

PERANCANGAN BUKU INTERAKTIF SEBAGAI MEDIA EDUKASI KEBIASAAN *PICKY EATING* PADA ANAK TK SISWA BUDI I SURABAYA

Tahta Noercahyaning Kirana¹

¹Universitas Negeri Surabaya

email: tahtanoercahyaningkirana@gmail.com

Received:

29-07-2026

Reviewed:

29-07-2026

Accepted:

30-07-2026

ABSTRAK: Picky eating adalah masalah yang sering terjadi pada anak 4-6 tahun sedangkan anak pada rentan usia tersebut seharusnya membutuhkan banyak nutrisi untuk tumbuh kembang. Setelah melakukan penelitian di TK Siswa Budi I Surabaya, ditemukan fakta bahwa 7 dari 14 anak terbukti memiliki kebiasaan picky eating meskipun pihak sekolah sudah memiliki program makan siang bersama untuk melatih anak makan makanan yang sehat. Oleh karena itu, dibutuhkan media yang secara khusus dapat mengedukasi anak perihal *picky eating*. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan menerapkan metode perancangan *Design Thinking*. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, media buku cerita interaktif dipilih untuk menjadi media pembelajaran. Hasil dari perancangan ini adalah buku interaktif berjudul “Hero Sehat: Misi Penyelamatan Tubuh Kita!” yaitu kisah anak picky eating yang menjadi tertarik makan setelah bertemu dengan 4 Hero Sehat yang mengenalkannya pada manfaat sayuran yang ia tolak. Buku interaktif ini terdiri dari 14 halaman dengan menggunakan 2 jenis mekanisme bergerak berupa slide dan wheel. Berdasarkan hasil uji coba, anak memiliki ketertarikan tinggi pada visual buku yang membuat mereka lebih mudah memahami isi cerita dan memberi pengaruh lebih pada ketertarikan anak untuk membaca buku. Anak juga menceritakan kembali isi buku dan lebih tertarik untuk mencoba sayuran.

Kata Kunci: Buku ilustrasi, Media interaktif, *Picky eating*

ABSTRACT: *Picky eating is a common problem among children aged 4–6, even though children in this age group require ample nutrition for their growth and development. After conducting research at Siswa Budi I Kindergarten in Surabaya, it was found that 7 out of 14 children exhibited picky eating habits, despite the school already having a group lunch program designed to encourage children to eat healthy foods. Therefore, there is a need for a medium specifically designed to educate children about picky eating. This study employed a qualitative approach using the Design Thinking methodology. Based on the results of interviews and observations, an interactive storybook was selected as the educational medium. The result of this design is an interactive book titled “Healthy Heroes: The Mission to Save Our Bodies!” – the story of a picky eater who becomes interested in eating after meeting four Healthy Heroes who introduce him to the benefits of the vegetables he had previously rejected. This interactive book consists of 14 pages and features two types of moving mechanisms: a slide and a wheel. Based on the results of the pilot study, children showed a strong interest in the book’s visuals, which made it easier for them to understand the story and further stimulated their interest in reading books. The children also retold the story and were more interested in trying vegetables.*

Keywords: *Illustrated books, Interactive media, Picky eating*

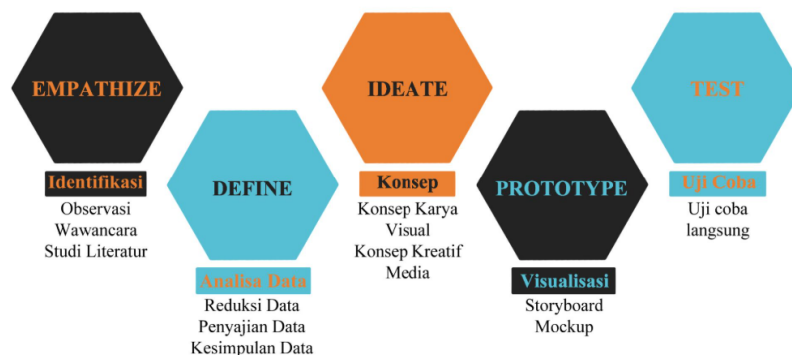
PENDAHULUAN

Masa kanak-kanak usia 4–6 tahun merupakan periode emas pertumbuhan dan perkembangan yang membutuhkan asupan gizi seimbang untuk mendukung perkembangan fisik, motorik, dan kebiasaan makan. Sejak tahun 2014, Pedoman Gizi Seimbang (PGS) menggantikan konsep 4 Sehat 5 Sempurna dengan menekankan konsumsi makanan yang beragam, penerapan pola hidup bersih, aktivitas fisik, serta pemantauan berat badan. Namun, penerapan pola makan sehat pada anak masih menghadapi tantangan, salah satunya adalah fenomena picky eating, yaitu perilaku memilih-milih makanan yang umumnya dipicu oleh neofobia atau penolakan terhadap makanan baru.

