

Pengaruh Media Kartu Bergambar dalam Edukasi Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan Gizi Anak di SDN Watuwali Desa Sungku Kecamatan Kulawi

Adeline Lorenza Penga^{1*}, Lilik Sofiatas Solikhah², Nurdiana³

¹⁻³Program Studi Gizi, Universitas Widya Nusantara, Indonesia

*Penulis Korespondensi: lorenzaadelin@gmail.com

Abstract. *At elementary school age, children experience a period of growth and need a balanced nutritional intake to support physical and mental development. Children's lack of understanding of balanced nutrition can make them vulnerable to nutritional problems such as malnutrition, obesity, or unhealthy food consumption habits. The purpose of this study is to determine the effect of balanced nutrition education using picture cards on the nutritional knowledge of students of SDN Watuwali, Sungku Village, Kulawi District, Sigi Regency. Method. Pre-Experimental Design with a one-group pretest-posttest approach. The population in this study is all students of grades IV, V, and VI at SDN Watuwali, totaling 45 students, with sampling techniques using total sampling. Data were collected using a knowledge questionnaire. Data analysis using the paired T-test. Research Results. The results of the research from 45 respondents were obtained: pre-test score of mean $\pm$ SD 46,33 $\pm$ 9,37, Min-Max 30-70, post-test scores of mean 70,22 $\pm$ 6,82, Min-Max 50-80. Then, there was an increase in the average score of student's nutrition knowledge from pre-test to post-test: 23.8889. There is an influence (P. Value < 0,0001). Conclusion. The results of the study show that there is a change in the level of nutrition knowledge of students after being educated using picture cards. Suggestion. It is necessary to collaborate and conduct more in-depth research with the Kulawi Health Center to further increase the understanding of the importance of balanced nutrition in children.*

Keywords: *Balanced Nutrition; Elementary School; Paired t-test; Picture Cards; Student Knowledge.*

Abstrak. Pada usia sekolah dasar, anak mengalami masa pertumbuhan dan membutuhkan asupan gizi yang seimbang untuk mendukung perkembangan fisik dan mental. Kurangnya pemahaman anak tentang gizi seimbang dapat menyebabkan anak rentan terhadap masalah gizi seperti gizi kurang, obesitas, atau kebiasaan konsumsi makanan tidak sehat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi seimbang menggunakan kartu bergambar terhadap pengetahuan gizi siswa SDN Watuwali Desa Sungku Kecamatan Kulawi Kabupaten Sigi. Desain *Pra-Eksperimental* dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV, V, dan VI di SDN Watuwali berjumlah 45 siswa, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan. Analisis data menggunakan Uji *Paired T-test*. Hasil penelitian dari 45 responden di dapatkan nilai sebelum edukasi (*pre-test*) Mean $\pm$ SD 46,33 $\pm$ 9,37, Min-Max 30-70 dan nilai sesudah edukasi (*post-test*) Mean $\pm$ SD 70,22 $\pm$ 6,82, Min-Max 50-80. Kemudian terjadi peningkatan nilai rata-rata skor pengetahuan gizi siswa dari *pre test* ke *post test* 23,8889. Ada pengaruh (*P.Value* < 0,001). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perubahan tingkat pengetahuan gizi siswa setelah diberikan edukasi menggunakan kartu bergambar. Perlu dilakukan kerjasama dan penelitian lebih mendalam dengan puskesmas kulawi untuk lebih meningkatkan pemahaman pentingnya gizi seimbang pada anak.

Kata kunci: Gizi Seimbang; Kartu Bergambar; *Paired t-test*; Pengetahuan Siswa; Sekolah Dasar.

1. LATAR BELAKANG

Pengetahuan anak tentang asupan gizi, termasuk jenis, sumber, dan sifat zat gizi dapat mempengaruhi status kesehatan. Pengetahuan gizi yang rendah dapat mengakibatkan ketidakseimbangan gizi, terutama pada anak usia sekolah dasar (Fentia, 2020). Pada usia sekolah dasar, anak mengalami masa pertumbuhan dan membutuhkan asupan gizi yang seimbang untuk mendukung perkembangan fisik dan mental. Kurangnya pemahaman anak tentang gizi dapat menyebabkan anak rentan terhadap masalah gizi seperti gizi kurang, obesitas, atau kebiasaan konsumsi makanan tidak sehat (Faridi, 2022).

