

## **INOVASI KARTU SEGA SEBAGAI MEDIA PERMAINAN DALAM EDUKASI GIZI SEIMBANG DAN JAJANAN SEHAT ANAK SEKOLAH DI SDN 2 WATES TIMUR**

**Iis Sulastri<sup>1\*</sup>, Masayu Dian Khairani<sup>2</sup>, Riani Utami<sup>3</sup>, Mustika Dhian Nafi'ah<sup>4</sup>, Adina Fitriana<sup>5</sup>, Hasna Kamila<sup>6</sup>, Pitra Kurnia<sup>7</sup>**

*Prodi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu, Lampung, Indonesia*  
Penulis Korespondensi : iiissulastri.giziup@gmail.com

### **Abstrak**

*Masalah gizi pada anak sekolah masih cukup kompleks antara lain elebihan berat badan dan obesitas. Penyebab terjadinya masalah gizi pada anak usia sekolah yaitu kebiasaan makan yang tidak sehat yang juga dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan tentang gizi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan siswa dan menekankan partisipasi aktif siswa saat pelaksanaan kegiatan. Pengabdian kepada masyarakat dilakukan di SDN 2 Wates Timur dengan jumlah responden 28 siswa kelas V. Kegiatan terdiri dari tahap persiapan yaitu skrining dan pengambilan data awal, tahap pelaksanaan meliputi pre-test, penyampaian materi dan permainan menggunakan media kartu SEGA dan evaluasi yaitu dengan memberikan post test. Hasil diperoleh data responden lebih banyak perempuan, rentang usia 10-11 tahun dan 11% siswa mengalami overweight serta memiliki kebiasaan jajan yang kurang sehat. Edukasi dilakukan menggunakan media power point dilanjutkan permainan kartu SEGA diperoleh mampu menarik partisipasi aktif siswa dan mampu menjawab pertanyaan dengan kartu SEGA yang sudah disediakan. Evaluasi pengetahuan melalui pre dan post test diperoleh terdapat peningkatan pengetahuan 31,7 poin. Kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan baik, mampu menarik keaktifan siswa dan dapat meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang dan jajanan sehat.*

**Kata Kunci :** kartu SEGA, edukasi, gizi seimbang, jajanan sehat, anak sekolah

### **Abstract**

*Nutritional problems in school children are still quite complex, including overweight and obesity. The cause of nutritional problems in school-age children is unhealthy eating habits which are also influenced by a lack of knowledge about nutrition. Community service activities are carried out to increase student knowledge and emphasize active student participation during the implementation of activities. Community service was carried out at SDN 2 Wates Timur with a total of 28 fifth-grade students as respondents. The activities consisted of a preparation stage, namely screening and initial data collection, the implementation stage included a pre-test, delivery of materials and games using SEGA cards as media and evaluation, namely by giving a post-test. The results obtained showed that the respondents were mostly female, aged 10-11 years and 11% of students were overweight and had unhealthy snacking habits. Education was carried out using PowerPoint media followed by SEGA card games, which were obtained to attract active student participation and were able to answer questions with the SEGA cards provided. Knowledge evaluation through pre- and post-tests obtained an increase in knowledge of 31.7 points. The community service activities went well, were able to attract student activity and were able to increase knowledge about balanced nutrition and healthy snacks.*

**Keywords:** SEGA card, education, balanced nutrition, healthy snacks, school children

### **1. PENDAHULUAN**

Masalah gizi pada anak usia sekolah dasar masih cukup kompleks. Hasil Survei Kesehatan Indonesia 2023 menunjukkan bahwa anak-anak dengan rentang usia 5 hingga 12 tahun memiliki status gizi berdasarkan IMT/U sebesar 3,5% sangat kurus, 7,5% kurus, 11,9% kelebihan berat badan dan obesitas 7,8% (Kemenkes & BKKBN, 2023). Data tersebut menampilkan bahwa

masalah tertinggi adanya kelebihan berat badan dan obesitas. Selain itu, usia anak sekolah juga dalam kategori status gizi kurus yang hampir seimbang dengan obesitas sehingga menunjukkan adanya beban ganda masalah gizi pada anak sekolah yang memiliki dampak pada siklus kehidupan terutama dikehidupan periode lanjutan (Fitriyani, 2025).

