

Pengetahuan Ibu Mengenai Gizi Anak Usia Sekolah Dasar Dengan Implementasi Internet Sehat

Noor Komari Pratiwi^{1*}, Yunita Endra Megiati², Rizki Rizkyatul Basir³

^{1,2,3} Prodi Teknik Informatika, Universitas Indraprasta PGRI

* E-mail: noorkomaripratiwi01@gmail.com

Sejarah Artikel

Diterima : 14 Maret 2023

Disetujui : 14 April 2023

Dipublikasikan : 15 April 2023

Kata kunci: Pola asuh anak, tumbuh kembang anak, implementasi internet sehat

Keywords: Parenting patterns, child development, healthy internet implementation

Abstrak

Penerapan pola makan yang sehat dan pemberian gizi adekuat bagi anak usia sekolah merupakan hal yang penting bagi setiap anak. Jika pemenuhan gizi adekuat tidak dapat dipenuhi, masalah kesehatan pada anak bisa muncul. Ibu, sebagai pemberi pola asuh yang utama, perlu memiliki pengetahuan dan wawasan yang cukup mengenai pentingnya gizi bagi anak. Berdasarkan survei yang dilakukan di mitra, yaitu Madrasah Ibtidaiyyah Al-Awwabin, orang tua dan walisiswa serta para guru yang ada dirasa belum mengetahui sepenuhnya mengenai pentingnya pola makan sehat dan pemenuhan gizi seimbang bagi anak-anak usia sekolah dasar. Kegiatan penyuluhan ini terselenggara pada semester genap tahun ajaran 2022/2023. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah metode ceramah dan diskusi dengan menggunakan media *infocus* dan aplikasi *whatsapp grup*. Diharapkan setelah melaksanakan kegiatan sosialisasi mengenai pengetahuan gizi ini, orang tua, khususnya ibu, memiliki kesadaran yang tinggi akan pentingnya gizi yang baik bagi anak-anak usia sekolah dasar sehingga kondisi kesehatan anak-anak menjadi optimal. Terlebih, saat ini, dengan memanfaatkan kemajuan teknologi internet, seperti melalui media sosial *facebook*, *instagram*, atau *youtube*, para orang tua dengan mudah bisa mendapatkan informasi mengenai kebutuhan gizi dan tumbuh kembang anak.

Abstract

Adopting a healthy diet and providing adequate nutrition for school-age children is important for every child. If adequate nutrition cannot be met, health problems in children can arise. Mothers, as the main caregiver, need to have sufficient knowledge and insight regarding the importance of nutrition for children. Based on a survey conducted at the partners, namely Madrasah Ibtidaiyyah Al-Awwabin, it is felt that parents and guardians as well as teachers do not fully understand the importance of a healthy diet and fulfillment of balanced nutrition for elementary school-age children. This counseling activity will be held in the even semester of the 2022/2023 academic year. The method used in this community service activity is the lecture and discussion method using infocus media and the whatsapp group application. It is hoped that after carrying out this socialization activity regarding knowledge of nutrition, parents, especially mothers, will have a high awareness of the importance of good nutrition for elementary school-age children so that the children's health condition becomes optimal. Moreover, at this time, by taking advantage of advances in internet technology, such as through social media Facebook, Instagram, or YouTube, parents can easily get information about their children's nutritional needs and development.

PENDAHULUAN

Gizi merupakan faktor penting dalam setiap fase pertumbuhan dan perkembangan anak. Asupan gizi adekuat dinilai penting karena dapat berpengaruh pada daya belajar anak yang akan berpengaruh pula kualitas belajarnya. Penelitian Sofiyana & Noer (2013) menyebutkan bahwa pengetahuan mengenai gizi menjadi salah satu aspek yang berpengaruh terhadap cara memilih, kemudian menyediakan bahan makanan yang disajikan menjadi menu yang tepat untuk menghindari terjadinya gizi buruk pada anak.

Kurangnya pengetahuan tentang gizi, terutama pengetahuan ibu atau pengasuh utama, dan kurangnya kemampuan untuk menerapkan informasi mengenai pentingnya gizi pada anak usia sekolah dalam kehidupan sehari-hari menyebabkan gangguan gizi pada anak. Kurangnya wawasan mengenai cara pemberian makan pada anak merugikan kesehatan. Hal tersebut bisa menjadi kunci utama terjadinya malnutrisi pada anak (Irianto, 2014).

