

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA
GFOGOLIBI (*GOOD FOOD GOOD LIFE BINGO*)
TERHADAP PENGETAHUAN ANAK USIA
SEKOLAH TENTANG GIZI SEIMBANG**



SKRIPSI

OLEH:

DEA SARI

04021282025044

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

BAGIAN KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

INDRALAYA, JULI 2024

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA
GFOGOLIBI (*GOOD FOOD GOOD LIFE BINGO*)
TERHADAP PENGETAHUAN ANAK USIA
SEKOLAH TENTANG GIZI SEIMBANG**



SKRIPSI

**Diajukan sebagai pernyataan untuk memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan**

OLEH:

DEA SARI

04021282025044

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

BAGIAN KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

INDRALAYA, JULI 2024

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini.

Nama : Dea Sari

NIM : 04021282025044

Dengan sebenarnya menyatakan bahwa karya tulis saya 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, Juni 2024

Yang membuat pernyataan,



Dea Sari

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

LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

NAMA : DEA SARI

NIM : 04021282025044

**JUDUL : PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN
MEDIA GOFOLIBI (*GOOD FOOD GOOD LIFE BINGO*)
TERHADAP PENGETAHUAN ANAK USIA SEKOLAH
TENTANG GIZI SEIMBANG**

PEMBIMBING I

Putri Widita Muharyani, S.Kep., Ners, M.Kep
NIP.198304302006042003



(.....)

PEMBIMBING II

Zulian Effendi, S.Kep., Ners, M.Kep
NIP. 198807072023211019



(.....)

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

NAMA : DEA SARI
NIM : 04021282025044
JUDUL : PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA GOFOGOLIBI (*GOOD FOOD GOOD LIFE BINGO*) TERHADAP PENGETAHUAN ANAK USIA SEKOLAH TENTANG GIZI SEIMBANG

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Keperawatan Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal 18 Juli 2024 dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Indralaya, 18 Juli 2024

PEMBIMBING SKRIPSI

1. Putri Widita Muharyani, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP.198304302006042003



(.....)

2. Zulian Effendi, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP.198807072023211019


(.....)

PENGUJI SKRIPSI

1. Karolin Adhisty, S.Kep., Ns., M. Kep
NIP. 198807082020122008


(.....)

Mengetahui,

Ketua Bagian Keperawatan



Hikayati, S.Kep., Ns., M. Kep
NIP. 197602202002122001

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, Juli 2024
Dea Sari**

Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media GFOGOLIBI (*Good Food Good Life Bingo*) Terhadap Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Gizi Seimbang

xviii + 80 halaman + 9 tabel + 2 gambar + 3 skema + 19 lampiran

ABSTRAK

Gizi memiliki peran penting untuk mencapai kesehatan optimal setiap individu sepanjang daur kehidupan. Kecukupan gizi merupakan hal mutlak yang harus terpenuhi terutama untuk anak usia sekolah yang berada pada masa tumbuh kembang pesat dan aktivitasnya semakin banyak. Usia anak sekolah merupakan masa yang kritis untuk membentuk pola makan, jika makanan yang dikonsumsi pada masa ini tidak terpenuhi dengan baik maka akan mengakibatkan timbulnya masalah gizi dan penyakit degeneratif yang berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan fisik serta kemampuan berpikir. Pengetahuan tentang gizi sangat penting untuk dimiliki anak agar tidak keliru dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi. Salah satu intervensi yang dapat diberikan untuk meningkatkan pengetahuan anak tentang gizi adalah pendidikan kesehatan. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan media GFOGOLIBI terhadap pengetahuan anak usia sekolah tentang gizi seimbang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif jenis *pre eksperimental one group pre-test and post-test design*. Sampel penelitian ini adalah anak kelas 4 dan 5 SD Negeri 56 Palembang sebanyak 36 anak yang dipilih dengan teknik *simple random sampling*. Pengetahuan anak tentang gizi seimbang diukur menggunakan kuesioner pengetahuan. Analisis statistik dalam penelitian ini menggunakan uji *Paired T-Test*. Hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata pengetahuan anak saat *pretest* 11,22 dan *posttest* 14,17 dengan nilai *p value* 0,000 ($\alpha < 0,05$). Berdasarkan hasil analisis dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari penggunaan media GFOGOLIBI terhadap pengetahuan anak usia sekolah tentang gizi seimbang. Media GFOGOLIBI ini memberikan stimulasi kepada anak untuk menggunakan berbagai inderanya yang dapat mempengaruhi kemampuan kognitif anak. Hasil penelitian ini dapat menjadi pilihan intervensi dalam memilih media pendidikan kesehatan yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan mengenai gizi seimbang dan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya.

Kata Kunci : Anak Usia Sekolah, Gizi, Media GFOGOLIBI, Pendidikan Kesehatan

Daftar Pustaka : 58 (2013-2023)

