Jurnal PEDAMAS (Pengabdian Kepada Masyarakat)
Volume 3, Nomor 1, Januari 2025
ISSN: 2986-7819

PENTINGNYA GIZI SEIMBANG UNTUK TUMBUH KEMBANG ANAK DI KELURAHAN TEMBALANG: UPAYA EDUKASI GIZI DI SEKOLAH DASAR

IMPORTANCE OF BALANCED NUTRITION FOR CHILD GROWTH AND DEVELOPMENT IN TEMBALANG: EFFORTS IN NUTRITIONAL EDUCATION AT ELEMENTARY SCHOOL

Khansa Tas'a Deani[1*], Rahmadina Khaliza Trinina Herlambang[2], Teysar Adi Sarjana[3], Hega Bintang Pratama Putra[4], Riandhita Eri Werdani[5]
[1*,2,3,4,5] Universitas Diponegoro, Semarang, Indonesia
*khansadeani97@gmail.com

Abstrak: Masalah gizi anak masih menjadi isu signifikan di Kelurahan Tembalang, dengan prevalensi mencapai 20% menurut Dinas Kesehatan Kota Semarang (2022). Kurangnya pemahaman masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang menjadi salah satu penyebab utama masalah ini. Kegiatan ini bertujuan untuk mengembangkan dan melaksanakan kegiatan edukasi gizi seimbang di sekolah dasar dengan metode sosialisasi dan diskusi interaktif. Kegiatan ini melibatkan siswa SDN Tembalang sebagai peserta utama, dengan materi meliputi pentingnya jajanan sehat, pola makan seimbang, dan peran zat besi dalam mendukung tumbuh kembang anak. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi sosialisasi, diskusi interaktif, dan pembagian booklet dan leaflet edukasi. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan siswa setelah mengikuti kegiatan edukasi, yang diukur melalui pre-test dan post-test. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi model intervensi untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya gizi seimbang pada anak dan meningkatkan kualitas kesehatan anak di masyarakat.

Kata Kunci: Gizi Seimbang, Edukasi Gizi, Kelurahan Tembalang, Siswa SD

Abstract: *Child nutrition remains a significant issue in Tembalang Village, with a prevalence of 20% according to the Semarang City Health Office (2022). Lack of understanding of the importance of balanced nutrition is one of the main causes of this problem. This activity aims to develop and implement balanced nutrition education activities in elementary schools using socialization and interactive discussion methods. This activity involved Tembalang Elementary School students as the main participants, with materials including the importance of healthy snacks, a balanced diet, and the role of iron in supporting children's growth and development. The methods used in this activity include socialization, interactive discussions, and distribution of educational booklets and leaflets. The results showed a significant increase in students' knowledge after participating in the educational activities, as measured through pre-test and post-test. This activity is expected to be a model intervention to increase knowledge and awareness about the importance of balanced nutrition in children and improve the quality of children's health in the community.*

Keywords: *Balanced Nutrition, Nutrition Education, Tembalang Village, Elementary Students*

Article History:

Received	Revised	Published
19 November 2024	10 Januari 2025	15 Januari 2025

Pendahuluan

Gizi seimbang merupakan salah satu faktor kunci dalam mendukung tumbuh kembang anak, terutama pada usia dini. Di Kelurahan Tembalang, permasalahan gizi anak masih menjadi isu yang signifikan, di mana banyak anak mengalami kekurangan gizi yang berdampak pada kesehatan dan perkembangan mereka. Menurut data dari Dinas Kesehatan Kota Semarang, prevalensi stunting di wilayah ini mencapai 20%, yang menunjukkan bahwa satu dari lima anak mengalami pertumbuhan yang terhambat akibat kurangnya asupan gizi yang memadai (Dinas *Kesehatan* Kota Semarang, 2022). Hal ini menjadi perhatian serius, mengingat masa pertumbuhan anak adalah periode kritis yang memerlukan perhatian khusus terhadap asupan gizi.