Sejalan dengan penelitian (Priatiningsih, 2017) yang menyatakan bahwa pengetahuan ibu berperan penting dalam menentukan pilihan jenis makanan yang berkualitas untuk dikonsumsi oleh setiap anggota keluarga. Dengan pengetahuan yang baik, ibu bisa lebih bijak dalam memilih dan mengolah bahan makanan untuk dikonsumsi oleh setiap anggota keluarga. Pengetahuan ibu yang dimaksud meliputi fungsi, kebutuhan, dan kandungan gizi pada makanan. Oleh karena itu, ibu perlu memiliki wawasan mengenai gizi sehingga dapat memilih dan mengolah bahan makanan dengan tepat agar adekuat nilai gizinya.

Dengan perkembangan dunia teknologi yang begitu pesat, internet merupakan kebutuhan pokok. Dampak dari maraknya penggunaan internet, semakin banyaknya masyarakat bermedia sosial untuk berinteraksi dan mendapatkan informasi (Sholeh & Basuki, 2019). Hal tersebut seharusnya bisa disikapi dengan bijak, salah satunya dengan memanfaatkan internet untuk mencari akun yang biasa membagikan informasi menarik dalam bentuk infografik atau video edukasi mengenai kesehatan anak sebagai bentuk implementasi internet sehat. Pemanfaatan internet sehat juga bisa sebagai terobosan jangka panjang untuk menanggulangi dampak dari pandemi *Covid-19* (Nelliraharti et al., 2022). Hanya dengan telepon genggam, orang tua bisa mendapatkan informasi tumbuh kembang anak sebagai wujud pemanfaatan internet secara bijak dan sehat.

Mitra pada kegiatan ini adalah MIS. Al-Awwabin yang berlokasi di Jati Asih, Kota Bekasi. Siswa di MIS. Al-Awwabin pada tahun pelajaran 2022/2023 berjumlah 130 siswa dari 6 rombel dan guru sejumlah 12 orang. Kepala Madrasah berharap tim abdimas dari UNINDRA PGRI Jakarta dapat memberikan penyuluhan atau sosialisasi kepada orang tua dan guru mengenai gizi bagi anak sekolah dasar agar siswa madrasah dapat tumbuh dengan optimal dan belajar dengan giat. Masih banyak orang tua, khususnya para ibu, belum memiliki pengetahuan mengenai gizi bagi anak yang harus dicukupi agar tumbuh kembang anak optimal. Hal ini mempengaruhi kondisi belajar anak.

Pentingnya penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi anak, khususnya anak usia sekolah dasar, juga diperkuat oleh penelitian yang menyebutkan salah satu masalah besar dalam bidang kesehatan di Indonesia adalah malnutrisi. Tingginya kejadian gizi buruk berdampak negatif pada pertumbuhan mental dan fisik anak, yang risiko terburuknya, dapat menyebabkan kecacatan atau kematian. Ini disebabkan pengetahuan ibu yang belum mumpuni mengenai pentingnya gizi bagi anak (Nazilia et al., 2020).

Hasil penelitian (Rahadiyanti et al., 2022) menyatakan angka kejadian malnutrisi pada anak berupa gizi kurang dan gizi lebih. Status gizi yang tidak ideal akan berkaitan dengan penurunan daya dan hasil belajar anak. Pola makan anak bergantung pada bagaimana pengasuhan dari orang tua/walimurid. Peran orang tua sebagai pengasuh diimplementasikan dalam beberapa praktik pemberian makanan yang sehat, bersih, dan memenuhi kebutuhan gizi.

Ada pun kegiatan pengabdian kepada masyarakat di MIS Al-Awwabin, Jati Asih ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan para ibu dan guru mengenai gizi anak usia sekolah dasar agar menjadi semakin baik dengan pemanfaatan internet sehat. Selain itu, orang tua dan guru dapat lebih mengerti dalam memenuhi asupan gizi anak karena kekurangan atau kelebihan asupan gizi pada anak memiliki dampak yang kelak akan memengaruhi konsentrasi belajar anak itu sendiri.