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

*Thesis, July 2024
Dea Sari*

The Effect of Health Education with GFOGOLIBI (Good Food Good Life Bingo) Media on School-Age Children's Knowledge about Balanced Nutrition

xviii+ 80 pages + 9 tables + 2 pictures + 3 schemes + 19 attachments

ABSTRACT

Nutrition plays an important role in achieving optimal health for each individual throughout the life cycle. Adequate nutrition is an absolute think must be fulfilled, especially for school-age children who are in a period of rapid growth and development and their activities more increase. School-age children is a critical period for forming eating patterns, if the food consumed during this period is not met properly, it will result in nutritional problems and degenerative diseases that have an impact on physical growth and development and then thinking skills. Knowledge about nutrition is very important for children to have so that they do not make mistakes in choosing the food that they will consume. One of the interventions that can be given to improve children's knowledge about nutrition is health education. The purpose of this study was to determine the effect of health education with GFOGOLIBI media on school-age children's knowledge about balanced nutrition. This study was a quantitative study with a pre-experimental one group pre-test and post-test design. The samples of this study were 36 children in the 4th and 5th grades of SD Negeri 56 Palembang who were selected using a simple random sampling technique. Children's knowledge about balanced nutrition was measured using a knowledge questionnaire. Statistical analysis in this study used the Paired T-Test. The results showed that the average value of children's knowledge during the pretest was 11.22 and the posttest was 14.17 with a p value of 0.000 ($\alpha < 0.05$). Based on the results of the analysis, it can be concluded that there was a significant effect from the use of GFOGOLIBI media on school-age children's knowledge about balanced nutrition. GFOGOLIBI media gave stimulation for children to use their various senses which can affect children's cognitive abilities. The results of this study can be an intervention option in choosing effective health education media to improve knowledge about balanced nutrition and can be a reference for further researchers.

Keywords : GFOGOLIBI Media, Health Education, Nutrition, School-Age Children

Bibliography : 58 (2013-2023)

HALAMAN PERSEMBAHAN



Alhamdulillah Rabbil 'Alamin

Dengan mengucap rasa syukur kepada Allah swt. skripsi ini saya persembahkan kepada:

Diriku sendiri, terima kasih karena tidak menyerah dan tetap bertahan sampai di titik ini dengan segala rintangan dan hambatan yang kamu alami. Kamu hebat, walaupun tidak bisa dipungkiri tangisan, keluhan, keinginan untuk menyerah selalu mengiringi selama perjalananmu. Perjalanan ini memang masih panjang dan ini baru permulaan tapi kamu sudah berusaha dengan baik sejauh ini, terimakasih atas kerja kerasnya.

Kedua orang tuaku dan saudariku yang selalu memberikanku semangat, mendoakanku, selalu ada untukku, dan mendengarkan segala keluh kesahku dalam proses penyusunan skripsi ini.

Ibu Putri Widita Muharyani, S.Kep., Ns., M.Kep. dan Bapak Zulian Effendi, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan dan saran kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Ibu Karolin Adhisty, S.Kep., Ns., M. Kep. selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan, saran, dan masukan kepada penulis dalam memperbaiki penulisan skripsi ini sehingga dapat dilihat dan dibaca semua orang.

Teman-temanku tersayang yang selalu mendengarkan segala keluh kesahku selama ini dan selalu memberikan dukungan serta bantuan selama masa perkuliahan sampai akhirnya bisa melalui proses penyusunan skripsi ini.

Keluarga besar Bagian Keperawatan Universitas Sriwijaya yang telah banyak berjasa dan membantu selama menuntut ilmu dan penyusunan skripsi ini.

Almamaterku tercinta Universitas Sriwijaya.

Tidak lupa juga Mas J, Mas Ge, Mas Fik dan Mas Ian terima kasih karena sudah hadir di hidupku dan secara tidak langsung sudah banyak memberikan kekuatan kepadaku sehingga aku dapat bertahan, tetap waras dan tidak menyerah hingga bisa berada di titik ini, serta karena kalian juga aku jadi belajar untuk lebih mencintai diri sendiri tanpa memikirkan ucapan orang lain. Tanpa kalian mungkin hidupku akan terasa hampa.

Skripsi ini juga kupersembahkan untuk semua pasang mata yang melihat karya ini.

“Don’t give up because of one bad chapter in your life. Keep going. Your story doesn’t end here”

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur kehadirat Allah SWT karena atas berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media GOFOLIBI Terhadap Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Gizi Seimbang”. Shalawat dan salam senantiasa tercurah kepada Rasulullah SAW beserta keluarga, sahabat dan pengikutnya hingga akhir zaman. Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak dapat terselesaikan tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Putri Widita Muharyani, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku dosen pembimbing I yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Zulian Effendi, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku dosen pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Karolin Adhisty, S.Kep., Ns., M. Kep. selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan, saran, dan masukan untuk menyempurnakan skripsi ini.
5. Seluruh dosen, staff administrasi dan keluarga besar Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

6. Kepala sekolah dan guru-guru SD Negeri 56 Palembang yang telah memberikan izin dan meluangkan waktu membantu dalam pelaksanaan kegiatan penelitian.
7. Kedua orang tua dan saudariku yang selalu memberikan semangat, doa, selalu ada ketika aku sedih dan kesulitan.
8. Teman-temanku Riva, Miranda, Cyntia, Eka, Muti, Susi dan Kak Viona yang sudah bersedia mendengarkan segala keluh kesahku selama ini, selalu memberikan dukungan dan bantuan dalam proses penyusunan skripsi ini.
9. Seluruh teman-teman angkatan 2020 yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam proses penyusunan skripsi ini.
10. Teruntuk diri sendiri, terima kasih karena tidak menyerah dan tetap bertahan sampai di titik ini walaupun seringkali dilanda pikiran yang kacau.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dikarenakan keterbatasan pengetahuan dan kemampuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan agar penelitian ini menjadi lebih baik dan dapat memberikan manfaat bagi pembaca.

