



ARTIKEL RISETURL Artikel : <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jkg>**HUBUNGAN PENGETAHUAN SLOGAN “ISI PIRINGKU” DENGAN STATUS GIZI SISWA SEKOLAH DASAR***The Impact of the Slogan 'Fill My Plate' on the Nutritional Status of Students***Swaidatul Masluhiya AF^K, Neni Maemunah**

Departemen Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Tribhuwana Tunggaladewi

Email Penulis Korespondensi (^K): swaida@unitri.ac.id

Abstrak

Masalah gizi pada anak sekolah cukup tinggi. Asupan gizi yang optimal diperlukan dalam tumbuh kembang anak secara fisik maupun kecerdasan. Sosialisasi dan praktek gizi sangat penting diterapkan pada anak usia sekolah. Sebuah inisiatif kesejahteraan masyarakat telah memperkenalkan program "Isi Piringku" untuk mempromosikan gizi seimbang. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan slogan “Isi Piringku” dengan status gizi siswa sekolah dasar di SDN 1 Landungsari Kecamatan Dau Kabupaten Malang. Penelitian ini menggunakan pendekatan analitik kuantitatif dengan desain survei *cross-sectional*, populasi siswa SD kelas IV, V, dan VI berjumlah 106 siswa. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara acak, sehingga diperoleh besar sampel sebanyak 84 siswa. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji *Chi-Square*. Pengetahuan terhadap slogan “Isi Piringku” diukur menggunakan kuesioner skala Likert, sedangkan status gizi anak diukur dengan pengukuran antropometri, meliputi berat badan per umur dan tinggi badan per umur, berdasarkan perhitungan Z-Score standar WHO-NHCS. Analisis data menghasilkan nilai p-value sebesar 0,036 yang berarti ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan slogan “Isi Piringku” dengan status gizi anak di SDN 1 Landungsari, Kecamatan Dau, Kabupaten Malang. Meningkatkan pengetahuan gizi merupakan aspek penting dalam pendidikan kesehatan, yang mempunyai implikasi potensial dalam menumbuhkan perilaku pola makan yang baik dan dapat berdampak positif terhadap kesejahteraan gizi anak.

Kata Kunci : Pengetahuan, Siswa Sekolah Dasar, Slogan Isi Piringku, Status Gizi**Abstract**

Nutritional problems in school children are quite high. In Indonesia there are guidelines for balanced nutrition. Socialization and nutritional practices are very important for school-aged children. Nutritional status represents the balance between nutrient intake from food and the body's biological requirements. A community welfare initiative has introduced the "Fill My Plate" program to promote balanced nutrition. A crucial consideration is assessing children's knowledge, as inadequate nutrition knowledge can lead to nutritional imbalances, including deficiencies and excesses. This study aims to assess the link between children's familiarity with the "Fill My Plate" program and their nutritional status during the Covid-19 endemic period at SDN 1 Landungsari within the Dau District of Malang Regency. Employing a quantitative analytic approach with a cross-sectional survey design, the study focused on elementary students in grades IV, V, and VI, a total of 106 students, with a randomly sampled technique of 84 students. Data analysis was conducted using the Chi-Square test. Knowledge of the "Fill My Plate" slogan was measured using a Likert scale questionnaire, while children's nutritional status was evaluated using anthropometric measurements, including weight-for-age and height-for-age, based on WHO-NHCS standard Z-Score calculations. The data analysis yielded a noteworthy p-value of 0.036, signifying a significant association between knowledge of the "Fill My Plate" slogan and children's nutritional status at SDN 1 Landungsari, Dau

District, Malang Regency. Enhancing nutritional knowledge emerges as a vital facet of health education, with potential implications for fostering favorable dietary behaviors that can positively influence children's nutritional well-being. Future research should consider investigating respondents' food intake through the food recall method. Keywords: Covid-19 endemic, knowledge, elementary school students, *isi piringku* slogan, nutritional status.

Keywords: Knowledge, Elementary Student, Fill My Plate, Nutritional Status

PENDAHULUAN

Berdasarkan hasil Survei Gizi Indonesia (SSGI) 2021, dijumpai sebanyak 24,4% atau lebih dari 7 juta anak di bawah usia 5 tahun stunting dan lebih dari 2 juta anak di bawah usia 5 tahun berat badan sangat kurang (1). Kepatuhan gizi dianggap sebagai faktor penentu penting dalam menjaga kesehatan dan mencegah penyakit. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan pengetahuan tentang program gizi seimbang pada kelompok prioritas, termasuk anak usia sekolah.