METODE PELAKSANAAN

Metode penyuluhan dipilih sebagai cara untuk menyampaikan wawasan pentingnya pemenuhan gizi bagi anak usia sekolah dasar kepada orang tua dan guru. Hasil analisis situasi bersama mitra diperoleh ulasan mengenai perlunya upaya-upaya meningkatkan pengetahuan orang tua dan juga guru mengenai gizi bagi anak-anak usia sekolah dasar serta memberikan solusi kepada guru dan orang tua siswa agar lebih kreatif dan bijaksana dalam menerapkan pola makan putra-putrinya, baik di rumah maupun di sekolah.

Prosedur kerja yang dilaksanakan dalam mendukung kegiatan ini berdasarkan rencana induk penelitian dan pengabdian kepada masyarakat pada Universitas Indraprasta PGRI Jakarta. Jadwal pelaksanaan disepakati Bersama dengan pihak mitra, MIS Al-Awwabin, yang berlokasi di Kampung Kebantenan, Jati Asih, Bekasi. Informasi yang diberikan dalam kegiatan ini diharapkan dapat memotivasi dan menumbuhkan kesadaran para ibu dan guru akan pentingnya memiliki pengetahuan yang memadai dalam hal kecukupan gizi bagi anak-anaknya, terlebih perkembangan internet yang begitu pesat dan dekat dengan kehidupan masyarakat sehari-sehari. Seharusnya, penggunaan internet bisa dilakukan secara bijak dan sehat untuk pencarian informasi yang bermanfaat, salah satunya mencari informasi mengenai pertumbuhan dan perkembangan anak, serta makanan sehat bagi anak.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berlangsung pada 21 Oktober 2022. Kegiatan ini dilaksanakan dengan metode penyuluhan. Pemberian materi penyuluhan dimodifikasikan antara pemberian materi secara langsung dan pemberian materi dengan pemanfaatan internet melalui

aplikasi *whatsapp*. Setelah kegiatan penyuluhan, diadakan sesi diskusi dan tanya jawab untuk melihat antusiasme para ibu atas materi yang disampaikan dengan mengajukan pertanyaan atau memberikan pendapat mereka. Pelaksanaan kegiatan secara langsung dilakukan dengan tetap mengupayakan penerapan protokol kesehatan. Peralatan yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan adalah *laptop*, *In-focus*, *handphone*, lembar materi, dan aplikasi *whatsapp*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan di MIS Al-Awwabin berjalan dengan lancar. Peserta penyuluhan adalah orang tua murid dan guru yang ada di MIS Al-Awwabin. Orang tua yang dapat hadir saat kegiatan secara luring adalah orang tua dari kelas 1 berjumlah 30 orang dan 12 orang guru yang ada di MIS. Al-Awwabin, selebihnya para orang tua siswa bergabung di *whatsapp grup* untuk mendapatkan materi penyuluhan.

Materi penyuluhan yang diberikan mengenai pentingnya gizi bagi anak. Status gizi anak sangat dipengaruhi oleh pola pengasuhan. Penerapan pola makan bisa dilakukan oleh ibu dengan penyesuaian cara dan situasi makan. Pemberian makanan dengan gizi adekuat untuk anak penting sekali untuk dilakukan oleh ibu atau pengasuh lainnya karena akan menentukan status gizi anak. Selain itu, pemilihan jenis makanan akan sangat dipengaruhi oleh sejauh mana ibu paham mengenai bahan makanan yang aman dan sehat untuk anak. Dari pola pemberian makanan yang biasa diterapkan oleh ibu atau pengasuh, akan terbentuk pola pilihan makanan anak. Dapat dilihat bahwa praktik penerapan pola makan pada anak akan sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan gizi ibu. Secara umum, peran ibu sangat berpengaruh dalam pemecahan dan pengorganisasian masalah dalam keluarga (Istian & Rusilanti, 2013).

Gizi Anak Sekolah Dasar

Oleh:
Noor Komari Pratiwi, S.Gz., M.Pd
Yunita Endra Megiati, S.Sos, M.Pd
Rizki Rizkiyatul Basir, M.Kom
Asisten Ahli
Program Studi Teknik Informatika
Universitas Indraprasta PGRI, Jakarta



????? Mengapa gizi penting untuk anak sekolah?