Kesenjangan pengetahuan mengenai pentingnya gizi seimbang di kalangan orang tua dan masyarakat di Tembalang menjadi salah satu penyebab utama masalah ini. Banyak orang tua yang belum memahami konsep gizi seimbang dan dampaknya terhadap kesehatan anak. Sebuah studi oleh Setiawati et al. (2023) menunjukkan bahwa di banyak negara, termasuk Indonesia, tantangan besar dalam kesadaran gizi masyarakat disebabkan oleh gaya hidup modern yang sering kali mengarah pada konsumsi makanan tidak seimbang. Pengabdian ini menekankan pentingnya edukasi nutrisi seimbang untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai gizi dan pilihan makanan sehat. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi yang lebih intensif untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai gizi seimbang, terutama di kalangan orang tua dan anak-anak di sekolah dasar.

Literatur sebelumnya menunjukkan bahwa kegiatan edukasi gizi yang terintegrasi di sekolah dapat memberikan dampak positif terhadap perilaku makan anak (Jundapri, 2024). Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan anak tentang gizi, tetapi juga mendorong mereka untuk menerapkan pola makan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Namun, di Tembalang, implementasi kegiatan edukasi gizi di sekolah dasar masih terbatas, sehingga menciptakan kesenjangan antara pengetahuan yang ada dan praktik yang dilakukan oleh anak-anak dan orang tua mereka. Hal ini menunjukkan perlunya intervensi yang lebih terarah dan berbasis riset untuk mengatasi masalah gizi di komunitas ini.

Tujuan dari pengabdian berbasis riset ini adalah untuk mengembangkan dan melaksanakan kegiatan edukasi gizi seimbang di sekolah dasar di Kelurahan Tembalang. Melalui kegiatan ini, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang, serta mendorong perubahan perilaku yang positif dalam pola makan anak-anak. Dengan demikian, diharapkan dapat mengurangi prevalensi masalah gizi di kalangan anak-anak dan mendukung tumbuh kembang mereka secara optimal.

Metode

SOSIALISASI & DISKUSI INTERAKTIF

Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah sosialisasi dan diskusi interaktif, yang dirancang untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya gizi seimbang. Sosialisasi dilakukan melalui seminar yang melibatkan siswa di sekolah dasar. Dalam kegiatan ini, materi yang disampaikan mencakup pengertian gizi seimbang, dampak kurang gizi, serta cara menerapkan pola makan sehat. Penggunaan media visual seperti presentasi diharapkan dapat menarik perhatian peserta dan mempermudah pemahaman mereka. Menurut penelitian oleh Jundapri (2024), sosialisasi yang efektif dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang gizi, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi perilaku makan anak-anak.

Setelah sosialisasi, dilanjutkan dengan diskusi interaktif yang memberikan kesempatan bagi peserta untuk bertanya dan berbagi pengalaman terkait masalah gizi yang dihadapi.

Diskusi ini difasilitasi oleh moderator yang berpengalaman, sehingga dapat menciptakan suasana yang kondusif untuk bertukar informasi dan ide. Melalui diskusi interaktif, peserta diharapkan dapat lebih memahami tantangan yang ada dan mencari solusi bersama. Penelitian oleh Ruslandi (2025) menunjukkan bahwa diskusi interaktif dapat meningkatkan keterlibatan peserta dan memperkuat pemahaman mereka tentang topik yang dibahas, sehingga diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku yang positif dalam pola makan anak-anak.

PESERTA

Sasaran dari kegiatan edukasi ini adalah siswa-siswa di SDN Tembalang. Pemilihan sasaran siswa SD didasarkan pada fase perkembangan fisik dan kognitif yang pesat pada usia ini. Di tahap ini, anak-anak mulai membentuk kebiasaan makan yang akan mempengaruhi kesehatan mereka di masa depan, sehingga edukasi tentang gizi seimbang, jajanan sehat, dan pentingnya zat besi sangat penting untuk mendukung pertumbuhan optimal mereka.