Permasalahan tersebut juga ditemukan di TK Siswa Budi I Surabaya. Hasil kuesioner menunjukkan bahwa 7 dari 14 siswa mengalami picky eating, sementara guru mengalami kesulitan dalam memberikan edukasi mengenai pentingnya mengonsumsi makanan bergizi seimbang. Kondisi ini menunjukkan perlunya media pembelajaran yang mampu meningkatkan minat belajar anak sekaligus membantu guru menyampaikan materi gizi secara efektif.

Salah satu media yang dinilai sesuai adalah buku ilustrasi interaktif. Media ini menggabungkan cerita, ilustrasi, dan elemen interaktif yang dapat meningkatkan keterlibatan anak dalam proses belajar. Selain mendukung kegiatan literasi di sekolah, buku interaktif diharapkan mampu membantu anak memahami pentingnya gizi seimbang serta mengurangi perilaku picky eating melalui pembelajaran yang lebih menarik dan menyenangkan.

METODE PENELITIAN (PENCIPTAAN/PERANCANGAN)



Gambar 1. Metode Design Thinking (Sumber : Kirana, 2025)

Perancangan ini menggunakan metode pendekatan kualitatif dengan menerapkan metode *Design Thinking*. Penggunaan metode *Design Thinking* dipilih karena metode ini dapat disebut sebagai suatu proses yang bertujuan menghasilkan solusi inovatif dalam menjawab permasalahan melalui pendekatan yang berorientasi pada kebutuhan pengguna.

Berikut adalah tahapan *Design Thinking* yang dilakukan:

1. *Empathize*: Tahapan ini adalah tahapan awal *Design Thinking*. Identifikasi melalui kegiatan observasi, wawancara, dan studi literatur dilakukan dengan tujuan memahami pokok permasalahan. Pada tahapan ini data primer dan sekunder didapatkan.
2. *Define*: Tahapan untuk menyaring dan merumuskan kembali informasi yang telah diperoleh pada tahap *empathize*. Informasi dan data yang telah dikumpulkan dianalisis secara lebih mendalam guna mengidentifikasi inti permasalahan yang dihadapi oleh target sasaran. Teknik analisis 5W+1H digunakan untuk menguraikan informasi secara lebih lengkap dan mendetail.
3. *Ideate*: Tahapan *ideate* merupakan proses pengembangan ide dan pencarian solusi kreatif yang dilakukan berdasarkan permasalahan utama yang telah dirumuskan pada tahap *define*. Melalui proses *brainstorming*, berbagai ide dikembangkan, dibandingkan, dan dipertimbangkan untuk memilih solusi yang paling tepat dan relevan dengan kebutuhan pengguna, yaitu anak-anak dan guru di TK Siswa Budi I.
4. *Prototype*: Tahap *prototype* merupakan fase awal dari proses produksi, di mana ide dan konsep yang telah dirancang pada tahap sebelumnya mulai diwujudkan ke dalam bentuk karya nyata. Pada tahap ini, dilakukan pengembangan produk berdasarkan elemen-elemen desain yang telah ditentukan sebelumnya, seperti konsep cerita, gaya ilustrasi, palet warna, dan tipografi.
5. *Testing*: Tahapan *test* merupakan tahapan akhir dalam proses *Design Thinking*, yang bertujuan untuk menguji efektivitas produk yang telah dirancang dengan melibatkan target audiens secara langsung. Melalui tahap ini, dapat dilihat bagaimana respon pengguna terhadap karya yang telah dibuat, sekaligus mengevaluasi apakah pesan yang ingin disampaikan telah diterima dengan baik.

