

**PENGARUH EDUKASI BUKU SIMETA (KREASI MAKANAN SEHAT
ANAK) TERHADAP PENGETAHUAN IBU DALAM PENYAJIAN
MENU MAKANAN PADA ANAK USIA PRASEKOLAH**



SKRIPSI

OLEH :

MUTIARA RAMADHANTI MUSYAWIR

04021182025007

**BAGIAN KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDRALAYA, MEI 2024**

**PENGARUH EDUKASI BUKU SIMETA (KREASI MAKANAN SEHAT
ANAK) TERHADAP PENGETAHUAN IBU DALAM PENYAJIAN
MENU MAKANAN PADA ANAK USIA PRASEKOLAH**



SKRIPSI

OLEH :

MUTIARA RAMADHANTI MUSYAWIR

04021182025007

**BAGIAN KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDRALAYA, MEI 2024**

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Mutiara Ramadhanti Musyawir

Nim : 04021182025007

Dengan sebenarnya menyatakan bahwa karya tulis ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Keperawatan Universitas Sriwijaya. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian Saya sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan verbal Tim Pembimbing. Pernyataan ini Saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka Saya bersedia menerima sanksi akademik atau sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Indralaya, April 2024

Yang membuat pernyataan,



Mutiara Ramadhanti Musyawir

UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

NAMA : MUTIARA RAMADHANTI MUSYAWIR

NIM : 04021182025007

JUDUL : PENGARUH EDUKASI BUKU SIMETA (KREASI MAKANAN SEHAT ANAK) TERHADAP PENGETAHUAN IBU DALAM PENYAJIAN MENU MAKANAN PADA ANAK USIA PRASEKOLAH

PEMBIMBING I

Antarini Idriansari,S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.An

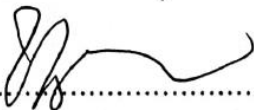
NIP. 198104182006042003

(.....)

PEMBIMBING II

Nurna Ningsih,S.Kp.,M.Kes

NIP. 197307172001122003

(.....)

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

NAMA : MUTIARA RAMADHANTI MUSYAWIR
NIM : 04021182025007
JUDUL : PENGARUH EDUKASI BUKU SIMETA (KREASI MAKANAN SEHAT ANAK) TERHADAP PENGETAHUAN IBU DALAM PENYAJIAN MENU MAKANAN PADA ANAK USIA PRASEKOLAH

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Keperawatan Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal 13 Mei 2024 dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Indralaya, 13 Mei 2024

PEMBIMBING SKRIPSI

1. Antarini Idriansari, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An
NIP. 198104182006042003

(.....)

2. Nurma Ningsih, S.Kp., M.Kes
NIP. 1973071720001122002

(.....)

PENGUJI SKRIPSI

1. Firnaliza Rizona, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198911022018032001

(.....)



Mengetahui,

Koordinator Program Studi Keperawatan


Eka Yulia Fitri Y, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198407012008122001

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

Skripsi, Mei 2024

Mutiara Ramadhanti Musyawir

Pengaruh Edukasi Buku SIMETA (Kreasi Makanan Sehat Anak) terhadap Pengetahuan Ibu dalam Penyajian Menu Makanan pada Anak Usia Prasekolah

xv + 90 + 15 tabel + 2 skema + 18 lampiran

ABSTRAK

Penyajian menu makanan adalah metode untuk menyajikan makanan kepada anak dengan komposisi yang diatur dan disusun secara menarik. Penyajian makanan yang tidak baik atau tidak layak, bukan saja dapat mengurangi selera makan seseorang tetapi juga dapat menjadi penyebab pencemaran oleh kuman. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan pendidikan kesehatan menggunakan media buku. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi buku SIMETA terhadap pengetahuan ibu tentang penyajian menu makanan pada anak usia prasekolah. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis *pre- experimental one group pretest-post test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak usia prasekolah di PAUD KB Indah Mulya yang diambil sampel sebanyak 29 responden. Pengetahuan ibu tentang penyajian menu makanan diukur dengan menggunakan kuesioner pengetahuan. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa karakteristik responden sebagian besar berada pada usia 26-35 tahun (75,9%) dan sebanyak (41,4%) memiliki pendidikan terakhir pada jenjang SMP serta sebelum diberikan intervensi sebagian besar responden berada pada pengetahuan kurang yaitu 15 orang (51,7%) dan setelah diberikan intervensi mayoritas responden berada pengetahuan baik yaitu 26 orang responden (89,7%). Analisis statistik dalam penelitian ini menggunakan uji *marginal homogeneity*. Berdasarkan hasil analisis didapatkan nilai *p value* 0,000 ($\alpha \leq 0.05$) yang menunjukkan bahwa media buku SIMETA berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan ibu tentang penyajian menu makanan. Hasil penelitian ini merekomendasikan penggunaan media buku SIMETA dapat menjadi alternatif pilihan media dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang penyajian menu makanan.

