Journal of Community Service, Empowerment Studies and Sustainable Solution
https://ejournal.natacendekia.org/index.php/JoCEPASS
Vol. 1, No. 1, Januari 2026, Hal. 74-82
e-ISSN xxxx-xxxx | p-ISSN xxxx-xxxx

SOSIALISASI MAKANAN SEHAT DAN BERGIZI SEBAGAI PILAR PEMBENTUKAN WARGA NEGARA SEHAT, AKTIF, DAN BERTANGGUNG JAWAB DI SDN PURWOYOSO 06

Adila Syaifa Haqiyah[1*], Alfiyatur Rohmaniyah[2], Bakti Fatwa Anbiya [3], Nur Asti Afriani[4]
[124]Jurusan Gizi, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, Indonesia
[3]Jurusan Pendidikan Agama Islam, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, Indonesia
[1]25070260082@student.walisongo.ac.id, [2]25070260093@student.walisongo.ac.id,
[3]baktifatwaanbiya@walisongo.ac.id, [4]25070260089@student.walisongo.ac.id

ARTICLE INFO

Article History:

Received : 20-02-2026
Revised : 22-01-2026
Accepted : 25-01-2026
Online : 30-01-2026

Keywords:
Healthy Food
Balanced Nutrition
Character
Citizens
Service Learning

ABSTRACT

Abstrak: Rendahnya pemahaman mengenai makanan sehat memicu berbagai masalah kesehatan kompleks pada anak, seperti obesitas dan penurunan kemampuan kognitif. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman mendalam mengenai makanan bergizi sebagai pilar pembentukan karakter warga negara yang disiplin dan bertanggung jawab. Mitra sasaran kegiatan ini adalah 27 siswa kelas 5 di SDN Purwoyoso 06 Semarang. Metode yang digunakan adalah service learning melalui sosialisasi interaktif untuk menanamkan nilai-nilai kewarganegaraan. Hasil kegiatan secara kualitatif menunjukkan peningkatan kesadaran siswa dalam memilih bekal sehat dan memahami dampak jangka panjang makanan terhadap kualitas hidup. Secara kuantitatif, program ini berhasil mengedukasi seluruh partisipan (100%) mengenai pentingnya gizi seimbang dan peran orang tua serta guru dalam pengawasan pangan. Implikasi dari kegiatan ini merekomendasikan perlunya sinergi berkelanjutan antara sekolah dan keluarga untuk menciptakan lingkungan peka gizi guna mencetak generasi unggul yang sehat dan berkarakter.

Abstract: The low understanding of healthy food triggers complex health issues in children, such as obesity and decreased cognitive abilities. This activity aims to provide an in-depth understanding of nutritious food as a pillar for forming disciplined and responsible citizen character. The target partners for this activity were 27 grade 5 students at SDN Purwoyoso 06 Semarang. The method used was service learning through interactive socialization to instill civic values. Qualitatively, the results showed an increase in students' awareness of choosing healthy lunches and understanding the long-term impact of food on quality of life. Quantitatively, this program successfully educated all participants (100%) regarding the importance of balanced nutrition and the role of parents and teachers in food supervision. The implications of this activity recommend the need for sustainable synergy between schools and families to create a nutrition-sensitive environment to produce a superior, healthy, and characterized generation.

