dengan kerangka 4A yang dikembangkan Liu dkk. (2025), tempat ketersediaan dan aksesibilitas yang tinggi terhadap pangan olahan secara konsisten berasosiasi dengan pola konsumsi anak yang kurang sehat lintas konteks negara. Temuan Key dkk. (2023) turut menegaskan bahwa lingkungan pangan di sekitar anak, bukan semata-mata pilihan individu, menjadi determinan penting risiko gizi lebih pada anak, sebuah perspektif yang selama ini kurang menonjol pada kajian PAUD di Indonesia yang lebih banyak menyoroti sisi sikap dan pengetahuan orang tua (Jatmikowati et al., 2023; Siregar & Siagian, 2023).

Kemudahan penyiapan pangan olahan dibandingkan pangan segar, sebagaimana teramati pada dimensi accessibility, juga sejalan dengan temuan Siregar dan Siagian (2023) yang menemukan bahwa kenyamanan dan kepraktisan tetap menjadi pertimbangan utama orang tua dalam pemberian makanan olahan kepada anak, meskipun mereka menyadari risikonya. Pola ini mengindikasikan bahwa intervensi yang hanya menyasar pengetahuan gizi orang tua tanpa mempertimbangkan tekanan waktu dan kepraktisan sehari-hari berisiko kurang efektif mengubah kebiasaan yang sudah terbentuk, sebuah catatan yang juga relevan dengan temuan Khasanah (2023) mengenai sulitnya mendorong konsumsi makanan sehat pada anak dari latar belakang keluarga dengan keterbatasan waktu atau sumber daya.

Temuan Khasanah (2023) mengenai variasi tantangan konsumsi makanan sehat lintas latar belakang sosial ekonomi juga relevan untuk memaknai dimensi accessibility dan affordability pada penelitian ini. Keluarga dengan keterbatasan waktu, misalnya karena kedua orang tua bekerja, cenderung lebih rentan mengandalkan pangan olahan sebagai solusi cepat, bukan semata-mata karena preferensi, melainkan karena keterbatasan struktural dalam mengelola waktu penyiapan makanan. Implikasinya, program intervensi yang menyalahkan pilihan pangan orang tua tanpa mempertimbangkan konteks struktural semacam ini berisiko tidak tepat sasaran dan bahkan kontraproduktif bagi hubungan sekolah dengan keluarga.

Preferensi anak terhadap pangan olahan pada dimensi appeal turut memiliki implikasi yang lebih luas dibandingkan sekadar soal selera. Kajian terbaru Mottis dkk. (2025) mengenai dampak pangan ultra-olahan (ultra-processed food) terhadap perkembangan otak menunjukkan bahwa konsumsi pangan ultra-olahan yang tinggi berasosiasi dengan risiko gangguan

perkembangan kognitif pada anak, meskipun bukti tersebut bersifat asosiatif dan memerlukan penelitian lanjutan untuk memastikan mekanisme sebab-akibatnya secara pasti. Kekhawatiran mengenai kandungan pengawet dan bahan aditif pada pangan olahan instan, sebagaimana muncul dalam pengamatan awal penelitian ini, sejalan dengan arah temuan tersebut, meskipun penelitian ini tidak dirancang untuk menguji hubungan sebab-akibat antara jenis pangan tertentu dan luaran kesehatan spesifik pada anak, sehingga klaim semacam itu berada di luar cakupan bukti yang dapat diklaim oleh penelitian naratif kualitatif ini.

Empat dimensi food environment yang diamati sesungguhnya saling memperkuat satu sama lain, sehingga sulit dipisahkan pengaruhnya secara tunggal. Ketersediaan pangan olahan yang tinggi di rumah membuat anak terpapar secara berulang, paparan berulang tersebut membentuk preferensi rasa melalui dimensi appeal, dan preferensi yang sudah terbentuk pada gilirannya membuat orang tua semakin memilih pangan olahan karena dianggap lebih mudah diterima anak dibandingkan pangan segar, sehingga pola aksesibilitas kembali diperkuat. Siklus yang saling menguatkan ini menjelaskan mengapa perubahan pada satu dimensi saja, misalnya sekadar edukasi gizi tanpa mengubah ketersediaan pangan segar yang praktis di rumah, cenderung sulit mengubah kebiasaan makan anak secara menyeluruh.

Siklus tersebut juga relevan untuk memahami keterkaitan antara food environment dan perilaku picky eater yang dibahas Anggreni dkk. (2023). Apabila anak terbiasa dengan rasa gurih dan tekstur seragam dari pangan olahan sejak dini, penolakan terhadap pangan segar yang bervariasi tekstur dan rasanya menjadi konsekuensi yang secara logis dapat diprediksi, bukan semata-mata karakteristik bawaan anak. Dengan kata lain, sebagian kasus picky eater yang dikeluhkan orang tua kemungkinan merupakan hasil dari food environment yang telah membentuk preferensi sempit sejak awal, bukan murni persoalan temperamen anak, sebuah sudut pandang yang mengalihkan fokus intervensi dari anak semata kepada lingkungan pangan di sekitarnya.

Penelitian ini memiliki kelebihan pada penerapan kerangka food environment secara sistemik, bukan sekadar deskripsi umum dampak gaya hidup modern, sehingga tantangan pembentukan kebiasaan makan sehat anak dapat dipetakan per dimensi secara lebih terstruktur. Namun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah subjek yang terbatas pada satu lembaga RA, data dimensi affordability yang belum lengkap, serta ketiadaan pengukuran kuantitatif independen atas frekuensi dan proporsi konsumsi pangan olahan dibandingkan pangan segar, sehingga temuan bersifat deskriptif kontekstual dan tidak dapat digeneralisasikan secara luas.