Kata kunci : Anak usia prasekolah, buku SIMETA, edukasi, pengetahuan, penyajian menu makanan

Daftar pustaka : 65 (2013-2023)

**SRIWIJAYA UNIVERSITY
FACULTY OF MEDICINE
NURSING DEPARTMENT
NURSING STUDY PROGRAM**

**Thesis, May 2024
Mutiarah Ramadhanti Musyawir**

The Educational Effect of the SIMETA Book (Kreasi Makanan Sehat Anak) on Mothers' Knowledge in Serving Food Menus to Preschool Children

xv + 90 + 15 tables + 2 schemes + 18 appendices

ABSTRACT

Serving a food menu is a method for serving food to children with compositions that are arranged and arranged in an attractive way. Serving food that is not good or not suitable can not only reduce a person's appetite but can also cause contamination by germs. One effort that can be made is by conducting health education using books. This research aims to determine the effect of SIMETA book education on mothers' knowledge about serving food menus for preschool children. This research is a quantitative research with a pre-experimental one group pretest-post test design type. The population in this study were mothers who had preschool-age children at PAUD KB Indah Mulya, from which a sample of 29 respondents was taken. Mothers' knowledge about serving food menus was measured using a knowledge questionnaire. The results of this research showed that the characteristics of the respondents were that most of them were aged 26-35 years (75.9%) and as many as (41.4%) had their last education at junior high school level and before the intervention was given, the majority of respondents had less knowledge, namely 15 people. (51.7%) and after being given the intervention the majority of respondents had good knowledge, namely 26 respondents (89.7%). Statistical analysis in this study used the marginal homogeneity test. Based on the results of the analysis, a p value of 0.000 ($\alpha \leq 0.05$) was obtained, which shows that the SIMETA book media has a significant effect on mothers' knowledge about serving food menus. The results of this research recommend that the use of SIMETA book media can be an alternative media choice in increasing mothers' knowledge about serving food menus.

Keywords: *Preschool children, the SIMETA Book, education, knowledge, Serving a food menu*

Bibliography : *65 (2013-2023)*

HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

(Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang)

Alhamdulillah

Skripsi ini aku persembahkan untuk diriku sendiri.

Baba, Mama, Kakak dan Dik iin yang selalu mendukungku.

Keluargaku dan Sahabat-sahabatku.

Keluarga besar Bagian Keperawatan Universitas Sriwijaya yang telah banyak berjasa dan mendukungku selama menuntut ilmu.

Almamaterku tercinta Universitas Sriwijaya.

Skripsi ini juga kupersembahkan untuk semua pasang mata yang sempat melirik karya ini, selamat membaca.

مَنْ جَدَّ وَجَدَّ

(Siapa yang bersungguh-sungguh maka akan berhasil)

الْعِلْمُ بِلاَ عَمَلٍ كَالشَّجَرِ بِلاَ ثَمَرٍ

(Ilmu yang tidak diamalkan, bagaikan pohon tidak berbuah)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Edukasi Buku SIMETA (Kreasi Makanan Sehat Anak) Terhadap Pengetahuan Ibu dalam Penyajian Menu Makanan pada Anak Usia Prasekolah”. Penulis menyadari bahwa pengerjaan skripsi ini tidak akan berhasil tanpa dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada :

1. Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Ketua Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
2. Antarini Idriansari, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An, selaku dosen pembimbing satu dan pembimbing akademik yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Nurna Ningsih, S.Kp., M.Kes, selaku dosen pembimbing kedua yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Seluruh jajaran dosen dan staf administrasi Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya yang telah membantu dan memberikan kemudahan dalam mengurus administrasi selama penyusunan skripsi ini.
5. Kepala Sekolah dan Guru PAUD KB Indah Mulya yang telah memberikan izin untuk penelitian dan meluangkan waktu untuk memberikan informasi.

6. Kedua orang tua penulis (Musyawir dan Maisyaroh) yang telah membantu penulis dalam segala aspek selama pembuatan skripsi ini. Baik dalam memberika doa, dukungan material maupun moral serta terima kasih banyak karena selalu mendukung dan menguatkan selama pembuatan skripsi ini. Terima kasih banyak baba dan mama.
7. Saudara penulis (Krisna Ramadhan Musyawir dan Rahmad Insani Musyawir) yang telah membantu dalam memberikan motivasi, masukan dan doa. Terima kasih banyak karena selalu mendukung dan menguatkan selama pembuatan skripsi ini.
8. Kepada teman-teman terdekat penulis Desti Mutiara Safitri, Akikah Yesya, Dea Ananda, Cyntia Dewati, Desi Ratna Ayu, Vike Listari, Umayya Azzahra dan Lina Rosdiana yang selalu mendengar keluh kesahku, berbagi suka dan duka selama perkuliahan, memberikan semangat dan dukungan.
9. Teman-teman “Nutrix” angkatan 2020.
10. Seluruh pihak yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, maka dari itu masukan serta saran yang membangun sangat dibutuhkan agar skripsi ini dapat jauh lebih baik. Namun besar harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis maupun pembaca. Aamiin.