Selain itu, pemilihan siswa SD juga didorong oleh fakta bahwa mereka sering kali menjadi konsumen jajanan yang banyak dijual di sekitar sekolah, yang sering kali kurang sehat dan mengandung bahan berbahaya. Oleh karena itu, edukasi tentang pemilihan jajanan sehat dan cara memilih makanan yang mengandung zat gizi yang dibutuhkan tubuh mereka sangat relevan untuk menanggulangi masalah gizi buruk dan stunting. Pada usia ini pula, mereka mudah terpengaruh oleh lingkungan, sehingga perubahan kebiasaan makan yang diajarkan akan lebih mudah diterima dan diterapkan.

Harapannya, melalui edukasi yang dilakukan, siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan teoritis mengenai pentingnya pola makan sehat dan gizi seimbang, tetapi juga dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, baik di sekolah maupun di rumah. Selain itu, kegiatan ini diharapkan dapat memperkuat peran keluarga dalam mendukung kebiasaan makan sehat anak-anak. Melalui penyebaran informasi kepada keluarga melalui leaflet dan booklet, diharapkan orang tua juga terlibat dalam mengubah pola makan keluarga, yang pada akhirnya berkontribusi pada pencegahan masalah gizi seperti stunting dan anemia di komunitas sekitar.

TAHAPAN

Kegiatan edukasi mengenai gizi yang dilaksanakan di SDN Tembalang dimulai dengan pemberian sosialisasi terkait materi yang akan diajarkan, yaitu pentingnya memilih jajanan sehat dan pemahaman tentang sumber zat besi dalam makanan. Pada tahap awal ini, informasi dasar disampaikan secara jelas kepada siswa dengan menggunakan bahasa yang mudah dipahami, agar mereka dapat mengerti inti dari topik yang dibahas. Sosialisasi ini juga bertujuan untuk menarik perhatian siswa dan memberikan gambaran umum tentang pentingnya menjaga pola makan sehat sejak dini. Selanjutnya, untuk mendukung pemahaman materi, kegiatan dilanjutkan dengan penggunaan media visual berupa ilustrasi dan gambar yang relevan dengan topik yang dibahas. Media visual ini efektif dalam menarik perhatian siswa dan mempermudah mereka dalam memahami informasi yang disampaikan.

Kegiatan dilanjutkan dengan diskusi interaktif, yang memberi kesempatan kepada siswa untuk bertanya, berbagi pengalaman, dan berdiskusi mengenai topik yang baru saja dipelajari. Diskusi ini penting untuk mengukur sejauh mana pemahaman siswa dan untuk memperdalam materi yang telah diajarkan. Melalui diskusi interaktif, siswa bisa lebih aktif dalam proses belajar dan lebih memahami kaitan antara informasi yang mereka terima dengan kehidupan sehari-hari mereka.

Sebagai tahapan akhir, kegiatan edukasi ini diakhiri dengan pemberian booklet dan leaflet yang berisi materi edukasi yang telah disampaikan selama sesi. Pembagian booklet dan leaflet

bertujuan agar siswa dapat membawa pulang informasi tersebut dan membagikannya dengan orang tua mereka. Hal ini memungkinkan materi edukasi untuk tidak hanya diterima di sekolah, tetapi juga diterapkan di rumah dalam kehidupan sehari-hari. Pemberian materi dalam bentuk fisik diharapkan dapat memperkuat daya ingat siswa, karena mereka bisa membaca kembali informasi tersebut kapan saja di rumah. Dengan adanya materi yang dapat diakses secara berulang, siswa dan keluarga diharapkan dapat lebih memahami pentingnya memilih makanan sehat dan memperbaiki kebiasaan makan di rumah.

Melalui rangkaian edukasi ini, diharapkan siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan teoritis tentang gizi seimbang, jajanan sehat, dan pentingnya zat besi, tetapi juga dapat mengaplikasikan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, tujuan dari kegiatan ini adalah untuk membentuk kebiasaan makan yang sehat yang dapat diteruskan sepanjang hidup mereka, serta memberikan dampak positif bagi kesehatan mereka dan mencegah masalah gizi seperti stunting dan anemia.

