

EDUKASI GIZI PEDOMAN GIZI SEIMBANG DAN ISI PIRINGKU PADA ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI 06 BATANG ANAI KABUPATEN PADANG PARIAMAN

Hafifatul Auliya Rahmy, Nurul Prativa, Rahmania Andrianus, dan Mesa Putri Shalma
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas

Email: hafifatul@ph.unand.ac.id

ABSTRAK

Pengetahuan gizi merupakan salah satu penyebab tidak langsung kekurangan gizi. Peningkatan pengetahuan melalui pendidikan gizi dapat mencegah kekurangan gizi serta memperbaiki perilaku seseorang untuk mengonsumsi makanan sesuai dengan kebutuhan gizinya termasuk pada anak usia sekolah. Pengetahuan yang baik merupakan salah satu faktor yang memengaruhi sikap dan perilaku seseorang. Salah satu kegiatan promosi kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan agar dapat mengubah perilaku seseorang tentang gizi adalah melalui edukasi gizi. SDN 06 Batang Anai merupakan salah satu sekolah yang pernah mendapatkan program pendampingan gizi yang bernama pojok gizi. Berdasarkan hasil kegiatan pojok gizi yang dilakukan dengan bekerja sama dengan JAPFA Foundation didapatkan literasi gizi fungsional siswa tentang gizi seimbang masih rendah. Siswa yang memiliki literasi gizi fungsional yang baik hanya 16%. Untuk itu kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi gizi seimbang dan isi piringku kepada siswa SDN 06 Batang Anai. Kegiatan dilakukan dengan metode ceramah dengan menggunakan media slide share. Sebelum dan sesudah edukasi dilakukan pengumpulan data evaluasi pengetahuan siswa menggunakan kuisioner yang terdiri dari 10 pertanyaan. Hasil kegiatan menunjukkan rata-rata skor pengetahuan siswa meningkat setelah edukasi. Analisis data menggunakan uji statistik dependen sampel t-test dan didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan antara pengetahuan gizi siswa sebelum dan sesudah edukasi dengan p-value 0,02. Kesimpulan yang dapat diambil adalah edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan gizi siswa tentang gizi seimbang dan isi piring ku. Sehingga selanjutnya diharapkan juga terjadinya perilaku konsumsi gizi seimbang dan penerapan isi piring ku yang benar.

Kata Kunci: *edukasi gizi, gizi seimbang, isi piring, Sekolah Dasar*

Nutritional Education of Balanced Nutrition Guidelines and My Plate in Elementary School Children 06 Batang Anai Padang Pariaman District

ABSTRACT

Their knowledge of nutrition is one of the causes of indirect malnutrition. Increased knowledge through education nutrition to prevent malnutrition and improve a person's behaviour to consume food according to school-age children's nutrition. Knowledge is one of the factors that influence the attitudes and conduct of one. One promotion of health aimed at increasing knowledge to change someone's attitude is nutrition education about nutrition. SDN 06 Batang Anai from many schools is one of the schools that had received the nutrition assistance programs called "Pojok Gizi." Based on the corner nutrition results by working with the JAPFA foundation obtained in functional literacy, students about balanced nutrition are still low. Students who have functional literacy nutrition good only 16 %. This community service aims to provide balanced nutrition and fill my plate education to SDN 06 Batang Anai students. Activities are conducted with the methods lectures with uses the media slide share. Before and after education data collection was done, evaluation students use the knowledge consisting of 10 questions. The outcome of the activities shows the average score increased since knowledge education students. Data analysis uses statistical tests or dependent t-test. The sample shows differences in the welfare between their knowledge about nutrition education students before and after a p-value 0,02. A

conclusion that can be taken is to increase their knowledge about nutrition education students about nutrition and fill My plates. In turn, behaviour and this expected the consumption balanced nutrition and application of my plate right.