Faktor yang menyebabkan terjadinya kelebihan berat badan dan obesitas pada anak sekolah antara lain kurangnya aktivitas fisik, durasi tidur yang pendek, pendapatan keluarga yang rendah, tingkat pengetahuan rendah dan kebiasaan makan yang tidak sehat (Qatrunnada, 2022). Kebiasaan makan yang tidak sehat antara lain konsumsi makanan cepat saji yang mengandung pemanis buatan, minyak goreng bekas pakai dan bahan penyedap lain sehingga menyebabkan peningkatan berat badan (Fajirini et al., 2022). Fenomena konsumsi jajanan cepat saji terjadi karena anak tidak sarapan di rumah sehingga di sekolah merasa lapar dan membeli jajanan cepat saji yang mengandung energi tinggi serat yang lebih rendah (Rizona et al., 2020). Selain itu, perilaku kebiasaan makan anak dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan tentang pola makan gizi seimbang (Surijati et al., 2021).

Pola makan gizi seimbang merupakan salah satu pengaturan makan yang perlu ditanamkan kepada anak-anak usia sekolah. Istilah “makan bergizi seimbang” mengacu pada pola makan yang memenuhi kebutuhan harian untuk berbagai zat gizi makro dan mikro dalam jumlah dan jenis yang sesuai untuk dikonsumsi manusia. Makanan bergizi seimbang didefinisikan sebagai satu porsi makanan utama, makanan pendamping, buah-buahan, dan sayuran. Karbohidrat, yang terdapat dalam makanan pokok, merupakan sumber energi utama; protein, dalam lauk-pauk, merupakan zat yang membangun otot; dan vitamin, mineral, serta antioksidan, yang terdapat dalam buah-buahan dan sayuran, membantu menangkal penyakit menular (Kemenkes RI, 2014). Anak-anak perlu belajar pentingnya mengonsumsi beragam makanan setiap hari untuk menjaga pola makan yang sehat. Hal ini dikarenakan tubuh manusia tidak bisa mendapatkan semua nutrisi yang dibutuhkannya dari satu sumber makanan saja (Putri et al., 2025).

Edukasi dan penyuluhan gizi memiliki dampak terhadap peningkatan kesadaran masyarakat dalam memperbaiki status gizi terutama pada anak yang menekankan pada asupan gizi yang baik (Nito et al., 2024). Anak sekolah dasar merupakan siklus yang penting dalam kehidupan dimana anak akan tumbuh dengan optimal jika didukung oleh makanan gizi seimbang. Selain itu, pengetahuan anak akan terus meningkat seiring bertambahnya usia. Sehingga, anak akan mengimplikasikan beragam aktivitas yang tercermin dalam perilaku pada kehidupan sehari-hari (Putri & Kurniasari, 2022). Guna menunjang peningkatan pengetahuan pada anak sekolah perlu dilakukan inovasi media yang tidak hanya menarik namun merangsang pikiran, perasaan dan motivasi siswa untuk turut serta dalam proses pembelajaran sehingga pesan dan informasi yang ingin disampaikan mudah diterima oleh siswa dan berdampak pada peningkatan pengetahuan. Beberapa sumber penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa media gizi sering digunakan dalam edukasi gizi pada anak sekolah yaitu *puzzle* gizi (Safitri et al., 2021), komik (Mulyani et al., 2025) dan video edukasi (Febriyani & Siregar, 2024). Penggunaan permainan kartu pada siswa sekolah dasar dapat dijadikan alternatif media dalam edukasi gizi karena cenderung dapat menarik keaktifan siswa dan sesuai dengan karakteristik anak (Saputro et al., 2022).

SDN 2 Wates Timur merupakan salah satu sekolah dasar di kabupaten Pringsewu yang memiliki sejumlah siswa dengan status gizi kurang maupun overweight, berdasarkan hasil survei pendahuluan pada anak sekolah masih memiliki kebiasaan jajanan yang kurang sehat dan pengetahuan tentang gizi seimbang masih kurang sehingga memiliki potensi berdampak pada masalah gizi yang tidak optimal. Sebagai salah satu institusi pendidikan, SDN 2 Wates Timur memiliki potensi strategis untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku siswa terkait gizi seimbang dan pemilihan jajanan sehat melalui intervensi pendidikan gizi. Namun, keterbatasan sumber daya dan kurangnya pelatihan tentang metode edukasi gizi yang efektif menjadi kendala bagi pihak sekolah dalam mengatasi permasalahan ini. Upaya kolaborasi diperlukan melalui program pengabdian masyarakat guna memberikan solusi praktis dan berkelanjutan. Maka dari itu, adanya masalah kurangnya pengetahuan siswa mengenai gizi seimbang dan jajanan yang sehat dilakukan upaya inovatif melalui inovasi kartu Sehat Gizi Anak (SEGA) sebagai media permainan dalam edukasi gizi seimbang dan jajanan sehat pada anak sekolah di SDN 2 Wates Timur, Kecamatan Gading Rejo, Kabupaten, Pringsewu dengan tujuan meningkatkan pengetahuan siswa mengenai gizi seimbang dan jajanan sehat serta meningkatkan partisipasi keaktifan siswa dalam kegiatan edukasi menggunakan media permainan kartu SEGA.