PERMASALAHAN GIZI



GIZI KURANG



GIZI LEBIH

O B E S I T A S



PENYEBAB

1. Asupan makan yang tidak baik
2. Kurangnya aktivitas fisik (gaya hidup yang bermalas-malasan)
3. Genetik orang tua yang gemuk cenderung memengaruhi anak yang gemuk pula

DAMPAK

1. Pubertas dini
2. Gangguan pernafasan
3. Masalah psikologis saat remaja
4. Kegemukan saat dewasa
5. Sindrom metabolik

G I Z I K U R A N G



PENYEBAB

1. Makan tidak seimbang
2. Penyakit infeksi
3. Tidak cukup persediaan pangan
4. Pola asuh anak tidak memadai
5. Sanitasi dan air bersih/pelayanan kesehatan dasar tidak memadai

DAMPAK

1. Badan menjadi lemah karena kekurangan energi
2. Mudah terserang penyakit infeksi
3. Pertumbuhan badan terhambat
4. Menghambat prestasi belajar
5. Mengurangi produktivitas di masa depan



GIZI SEIMBANG

Prinsip: membiarkan makan makanan beraneka ragam, hindarilah berakut, pola hidup aktif dan olahraga, pantau berat badan!

Porsi sekali makan

43%
Makanan pokok

35%
Sayuran

12%
Buah-buahan

10%
Lauk-paku



Hindari Gula, Garam, dan Minyak!

Contoh Makanan Lokal










Gambar 1. Materi Penyuluhan Gizi Anak Usia Sekolah Dasar

Setelah sesi pemberian materi, kegiatan dilanjutkan ke sesi diskusi dan tanya jawab. Pertanyaan yang diajukan beberapa peserta berkaitan dengan makanan sehat dan bergizi bagi anak-anak usia sekolah dasar.

Tabel 1. Hasil Diskusi dan Tanya Jawab

No.	Nama	Pertanyaan	Jawaban
1.	Lailatul	Apa akibat jika anak-anak tidak memakan makanan dengan gizi yang seimbang?	Jika kekurangan makanan yang bergizi, akan menimbulkan risiko yang kalau dibiarkan terus-menerus bisa berbahaya bagi anak karena akan berpengaruh ke lemahnya perkembangan otak, nanti kemampuan belajar jadi menurun, daya tahan tubuh jadi lemah, gampang terkena penyakit, bahkan dapat menyebabkan kematian anak. <i>Nauzubillahhi min zalik.</i>
2.	Santy	Bagaimana makanan dapat dikatakan makanan yang sehat?	Makanan sehat itu yang baik, bersih, dan bergizi seimbang. Makanan dengan gizi seimbang bisa dengan mudah didapatkan. Ibu bisa memberikan makanan dengan gizi seimbang dari masakan yang biasa ibu sediakan sehari-hari di rumah. Setiap kali makan usahakan ada sayurnya, ada buahnya, ada sumber proteinnya, protein bisa dari telur, ikan, tempe, tahu, atau sesekali bisa ayam atau daging. Asal setiap kali makan makanannya bervariasi, kebutuhan gizi anak akan terpenuhi.
3.	Wati	Apakah anak-anak dibolehkan jajan di sekolah?	Kebiasaan jajan sembarangan dikonsumsi oleh anak dapat memicu timbulnya berbagai gejala penyakit, seperti anak mudah terkena <i>common cold</i> , batuk, atau radang tenggorokan karena daya tahan tubuhnya rendah, itu karena kurang sayur dan buah. Kalau jajanan anak sekolah kan tidak mengandung sayur dan buah. Lebih parah lagi, jika terlalu sering makan makanan yang dijajakan di pinggir jalan yang tidak terjamin kebersihannya, anak bisa mengalami masalah pencernaan, seperti diare hingga tipes. Kondisi ini disebabkan karena kelonggaran orang tua pada anak-anaknya atau dijadikan kebiasaan anak. Sebaiknya anak-anak dibiasakan untuk sarapan terlebih dahulu dari rumah dan dibawakan bekal untuk makan di sekolah.