Keywords: *balanced nutrition guidelines, My Plate, Elementary School*

PENDAHULUAN

Anak sekolah merupakan salah satu kelompok rentan gizi. Kekurangan gizi dan kelebihan gizi pada anak akan memberi dampak negatif terhadap potensi pertumbuhan ekonomi bangsa. Anak-anak yang kekurangan makan bergizi akan tertinggal pertumbuhan fisik, mental dan intelektual. Masalah gizi dipengaruhi oleh banyak faktor dan begitu kompleks, asupan makanan yang kurang dan tingginya penyakit infeksi merupakan dua faktor penyebab langsung kurang gizi. Di samping itu faktor lainnya seperti pengetahuan individu dan orang tua yang kurang, pola asuh yang salah, sanitasi dan higienis perorangan yang buruk, dan pelayanan kesehatan juga ikut berperan dalam masalah gizi. Hal lain yang tak kalah penting adalah faktor budaya, ekonomi, pendidikan dan politik dan gaya hidup yang juga mempunyai peran besar terjadinya masalah gizi (Hardinsyah dan Supariasa, 2016).

Masalah gizi pada anak usia sekolah yang ditemukan adalah pendek, sangat kurus, obesitas dan anemia. Riskesdas 2013 menunjukkan prevalensi anak pendek di Indonesia pada usia 5-12 tahun sebesar 30,7% (12,3% sangat pendek dan 18,4% pendek), anak kurus menurut IMT/U 11,2% (4% sangat kurus dan kurus), anak gemuk 18,8 % (gemuk 10,8% dan sangat gemuk 8,8%) dan masalah anemia 26,4%. (Kemenkes, 2013).

Prevalensi masalah pada anak sekolah ini mengalami peningkatan. Berdasarkan hasil Survei Penilaian Status Gizi yang dilakukan pada tahun 2017 prevalensi anak sangat pendek 8,3% dan pendek 19,4%, sangat kurus 3,4% dan kurus 7,5%. Prevalensi masalah gizi pada anak sekolah di Provinsi Sumatera Barat antara lain 7,5% sangat pendek, 19,5% pendek, sangat kurus 3,9% dan kurus 7,9% (Kemenkes, 2018)

Anak sekolah mengalami pertumbuhan fisik, kecerdasan, mental, dan emosional yang sangat cepat. Makanan yang mengandung unsur gizi sangat diperlukan untuk proses tumbuh kembang. Dengan mengonsumsi makanan yang cukup gizi secara teratur, anak akan tumbuh sehat sehingga mampu mencapai prestasi belajar yang tinggi. Di Indonesia, masalah gizi pada anak usia sekolah terjadi karena kurangnya zat gizi tingkat berat. Hal ini disebabkan rendahnya konsumsi energi (karbohidrat, protein, dan lemak) dalam makanan sehari-hari dan atau disertai dengan penyakit infeksi, sehingga tidak terpenuhinya Angka Kecukupan Gizi (AKG). Pencegahan masalah gizi pada anak usia sekolah perlu dilakukan untuk menjaga anak tetap sehat, berprestasi di sekolah, dan menjadi agen perubahan perilaku sehat bagi keluarga dan masyarakat. Orangtua, guru, dan pengelola sekolah lainnya memiliki peran dalam pencegahan masalah gizi pada anak ini (Kemendikbud, 2016).

Pengetahuan gizi merupakan salah satu penyebab tidak langsung kekurangan gizi. Peningkatan pengetahuan melalui pendidikan gizi dapat mencegah kekurangan gizi serta memperbaiki perilaku seseorang untuk mengonsumsi pangan sesuai dengan

kebutuhan gizinya. Pengetahuan yang baik merupakan salah satu faktor yang memengaruhi sikap dan perilaku seseorang. (Suhardjo, 2003).

Kegiatan promosi kesehatan dilakukan untuk memberikan pengetahuan tentang kesehatan dan akhirnya dapat mencegah terjadinya masalah kesehatan. Salah satu kegiatan promosi kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan agar dapat mengubah perilaku seseorang adalah dengan metode penyuluhan. Penyuluhan merupakan upaya perubahan perilaku manusia yang dilakukan melalui pendekatan edukatif. (Khomsan A, 2000)

Salah satu upaya untuk mencegah timbulnya masalah gizi pada anak sekolah adalah dengan pemberian edukasi tentang gizi seimbang yang terdiri dari 4 prinsip yaitu keanekaragaman pangan, perilaku hidup bersih, aktivitas fisik dan memantau berat badan secara teratur. Keanekaragaman pangan saat setiap makan di visualisasikan dengan Isi Piring ku yang terdiri dari 1/3 piring makanan pokok, 1/3 piring sayur, 1/3 lauk pauk dan buah. (Kemenkes, 2014)