EVALUASI

Evaluasi kegiatan Edukasi Gizi di SDN Tembalang dilakukan untuk mengukur efektivitas dan dampak kegiatan yang bertujuan meningkatkan pengetahuan siswa tentang pola makan sehat, pentingnya memilih jajanan sehat, dan peran zat besi dalam mendukung pertumbuhan anak, khususnya dalam mencegah stunting. Evaluasi ini mencakup berbagai metode, seperti pre-test dan post-test, observasi kegiatan, penilaian materi edukasi, pemantauan jangka panjang, serta feedback dari tim edukasi.

Pre-test dan post-test digunakan untuk menilai peningkatan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah kegiatan. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa terkait pentingnya memilih jajanan sehat dan makanan kaya zat besi. Pre-test memberikan gambaran awal pengetahuan siswa, sementara post-test menunjukkan bahwa siswa mampu mengidentifikasi sumber zat besi dan memahami manfaatnya dalam mencegah stunting.

Selama kegiatan berlangsung, dilakukan observasi kegiatan untuk menilai partisipasi siswa dalam sesi ceramah dan diskusi interaktif. Observasi ini mengungkapkan antusiasme dan keterlibatan aktif siswa, terutama dalam penggunaan media visual dan metode interaktif. Hal ini menunjukkan bahwa metode tersebut efektif dalam membantu siswa memahami materi yang diberikan. Wawancara dengan beberapa siswa juga dilakukan untuk mendapatkan feedback terkait materi dan pelaksanaan. Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar siswa merasa materi mudah dipahami dan menarik, serta membantu mereka lebih memperhatikan pilihan makanan sehari-hari.

Hasil dan Pembahasan

Edukasi mengenai jajanan sehat dan pentingnya zat besi dalam pola makan anak-anak memiliki dampak yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mereka tentang pola makan yang sehat. Pendekatan yang digunakan, yaitu ceramah, media visual, dan diskusi interaktif, terbukti berhasil dalam menarik perhatian siswa dan meningkatkan pemahaman mereka terhadap informasi yang disampaikan. Menurut penelitian oleh Jundapri (2024), penggunaan metode visual dan partisipatif dapat mempercepat pemahaman anak-anak dan meningkatkan interaksi mereka dengan materi, yang pada gilirannya membantu memperkuat daya ingat mereka.

Siswa yang menerima leaflet dan booklet materi memiliki pemahaman yang lebih mendalam tentang jenis makanan yang sebaiknya mereka konsumsi untuk menjaga kesehatan,

serta manfaat gizi yang terkandung di dalamnya. Pembagian materi ini sejalan dengan temuan Permas (2024), yang menunjukkan bahwa pemberian leaflet dan booklet meningkatkan pemahaman anak tentang gizi karena materi tersebut dapat dibaca kembali di rumah, memberi kesempatan kepada orang tua untuk mendalami informasi tersebut bersama anak.

Namun, meskipun hasil yang diperoleh menunjukkan kemajuan yang positif, terdapat beberapa hambatan dalam pelaksanaan kegiatan. Salah satu hambatan yang dihadapi adalah keterbatasan waktu untuk melakukan sesi yang lebih mendalam, karena kegiatan edukasi terbatas pada waktu yang ada dalam jadwal sekolah yang padat. Hal ini mengakibatkan materi yang disampaikan lebih bersifat ringkas, sehingga tidak memungkinkan untuk membahas setiap topik secara lebih detail. Selain itu, masalah keterbatasan ekonomi keluarga juga menjadi hambatan, karena meskipun siswa sudah memahami pilihan jajanan sehat, akses terhadap jajanan sehat yang lebih terjangkau tetap menjadi tantangan bagi sebagian besar keluarga.