Indralaya, Mei 2024

Mutiara Ramadhanti Musyawir

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI	iii
HALAMAN PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI.....	iv
ABSTRAK.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR SKEMA	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
1. Tujuan Umum.....	6
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
1. Manfaat Teoritis	7
2. Manfaat Praktis	7
E. Ruang Lingkup Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Anak Prasekolah.....	10
1. Pengertian Anak Usia Prasekolah	10
2. Ciri Anak Prasekolah	11
3. Kebutuhan Energi untuk Anak Prasekolah.....	12
4. Penerapan Gizi Seimbang Pada Anak Prasekolah	15
5. Masalahan Gizi pada Anak Usia Prasekolah.....	16
6. Penanggulangan Permasalahan Gizi pada Anak Usia Prasekolah	19

7. Tujuan Pemberian Nutrisi Seimbang	21
B. Penyajian Menu Makanan Sehat	21
1. Pengertian Makanan Sehat	21
2. Pemberian Makanan untuk Anak Prasekolah.....	24
3. Penyajian Menu Makanan	25
4. Syarat Penyajian Makanan	29
5. Hal yang Penting diperhatikan dalam Penyajian Makanan.....	30
6. Pemilihan Bahan Makanan.....	30
7. Pengolahan Bahan Makanan	33
8. Penyajian Makanan.....	35
C. Media	36
1. Definisi Media.....	36
2. Fungsi Media Pendidikan	37
3. Macam-macam Media Pendidikan.....	38
D. Buku SIMETA	39
1. Pengertian Buku SIMETA.....	39
2. Rancangan Buku SIMETA.....	40
E. Konsep Pengetahuan	41
1. Pengertian Pengetahuan	41
2. Tingkat Pengetahuan.....	41
3. Jenis-Jenis Pengetahuan.....	43
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan	44
5. Cara Memperoleh Pengetahuan	45
F. Penelitian Terkait	47
G. Kerangka Teori.....	50
BAB III METODE PENELITIAN	51
A. Kerangka Konsep	51
B. Desain Penelitian.....	52
C. Hipotesis	53
D. Definisi Operasional.....	53
E. Populasi dan Sampel.....	56
F. Tempat Penelitian.....	58
G. Waktu Penelitian	58

H. Etika Penelitian	59
I. Alat Pengumpul Data.....	62
1. Data Primer.....	62
2. Data Sekunder	63
J. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	64
K. Prosedur Pengumpulan Data.....	66
L. Analisis Data.....	72
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	76
A. Hasil Penelitian	76
B. Pembahasan.....	80
C. Keterbatasan Peneliti	90
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	91
A. Simpulan	91
B. Saran	91
DAFTAR PUSTAKA	93

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Angka Kecukupan Gizi (Akg) pada Anak Usia Prasekolah	14
Tabel 2.2. Makanan Panduan untuk Anak Prasekolah	27
Tabel 2.3. Contoh Menu 1 Makanan untuk Anak Usia Prasekolah.....	28
Tabel 2.4. Contoh Menu 2 Makanan untuk Anak usia Prasekolah	29
Tabel 2.5. Bentuk takaran, frekuensi makanan berdasarkan kelompok umur	36
Tabel 2.6 Penelitian Terkait	47
Tabel 3.1 Desain Penelitian.....	52
Tabel 3.2 Definisi Operasional.....	54
Tabel 3.3 Kisi-kisi Kuesioner Pengetahuan	63
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Kuesioner Penelitian	65
Tabel 3.6 Interpretasi Tabel	73
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Penelitian	77
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Sebelum diberikan Edukasi Buku SIMETA tentang Penyajian Menu Makanan pada Anak Usia Prasekolah	77
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Setelah diberikan Edukasi Buku SIMETA tentang Penyajian Menu Makanan pada Anak Usia Prasekolah	78
Tabel 4.4 Distribusi Perbedaan Pengetahuan Ibu Sebelum dan Setelah diberikan Edukasi Buku SIMETA tentang Penyajian Menu Makanan pada Anak Usia Prasekolah	79

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	50
Skema 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	51

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Penjelasan Penelitian (*Informed*)
- Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*CONSENT*)
- Lampiran 3. Lembar Observasi Data Responden
- Lampiran 4. Satuan Acara Penyuluhan
- Lampiran 5. Kuesioner Pengetahuan
- Lampiran 6. Desain Media Buku SIMETA (Kreasi Makanan Sehat Anak)
- Lampiran 7. Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 8. Surat Permohonan Izin Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner
- Lampiran 9. Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 10. Surat Keterangan Selesai Penelitian
- Lampiran 11. Sertifikat Layak Etik Penelitian
- Lampiran 12. Hasil Uji Statistik
- Lampiran 13. Lembar Konsultasi
- Lampiran 14. Hasil Uji Plagiarisme
- Lampiran 15. Dokumentasi Studi Pendahuluan
- Lampiran 16. Dokumentasi Uji Validitas
- Lampiran 17. Dokumentasi Penelitian

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas Diri

Nama : Mutiara Ramadhanti Musyawir
Tempat Tanggal Lahir : Indralaya, 20 November 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Indralaya Mulya
Email : mmutiara700@gmail.com
Institusi : Universitas Sriwijaya
Fakultas/Prodi : Kedokteran/Keperawatan
Nama Orang Tua
Ayah : Musyawir
Ibu : Maisyaroh
Anak Ke : 2 dari 3 saudara

Riwayat Pendidikan

1. TK : TK Pertiwi Indralaya
2. SD : SD N 05 Indralaya
3. SMP : MTS Al-Ittifaqiah
4. SMA : MAN 01 Ogan Ilir
5. S1 : PSIK FK Universitas Sriwijaya