SDN 06 Batang Anai merupakan salah satu SDN yang terdapat di Kabupaten Padang Pariaman. Pada tahun 2018 sudah dilakukan kegiatan pojok gizi dalam rangka peningkatan status gizi siswa. Kegiatan pojok gizi yang dilakukan bersama dengan JAPFA Foundation telah melakukan edukasi kepada guru, petugas kantin dan orang tua tentang gizi seimbang. Pada kegiatan tersebut siswa mendapatkan edukasi dari guru kelas yang telah edukasi. Namun didapatkan literasi gizi fungsional siswa tentang gizi seimbang masih rendah. Siswa yang memiliki literasi gizi fungsional yang baik hanya 16%. Untuk itu sebagai keberlanjutan kegiatan maka perlu adanya pemberian edukasi gizi untuk peningkatan pengetahuan gizi seimbang siswa/i Di SDN 06 Batang Anai.

METODE

Kegiatan ini dilakukan di SDN 06 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman. Jumlah Peserta terdiri dari siswa/i kelas 4-6 yang merupakan dokter kecil sebanyak 39 orang. Pelaksanaan edukasi tentang pedoman gizi seimbang dan isi piring ku dengan menggunakan media slide share. Sebelum penyampaian materi dilakukan pre-test dan pemberian diari *form food record*. Selanjutnya diberikan edukasi tentang pedoman gizi seimbang dan cara pengisian diari *form food record*. Terakhir dilakukan post test untuk melihat peningkatan pengetahuan siswa/i. Sedangkan untuk evaluasi dari perubahan pola makan dan implementasi isi piring makan ku dievaluasi oleh guru 3 kali seminggu dan didampingi oleh tim yang dilakukan selama 3 bulan. Pengumpulan data pengetahuan menggunakan kuisioner yang terdiri dari 10 pertanyaan tentang pedoman gizi seimbang dan isi piring ku. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis bivariat menggunakan analisis dependen sampel t-test.

Tabel 1. Rencana Kegiatan

No	Kegiatan	Langkah-Langkah solusi
1	Edukasi Gizi Tentang Gizi Seimbang	Memberikan edukasi kepada siswa tentang 4 pilar gizi seimbang melalui media slide share
2	Edukasi tentang isi piring ku	Memberikan contoh tentang isi piring makan yang benar pada setiap kali makan. Serta siswa mengisi food diari dengan menggambar isi piring saat sarapan

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini diikuti oleh 3 mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat yang dilakukan pada Kamis, 11 Oktober 2019. Acara ini dimulai sejak pagi pukul 08.30 hingga selesai. SD 06 Batang Anai merupakan salah satu sekolah dasar negeri yang terdapat Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman. Sekolah ini merupakan sekolah binaan Japfa Foundation sejak tahun 2009. Lokasi tempat kegiatan berjarak 28,7 Km dengan waktu tempuh 47 menit.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Guru, Tenaga Kependidikan dan Peserta Didik SDN 06 Batang Anai

Jenis Kelamin	Guru	Tenaga Kependidikan	Peserta Didik
Laki-laki	1	2	90
Perempuan	9	1	93
Jumlah	10	3	183

Kegiatan ini dibuka oleh Kepala Sekolah Ibu Asniwita, S.Pd dan Pengawas Pendidikan setempat Bapak Drs. Afrizal juga Ibu Indriawati perwakilan Japfa foundation. Sebelum pemberian edukasi dilakukan pengisian kuisioner pre-test yang dibagikan oleh mahasiswa. Materi yang disampaikan adalah definisi gizi seimbang, perbedaan 4 Sehat 5 Sempurna dengan gizi seimbang, 4 pilar gizi seimbang, pentingnya sarapan, membawa bekal, jajanan sehat dan langkah cuci tangan yang baik dan benar serta visualisasi isi piring ku.

