

**PENGARUH PERMAINAN NUMO (*NUTRITION
MONOPOLY*) TERHADAP PENGETAHUAN
POLA MAKAN SEIMBANG PADA SISWA
SEKOLAH DASAR**



SKRIPSI

RIJAL AKBAR DIFA PADIANA

04021282126086

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

2024

**PENGARUH PERMAINAN NUMO (*NUTRITION
MONOPOLY*) TERHADAP PENGETAHUAN
POLA MAKAN SEIMBANG PADA SISWA
SEKOLAH DASAR**



SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan pada Universitas Sriwijaya**

**RIJAL AKBAR DIFA PADIANA
04021282126086**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BAGIAN KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2024**

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

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : RIJAL AKBAR DIFA PADIANA
NIM : 04021282126086
**JUDUL : PENGARUH PERMAINAN NUMO (NUTRITION
MONOPOLY) TERHADAP PENGETAHUAN POLA MAKAN
SEIMBANG PADA SISWA SEKOLAH DASAR**

PEMBIMBING I

Firnaliza Rizona, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 198911022018032001

(.....)

PEMBIMBING II

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

(.....)

LEMBAR PENGESAHAN

NAMA : RIJAL AKBAR DIFA PADIANA
NIM : 04021282126086
JUDUL : PENGARUH PERMAINAN NUMO (*NUTRITION MONOPOLY*) TERHADAP PENGETAHUAN POLA MAKAN SEIMBANG PADA SISWA SEKOLAH DASAR

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim penguji Skripsi Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal 13 bulan 11 tahun 2024 dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Indralaya, 13 November 2024

Pembimbing I
Firnaliza Rizona, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 198911022018032001

(.....

.....)

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

(.....

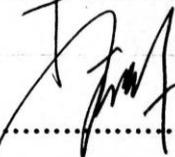
.....)

Penguji I
Zesi Aprillia, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An
NIP. 199004202023212061

(.....

.....)

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

(.....

.....)



Mengetahui
Ketua Bagian Keperawatan
Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197602202002122001

Koordinator Program Studi Keperawatan

Eka Yulia Fitriy, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198407012008122001

HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rijal Akbar Difa Padiana

NIM : 04021282126086

Judul : Pengaruh Permainan NuMo (*Nutrition Monopoly*) Terhadap Pengetahuan Pola Makan Seimbang pada Siswa Sekolah Dasar

Menyatakan bahwa skripsi saya merupakan hasil karya sendiri didampingi tim pembimbing dan bukan hasil penjiplakan/plagiat. Apabila ditemukan unsur penjiplakan/plagiat dalam skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Sriwijaya sesuai aturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun.



Indralaya, Desember 2024



(Rijal Akbar Difa Padiana)

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

**Skripsi, Desember 2024
Rijal Akbar Difa Padiana**

**Pengaruh Permainan NuMo (*Nutrititon Monopoly*) Terhadap Pengetahuan
Pola Makan Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar**

xvii + 134 halaman + 10 tabel + 3 skema + 18 lampiran

ABSTRAK

Pola makan seimbang merupakan suatu cara pengaturan jumlah, frekuensi, dan jenis makanan dalam bentuk susunan makanan yang mengandung zat gizi seimbang. Pola makan yang tidak seimbang dapat menyebabkan dampak yang kurang baik pada tumbuh kembang anak. Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi seseorang dalam menerapkan pola makan sehari-harinya. Salah satu metode pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan seseorang yaitu dengan metode permainan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan permainan NuMo terhadap pengetahuan pola makan seimbang pada siswa sekolah dasar. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis *one group pretest posttest design*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 58 siswa/i yang dipilih menggunakan metode *probability sampling* dengan teknik *stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner pengetahuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan intervensi sebagian besar berada dalam kategori pengetahuan cukup yaitu 52 orang (89,7%) dan setelah diberikan intervensi seluruh responden berada dalam kategori pengetahuan baik yaitu 58 orang (100%). 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 permainan NuMo berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan siswa sekolah dasar tentang pola makan seimbang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan NuMo dapat meningkatkan pengetahuan siswa/i sekolah dasar tentang pola makan seimbang. Hasil penelitian ini merekomendasikan penggunaan permainan NuMo dapat menjadi pilihan intervensi dalam memberikan pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang pola makan seimbang.

**Kata kunci : Pendidikan Kesehatan, Pengetahuan, Permainan NuMo, Pola Makan Seimbang, Siswa Sekolah Dasar
Daftar Pustaka : 59 (2014-2024)**

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

***Thesis, December 2024
Rijal Akbar Difa Padiana***

The Effect of NuMo (Nutrition Monopoly) Game on Knowledge of Balanced Diet Patterns in Elementary School Students

xvii + 134 pages + 10 tables + 3 schemes + 18 attachments

ABSTRACT

A balanced diet patterns is a way of regulating the amount, frequency, and type of food in the form of a food arrangement that contains balanced nutrients. An unbalanced diet pattern can have a negative impact on children's growth and development. Knowledge is one of the factors that can influence a person in implementing their daily diet. One method of health education to increase a person's knowledge is through the game method. This study aims to determine the effect of health education using the NuMo game on knowledge of a balanced diet patterns in elementary school students. This study was a quantitative study with a one group pretest posttest design. The number of samples in this study were 58 students selected using the probability sampling method with stratified random sampling technique. The instrument used in this study was a knowledge questionnaire. The results showed that the level of knowledge of respondents before being given the intervention was mostly in the category of sufficient knowledge were 52 people (89.7%) and after being given the intervention all respondents were in the category of good knowledge were 58 people (100%). Statistical analysis in this study used the Marginal Homogeneity test. Based on the results of the analysis was obtained a p value of 0.000 ($\alpha \leq 0.05$) showing that the NuMo game had a significant effect on elementary school students' knowledge on a balanced diet. The results of the study showed that the NuMo game could improve elementary school students' knowledge about a balanced diet pattern. The results of this study recommend that the use of the NuMo game can be an intervention option in providing health education in improving elementary school students' knowledge on a balanced diet pattern.