Riwayat Organisasi

1. Anggota OSIS MAN 01 Ogan Ilir
2. Anggota Tahfiz MAN 01 Ogan Ilir
3. Bendahara Rohis MAN 01 Ogan Ilir
4. Sekretaris Paskibra MAN 01 Ogan Ilir
5. Anggota Divisi Penpdprof BEM KM IK
6. Anggota Departemen PPSDM Ldps Sahara PSIK
7. Bendahara Divisi Infokom TBM Sriwijaya

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tahap usia prasekolah adalah tahap penting dalam kehidupan anak. Pada fase ini, penting untuk memperhatikan langkah-langkah yang harus diambil guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak di masa yang akan datang, karena masa ini merupakan masa-masa ketika individu mengalami proses untuk tumbuh kembang saat dewasa nanti (Rusilanti et al., 2015).

Anak prasekolah merupakan kelompok anak-anak yang berada dalam rentang usia 4-6 tahun. Pada tahap ini, kebutuhan gizi anak akan mengalami peningkatan. Selain itu, frekuensi pemberian makanan juga akan meningkat. Selama periode ini, anak-anak telah menunjukkan tanda-tanda sebagai konsumen yang aktif dengan kemampuan untuk memilih makanan yang mereka inginkan (Nyanyi et al., 2019).

Kebiasaan memilih makanan ataupun malas makan pada anak merupakan persoalan yang banyak dialami oleh orang tua. Mereka cenderung lebih menyukai makanan yang enak namun rendah gizi dan memiliki cita rasa kuat, seperti makanan camilan dan olahan *junk food*. Kebiasaan ini dapat mengakibatkan berkurangnya nafsu makan anak serta dampak dari kebiasaan tersebut dapat terlihat pada status gizi anak usia prasekolah. Apabila anak terbiasa dengan kebiasaan makan yang tidak sehat, kondisi gizi anak dapat terpengaruh secara langsung (Afrinis et al., 2021).

Masalah gizi di Indonesia masih termasuk masalah kesehatan yang cukup serius terhadap kesehatan dan perkembangan masyarakat. Berdasarkan informasi dari Riskesdas (2018), persentase anak yang mengalami gizi buruk dan gizi kurang adalah 3.9% dan 13.8% secara berturut-turut. Selain itu, angka keseluruhan untuk prevalensi gizi sangat pendek dan pendek masih tinggi, masing-masing mencapai 11.5% dan 19.3%, sementara angka prevalensi gizi kurus dan gemuk adalah 6.7% dan 8.0% secara berturut-turut.

Berdasarkan informasi dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan tahun 2021 menunjukkan kejadian anak dengan gizi buruk sebesar 0,089% (meningkat dari tahun 2020 sebesar 0,027%) dengan kasus gizi buruk 686 anak. Provinsi Sumatera Selatan menjadi salah satu provinsi di Indonesia yang mengalami permasalahan dalam bidang gizi. Hasil dari Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 pravelensi anak *overweight* di Provinsi Sumatera Selatan menduduki peringkat ke 8 dari seluruh provinsi di Indonesia. Kabupaten Ogan Ilir tercatat sebagai salah satu kabupaten yang terletak di wilayah Sumatera Selatan dengan angka kejadian yang masih tergolong tinggi terkait masalah gizi. Hal ini menunjukkan bahwa permasalahan gizi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang harus ditanggulangi sejak dini (Trisnawarman, 2022).

Sebagai kunci kesadaran gizi dalam keluarga, ibu memiliki peranan penting sebagai penentu menu makanan yang dikonsumsi oleh anak dan bertanggung jawab dalam menyediakan pilihan menu makanan sehat untuk seluruh keluarganya. Pengetahuan ibu dalam pengaturan konsumsi makanan

seimbang sangat diperlukan untuk menjadikan anak memiliki status gizi baik (Masrikhiyah, 2020).

Penelitian dari Mulyana (2013) menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap status gizi anak. Anak-anak yang memiliki ibu dengan tingkat pengetahuan rendah memiliki risiko gizi buruk yang 30,30 kali lebih tinggi dibandingkan dengan anak-anak yang memiliki ibu dengan pengetahuan yang baik.

Salah satu faktor yang memengaruhi status gizi anak adalah kurangnya pengetahuan ibu tentang cara memproses makanan yang sesuai untuk anak, cara penyajian, pola konsumsi anak, serta variasi bahan dan jenis masakan. Menyusun menu memerlukan pengetahuan tentang bahan makanan untuk memastikan pemilihan makanan yang tepat. Kebutuhan gizi seseorang juga harus dipahami agar dapat menciptakan menu yang seimbang. Ketidaktahuan mengenai bahan makanan dapat menyebabkan pemilihan yang tidak tepat, sedangkan kurangnya pemahaman tentang gizi dapat menghasilkan sikap yang kurang peduli terhadap aspek kesehatan makanan (Julianti, 2017).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan mewawancarai ibu-ibu yang memiliki anak usia prasekolah di PAUD Kelompok Bermain Indah Mulya Indralaya Mulya, dari hasil wawancara dengan 10 ibu yang memiliki anak usia prasekolah diketahui bahwa 8 dari 10 ibu mengatakan tidak mengetahui tentang asupan gizi seimbang dan tidak mengetahui tentang bagaimana menyajikan menu makanan bergizi yang sesuai dengan kebutuhan anak terhadap menu makanan sehari-hari anak. Sehingga ibu-ibu hanya menyajikan dan memilih makanan berdasarkan keinginan anak