KERANGKA TEORETIK

A. Pola makan anak

Pola makan merupakan gambaran kebiasaan konsumsi makanan dan minuman seseorang dalam jangka waktu tertentu yang mencerminkan jenis, jumlah, dan frekuensi asupan pangan. Menurut Gibney (2004), pola makan didefinisikan sebagai kombinasi berbagai jenis makanan yang dikonsumsi secara rutin oleh individu, termasuk jumlah dan proporsinya, yang secara keseluruhan mencerminkan asupan gizi harian.

B. Media visual edukasi anak

Media visual merupakan salah satu sarana pembelajaran yang efektif dalam proses pendidikan anak usia dini karena mampu menyampaikan informasi secara konkret dan menarik. Menurut Arsyad (2017), media visual adalah media yang menyampaikan pesan pembelajaran melalui unsur visual seperti gambar, warna, simbol, dan ilustrasi, sehingga dapat membantu anak memahami materi secara lebih mudah dan cepat. Oleh karena itu, ilustrasi berperan sebagai alat bantu yang dapat memvisualisasikan ide-ide, benda, atau peristiwa yang belum pernah anak alami secara langsung.

C. Perancangan buku

Perancangan buku merupakan proses sistematis yang melibatkan perencanaan isi, struktur visual, serta aspek teknis produksi guna menyampaikan pesan secara efektif kepada pembaca. Menurut Landa (2011), perancangan buku adalah bagian dari desain komunikasi visual yang berfokus pada pengorganisasian elemen teks dan visual secara terstruktur untuk menciptakan komunikasi yang jelas, menarik, dan fungsional. Proses perancangan ini tidak hanya memperhatikan estetika, tetapi juga keterbacaan dan tujuan komunikasi.

D. Picky eater anak

Picky eating juga dapat diartikan sebagai salah satu jenis kesulitan makan (*feeding difficulties*) yang dikenal sebagai *fussy*, *fady*, atau *choosy eating*. Menurut ahli, *picky eating* adalah salah satu jenis gangguan makan yang cukup ringan dibandingkan jenis gangguan makanan lainnya (M. Taylor et al., 2015). Anak *picky eater* biasanya memiliki rentang makanan yang sangat terbatas, sering kali menolak makanan baru hanya karena alasan tampilan, tekstur, atau karena belum pernah mencobanya sebelumnya (Carruth et al., 1998).

E. Teori warna

Pengertian warna menurut KBBI adalah kesan yang diperoleh mata dari cahaya yang dipantulkan oleh benda-benda yang terkena cahaya tersebut. Sedangkan menurut Sean Adams (2017), warna bukan sekadar elemen visual yang memperindah tampilan karya, melainkan memiliki fungsi penting sebagai alat komunikasi yang kuat secara visual. Warna di dalam desain media visual, termasuk buku anak, warna dipilih bukan hanya berdasarkan estetika, tetapi juga berdasarkan fungsi psikologis dan komunikasi. Pemilihan warna yang cerah, kontras, dan jelas lebih efektif untuk menarik perhatian anak. Warna dapat membantu membuat informasi lebih mudah dipahami, lebih menarik secara emosional, dan lebih mudah diingat.

F. Mekanisme bergerak

Mekanisme bergerak adalah elemen utama yang menyebabkan buku interaktif dapat menjadi movable book atau buku bergerak. Mekanisme tersebut dibuat dengan seni paper engineering atau teknik kertas yang membuat kertas dapat dilipat, ditarik, diputar, atau muncul (pop-up) untuk menciptakan interaksi fisik dan visual dalam halaman buku. Mekanisme bergerak yang digunakan adalah *Lift-the-Flap* dimana bagian halaman yang ditempel kertas dapat diangkat di satu titik untuk memperlihatkan pesan tersembunyi di bawahnya yang bisa berupa ilustrasi atau tulisan (Dyk et al., 2010), *Wheel / Spinning Disk* yang berupa roda atau cakram yang bisa diputar untuk mengganti ekspresi, objek, atau warna, dan *Pull Tab / Slide* yang berupa mekanisme yang dapat ditarik ke depan, ke samping, ke atas atau ke bawah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Emphatize

Wawancara

Wawancara dilakukan secara langsung dengan Ibu Zuhroh, Kepala Sekolah TK Siswa Budi I sebagai narasumber pada tanggal 9 Juli 2025 jam 09:00 hingga 11:30 WIB. Wawancara ini menghasilkan data berupa profil dan keadaan sekolah, gambaran sikap anak-anak terhadap makanan, dan juga beberapa kegiatan pembelajaran yang ada didalamnya. Salah satu kegiatan pembelajaran tersebut adalah makan siang bersama dimana pada kegiatan ini guru selalu mengingatkan anak untuk membawa makanan yang sehat.