Keywords: Balanced Diet, Elementary School Students, Health Education, Knowledge, NuMo Game

Bibliography: 59 (2014-2024)

HALAMAN PERSEMBAHAN



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

*“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (kebajikan) yang dikerjakannya dan mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya.”
(QS. Al-Baqarah:286)*

Tiada lembar yang paling indah dalam skripsi ini kecuali lembar persembahan. Alhamdulillahirobbil'alamin, dengan mengucapkan Syukur atas rahmat Allah SWT dan sebagai ucapan terima kasih skripsi ini saya persembahkan untuk:

Teristimewa, Ayahanda Nana Padiana dan Ibunda Siti Maryam. Terima kasih atas setiap tetes keringat dalam setiap langkah pengorbanan dan kerja keras yang dilakukan untuk memberikan yang terbaik kepada penulis, mengusahakan segala kebutuhan penulis, mendidik, membimbing, dan selalu memberikan kasih sayang yang tulus, motivasi, serta dukungan dan mendoakan penulis dalam keadaan apapun agar penulis mampu bertahan untuk melangkah setapak demi setapak dalam meraih mimpi di masa depan. Terima kasih untuk selalu berada di sisi penulis dan menjadi alasan.

Kepada ketiga saudara kandung tersayang, Mochammad Ryan Padiana, S.Kep., Ners, Sabrina Ramadhani Padiana, dan Mochammad Rizky Padiana. Terima kasih telah memberikan dukungan, semangat, dan motivasi kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Kepada Ibu Firnaliza Rizona, S.Kep., Ners., M.Kep dan Ibu Antarini Idriansari, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An, kedua dosen pembimbing terkasih, dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, penulis ingin menghaturkan rasa terima kasih yang mendalam atas bimbingan dan dukungan yang tulus dalam meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga senantiasa dalam lindungan Allah SWT dan dimudahkan segala urusannya.

Kepada dosen penguji, Ibu Zesi Aprillia, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An dan Bapak Zulian Effendi, S.Kep., Ners., M.Kep, melalui arahan dan evaluasi kritis penuh makna bagi kemajuan dan pengembangan karya ini. Terima kasih atas dedikasi, ketelitian, dan profesionalisme ibu dan bapak dalam pengembangan skripsi ini. Semua saran dan masukan yang disampaikan tidak hanya menjadi bahan evaluasi, tetapi juga menjadi inspirasi untuk meningkatkan kualitas skripsi ini.

Kepada seluruh dosen bagian keperawatan yang menjadi garda terdepan dan penerang yang terus menginspirasi. Dengan penuh rasa hormat dan terima kasih yang mendalam penulis menghaturkan terima kasih atas ilmu, profesionalisme, dedikasi, kesabaran, dan perhatian yang diberikan.

Kepada staff dan tenaga kependidikan bagian keperawatan yang membantu proses perkuliahan dari awal hingga akhir, terima kasih penulis haturkan atas setiap sapaan hangat, senyuman, bantuan, dan upaya yang tiada henti.

Kepada SD Negeri 02 Indralaya Utara yang menjadi tempat dalam menggoreskan kenangan dan pengalaman yang tak akan terlupakan. Dengan rasa hormat dan terima kasih penulis haturkan kepada kepala sekolah, para guru, dan adik-adik siswa-siswi SD Negeri 02 Indralaya Utara yang telah berkontribusi dalam membantu penulis melaksanakan penelitian hingga menyelesaikan skripsi ini.

Kepada sahabat-sahabat di bangku perkuliahan tersayang, Sintia, Ira, Fela, Nae, Rahend, Pipah, Adel, Suci, Fitria, Nita, dan Ratih, dan teman-teman Trunfortis serta kakak tingkat 2020. Terima kasih atas segala motivasi, dukungan, pengalaman, waktu, ilmu, dan perhatian yang diberikan selama masa perkuliahan. Terima kasih telah membuktikan bahwa teman kuliah dan teman di tanah perantauan tidak seburuk itu, bahkan jika nanti masa pertemanan itu sudah habis, percayalah penulis akan tetap mengingat kalian sebagai orang yang telah menghiasi perjalanan panjang ini.

Untukmu, yang tak perlu disebutkan namanya namun selalu terasa dekat di setiap hela napas perjalanan ini. Kau adalah bisikan hangat dalam dingin, cahaya redup yang tak pernah padam, dan keheningan yang penuh makna. Dalam setiap ragu kau hadir sebagai keyakinan dan dalam setiap lelah kau menjelma sebagai pelipur. Halaman ini kutulis dengan setitik doa dan rasa, semoga setiap huruf mampu mewakili syukurku atas hadirmu.

Untuk diriku sendiri, yang terus melangkah meski dunia tak selalu bersahabat. Kau adalah matahari bagi semesta kecilmu, tak pernah berhenti bersinar meski sering kali mendung menyelimuti. Kau adalah puisi yang menulis dirinya sendiri yang setiap baitnya terkandung luka, harap, dan cinta.