Malnutrisi masih menjadi perhatian dunia karena angka prevalensi yang tinggi. Menurut *World Health Organization* (WHO), anak usia 5 – 19 tahun sebagian besar mengalami overweight, obesitas, dan gizi kurang, serta di prediksi stunting masih akan terjadi di 11 negara asia pasifik pada tahun 2023 termaksud Indonesia (WHO, 2023).

Edukasi gizi sejak dini menjadi pendekatan strategis dalam membentuk pola makan sehat. Penggunaan media visual seperti kartu bergambar telah terbukti meningkatkan pemahaman anak tentang makanan bergizi. Media ini dinilai lebih menarik dan interaktif dibandingkan media konvensional seperti leaflet atau poster. Penelitian sebelumnya (Candra, 2020) menunjukkan efektivitas kartu bergambar dalam meningkatkan skor pengetahuan gizi siswa. Hasil penelitian yang dilaksanakan Wahyuningsih, dkk (2019) bahwa ditemukan perbedaan pengetahuan yang signifikan setelah memberi edukasi gizi dengan memanfaatkan media *nutrition card* (Nufaisah, A., Yuliantini, E., & Darwis, D 2019).

Keberhasilan peningkatan pengetahuan anak dapat dipengaruhi oleh sejumlah faktor, salah satunya ialah media edukasi yang dimanfaatkan. Media edukasi sebagai alat yang dimanfaatkan dalam pendidikan dan berperan untuk membantu peragaan suatu hal dalam proses pembelajaran. Media edukasi gizi *nutrition card* adalah salah satu media edukasi dalam bentuk kartu. Kartu bergambar adalah alat edukatif yang dapat meningkatkan pengetahuan anak-anak SD tentang gizi seimbang (Amdani, S. K. 2019).

Kartu bergambar dapat menarik perhatian dan membantu anak-anak memahami dan mengingat konsep gizi melalui ilustrasi yang mudah dimengerti. Kartu bergambar lebih efektif untuk menciptakan proses pembelajaran menjadi lebih menyenangkan dan mampu menarik perhatian anak. Anak-anak cenderung lebih tertarik pada gambar dan permainan, sehingga kartu bergambar bisa lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan retensi informasi. (Fatimah, A. S., Weni, K., & Th Ninuk Sri, H. 2019)

di sdn watuwali desa sungku, kecamatan kulawi, masih terdapat keterbatasan akses terhadap informasi gizi. Berdasarkan observasi awal, anak-anak cenderung memilih jajanan tidak sehat dan belum pernah mendapatkan edukasi formal mengenai gizi seimbang. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas media kartu bergambar dalam edukasi gizi untuk meningkatkan pengetahuan siswa SD mengenai gizi seimbang di wilayah tersebut.

Dari masalah diatas peneliti tertarik untuk meneliti Pengaruh Media Kartu Bergambar Dalam Edukasi Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Gizi Anak Di SDN Watuwali Desa Sungku Kecamatan Kulawi. Penelitian diharapkan dapat untuk meningkatkan pengetahuan gizi anak SDN Watuwali Desa Sungku melalui edukasi gizi seimbang menggunakan kartu

bergambar. Dengan edukasi yang dirancang secara menarik dan interaktif, diharapkan anak-anak dapat memahami pentingnya pola makan sehat dan lebih selektif dalam memilih jajanan. Penelitian ini juga diharapkan memberikan kontribusi dalam meningkatkan kesadaran pihak sekolah dan masyarakat setempat mengenai pentingnya edukasi gizi untuk mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

2. KAJIAN TEORITIS

Gizi Anak Usia Sekolah

Anak usia sekolah dasar merupakan kelompok yang rentan terhadap kecukupan gizi, sehingga harus terus dipantau untuk menghindari ketidakcukupan gizi. Usia sekolah dasar ditandai dengan mulainya anak masuk sekolah dasar, dan juga dimulainya sejarah yang baru dalam kehidupannya yang dapat mempengaruhi dan mengubah pengetahuan dan sikapnya (Cornelia, 2024).