Observasi

Kegiatan observasi dilakukan pada tanggal 28 Agustus 2025 jam 06:50 - 10:00 dengan mengikuti pembelajaran bersama murid TK Siswa Budi I. Observasi dilakukan untuk melihat dan mengalami langsung kegiatan pembelajaran TK, serta bertanya secara langsung kepada anak-anak perihal makanan yang mereka sukai dan tidak mereka sukai.

Kuesioner

Sebagai alat untuk lebih mengetahui siswa secara pribadi, kuesioner disebarkan kepada 14 wali murid. Kuesioner berbentuk *google form* yang berisi pertanyaan tentang data murid dan kebiasaan makan yang dapat disangkutkan dengan perilaku *picky eating*.

Define

Setelah melakukan wawancara, observasi, dan membagikan kuesioner, hasil data yang diperoleh kemudian dikumpulkan dan dianalisis untuk mengidentifikasi inti permasalahan yang dihadapi oleh target sasaran. Analisis data dilakukan menggunakan teknik reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Metode 5W+1H digunakan untuk menguraikan informasi secara lebih lengkap dan mendetail. Pendekatan ini terdiri dari enam pertanyaan utama yaitu: What (Apa), Who (Siapa), When (Kapan), Where (Di mana), Why (Mengapa), dan How (Bagaimana).

1. What (Apa):

Fenomena *picky eating* atau perilaku pilih-pilih makanan pada anak usia prasekolah. Berdasarkan hasil observasi awal di lapangan, ditemukan adanya indikasi masalah pertumbuhan berupa ketidaksesuaian berat badan dan tinggi badan siswa yang berada di atas maupun di bawah standar pertumbuhan ideal.

2. Who (Siapa):

Target utama dari perancangan ini adalah anak-anak usia prasekolah (4–6 tahun) di TK Siswa Budi I. Pemilihan rentang usia ini didasari pada fase perkembangan anak yang sangat rawan terhadap perilaku picky eating atau pilih-pilih makanan, yang jika dibiarkan dapat berdampak pada status gizi mereka.

3. Where (Di mana):

Cakupan perancangan ini adalah perilaku picky eating yang sering dilakukan oleh anak usia dini, termasuk 4–6 tahun yang dapat memberi berbagai pengaruh buruk untuk pertumbuhan anak tersebut.

4. When (Kapan):

Penelitian dilakukan melalui tiga tahap, yaitu metode wawancara yang dilaksanakan dengan Kepala Sekolah TK Siswa Budi I sebagai narasumber pada 9 Juli 2025, observasi langsung dengan menghadiri pembelajaran yang dilakukan siswa pada 28 Agustus 2025, dan membagikan kuesioner pada wali murid untuk lebih mengetahui keadaan individual murid pada tanggal 1 September 2025.

5. Why (Mengapa):

Perancangan ini dilakukan sebagai upaya preventif (pencegahan) untuk membangun fondasi kebiasaan makan sehat sejak dini. Masa usia 4–6 tahun merupakan periode kritis pembentukan pola perilaku; oleh karena itu, intervensi sebelum masalah pertumbuhan menjadi permanen sangatlah krusial.

6. How (Bagaimana):

Perancangan buku interaktif ini dilakukan dengan pendekatan *Design Thinking* yang berorientasi pada solusi pencegahan masalah gizi. Tahapan dimulai dari fase *Empathize* dan *Define* untuk memetakan alasan anak menolak jenis makanan tertentu melalui observasi langsung dan data fisik siswa di TK Siswa Budi I, *Ideate* dilakukan penyusunan konsep narasi dan visual, *Prototype* yaitu tahap pengembangan fisik buku interaktif yang mengintegrasikan elemen visual menarik dengan fitur-fitur motorik yang memicu keterlibatan aktif anak, dan yang terakhir *test* dimana hasil buku ini akan diujicobakan kepada siswa TK A dan B untuk memvalidasi apakah media tersebut efektif dalam meningkatkan minat mereka terhadap makanan sehat.