Terima kasih telah bertahan sejauh ini, meski perjalanan tak selalu mudah. Ingatlah, di balik setiap jatuh ada sayap yang kian kuat dan di balik setiap tangis ada tawa yang menanti. Halaman ini adalah pengingat bahwa kau layak mencintai dirimu, seperti kau mencintai langit yang tak pernah kau miliki, namun selalu kau kagumi.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala Puji dan syukur kepada Allah SWT karena berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Permainan NuMo (*Nutrition Monopoly*) Terhadap Pengetahuan Pola Makan Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar”. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada ;

1. Ibu Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
2. Ibu Firnaliza Rizona, S.Kep., Ners., M.Kep selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu dan memberikan bimbingan, motivasi, saran, serta arahan yang luar biasa dalam penyusunan laporan penelitian ini
3. Ibu Antarini Idriansari, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu dan pikiran untuk membimbing serta memberikan arahan dan motivasi kepada penulis.
4. Ibu Zesi Aprillia, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An selaku dosen penguji I yang telah meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan kritik yang membangun serta saran kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Zulian Effendi, S.Kep., Ners., M.Kep selaku dosen penguji II yang telah ikut serta dalam menyempurnakan skripsi ini, memberikan arahan, kritik, dan saran serta masukan dalam skripsi ini.
6. Seluruh jajaran dosen, staff administrasi, dan keluarga besar Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya yang telah memberikan ilmu dan bantuannya dalam memberikan kemudahan selama penyusunan proposal penelitian ini.
7. Kepala sekolah dan guru SD Negeri 02 Indralaya Utara yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
8. Seluruh siswa siswi kelas IV, V, dan VI tahun ajaran 2024/2025 yang telah bersedia dan ikut serta menjadi responden penelitian.
9. Mamah, bapa, aa, neng Ina, de Iki, dan keluarga besar yang selalu menyemangati dan membantu penulis dalam berbagai hal.

10. Sahabat-sahabat saya, kostsick, rito lovers, kakak 20, dan teman-teman Trunfortis 21 yang telah menghibur, membantu, memberikan motivasi, dan menjadi pelampiasan emosi penulis selama penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan baik teknik penulisan maupun isinya dikarenakan keterbatasan kemampuan dan pengetahuan penulis. Penulis berharap semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan Karunia-Nya untuk kita semua dan semoga skripsi ini dapat berguna bagi kita semua. Aamiin.

Indralaya, Desember 2024

Penulis

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rijal Akbar Difa Padiana

NIM : 04021282126086

Judul Skripsi : **Pengaruh Permainan NuMo (*Nutrititon Monopoly*) Terhadap Pengetahuan Pola Makan Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar**

Memberikan izin kepada pembimbing dan Universitas Sriwijaya untuk mempublikasikan hasil penelitian saya untuk kepentingan akademik apabila dalam waktu 1 (satu) tahun tidak mempublikasikan karya penelitian saya. Terkait kasus ini saya setuju untuk menempatkan pembimbing sebagai penulis korespondensi (*Corresponding author*)

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun

Indralaya, ... Desember 2024



[Rijal Akbar Difa Padiana 04021282126086]

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR SKEMA	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Konsep Pola Makan Seimbang	9
2.2 Konsep Anak Usia Sekolah.....	14
2.3 Konsep Pengetahuan	20
2.4 Konsep Pendidikan Kesehatan.....	24
2.5 Konsep Permainan NuMo (<i>Nutrition Monopoly</i>)	29
2.6 Penelitian Terkait	33
2.7 Kerangka Teori.....	36

BAB 3 METODE PENELITIAN.....	37
3.1 Kerangka Konsep.....	37
3.2 Desain Penelitian.....	38
3.3 Hipotesis.....	38
3.4 Definisi Operasional.....	39
3.5 Populasi dan Sampel.....	41
3.5.1 Populasi.....	41
3.5.2 Sampel.....	41
3.6 Tempat Penelitian.....	43
3.7 Waktu Penelitian.....	43
3.8 Etika Penelitian.....	44
3.9 Alat Pengumpul Data.....	46
3.10 Prosedur Pengumpulan Data.....	51
3.11 Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	55
3.11.1 Pengolahan Data.....	55
3.11.2 Analisis Data.....	56
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	58
4.1 Hasil Penelitian.....	58
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	58
4.1.2 Hasil Analisis Univariat.....	58
4.1.3 Hasil Analisis Bivariat.....	60
4.2 Pembahasan.....	61
4.2.1 Analisis Univariat.....	61
4.2.2 Analisis Bivariat.....	64
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	67
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....	68
5.1 Kesimpulan.....	68
5.2 Saran.....	68
5.2.1 Bagi Responden.....	68
5.2.2 Bagi Sekolah.....	69
5.2.3 Bagi Profesi Keperawatan.....	69
5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	69
DAFTAR PUSTAKA.....	70
LAMPIRAN.....	75

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terkait	33
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	39
Tabel 3. 2 Pembagian Sampel Setiap Kelas	42
Tabel 3. 3 Kisi-Kisi Kuesioner Ahli Media	47
Tabel 3. 4 Kriteria dan Persentase Penilaian Media	48
Tabel 3. 5 Kisi-Kisi Kuesioner Pengetahuan	49
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Kuesioner Penelitian	50
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Pola Makan Seimbang Sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Permainan NuMo (<i>Nutrition Monopoly</i>).....	59
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Pola Makan Seimbang Setelah diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Permainan NuMo (<i>Nutrition Monopoly</i>).....	59
Tabel 4.3 Perbedaan Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Pola Makan Seimbang Sebelum dan Setelah diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Permainan NuMo (<i>Nutrition Monopoly</i>).....	60

DAFTAR SKEMA

Skema 2. 1 Kerangka Teori.....	36
Skema 3. 1 Kerangka Konsep Penelitian	37
Skema 3. 2 Bentuk Rancangan Penelitian	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Penjelasan Penelitian (<i>Informed</i>)	76
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden (<i>Consent</i>)	77
Lampiran 3. Lembar Kuesioner	78
Lampiran 4. SOP Permainan NuMo (<i>Nutrition Monopoly</i>).....	80
Lampiran 5. Desain Permainan NuMo (<i>Nutrition Monopoly</i>).....	83
Lampiran 6. Surat Izin Studi Pendahuluan	90
Lampiran 7. Surat Izin Penelitian.....	91
Lampiran 8. Surat Izin Uji Validitas	92
Lampiran 9. Dokumentasi Uji Validitas	93
Lampiran 10. Sertifikat Kelayakan Etik Penelitian.....	95
Lampiran 11. Surat Keterangan Selesai Uji Validitas	96
Lampiran 12. Hasil Analisis Statistik.....	97
Lampiran 13. Surat Keterangan Selesai Penelitian	99
Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian	100
Lampiran 15. Master Tabel Pengisian Kuesioner <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	102
Lampiran 16. Lembar Konsultasi Pembimbing 1	104
Lampiran 17. Lembar Konsultasi Pembimbing 2	112
Lampiran 18. Hasil Uji Plagiarisme.....	116