Untuk mengatasi hambatan tersebut, strategi yang digunakan dalam pelaksanaan adalah memanfaatkan media yang menarik dan mudah dipahami, seperti poster dan gambar yang visual, serta pendekatan yang terstruktur namun singkat dalam setiap sesi. Hal ini bertujuan agar meskipun waktu yang tersedia terbatas, materi tetap dapat disampaikan secara efektif tanpa membebani siswa. Selain itu, strategi untuk membagikan leaflet dan booklet kepada siswa bertujuan untuk memperkuat pemahaman dan memberikan kesempatan kepada keluarga untuk melibatkan diri dalam perubahan pola makan yang lebih sehat.

Pada jangka panjang, edukasi gizi ini diharapkan dapat memberikan dampak yang luas bagi kebiasaan makan anak-anak dan keluarga mereka. Dengan meningkatnya pemahaman siswa mengenai gizi seimbang dan jajanan sehat, diharapkan mereka dapat menerapkan pola makan yang lebih sehat di rumah dan di sekolah. Menurut penelitian Jundapri (2024), edukasi gizi yang dilakukan secara terus-menerus dapat mengubah kebiasaan makan anak-anak dan berkontribusi pada perbaikan status gizi mereka. Selain itu, penguatan kebiasaan makan sehat di rumah dapat mengurangi prevalensi masalah gizi buruk, seperti stunting, dalam jangka panjang. Kegiatan edukasi ini diharapkan tidak hanya memberikan dampak langsung pada siswa, tetapi juga menciptakan efek berkelanjutan yang menguntungkan bagi keluarga dan komunitas di sekitar mereka.

Gambar 1. Proses Edukasi Gizi kepada Siswa SDN Tembalang

Kesimpulan

Pemberian edukasi mengenai gizi seimbang, pentingnya memilih jajanan sehat, dan

peran zat besi melalui pendekatan sosialisasi, diskusi interaktif, serta media visual di SDN Tembalang menunjukkan dampak yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan siswa terkait pola makan sehat. Kegiatan ini berhasil mendorong keterlibatan aktif siswa dan memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai asupan gizi yang mendukung pertumbuhan mereka. Namun, keterbatasan waktu pelaksanaan dan tantangan ekonomi keluarga menjadi hambatan yang perlu diperhatikan. Dengan dukungan materi edukasi seperti leaflet dan booklet, kegiatan ini diharapkan tidak hanya memberikan dampak langsung kepada siswa, tetapi juga mendorong partisipasi keluarga dalam menerapkan pola makan sehat di rumah, guna mencegah masalah gizi seperti stunting dan anemia.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam memberi dukungan maupun peran secara langsung dalam program kerja KKN di Kelurahan Tembalang sehingga tercipta keberhasilan dalam kegiatan demonstrasi pengolahan ikan dan sayur kaya zat besi sebagai upaya pencegahan stunting. Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada :

1. Dosen Pembimbing Lapangan KKN yang telah memberi bimbingan dan arahan selama persiapan hingga pelaksanaan kegiatan sehingga kegiatan yang dilaksanakan dapat berjalan dan tersampaikan dengan baik.
2. Pemerintah Kelurahan Tembalang yang telah memberi izin, koordinasi, dan dukungan penuh terhadap kegiatan ini sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan lancar.
3. Siswa SDN Tembalang yang telah menyambut kegiatan dengan antusias tinggi, berpartisipasi aktif dalam kegiatan edukasi yang dilaksanakan.
4. Tim KKN-T Kelurahan Tembalang yang telah bekerja sama dengan penuh dedikasi dalam mempersiapkan acara hingga kegiatan terlaksana dengan sangat baik

Referensi

Amira, K.A. and Setyaningtyas, S.W., 2021. Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak Sekolah Dasar dalam Pemilihan Jajanan Sehat: Literature Review. Media Gizi Indonesia (National Nutrition Journal), 16(2), pp.130-138.

Arza, P. A., Masnarivan, Y., Dewi, R. K., Fitriyani, F., Rahmah, D. F., & Ananda, A. K. (2020). Edukasi gizi seimbang dan makanan jajanan sehat di SDN 39 Pasar Ambacang Kota Padang. Buletin Ilmiah Nagari Membangun, 3(1), 30-37.

Dinas Kesehatan Kota Semarang. (2022). Laporan Kesehatan Masyarakat. Semarang: Dinas Kesehatan Kota Semarang.