Setelah pre-test dilakukan pemberian edukasi dengan media slide share. Pedoman Gizi Seimbang adalah susunan makanan dan minuman sehari-hari dengan jenis dan jumlah yang sesuai kebutuhan tubuh dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman makanan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah gizi kurang dan gizi lebih. Saat Pembukaan ditanyakan kepada peserta apakah mereka mengenal istilah 4 Sehat 5 sempurna hampir seluruh siswa mengenal dan dapat menyebutkan apa susunan dari 4 sehat 5 sempurna. Namun saat ditanya tentang pedoman gizi seimbang tidak sampai separuh siswa tidak bisa menjawab itu pedoman gizi seimbang dan 4 pilar gizi seimbang.



Gambar 1. Pre-Test Sebelum Edukasi

Tabel 2 Perbedaan 4 Sehat 5 Sempurna dengan Pedoman Gizi Seimbang

No	4 Sehat 5 Sempurna	Pedoman Gizi Seimbang
1	Hanya menganjurkan konsumsi makanan pokok, lauk, sayur, buah dan susu tanpa disertai penjelasan jumlah dan proporsi makanan yang di konsumsi untuk memenuhi kebutuhan gizi individu	Memperhatikan jumlah dan proporsi jenis makanan (makanan pokok, lauk pauk, sayur, dan buah) sesuai dengan kebutuhan gizi individu berdasarkan usia, jenis kelamin, dan kondisi fisiologis
2	Memberikan penekanan bahwa susu merupakan bahan makanan yang dapat “menyempurnakan” kebutuhan gizi harian	Susu dimasukkan ke dalam kelompok lauk sehingga membuang anggapan bahwa susu adalah makanan
3	Tidak ada anjuran mengkonsumsi air putih	Terdapat anjuran untuk minum air putih sebagai salah satu kebutuhan gizi.
4	Tidak menganjurkan untuk melaksanakan perilaku hidup bersih, melakukan aktivitas fisik dan memantau berat badan normal.	Menganjurkan untuk melaksanakan perilaku hidup bersih, melakukan aktivitas fisik secara teratur, dan memantau berat badan normal.



Gambar 2 Pemberian Edukasi

Edukasi Gizi Seimbang

Gizi seimbang terdiri dari 4 pilar. Pesan kunci yang disampaikan pada saat edukasi kepada siswa adalah sebagai berikut :

Pilar 1. Makan makanan yang beragam

Tidak ada satupun jenis makanan yang mengandung semua jenis zat gizi yang dibutuhkan tubuh untuk menjamin pertumbuhan dan mempertahankan kesehatannya, kecuali Air Susu Ibu (ASI) untuk bayi baru lahir sampai berusia 6 bulan. Contoh: nasi merupakan sumber utama kalori, tetapi sedikit kandungan vitamin dan mineral; sayuran dan buah-buahan pada umumnya kaya akan vitamin, mineral dan serat, tetapi sedikit mengandung kalori dan protein; telur merupakan sumber utama protein tetapi sedikit mengandung kalori. Sehingga dalam satu hari pada setiap kali makan perlu dibiasakan mengkonsumsi makanan yang beragam untuk memenuhi kebutuhan gizi yang diperlukan oleh tubuh.

Pilar 2. Membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)

PHBS adalah perilaku yang dilakukan oleh setiap siswa, guru, warga sekolah lainnya yang dipraktekkan atas dasar kesadaran untuk mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya serta aktif dalam menjaga lingkungan sehat di sekolahnya. Tujuannya yaitu agar warga sekolah terhindar dari penyakit, meningkatkan semangat belajar dan meningkatkan prestasi). Contoh PHBS adalah: 1) selalu mencuci tangan dengan sabun dan air bersih mengalir sebelum makan, setelah buang air besar dan kecil, 2) menutup makanan yang disajikan akan menghindarkan makanan dihindangi lalat dan binatang lainnya serta debu yang membawa berbagai kuman penyakit; 3) selalu menutup mulut dan hidung bila bersin, agar tidak menyebarkan kuman penyakit; dan 4) selalu menggunakan alas kaki agar terhindar dari penyakit kecacingan.