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

Nama : Rijal Akbar Difa Padiana
Tempat Tanggal Lahir : Karawang, 03 Januari 2003
Jenis Kelamin : Laki-laki
Agama : Islam
Alamat : Desa Ciranggon, Rt/Rw; 06/02. Kecamatan Majalaya, Kabupaten Karawang, Jawa Barat
Telp/HP : 087796000246
Email : rijalakbardifapadianaa@gmail.com
Fakultas/Prodi : Kedokteran/Keperawatan
Nama Orang Tua
Ayah : Nana Padiana
Ibu : Siti Maryam
Jumlah Saudara : 4 (Empat)
Anak Ke : 2 (Dua)

B. Riwayat Pendidikan

1. SD : SD Negeri 01 Ciranggon
2. SMP : SMP Negeri 2 Karawang Timur
3. SMA : SMA Negeri 5 Karawang

C. Riwayat Organisasi

1. Ketua PMR SMA Negeri 5 Karawang
2. Anggota Pramuka SMA Negeri 5 Karawang
3. Ketua BEM KM IK FK UNSRI Periode 2022-2023
4. Anggota Ditjen Sosial Masyarakat ILMIKI Wilayah II 2021-2023
5. Anggota Ikatan Bujang Gadis Universitas Sriwijaya

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Berdasarkan data SKI (Survei Kesehatan Indonesia) pada tahun 2023, prevalensi kurus (menurut IMT/U) secara nasional pada anak usia sekolah (5-12 tahun) adalah 11%, terdiri dari 3,5% sangat kurus dan 7,5% kurus. Persentase sangat kurus terendah yaitu di DI Yogyakarta (1,5%) dan tertinggi di Kalimantan Selatan (5,4%). Adapun masalah kegemukan pada anak usia sekolah (5-12 tahun) masih tinggi dengan prevalensi secara nasional yaitu 19,7%, terdiri dari gemuk 11,9% dan obesitas 7,8%. Persentase gemuk terendah yaitu di Nusa Tenggara Timur (4%) dan tertinggi di Papua Pegunungan (23,6%) (Kemenkes RI, 2023).

Data SKI Sumatera Selatan (2023) menunjukkan prevalensi kurus (menurut IMT/U) pada anak usia sekolah (5-12 tahun) yaitu sebesar 12,3% terdiri dari persentase status gizi sangat kurus (4%) dan kurus (8,3%). Masalah kegemukan pada anak usia 5-12 tahun di Provinsi Sumatera Selatan dengan prevalensi sebesar 18,3% terdiri dari gemuk (11,6%) dan obesitas (6,7%). Prevalensi masalah gizi di Kabupaten Ogan Ilir menurut Survei Kesehatan Indonesia yaitu status gizi *stunting* (22,9%), *wasting* (7,9%), *underweight* (16,7%), dan *overweight* (5,8%) (Kemenkes RI, 2023).

Berdasarkan data SKI tahun 2023 status gizi yang tidak seimbang akan menimbulkan berbagai masalah gizi terutama *Triple Burden of Malnutrition*. Menurut *World Health Organization* (WHO) Istilah *Triple Burden of Malnutrition* adalah kekurangan, kelebihan, dan ketidakseimbangan asupan gizi. Kekurangan gizi dapat menimbulkan dampak berupa *stunting*, *wasting*, dan *underweight* serta defisiensi (kekurangan vitamin dan mineral penting). Sedangkan untuk kelebihan gizi dapat menimbulkan dampak pada kesehatan berupa kelebihan berat badan, obesitas, serta penyakit tidak menular (PTM) yang disebabkan oleh pola makan (Hidayati, Fitriani, & Wijayanti, 2024). Kasus malnutrisi di Indonesia banyak terjadi pada anak usia sekolah, misalnya kasus yang terjadi di Sukabumi, siswi kelas

6 SD mengalami gizi buruk sehingga ia tidak dapat mengikuti kegiatan belajar mengajar dengan baik yang disebabkan oleh kondisi tubuh lemah dan hanya terbaring di tempat tidur, indeks masa tubuhnya menunjukkan angka 12.82 yang berarti ia mengalami status gizi buruk (Hadi, 2023).

Ketidakseimbangan antara makanan dan kecukupan gizi merupakan akar dari berbagai masalah status gizi anak, termasuk kelebihan dan kekurangan gizi (Hamzah, Hasrul & Hafid, 2020). Pola makan seimbang pada anak usia sekolah mencakup pemenuhan asupan nutrisi meliputi protein, mineral, lemak, karbohidrat, dan vitamin dalam setiap porsi makan yang dikonsumsi. Anak usia sekolah dasar memerlukan jumlah zat gizi yang lebih banyak dibandingkan dengan anak usia sekolah menengah pertama, tetapi kebutuhannya meningkat kembali pada anak sekolah menengah. Hal ini disebabkan oleh proses perkembangan dan pertumbuhan fisik yang dialami oleh anak usia sekolah dasar (Putri, Siagian, & Sudaryati, 2016).