Jundapri, K., & Susyanti, D. (2024). Implementasi Program Gizi Sekolah dalam Menurunkan Angka Kecurangan Makanan pada Anak Sekolah Dasar: Studi Kasus di Lima Sekolah Negeri Kota Metropolitan. Wellness Jurnal Kesehatan dan Pelayanan Masyarakat, 1(1), 6-12.

Mayar, F. and Astuti, Y., 2021. Peran gizi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Jurnal Pendidikan Tambusai, 5(3), pp.9695-9704.

Nasriyah, N., Kulsum, U. and Tristanti, I., 2021. Perilaku Konsumsi Jajanan Sekolah Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Desa Tumpangkrasak Kecamatan Jati Kabupaten Kudus. Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan, 12(1), pp.123-129.

Nur, N.H., Niartiningsih, A., Nurfitriani, N. and Paradilla, M., 2024. Gizi Anak Sekolah di Desa Toddopulia Kecamatan Tanralili Kabupaten Maros. Journal Of Human And Education (JAHE), 4(3), pp.130-135.

Paramesti, N.M.A.A., 2021. Status Gizi Anak Sekolah Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu Dan Komposisi Menu Bekal Sekolah (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Gizi 2021).

Permas, R., & Iskandar, W. (2024). Pengaruh Edukasi Gizi Leaflet Kementerian Kesehatan pada Pengetahuan Pola Konsumsi Balita di Desa Rantoe Panyang Timur. Polyscopia, 1(4), 260-265.

Prabu Aji, S., Sumarmi, S., Millati, R., Tri Wijayanti, Y., & Aris Tyarini, I. (2024). Increasing community nutrition awareness through balanced nutrition education program. Abdimas Polsaka: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 3(1), 33–39. https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v3i1.65

Priawantiputri, W., Rahmat, M., & Purnawan, A. I. (2019). Efektivitas pendidikan gizi dengan media kartu edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku makanan jajanan anak Sekolah Dasar. Jurnal Kesehatan, 10(3), 374-381.

Purnamasari, D. U., Dardjito, E., & Kusnandar, K. (2017). Perilaku gizi seimbang anak sekolah diperbaiki dengan edukasi gizi anak dan orangtua. Jurnal Gizi dan Pangan Soedirman, 1(01), 1-9.

Puspita, S., Aziz, A.N.A. and Temorubun, L.B., 2024. Hubungan Pengetahuan tentang Jajan Sehat dengan Status Gizi Anak di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang. Sciences and Clinical Pharmacy Research Journal, 1(1), pp.14-14.

Rahmy, H. A., Prativa, N., Andrianus, R., & Shalma, M. P. (2020). Edukasi Gizi Pedoman Gizi Seimbang Dan Isi Piringku Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 06 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman. Buletin Ilmiah Nagari Membangun, 3(2).

Rohim, A.N., Mursali, D.A.F., Ashilah, S.H. and Fidrayani, F., 2024. Hubungan Status Gizi terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini. Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin, 2(6).

Ruslandi, U., Qomariyah, S., & Sumitra, M. (2025). Peran Metode Pembelajaran Diskusi dalam Menciptakan Keaktifan Belajar Siswa di MAS Tarbiyatul Islamiyah. Katalis Pendidikan: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Matematika, 2(1), 79-90.

Safitri, Y. L., Sulistyowati, E., & Ambarwati, R. (2021). Pengaruh edukasi gizi dengan media puzzle terhadap pengetahuan dan sikap tentang sayur dan buah pada anak sekolah dasar. Journal of Nutrition College, 10(2), 100-104.

Sartika, R. A. D. (2012). Penerapan komunikasi, informasi, dan edukasi gizi terhadap perilaku sarapan siswa Sekolah Dasar. Kesmas, 7(2), 76-82.

Yuningsih, R., & Kurniasari, R. (2022). Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Bergambar Dan Permainan Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar (Suatu Pendekatan Studi Literature Review). Hearty, 10(1), 1-7.