Sumber: Tim Pengabdian kepada Masyarakat, 2023

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, baik secara luring maupun secara daring melalui media *whatsapp*, dapat berjalan dengan baik dan lancar. Terlihat antusiasme yang

tinggi dari para ibu dan guru yang ada di MIS Al-Awwabin. Para ibu senang mendapatkan wawasan bahwa mereka bisa dengan mudah mendapatkan informasi mengenai tumbuh kembang anak melalui media-media daring dengan memanfaatkan ponsel pintar dan internet. Ditambah lagi, segala informasi dan edukasi saat ini disajikan dengan sangat menarik pada berbagai jenis media sosial yang ada.

Kami sebagai tim pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat berharap adanya perubahan perilaku ibu menjadi lebih baik dalam pengasuhan dan pemberian makan pada anak. Walaupun lingkungan sekitar anak banyak terdapat jajanan yang kurang baik dari segi higienitas dan kandungan gizinya, namun diharapkan setelah mengikuti kegiatan ini, para ibu bisa dengan konsisten menerapkan pola asuh yang baik bagi dengan lebih memerhatikan asupan gizi yang adekuat bagi anak-anak mereka di rumah dan mengupayakan untuk membawa bekal saat anak berkegiatan di sekolah. Setelah kegiatan ini, para ibu bisa terus meningkatkan wawasan mendapatkan informasi terbaru mengenai kesehatan dan tumbuh kembang anak melalui telepon pintar sebagai implementasi internet sehat. Akhir dari kegiatan ini orang tua dan guru di MIS Al-Awwabin, Kota Bekasi berharap ada keberlanjutan kegiatan penyuluhan dengan materi yang berbeda sehingga pengetahuan dan keterampilan orang tua dapat bertambah.

PENUTUP

Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan adaptasi dan inovasi. Orang tua yang dapat hadir saat kegiatan secara luring adalah orang tua dari kelas 1 berjumlah 30 orang dan 12 orang guru yang ada di MIS. Al-Awwabin, selebihnya para orang tua siswa bergabung di *whatsapp grup* untuk mendapatkan materi penyuluhan.

Pola pengasuhan anak dalam pemberian makan sehari-hari ditentukan oleh pendidikan dan pengetahuan mengenai gizi yang dimiliki oleh ibu. Kejadian malnutrisi dapat dihindari apabila ibu sebagai pengasuh utama mempunyai pengetahuan yang cukup tentang gizi. Pengetahuan yang harus dimiliki oleh seorang ibu adalah seputar pemenuhan gizi, cara pengolahan makanan, dan jadwal pemberian makan sehingga akan optimal pertumbuhan dan perkembangan anak (Supariasa, 2015). Sama dengan penelitian (Izhar, 2017) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dan pola asuh makan terhadap status gizi anak.