Masalah Gizi Anak Usia Sekolah

Gizi kurang akan membawa dampak negatif terhadap pertumbuhan fisik maupun mental. Terjadinya keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan yang sulit disembuhkan. Selain itu anak dengan gizi kurang akan memiliki kemampuan untuk belajar, bekerja dan bersikap yang lebih terbatas dibandingkan dengan anak yang normal. Dampak yang lebih serius dari masalah gizi kurang adalah timbulnya kecacatan, kesakitan dan kematian. Apabila gizi kurang berlangsung lama maka akan menyebabkan gizi buruk. Pada keadaan ini dapat menjadi kwashiorkor dan marasmus yang biasanya disertai penyakit lain seperti diare, infeksi, penyakit pencernaan, infeksi saluran pernapasan bagian atas, anemia dan lain – lain. (Rahmat, 2023).

Edukasi Gizi

Edukasi gizi adalah pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku individu atau masyarakat yang diperlukan dalam peningkatan atau dalam mempertahankan gizi agar tetap baik. Selain itu, edukasi gizi ditujukan kepada sasaran sebagai salah satu upaya untuk mengadakan perubahan pengetahuan, sikap, keterampilan maupun praktek dalam hal konsumsi makanan Notoatmodjo (2019).

Keberhasilan edukasi gizi, dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor penyuluh (komunikator), faktor sasaran (komunikan), faktor proses dalam penyuluhan seperti penggunaan media.

Media Edukasi Gizi

Flashcard merupakan alat peraga yang biasanya memiliki ukuran 25 x 30 cm dan memiliki gambar. Media ini digunakan dalam penyampaian masalah tertentu. Gambar yang

tersedia pada media *flashcard* dapat digambar menggunakan tangan atau dicetak dari sebuah foto. Keterangan perihal gambar tersebut kemudian dicantumkan pada bagian belakang seluruh kartu dan wajib dibaca oleh pengguna *flashcard*. Berbagai gambar pada media tersebut disajikan sebagai bagian dari rangkaian pesan yang ingin disampaikan. Dengan demikian, klien/sasaran mampu mengingat pokok-pokok pembicaraan. *Flashcard* memiliki sejumlah keuntungan yakni dapat disimpan dalam jangka waktu yang lama, dapat dibawa kemana-mana dengan mudah, *flashcard* yang sama dapat digunakan oleh individu yang sudah mengerti untuk meneruskan kembali informasi kepada individu lainnya, media *flashcard* dapat digunakan untuk kelompok maksimal 30 orang (Amdani, S. K. 2019).

Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil tahu yang diperoleh individu sesudah melakukan penginderaan kepada suatu obyek. Penginderaan tersebut dapat dilakukan dengan memanfaatkan pancaindera manusia yang terdiri atas indera penciuman, pendengaran, penglihatan, raba maupun rasa. Manusia memperoleh sebagian besar pengetahuannya dengan menggunakan telinga dan mata. Kognitif atau pengetahuan adalah domain yang berperan penting untuk menentukan tindakan individu (*Overt Behavior*). Pengetahuan individu dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, yakni: Usia, Pendidikan, Lingkungan, Sosial Budaya. (Retnaningsih, R.2019).

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *Pra-Eksperimental* dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest*. Diselenggarakan di SDN Watuwali Desa Sungku Kecamatan Kulawi pada bulan Agustus 2025. Penelitian ini telah lulus persetujuan kode etik 1210/UN4.14.1/TP.01.02/2025.

Penelitian ini menggunakan teknik total sampling, menggunakan karakteristik inklusi siswa siswi yang bersekolah di sdn watuwali, siswa siswi yang mampu berbahasa Indonesia dengan baik dan benar, siswa siswi berkemampuan dalam menulis dan membaca. Data primer dikumpulkan melalui kuesioner *pretest* dan *posttest* yang diisi oleh responden secara langsung setelah mendapatkan intervensi edukasi gizi dengan kartu bergambar.