saja seperti sosis, mie, telur dan sebagainya serta ibu tidak menyajikan makanan dengan ragam dan variasi yang mencukupi. Ibu-ibu juga mengaku memiliki hambatan dalam menyajikan makanan yakni anak-anak sering memakan makanan cepat saji, mengonsumsi makanan ringan, memiliki kebiasaan pilih-pilih makanan dan jarang memakan sayur buah serta tidak ada upaya dalam mengatasi hal tersebut. Hasil penelitian Hana dan Ester (2018), diketahui bahwa ketidaktahuan bisa diatasi dengan pemberian edukasi. Pemberian edukasi pada seseorang akan mempengaruhi peningkatan pengetahuan individu tersebut.

Pengetahuan adalah hasil dari pengalaman dan terjadi setelah seseorang mengamati suatu objek tertentu. Pengetahuan merupakan area yang sangat krusial dalam membentuk perilaku seseorang yang dapat dipengaruhi melalui edukasi kesehatan. Edukasi kesehatan adalah pengalaman pembelajaran yang dijalani oleh individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat yang ditujukan untuk mencapai perubahan perilaku sebagai tujuan akhir (Sari et al., 2021).

Salah satu media yang dapat digunakan dalam memberikan pendidikan kesehatan yakni media cetak. Ada banyak media cetak seperti poster, *leaflet*, lembar balik dan buku. Buku dapat memberikan informasi dan materi secara menyeluruh dan praktis sehingga dapat dipelajari kapan dan dimana saja (Awaludin & Rostikawati, 2020). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Indah, Inoy, Yustini, dan Sulistiawati (2021) menunjukkan bahwa buku saku telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang stunting dan pemberian ASI eksklusif, namun belum berhasil meningkatkan pengetahuan ibu tentang MP-ASI.

Peneliti dalam penelitian ini merancang sebuah buku edukasi sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam penyajian menu makanan pada anak yang berjudul Buku SIMETA. Buku SIMETA (Kreasi Makanan Sehat Anak) merupakan hasil inovasi oleh peneliti yang merupakan buku edukasi yang memberikan informasi tentang penyajian menu makanan seperti pemilihan bahan makanan yang baik, cara pemberian makanan, teknik pengolahan bahan makanan serta dilengkapi dengan contoh-contoh menu untuk anak prasekolah beserta resep-resepnya. Hasil wawancara yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa ibu-ibu tertarik dengan edukasi menggunakan media buku dikarenakan belum pernah dilakukan edukasi dengan media tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh Edukasi Buku SIMETA (Kreasi Makanan Sehat Anak) Terhadap Pengetahuan Ibu dalam Penyajian Menu Makanan pada Anak Usia Prasekolah”.

B. Rumusan Masalah

Tahap usia prasekolah merupakan periode penting dalam proses tumbuh kembang anak. Seorang anak pada masa prasekolah mengalami periode pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat. Selama periode ini, anak mengalami perubahan emosional, fisik dan sosial yang cepat, serta meningkatnya kebutuhan akan gizi. Perkembangan ini dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal dari anak itu sendiri dan juga lingkungannya. Fenomena masalah gizi anak usia prasekolah seperti *stunting* atau tinggi badan menurut umur kurang, *wasting* atau berat badan menurut tinggi badan kurang, dan *over-*

weight atau berat badan menurut tinggi badan lebih masih menjadi masalah serius yang membutuhkan perhatian. Buku SIMETA (Kreasi Makanan Sehat Anak) merupakan media yang dapat digunakan dalam pendidikan kesehatan yang memberikan informasi tentang penyajian menu makanan seperti pemilihan bahan makanan yang baik, cara pemberian makanan, teknik pengolahan bahan makanan serta dilengkapi dengan contoh-contoh menu untuk anak prasekolah beserta resep-resepnya.

Berdasarkan latar belakang yang ada, rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh edukasi Buku SIMETA (Kreasi Makanan Sehat Anak) terhadap pengetahuan ibu dalam penyajian menu makanan pada anak usia prasekolah?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi Buku SIMETA (Kreasi Makanan Sehat Anak) terhadap pengetahuan ibu dalam penyajian menu makanan pada anak usia prasekolah.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden berupa usia dan pendidikan
- b. Untuk mengetahui pengetahuan ibu dalam penyajian menu makanan pada anak usia prasekolah sebelum diberikan edukasi Buku SIMETA (Kreasi Makanan Sehat Anak)

- c. Untuk mengetahui pengetahuan ibu dalam penyajian menu makanan pada anak usia prasekolah setelah diberikan edukasi Buku SIMETA (Kreasi Makanan Sehat Anak)
- d. Untuk mengetahui perbedaan pengetahuan ibu dalam penyajian menu makanan pada anak usia prasekolah antara sebelum dan setelah diberikan edukasi Buku SIMETA (Kreasi Makanan Sehat Anak)