Crossref
This is an open access article under the CC–BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Masalah kesehatan adalah suatu masalah yang sangat kompleks, yang saling berkaitan dengan masalah-masalah lain di luar kesehatan (Andika et al., 2022). Kesehatan memegang peranan penting sebagai salah satu faktor penentu utama dalam proses tumbuh kembang seorang anak. Penurunan kondisi fisik pada masa anak-anak tidak hanya menghambat aktivitas harian mereka, tetapi juga memberikan pengaruh signifikan terhadap berbagai aspek perkembangan secara keseluruhan. Oleh karena itu, membangun dasar kesehatan sejak dini sangat krusial karena dampak positifnya akan dirasakan dalam jangka panjang. Melalui program pembiasaan mengenai gaya hidup yang bersih dan sehat dalam rangka menanamkan nilai-nilai karakter pendidikan, diharapkan setiap anak dapat berkembang dan meningkatkan mutu serta mampu memanfaatkan pengetahuan yang dimiliki secara mandiri dan menerapkan pola hidup bersih dan sehat, sehingga terlahir generasi penerus yang baik, sehat, dan cerdas (Utami, 2023). Eksistensi gizi dalam siklus kehidupan manusia, terutama pada masa kanak-kanak, merupakan investasi jangka panjang yang tidak dapat ditawar. Hal ini sejalan dengan (Nurmala S., Elizabeth y., Zaddana c., 2025) bahwa Nutrisi berkelanjutan yang terdiri dari makronutrien dan mikronutrien esensial sangat krusial dalam mendukung fase tumbuh kembang anak. Konsumsi harian yang memenuhi standar gizi seimbang berperan strategis dalam mengoptimalkan status kesehatan serta mendukung pertumbuhan fisik yang berkesinambungan. Namun, tantangan saat ini adalah maraknya ketersediaan makanan cepat saji dan jajanan rendah nutrisi di sekitar lingkungan sekolah yang menggoda preferensi anak. Hal ini sejalan dengan pernyataan Pentingnya memberikan pengetahuan gizi pada anak sekolah dianggap penting agar mereka tidak jajan sembarangan makanan yang kurang baik (Lestari, 2024).

Kesehatan dan gizi merupakan fondasi utama dalam pembentukan kualitas sumber daya manusia sejak dini. Anak-anak yang memperoleh asupan nutrisi yang cukup memiliki peluang lebih tinggi untuk meraih keberhasilan akademik, kemampuan berpikir yang optimal, serta kualitas hidup yang lebih baik. Sebaliknya, ketidakseimbangan gizi pada masa pertumbuhan kritis dapat menghambat perkembangan kognitif, fisik, dan emosional anak secara permanen. Pada masa sekolah, anak-anak berada dalam fase yang rentan terhadap masalah gizi, di mana penerapan pola makan yang tidak baik pada masa kini dapat meningkatan risiko obesitas pada anak dan kelainan metabolik, seperti hipertensi, sindrom metabolik, gangguan tidur, serta masalah ortopedi dan psikososial, yang semuanya cenderung berlanjut hingga mereka dewasa (Surijati et al., 2021). Kondisi ini ditemukan di SDN Purwoyoso 06 Semarang, yang menjadi mitra dalam kegiatan pengabdian ini. Sasaran utama program mencakup 27 siswa kelas 5, terdiri dari 15 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan. Berdasarkan asesmen awal, ditemukan permasalahan nyata berupa sebagian siswa tidak membawa bekal dan sangat mengandalkan Makanan Bergizi Gratis (MBG) serta jajan di kantin. Ketergantungan ini memerlukan pemahaman yang

lebih mendalam mengenai manajemen porsi dan keseimbangan nutrisi agar asupan harian tetap terjaga sesuai dengan standar kesehatan yang ideal.

Oleh karena itu, diperlukan intervensi melalui pendekatan Service Learning (Pembelajaran Berbasis Layanan) untuk mengintegrasikan pemahaman akademis dengan praktik nyata di sekolah. Siswa tidak hanya diberikan pengetahuan teoritis, tetapi juga didorong untuk menjadi duta kesehatan yang mampu menjaga kesehatan lingkungan kelas sebagai pendukung proses belajar. Melalui sosialisasi ini, diharapkan siswa dapat memahami hak dan kewajibannya sebagai warga sekolah yang sehat, sehingga tumbuh menjadi individu yang berkualitas secara fisik maupun sosial. Anak-anak yang mendapatkan asupan nutrisi yang cukup memiliki kemungkinan yang lebih tinggi untuk meraih keberhasilan akademik yang baik, memiliki kemampuan berpikir yang lebih baik, dan meningkatkan kualitas kehidupan mereka (Afni et al., 2025).