Indralaya, Juni 2024

Dea Sari

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI	iii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR SKEMA	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	8
1. Tujuan Umum.....	8
2. Tujuan Khusus	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
1. Manfaat Teoritis	9
2. Manfaat Praktis.....	9
E. Ruang Lingkup Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Anak Usia Sekolah	11
1. Definisi Anak Usia Sekolah	11
2. Karakteristik Anak Usia Sekolah.....	11
3. Perkembangan Anak Usia Sekolah	12
4. Tugas Perkembangan Anak Usia Sekolah.....	13

B.	Gizi Seimbang pada Anak Usia Sekolah	14
1.	Konsep dan Definisi Gizi Seimbang.....	14
2.	Prinsip Gizi Seimbang	15
3.	Faktor yang Mempengaruhi Gizi Anak.....	15
4.	Macam-Macam Zat Gizi	17
5.	Kebutuhan Gizi Anak Usia Sekolah	22
6.	Pola Makan Anak Usia Sekolah	24
7.	Permasalahan Gizi pada Anak Usia Sekolah.....	25
8.	Pesan Khusus Gizi Seimbang untuk Anak Sekolah.....	27
9.	Pedoman Gizi Seimbang	27
C.	Konsep Pengetahuan	31
1.	Definisi Pengetahuan	31
2.	Tingkatan Pengetahuan	31
3.	Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	33
D.	Pendidikan Kesehatan.....	34
1.	Definisi Pendidikan Kesehatan.....	34
2.	Tujuan Pendidikan Kesehatan	34
3.	Sasaran Pendidikan Kesehatan	34
4.	Metode Pendidikan Kesehatan	35
E.	Konsep Media GOFOGOLIBI	36
1.	Definisi Media GOFOGOLIBI.....	36
2.	Kelebihan Media GOFOGOLIBI	37
3.	Penggunaan Media GOFOGOLIBI	37
F.	Penelitian Terkait.....	40
G.	Kerangka Teori.....	41
BAB III METODE PENELITIAN		42
A.	Kerangka Konsep	42
B.	Desain Penelitian.....	43
C.	Hipotesis Penelitian	44
D.	Definisi Operasional.....	44
E.	Populasi dan Sampel.....	45
1.	Populasi.....	45

2. Sampel.....	45
F. Tempat Penelitian	47
G. Waktu Penelitian.....	47
H. Etika Penelitian	47
I. Alat Pengumpulan Data	49
1. Data Primer.....	49
2. Data Sekunder.....	50
3. Uji Validitas dan Reliabilitas	50
J. Prosedur Pengumpulan Data.....	52
1. Tahap Persiapan	52
2. Tahap Pelaksanaan	53
K. Pengolahan dan Analisa Data.....	57
1. Pengolahan Data	57
2. Analisa Data	58
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	60
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	60
B. Hasil Penelitian	60
1. Hasil Analisis Univariat	60
2. Hasil Analisis Bivariat	62
C. Pembahasan.....	63
1. Analisis Univariat	63
2. Analisis Bivariat	69
D. Keterbatasan Penelitian	72
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	73
A. Simpulan	73
B. Saran	73
1. Bagi Peneliti Selanjutnya	73
2. Bagi Responden	74
3. Bagi Sekolah.....	74
4. Bagi Pelayanan Keperawatan	74
DAFTAR PUSTAKA	75

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Macam Zat Gizi-Fungsi dan Sumbernya	17
Tabel 2.2 AKG Anak Usia 7-9 Tahun dan Usia 10-12 Tahun	23
Tabel 2.3 Penelitian Terkait	40
Tabel 3.1 Definisi Operasional	44
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Kuesioner Penelitian	50
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Kuesioner Penelitian.....	51
Tabel 4.1 Pengetahuan Anak Usia Sekolah Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Media GOFOGOLIBI	61
Tabel 4.2 Pengetahuan Anak Usia Sekolah Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Media GOFOGOLIBI	61
Tabel 4.3 Perbedaan Pengetahuan Anak Usia Sekolah Sebelum dan Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Media GOFOGOLIBI	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Tumpeng Gizi Seimbang.....	28
Gambar 2.2 Isi Piringku	30

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori	41
Skema 3.1 Kerangka Konsep	42
Skema 3.2 Desain Penelitian	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Penjelasan Penelitian (<i>Informed</i>)	82
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian (<i>Consent</i>)	84
Lampiran 3. Lembar Kuesioner Penelitian	85
Lampiran 4. Satuan Acara Penyuluhan	89
Lampiran 5. Standar Operasional Prosedur Media GFOGOLIBI	96
Lampiran 6. Desain Media GFOGOLIBI.....	99
Lampiran 7. Surat Izin Studi Pendahuluan.....	104
Lampiran 8. Surat Izin Uji Validitas dan Reliabilitas	105
Lampiran 9. Surat Permohonan Izin Penelitian.....	106
Lampiran 10. Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	107
Lampiran 11. Sertifikat Kelayakan Etik Penelitian	108
Lampiran 12 Terjemahan Abstrak UPT Bahasa UNSRI.....	109
Lampiran 13. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	110
Lampiran 14. Hasil Uji Statistik	112
Lampiran 15. Dokumentasi Studi Pendahuluan	114
Lampiran 16. Dokumentasi Uji Validitas dan Reliabilitas.....	115
Lampiran 17. Dokumentasi Kegiatan Penelitian.....	117
Lampiran 18. Lembar Konsultasi	120
Lampiran 19. Hasil Uji Plagiarisme	125

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas Diri

Nama : Dea Sari
Tempat Tanggal Lahir : Palembang, 10 Desember 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Jln Tembok Baru Lr. Kebun Kota Palembang
Telp/HP : 089529703120
Email : saridea259.do@gmail.com
Fakultas/Prodi : Kedokteran/Keperawatan
Nama Orang Tua
 Ayah : Sutrisno
 Ibu : Ana
Jumlah Saudara : 1
Anak Ke : 1

Riwayat Pendidikan

1. SD Padmajaya Palembang
2. SMP Negeri 15 Palembang
3. SMA Negeri 8 Palembang
4. Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gizi memiliki peran penting untuk mencapai kesehatan optimal setiap individu sepanjang daur kehidupan (Sinaga et al., 2022). Gizi yang cukup sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan fisik serta kecerdasan pada bayi, anak-anak, dan seluruh rentang usia. Pemenuhan gizi yang optimal berkontribusi pada berat badan yang normal atau sehat, meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit infeksi, meningkatkan produktivitas kerja serta melindungi dari risiko penyakit kronis dan kematian dini. Apabila gizi tidak terpenuhi dengan baik maka akan mengakibatkan timbulnya masalah atau gangguan gizi yang berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan fisik serta kemampuan berpikir (Kemenkes RI, 2022).