Melalui penyuluhan ini, diharapkan orang tua, terutama ibu, dapat mengerti dan mempunyai pengetahuan mengenai tumbuh kembang anak serta asupan makanan dengan gizi yang baik untuk anak, terutama pada anak usia sekolah dasar, demi pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal. Terlebih, saat ini dengan memanfaatkan kemajuan teknologi internet, para orang tua semakin mudah mendapat informasi mengenai kebutuhan gizi dan tumbuh kembang anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ungkapan terima kasih ditujukan kepada Bapak Tanang, S.Pd., kepala MIS. Al-Awwabin, yang telah mengizinkan kami melaksanakan kegiatan penyuluhan sebagai bentuk pengabdian di lembaga yang dipimpin. Selain itu, kami juga sampaikan terima kasih kepada seluruh guru yang ada di MIS. Al-Awwabin yang telah membantu, mendukung, dan menghadiri pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Irianto, K. (2014). *Gizi Seimbang Dalam Kesehatan Reproduksi*. Alfabeta.
- Istian, & Rusilanti. (2013). *Gizi Terapan*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Izhar, M. D. (2017). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Dengan Pola Asuh Makan Terhadap Status Gizi Anak Di Kota Jambi. *Jurnal Kesmas Jambi*, 1(2).
<https://doi.org/10.22437/jkmj.v1i1.6531>
- Nazilia, ma, Iqbal, M., Negeri Jember dan Jl Mastrip BOX, P. P., & Timur, J. (2020). Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Untuk Mengatasi Gizi Buruk Pada Balita Dengan Aplikasi “Anak Sehat Makan Sehat (EMAS).” In *JAKAGI* (Vol. 1, Issue 1).
- Priatiningsih, E. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Pengelolaan Makanan Sehat Keluarga pada Anggota Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Kesejahteraan Keluarga*, 4(1), 101–108.
- Rahadiyanti, A., Dina, S. S., Tampubolon, S. P. O., Veicinlun, S. Y., Mattarahmawati, S. A., Jannah, S. R., & Ningsih, S. (2022). Peningkatan Pengetahuan Ibu dan Guru Terkait Gizi Seimbang Anak Usia 5-8 Tahun di Sekolah Al-Hunafa Kota Bandung. *Jurnal Proactive*, 1(1), 8–14.
- Sholeh, M., & Basuki, U. J. (2019). Implementasi Program Kuliah Kerja Nyata Melalui Sosialisasi Internet Sehat Bagi Remaja Masjid Aqrob Nganjar, Wojo Kabupaten Bantul. *Adimas : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 23. <https://doi.org/10.24269/adi.v2i2.793>
- Sofiyana, D., & Noer, E. R. (2013). Perbedaan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Ibu Sebelum Dan Setelah Konseling Gizi Pada Balita Gizi Buruk. *Journal of Nutrition College*, 2(1).
<https://doi.org/10.14710/jnc.v2i1.2109>
- Supariasa. (2015). *Penilaian Status Gizi*. Buku Kedokteran EGC.
- Irianto, K. (2014). *Gizi Seimbang Dalam Kesehatan Reproduksi*. Alfabeta.
- Istian, & Rusilanti. (2013). *Gizi Terapan*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Izhar, M. D. (2017). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Dengan Pola Asuh Makan Terhadap Status Gizi Anak Di Kota Jambi. *Jurnal Kesmas Jambi*, 1(2).
<https://doi.org/10.22437/jkmj.v1i1.6531>
- Nazilia, ma, Iqbal, M., Negeri Jember dan Jl Mastrip BOX, P. P., & Timur, J. (2020). Peningkatan

- Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Untuk Mengatasi Gizi Buruk Pada Balita Dengan Aplikasi “Anak Sehat Makan Sehat (EMAS).” In *JAKAGI* (Vol. 1, Issue 1).
- Nelliraharti, N., Husnizar, H., Fathiah, F., & Fajri, R. (2022). Gerakan Edukasi Civitas Akademika dalam Membangun Kesadaran Keluarga Sehat dan Masyarakat Ekonomi Tangguh Berbasis Teknologi Informasi di Desa Kajhu, Kecamatan Baitussalam. *Formosa Journal of Multidisciplinary Research*, 1(5). <https://doi.org/10.55927/fjmr.v1i5.1123>
- Priatiningsih, E. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Pengelolaan Makanan Sehat Keluarga pada Anggota Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Kesejahteraan Keluarga*, 4(1), 101–108.
- Rahadiyanti, A., Dina, S. S., Tampubolon, S. P. O., Veicinlun, S. Y., Mattarahmawati, S. A., Jannah, S. R., & Ningsih, S. (2022). Peningkatan Pengetahuan Ibu dan Guru Terkait Gizi Seimbang Anak Usia 5-8 Tahun di Sekolah Al-Hunafa Kota Bandung. *Jurnal Proactive*, 1(1), 8–14.
- Sholeh, M., & Basuki, U. J. (2019). Implementasi Program Kuliah Kerja Nyata Melalui Sosialisasi Internet Sehat Bagi Remaja Masjid Aqrob Nganjar, Wojo Kabupaten Bantul. *Adimas : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 23. <https://doi.org/10.24269/adi.v2i2.793>
- Sofiyana, D., & Noer, E. R. (2013). Perbedaan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Ibu Sebelum Dan Setelah Konseling Gizi Pada Balita Gizi Buruk. *Journal of Nutrition College*, 2(1). <https://doi.org/10.14710/jnc.v2i1.2109>
- Supariasa. (2015). *Penilaian Status Gizi*. Buku Kedokteran EGC.