Pentingnya pengabdian ini didasari oleh realitas bahwa kesehatan anak merupakan hasil interaksi kompleks yang dipengaruhi oleh lingkungan terdekat, terutama keluarga. Hasil penelitian sebelumnya (Berdaya et al., 2024) menegaskan bahwa pola orang tua dalam mengolah dan menyajikan makanan bagi keluarganya menjadi faktor yang paling berpengaruh terhadap pola makan anak. Pola asuh pemberian makan yang tepat dapat membantu memastikan bahwa anak mendapatkan asupan gizi yang seimbang dan cukup, yang berdampak pada status gizi yang baik (Sakti & Anwar, 2025). Hal ini juga diperkuat oleh temuan bahwa menu yang disajikan di rumah bergantung sepenuhnya pada bagaimana orang tua mempersiapkan asupan tersebut untuk mendukung tumbuh kembang anak (Umasugi et al., n.d.). Selain itu, asupan nutrisi yang baik terbukti secara signifikan memengaruhi kemampuan kognitif anak, yang menjadi bekal intelektual penting untuk masa depan mereka (Sudargo. T., et al., 2012).

Di sisi lain, rendahnya literasi gizi pada anak menyebabkan mereka mudah tertarik pada jajanan yang sekadar enak dan menarik tanpa mempertimbangkan kandungan gizinya (Nursoba et al., 2023). Kondisi ini diperparah oleh temuan dalam (Fauziah et al., 2023) bahwa Banyaknya pedagang yang menjual makanan cepat saji di lingkungan sekolah menjadi permasalahan bagi kesehatan anak. Masalah ini menjadi serius karena kebiasaan makan yang sehat tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga merupakan instrumen dalam membentuk karakter disiplin dan tanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari (Haslinah et al., 2023). Hal ini sejalan dengan temuan dalam (Ghifari Syafa Sukoco et al., 2025) yang menegaskan bahwa Konsumsi makanan sehat memiliki hubungan yang kuat dengan karakter positif siswa, seperti kedisiplinan, tanggung jawab, dan kejujuran. Secara formal, pengabdian ini didukung oleh kebijakan pemerintah melalui Gerakan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat yang menekankan pentingnya konsumsi makanan bergizi untuk membentuk generasi yang sehat, cerdas, dan berkarakter unggul. Oleh karena itu, pendekatan service learning melalui sosialisasi gizi menjadi solusi strategis untuk menjembatani kesenjangan pengetahuan dan perilaku konsumsi pada siswa sekolah dasar.

Dalam pelaksanaan kegiatan service learning berbasis soialisasi untuk meningkatkan literasi gizi dan membentuk perilaku terhadap pemilihan makanan sehat pada siswa SDN Purwoyoso 06, Kota Semarang, Jawa Tengah. dapat diuraikan beberapa tujuan, yaitu (1) mengajarkan pentingnya mengonsumsi makanan sehat, bergizi, dan seimbang dengan cara yang interaktif dan kreatif. Pendekatan yang menarik dan menyenangkan sangat penting untuk memastikan materi edukasi dapat diterima dan dipahami bagi anak usia sekolah dasar. (2) mengenalkan jenis makanan yang diperlukan dalam "isi piringku" serta pembagian porsi setiap jenis makanan. Konsep "Isi Piringku" secara visual menyajikan gambaran tentang bagaimana seharusnya komposisi makanan dalam satu piring setiap kali makan. Dalam isi piringku 50% terdiri dari makanan sumber energi dan pembangun. 50% sisanya berfungsi sebagai pengatur, yaitu buah-buahan dan sayur-sayuran (Safii et al., 2024). Pemahaman ini penting sebagai panduan praktis dalam menyusun menu makanan sehari-hari. (3) Menumbuhkan kebiasaan positif terkait pola makan sehat sejak usia dini agar dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal, yang merupakan pilar dalam pembentukan karakter warga negara yang sehat, aktif, dan bertanggung jawab.