## 2. BAHAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada bulan September - November 2025 di SDN 2 Wates Timur Pekon Wates, Kecamatan Gading Rejo, Kabupaten Pringsewu dengan sasaran seluruh siswa kelas V SDN 2 Wates Timur berjumlah 18 anak. Kegiatan ini dilaksanakan melalui beberapa tahap, sebagai berikut:



**Gambar 1 Tahap dan Alur Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat**

1. Tahap Persiapan
  - a. Pengajuan perizinan kegiatan ke Puskesmas Pekon Wates.
  - b. Perizinan dan survei data anak usia sekolah kepada Ahli Gizi Puskesmas Pekon Wates.
  - c. Perizinan kegiatan edukasi gizi dan promosi Kesehatan kepada Kepala sekolah dan wali kelas SDN 2 Wates Timur.
  - d. Melakukan *Screening* pada anak usia sekolah yaitu siswa dan siswi kelas V SD. Screening diakan dilaksanakan tanggal 14 Oktober 2025 kepada 18 anak usia sekolah. Alat yang digunakan saat *screening* :
    - a) Kuesioner identitas responden meliputi nama, jenis kelamin, tempat tanggal lahir, usia, alamat, berat badan dan tinggi badan.
    - b) Timbangan berat badan digital merk *speeds* dengan ketelitian 0,1 kg.
    - c) *Microtoice* dengan ketelitian 0,1cm.
    - d) Kuesioner SQ-FFQ, pengetahuan, personal hygiene, kebiasaan jajan dan perilaku sarapan dan riwayat kesehatan.
  - e. Mengolah data *screening* dan menentukan masalah gizi pada anak usia sekolah.
  - f. Pembuatan media edukasi sebagai alat bantu dalam proses edukasi gizi dan promosi Kesehatan.
  - g. Menyusun materi berdasarkan buku dan telaah jurnal hasil penelitian.
  - h. Menyusun instrumen *pre* dan *post-test*.
  - i. Menyusun *time schedule* kegiatan.
  - j. Mempersiapkan peralatan dan perlengkapan dalam edukasi kepada masyarakat.
2. Tahap Pelaksanaan
 

Strategi yang digunakan untuk mengatasi permasalahan pada anak usia sekolah adalah dengan melakukan hal-hal berikut:

  - a. Melakukan *pre-test* sebelum edukasi dengan memberikan pertanyaan kepada anak usia sekolah dan wajib di jawab satu persatu oleh anak tersebut, dan tim edukator mencatat jawaban dari masing-masing anak. Tahap ini bertujuan untuk mengukur pemahaman anak tentang gizi seimbang dan jajanan sehat sebelum dilakukan edukasi.
  - b. Edukasi dilakukan pada 26 November 2025 di SDN 2 Wates Timur dengan jumlah responden 18 anak. Kegiatan ini dilakukan untuk memberikan pemahaman kepada anak usia sekolah mengenai apa itu gizi seimbang, 10 pesan gizi seimbang, isi piringku dan jajanan sehat yang baik dikonsumsi untuk pemenuhan Angka Kecukupan Gizi harian pada anak usia sekolah serta menampilkan contoh jajanan yang sehat dan bergizi. Metode edukasi menggunakan sistem pembelajaran dengan partisipasi aktif (*PALS/Participatory Action Learning System*) secara tatap muka menggunakan media *Power Point*.
  - c. Setelah disampaikan materi, responden dilibatkan dalam permainan menggunakan media kartu SEGA (Sehat Gizi Anak). Tahap ini tim edukator memberikan pertanyaan dan anak sekolah menjawab pertanyaan sesuai dengan pemahaman materi yang telah dijelaskan menggunakan kartu SEGA yang telah diberikan.
3. Tahap Evaluasi
 