Statistical Product and Service Solution (SPSS), dimanfaatkan guna melakukan analisis terhadap data, Ada 2 jenis analisis yang dipakai yaitu univariat serta bivariat, Analisis univariat menjelaskan setiap variabel penelitian seperti jenis kelamin siswa, usia, kelas siswa, pengetahuan, *pretest* dan *post test*. Sedangkan analisis bivariat untuk melihat kemaknaan pengaruh antara variabel independen edukasi gizi seimbang dengan media kartu bergambar.

Uji *Paired T-Test* dipakai guna mengetahui apakah ada pengaruh antara edukasi gizi seimbang dan kartu bergambar terhadap pengetahuan gizi anak di sdn watuwali. Nilai signifikan P-Value <0,001 yang berarti terdapat pengaruh edukasi gizi dengan media kartu bergambar terhadap tingkat pengetahuan siswa SDN Watuwali.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Siswa,Usia,Kelas Siswa,Pengetahuan, Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang dengan Kartu Bergambar Terhadap Pengetahuan Gizi Anak SDN Watuwali Desa Sungku, Kecamatan Kulawi, Kabupaten Sigi. *Pre Test* dan *Post Test* di SDN Watuwali.

Karakteristik Subjek	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin Siswa		
Laki-Laki	22	48,9%
Perempuan	23	51,1%
Usia (Tahun)		
10 Tahun	15	33,3%
11 Tahun	13	28,8%
12 Tahun	17	37,7%
Kelas Siswa		
Kelas 4	15	33,3%
Kelas 5	13	28,9%
Kelas 6	17	37,8%
Pre Test		
Kurang	38	86,7%
Sedang	6	13,3%
Baik	0	0%
Post Test		
Kurang	1	2,2%
Sedang	44	97,8%
Baik	0	0%

^a total sampel keseluruhan, Sumber: Data Primer, 2026.

Berdasarkan Tabel 4.1 Distribusi responden maka didapatkan jenis kelamin responden terbanyak adalah jenis kelamin perempuan. Usia terbanyak di tempati usia 12 tahun. Dan Kelas terbanyak ialah kelas 6. Menurut hasil *Pre Test* nilai yang di dapat responden di nominasi nilai kurang. Kemudian Hasil *Post Test* nilai yang di dapat meningkat sehingga nilai yang di dapat sebagian besar responden ialah nilai sedang.

Analisi Bivariat

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang dengan Kartu Bergambar Terhadap Pengetahuan Gizi Anak SDN Watuwali Desa Sungku, Kecamatan Kulawi, Kabupaten Sigi.

Pengukuran Pengetahuan	Mean ± SD	Nilai Terendah-Tertinggi (Min-Max)	P – Value	Selisi Kenaikan (Mean Difference)
Sebelum (Pre-Test)	46,33 ± 9,37	30 - 70	0,000	23,8889
Sesudah (Post-Test)	70,22 ± 6,82	50 – 80		

Sumber: Data Primer, 2026.

Dari hasil analisis *Paired T-Test* pengaruh antara edukasi gizi seimbang dengan kartu bergambar terhadap pengetahuan gizi anak sdn watuwali di dapatkan nilai sebelum edukasi (*pre-test*) Mean $\pm$ SD 46,33 $\pm$ 9,37, Min-Max 30-70 dan nilai sesudah edukasi (*post-test*) Mean $\pm$ SD 70,22 $\pm$ 6,82, Min-Max 50-80. Kemudian terjadi peningkatan nilai rata rata skor pengetahuan gizi siswa dari *pre test* ke *post test* 23,8889 Hasil uji statistik dengan menggunakan Uji *Paired T- Tes* diperoleh nilai *P. Value* < 0,001 yang berarti nilai P < 0,05 jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan proporsi yang signifikan setelah diberikan edukasi gizi dengan menggunakan kartu bergambar. Dengan kata lain bahwa terdapat pengaruh edukasi gizi dengan media kartu bergambar terhadap tingkat pengetahuan siswa SDN Watuwali.