Ideate

Konsep Cerita

Cerita dimulai dari peran utama yang bernama Nabil menolak untuk memakan makan siang tumis kangkung dengan tomat dan jamur yang sudah disiapkan oleh Ibunya, menjadi tertarik untuk memakan makanan tersebut dengan edukasi 'power / kekuatan hebat' 4 Hero Sehat yaitu Tomat, Pisang, Kangkung, dan Jamur. Perancangan ini bersifat edukatif yang dipadukan dengan unsur imajinatif guna mengajak anak untuk melihat makanan bukan sebagai beban, melainkan sebagai teman dan "sumber kekuatan" yang seru.

Konsep Visual

Konsep visual dalam perancangan ini mengaplikasikan gaya ilustrasi kartun yang dirancang secara khusus agar relevan dengan karakteristik psikologis dan preferensi anak usia dini.

1. Palet warna

Dilakukan pemilihan warna yang variatif dengan penerapan kontras tinggi untuk membangun suasana yang ceria dan energik, tetapi juga berperan agar lebih menarik perhatian dan fokus anak-anak.



Gambar 1. Palet warna (Sumber: Kirana, 2026)

2. Desain karakter

Desain karakter karakter utama yaitu Nabil dan Ibu mengutamakan kesederhanaan untuk bisa lebih dekat dengan karakter anak kecil dan ibu biasa pada kehidupan sehari-hari. Desain karakter Tim Hero memiliki visual yang sederhana tanpa menghilangkan karakteristik asli dari bentuk sayuran tersebut, namun tetap memiliki atribut hero dan dapat memperlihatkan sifat mereka dengan menggambarkan ekspresi yang jelas pada tiap karakter.



Gambar 2. Desain Nabil dan Ibu (Sumber: Kirana, 2026)



Gambar 3. Desain Hero Tomat, Pisang, Kangkung, dan Jamur (Sumber: Kirana, 2026)

3. Typografi

Pemilihan tipografi dalam perancangan buku ini didasarkan pada keterbacaan (*legibility*) dan estetika visual yang sesuai dengan hasil perancangan. Dua jenis font utama yang digunakan adalah Cleanow dan Boss Cartoon, yang masing-masing memiliki peran berbeda untuk menyampaikan cerita dimana Cleanow digunakan untuk narasi, sedangkan Boss Cartoon digunakan untuk dialog.

**ABCDEFGH
abcdefgh**

Gambar 4. Font Cleanow Jamur (Sumber: Kirana, 2026)

**ABCDEFGH
abcdefgh**

Gambar 5. Font Boss Cartoon (Sumber: Kirana, 2026)

Konsep Interaktif

Mekanisme bergerak yang digunakan adalah *wheel* yang menunjukkan perubahan variasi disatu titik tetap dengan cara memutar piringan kertas dibalik halaman dan *slide* yang memperlihatkan gerakan digunakan untuk menciptakan gerakan linear (garis lurus), baik itu vertikal, horizontal, maupun diagonal. Penggunaan mekanisme ini didasari dengan berbagai pertimbangan yang disesuaikan dengan plot cerita.

Prototype

Thumbnail

Thumbnail adalah sketsa yang ditujukan untuk menuangkan ide yang ada dengan memberi gambaran kasar yang digunakan sebagai pembantu tahapan selanjutnya. Sketsa dilakukan dengan ilustrasi digital.



Gambar 6. Sketsa *Thumbnail* (Sumber: Kirana, 2026)

Desain Final

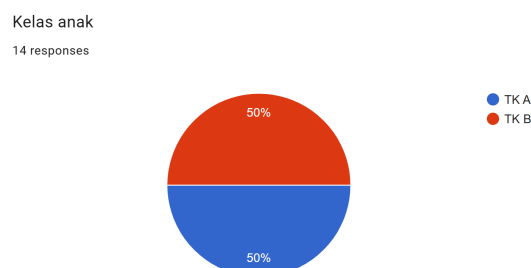
Sketsa yang telah dibuat kemudian melalui tahapan *lineart*, *tight tissue*, *finishing*, dan pengisian teks sehingga menjadi desain final yang siap dicetak.



Gambar 7. Desain final (Sumber: Kirana, 2026)

Test

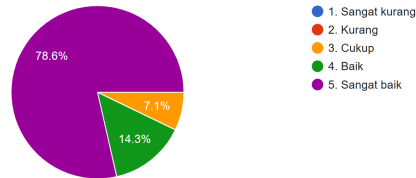
Pada tahapan ini, dilakukan pembelajaran bersama dengan menggunakan hasil cetak buku interaktif kepada murid TK Siswa Budi I. Setelah melakukan pembelajaran, kuesioner berbentuk *google form* yang ditujukan kepada wali murid kembali disebarikan untuk mengetahui hasil dari kegiatan uji coba. Berikut adalah hasil dari kuesioner:



Gambar 8. Hasil uji kuesioner 1 (Sumber: Kirana, 2026)

1. Apakah visual buku ini cukup menarik bagi anak?

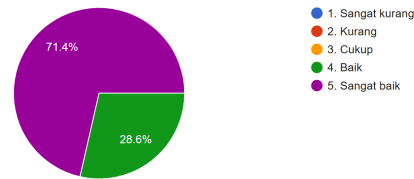
14 responses



Gambar 9. Hasil uji kuesioner 2 (Sumber: Kirana, 2026)

2. Sejauh mana kegiatan interaktif dalam buku dapat membuat anak terlibat lebih banyak dalam kegiatan membaca?

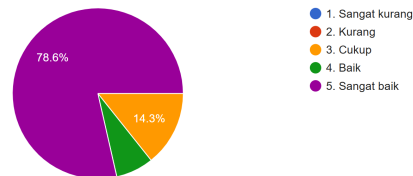
14 responses



Gambar 9. Hasil uji kuesioner 3 (Sumber: Kirana, 2026)

3. Sejauh mana informasi dalam buku mudah dipahami oleh anak-anak?

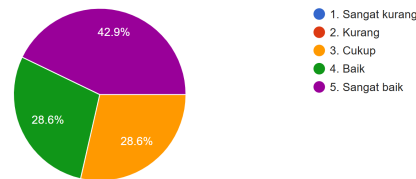
14 responses



Gambar 10. Hasil uji kuesioner 4 (Sumber: Kirana, 2026)

4. Sejauh mana buku ini dapat membantu anak untuk mengonsumsi sayuran?

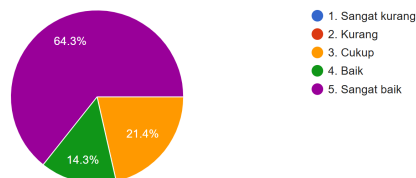
14 responses



Gambar 11. Hasil uji kuesioner 5 (Sumber: Kirana, 2026)

5. Sejauh mana anak-anak tertarik untuk membahas isi buku setelah membacanya?

14 responses



Gambar 12. Hasil uji kuesioner 6 (Sumber: Kirana, 2026)

Tabel 1. Hasil uji coba

Aspek	Skor		Rata-rata
	Kecil	Besar	
Ketertarikan anak pada visual buku	Cukup (7,1%)	Sangat Baik (78,6%)	94,3%
Pengaruh buku untuk kegiatan membaca anak	Baik (28,6%)	Sangat Baik (71,4%)	94,28%
Pemahaman anak terhadap isi buku	Cukup (7,1%)	Sangat Baik (78,6%)	94,3%
Ketertarikan anak untuk mengonsumsi sayuran	Baik (28,6%)	Sangat Baik (42,9%)	82,94%
Ketertarikan anak untuk mendiskusikan isi buku	Cukup (21,4%)	Sangat Baik (64,3%)	88,58%
Rata-rata Skor Keseluruhan			90,88%