Tahap ini dilakukan evaluasi melalui metode *post test* dengan memberikan pertanyaan yang sama kepada responden dengan tujuan untuk mengevaluasi apakah terdapat perubahan pengetahuan pada responden mengenai gizi seimbang dan jajanan sehat.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi gizi dilakukan di SDN Wates Timur dengan jumlah 18 anak. Sebelum pelaksanaan edukasi dilakukan skrining dan pengambilan data, diperoleh karakteristik responden pada tabel 1 diperoleh bahwa mayoritas responden memiliki usia 10 tahun. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh Safitri et al. 2021 yang meneliti tentang pengaruh edukasi gizi pada anak sekolah dasar bahwa responden anak sekolah sebanyak 95% terutama kelas V SD memiliki usia 10-11 tahun. Jenis kelamin lebih banyak perempuan sebesar 55,6% dibandingkan laki-laki dan status gizi terdapat 2 dari 18 siswa dalam kategori overweight sehingga berisiko mengalami obesitas.

Tabel 1 Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah (n)	Persentase (%)
<b>Usia (tahun)</b>		
10	11	61,1
11	7	38,9
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	8	44,4
Perempuan	10	55,6
<b>Status Gizi</b>		
Normal	16	88,9
Overweight	2	11,1
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer, 2025

Tabel 2 Deskripsi Pola Kebiasaan Makan dan Jajanan Responden

Kebiasaan Makan dan Jajanan	Jumlah (n)	Persentase (%)
<b>Jajanan</b>		
Biskuit, Permen, Ciki, Cokelat		
Es Cincau, Es Teh, Es Sirup, Pop	10	55,6
<i>Ice</i>		
Jus Buah, Es Jeruk	8	44,4
<b>Alasan Kebiasaan Jajan</b>		
Merasa Lapar Saat Istirahat	12	66,6
Tidak Sarapan	4	22,3
Rasa Enak	2	11,1
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>100</b>

Edukasi dilakukan dengan metode partisipasi aktif (PALS/*Participatory Action Learning System*) antara tim edukator dan anak sekolah. Metode ini pada dasarnya melibatkan peserta untuk berpartisipasi aktif dalam proses kegiatan edukasi gizi mulai dari penyampaian materi hingga kegiatan lanjutan (Santoso et al., 2025). Materi disampaikan menggunakan media *Power Point* yang menarik yang berjudul “Mengenal Gizi Seimbang dan Jajanan Sehat”. Selama kegiatan edukasi, anak sangat antusias memperhatikan materi yang disampaikan dan berpartisipasi aktif saat tim edukator menanyakan pertanyaan ringan di sela-sela pelaksanaan edukasi.

Setelah materi selesai disampaikan, kegiatan dilanjutkan dengan permainan edukatif terkait topik yaitu menggunakan media Kartu Sehat Gizi Anak (SEGA). Kartu ini terdiri dari 25 *card* yang berisi gambar contoh jajanan dan makanan sehat bergizi untuk dikonsumsi sehari-hari yang dapat memenuhi kebutuhan gizi anak sekolah. Permainan menggunakan Kartu SEGA dimulai dengan tim edukator memberikan pertanyaan seperti “Sebutkan dan pilih dari kartu yang menggambarkan isi piringku?” Jawaban dari pertanyaan tersebut yaitu “Makanan Pokok dari nasi, lauk pauk dari telur, ayam, tempe, sayur dan buah”. Jawaban tersebut telah ada di kartu SEGA berupa gambar dan nama. Anak yang telah menemukan jawaban yang sesuai mengangkat kartu dan menjawab sesuai dengan pertanyaan. Pertanyaan selanjutnya seperti “Seorang anak sangat suka jajanan sehat yang berasal dari sayur. Sebutkan dan pilihlah kartu yang menggambarkan jajanan tersebut!”. Kartu SEGA menampilkan jawaban yaitu “Salad Sayur serta gambar” yang kemudian dipilih oleh anak. Siswa sangat aktif dan antusias dalam permainan dan mampu menjawab pertanyaan dengan proses pengarahan yang baik. Hal ini terjadi karena media kartu memiliki tampilan yang menarik, berwarna, terdapat gambar dan keterangan gambar yang mudah dibaca. Hasil penelitian sebelumnya yang mengkaji tentang *nutrition card* sebagai alternatif media dalam menyampaikan pesan gizi merupakan media yang mengutamakan unsur permainan karena anak SD merupakan kelompok umur yang

cenderung menyukai permainan yang aktif sehingga media yang dibuat juga harus mengundang unsur permainan agar tidak menimbulkan rasa bosan pada anak SD (Wahyuningih et al., 2015).