B. METODE PELAKSANAAN

Metode pengabdian kepada masyarakat yang diterapkan dalam kegiatan ini adalah metode service learning berbasis sosialisasi yang dilakukan oleh tim mahasiswa. Service learning adalah metode pendekatan pembelajaran yang mengintegrasikan antara kegiatan pembelajaran dan layanan sosial kemasyarakatan (Surur & Usman, 2022) untuk menjawab kebutuhan tertentu di lingkungan mitra. Dalam konteks ini, mahasiswa tidak hanya mempelajari teori mengenai gizi dan kewarganegaraan di dalam kelas, tetapi juga turun langsung ke lapangan untuk mengaplikasikan ilmu tersebut melalui program edukasi makanan sehat dan bergizi sebagai upaya pembentukan karakter warga negara yang bertanggung jawab terhadap kesehatan diri dan lingkungannya.

Mitra sasaran dalam kegiatan pengabdian ini adalah Sekolah Dasar Negeri (SDN) Purwoyoso 06 yang berlokasi di Ngaliyan, Kota Semarang, Jawa Tengah. Peserta yang terlibat sebagai sasaran utama program adalah peserta didik kelas V pada tahun ajaran 2025/2026 yang berjumlah 27 siswa, terdiri dari 15 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan. Pemilihan kelompok usia ini didasarkan pada pertimbangan bahwa siswa kelas V berada pada masa pertumbuhan kritis, di mana pembentukan kebiasaan makan dan pemahaman mengenai gizi seimbang akan berdampak sangat signifikan terhadap perkembangan kognitif, fisik, serta emosional mereka di masa depan.

Langkah-langkah pelaksanaan dimulai dengan tahap pra-kegiatan yang meliputi instruksi terstruktur dari dosen pengampu mata kuliah kepada tim mahasiswa untuk merancang kegiatan pengabdian bertema gizi. Selanjutnya, tim menyusun rencana detail yang mencakup penentuan tujuan spesifik, pengembangan konten materi sosialisasi, identifikasi lokasi, hingga pengaturan jadwal pelaksanaan. Tahap ini kemudian diikuti dengan koordinasi intensif dan pengajuan proposal perizinan

kepada pihak otoritas sekolah, yakni Kepala Sekolah dan Guru Kelas, untuk mendapatkan persetujuan serta memastikan keselarasan program dengan kebutuhan siswa di lapangan. Tahap ini kemudian diikuti dengan koordinasi intensif dan pengajuan proposal perizinan kepada pihak sekolah untuk memastikan keselarasan program dengan kebutuhan siswa di lapangan. Secara visual, urutan langkah-langkah pelaksanaan pengabdian ini disajikan dalam bagan alur pada Gambar 1 berikut ini:



Gambar 1. Alur Pelaksanaan Kegiatan Service Learning di SDN Purwoyoso 06

Inti kegiatan sosialisasi dilaksanakan melalui dua fase utama secara interaktif dan edukatif. Fase pertama dimulai dengan pemberian pre-test untuk mengukur sejauh mana pemahaman awal siswa mengenai gizi seimbang, yang kemudian dilanjutkan dengan pemaparan materi menggunakan media PowerPoint (PPT) dan video edukasi mengenai pedoman "Isi Piringku". Pada fase kedua, tim menerapkan metode pembelajaran yang menyenangkan melalui permainan relevan yang menggabungkan konsep gizi dan kewarganegaraan, guna memastikan siswa dapat mengidentifikasi komposisi ideal makanan harian mereka secara aktif dan antusias.

Tahap akhir dari metode pelaksanaan ini adalah proses monitoring dan evaluasi yang dilakukan secara menyeluruh. Evaluasi dilakukan saat kegiatan berlangsung melalui observasi terhadap keaktifan siswa serta pasca-kegiatan dengan memberikan soal post-test untuk mengukur tingkat pencapaian tujuan dan efektivitas intervensi dalam meningkatkan pengetahuan siswa. Rangkaian proses ini ditutup dengan penyerahan dokumentasi kepada pihak SDN Purwoyoso 06 sebagai bentuk apresiasi atas kerja sama yang terjalin, serta penyusunan laporan kegiatan PkM sebagai bahan pertanggungjawaban akademis dan penilaian mahasiswa.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Sosialisasi Gizi Seimbang dan Isi Piringku Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan melalui metode sosialisasi interaktif yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai pola makan sehat. Tahap pertama dimulai dengan pemberian materi menggunakan media visual berupa PowerPoint (PPT) dan video edukasi yang dirancang khusus untuk anak usia sekolah dasar agar pesan yang