Menurut Dewi, Oktiawati, dan Saputri (2015) mengemukakan bahwa anak dalam rentang usia sekolah telah memulai berbagai tahap pertumbuhan dan perkembangan seperti mulai mencari kemandirian, memiliki sifat serba ingin tahu, dan telah mengetahui hubungan sebab-akibat dalam suatu keadaan. Kemandirian anak dapat terlihat pada saat anak berada di lingkungan luar rumah yaitu sekolah. Anak usia sekolah sanggup mengatasi berbagai persoalan dan mampu memberikan penyesuaian diri terhadap lingkungan disekitarnya. Kemandirian anak usia sekolah juga dapat dilihat dari kebiasaan anak dalam memilih makanan yang akan dikonsumsinya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Noviani, Afifah, dan Astuti (2016) menggambarkan kebiasaan jajan anak sekolah dasar di Yogyakarta cenderung meningkat dan anak lebih gemar mengonsumsi jajanan yang tidak sehat. Makanan jajanan di luar/di sekolah seringkali tidak memperhatikan kandungan gizi, kebersihan dan keamanan bahan pangan.

Ketidakseimbangan status gizi anak usia sekolah di Kabupaten Ogan Ilir berdasarkan data SKI Sumatera selatan pada tahun 2023 harus segera diperbaiki karena akan berdampak pada kemampuan belajarnya. Masalah gizi kurang dapat menimbulkan dampak negatif seperti penurunan fungsi kognitif, terhambatnya pertumbuhan fisik sehingga daya tahan tubuh lemah, dan postur tubuh cenderung pendek. Sedangkan masalah gizi lebih dapat mengakibatkan dampak negatif seperti

terjadinya obesitas dan meningkatnya risiko terjangkit penyakit degeneratif (Rahmawati, et al., 2020). Program pendidikan kesehatan mengenai gizi seimbang merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya masalah tersebut.

Pendidikan kesehatan mengenai status gizi seimbang pada anak usia sekolah dasar dapat dilakukan dengan menyampaikan informasi mengenai pola makan sehari-harinya. Pendidikan kesehatan mengenai pola makan seimbang merupakan upaya yang dapat dilakukan dalam mengatasi permasalahan status gizi pada anak.

Pendidikan kesehatan merupakan upaya memengaruhi atau mengajak orang lain baik individu, kelompok, maupun masyarakat agar menerapkan perilaku hidup sehat. Media pendidikan kesehatan merupakan sarana atau upaya untuk menyampaikan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator, baik itu melalui media cetak, elektronik maupun media luar ruang, sehingga pengetahuan sasaran dapat meningkat yang akhirnya diharapkan dapat berubah perilakunya ke arah positif terhadap kesehatannya (Lumbanbatu, 2019).

Pendidikan kesehatan mengenai pola makan yang seimbang pada anak usia sekolah harus diimplementasikan dengan metode atau media yang tepat sehingga dapat menarik atensi anak dan informasi mengenai gizi dapat diterima dengan mudah. Pendidikan kesehatan gizi pada anak usia sekolah tidak perlu diberikan secara formal, melainkan harus menarik dan menyenangkan sehingga anak memiliki keinginan untuk berpartisipasi seperti media dalam bentuk permainan yang dapat dimainkan dengan teman seusianya. (Putri, Siagian, & Sudaryati, 2016). Pendidikan kesehatan gizi yang menggunakan metode permainan dan dikombinasikan dengan pembelajaran pada anak sekolah dapat menghasilkan peningkatan pengetahuan secara signifikan (Amelia & Setiawan, 2018). Penelitian Demitri et al. (2015) mendukung hal ini dengan menyatakan bahwa terdapat perbedaan pada variabel sebelum dan sesudah menerima pendidikan kesehatan dengan menggunakan permainan *puzzle* yang dapat meningkatkan pengetahuan responden.

Gorbanev et al., (2018) mengemukakan bahwa penyampaian informasi dengan metode permainan dapat menarik atensi anak karena mereka dapat melakukan sesuatu yang tidak dapat dilakukan dengan pengajaran berbasis ceramah yang lebih

menekankan pada transmisi informasi dan ingatan. Kelebihan pendidikan kesehatan dengan metode permainan dapat menarik minat siswa, sehingga lebih mudah bagi mereka untuk memahami dan mengingat informasi kesehatan yang diberikan (Sutriyanto, Raksanagara, & Wijaya, 2016).

Pendidikan kesehatan dengan metode permainan merupakan salah satu upaya yang bagus untuk memberikan informasi kesehatan kepada anak-anak usia sekolah, salah satu permainan yang dapat dilakukan yaitu monopoli. Permainan monopoli menarik perhatian anak-anak secara visual dan mereka dapat bermain dengan teman sebayanya, serta mempermudah mereka untuk menyerap informasi yang diberikan. Monopoli adalah salah satu permainan papan yang populer di dunia. Tujuan dari permainan ini adalah untuk menguasai semua properti di atas papan dengan cara menyewa, membeli, dan melakukan pertukaran properti yang mencerminkan sistem ekonomi dalam bentuk yang sederhana. Permainan monopoli dilakukan secara berkelompok seperti halnya kartu domino. Monopoli memiliki tata cara bermain yang cukup mudah dan tentunya dapat menarik perhatian anak (Setyaningrum, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian Setyaningrum (2020) mengemukakan bahwa pendidikan kesehatan dengan permainan monopoli pada siswa kelas 5 sekolah dasar memberikan pengaruh yaitu meningkatnya pengetahuan responden yang dapat dilihat dari nilai skor sebelum dan sesudah diimplementasikan pendidikan gizi seimbang menggunakan permainan monopoli rata-rata skor yaitu 6.00 dan setelah diberikan edukasi mengenai gizi seimbang rata-rata skor yaitu 8.64. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pada pengetahuan responden dengan media permainan monopoli.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan berupa wawancara, pengisian kuesioner, dan pengukuran IMT (Indeks Massa Tubuh) yang dilakukan pada 15 siswa di SD Negeri 02 Indralaya Utara menunjukkan bahwa terdapat 7 orang anak dengan kategori gizi kurang, 5 orang anak dengan kategori gizi baik, 1 orang anak dengan kategori gizi lebih, dan 2 orang anak dengan kategori obesitas. Selain itu, kepala sekolah dan beberapa guru dilakukan wawancara oleh peneliti mengenai pelaksanaan penyuluhan kesehatan sebelumnya, mereka menyatakan bahwa sebelumnya belum pernah ada penyuluhan kesehatan tentang pola makan seimbang

dari pihak puskesmas, akan tetapi pernah diadakan penyuluhan kesehatan mengenai kesehatan gigi oleh pihak puskesmas sebelumnya.

Timbulnya masalah status gizi kurang, gizi lebih, dan obesitas ini dapat dipengaruhi oleh pola makan yang tidak seimbang dan pengetahuan yang kurang tentang pola makan seimbang. Terkait pengetahuan siswa SD Negeri 02 Indralaya Utara mengenai pola makan seimbang didapatkan hasil yaitu 13 dari 15 siswa SD tidak mengetahui tentang pengertian pola makan seimbang, faktor yang memengaruhi pola makan seimbang, dampak dari pola makan yang tidak seimbang, dan komponen pola makan yang seimbang. Berdasarkan hasil wawancara dan pengisian kuesioner pada 15 siswa diketahui sebagian besar dari mereka tidak mengonsumsi makanan yang mengandung zat gizi seimbang secara tepat seperti buah-buahan, sayuran, lauk hewani dan nabati setiap hari sebanyak 15 siswa, mengonsumsi makanan yang tidak memperhatikan kandungan gizi disaat jam istirahat sekolah sebanyak 14 siswa, dan waktu makan yang tidak ideal sebanyak 13 siswa.

Siswa diwawancarai oleh peneliti tentang pengalaman mereka dalam mendapatkan pendidikan kesehatan beserta metode yang digunakan, dimana 5 siswa menjawab pernah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang Demam Berdarah Dengue (DBD) menggunakan *leaflet*, 3 siswa menjawab pernah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang kesehatan gigi menggunakan *leaflet*, dan 7 siswa lainnya menjawab belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan. Peneliti mengajukan pertanyaan dan menawarkan berbagai metode yang mungkin disukai oleh siswa, seperti *leaflet*, ceramah, poster, serta media yang menggabungkan permainan dengan pembelajaran. Para siswa mengungkapkan bahwa mereka belum pernah menerima pendidikan kesehatan dengan menggunakan permainan seperti monopoli lantai, dan mereka lebih tertarik memilih metode yang menggabungkan permainan dengan edukasi karena dianggap lebih menarik dan menyenangkan.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, peneliti ingin mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan melalui permainan NuMo (*Nutrition Monopoly*) terhadap peningkatan pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai pola makan seimbang.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya pengetahuan siswa-siswi di SD Negeri 02 Indralaya Utara mengenai pola makan seimbang. Hal ini ditunjukkan oleh hasil wawancara, di mana 13 dari 15 siswa/i tidak memahami konsep pola makan seimbang, termasuk definisi, faktor-faktor yang memengaruhi pola makan seimbang, dampak dari pola makan yang tidak seimbang, dan berbagai komponen pola makan seimbang. Siswa/i di SD Negeri 02 Indralaya Utara juga memiliki potensi risiko mengalami masalah gizi, hal ini ditunjukkan oleh hasil pengukuran IMT (Indeks Massa Tubuh) oleh peneliti didapatkan 7 orang anak dengan kategori gizi kurang, 5 orang anak dengan kategori gizi baik, 1 orang anak dengan kategori gizi lebih, dan 2 orang anak dengan kategori obesitas. Selain itu, mereka tidak mengonsumsi makanan yang mengandung zat gizi seimbang secara tepat seperti buah-buahan, sayuran, lauk hewani dan nabati setiap hari sebanyak 15 siswa, mengonsumsi makanan yang tidak memperhatikan kandungan gizi disaat jam istirahat sekolah sebanyak 14 siswa, dan waktu makan yang tidak ideal sebanyak 13 orang. Upaya yang tepat diimplementasikan untuk menangani berbagai masalah di atas yaitu dengan menyampaikan informasi kepada para siswa mengenai pola makan seimbang. Satu dari sekian metode pendidikan kesehatan yang dapat diterapkan adalah menyampaikan pendidikan kesehatan kepada siswa/i melalui penggunaan permainan NuMo (*Nutrition Monopoly*). Berdasarkan uraian yang telah disampaikan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada pengaruh permainan NuMo (*Nutrition Monopoly*) terhadap pengetahuan pola makan seimbang pada siswa sekolah dasar”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan NuMo (*Nutrition Monopoly*) terhadap pengetahuan pola makan seimbang pada siswa sekolah dasar.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar tentang pola makan seimbang sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media permainan NuMo (*Nutrition Monopoly*).
- b. Mengetahui tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar tentang pola makan seimbang setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media permainan NuMo (*Nutrition Monopoly*)
- c. Menganalisis perbedaan tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar tentang pola makan seimbang sebelum dan setelah menjalani pendidikan kesehatan menggunakan media permainan NuMo (*Nutrition Monopoly*).

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penerapan pendidikan kesehatan melalui monopoli diharapkan dapat meningkatkan pemahaman siswa sekolah dasar mengenai pentingnya menjaga pola makan yang seimbang.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan dan pemahaman siswa mengenai pola makan seimbang, serta memberikan bekal dan motivasi bagi mereka untuk menerapkan pola makan seimbang dalam kehidupan sehari-hari.

1.4.2.2 Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai media pembelajaran dan bahan tambahan untuk kegiatan ekstrakurikuler dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pola makan seimbang dengan menggunakan permainan NuMo (*Nutrition Monopoly*).