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Setelah Edukasi

Pengetahuan	Rata-Rata Skor
Sebelum ( <i>pre</i> )	61,1
Setelah ( <i>post</i> )	92,8
Δ Peningkatan Pengetahuan	31,7

Sumber : Data Primer, 2025

Evaluasi pada kegiatan ini yaitu dengan memberikan *pre* dan *post test* kepada siswa untuk mengukur apakah ada peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan edukasi. Berdasarkan tabel 2, terlihat bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah edukasi dengan peningkatan skor sebesar 31,7 poin. Hal ini sejalan dengan penelitian yang mengatakan bahwa peranan kartu kuartet dapat meningkatkan perhatian, konsentrasi dan imajinasi anak yang diharapkan dapat membentuk pengetahuan dan sikap yang baik pada anak ketika mereka mulai belajar menerapkan hal yang dipelajari (Syam & Indriasari, 2018). Selain itu, hasil penelitian yang mengkaji tentang *nutrition card* sebagai alternatif media dalam menyampaikan pesan gizi dapat meningkatkan pengetahuan anak SD (Wahyuningih et al., 2015)



Gambar 1. Media Power Point yang Digunakan untuk Penyampaian Materi



Gambar 2. Pelaksanaan Edukasi Gizi



Gambar 3. Inovasi Media Kartu SEGA



Gambar 4. Proses Bermain Menggunakan Media Kartu SEGA

### Luaran yang Dicapai

Luaran yang diperoleh dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat di SDN 2 Wates Timur sebagai berikut:

1. Peningkatan antusiasme dan keaktifan siswa dalam kegiatan edukasi terutama tentang gizi seimbang dan jajanan sehat.
2. Siswa mampu memahami dan memilih makanan yang bergizi seimbang dan contoh jajanan sehat melalui kartu SEGA sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.
3. Adanya peningkatan pengetahuan siswa mengenai gizi seimbang dan jajanan sehat.
4. Hasil kegiatan akan dituangkan dalam bentuk karya ilmiah berupa jurnal yang akan dipublikasikan dan dapat dijadikan sumber referensi untuk pengembangan lebih lanjut terutama berkaitan dengan penggunaan media edukasi bagi anak sekolah.
5. Media kartu SEGA akan diajukan sebagai produk Hak Kekayaan Intelektual (HKI).

### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan baik dan menarik siswa untuk berpartisipasi aktif saat penyampaian materi maupun dalam permainan menggunakan media Kartu SEGA.
2. Kartu Sehat Gizi Anak (SEGA) dapat dijadikan sebagai salah satu inovasi media permainan dalam edukasi gizi.
3. Terdapat peningkatan pengetahuan siswa sebelum dan setelah dilakukan edukasi mengenai gizi seimbang dan jajanan sehat dengan peningkatan 31,7 poin.