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Setelah dilakukan edukasi melalui Buku SIMETA (Kreasi Makanan Sehat Anak) diharapkan terjadi perbaikan pengetahuan terhadap pengetahuan ibu dalam penyajian menu makanan pada anak usia prasekolah. Harapannya, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti lain yang tertarik untuk mengkaji pendidikan kesehatan melalui media buku kreasi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini merupakan salah satu metode untuk menerapkan pengetahuan yang diperoleh oleh peneliti selama masa kuliah, yang kemudian dapat memperluas wawasan dan pengalaman, serta membuka ruang untuk ide-ide baru dalam pendidikan kesehatan melalui media buku kreasi berjudul "Buku SIMETA (Kreasi Makanan Sehat Anak)".

b. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan ibu dalam penyajian menu makanan pada anak usia prasekolah melalui media Buku SIMETA (Kreasi Makanan Sehat Anak).

c. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan penelitian ini akan meningkatkan wawasan dan pengetahuan bagi profesi keperawatan, terutama keperawatan anak, dalam penyediaan asuhan keperawatan yang komprehensif mengenai pengaruh edukasi Buku SIMETA (Kreasi Makanan Sehat Anak) terhadap pengetahuan ibu dalam penyajian menu makanan pada anak usia prasekolah serta penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam pembelajaran.

d. Bagi Instansi Pendidikan Keperawatan Universitas Sriwijaya

Penelitian ini dapat menjadi referensi dan kontribusi bagi pembelajaran keperawatan, terutama dalam konteks keperawatan anak, dalam menerapkan pendidikan kesehatan melalui media buku kreasi.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian yang berada dalam ruang lingkup keperawatan anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi Buku SIMETA (Kreasi Makanan Sehat Anak) terhadap pengetahuan ibu dalam penyajian menu makanan pada anak usia prasekolah. Jenis penelitian ini adalah *kuantitatif pre-eksperimental* dengan rancangan *one-group pre-post test*

design. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu-ibu yang mempunyai anak usia prasekolah di PAUD Kelompok Bermain Indah Mulya Indralaya Mulya. Penelitian ini dilakukan mulai tanggal 27 sampai 29 Februari 2024. Pengambilan sampel dilakukan dengan *non probability sampling* yakni dengan teknik *purposive sampling* sebanyak 29 responden. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner sebelum dan setelah diberikan edukasi Buku SIMETA (Kreasi Makanan Sehat Anak) terhadap pengetahuan ibu dalam penyajian menu makanan pada anak usia prasekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., Munthe, S. A., Hulu, V. T., Budiastutik, I., Faridi, A., Ramdany, R., Fitriani, R. J., Tania, P. O. A., Rahmiati, B. F., Lusiana, S. A., Susilawaty, A., Sianturi, E., & Suryana. (2021). *Metodologo Penelitian Kesehatan* (R. Watrianthos & J. Simarmata (eds.)). Yayasan Kita Menulis.
- Adventus Mrl, I. M. (2020). *Buku Ajar Promosi Kesehatan*. Jakarta: Universitas Kristen Indonesia.
- Afrinis, N., Indrawati, & Raudah. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Pola Makan dan Penyakit Infeksi Anak dengan Status Gizi Anak Prasekolah. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 4(3), 144–150. <https://doi.org/10.31004/aulad.v4i3.99>.
- Aghni, R. I. (2018). Fungsi Dan Jenis Media Pembelajaran Dalam Pembelajaran Akuntansi. *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia*, 16(1). <https://doi.org/10.21831/jpai.v16i1.20173>.
- Aisyiah, Nurani, I. S., & Asanah, N. (2023). Pengaruh promosi kesehatan melalui media video edukasi terhadap pengetahuan dan perilaku gizi seimbang pada keluarga dengan anak sekolah. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), 221–226.
- Anggreny, Y., & Niriyah, S. (2022). Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dengan Konsumsi Sayur dan Buah pada Anak Prasekolah. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 10(2), 136–141.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ariyanto, Fatmawati, T. Y., & Efni, N. (2023). PKM Gizi Seimbang Anak Usia Pra Sekolah di TK Islam Baiturrahim. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 5(1), 12–17. <https://doi.org/10.36565/jak.v5i1.369>
- Astoeti, D. D., Gumiri, S., Neneng, L., & Ardianoor. (2022). Analisis Profil Masyarakat di Pemukiman Tepian Sungai Kahayan Kota Palangka Raya Kalimantan Tengah. *Jurnal Administrasi Politik Dan Sosial*, 3(1), 67–76. <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/1961%0Ahttps://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/download/1961/1438>
- Basma, A. M. F., & Melga, B. (2020). Perancangan Media Pembelajaran Mengenai Edukasi Pendidikan Karakter Melalui Lagu Anak Indonesia di Kota Bandung. *E-Proceeding of Art & Design*, 7(2), 2191–2198.
- Bestari, G. S., & Pramono, A. (2014). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Buku Cerita Bergambar Terhadap Perubahan Konsumsi Buah Dan Sayur Anak Di Paud Cemara, Semarang. *Journal of Nutrition College*, 3(4), 918–924. <https://doi.org/10.14710/jnc.v3i4.6910>
- Budiman, B & Riyanto, A. (2014). Kapita Selektu Kuesioner Pengetahuan dan

Sikap dalam Penelitian Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika.