Menurut *World Health Organization* (WHO), anak usia sekolah yaitu mereka yang berusia 7 sampai 15 tahun (2). Anak usia sekolah ialah kelompok rentan akan permasalahan kesehatan gizi (3). Usia sekolah merupakan masa dimana asupan makanan bergizi sangat dibutuhkan untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan (4). Pemasalahan gizi anak usia sekolah merupakan masalah kesehatan yang mempengaruhi masa depan dan kecerdasan anak. Hal ini membutuhkan perhatian lebih. Oleh karena itu, anak perlu dikenalkan dengan pengetahuan gizi dan menu seimbang (5).

Pengetahuan adalah langkah awal untuk mengubah sikap dan perilaku. Kurangnya pengetahuan gizi berdampak pada berkembangnya status gizi, yaitu gizi kurang dan lebih (6). Upaya perbaikan gizi harus dilakukan secara terpadu lintas program dan sektor agar lebih efisien dan efektif melibatkan sumber daya manusia (7). Oleh karena itu, Indonesia perlu segera mengatasi permasalahan gizi dengan memberikan penyuluhan dan edukasi, menyediakan makanan yang mengenyangkan, mengenalkan anak pada berbagai makanan sehat, dan memberikan pengetahuan gizi (8). Motto "Isi Piringku" adalah komponen kunci dari pendekatan yang memberikan panduan mengenai pola makan yang sehat (9).

Kementerian Kesehatan RI melaksanakan sejumlah program yang bermanfaat bagi masyarakat, antara lain program gizi seimbang "Isi Piringku". Secara umum yang dimaksud dengan "mengisi piring" adalah proporsi makanan yang dikonsumsi di piring adalah 50% buah-buahan dan sayur-sayuran (2/3 sayur-sayuran dan 1/3 buah-buahan), dan 50% sisanya adalah karbohidrat dan protein (2/3 karbohidrat dan 1/3 protein) (10). Slogan "Isi Piringku" menggantikan slogan "4 Sehat 5 Sempurna" dalam panduan gizi harian untuk pola makan seimbang. Slogan ini juga menekankan pada pembatasan gula, garam dan lemak, dan dengan berkembangnya ilmu gizi maka panduan "4 Sehat 5 Sempurna" merupakan panduan gizi seimbang yang terdiri dari 10 pesan untuk menjaga gizi. Berdasarkan 10 pesan ini, kemudian terdapat empat pesan tambahan yaitu makan makanan yang seimbang, minum air yang cukup, olahraga setidaknya selama 30 menit sehari, dan mengukur kesehatan (tinggi dan berat badan) sesuai dengan kondisi fisik. Hal-hal penting yang perlu diingat antara lain mencuci tangan sebelum makan, melakukan aktivitas fisik yang cukup, minum air yang cukup, serta memeriksa tinggi dan berat badan (11).

Permasalahan lainnya adalah rendahnya asupan buah dan sayur pada anak sekolah. Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018, sebanyak 95,5% penduduk Indonesia tidak mengonsumsi lima porsi sayur dan buah per hari (12). Menurut WHO, asupan sayur dan buah yang dianjurkan setiap hari adalah 400 g, atau 250 g sayur dan 150 g buah (13). Hal ini sejalan dengan penelitian Zafira & Farapti (2020) yang menunjukkan bahwa konsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah masih relatif rendah. Rata-rata asupan sayur dan buah pada kelompok makan siang di sekolah mencapai 26,66g dan 25,53g (12). Dibandingkan rekomendasi WHO, asupan sayur dan buah pada kelompok makan siang di sekolah masing-masing hanya 11% dan 17%. Anak yang makan kurang

dari 5 porsi per hari mempunyai kemungkinan 3,94 kali lebih besar mengalami obesitas dibandingkan anak yang makan lebih dari 5 porsi per hari. Asupan sayur dan buah anak mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan anak, perilaku orang tua, dan ketersediaan pangan (12).

Studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Maret 2023 pada 15 siswa SDN 1 Landungsari, menunjukkan bahwa seluruh siswa tidak mengetahui slogan “Isi Piringku”. Berdasarkan perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT) diperoleh bahwa 7 siswa mempunyai status gizi lebih, sebanyak 6 siswa berstatus gizi kurang, dan 2 siswa memiliki IMT yang normal. Alasan dilakukan penelitian di SDN1 Landungsari karena masih rendahnya pengetahuan siswa tentang slogan Isi Piringku. dan informasi kesehatan terkait permasalahan gizi. . Oleh karena itu, dilakukan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan slogan”isi piringku” dan status gizi siswa di SDN 1 Landungsari Kecamatan Dau, Kabupaten Malang Tahun 2023. .

METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan desain penelitian *cross-sectional*. Lokasi penelitian di SDN 1 Landungsari Kecamatan Dau Kabupaten Malang Jawa Timur. Survei dilakukan pada tanggal 11 hingga 13 Mei 2023. Populasi penelitian adalah siswa kelas IV, V, dan VI SDN 1 Landungsari Kecamatan Dau Kabupaten Malang yang berjumlah 106 siswa dan diperoleh sampel sebesar 84 siswa menggunakan tehnik *random sampling*. Sampel dipilih secara acak agar dapat mewakili populasi. Kriteria inklusi penelitian ini adalah siswa sekolah dasar kelas IV, V, dan VI yang hadir pada saat penelitian dan bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi adalah siswa yang dalam kondisi sakit.

Variabel independent (Pengetahuan slogan “isi piringku”) diukur dengan menggunakan instrumen kuisioner meliputi pertanyaan tentang makanan sehat dan gizi seimbang dan variabel *dependen* (status gizi anak) di ukur dengan menggunakan indeks antropometri BB/U dan TB/U perhitungan Z-Score baku standar WHO- NHCS. Analisis data menggunakan perangkat lunak komputer untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan yang signifikan secara statistik menggunakan uji *chi-square* dengan tingkat signifikansi (α) 0,5 atau tingkat kepercayaan 95%, kemudian diambil kesimpulan. Jika nilai P lebih kecil dari nilai α (0,5), maka H_1 ditolak, hal ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *dependen* dan *independen*.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1 diketahui bahwa lebih dari setengahnya (57,14%) responden berumur 11 tahun, kurang dari setengahnya (46,43%) responden berada di kelas V, lebih dari setengahnya (52,38%) responden berjenis kelamin perempuan, dan lebih dari setengahnya (70,24%) responden dengan kategori IMT berat badan kurang (*underweight*).

Tabel 1.

Data Umum Penelitian Berdasarkan Umur, Kelas, Jenis Kelamin, Kategori IMT siswa

Karakteristik	n=84	Persentase
Umur		
9 tahun	7	8,33
10 tahun	11	13,09
11 tahun	48	57,14
12 tahun	17	20,24
13 tahun	1	1,19
Kelas		
IV	20	23,81
V	39	46,43

VI	25	29,76
Jenis Kelamin		
Laki-laki	40	47,62
Perempuan	44	52,38
Kategori IMT		
<i>Underweight</i>	59	70,24
Normal	17	20,24
<i>Overweight</i>	3	3,57
Obesitas	5	5,95

Analisis Univariat

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa lebih dari setengahnya (67,86%) responden memiliki pengetahuan slogan isi piringku kategori baik dan sebagian besar (76,19%) status gizi responden pada kategori normal.

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Isi Piringku dengan Status Gizi Anak

Variabel	n	Persentase
Pengetahuan Slogan Isi Piringku		
Baik	57	67,86
Cukup baik	25	29,76
Kurang baik	2	2,38
Status Gizi		
Sangat kurus	0	0
Kurus	0	0
Normal	64	76,19
Gemuk	12	14,29
Obesitas	8	9,52

Analisis Bivariat

Tabel 3 diketahui bahwa hasil uji bivariat dengan *pearson correlation* menunjukkan nilai Sig. $0,041 < 0,05$, artinya terdapat korelasi atau relevansi antar variabel dengan kategori sedang.

Tabel 3.
Hasil Uji Bivariat

Correlation	Status Gizi	Tingkat Pengetahuan
Status Gizi	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	-.092
	N	.041
Tingkat Pengetahuan	Pearson Correlation	84
	Sig. (2-tailed)	84
	N	-.092
		1
		.041
		84

. Tabel 4 diketahui hasil tabulasi silang, Analisa dengan uji statistic *Chi-Square* diperoleh *p-value* 0,036 yang berarti ada relevansi yang bermakna antara pengetahuan slogan isi piringku dengan

status gizi pada anak di SDN 1 Landungsari, Kecamatan Dau, Kabupaten Malang, dengan pengetahuan slogan isi piringku kategori baik dengan status gizi normal sebanyak 44 responden (52,38%).

Tabel 4.
Hasil Uji Chi Square

Variabel		Status gizi				Total	(%)	P-value		
		Normal	(%)	Gemuk	(%)				Obesitas	(%)
Tingkat pengetahuan	Baik	44	52,38	7	8,33	6	7,14	57	67,86	0,036
	Cukup	19	22,62	4	4,76	2	2,38	25	29,76	
	Baik									
	Kurang	1	1,19	1	1,19	0	0	2	2,38	
	Baik									
Total		64	76,19	12	14,29	8	9,52	84	100	

PEMBAHASAN

Tingkat Pengetahuan Tentang Slogan Isi Piringku

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar atau 67,86% responden mempunyai pengetahuan slogan isi piringku kategori baik. Hal ini temuan dari pengisian kuisioner tentang pengetahuan slogan isi piringku yang menunjukkan sebagian besar responden menjawab telah mengetahui tentang slogan isi piringku dapat menjaga dan meningkatkan status gizi, makanan yang bergizi sangat penting bagi pertumbuhan, pentingnya mengonsumsi sayur dan buah, mengetahui sumber karbohidrat, protein, kalsium, mineral, vitamin dan sudah mengetahui cara untuk mencukupi kebutuhan cairan tubuh.

Usia seseorang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuannya (14). Dalam penelitian ini, responden berusia antara 9 dan 13 tahun, dan lebih dari setengah responden berusia 11 tahun. Usia 9 hingga 13 tahun merupakan masa akhir masa kanak-kanak dan sering disebut dengan usia anak sekolah dasar. Anak usia sekolah kelompok yang sangat sensitif terhadap perubahan dan inovasi, karena anak usia sekolah dasar sedang berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan (14). Inilah saat yang paling tepat untuk mendidik anak tentang kesehatan, karena anak pada usia ini lebih mudah dibimbing dan dilatih. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya (14) yang menemukan bahwa anak usia sekolah sangat peka terhadap rangsangan, sehingga dapat dibimbing, diajarkan, dan ditanamkan kebiasaan baik, termasuk hidup bersih dan sehat.

Hasil survei menunjukkan lebih dari separuh responden adalah perempuan. Perbedaan *gender* tidak secara langsung mempengaruhi tingkat pengetahuan atau sikap seseorang (7). Anak perempuan biasanya memiliki sikap yang lebih baik dibanding anak laki-laki dalam memilih makanan. Akan tetapi, tidak ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan laki-laki dan perempuan dalam memahami pengetahuan tentang gizi (15). Status gizi normal pada responden juga dipengaruhi oleh adanya informasi yang sudah diberikan oleh guru di sekolah dan juga adanya media pendidikan yang sudah terpasang beberapa sudut sekolah yang berisi beberapa informasi terkait makanan dan minuman yang sehat dan bergizi untuk anak sekolah. Hal ini sama dengan penelitian yang telah dilakukan peneliti sebelumnya yang menyatakan bahwa intervensi pendidikan gizi pada anak sekolah menunjukkan peningkatan asupan makanan, terutama pendidikan mengenai pentingnya konsumsi buah dan sayuran (16).

Status Gizi

Hasil penelitian menunjukkan status gizi sebagian besar responden berada pada kategori normal. Status gizi dipengaruhi oleh penyerapan zat gizi dari makanan dan infeksi yang mengganggu metabolisme tubuh, penyerapan dan pemanfaatan zat gizi (17). Status gizi normal pada responden ini

mengindikasikan bahwa asupan gizinya dapat terpenuhi dengan baik, dimana makronutrien dan mikronutrien yang diperlukan oleh tubuh dapat di metabolisme oleh tubuh secara optimal. Kondisi ini dapat dilihat dari aktivitas fisik responden yang terlihat lincah dan aktif. Penelitian ini sesuai dengan peneliti sebelumnya (18) dari 373 responden di Wilayah Kota Luwuk diperoleh hasil pengukuran dan perhitungan IMT/U pada responden menunjukkan rata-rata remaja masuk dalam kategori status gizi normal (ideal) yang memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja mencapai tingkat optimal. Status gizi anak berdasarkan IMT/U ditemukan normal sebanyak 86,5% artinya kebutuhan gizi dilihat dari kebutuhan energi telah dipenuhi dengan baik (19).