disampaikan lebih mudah diterima. Selama sesi berlangsung, tim mahasiswa melakukan observasi langsung terhadap respons siswa, di mana terlihat antusiasme yang tinggi saat mereka diajak mengenali komponen ideal dalam pedoman "Isi Piringku", sebagaimana didokumentasikan pada Gambar 2.



Gambar 2. Penyampaian Materi Gizi Seimbang Menggunakan Media Visual

Setelah pemaparan materi, dilakukan implementasi kegiatan berupa permainan edukatif untuk menguji ketangkasan siswa dalam memilih jajanan sehat, yang berfungsi sebagai jembatan antara teori akademis dan praktik kehidupan sehari-hari. Suasana interaktif saat siswa terlibat aktif dalam sesi tanya jawab dan permainan terekam pada Gambar 3, yang menunjukkan keberhasilan tim dalam menciptakan suasana belajar yang menyenangkan.



Gambar 3. Interaksi Siswa dalam Permainan Menyusun Puzzle Makanan Sehat

Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dilakukan melalui observasi perilaku dan keaktifan siswa sepanjang sesi sosialisasi untuk memastikan proses transfer pengetahuan berjalan efektif. Untuk mengukur keberhasilan secara kuantitatif, tim melakukan evaluasi melalui perbandingan skor antara pre-test yang diberikan sebelum materi dimulai dan post-test setelah seluruh rangkaian edukasi selesai. Hasil pengukuran menunjukkan adanya pergeseran frekuensi nilai ke arah yang lebih tinggi, terutama pada kategori skor maksimal, yang memvalidasi bahwa intervensi ini berhasil meningkatkan literasi gizi siswa secara signifikan. Data lengkap mengenai peningkatan pengetahuan tersebut disajikan dalam tabel berikut.

Tabel 1. Perbandingan Skor Pre-test dan Post-test Pengetahuan Gizi

Skor (Nilai)	Frekuensi Pretest (Jumlah Siswa)	Persentase Pretest (%)	Frekuensi Posttest (Jumlah Siswa)	Persentase Posttest (%)	Perubahan Frekuensi (Posttest - Pretest)
10	10	37.04%	13	48.15%	+ 3
9	10	37.04%	9	33.33%	-1
8	3	11.11%	2	7.41%	-1
7	3	11.11%	2	7.41%	-1
6	1	3.70%	1	3.70%	0
Total	27	100.00%	27	100.00%	-

Berdasarkan Tabel 1 di atas, terlihat peningkatan jumlah siswa yang memperoleh nilai sempurna (skor 10) dari 10 siswa menjadi 13 siswa, atau meningkat sebesar 11,11%. Hal ini menunjukkan bahwa materi edukasi mengenai gizi seimbang telah diterima dan diproses secara efektif oleh sebagian besar peserta didik. Peningkatan ini bukan sekadar statistik, melainkan mencerminkan kesadaran kognitif siswa kelas V SDN Purwoyoso 06 terhadap pentingnya komposisi harian yang tepat demi pertumbuhan optimal mereka. Pihak sekolah juga terbantu dengan pengadaan MBG yang dapat memenuhi gizi anak.

Kendala yang Dihadapi dan Saran

Solusi Meskipun program berjalan sukses, tim mencatat beberapa kendala teknis dan situasional di lapangan. Salah satu hambatan utama adalah keterbatasan waktu dalam jadwal sekolah yang cukup padat, sehingga tim harus menyampaikan materi secara sangat efisien agar seluruh poin penting tetap tersampaikan. Selain itu, terdapat keragaman latar belakang pengetahuan awal siswa yang menuntut tim untuk terus menyesuaikan strategi komunikasi secara cepat agar pesan edukasi tetap relevan bagi setiap individu. Sebagai saran solusi untuk kegiatan mendatang, disarankan adanya studi tindak lanjut (follow-up test) dalam jangka waktu 1-2 bulan untuk memastikan keberlanjutan perubahan perilaku makan siswa, serta pengintegrasian materi gizi secara permanen ke dalam program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS).

D. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan sosialisasi ini berhasil menjawab tujuan utama dalam memberikan pemahaman mengenai makanan sehat sebagai instrumen vital pembentukan karakter warga negara yang disiplin dan bertanggung jawab. Berdasarkan pelaksanaan metode service learning di SDN Purwoyoso 06, ditemukan bahwa edukasi gizi mampu menjadi fondasi moral dalam menanamkan nilai kemandirian dan tanggung jawab anak terhadap kesehatan dirinya sendiri. Hasil pelaksanaan menunjukkan progres signifikan pada peningkatan hardskill siswa dalam mengidentifikasi kandungan gizi

serta softskill berupa kedisiplinan mengatur pola makan, di mana seluruh partisipan atau sebesar 100% dari 30 siswa kelas 5 menunjukkan peningkatan kesadaran dalam memilih bekal sehat dibandingkan jajanan rendah nutrisi. Secara kualitatif, kegiatan ini membuktikan bahwa proses makan yang teratur merupakan tahap awal pembelajaran konkret bagi anak untuk menerima konsep nilai-nilai positif yang mendukung kualitas tumbuh kembang mereka.

Sebagai tindakan lanjutan, direkomendasikan adanya program pengabdian terapan yang lebih spesifik dalam bentuk pendampingan intensif bagi orang tua dan pengelola kantin sekolah untuk menciptakan ekosistem pangan sehat yang berkelanjutan. Pihak sekolah disarankan untuk mengintegrasikan nilai-nilai gizi ke dalam kurikulum pendidikan karakter secara rutin agar kebiasaan positif ini menjadi bagian dari gaya hidup siswa. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan melakukan studi longitudinal mengenai dampak jangka panjang pola makan sehat terhadap prestasi akademik dan stabilitas emosional siswa di sekolah dasar. Selain itu, diperlukan perluasan jangkauan edukasi ke bidang kesehatan lingkungan sekolah guna memastikan sanitasi dan keamanan pangan yang tersedia bagi siswa benar-benar terjamin secara menyeluruh.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, atas rahmat, karunia, dan hidayah-Nya yang melimpah, sehingga kami dapat menyelesaikan dan melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam kerangka program Service Learning dengan tema "Sosialisasi Makanan Sehat dan Bergizi sebagai Pilar Pembentukan Warga Negara Sehat, Aktif, dan Bertanggung Jawab" di SDN Purwoyoso 06 Kota Semarang, Jawa Tengah. Tanpa pertolongan dan kemudahan dari-Nya, mustahil kegiatan ini dapat terlaksana sesuai dengan rencana dan tujuan yang telah ditetapkan. Keberhasilan program ini tidak terlepas dari dukungan berbagai pihak yang telah berkontribusi secara nyata. Tim penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada dosen pengampu mata kuliah atas bimbingan dan instruksi terstruktur yang diberikan sejak tahap perencanaan hingga evaluasi akademik. Apresiasi tinggi kami tujukan kepada Kepala Sekolah dan Guru Kelas V SDN Purwoyoso 06 yang telah memberikan izin, dukungan penuh, serta memfasilitasi koordinasi tim dalam menjangkau subjek penelitian. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada seluruh siswa-siswi kelas V SDN Purwoyoso 06 yang telah berpartisipasi dengan penuh antusias dan semangat selama sesi sosialisasi berlangsung. Terakhir, terima kasih kepada rekan-rekan mahasiswa yang telah bersinergi dan menunjukkan dedikasi tinggi dalam melaksanakan pengabdian ini sehingga dapat memberikan dampak positif bagi peningkatan literasi gizi masyarakat sekolah.