- Dahlan, S. (2014). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan* (6th ed.). Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
- Darojatin, K., Surachman, & Andarwati. (2016). Pengaruh Strategi Resource-Based terhadap Keunggulan Bersaing melalui Inovasi pada Usaha Mebel Kayu di Kota Pasuruhan. *Jurnal Aplikasi Manajemen*, 14(4), 714–726. <https://doi.org/10.18202/jam23026332.14.4.12>
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 95–107.
- Defama, A. A., Suwarni, A., & Widiyono. (2023). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Terhadap Kelengkapan Imunisasi Dasar Pada Anak Di Posyandu Purbasari Purbayan. *Student Scientific Journal*, 1(2), 177–186. <https://jurnal.unived.ac.id/index.php/ssj/article/view/4009/3275>
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan. (2021). Profil Sumatera Selatan.
- Hakim, L. N. (2020). Urgensi Revisi Undang-Undang tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 11(1), 43–55. <https://doi.org/10.22212/aspirasi.v11i1.1589>
- Ike, H., Purba, D., Harijanja, E. S., Sari, U., & Indonesia, M. (2018). *Buklet Menu Gizi Seimbang Sebagai Sarana Penyajian Makanan Balita*.
- Irianto, D. P. (2017). *Pedoman Gizi Lengkap: Keluarga & Olahragawan* (Edisi Revisi.). Yogyakarta : Andi
- Juliati, S. (2017). *Pengetahuan dan Praktik Ibu dalam Menyediakan Makanan Gizi Seimbang untuk Anak Usia 1-5 Tahun di Desa Sendang Soko Jakena Pati*. Universitas Diponegoro.
- Karima, dzatin dzihna, & Karjatin, A. (2021). Pengaruh Media Kalender Terhadap Pengetahuan Pencegahan Nyeri Menstruasi (Dismenorea) Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(1), 284–289. <http://jurnal.polkesban.ac.id/index.php/jks/article/view/670>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Gizi Seimbang, Prestasi Gemilang*. Jakarta:Warta Kesmas.
- Lesmana, H. A. (2023). Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pijat Bayi di Puskesmas Kabanjahe Kabupaten Karo. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Arta*, 3(1), 40–57.
- Lolan, Y. P., & Sustriyawan, A. (2021). Pengetahuan Gizi Dan Sikap Orang Tua Tentang Pola Asuh Makanan Bergizi Dengan Kejadian Stunting. *Journal of Nursing and Public Health*, 9(2), 116–124. <https://doi.org/10.37676/jnph.v9i2.1815>.

- Maghfiroh, S., & Suryana, D. (2021). Pembelajaran Di Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 05(01), 1561.
- Mahirawatie, I. C., Ramadhani, F., & Isnanto. (2021). Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan Orang Tua pada Karies Gigi Anak Usia Sekolah 6-12 Tahun. *Indonesian Journal of Helath and Medical*, 1(3), 487–492.
- Manuntun, Terati, & Rosiana. (2022). Edukasi Gizi dan Peningkatan Keterampilan dalam Mempersiapkan Makanan Bergizi Seimbang bagi Ibu Balita Wasting. *Jurnal Pustaka Mitra (Pusat Akses Kajian Mengabdikan Terhadap Masyarakat)*, 2(2), 99–103. <https://doi.org/10.55382/jurnalpustakamitra.v2i2.187>
- Masrikhiyah, R. (2020). Peningkatan Pengetahuan Ibu Mengenai Gizi Seimbang Dalam Pemenuhan Gizi Keluarga. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 476–481.
- Masturoh, I., & Anggita, N. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (B. A. Darmanto & N. Suwarno (eds.); 1st ed.). Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Mulyana, D. W. (2013). Pengaruh Tingkat Pengetahuan, Pendidikan, Pendapatan dan Perilaku Ibu Terhadap Status Gizi Balita Buruk Di Kecamatan Tegalsari dan Di Kecamatan Tandes Kota Surabaya. *Proceedings of the 20th USENIX Security Symposium*, 395–410.
- Mustofa, B. (2016). *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Pra Sekolah* : Yogyakarta. Penerbit Parama Ilmu.
- Nisa, R., Nugraheni, W. T., & Ningsih, W. T. (2023). Tingkat Pendidikan, Usia, Pekerjaan Dengan Pengetahuan Ibu Tentang Imunisasi Dasar Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Merakurak Kabupaten Tuban. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 7(3), 251–261.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Novasari, R., Yuswatiningsih, E., & Kurnia, A. (2017). Pengaruh Biblioterapi Buku Cerita Bergambar Terhadap Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolah. *Nursing Journal of STIKES Insan Cendekia Medika Jombang*, 13(1), 1–7. <http://www.albayan.ae>
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta : Penerbit Salemba Medika
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi.4*. Jakarta : Salemba Medika.
- Nyanyi, M. F. A., Wahyuni, T. D., & AF, S. M. (2019). Pola asuh ibu yang mempengaruhi perilaku sulit makan pada anak prasekolah (4-6 tahun). *Nursing News*, 4(1), 1–10.
- Pakpahan, M, dkk. (2021). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta :

Yayasan Kita Menulis.

- Pritasari, Damayanti, D., & Lestari, N. T. (2017). *Gizi Dalam Daur Kehidupan* (B. A. Darmanto (ed.)). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Purba, H. I. D., & Harianja, E. S. (2021). Buklet Menu Gizi Seimbang Sebagai Sarana Peningkatan Pengetahuan Ibu Pekerja Dalam Penyajian Makanan Balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(1). <https://doi.org/10.47317/jkm.v14i1.321>
- Putri, V. H., Sitoayu, L., & Ronitawati, P. (2021). Pengaruh media AR Book terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada anak usia sekolah. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 6(2), 118–127. <https://doi.org/10.30867/action.v6i2.380>
- Rachmawati, W. C. (2019). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Malang : Wineka Media.
- Rahayu, T. H. S., Suryani, R. L., & Utami, T. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Pada Balita Di Desa Kedawung Kecamatan Susukan Kabupaten Banjarnegara. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 4(1), 10–17. <https://doi.org/10.61878/bnj.v4i1.44>
- Rusilanti, Dahlia, M., & Yulianti, Y. (2015). *Gizi Dan Kesehatan Anak Prasekolah* (P. Latifah (ed.)). Bandung : Pt Remaja Rosdakarya.
- Sari, S. A., Widardo, & Cahyanto, E. B. (2019). Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Kecamatan Mantingan Kabupaten Ngawi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 7(1), 1–7.
- Sekretaris Negara Republik Indonesia. (2021). *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 57 Tahun 2021 tentang Standar Nasional Pendidikan*. Jakarta.
- Septikasari, M. (2018). Status gizi anak dan faktor yang mempengaruhi. In S. Amalia (Ed.), *UNY Press* (1st ed., Vol. 1, Issue 2). Yogyakarta : UNY Press.
- Setiani, S., & Widiastusi, S. (2023). Analisis Asuhan Keperawatan melalui Intervensi Biblioterapi pada Anak Usia Prasekolah dengan Diagnosa Medis Dengue Hemorrhagic Fever Dirumah Sakit Anak dan Bunda Harapan Kita. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(4), 1581–1592. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i4.8837>
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta : Literasi Media Publishing.
- Stuart, G. W., & Sundeen, S. J. (2014). *Buku Saku Keperawatan Jiwa* (5th ed.). Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D)*. Bandung : Alfabeta.

- Supardi, N., Sinaga, T. R., Hasanah, F. L. N., Fajriana, H., Puspareni, P. L. D., Maghfiroh, N. M. A. K., & Humairah, W. (2023). *Gizi pada Bayi dan Balita* (A. Karim (ed.); Issue March). Yayasan Kita Menulis. http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-84865607390&partnerID=tZOtx3y1%0Ahttp://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=2LIMMD9FVXkC&oi=fnd&pg=PR5&dq=Principles+of+Digital+Image+Processing+fundamental+techniques&ots=HjrHeuS_
- Suryagustina, Araya, W., & Jumielsa. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pencegahan Stunting Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu di Kelurahan Pahandut Palangka Raya. *Dinamika Kesehatan*, 9(2), 582–591.
- Susanty, A., & Anandita, A. C. (2018). Hubungan Kesulitan Makan Terhadap Perkembangan Anak Usia Prasekolah. *Repository.Um-Surabaya.Ac.Id*, 1–50. http://repository.um-surabaya.ac.id/6110/%0Ahttp://repository.um-surabaya.ac.id/6110/1/Ade_susanty_Done.pdf
- Syahroni, M. H. A., Astuti, N., Indrawati, V., & Ismawati, R. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan anak usia prasekolah (4-6 tahun) ditinjau dari capaian gizi seimbang. *Jurnal Tata Boga*, 10(1), 12–22.
- Trisnawarman. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan Tahun 2021*. Sumatera Selatan.
- Utami, A. M., Kurniati, A. M., Ayu, D. R., Husin, S., & Liberty, I. A. (2021). Perilaku Makan Dan Aktivitas Fisik Mahasiswa Pendidikan Dokter Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*, 8(3), 179–192. <https://doi.org/10.32539/jkk.v8i3.13829>
- Utamingtyas, F. (2020). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Di Kelurahan Tingkir Lor, Kota Salatiga. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 7(1), 171–184. <https://doi.org/10.36743/medikes.v7i1.218>.
- Widayati Sri & Adhe, K. R. (2020). *Media Pembelajaran PAUD*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Widyastuti, N., & Almira, V. G. (2019). *Higiene dan sanitasi dalam penyelenggaraan makanan*. K-Media_Yogyakarta.
- Winarsih. (2018). *Pengantar Ilmu Gizi dalam Kebidanan*. Yogyakarta: Tim Pustaka Baru.
- Yaumi, M. (2017). *Ragam Media Pembelajaran: Dari Pemanfaatan Media Sederhana Ke Penggunaan Multi Media*. Makassar: Uin Alaudin.
- Yulia. (2019). *Pengaruh Kompleksitas Tugas, Tekanan Ketaatan, Dan Pengetahuan Auditor Terhadap Audit Judgment (Studi Empiris Pada Kap Wilayah Jakarta Pusat Dan Jakarta Timur)*. Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Indonesia.