## 5. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Universitas Aisyah Pringsewu yang turut mendukung terlaksananya kolaborasi kegiatan edukasi gizi, Puskesmas Pekon Wates, SDN 2 Wates Timur serta siswa SDN 2 Wates Timur terutama kelas V. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada rekan-rekan sejawat dan seluruh pihak yang telah membantu sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- BPOM. (2021). Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah Untuk Pencapaian Gizi Seimbang. In Jakarta: Penerbar Swadaya. Beard, J. *Journal Nutrition American Journal of Nutrition Bertalina. Bobak, dkk. Jakarta: EGC. Briawan, D. Jakarta: EGC. Brody, T. Nutrition Biochemistry. London: Issue Academic Press. Cahya, A* (Vol. 130, 41).
- Fadhilah, T. M., Sari, R. P., Masinambow, B. G., Andriana, D. S., & Arifiana, W. L. (2024). Edukasi Pendidikan Gizi Terkait Pemilihan Jajanan Sehat pada Anak Usia Sekolah. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 8(1), 91–102.
- Fajrini, H., Ilmi, A. F., & Rahsa, L. K. (2022). Hubungan Pola Makan Fast Food Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Usia 9-11 Tahun Di Mi Sa'adatul Mahabbah Pondok Cabe. *Jurnal Health Sains*, 3(8), 1277–1284.
- Febriyani, R., & Siregar, M. H. (2024). The Effect of Nutrition Video on Knowledge and Attitudes about Balanced Nutrition in Students of SMAN 4 Serang City. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 5(1), 106–111.
- Fitriyani, S. (2025). Analisis Faktor dan Strategi Penanggulangan Beban Ganda Malnutrisi (The Double Burden Of Malnutrition) di Indonesia. *Bookchapter Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Semarang*, 6, 27–49.
- Hadi, D. (2024). Puluhan Siswa SD di Sukabumi Keracunan Usai Santap Jajanan Anak. [Https://News.Okezone.Com](https://News.Okezone.Com).<https://news.okezone.com/read/2024/02/26/525/2975637/puluhansiswa-sd-di-sukabumi-keracunan-usai-santap-jajanan-anak>
- Kemenkes, & BKPK. (2023). Dalam Angka Tim Penyusun SKI 2023 Dalam Angka Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka>
- Kemenkes RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Dirjen Bina Gizi dan Kesehatan Anak: Jakarta.
- Mulyani, N., Anjani, R., & Armisam. (2025). Edukasi Gizi Menggunakan Komik terhadap Pengetahuan Gizi dan Konsumsi Sayur Buah. *Jurnal Lentera Kesehatan Masyarakat*, 4(2), 75–85.
- Nito, P. J. B., Tasalim, R., Basit, M., Angelina, A. A., Maulida, C. A. M. A., Maulida, M., Plorensia, D., Ramadhani, D. F., Mariani, M., & Fahmi, M. (2024). Peningkatan Kesadaran Anak tentang Pentingnya Kesehatan Gizi Melalui Edukasi. *DIMAS: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 1–7.
- Putri, A. A., & Kurniasari, R. (2022). Literature Review : Effectiveness of the Use of Nutrition Education Media on Knowledge and Attitudes of Elementary School Students on Balanced Nutrition. *JGK*, 14(2), 216–223.
- Putri, C. N. R., Febrina, I. R., & Puspikawati, S. I. (2025). Edukasi makanan sehat dan bergizi seimbang di SD Negeri 1 Mojopanggung Banyuwangi. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 655–660.
- Qatrunnada, R. D. (2022). Faktor Penyebab Kejadian Kelebihan Berat Badan dan Obesitas pada Anak-anak dan Dewasa Factors that Cause Overweight and Obesity in School-Age Children and Adult. *Media Gizi Kesmas*, 11(1), 318–326.
- Rizona, F., Latifin, K., Septiawati, D., Astridina, L., Sari, M., & Fadhilah, N. F. (2020). Distribusi Karakteristik Faktor Penyebab Obesitas pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Keperawatan*

*Sriwijaya*, 7(1), 54–58.

- Safitri, Y., L., Sulistyowati, E., Ambarwati, R. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Puzzle terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Sayur dan Buah pada Anak Sekolah Dasar. *Journal of NutritioN College*, 10(2), 100–104.
- Santoso., Saifudin., & S. (2025). Grounding the PALS Method in Digitalization of Basic Financial Management MSME Forum Mranggen Demak. *Buletin Abdi Masyarakat*, 5(2), 55–65.
- Surijati, K. A., Hapsari, P. W., & Rubai, W. L. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan Siswa Sekolah Dasar di Kabupaten Banyumas Factors Affecting the Diet of Elementary School Students in Banyumas Regency. *Nutriology Jurnal: Pangan, Gizi, Kesehatan*, 2(1), 2021.
- Syam, A., & Indriasari, R. (2018). Gambaran Pengetahuan dan Sikap Siswa terhadap Makanan Jajanan Sebelum dan Setelah Pemberian Edukasi Kartu Kwartet pada Anak Usia Sekolah Dasar di kota Makassar. *JURNAL TEPAT: Teknologi Terapan Untuk Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 127–136.
- Wahyuningsih, N., P., Nadhiroh, s., R. & Merryana, A. (2015). Media Pendidikan Gizi Nutrition Card Berpengaruh Terhadap Perubahan Pengetahuan Makanan Jajanan Anak Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia*, 10(1).