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Kategori Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Edukasi Gizi Seimbang dengan Kartu Bergambar Anak SDN Watuwali Desa Sungku, Kecamatan Kulawi, Kabupaten Sigi.

Tingkat Pengetahuan	(Pre-Test)		(Post-Test)	
	Jumlah (N)	Persentase (%)	Jumlah (N)	Persentase (%)
Baik (Skor $\geq$ 80)	0	0	0	0
Sedang (Skor 60-79)	6	13,3	44	97,8
Kurang (Skor <60)	38	86,7	1	2,2
Total	45	100	45	100

Sumber: Data Primer, 2026.

Distribusi responden menurut hasil *Pre Test* dan *Post Test* maka didapatkan peningkatan nilai dari nilai *Pre Test* ke *Post Test* dimana pada saat *Pre Test* responden banyak yang memiliki nilai kurang sedangkan saat *Post Test* sebagian besar responden mengalami peningkatan nilai mendapatkan nilai cukup.

Tabel 4. Kategori Tafsiran Efektifitas *N-Gain*.

Persentase (%)	Tafsiran
<40	Tidak Efektif
40-55	Kurang Efektif
56-75	Cukup Efektif
>76	Efektif

Melalui perhitungan nilai *pre-test* dan *post-test* siswa setelah penerapan media dengan uji *N-Gain* akan terlihat seberapa efektif media pembelajaran yang dikembangkan. Hasil perhitungan uji *N-Gain* yang diperoleh dalam penelitian dan pengembangan ini adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan rekapitulasi hasil Uji *N-Gain*.

Kategori Efektivitas (N-Gain)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Efektif (>76%)	0	0%
Cukup Efektif (56%-75%)	11	24,4%
Kurang Efektif (40%-55%)	19	42,2%
Tidak Efektif (<40%)	15	33,4%
Total	45	100%

Sumber: Data Primer, 2026.

Berdasarkan tabel rangkuman hasil uji *N-Gain* diatas dapat dilihat bahwa dari 45 orang siswa 33,4% masuk dalam kategori tidak efektif, 42,2% kurang efektif, 24,4% cukup efektif dan 0% efektif untuk meningkatkan nilai hasil belajar siswa kelas IV, V dan VI SDN Watuwali Desa Sungku, Kecamatan Kulawi, Kabupaten Sigi

Pembahasan

Pengaruh Antara Edukasi Gizi Seimbang Dengan Media Kartu Bergambar Terhadap Pengetahuan Gizi Anak SDN Watuwali Desa Sungku, Kecamatan Kulawi, Kabupaten Sigi. Berdasarkan analisis data *pre test*, diketahui bahwa lebih dari setengahnya responden (86,7%) memiliki tingkat pengetahuan kurang, diikuti (13,3%) responden dengan pengetahuan sedang, dan (0%) responden dengan pengetahuan baik. Peneliti berpendapat pengetahuan gizi seimbang merupakan pengetahuan seseorang yang berhubungan dengan makanan dan kesehatan yang berperan penting dalam menentukan derajat kesehatan. Pengetahuan awal siswa dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti kurangnya informasi gizi yang di dapatkan di sekolah, pengetahuan keluarga dan kebiasaan keluarga. Proporsi siswa dengan pengetahuan baik pada *pre test* menunjukkan adanya dasar pemahaman, namun adanya kurang pengetahuan pada konsep gizi menegaskan perlunya intervensi edukasi yang terstruktur.