Saat ini dunia masih dihadapkan dengan permasalahan gizi. Berdasarkan data dari *Food and Agriculture Organization* (FAO), sekitar 870 juta individu dari total 1,7 miliar penduduk global, atau sekitar satu dari delapan orang, mengalami kekurangan gizi. Mayoritas dari mereka, sebanyak 852 juta orang, tinggal di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia (FAO, 2016). Indonesia telah mencapai kemajuan yang signifikan dan bertransisi menjadi negara berpendapatan menengah namun pencapaian di bidang gizi masih tertinggal dari aspek kesehatan lain yang terkait dengan tumbuh kembang anak (UNICEF, 2019). Indonesia memiliki prevalensi tingkat kekurangan gizi yang cukup tinggi, termasuk defisiensi nutrisi makro dan mikro, yang disertai dengan peningkatan prevalensi obesitas yang dikenal sebagai 'Beban Ganda

Masalah Gizi' (*Double Burden of Malnutrition*) (Kementerian PPN/Bappenas, 2019).

Salah satu kelompok yang rentan dalam permasalahan gizi adalah anak usia sekolah (Murdani, 2022). Anak usia sekolah merupakan anak yang memiliki usia sekolah yaitu 6-12 tahun. Anak pada usia ini sudah bisa memilih makanan kesukaan yang akan dikonsumsinya tanpa memikirkan kandungan gizi yang ada di makanan tersebut sehingga anak akan lebih beresiko terkena permasalahan gizi (Murdani, 2022). Berdasarkan data Riskesdas 2018, jumlah prevalensi status gizi menurut (IMT/U) pada anak usia 5-12 tahun di Indonesia dengan sangat kurus sebesar 2,4%, kurus sebesar 6,8%, gemuk 10,8%, obesitas sebesar 9,2% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019). Prevalensi status gizi menurut (IMT/U) pada anak usia 5-12 tahun di Sumatera Selatan dengan sangat kurus sebesar 3,7%, kurus sebesar 6,3%, gemuk 10,2%, obesitas sebesar 9,1%. Jumlah prevalensi status gizi pada anak usia 5-12 tahun (IMT/U) menurut Riskesdas tahun 2018 di Kota Palembang dengan sangat kurus sebesar 3,34%, kurus sebesar 6,88%, gemuk 8,12%, obesitas sebesar 11,59% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019).

Anak yang tidak mendapatkan gizi cukup dan seimbang akan tertinggal dalam perkembangan fisik, mental, dan intelektualnya serta memiliki sistem kekebalan tubuh yang lemah sehingga lebih beresiko terkena penyakit (UNICEF, n.d.). Apabila gizi anak tidak mengalami perubahan atau perbaikan maka akan berdampak pada kondisi kesehatannya di usia dewasa (Murdani, 2022). Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi status gizi pada anak usia sekolah ada 2 yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor yang

dapat mempengaruhi status gizi secara langsung adalah asupan nutrisi (Usman et al., 2022). Kebanyakan anak usia sekolah dasar lebih menyukai makanan yang mengandung banyak gula dan warna terang yang menarik perhatian, sehingga sulit bagi mereka memenuhi kebutuhan gizi yang diperlukan oleh tubuh (Almira et al., 2022: 311).

Selain faktor secara langsung, adapun faktor tidak langsung yang mempengaruhi status gizi anak yaitu pengetahuan (Usman et al., 2022). Pengetahuan yang didasari oleh pemahaman yang tepat mendorong terbentuknya perilaku yang diinginkan, termasuk dalam hal pengetahuan mengenai gizi. Kurangnya pemahaman tentang gizi dapat mengurangi upaya untuk menjaga keseimbangan antara asupan makanan yang dikonsumsi dengan kebutuhan tubuh, yang dapat menyebabkan masalah gizi kurang atau gizi berlebih (Ratnasari & Purniasih, 2019). Anak dengan pengetahuan gizi baik, memiliki perilaku makan yang lebih sehat dibandingkan dengan anak dengan pengetahuan gizi yang kurang (Kostanjevec et al., 2013).

Penelitian O. ONUR et al. (2021) menyebutkan bahwa bagi orang dewasa, mengubah beberapa kebiasaan yang telah terbentuk merupakan tugas yang menantang dan memerlukan waktu yang cukup lama. Hal ini dapat mencakup berhenti mengonsumsi makanan yang disukai atau mulai mengadopsi pola makan yang lebih sehat. Oleh karena itu, penting bagi anak-anak untuk memahami konsep ini sejak dini, ketika mereka masih mudah membentuk kebiasaan, serta untuk diberi pemahaman mengenai pentingnya makanan sehat (O. ONUR et al., 2021). Szczepańska et al. (2022) juga menyebutkan untuk meningkatkan kebiasaan makan yang lebih sehat, perlu

ditingkatkan pengetahuan mengenai nutrisi yang sesuai. Manajemen semacam ini sangat krusial untuk anak-anak, karena pada masa ini kebiasaan dan preferensi makanan terbentuk dan cenderung stabil sepanjang hidup.

Intervensi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan gizi pada anak sekolah adalah pemberian pendidikan kesehatan tentang gizi (Indraswari, 2019: 217). Pendidikan kesehatan proses komunikasi dua arah baik pengirim pesan dan penerima pesan untuk menanamkan dan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku seseorang agar mampu membantu seseorang dalam mengenal dan menyelesaikan masalah kesehatan (Yurni & Tiurma, 2017; dikutip Ibrahim et al., 2022: 824). Sebelumnya, pemerintah melalui Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) memulai Program Gizi Anak Sekolah (ProGAS). Program ini bertujuan untuk memberikan asupan gizi kepada anak-anak usia 4-12 tahun yang mengalami kekurangan gizi, kekurangan protein, serta kebiasaan makan kurang dari tiga kali sehari. Edukasi gizi kepada siswa dilaksanakan secara bersamaan dengan penyediaan sarapan, dengan durasi 15-30 menit sebelum dimulainya sesi pembelajaran (Kemendikbud, 2019). Tahun 2016, Program Gizi Anak Sekolah (ProGAS) dilaksanakan untuk 38.448 siswa Sekolah Dasar di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) dan Banten.

Sebelumnya, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) telah menjalankan program Pemberian Makanan Tambahan bagi Anak Sekolah (PMT-AS). Program sarapan ini diteruskan sampai tahun 2017, karena evaluasi menunjukkan bahwa program tersebut memberikan manfaat sesuai dengan tujuan yang diharapkan dari

ProGAS (Kemendikbud, 2019). Tahun 2017, Program Gizi Anak Sekolah (ProGAS) diterapkan untuk 100.000 siswa di 11 kabupaten yang terletak di lima provinsi yang termasuk dalam daerah rawan pangan nasional (Kemendikbud, 2019). Kemudian pada tahun 2018 bertambah menjadi 64 kabupaten pada 20 provinsi. Berdasarkan evaluasi yang telah dilakukan oleh pemerintah masih terdapat beberapa kendala dalam pelaksanaan program ini. Beberapa kendalanya seperti keberadaan sekolah yang terpencil dengan akses yang cukup sulit dan sumber daya manusia yang terbatas (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).

Pendidikan kesehatan untuk anak sekolah harus disampaikan dengan menggunakan teknik dan media yang sesuai agar dapat memikat minat anak-anak sehingga mereka dapat dengan efektif memahami informasi yang disampaikan (Nuryanto dkk, 2014; dikutip Indraswari, 2019: 217). Zaini (2015) menyebutkan bermain merupakan metode pendekatan yang efektif dalam pendidikan anak. Bermain sambil belajar dapat menjadi pengalaman yang menyenangkan dan menghibur bagi anak-anak. Anak-anak dapat menemukan dan menguasai konsep-konsep baru yang sebelumnya tidak mereka ketahui. Selain itu, permainan juga membantu anak-anak belajar berinteraksi dengan orang lain (Zaini, 2015).

Terdapat banyak media permainan yang dapat digunakan sebagai media dalam memberikan pendidikan kesehatan pada anak sekolah dasar dan cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan anak, salah satunya adalah permainan *Bingo*. *GOFOGOLIBI (Good Food Good Life Bingo)* merupakan media modifikasi dari permainan *Bingo*, yang berisi materi tentang gizi seimbang.

Permainan ini terdiri dari *Bingo Board*, *Clue Card* dan *Challenge Card*. *Bingo Board* berupa tabel yang setiap kotaknya berisi kata atau kalimat yang berhubungan dengan gizi seimbang. Sedangkan *Clue Card* berupa petunjuk/ciri-ciri yang merujuk pada kata atau kalimat yang ada di tabel *Bingo Board* dan disertai tambahan penjelasan. *Challenge Card* berupa tantangan-tantangan yang harus diselesaikan oleh pemain.

Almira et al. (2022) menyebutkan pendidikan gizi menggunakan permainan *Nutrition Bingo* secara signifikan dapat meningkatkan pemahaman dan sikap siswa Sekolah Dasar terhadap gizi seimbang. Media permainan ini juga menciptakan lingkungan yang menyenangkan, sehingga anak-anak cenderung lebih tertarik dan mampu menyerap informasi dengan lebih efektif (Almira et al., 2022). Seah et al. (2018) menyebutkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan secara statistik pada responden ketika diberikan konten pembelajaran *game Bingo* tentang nutrisi dan topik kesehatan. Crandall dan Steenbergen (2015) menyebutkan permainan *Bingo* adalah program promosi kesehatan yang menyenangkan dan bersifat sosial, yang secara positif mempengaruhi pengukuran kinerja fungsional dan pengetahuan kesehatan.

Studi pendahuluan dilakukan di 3 sekolah dasar yaitu SD Negeri 56 Palembang, SD Negeri 57 Palembang dan SD Negeri 61 Palembang. Peneliti mengambil data studi pendahuluan dengan metode wawancara dan observasi. Dari ketiga sekolah tersebut, peneliti mendapatkan informasi bahwa murid di sekolah tersebut belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang. Peneliti melakukan wawancara terkait kebiasaan membawa bekal

pada anak dan menemukan fenomena di SD Negeri 56 Palembang bahwa anak-anak di sekolah ini masih banyak yang jajan di luar sekolah terutama anak kelas 4, 5, dan 6. Berdasarkan hasil observasi, peneliti menemukan di luar sekolah ada banyak pedagang kaki lima yang menjual jajanan dan ketika waktu istirahat gerbang dapat dibuka sehingga anak-anak bisa leluasa jajan di luar sekolah. Peneliti juga melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan pada 151 dari 161 anak di SD Negeri 56 Palembang, didapatkan sebanyak 93 anak dengan IMT normal, 33 anak dengan IMT kurus, 12 anak dengan IMT gemuk, dan 13 anak dengan IMT obesitas.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh pendidikan kesehatan dengan media GOFOGOLIBI terhadap pengetahuan anak usia sekolah tentang gizi seimbang.

B. Rumusan Masalah

Anak-anak usia sekolah termasuk dalam kelompok yang rentan mengalami masalah gizi karena mereka sudah mampu memilih makanan sendiri, namun seringkali kurang menyadari apakah makanan pilihan mereka mengandung nutrisi yang cukup dan sesuai untuk tubuh mereka. Pengetahuan tentang gizi sangat penting untuk dimiliki anak agar anak tidak keliru dalam memilih makanan yang akan dikonsumsinya. Salah satu intervensi yang dapat diberikan untuk meningkatkan pengetahuan anak tentang gizi adalah pendidikan kesehatan. Melalui pendidikan kesehatan anak akan dikenalkan dan diberi pemahaman tentang gizi seimbang. Metode pendidikan kesehatan yang tepat untuk anak usia sekolah adalah permainan. Belajar sambil bermain dapat

membuat anak menjadi lebih semangat dan tidak mudah bosan. GOFOLIBI merupakan modifikasi permainan *bingo* yang digunakan peneliti dalam penelitian ini sebagai media pendidikan kesehatan pada anak usia sekolah.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dirumuskan masalah penelitian ini adalah apakah ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media GOFOLIBI terhadap pengetahuan anak usia sekolah tentang gizi seimbang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan media GOFOLIBI terhadap pengetahuan anak usia sekolah tentang gizi seimbang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengetahuan anak usia sekolah tentang gizi seimbang sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media GOFOLIBI.
- b. Mengetahui pengetahuan anak usia sekolah tentang gizi seimbang setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media GOFOLIBI.
- c. Mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan anak usia sekolah tentang gizi seimbang sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media GOFOLIBI.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Setelah dilakukan pendidikan kesehatan melalui media GFOGOLIBI pada anak usia sekolah diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan anak tentang gizi seimbang. Selain itu, diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya dalam memberikan pendidikan kesehatan pada anak usia sekolah mengenai gizi seimbang.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Menambah wawasan serta pengalaman dalam melakukan pendidikan kesehatan kepada anak usia sekolah serta menjadi sebuah sarana bagi peneliti dalam menerapkan ilmu pengetahuan yang sudah diperoleh selama perkuliahan.

b. Bagi Anak Sekolah Dasar

Diharapkan dapat memberikan informasi sehingga pengetahuan anak meningkat dan meningkatkan kesadaran anak tentang pentingnya gizi seimbang.

c. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan dapat menambah referensi bagi perawat dalam pemilihan media pemberian pendidikan kesehatan mengenai gizi seimbang pada anak usia sekolah.

d. Bagi Instansi Pendidikan Keperawatan Universitas Sriwijaya

Diharapkan dapat memberikan informasi dan dapat dijadikan sebagai referensi yang bermanfaat dalam menerapkan pendidikan kesehatan melalui media permainan simulasi.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup keperawatan komunitas dengan agregat anak usia sekolah dasar yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan media GOFOLIBI terhadap pengetahuan anak usia sekolah tentang gizi seimbang. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif menggunakan desain penelitian *pre eksperimental* dengan rancangan *one group pre-test and post-test*. Populasi dalam penelitian ini adalah anak usia sekolah dasar kelas 4 dan 5 SD Negeri 56 Palembang tahun ajaran 2023/2024. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 22 Mei 2024. Penelitian ini menggunakan metode pengambilan sampel dengan *probability sampling* yaitu teknik *simple random sampling* didapatkan 36 responden sebagai sampel. Instrumen penelitian ini adalah kuesioner yang digunakan untuk mengukur pengetahuan anak-anak usia sekolah dasar tentang gizi seimbang sebelum dan setelah mendapatkan pendidikan kesehatan dengan menggunakan media GOFOLIBI.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, F. (2022). Masalah dan Hipotesis Penelitian. In E. Safitry (Ed.), *Metodologi Penelitian* (1st ed., pp. 44–61). Purwokerto: CV. Pena Persada.
- Abdullah, M. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif* (1st ed.). Yogyakarta: Aswaja Pressindo.
- Almira, R., Melani, V., Angkasa, D., & Dewanti, L. P. (2022). Pengaruh Media Nutrition Bingo Terhadap Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang serta Keanekaragaman Pangan pada Anak Usia 10-12 Tahun di Jakarta Timur. *Journal of Nutrition College*, *11*(4), 310–321. <https://doi.org/10.14710/jnc.v11i4.32915>.
- Anggreni, D. (2022). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan* (E. D. Kartiningrum, Ed.; 1st ed.). Mojokerto: STIKes Majapahit Mojokerto.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Badan POM RI. (2013). *Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah untuk Pencapaian Gizi Seimbang Bagi Pengawas dan Penyuluh*. Jakarta: Direktorat Standardisasi Produk Pangan, Deputi Bidang Pengawasan Keamanan Pangan dan Bahan Berbahaya, Badan Pengawas Obat dan Makanan RI.
- Banowati, L. (2014). *Ilmu Gizi Dasar* (F. A. Pratama, Ed.). Sleman: Deepublish.
- Budiman, & Riyanto, A. (2013). *Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika. <http://www.penerbitsalemba.com>.
- Crandall, K. J., & Steenbergen, K. I. (2015). Older Adults' Functional Performance and Health Knowledge After a Combination Exercise, Health Education, and Bingo Game. *Gerontology and Geriatric Medicine*, *1*, 1–7. <https://doi.org/10.1177/2333721415613201>.
- Dahlan, M. S. (2014). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan: Deskriptif, Bivariat, dan Multivariat Dilengkapi Aplikasi Menggunakan SPSS* (6th ed.). Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
- Darma, B. (2021). *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS*. Bogor: Guepedia.
- Festi, P. (2018). *Buku Ajar Gizi dan Diet*. Surabaya: UMSurabaya Publishing.

- Fitriani, & Roziana. (2019). *Penyelenggaraan School Feeding (Makan Siang) pada Full Day School di Sekolah Dasar* (1st ed.). Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia.
- Food and Agriculture Organization. (2016). *Indonesia and FAO : Partnering for Food Security and Sustainable Agricultural Development*. FAO.
- Hadi, A. J. (2021). *Obesitas dan Melek Gizi: Intervensi Peer Educator Gizi Melalui Pendampingan* (A. D. Purnomo, Ed.; 1st ed.). Sukoharjo: Epigraf Komunikata Prima.
- Haruna, S. R., Haerani, H., Palayukan, S. S., Ponseng, N. A., Ramadhani, S., & Mondjil, R. (2022). *Faktor yang Berhubungan dengan Gadget Addicted pada Anak Usia Sekolah Dasar*. Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia.
- Hidayat, A. A. (2021). *Menyusun Instrumen Penelitian & Uji Validitas-Reliabilitas* (A. N. Aziz, Ed.; 1st ed.). Surabaya: Health Books Publishing.
- Ibrahim, N. S. I., Al-faida, N., & Boli, E. B. (2022). Pengaruh Pemberian Pendidikan Gizi Tentang Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Masyarakat Kampung Kalisusu Kabupaten Nabire. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(2), 823–826. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i2.1980>.
- Indraswari, S. H. (2019). Pengaruh Pendidikan Gizi dengan Poster dan Kartu Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Anak Tentang Gizi Seimbang di SDN Ploso 1-172 Surabaya. *Indonesian Journal of Public Health*, 14(1), 216–227. <https://doi.org/10.20473/ijph.v14i1.2019.216-227>.
- Kartikasari, M. N. D. (2022). Pendidikan Kesehatan Tentang Gizi Seimbang. In M. Sari & R. M. Sahara (Eds.), *Gizi Kesehatan* (1st ed., pp. 101–110). Padang: Global Eksekutif Teknologi.
- Kemendikbud. (2019). *Program Gizi Anak Sekolah untuk Generasi Sehat, Cerdas, Produktif, dan Kompetitif*. Majalah Jendela-BKLM Kemendikbud.
- Kemkes RI. (2022, July 4). *Tumpeng Gizi Seimbang dan 10 Pesan Gizi Seimbang*. Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2018, September 25). *Kemendikbud Cegah Kekurangan Gizi Peserta Didik Melalui Program Gizi Anak Sekolah 2018*. Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan.
- Kementerian PPN/Bappenas. (2019). *Pembangunan Gizi di Indonesia* (1st ed.). Jakarta: Direktorat Kesehatan dan Gizi Masyarakat.

- Khaulani, F., S. N., & Murni, I. (2020). Fase dan Tugas Perkembangan Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah "Pendidikan Dasar,"* 7(1), 51–59. <http://dx.doi.org/10.30659/pendas.7.1.51-59>.
- Kostanjevec, S., Jerman, J., & Koch, V. (2013). Nutrition Knowledge in Relation to The Eating Behaviour and Attitudes of Slovenian Schoolchildren. *Nutrition & Food Science*, 43(6), 564–572. <https://doi.org/10.1108/NFS-10-2012-0108>.
- Lesmana, G. (2022). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* (R. Harfiani, Ed.). Medan: Umsu Press.
- Litaay, C. (2021). Pendahuluan. In D. U. Sutiksno, I. Aziz, & Ratnadewi (Eds.), *Kebutuhan Gizi Seimbang* (1st ed., pp. 1–16). Sleman: Zahir Publishing.
- Murdani, A. P. (2022). Prinsip Gizi Anak Sekolah. In Oktavianis & R. M. Sahara (Eds.), *Gizi dalam Daur Kehidupan* (pp. 98–109). Padang: Get Press. https://www.google.co.id/books/edition/Gizi_Dalam_Daur_Kehidupan/LMWPEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=permasalahan+gizi+pada+anak+sekolah&pg=PA102&printsec=frontcover.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (3rd ed.). Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugraheni, H., Indarjo, S., & Suhat. (2018). *Buku Ajar Promosi Kesehatan Berbasis Sekolah* (1st ed.). Sleman: Deepublish Publisher.
- Nurmala, I., Rahman, F., Nugroho, A., Erlyani, N., Laily, N., & Anhar, V. Y. (2018). *Buku Promosi Kesehatan* (1st ed.). Surabaya: Airlangga University Press.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (P. P. Lestari, Ed.; 4th ed.). Jakarta: Salemba Medika. <http://www.penerbitsalemba.com>.
- O. ONUR, O., N. NOMIKOS, G., N. NOMIKOS, N., A. GERDA, S., & A. PALEVICIUTE, G. (2021). The Role of Nutrition Education in School-age Children in the Prevention of Global Obesity Epidemic. *American Journal of Public Health Research*, 9(3), 114–119. <https://doi.org/10.12691/ajphr-9-3-5>.
- Pamuji, S. S. (2023). Psikologi Perkembangan Anak. In A. C. Ma'arif (Ed.), *Pendidikan Karakter Anak Usia Dini* (pp. 41–58). Serang: Sada Kurnia Pustaka.

- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang, Pub. L. No. 41 (2014).
- Pramudita, H. (2019). Eksperimentasi Media Permainan Bingo untuk Meningkatkan Penguasaan Kosakata Bahasa Arab Siswa Kelas IV SD Muhammadiyah Insan Kreatif Kembaran. *Maharat: Jurnal Pendidikan Bahasa Arab*, *1*(2), 149–164. <https://doi.org/10.18196/mht.130>.
- Rahmy, H. A. (2022). Penanggulangan 4 Masalah Gizi. In M. Sari (Ed.), *Gizi Kesehatan Masyarakat* (1st ed.). Padang: Get Press.
- Ratnasari, D., & Purniasih, L. (2019). Status Gizi dan Pola Konsumsi Makanan Anak Usia Sekolah (7-12 Tahun) di Desa Karangsembung. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, *1*(1), 34–41. <https://doi.org/10.46772/jigk.v1i01.102>.
- Roflin, E., & Pariyana. (2022). *Metode Penelitian Kesehatan* (Moh. Nasrudin, Ed.; 1st ed.). Pekalongan: PT. Nasya Expanding Management.
- Saputra, M. K. F. (2023). Pendidikan Kesehatan dan Gizi. In N. Sulung (Ed.), *Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Gizi Remaja* (1st ed.). Padang: PT Global Eksekutif Teknologi.
- Seah, E. T. W., Kaufman, D., Sauvé, L., & Zhang, F. (2018). Play, Learn, Connect: Older Adults' Experience with a Multiplayer, Educational, Digital Bingo Game. *Journal of Educational Computing Research*, *56*(5), 675–700. <https://doi.org/10.1177/0735633117722329>.
- Setyawati, V. A. V., & Hartini, E. (2018). *Buku Ajar Dasar Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat*. Yogyakarta: Deepublish. https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Ajar_Dasar_Ilmu_Gizi_Kesehatan_Masy/YACDDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=mengapa+anak-anak+harus+mendapatkan+pendidikan+gizi&pg=PA137&printsec=frontcover.
- Sinaga, T. R., Hasanah, L. N., Shintya, L. A., Faridi, A., Kusumawati, I., Koka, E. M., Sirait, A., & Harefa, K. (2022). *Gizi dalam Siklus Kehidupan* (A. Karim, Ed.; 1st ed.). Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Sofianita, N. I., Meiyetriani, E., & Arini, F. A. (2018). Intervensi Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Anak-Anak Sekolah. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, *14*(2), 54–64. <https://doi.org/10.24853/jkk.14.2.54-64>.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D* (19th ed.). Bandung: Penerbit Alfabeta.

- Suryanto, H., & Supaati. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah. *Prosiding Seminar Nasional Wijayakusuma National Conference (WiNCo)*, 2(1), 133–138. <https://proceeding.winco.cilacapkab.go.id>.
- Sutrisno, E. (2021). Lingkungan dan Gizi. In E. Sutrisno (Ed.), *Ekologi Pangan dan Gizi Masyarakat* (1st ed., pp. 28–37). Tasikmalaya: Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia.
- Szczepańska, E., Bielaszka, A., Kiciak, A., Wanat-Kańtoch, G., Staśkiewicz, W., Białek-Dratwa, A., & Kardas, M. (2022). The Project “Colourful Means Healthy” as an Educational Measure for the Prevention of Diet-Related Diseases: Investigating the Impact of Nutrition Education for School-Aged Children on Their Nutritional Knowledge. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20). <https://doi.org/10.3390/ijerph192013307>.
- Tomastola, Y. A. (2023). Gizi pada Anak Sekolah. In W. O. Salma & Bangu (Eds.), *Bunga Rampai Pangan dan Gizi* (pp. 86–101). Cilacap: Media Pustaka Indo. https://www.google.co.id/books/edition/BUNGA_RAMPAI_PANGAN_DAN_GIZI/5APTEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=edukasi+gizi+seimbang+pa+da+anak+sekolah&pg=PA99&printsec=frontcover.
- UNICEF. (n.d.). *Nutrition | UNICEF*. UNICEF. Retrieved August 9, 2023, from <https://www.unicef.org/nutrition>.
- UNICEF. (2019). *Status Anak Dunia 2019*. UNICEF.
- Usman, Umar, F., & Ruslang. (2022). *Gizi dan Pangan Lokal* (M. Sari, Ed.; 1st ed.). Padang: Get Press.
- Ventianingsih, A. D. I. (2018). Besaran Masalah Gizi. In *Metode Perencanaan Intervensi Gizi di Masyarakat* (2nd ed., pp. 10–26). Malang: Universitas Brawijaya Press.
- Wahyuningsih, N., Martaningsih, S. T., & Supriyanto, A. (2021). *Makanan Sehat dan Bergizi Bagi Tubuh* (1st ed.). Bantul: Penerbit K-Media. https://www.google.co.id/books/edition/MAKANAN_SEHAT_DAN_BERGI_ZI_BAGI_TUBUH/U1Y5EAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=tumpeng+gizi+seimbang&pg=PA45&printsec=frontcover.
- Wiradnyani, L. A. A., Pramesthi, I. L., Raiyan, M., Nuraliffah, S., Nurjanatun, Februhartanty, J., Ermayani, E., & Iswarawanti, D. N. (2019). *Gizi dan*

Kesehatan Anak Usia Sekolah Dasar (2nd ed.). Jakarta: SEAMEO RECFON, Kemendikbud RI.

Zaini, A. (2015). Bermain Sebagai Metode Pembelajaran Bagi Anak Usia Dini. *Jurnal Thufula*, 3(1), 118–134. <http://dx.doi.org/10.21043/thufula.v3i1.4656>.