Secara praktis, temuan ini mengindikasikan bahwa program edukasi gizi di RA Nurul Falah perlu melampaui penyampaian pengetahuan semata, dengan turut mempertimbangkan strategi praktis yang realistis bagi orang tua, misalnya alternatif pangan segar yang tetap mudah dan cepat disiapkan, agar pangan segar dapat bersaing dengan kepraktisan pangan olahan dalam keseharian keluarga. Bagi guru,

temuan ini menegaskan pentingnya program sekolah seperti kegiatan memasak bersama atau pengenalan pangan segar secara menyenangkan, sebagai upaya memperkuat daya tarik pangan segar di mata anak. Bagi orang tua secara khusus, temuan ini dapat menjadi bahan refleksi bahwa kepraktisan bukan alasan yang perlu disesali, melainkan kebutuhan nyata yang perlu dijawab dengan alternatif pangan segar yang sama praktisnya, misalnya menyiapkan potongan tempe atau telur rebus dalam jumlah lebih banyak sekaligus untuk beberapa hari, alih-alih beralih sepenuhnya pada pangan olahan kemasan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa food environment modern di sekitar anak RA Nurul Falah, ditandai dengan tingginya ketersediaan, aksesibilitas, dan daya tarik pangan olahan siap saji, menjadi tantangan struktural terhadap pembentukan kebiasaan makan sehat anak usia dini, sementara pangan segar seperti tempe, tahu, dan telur berada pada posisi yang kurang dominan meskipun tersedia. Temuan ini menegaskan bahwa pembentukan kebiasaan makan sehat anak tidak dapat disandarkan hanya pada pengetahuan gizi orang tua, melainkan perlu mempertimbangkan struktur lingkungan pangan yang membentuk pilihan sehari-hari keluarga.

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah subjek dan cakupan lokasi yang terbatas pada satu lembaga RA, serta data dimensi affordability yang belum lengkap, sehingga temuan perlu dimaknai secara kontekstual. Penelitian lanjutan disarankan melibatkan jumlah subjek yang lebih besar dan lokasi yang lebih beragam, mengukur secara kuantitatif frekuensi konsumsi pangan olahan dibandingkan pangan segar, serta menggali secara khusus data harga dan keterjangkauan pangan pada masing-masing keluarga agar keempat dimensi kerangka 4A dapat dipetakan secara lebih lengkap.

Selain perluasan cakupan data, penelitian lanjutan juga disarankan mempertimbangkan desain intervensi sederhana yang dapat diuji langsung di lingkungan RA atau PAUD, misalnya program penyediaan alternatif pangan segar yang praktis sebagai bekal, untuk menguji apakah perbaikan pada dimensi accessibility mampu menggeser preferensi anak pada dimensi appeal secara terukur. Kolaborasi antara peneliti PAUD dan ahli gizi masyarakat juga dapat memperkaya penelitian mendatang, khususnya dalam merancang instrumen affordability yang lebih presisi dan dalam menafsirkan temuan lapangan dari sudut pandang ilmu gizi secara lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

Anggreni, D. A. B. R., Kusumaningtiyas, D. P. H., & Dwijayanto, I. M. R. (2023). Faktor-faktor perilaku picky eater pada anak: Scoping review. Jurnal Keperawatan Priority, 6(2), 20–28.

Hasan, M., dkk. (2022). Metode penelitian kualitatif. Tahta Media Group.

Jatmikowati, T. E., Nuraini, K., Winarti, D. R., & Adwitiya, A. B. (2023). Peran guru dan orang tua dalam pembiasaan makan makanan sehat pada anak usia dini. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 7(2), 1279–1294. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.3223

Key, J., Burnett, D., Babu, J. R., & Geetha, T. (2023). The effects of food environment on obesity in children: A systematic review. Children, 10(1), 98. https://doi.org/10.3390/children10010098

Khasanah, N. (2023). Analisis pandangan guru PAUD mengenai tantangan dalam mendorong konsumsi makanan sehat pada anak usia dini yang memiliki perilaku picky eater dari berbagai latar belakang sosial ekonomi. INFANTIA: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 8(1), 45–56.

Liu, Y., Yang, Z., Deng, T., Bi, C., Li, H., Qu, P., Chen, Y., Liang, D., Xu, J., Li, N., Ding, G., & Wang, H. (2025). Food environment and childhood overweight/obesity: A systematic review. Advances in Nutrition, 100564. https://doi.org/10.1016/j.advnut.2025.100564

Mottis, G., Kandasamey, P., & Peleg-Raibstein, D. (2025). The consequences of ultra-processed foods on brain development during prenatal, adolescent and adult stages. Frontiers in Public Health, 13, 1590083. https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1590083

Nurahma, G. A., & Hendriani, W. (2021). Tinjauan sistematis studi kasus dalam penelitian kualitatif. Mediapsi, 7(2), 119–129. https://doi.org/10.21776/ub.mps.2021.007.02.4

Siregar, L. Y., & Siagian, M. M. (2023). Persepsi orang tua tentang konsumsi junk food untuk anak usia dini. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 7(3), 3477–3485. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4638

Swit, C. (2026). Distracted, interrupted, or disrupted: A pathway model of technoference. Human Behavior and Emerging Technologies. https://doi.org/10.1155/hbe2/2671429

Zhang, J., Dong, C., Jiang, Y., Zhang, Q., Li, H., & Li, Y. (2023). Parental phubbing and child social-emotional adjustment: A meta-analysis of studies conducted in China. Psychology Research and Behavior Management, 16, 4267–4285. https://doi.org/10.2147/PRBM.S417718