Setelah edukasi gizi dengan media kartu bergambar, analisis data *post test* menunjukkan peningkatan signifikan. Sebagian besar responden (97,8%) mencapai tingkat pengetahuan sedang, dengan 2,2% responden berpengetahuan kurang. Peneliti berasumsi bahwa edukasi gizi merupakan penyampaian informasi nutrisi seimbang untuk mendukung kesehatan dan kesejahteraan. Edukasi dengan kartu bergambar dapat merangsang kemampuan berpikir kritis dan pemahaman konsep tentang gizi. Peningkatan ini terjadi karena tehnik penyampaian menggunakan kartu bergambar mampu menciptakan suasana belajar yang lebih interaktif dan menarik bagi responden, sehingga materi lebih mudah dipahami. Dari 20 soal 2 item pertanyaan dimana item pengetahuan macam-macam sumber protein dan sayur (3,5,14 dan 19) yang pada saat *pre test* dan *post test* mengalami peningkatan yang cukup baik dimana dari keempat pertanyaan tersebut dapat di lihat bahwa pemahaman siswa tentang gizi dan konsep pola makan cukup meningkat. Dimana responden dapat memahami pola makan yang baik serta kandungan gizi yang baik untuk di konsumsi. Terdapat beberapa responden yang nilainya stagnan dan ada yang memiliki nilai yang turun hal tersebut di sebabkan oleh sulitnya pengendalian responden pada saat intervensi dilakukan. Untuk pengetahuan jangka Panjang perlu dilakukan pengulangan edukasi yang meningkat, seperti sesaat setelah materi selesai, 1 hari kemudian, 1 minggu kemudian dan 1 bulan kemudian. Penerapan metode ini di sekolah

yang berbeda memerlukan penyesuaian model pembelajaran guna melihat tingkat keberhasilan intervensi.

Berdasarkan Uji Paired Sample *T-Test*, nilai *P Value* <0,001 menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada skor pengetahuan. Mengindikasikan adanya pengaruh edukasi gizi dengan media kartu bergambar terhadap pengetahuan tingkat pengetahuan gizi siswa SDN watuwali. Edukasi dengan kartu bergambar adalah metode edukasi interaktif yang seru dan menantang. Dirancang menguji daya tangkap siswa seputar pengetahuan gizi, metode ini juga melatih berpikir kritis dan meningkatkan pemahaman. Berdasarkan hasil uji *N-Gain*, pengaruh penggunaan kartu bergambar dalam meningkatkan hasil belajar siswa kelas IV, V, VI SDN Watuwali Desa Sungku, Kecamatan Kulawi, Kabupaten sigi berada pada kategori yang bervariasi. Sebagian besar siswa menunjukkan peningkatan yang tidak efektif, sementara sebagian kecil lainnya berada pada kategori cukup efektif. Tidak ada siswa yang masuk dalam kategori efektif. Dari hasil tersebut, peneliti berasumsi bahwa tingkat pengaruh kartu bergambar pada penelitian ini di pengaruhi oleh tehnik peneliti menyampaikan edukasi gizi kepada responden.

Hasil penelitian ini sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Wijayanti & Aflaha (2024) media edukasi dengan kartu bergambar mampu meningkatkan pemahaman dan kemampuan siswa dalam mempelajari materi pelajaran di sekolah dasar.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian terdapat Pengaruh Antara Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang Dengan Kartu Bergambar Terhadap Pengetahuan Gizi Anak SDN Watuwali Desa Sungku, Kecamatan Kulawi, Kabupaten Sigi dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perubahan tingkat pengetahuan gizi siswa setelah diberikan edukasi menggunakan kartu bergambar.

Disarankan kepada pihak Sekolah dapat bekerjasama dengan Puskesmas Kulawi untuk lebih meningkatkan pelayanan penyuluhan tentang pentingnya gizi pada anak guna tumbuh kembang anak yang baik, disarankan kepada orang tua dan masyarakat untuk lebih memahami pentingnya gizi seimbang pada anak dan memilihkan makanan sehat sehari-hari, dan disarankan perlu penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor lain yang berpengaruh Terhadap Pengetahuan Gizi Anak SDN Watuwali Desa Sungku, Kecamatan Kulawi, Kabupaten Sigi.