Status gizi normal pada responden ini juga dapat dipengaruhi oleh peran pihak sekolah dalam memantau asupan gizi untuk anak. Hal ini dapat diketahui dari adanya edukasi isi piringku berupa x-banner pada siswa yang ditemukan di beberapa tempat di lingkungan sekolah, melarang siswa untuk tidak jajan sembarangan, mengaktifkan kantin sekolah dengan menu sehat dari sekolah setiap harinya. Pengenalan program Isi Piringku ini telah tersebar disegala media terutama melalui iklan televisi sehingga responden dan masyarakat umum dapat mengenal dan mengetahui tentang slogan tersebut. Selain itu, saat ini sering dijumpai buku ilustrasi tentang slogan isi piringku untuk memudahkan anak dalam mengingat slogan isi piringku. Buku ilustrasi merupakan media edukasi bagi orang tua dan anak untuk meningkatkan kesadaran akan kebiasaan makan yang mengikuti pedoman gizi seimbang yaitu isi piringku, karena kebiasaan dan kebiasaan makan perlu ditanamkan sejak usia dini (20).

Hubungan Pengetahuan Slogan Isi Piringku dengan Status Gizi Anak

Berdasarkan hasil uji statistik, menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan slogan isi piringku dengan status gizi pada siswa sekolah dasar di SDN 1 Landungsari, Kecamatan Dau, Kabupaten Malang. Program isi piringku adalah program pemerintah yang harus di sukseskan terutama dengan sasaran anak sekolah dasar untuk meningkatkan pengetahuan. Peningkatan pengetahuan menjadi salah satu masalah yang penting dalam pendidikan kesehatan dimana pengetahuan kesehatan akan berpengaruh kepada perilaku. Perilaku yang baik berhubungan dengan kebiasaan yang baik terutama tentang pola konsumsi makanan sehingga akan berdampak pada status gizi anak.

Tingkat pengetahuan slogan “isi piringku” berpengaruh dengan status gizi pada siswa SD. Pengetahuan yang baik, akan berdampak pada pola makan yang baik sehingga pemenuhan gizi pada siswa juga baik. Oleh karena itu, siswa sekolah dasar perlu diberikan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan tentang status gizi dan pola makan yang baik melalui slogan isi piringku. Menurut hasil penelitian Septianingrum (2023) (21) menyatakan bahwa edukasi Gizi “Isi Piringku” penting untuk menerapkan pola makan sehat dan kebutuhan nutrisi harian serta mencegah stunting. Kurangnya pengetahuan siswa sekolah dasar tentang terpenuhinya kebutuhan nutrisi sesuai gizi seimbang akan mempengaruhi sikap dan perilaku salah makan sehingga timbul masalah kesehatan pada siswa. Untuk itu, siswa SD perlu diberikan pengetahuan tentang cara pemenuhan gizi seimbang agar permasalahan kesehatan khususnya gizi dapat diatasi. .

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan lebih dari setengah responden mempunyai pengetahuan slogan isi piringku kategori baik dan sebagian besar status gizi responden pada kategori normal. Ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan slogan isi piringku dengan status gizi pada di SDN 1 Landungsari, Kecamatan Dau, Kabupaten Malang. Program isi piringku adalah program pemerintah yang harus di sukseskan terutama dengan sasaran anak SD untuk meningkatkan pengetahuan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kepada kepala sekolah, staf, guru dan siswa SDN 1 Landungsari, Kecamatan Dau, Kabupaten Malang, kami ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas keramahan, kerja keras,

dan dukungan yang telah diberikan. Artikel ini tidak akan menjadi nyata tanpa kontribusi berhargadari para partisipan.

DAFTAR PUSTAKA

1. UNICEF. Tanoto Foundation dan UNICEF Lanjutkan Kerja Sama demi Turunkan Stunting di Indonesia. New York: UNICEF; 2022.
2. World Health Organization. Obesity and Overweigh. Geneva : World Health Organization; 2020.
3. Muchtar F, Rejeki S, Hastian H. Pengukuran dan Penilaian Status Gizi Anak Usia Sekolah Menggunakan Indeks Massa Tubuh Menurut Umur. *Abdi Masy*. 2022;4(2):2–6.
4. Kandinasti S, Farapti. Obesitas : Pentingkah Memperhatikan Konsumsi Makanan di Akhir Pekan? *J Amerta Nutr*. 2018;2(4):307–16.
5. Amalia JO, Putri TA. Edukasi Gizi Seimbang pada Anak-Anak di Desa Bawuran, Kecamatan Pleret, Kabupaten Bantul. *J Pasopati Pengabd Masy dan Inov Pengemb Teknol*. 2022;4(1):65–70.
6. Yuniarti H, Susanto E. Improvement Of Balanced Nutritional Knowledge And Skills Through The Demonstration Of Isi Piringku In. *JCES (Journal Character Educ Soc*. 2021;4(2):495–503.
7. Giovani F. Hubungan Pengetahuan Isi Piringku dengan Status Gizi di SD Swasta Patria Al-Ittihadiyah Percut Sei Tuan. *Pap Knowl Towar a Media Hist Doc*. 2021;3(2):6.
8. Putra NN, Purwidiani N, Kristiastuti D, Nur CA. Analisis Jenis dan Desain Kemasan Snack Keripik Singkong Terhadap Minat Beli Konsumen. *J Tata Boga*. 2020;9(2):701–7.
9. Dinalar RW, Sulandjari S, Purwidiani N, Bahar A. Pengembangan Media Permainan Makan Sehat Yuk! Sebagai Pengenalan Slogan Isi Piringku pada Siswa Usia Sekolah Dasar. *J Tata Boga*. 2020;9(2):784–94.
10. Devriany A, Wulandari DA. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang “Isi Piringku” dengan Kejadian Stunting Anak Balita Usia 12-59 Bulan. *J Kesehat*. 2021;12(1):17.
11. Kementerian Kesehatan RI. *Isi Piringku*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2018.
12. Zafira D, Farapti F. Konsumsi Sayur dan Buah pada Siswa Sekolah Dasar (Studi pada Makan Siang Sekolah dan Bekal). *Amerta Nutr*. 2020;4(3):185.
13. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan; 2019.
14. Parlaungan J, Agustarika B, Abdulah VI. Pemberdayaan Guru PAUD Dalam Meningkatkan Pengetahuan Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak Usia 4-6 Tahun di Kota Sorong Tahun 2022. ... *J Pendidik* 2022;02(September):807–16.
15. Safriana. *Perilakumemilih Jajanan Pada Siswa Sekolah Dasar di Sdn. Garot Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar*. [Skripsi]. Universitas Indonesia; 2012.
16. Jeans MR, Landry MJ, Vandyousefi S, Hudson EA, Burgermaster M, Bray MS, et al. Effects of a School-Based Gardening, Cooking, and Nutrition Cluster Randomized Controlled Trial on Unprocessed and Ultra-Processed Food Consumption. *J Nutr*. 2023;153(7):2073–84.
17. Katharina T, Nurvidary A, Pebrianti D. Hubungan Antara Pengetahuan tentang Kebutuhan Gizi dan Indeks Massa Tubuh dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di Asrama Akademi Kebidanan Panca Bhakti Pontianak Kabupaten Kuburaya Tahun 2019. *Jurnal_Kebidanan*. 2021;9(1):368–78.
18. Herawati H, Putri U, Syahrir M, AR M. Status Gizi Remaja di Kota Luwuk. *J Kesmas Untika Luwuk Public Heal J*. 2019;10(1):20–30.
19. Supiyah D, Aprizal Ponda. Pengaruh Pendidikan Media Buku Saku “Isi Piringku” terhadap

- Pengetahuan dan Perilaku Ibu Siswa Sekolah Dasar. In: PROSIDING SEMNAS HILIRISASI HASIL PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT TAHUN 2022. Jakarta: Poltekkes Kemenkes Jakarta III; 2022. p. 118–28.
20. Septianingrum DA, Wahab T. Perancangan Buku Ilustrasi Sebagai Media Pengenalan “Isi Piringku” Dalam Pedoman Gizi Seimbang pada Anak Usia 4 Sampai 6 Tahun di Kabupaten Bogor. *e-Proceeding Art Des.* 2023;10(2):1707–22.
 21. Sinaga R, Tampubolon R, Dewi R, Susanti E, Andarina Y, Sukriyah S, et al. Penerapan Program Isi Piringku Untuk Mencegah Stunting pada Balita di Puskesmas Kokonao Distrik Mimika Barat Kabupaten Mimika Tahun 2022. In: *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*. 2022. p. 1–10.