Pilar 3. Melakukan Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik yang meliputi segala macam kegiatan tubuh termasuk olahraga merupakan salah satu upaya untuk menyeimbangkan antara pengeluaran dan pemasukan zat gizi utamanya sumber energi dalam tubuh. Aktivitas fisik memerlukan energi. Selain itu, aktivitas fisik juga memperlancar sistem metabolisme di dalam tubuh termasuk metabolisme zat gizi. Oleh karenanya, aktivitas fisik berperan dalam menyeimbangkan zat gizi yang keluar dari dan yang masuk ke dalam tubuh. Anjuran latihan fisik atau olah raga adalah selama 30 menit setiap hari atau minimal 3-5 hari dalam seminggu.

Pilar 4. Memantau Berat Badan (BB) Secara Teratur Untuk Mempertahankan Berat Badan Normal

Salah satu indikator yang menunjukkan bahwa telah terjadi keseimbangan zat gizi di dalam tubuh adalah tercapainya berat badan yang normal, yaitu berat badan yang sesuai untuk tinggi badannya. Contoh pola hidup sehat untuk mencegah kegemukan: 1) konsumsi buah dan sayur lebih dari 5 porsi per hari, 2) mengurangi makanan dan minuman manis, 3) mengurangi makanan berlemak dan gorengan, 3) kurangi makan di luar rumah, 4) biasakan makan pagi dan membawa makanan bekal ke

sekolah, 5) biasakan makan bersama keluarga minimal 1 kali sehari, 6) makanlah sesuai dengan waktunya, 7) batasi menonton TV, main komputer, video game kurang dari 2 jam/ hari, 8) tidak menyediakan televisi di kamar anak, 9) tingkatkan aktivitas fisik minimal 1 jam/ hari, 9) libatkan keluarga untuk perbaikan menerapkan hidup sehat dan 10) menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan secara teratur.

Edukasi Isi Piring Ku

Setelah penyampaian tentang pedoman gizi seimbang selanjutnya disampaikan tentang edukasi isi piring ku. Siswa yang diminta untuk menggambarkan isi piring makan saat sarapan. Hampir semua siswa belum menerapkan prinsip keanekaragaman yang ditunjukkan dengan isi piring saat makan. Banyak dari siswa hanya mengkonsumsi 2-3 jenis makanan yang terdiri dari makanan pokok, lauk dan sayur. Menu sarapan siswa terdiri dari lontong sayur gulai nangka, nasi goreng telur mata ceplok, roti dan segelas susu.



Gambar 3 Edukasi Isi Piring Ku



Gambar 4. Foto Bersama Setelah Kegiatan

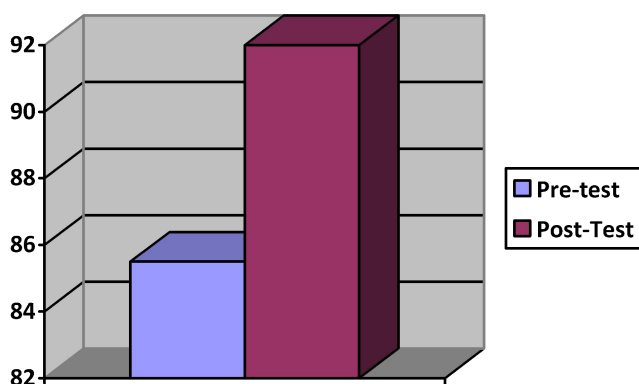
Evaluasi Kegiatan Edukasi

Evaluasi kegiatan edukasi melalui pre-test dan post-test. Siswa/i mengisi 10 pertanyaan yang ada pada kuisioner yang dibagikan sebelum dan sesudah edukasi. Berikut hasil pre-test dan post-test siswa/i SDN 06 Batang Anai tentang pedoman gizi seimbang dan isi piring ku.



Gambar 5 Siswa Mengerjakan Post-Test

Rata-rata skor pengetahuan siswa sebelum edukasi adalah 86,1 dan meningkat menjadi 91,7.