DAFTAR RUJUKAN

Afni, F., Zulfikar, Z., Rohmah, N., Toat, M., & Rita, S. (2025). *Dampak gizi pada perkembangan kognitif anak: kajianliteratur dan temuan baru 1*. *6*(3), 116–121.

Andika, F., Afriza, N., Husna, A., Rahmi, N., & Safitri, F. (2022). Education about health issues in Indonesia with candidate for public health Aceh Province. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Kesehatan)*, *4*(1), 39–44.

Berdaya, M., Azhari, Z. S., Nofiandari, E., Rahma, F. A., Walinegoro, B. G., Kesehatan, F. I., & Yogyakarta, U. A. (2024). *Penyuluhan parenting terhadap peningkatan pengetahuan orang tua tentang pola asuh dan gizi seimbang*. *5*(2), 165–170.

Fauziah, A., Jambormias, J. L., Maluku, P. K., Information, A., & Sekolah, A. (2023). *Edukasi jajanan sehat pada anak usia sekolah dasar*. *1*, 953–960.

Ghifari Syafa Sukoco, Nurhayati Nurhayati, Rima Artanti, Najatul Aulia, Naila Tri Absari, Aidina futri ritonga, & Aulia Ramadhani. (2025). Pembangunan Karakter Melalui Makanan yang Sehat. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, *4*(2), 485–492. https://doi.org/10.55606/jurrikes.v4i2.5700

Haslinah Ahmad, Adi Antoni, Z. M. (2023). *Edukasi Gizi Seimbang Pada Anak di SD Negeri Pijorkoling Kota Padangsidimpuan*. *1*(1), 1–6.

Lestari, P. I. (2024). *Efektivitas Edukasi Gizi dengan Media Pembelajaran Interaktif Berbasis Android terhadap Peningkatan Pengetahuan tentang Makanan Jajanan Sehat Pada Siswa MIN 1 Jakarta*. *4*, 90–101.

Nurmala S., Elizabeth y., Zaddana c., V. D. (2025). *Pendampingan Siswa SD Kesatuan Bogor dengan Pembiasaan Gizi Seimbang untuk Tumbuh Optimal*. *14*(1).

Nursoba, W., Angga, P. D., & Tahir, M. (2023). *Pengembangan Media PIRAMASE (Piramida Makanan Sehat) bagi Peserta Didik di Sekolah Dasar*. *9*(2), 1071–1081. https://doi.org/10.31949/educatio.v9i2.5108

Safii, A., Sahriani, H., Siregar, F., & Seimbang, G. (2024). *Edukasi Isi Piringku Dengan Gizi Seimbang pada Siswa Siswi Kelas 3,4,5,6 di SDN 101234 Kilang Papan*. *6*(2).

Sakti, P. R., & Anwar, K. (2025). *Hubungan Antara Pola Asuh Pemberian Makan dan Status Gizi pada Anak Usia 3–6 Tahun di Bekasi*.

Sudargo. T., Huriyati. E., Safitri. L., Irwanti. W., S. A. N. (2012). *Hubungan Antara Status Gizi, Anemia, Status Infeksi, dan Asupan Zat Gizi dengan Fungsi Kognitif pada Anak Sekolah Dasar di Daerah Endemik Gaki Toto*. *35*(2), 126–136.

Surijati, K. A., Hapsari, P. W., & Rubai, W. L. (2021). Factors Affecting the Diet of Elementary School Students in Banyumas Regency. *Jurnal: Pangan Dan Gizi Kesehatan*, *2*(1), 95–100.

Surur, F., & Usman, K. S. (2022). *Pendekatan Service Learning pada Pembelajaran Daring Studio Penyajian dan Presentasi dalam Penyusunan Profil Desa Tarasu Kecamatan Kajuara Kabupaten Bone*.

Umasugi, F., Wondal, R., & Alhahad, B. (n.d.). *Kajian Pengaruh Pemahaman Orangtua Terhadap Pemenuhan Gizi Anak Melalui Lunch Box (Bekal Makanan)*. 1–15.

Utami, P. (2023). *Pembiasaan PHBS dalam Pembentukan Disiplin : Systematic Literature Review*. *4*, 4805–4813.