1.4.2.3 Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber referensi dalam memperluas wawasan serta memberikan kontribusi kepada profesi keperawatan tentang penggunaan media pendidikan kesehatan yang efektif untuk meningkatkan pemahaman siswa sekolah dasar mengenai pola makan seimbang melalui permainan NuMo (*Nutrition Monopoly*).

1.4.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber referensi bagi para peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian terkait pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pemahaman siswa sekolah dasar mengenai pola makan seimbang.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam bidang keperawatan anak dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh permainan NuMo (*Nutrition Monopoly*) terhadap pengetahuan pola makan seimbang pada siswa sekolah dasar. Proses penelitian dimulai sejak penyusunan proposal. Peneliti melakukan penelitian tentang metode pendidikan kesehatan dengan permainan NuMo (*Nutrition Monopoly*) yang merupakan modifikasi dari permainan monopoli secara umum menjadi monopoli lantai terhadap pengetahuan pola makan seimbang pada siswa sekolah dasar. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan eksperimen sederhana dan desain penelitian yang digunakan yaitu *one group pretest posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas IV, V, dan VI di SD Negeri 02 Indralaya Utara tahun 2024 dengan jumlah sebanyak 242 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan metode *probability sampling* dengan teknik *stratified random sampling*. Penelitian ini dilaksanakan pada 31 Agustus 2024.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliyah, M., Dewi Soeyono, R., Nurlaela, L., Kristiastuti, D., Tata Boga, P., Negeri Surabaya, U., & Seni Kuliner, M. (2021). Pola konsumsi makan remaja di masa pandemi covid-19. *Jurnal Tata Boga*, 10(1), 129–137. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-tata-boga/>
- Anzarkusuma, I. S., Mulyani, E. Y., Jus'at, I., & Angkasa, D. (2014). Status gizi berdasarkan pola makan anak sekolah dasar di kecamatan rajeg tangerang. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 1(2), 135. www.ijhn.ub.ac.id
- Ardhani, A. D., Ilhamdi, M. L., & Istiningsih, S. (2021). Pengembangan media pembelajaran berbasis permainan monopoli pada pelajaran IPA. *Jurnal Pijar Mipa*, 16(2), 170–175. <https://doi.org/10.29303/jpm.v16i2.2446>
- Dahlan, S. (2018). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Damayanti, R., Lutfiya, I., & Nilamsari, N. (2019). The efforts to increase knowledge about nutrition at elementary school children. *Darmabakti Cendekia: Journal of Community Service and Engagements*, 01(1), 28–33. <https://doi.org/10.20473/dc.v1i1.2019.28-33>
- Dasril, O., Yulanda, U., & Elsa Fitri, W. (2023). Efektivitas permainan monopoli gizi (MAMOGI) terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa SDN 02 cupak tengah kota padang tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 14(2). <https://doi.org/10.30633/jkms.v14i2.2171>
- Demitri, A., Nasution, E., & Aritonang E. (2015). Pengaruh pendidikan gizi tentang pola makan seimbang melalui game puzzle terhadap peningkatan pengetahuan anak SDN 067690 kota Medan. *Jurnal Gizi FKM Universitas Sumatera Utara*.
- Departmen Kesehatan RI. (2016). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Direktorat Bina Gizi Masyarakat Depkes RI.
- Dewi, C. R., Oktiawati, A., & Saputri, D. L. (2015). *Teori & Konsep Tumbuh Kembang Bayi, Toddler, Anak, dan Usia Remaja*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Dewi, L. (2018). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Ceramah dan Individual Terhadap Pengetahuan Pencegahan Pengendalian Infeksi Pada Keluarga Pasien Di Ruang Rawat Inap RSUD Ajibarang*. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Dewi, M. S. K. (2023). Pengaruh Pemberian Video Edukasi Gizi Melalui Aplikasi Telegram Terhadap Citra Tubuh dan Pola Makan Siswi Di SMA Negeri 2 Tabanan. *Poltekkes Kemenkes Denpasar*.

- Dharma, K. K. (2017). *Metodologi Penelitian Keperawatan: Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian*. Jakarta: Cv. Trans Info Media.
- Gahayu, A. S. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan Masyarakat*. Yogyakarta: Deepublish.
- Ganda, N. S. (2022). *Tingkat Pengetahuan Masyarakat Dusun Petung Wulung RT 03 RW 06 Tentang Penggunaan Favipiravir Pada Pengobatan Covid-19*.
- Gorbanev, I., Agudelo-Londoño, S., González, R. A., Cortes, A., Pomares, A., Delgado, V., Yepes, F. J., & Muñoz, Ó. (2018). A systematic review of serious games in medical education: quality of evidence and pedagogical strategy. In *Medical Education Online* (Vol. 23, Issue 1). Taylor and Francis Ltd. <https://doi.org/10.1080/10872981.2018.1438718>
- Hadi, D. (2023). *Memilukan! Siswi Kelas 6 SD di Sukabumi Alami Gizi Buruk, Terkulai Lemas Tak Bisa Sekolah*. Sindonews. <https://daerah.sindonews.com/read/1201705/701/memilukan-siswi-kelas-6-sd-di-sukabumi-alami-gizi-buruk-terkulai-lemas-tak-bisa-sekolah-1694736593>, diperoleh 01 Februari 2024.
- Hamzah, Hasrul, & Hafid, A. (2020). Pengaruh pola makan terhadap status gizi anak Sekolah Dasar. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(2).
- Hidayati, N., Fitriani, I. S., Wijayanti, A. R. (2024). Intervensi pencegahan kesenjangan status gizi anak sekolah. *Initium Community Journal*. <https://journal.medinerz.org/index.php/ICJ>
- Hidayati, N. L. (2016). *Pengaruh Demonstrasi Massage Payudara Terhadap Praktik Massage Payudara Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Padamara*. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Istiany, A., & Rusilanti. (2013). *Gizi Terapan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Kemenkes RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta.
- Kemenkes RI. (2017). *Isi Piringku*. [Www.Kemas.Kemkes.Go.Id](http://www.kemas.kemkes.go.id).
- Kemenkes RI. (2022). *Konsep Dasar dan Sejarah Perkembangan Ilmu Gizi*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/728/konsep-dasar-dan-sejarah-perkembangan-ilmu-gizi.
- Kemenkes RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia*. Jakarta.

- Leona Amelia, V., & Setiawan, A. (2018). Board game as an educational game media to change the attitude of dengue prevention in school-aged children. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)* (Vol. 1, Issue 2).
- Lumbanbatu, A. M., Merta, J. M. I., & Mahendra, D. (2019). *Buku Ajar Promosi Kesehatan*. Universitas Kristen Indonesia.
- Mardalena, I. (2017). Dasar-dasar ilmu gizi dalam keperawatan. *Jurnal Delima Harapan*, 3(2), 1–9.
- Masturoh, I., & Anggita, N. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
- Mulyati, M. (2019). Menciptakan pembelajaran menyenangkan dalam menumbuhkan peminatan anak usia dini terhadap pelajaran. *Journal of Islamic Education*, 1(2), 2019.
- Mutia M. (2021). Characteristics of children age of basic education. *Fitrah: International Islamic Education Journal*, 3, 114–131.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Noviani, K., Afifah, E., & Astiti, D. (2016). Kebiasaan jajan dan pola makan serta hubungannya dengan status gizi anak usia sekolah di SD Sonosewu Bantul Yogyakarta. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 4(2), 97. [https://doi.org/10.21927/ijnd.2016.4\(2\).97-104](https://doi.org/10.21927/ijnd.2016.4(2).97-104)
- Nursalam. (2015). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam, & Efendi, F. (2008). *Pendidikan Dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Mustar, T., Ramdany, R., Manurung, I. E., Sianturi, E., Tompunu, G. R. M., Sitanggang, F. Y., & Maisyarah. M. (2021). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Pratiwi, L. P. L. (2021). *Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media E-Leaflet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri*. Poltekkes Kemenkes Denpasar.

- Putri, H. D. (2020). *Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya*. Universitas Muhammadiyah Surabaya.
- Putri, N. P. D. R. (2021). *Pola Makan dan Status Gizi Anak Usia Sekolah Dasar*. Poltekkes Kemenkes Denpasar.
- Putri, R., Siagian, A., & Sudaryati, E. (2016). Pengaruh permainan monopoli gizi (MONOGI) tentang pola makan seimbang terhadap pengetahuan dan sikap siswa SDN 060902 mangubumi kota medan tahun 2016. *Jurnal Gizi, Kesehatan Reproduksi Dan Epidemiologi USU*, 1(2), 1–7.
- Rachmawati, C. W. (2019). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Malang: Wineka Media.
- Rahmawati, A., Marland, W. C., Wahyuni, P. E., Zulkarnaen, A. H., Okasari, M., Alfani, F. N., & Lusiana, R. (2020). Analisis pola makan pada anak usia sekolah. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 7(01), 38–50. <https://doi.org/10.21009/jkpk.071.04>
- Rosymida, I. (2018). *Gambaran Pendidikan Kesehatan Yang Dilakukan Perawat Di Poliklinik RSUP DR. Kariadi Semarang* [Universitas Muhammadiyah Semarang]. <http://repository.unimus.ac.id>
- Sabani, F. (2019). Perkembangan anak-anak selama masa sekolah dasar (6-7 tahun). *Jurnal Kependidikan*, 8(2). <https://jurnaldidaktika.org>
- Sari, Y. P., Lusa, H., & Gunawan, A. (2019). Pengaruh media permainan monopoli terhadap hasil belajar siswa dalam pembelajaran IPS gugus 15 kota Bengkulu. *Jurnal Riset Pendidikan Dasar*, 2(3), 229–236.
- Setyaningrum, A. W. (2020). *Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Permainan Monopoli Gizi (MAMOGI) dan Ular Tangga (UTAGA) Tentang Pola Makan Seimbang Terhadap Pengetahuan, Sikap, Tindakan Anak SDN 05 Kota Bengkulu Tahun 2020*. Politeknik Kesehatan Bengkulu.
- Sinaga, A. B., Khasanah, F., & Suyatmi, D. (2021). The relationship of knowledge about dental caries with the motivation to do fillings in housewives. *Journal of Oral Health Care*, 9(1), 23–32. <https://doi.org/10.29238>
- Siregar, A. P. (2020). *Buku Ajar Promosi Kesehatan*. Universitas Negeri Sumatera.
- Siyoto, S. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.

- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Sujarweni, W. V. (2014). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta: Gava Media.
- Supartini, Y. (2014). *Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan Anak*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Surahman, Rachmat, M., & Supardi, S. (2016). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Sutriyanto, K., Raksanagara, S. A., & Wijaya, M. (2016). Pengaruh permainan kartu kasugi terhadap peningkatan pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 1(4).
- Swihadayani, N. (2023). Karakteristik siswa kelas rendah sekolah dasar. *Jurnal Sosial Dan Teknologi (SOSTECH)*, 3(6).
- Wawan, A., & Dewi, M. (2017). *Teori dan pengukuran pengetahuan sikap dan perilaku manusia : dilengkapi contoh kuesioner*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Widyawati. (2020). *Buku Ajar Promosi Kesehatan untuk Mahasiswa*. Stikes Binalita Sudama.
- Wulandari, A. (2018). *Pengaruh Penggunaan Kartu Uno Sebagai Media Permainan Tentang Buah Dan Sayur Pada Anak Sekolah Dasar Di Sdn Brosot Dan Sdn Prembulan Galur Kulonprogo*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.