Gambar 6 Hasil Pre Test dan Post Test

Berdasarkan grafik 1 dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi tentang pedoman gizi seimbang dan isi piring makan ku. Setelah dilakukan analisis lebih lanjut didapatkan perbedaan rata skor pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi tentang pedoman gizi seimbang dan isi piring ku dengan p value 0,020. Hal ini dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2 Perbedaan Skor Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi

	Rata-rata	f	SD	P Value
Pre-test	86.1	39	21.5	0.020
Post-test	91.7	39	12.7	

Beberapa literatur menunjukkan pemberian edukasi gizi dengan metode ceramah telah terbukti mampu meningkatkan tingkat pengetahuan, sikap dan perilaku siswa sekolah dasar. (Sartika, RAD, 2012.) (Gambir J dan Nopriantin, 2018). Begitu juga dengan yang dilakukan Palupi dkk tahun 2018 edukasi gizi seimbang yang dilakukan pada Sekolah Dasar di Kecamatan Cilincing cukup efektif dalam meningkatkan pemahaman tentang gizi seimbang pada anak Sekolah Dasar. (Palupi dkk, 2018) Pemberian edukasi gizi dapat juga dengan menggunakan media lain. Seperti pada penelitian seperti kegiatan yang dilakukan Syafrawati dkk menunjukkan terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi kesehatan. Penyuluhan yang dilakukan Kasuma dkk (2018) menunjukkan peningkatannya pemahaman dan meningkatkan perilaku setelah diberikan penyuluhan. (Syafrawati, 2019) (Kasuma, 2018).

KESIMPULAN DAN SARAN

Edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan siswa/i tentang pedoman gizi seimbang dan isi piring ku. Pemberian edukasi yang dilakukan secara berkesinambungan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan akhirnya akan memengaruhi sikap dan tindakan siswa untuk dapat menerapkan perilaku hidup sesuai dengan pedoman gizi seimbang dan isi piring ku. Sebaiknya edukasi tentang gizi seimbang dapat dilakukan secara rutin dan perlu adanya evaluasi terhadap perbaikan pola makan dan status gizi siswa/i sekolah dasar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada SDN 06 Batang Anai dan Japfa Foundation yang telah bersedia menjadi mitra dalam kegiatan ini. Selanjutnya terima kasih kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas telah memberikan bantuan dana kepada penulis melalui DIPA 2019.

DAFTAR PUSTAKA

- Hardinsyah dan I Dewa Nyoman Supariasa. 2016. Ilmu Gizi Teori & Aplikasi. Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta.
- Kementerian Kesehatan. 2013. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Badan Penelitian Pengembangan Kesehatan (Balitbangkes) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. Penilaian Status Gizi 2017. Badan Pemberdayaan dan Pengembangan SDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Kemendikbud RI. 2016. Gizi Dan Kesehatan Anak Sekolah Dasar: Buku Pegangan Dan Kumpulan Rencana Ajar Untuk Guru Sekolah Dasar. Seameo Recfon, Jakarta.
- Suhardjo. 2003. Berbagai Cara Pendidikan Gizi. Bumi Aksara, Jakarta.
- Khomsan A. 2000. Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi. Diktat Fakultas Ekologi Manusia Institut Pertanian Bogor, Bogor.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. Pedoman Gizi Seimbang. Kementerian Kesehatan, Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar. Bagian Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan, Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2003. Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta, Jakarta.
- Sartika, R.A.D. 2012. Penerapan komunikasi, informasi, dan edukasi gizi terhadap perilaku sarapan siswa Sekolah Dasar. *Kesmas: National Public Health Journal*, 7(2): 76-82.
- Gambir J dan Nopriantini. 2018. Penerapan model edukasi gizi terhadap perilaku sarapan pada anak Sekolah Dasar. *Jurnal Vokasi Kesehatan*
- Palupi K.C, Mertien S, Prita D.S. 2018. Edukasi gizi seimbang pada Anak Sekolah Dasar di Kecamatan Cilincing Jakarta Utara. *Jurnal Abdimas*. 5(1): September 2018
- Syafrawati. 2019. Upaya menurunkan dampak negatif gadget melalui media promosi kesehatan pada siswa SDN 01 Sawahan Kota Padang. *Jurnal Hilirisasi IPTEKS*. 2 (2): Juni 2019

Kasuma, Nila dkk. 2018. Penyuluhan kesehatan gigi dan mulut pada siswa Sekolah Dasar SDN 03 Alai Kota Padang dalam rangka memperingati world oral health day tahun 2017. *Warta Pengabdian Andalas*, 25(2), Juni 2018