Setelah dilakukan perhitungan, diperoleh angka 90,88% sebagai rata-rata skor keseluruhan yang menunjukkan bahwa perancangan buku interaktif diterima dengan sangat baik oleh anak-anak dan dinilai berhasil dalam mengedukasi siswa mengenai tema *picky eating*.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan perancangan yang telah dilakukan di TK Siswa Budi I Surabaya, dapat disimpulkan bahwa perilaku *picky eating* masih ditemukan pada sebagian siswa usia 4–6 tahun. Oleh karena itu, perancangan media edukasi baru yang menarik dan sesuai dengan karakteristik anak usia dini untuk mengatasi masalah *picky eating* dibutuhkan. Sebagai hasil dari proses perancangan menggunakan metode Design Thinking, dirancang buku interaktif berjudul *Hero Sehat: Misi Penyelamatan Tubuh Kita!* yang mengangkat cerita keseharian anak saat makan siang dan dipadukan dengan unsur imajinatif mengenai makanan sebagai sumber kekuatan bagi tubuh. Buku ini dilengkapi ilustrasi berwarna dan mekanisme interaktif berupa slide dan wheel yang dirancang untuk meningkatkan keterlibatan anak selama proses membaca. Perancangan buku ini diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif media pembelajaran bagi TK Siswa Budi I dalam mengenalkan pentingnya konsumsi sayuran kepada anak usia dini. Selain itu, penggunaan media cetak juga diharapkan dapat mendukung kegiatan literasi anak serta meningkatkan minat membaca di tengah berkembangnya berbagai media digital yang semakin mendominasi aktivitas belajar dan bermain anak.

Sebagai saran untuk penelitian selanjutnya, eksplorasi tambahan dapat dilakukan pada penggunaan warna yang lebih menarik dan sesuai dengan preferensi anak usia dini untuk meningkatkan daya tarik buku. Aspek keamanan produk juga perlu diperhatikan, misalnya

dengan menggunakan desain sudut buku yang tumpul atau rounded corner sehingga lebih aman digunakan oleh anak-anak.

REFERENSI

- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2021). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 1 Tahun 2021 tentang Penerimaan Peserta Didik Baru pada Taman Kanak-Kanak, Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, Sekolah Menengah Atas, dan Sekolah Menengah Kejuruan. PERMENDIKBUD No. 1 Tahun 2021. Jakarta.
- Hanindita, M. (2022). Mommyclopedia: 89 resep makanan anak 2-5 tahun. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Almatsier, S. (2002). Prinsip dasar ilmu gizi. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang PERMENKES No. 41 Tahun 2014. Jakarta
- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. (2013). Kerangka Kebijakan Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (Gerakan 1000 HPK). Perpustakaan Bappenas. Diakses tanggal 19 Maret 2024, <https://perpustakaan.bappenas.go.id/e-library/dokumen/0b412bb9-709d-4e47-a2e7-0e47e30e5d1f>
- Łoboś, P., & Januszewicz, A. (2019). Food neophobia in children. *Pediatric Endocrinology, Diabetes and Metabolism*, 25(3), 150–154. <https://doi.org/10.5114/pedm.2019.87711>
- Heryanto, M. L., Amelia, P. B., & Mulyati, L. (2023). Perilaku picky eater dengan status gizi pada anak prasekolah. *Journal of Midwifery Care*, 4(1), 46–55. <https://doi.org/10.34305/jmc.v4i1.969>
- Mahmudah, R., & Rohimi, U. E. (2022). Factors influencing picky eating habits and their relationship to the nutritional status of pre-school aged children at Bimba Aiueo. *International Journal of Social Health*, 1(2), Article 9. <https://doi.org/10.58860/ijsh.v1i2.9>
- Limanto, D. A., Bangsa, P. G., & Christianna, A. (2015). Perancangan buku pembelajaran interaktif sejarah peringatan hari-hari perjuangan nasional untuk anak usia 6-11 tahun. *Jurnal DKV Adiwarna*, 1(6), 17. Diakses dari <http://publication.petra.ac.id/index.php/dkv/article/view/3208>
- Windiyani, A. A., & Mukminin, A. (2021). The influence of food creation activity on the improvement of picky eater behavior in children aged 5-6 years in TK Negeri Pembina in Pemalang Regency. *BELIA: Early Childhood Education Paper*, 10(1), 1–8. Diakses dari <https://journal.unnes.ac.id/sju/belia/article/view/38567>
- Widharti, N. N. S. A. (2021). Hubungan pola asuh orang tua dengan kebiasaan memilih-milih makanan (picky eater) pada anak usia prasekolah di TK Kemala Bhayangkari 4 Gianyar (Skripsi, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali). Repository ITEKES Bali. Diakses dari <https://repository.itekes-bali.ac.id/journal/detail/884/>
- Yulianar, Gambaran Perilaku Picky Eating (Pilih-pilih Makanan) Dan Status Gizi Pada Anak Balita 3-5 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Lambuya Kec. Lambuya, (Kendari: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Kendari. Diakses dari http://elibrary.poltekkeskendari.ac.id/index.php?p=show_detail&id=3234
- Reswara, F. T. (2023). Perancangan buku ilustrasi untuk mencegah food neophobia dan picky eater terhadap buah pada anak (Skripsi Sarjana, Universitas Multimedia Nusantara). Universitas Multimedia Nusantara Repository. <https://kc.umn.ac.id/id/eprint/26027/>