DAFTAR REFERENSI

- Ahmad, & Muslimah. (2021). Memahami teknik pengolahan dan analisis data kualitatif. *Proceedings of Palangka Raya International and National Conference on Islamic Studies (PINCIS)*, 1(1).
- Amdani, S. K. (2019). *Perbedaan pengetahuan ibu pasien yang diberi konseling gizi menggunakan media leaflet dan media lembar balik di ruang anak Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta* [Tesis, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta].
- Anufia, B., & Alhamid, T. (2019). *Instrumen pengumpulan data*.
- Badi'ah, A., & Kp, S. (2024). Pendidikan kesehatan dan konsultasi gizi. Dalam *Ilmu gizi dan pangan (Teori dan penerapan)* (hlm. 89).
- Candra. (2020). *Buku epidemiologi stunting*. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Cornelia, S. K. M., et al. (2024). *Konseling gizi*. Penebar Plus.
- Faridi, A. (2022). *Gizi dalam daur kehidupan*. Yayasan Kita Menulis.
- Fatimah, A. S., Weni, K., & Hartini, T. N. S. (2019). *Efektivitas penyuluhan gizi menggunakan media PGS cards dibandingkan leaflet terhadap peningkatan pengetahuan pedoman gizi seimbang pada siswa sekolah dasar* [Tesis, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta].
- Febriati Yurni, A., Sinaga, T., Ekologi Manusia, F., & Departemen Gizi Masyarakat, D. (2019). Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan praktik membawa bekal menu seimbang anak sekolah dasar [Effect of nutrition education on knowledge and practice in bringing a balanced meal box among school-aged children].
- Fentia, L. (2020). *Faktor risiko gizi kurang pada anak usia 1–5 tahun dari keluarga miskin*. NEM.
- Herdianti, A. F. (2023). *Pengaruh pemberian media Traffic Light Card (TLC) tentang pengaturan makan terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kebumen I* [Tesis, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta].
- Irnani, H., & Sinaga, T. (2019). Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan, praktik gizi seimbang dan status gizi pada anak sekolah dasar. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(?), ?–?.
- Nufaisah, A., Yuliantini, E., & Darwis. (2019). Pengaruh edukasi gizi seimbang dengan permainan kartu bergambar dan puzzle terhadap pengetahuan anak Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Kota Bengkulu tahun 2019. *Al Fitrah: Journal of Early Childhood Islamic Education*, 3(1), 1–10.
- Persatuan Ahli Gizi Indonesia. (2020). *Stop stunting dengan konseling gizi*. Penebar Plus.
- Pina Septiana, P., Desi, & Suaebah. (2020). *Edukasi gizi pemilihan jajanan sehat menggunakan media kartu bergambar*.
- Rahmat, A. I. M. (2023). *Zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak)*.
- Ramdhani, A., Handayani, H., & Setiawan, A. (2021). Hubungan pengetahuan ibu dengan kejadian stunting. Dalam *Prosiding Seminar Nasional LPPM UMP* (hlm. 28–35).
- Retnaningsih, R. (2019). Hubungan pengetahuan dan sikap tentang alat pelindung telinga dengan penggunaannya pada pekerja di PT. X. *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*, 1(1), 67–81.

- Roflin, E., & Liberty, I. A. (2021). *Populasi, sampel, variabel dalam penelitian kedokteran*. NEM.
- Septiana, P. (2019). Edukasi media kartu bergambar berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap anak dalam pemilihan jajanan sehat di SD Negeri Pontianak Utara. *Pontianak Nutrition Journal*.
- Survei Kesehatan Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Ulfa, R. (2021). Variabel penelitian dalam penelitian pendidikan. *Al-Fathonah*, 1(1), 342–351.
- Wahyuningsih, N., Martaningsih, S. T., & Supriyanto, A. (2021). *Makanan sehat dan bergizi bagi tubuh*. K-Media.
- Wijayanti, A., & Aflaha, A. (2024). Desain media dadu misteri untuk meningkatkan kemampuan pemahaman konsep IPS subtema manusia dan lingkungan pada siswa kelas V SDN Bima Kota Cirebon tahun pelajaran 2022/2023. *Jurnal Sosiologi Pendidikan dan Pendidikan IPS (SOSPENDIS)*, 2(1), 1–16.
- World Health Organization. (2023). *Joint child malnutrition estimates 2023 edition*.
- Wulandari, A. (2018). *Pengaruh penggunaan kartu Uno sebagai media permainan tentang buah dan sayur pada anak sekolah dasar di SDN Brosot dan SDN Prembulan Galur Kulonprogo* [Tesis, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta].