

Pemeriksaan Dan Penyuluhan Gizi Seimbang Kepada Anak Balita

¹⁾Mega Rahmawati, ²⁾Nurma Hidyati, ³⁾Tri Susanti, ⁴⁾Tusi Eka Redowati, ⁵⁾Ria Muji Rahayu*

^{1,2,3,4,5)} Prodi D3 Kebidanan, Akademi Kebidanan Wira Buana, Kota Metro, Indonesia

Email Corresponding: riamuji@akbid-wirabuana.ac.id

INFORMASI ARTIKEL

ABSTRAK

Kata Kunci:

Pemeriksaan Status Gizi
Penyuluhan Gizi Seimbang
Anak Balita

Pertumbuhan dan perkembangan pada tahap golden periode di lima tahun pertama dipengaruhi oleh status gizi balita guna mencegah timbulnya masalah terkait gizi ataupun penyakit kronis perlu disosialisasikan gizi seimbang yang bisa dijadikan sebagai pedoman makan, beraktivitas fisik, kebersihan dan mempertahankan berat badan ideal. Gizi seimbang adalah susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Tujuan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah untuk mengetahui status gizi dan memberikan edukasi kepada guru dan anak-anak tentang gizi seimbang Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini diikuti oleh 94 siswa-siswa TK PKK I Yosodadi dengan melakukan pengukuran status gizi dan memberikan edukasi tentang gizi seimbang melalui penyuluhan serta permainan kepada siswa-siswi. PKM ni menggunakan Metode pengukuran status gizi, pemberian edukasi dan permainan tentang gizi seimbang. Hasil PKM diketahui bahwa sebagian besar siswa adalah masuk dalam kategori kurus yaitu sebanyak 50 anak atau sebesar 53,19%. Jumlah anak dengan IMT normal adalah sebanyak 42 anak atau sebesar 44,68%. Jumlah anak dengan obesitas adalah sebanyak 2 anak atau 2,12 %. Pemberian edukasi ini harapannya mampu meningkatkan pengetahuan dan mengubah sikap dari siswa-siswa tentang makanan gizi seimbang, sehingga memiliki status gizi yang baik.

ABSTRACT

Keywords:

Nutritional Status Check
Balanced Nutrition Counseling
Toddler

Growth and development during the golden period stage in the first five years is influenced by the nutritional status of toddlers. In order to prevent the emergence of problems related to nutrition or chronic diseases, it is necessary to promote balanced nutrition which can be used as a guide for eating, physical activity, cleanliness and maintaining an ideal body weight. Balanced nutrition is a daily diet that contains nutrients in types and quantities that suit the body's needs. The aim of this Community Service activity is to determine nutritional status and provide education to teachers and children about balanced nutrition. This Community Service Activity (PKM) was attended by 94 students from Kindergarten PKK I Yosodadi by measuring nutritional status and providing education about balanced nutrition through counseling and games to the students. Methods for measuring nutritional status, providing education and games about balanced nutrition. The results of the PKM showed that the majority of students were in the category underweight, namely 50 children or 53.19%. The number of children with normal BMI was 42 children or 44.68%. The number of children with obesity is 2 children or 2.12%. It is hoped that providing this education will increase students' knowledge and change attitudes about balanced nutritional food, so that they have good nutritional status.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



I. PENDAHULUAN

Gizi merupakan bagian penting dari kesehatan dan pembangunan. Gizi yang baik berkaitan dengan peningkatan kesehatan bayi, anak dan ibu, serta sistem kekebalan tubuh yang lebih kuat. Sekitar 45% kematian anak di bawah usia 5 tahun disebabkan oleh kekurangan gizi. Hal ini sebagian besar terjadi di negara-negara berpendapatan rendah dan menengah (WHO, 2020). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menyebutkan masih terjadi masalah gizi kurang pada setiap kelompok umur dan jenis kelamin di Indonesia. Anak usia sekolah (5-12 tahun) prevalensi yang mengalami kurus dan pendek berturut-turut adalah 9.2% dan

23.6%¹. Data ini menunjukkan masih banyak anak sekolah di Indonesia yang belum menerapkan gizi seimbang, termasuk diantaranya kebiasaan sarapan (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI, 2018).

Tantangan gizi global bersifat multidimensi dan kompleks. Penyebab langsung malnutrisi yang paling berpengaruh adalah asupan makanan yang tidak memadai dan penyakit (Badan Pusat Statistik, 2023). Untuk mencegah timbulnya masalah gizi tersebut, perlu disosialisasikan gizi seimbang yang bisa dijadikan sebagai pedoman makan, beraktivitas fisik, hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal. Penyuluhan tentang gizi seimbang untuk anak sekolah diperlukan untuk mengatasi permasalahan tersebut. Anak sekolah menjadi sasaran kelompok masyarakat yang mudah dalam menerima dan menerapkan informasi baru (Kemenkes, 2014). Pendidikan tentang gizi seimbang mengajarkan bagaimana pola makan yang sehat. dengan mengatur pola makan seimbang agar tubuh tetap sehat dan terhindar dari berbagai penyakit terkait gizi ataupun penyakit kronis (Citra Palupi, Sa' pang and Swasmilaksmita, 2018).

Status gizi balita yang buruk dapat membawa dampak negatif terhadap pertumbuhan fisik maupun mental, penurunan daya tahan tubuh, serta dampak yang lebih serius adalah timbulnya kecacatan, tingginya angka kesakitan dan percepatan kematian (Pratami, Widajanti and Aruben, 2016). Salah satu metode untuk mengukur status gizi adalah ukuran antropometri. Hasil pengukuran antropometri mencerminkan status gizi anak yang dapat digolongkan menjadi status gizi sangat kurus, kurus, kelebihan berat badan dan lainnya (Feri Kameliawati, Riska Hediya Putri, Wiwi Febriani, 2019). Salah satu penyebab gizi kurang pada balita adalah tidak cukup mendapat makanan bergizi seimbang yang disebabkan rendahnya pengetahuan keluarga tentang gizi dan cara pengolahannya. Perbaikan gizi pada balita, tidak cukup hanya dengan memberikan PMT saja, tetapi juga dengan peningkatan pengetahuan gizi keluarga. Meningkatkan pengetahuan dan metode pengolahan makanan sebagai intervensi boleh jadi akan diikuti dengan perubahan perilaku (Yurni, A.M dan Sinaga, 2017).

Pengetahuan tentang gizi seimbang mempunyai hubungan yang signifikan dengan status gizi anak balita, hal ini dikarenakan pengetahuan adalah komponen dasar dari perilaku yang dapat memberikan gambaran perilaku kesehatan dalam kehidupannya sehari-hari (Fajriani, Aritonang and Nasution, 2020). Faktor pembentuk sikap antara lain adalah pengalaman, adanya pengaruh dari orang lain, budaya, media massa, pengaruh emosional lembaga pendidikan dan lembaga agama. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan sikap gizi anak antara sebelum dengan setelah pendidikan gizi (Perdana, Madanijah and Ekayanti, 2017). Dimana median sikap tentang gizi sebelum pendidikan gizi sebesar 70,3%¹ naik menjadi 75% setelah pendidikan gizi (Pramono, Puruhita and Fatimah Muis, 2018).

Pemberian edukasi tentang gizi seimbang dengan keanekaragaman disaat setiap makan yaitu Isi Piring ku yang terdiri dari 1/3 piring makanan pokok, 1/3 piring sayur, 1/3 lauk pauk dan buah. Kesehatan individu perlu dikembangkan mulai dari usia dini bagi anak-anak khususnya pada usia sekolah dasar (Sulastri et al. 2022; Wahyuni 2013). Oleh karena itu, dilakukannya pemeriksaan status gizi dan penyuluhan tentang gizi seimbang ke TK PKK I Yosodadi. TK PKK I Yosodadi merupakan salah satu TK yang terdapat di Kota Metro, Lampung.

Tujuan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah mengetahui status gizi dan memberikan edukasi kepada guru dan anak-anak tentang gizi seimbang. Pada kegiatan tersebut siswa mendapatkan edukasi dari mahasiswa dan dosen kebidanan. Guna meningkatkan pengetahuan dan diharapkan dengan pemberian edukasi ini mampu mengubah sikap dari siswa-siswi tentang makanan gizi seimbang serta memiliki status gizi yang baik.

II. MASALAH

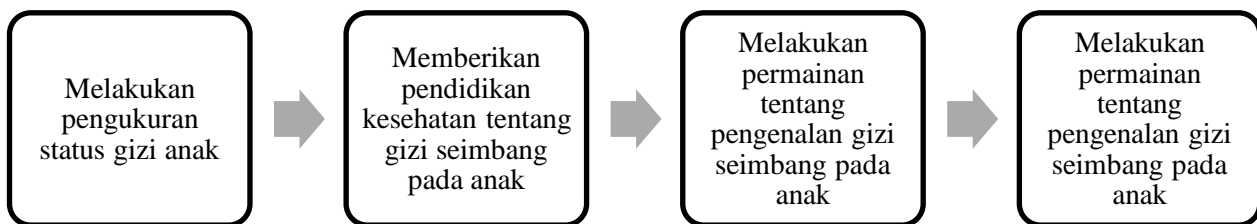
Berdasarkan Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) dapat diketahui bahwa prevalensi balita gizi kurang dan sangat kurang (underweight) dari tahun 2013 sampai 2021 mengalami penurunan yaitu dari 18,8% menjadi 14,6% (Dinkes Prov. Lampung, 2022). Kota Metro pada tahun 2023 diketahui terdapat 0,84 % balita mempunyai status sangat kurang dan 6,07 % balita mempunyai status gizi kurang. Persentase underweight/ berat badan sangat kurang/ gizi kurang (gizi sangat kurang + gizi kurang) pada kelompok balita adalah 6,91 % naik 0,25 % jika dibandingkan dengan tahun 2020, yaitu 6,66% (Dinkes Kota Metro, 2022). TK PKK Merupakan salah satu tempat berkumpulnya balita dimana lebih mudah dalam melakukan pengukuran dan penyuluhan di satu tempat yang sama dengan teman sebaya. Pada tahun 2023 terdapat 53,19% balita dengan status gizi kurang atau masuk kategori kurus. Lebih dari setengah jumlah siswa mengalami gizi kurang. Hal ini yang menjadi dasar Pengabdian Masyarakat di lakukan di TK PKK Yosodadi Metro.



Gambar 1. Lokasi Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

III. METODE

Kegiatan pengabdian ini dilakukan Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan pada tanggal 16 s.d 18 Oktober 2023 Pukul 07.30 s.d 09.00 WIB bertempat di TK PKK Yosodadi Kota Metro. Sasaran kegiatan ini adalah Balita (12 - 59 bulan) dan Pra Sekolah (60 - 72 bulan). Sasaran program pengabdian kepada masyarakat ini yaitu anak usia dini. Sasaran diberikan pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang pada anak usia dini, sehingga anak mampu memahami pentingnya gizi seimbang bagi kesehatan. Kegiatan yang akan dilakukan adalah



Gambar 2. Tahapan Pengabdian Kepada Masyarakat

Kegiatan yang dilakukan yaitu:

1. Melakukan pengukuran status gizi anak. Luaran dari kegiatan ini adalah Hasil Pengukuran Status Gizi Anak Berdasarkan IMT
2. Memberikan Pendidikan Kesehatan tentang gizi seimbang pada anak. Luaran dari kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan anak tentang gizi seimbang
3. Melakukan permainan tentang pengenalan gizi seimbang pada anak. Luaran dari kegiatan ini adalah peningkatan pemahaman anak terhadap tentang gizi seimbang, melalui permainan, sehingga anak lebih mudah memahami tentang pentingnya gizi seimbang.
4. Metode Pelaksanaan PKM yang dilaksanakan sebagai berikut:

Tabel 1. Metode Pelaksanaan PKM

No	Tahapan Kegiatan	Jabaran Pelaksanaan Kegiatan
1	Tahapan Persiapan pengabdian	Pada tahap ini tim pengabdian mempersiapkan materi yang akan digunakan untuk melakukan Pendidikan Kesehatan tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah. Selain itu tim pengabdian juga

		akan mempersiapkan alat untuk melakukan pengukuran status gizi dan permainan tentang gizi seimbang
2	Tahap Pengukuran Status Gizi	Pada tahap ini tim pengabdian melakukan pengukuran status gizi Status Gizi anak dari Berat badan, Tinggi Badan dan Umur
3	Tahap Pemberian edukasi tentang gizi seimbang pada anak usia dini	Pada tahap ini tim pengabdian melakukan Pendidikan Kesehatan tentang gizi seimbang pada anak usia dini. Pada tahap ini diharapkan anak mampu untuk mengetahui tentang gizi seimbang, sehingga anak mau mengonsumsi makanan yang mengandung gizi yang seimbang.
4	Tahap permainan tentang gizi seimbang	Pada tahap ini anak diajak untuk melakukan kegiatan yang menarik dalam bentuk permainan seperti menyebutkan jenis makanan gizi seimbang.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan pada tanggal 16 s.d 18 Oktober 2023 Pukul 07.30 s.d 09.00 WIB bertempat di TK PKK Yosodadi Kota Metro. Hasil Pengabdian didapatkan karakteristik yang terdiri dari umur anak, jenis kelamin anak, tingkat ekonomi, pekerjaan orang tua serta pertumbuhan anak.

Tabel 2. Distribusi Anak Berdasarkan Umur Anak, Jenis Kelamin Anak, Tingkat Ekonomi Dan Pekerjaan Orang Tua

Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
Umur		
Balita (12 - 59 bulan)	23	24,5
Pra Sekolah (60 - 72 bulan)	71	75,5
Jenis Kelamin Anak		
Laki – Laki	45	47,9
Perempuan	49	52,1
Tingkat Ekonomi Keluarga		
< Rp.500.000	1	1,1
Rp. 500.000 - Rp. 999.999	11	11,7
Rp. 1.000.000 - Rp. 1.999.999	48	51
Rp. 2.000.000 - Rp. 4.999.999	30	31,9
Rp. 5.00.000 - Rp. 20.000.000	4	4,3
Pekerjaan Orang Tua		
Buruh	33	35
Pedagang Kecil	5	5,3
Pedagang Besar	1	1,1
Petani	4	4,3
Peternak	1	1,1
Wiraswasta	29	30,8
Karyawan Swasta	8	8,5
PNS/TNI/Polri	7	7,5
Lainnya	6	6,4

Hasil tabel 2. diketahui bahwa sebagian besar siswa adalah anak usia pra sekolah sebanyak 71 anak atau sebesar 75,5%. Jenis kelamin siswa siswi TK PKK Yosodadi adalah berimbang antara laki laki dan Perempuan, akan tetapi jumlah siswi Perempuan lebih banyak jumlahnya yaitu 49 anak dari 74 anak atau sebesar 52,1%. Tingkat ekonomi keluarga siswa sebagian besar adalah Rp.1.000.000 – 1.999.999 yaitu sejumlah 48 orang yaitu sebesar 51% yang artinya tingkat ekonomi keluarga siswa siswi TK PKK berada pada tingkat ekonomi sedang. Pekerjaan sorang tua siswa siswi bervariasi dengan pekerjaan orang tua siswa terbanyak yaitu sebagai buruh sebanyak 33 atau sebesar 35%.

Tabel 3. Hasil Pengukuran Status Gizi Anak Berdasarkan IMT

Status Gizi Anak	Frekuensi	Presentase (%)
Kurus	50	53,19
Laki laki (<18)	27	28,72

Perempuan (<17)	23	24,47
Normal	42	44,68
Laki laki (18-25)	17	18,09
Perempuan (17-23)	25	26,59
Overweight	2	2,12
Laki laki (25-27)	1	1,06
Perempuan (23-27)	1	1,06

Hasil tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar siswa adalah siswa TK PKK masuk dalam kategori kurus dengan IMT < 18 untuk anak laki laki dan < 17 untuk anak perempuan yaitu sebanyak 50 anak atau sebesar 53,19%. Jumlah anak dengan IMT normal adalah sebanyak 42 anak atau sebesar 44,68%. Jumlah anak dengan obesitas adalah sebanyak 2 anak atau 2,12 %. Dari data diatas dapat kita lihat bahwa saat ini banyak ditemukan anak yang kurus atau terlalu gemuk (obesitas). Aktifitas bermain yang meningkat dan ketika anak mulai sekolah membuat anak menunda waktu makan, bahkan tidak jarang orang tua yang tidak memerhatikan isi bekal dengan memberi jajanan dan makanan instan sebagai menu bekal anak. Oleh karena itu perlu kesadaran orang tua untuk megenal dan memperhatikan asupan makanan pada anaknya agar mencapai gizi seimbang. Gizi seimbang adalah serangkaian asupan makanan sehari-hari yang dikonsumsi yang mengandung zat gizi dalam jenis yang beragam serta jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh masing-masing.

Tujuan penyuluhan tentang gizi seimbang adalah untuk memberikan dan meningkatkan pemahaman kepada siswa dan siswi tentang pentingnya penerapan gizi seimbang pada anak usia sekolah dalam kehidupan sehari-hari. Sebelum penyuluhan dilakukan, tim memberikan sedikit gambaran tentang gizi seimbang dan beberapa pertanyaan terbuka. Akan tetapi, masih ada anak-anak yang belum paham apa itu gizi seimbang dan komponen-komponen dasarnya. Kebanyakan dari mereka lebih mengingat atau menjelaskan tentang empat sehat lima sempurna. Materi penyuluhan yang disampaikan oleh tim yaitu tentang prinsip gizi seimbang yang terdapat 4 pilar utama dan tumpeng gizi seimbang (Pritasari, Damayanti, D, Lestari, 2017)

Peran orang tua dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak sangat penting. Namun pengetahuan dan kesadaran anak juga tidak kalah penting. Ada perbedaan antara orang tua yang bekerja dan yang tidak bekerja, serta ada yang mampu dalam membeli bahan-bahan makanan sehat dan bergizi dan daripada dengan orang tua yang tidak bekerja ataupun memiliki pendidikan tingkat rendah. Kondisi anak yang mengalami kurang gizi karena asupan zat gizinya kurang. Asupan zat gizi yang kurang tentunya dipengaruhi oleh ekonomi itu sendiri artinya tidak memiliki uang dalam membeli bahan kebutuhan untuk memasak atau karena disebabkan oleh psikososial anak (Yurni, A.M dan Sinaga, 2017).

Selain pentingnya pengetahuan dan kesadaran orang tua, ada hal penting yang juga akan menjadi keberhasilan dalam edukasi makanan seimbang untuk anak yaitu anak itu sendiri. Anak juga perlu dididkasi untuk mau makan makanan sehat yang disediakan oleh orang tuanya. Anak juga harus diberikan pemahaman macam-macam makanan sehat, apa saja yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi serta kapan anak-anak harus makan. Hal ini sangat penting agar dengan tumbuhnya kesadaran dan kemauan anak untuk makan akan mensukseskan pemberian gizi seimbang untuk anak. Dalam penerapan gizi seimbang perlu dilakukan pendampingan terkait penerapan tersebut dan menjadi salah satu strategi untuk mengajak anak-anak untuk mengubah pola hidup menjadi sehat dan menjadi bekal ketika mereka tumbuh besar (Nur Intania Sofianita, Eflita Meiyetrianita, 2018).

Penyuluhan gizi anak berpengaruh besar terhadap perubahan perilaku anak dalam menerima dan mau mengkonsumsi gizi seimbang. Setelah dilakukan penyuluhan gizi kepada anak dan perilakunya berubah menjadi mau mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang terjadi peningkatan pertumbuhan dilihat dari kenaikan berat badan dan tinggi badan. Kebanyakan anak mengidolakan guru mereka. Anak lebih mudah menerima masukan dari guru dan orang-orang yang berada di sekolah. Guru sebagai sosok yang digugu dan ditiru akan dipercaya dan ditiru setiap tutur kata dan perilakunya. Dalam proses belajar mengajar guru mempunyai pengaruh yang besar bila dibanding dengan orang tuanya (Eliassen, 2014). Terkadang orang tua kesulitan dalam memberikan arahan dan masukan kepada anak namun dengan diberikan arahan dan masukan oleh guru serta semua informasi yang diberikan di Sekolah lebih mudah untuk diserap dan dituruti oleh anak.

Pembelajaran pengenalan makanan bergizi di sekolah mempunyai peran penting untuk pengetahuan dan juga punya pengaruh terhadap pola hidup sehari-hari anak usia dini. Fitri *et al.* (2022) mengungkapkan bahwasananya pembelajaran tentang makanan sehat di TK dan PAUD perlu dilakukan guna mengenalkan pada

anak tentang konsep menu dengan muatan gizi seimbang, agar anak mengetahui jenis makanan yang dapat dikonsumsi dan menjadikan anak sehat. Kegiatan ini bertujuan menumbuhkan kesadaran anak untuk makan makanan bergizi seimbang yang telah disediakan oleh orang tua dan menghindari makanan yang tidak sehat. Sehingga tercapailah anak dengan gizi seimbang dan menghasilkan generasi emas nantinya dengan memunculkan kesadaran untuk makan makanan sehat dan bergizi seimbang sejak dini.

V. KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan gizi seimbang yang diadakan di TK PKK I Yosodadi dapat memberikan manfaat yang besar bagi siswa-siswi dalam pemahaman asupan gizi yang seimbang sejak dini. Melalui kegiatan ini siswa siswi dapat mengetahui asupan gizi yang sebaiknya di konsumsi dan seharusnya dihindari. Anak-anak yang sejak dini di ajarkan atau di beri pemahaman mengenai gizi seimbang akan berpengaruh terhadap kondisi tubuh dan menjadi pondasi untuk kedepannya dalam memperhatikan asupan makanan yang masuk dalam tubuh, siswa-siswi juga dapat memilah-milah makanan yang baik untuk tubuh mereka karena sudah memiliki pemahaman yang sudah di dapat sebelumnya.

Hasil dari pengabdian kepada masyarakat diketahui bahwa sebagian besar siswa adalah siswa TK PKK masuk dalam kategori kurus dengan IMT < 18 untuk anak laki laki dan < 17 untuk anak perempuan yaitu sebanyak 50 anak atau sebesar 53,19%. Jumlah anak dengan IMT normal adalah sebanyak 42 anak atau sebesar 44,68%. Jumlah anak dengan obesitas adalah sebanyak 2 anak atau 2,12 %. Dari data diatas dapat kita lihat bahwa saat ini banyak ditemukan anak yang kurus atau terlalu gemuk (obesitas). Anak-anak TK PKK I dengan adanya pengabdian masyarakat ini sudah mengetahui tentang gizi seimbang dan mengatakan mau makan-makanan yang bergizi seimbang. Oleh karena itu, orang tua seharusnya dapat memberikan bekal makanan yang sesuai dengan gizi yang sehat dan kebutuhan gizi anak. Perlu Kesadaran orang tua untuk mengenal dan memperhatikan asupan makanan pada anaknya agar mencapai gizi seimbang. Dalam hal ini, orang tua diminta untuk memberikan gizi seimbang yang akan dilihat melalui bekal yang diberikan pada anak, sehingga harapan bersama akan terbentuk generasi emas yang sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada LPPM Akademi Kebidanan Wirabuana yang telah memfasilitasi hingga pengabdian Masyarakat oleh dosen ini dapat terlaksana. Tak lupa kami ucapkan banyak terima kasih kepada kepala sekolah, guru dan siswa siswi TK PKK 1 Yosodadi Metro sehingga kegiatan ini dapat terlaksanakan dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI (2018) 'Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf', *Lembaga Penerbit Balitbangkes*, p. 156.
- Citra Palupi, K., Sa' pang, M. and Swasmilaksmita, P.D. (2018) 'Edukasi Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Cilincing Jakarta Utara', *Jurnal Abdimas*, 5(1), pp. 49–53. Available at: <https://www.esaunggul.ac.id/wp-content/uploads/2018/02/9.-Edukasi-Gizi-Seimbang-Pada-Anak-Sekolah-Dasar-Di-Kecamatan-Cilincing-Jakarta-Utara.pdf>.
- Dinas Kesehatan Kota Metro. (2022) 'Profil Kesehatan Kota Metro 2021', pp. 1–23.
- Dinkes Prov. Lampung (2022) 'Profil Dinas Kesehatan Provinsi Lampung', *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., (Mi), pp. 5–24.
- Eliassen, E.K. (2014) 'The impact of teachers and families on young children's eating behaviors', *YC Young Children*, 66(2), pp. 84–89.
- Fajriani, F., Aritonang, E.Y. and Nasution, Z. (2020) 'Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Gizi Seimbang Keluarga dengan Status Gizi Anak Balita Usia 2-5 Tahun', *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(01), pp. 1–11. Available at: <https://doi.org/10.33221/jikm.v9i01.470>.
- Feri Kameliawati, Riska Hediya Putri, Wiwi Febriani, S. (2019) 'Edukasi Gizi Seimbang Dan Pemantauan Status Gizi Balita Di Posyandu Melati Desa Wonosari, Gadingrejo, Pringsewu', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat UAP (ABDI KE UAP)*, 2(1), pp. 57–62. Available at: <http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Abdi/article/view/pkmgiziferi>.
- Fitri, M. *et al.* (2022) 'Penyuluhan Gizi Seimbang Anak Usia Sekolah Pada Siswa-Siswi SD Negeri 27 Kartiasa Kabupaten Sambas', *Hippocampus: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), pp. 11–15. Available

- at: <https://doi.org/10.47767/hippocampus.v1i1.352>.
- Kemenkes, R. (2014) 'Pedoman PGS Kesehatan', *Pedoman Gizi Seimbang*, pp. 1–99.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Profil Statistik Kesehatan 2023*. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- Nur Intania Sofianita, Eflita Meiyetriani, F.A.A. (2018) 'Intervensi Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan', *Kedokteran Dan Kesehatan*, 14(2), pp. 54–64.
- Perdana, F., Madanijah, S. and Ekayanti, I. (2017) 'Pengembangan media edukasi gizi berbasis android dan website serta pengaruhnya terhadap perilaku tentang gizi seimbang siswa sekolah dasar', *Jurnal Gizi dan Pangan*, 12(3), pp. 169–178. Available at: <https://doi.org/10.25182/jgp.2017.12.3.169-178>.
- Pramono, A., Puruhita, N. and Fatimah Muis, S. (2018) 'Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi anak Sekolah Dasar', *Jurnal Gizi Indonesia*, 3(1), pp. 1858–4942.
- Pratami, T.J., Widajanti, L. and Aruben, R. (2016) 'Hubungan Penerapan Prinsip Pedoman Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Mahasiswa S1 Departemen Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro Semarang', *JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT (e-Journal)*, 4, pp. 2356–3346. Available at: <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jkm>.
- Pritasari, Damayanti, D, Lestari, N. (2017) 'Gizi Dalam Daur Kehidupan'. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta
- Yurni, A.M dan Sinaga, T. (2017) 'Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan', *Media gizi indonesia*, 11(2), pp. 183–190.