- Kamumu, F., & Rakay, I. (2023). Hubungan picky eating dengan kejadian stunting pada anak usia prasekolah di Kecamatan Lau, Kabupaten Maros (Skripsi Sarjana, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar). Repositori STIK Stella Maris Makassar. Diakses 21 Juli 2025, dari <http://repository.stikstellamarismks.ac.id/261/>
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Buku saku hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 [Monografi]. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Diakses dari <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/4855/>
- World Health Organization. (2020). Stunting in a nutshell. <https://www.who.int/news/item/19-11-2020-stunting-in-a-nutshell>
- World Health Organization. (2022). Malnutrition. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
- World Health Organization. (2006). BMI classification. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Buku saku Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2023 [Monografi]. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. Diakses dari <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/4855/badankebijakan.kemkes.go.id>
- Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan. (2023, 16 Oktober). Kemenko PMK evaluasi percepatan penurunan stunting di Provinsi Jawa Timur. Diakses dari <https://www.kemenkopmk.go.id/kemenko-pmk-evaluasi-percepatan-penurunan-stunting-di-provinsi-jawa-timur>
- Carruth, B. R., Ziegler, P. J., Gordon, A., & Barr, S. I. (1998). Prevalence of picky eaters among infants and toddlers and their caregivers' decisions about offering a new food. *Journal of the American Dietetic Association*, 98(5), 612-617. [https://doi.org/10.1016/S0002-8223\(98\)00133-4](https://doi.org/10.1016/S0002-8223(98)00133-4)
- Taylor, C., Wernimont, S., Northstone, K., & Emmett, P. (2015). Picky/fussy eating in children: Review of definitions, assessment, prevalence, and dietary intakes. *Appetite*, 95, 349-359. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.07.026>
- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. (n.d.). Goal 2: Zero hunger - Akses universal terhadap pangan yang aman dan bergizi [SDGs Bappenas]. Diakses 2 Oktober 2024, dari <https://sdgs.bappenas.go.id/17-goals/goal-2/>
- Gerlach, V. S., & Ely, D. P. (1971). *Teaching and Media: A Systematic Approach*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Sadiman, A. S., dkk. (2009). *Media pendidikan* (Cetakan ke-14, 2018). Depok: Rajagrafindo Persada. ISBN 978-979-769-474-6
- Huck, C. S. (1979). *Children's literature in the elementary school* (3rd ed.). New York, NY: Holt, Rinehart, and Winston.
- Deveo Studio. (n.d.). How to choose the right illustration style for your children's book. Diakses pada 13 Juli 2025, dari <https://deveostudio.com/how-to-choose-the-right-illustration-style-for-your-childrens-book/>
- Whalley, J. (2004). *International Companion Encyclopedia of Children's Literature*. London: Routledge.
- Adams, S. (2017). *The Designer's Dictionary of Color*. New York, NY: Abrams Books.
- Suyanto, M. (2005). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Andi Offset.

- Smithsonian Institution Libraries. (2010, June 14). Paper Engineering: Fold, Pull, Pop & Turn [Exhibition]. National Museum of American History. Diakses pada 10 Januari 2025, Smithsonian Institution website
- Muktiono, J. (2003). Menumbuhkan Minat Baca Pada Anak. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Dyk, S Van, Hewitt, C., Broman, E., & Montanaro, A. (2010). Paper Engineer: Fold, Pull, Pop and Turn. The Smithsonian Libraries Exhibition Gallery, 1-24
- Sugiyono. (2016). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D (hal. 402). Bandung: Alfabeta.
- Patton, M. Q. (1990). Qualitative Evaluation and Research Methods (2nd ed.). Newbury Park, CA; London: Sage Publications.
- Zed, M. (2008). Metode penelitian kepustakaan. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Brown, T. (2008). Design thinking. Harvard Business Review, June 2008, 84-92.