



## PENGARUH EDUKASI GIZI MELALUI MEDIA BERGAMBAR DAN PERMAINAN TERHADAP PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK SEKOLAH DASAR (SUATU PENDEKATAN STUDI LITERATURE REVIEW)

**Resta Yuningsih<sup>1</sup>, Ratih Kurniasari<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Program Studi S1 Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Singaperbangsa Karawang, Jalan HS. Ronggo Waluyo, Puseurjaya, Kec. Telukjambe Tim., Kabupaten Karawang, Jawa Barat 41361

Email : [1810631220021@student.unsika.ac.id](mailto:1810631220021@student.unsika.ac.id)

<sup>2</sup> Program Studi S1 Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Singaperbangsa Karawang, Jalan HS. Ronggo Waluyo, Puseurjaya, Kec. Telukjambe Tim., Kabupaten Karawang, Jawa Barat 41361

Email : [ratih.kurniasari@fkes.unsika.ac.id](mailto:ratih.kurniasari@fkes.unsika.ac.id)

### Abstrak

Di Indonesia, pengetahuan tentang gizi seimbang khususnya pada anak masih termasuk rendah. Hal tersebut mengakibatkan sampai saat ini Indonesia masih menghadapi permasalahan gizi seperti kekurangan gizi, stunting, kelebihan gizi dan obesitas. Karenanya edukasi gizi harus diberikan sedini mungkin. Dalam memberikan edukasi gizi, media sangat penting untuk membantu menyampaikan pesan kepada sasaran. Media yang tepat dapat menimbulkan semangat belajar sehingga meningkatkan keaktifan siswa pada saat belajar. Media yang dimaksud diantaranya media bergambar dan permainan seperti komik, *edutainment card* dan teka-teki silang. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi yang diberikan melalui media bergambar dan permainan terhadap pengetahuan gizi seimbang anak sekolah dasar. Pencarian literatur pustaka dilakukan melalui pencarian online di Google Cendekia dan juga website SINTA (*Science and Technology Index*). Tinjauan pustaka naratif dilakukan untuk mensintesa informasi dari beberapa jurnal terpilih yang meneliti tentang pengaruh edukasi gizi melalui media bergambar dan permainan terhadap pengetahuan gizi seimbang anak sekolah dasar. Hasil dari *literature review* menunjukkan bahwa edukasi gizi baik menggunakan metode ceramah, media bergambar maupun permainan sama-sama meningkatkan pengetahuan terkait gizi seimbang. Hanya saja media bergambar dan permainan lebih efektif dan lebih signifikan dibandingkan dengan metode ceramah.

**Kata kunci** : gizi; media; pengetahuan

### Abstract

*In Indonesia, knowledge about balanced nutrition, especially in children, is still low. This has resulted in Indonesia still facing nutritional problems such as malnutrition, stunting, excess nutrition and obesity. Therefore nutrition education should be given as early as possible. In providing nutrition education, the media is very important to help convey the message to the target. The right media can create a spirit of learning so as to increase student activity during learning. The media in question include pictorial media and games such as comics, edutainment cards and crossword puzzles. The purpose of this study was to determine the effect of nutrition education provided through illustrated media and games on the knowledge of balanced nutrition for elementary school children. Literature searches were carried out through online searches on Google Scholar and the SINTA (Science and Technology Index) website. A narrative literature review was conducted to synthesize information from several selected journals that examined the effect of nutrition education through illustrated media and games on the knowledge of balanced nutrition for elementary school children. The results of the literature review show that nutrition education using both the lecture method, illustrated media and*

*games both increase knowledge related to balanced nutrition. It's just that pictorial media and games are more effective and more significant than the lecture method.*

**Keywords** : *nutrition; media; knowledge*

## **Pendahuluan**

Pada saat ini, masalah gizi merupakan permasalahan yang masih dihadapi oleh Indonesia. Salah satunya disebabkan karena rendahnya pengetahuan. Banyak penelitian yang menunjukkan bahwa di Indonesia pengetahuan anak mengenai gizi seimbang masih rendah. Penelitian Fatimah, A.S. dkk di Sleman menunjukkan bahwa 56,92% sampel termasuk dalam kategori “kurang” <sup>(1)</sup>. Begitupun pada penelitian lain yang dilakukan Mustikaningsih, D. dkk di kota Semarang menunjukkan bahwa 66,7% sampel termasuk dalam kategori pengetahuan gizi “kurang” <sup>(2)</sup>.

Pengetahuan merupakan hasil yang didapatkan seseorang melalui indra yang ia miliki (mata, hidung, telinga dan lainnya). Penelitian yang dilakukan Mustikaningsih, D. dkk menunjukkan bahwa pengetahuan anak sekolah dasar terkait gizi seimbang meningkat setelah diberikan edukasi gizi baik melalui ceramah maupun permainan <sup>(2)</sup>. Maka dari itu edukasi gizi harus diberikan sedari kecil. Anak-anak identik dengan rasa ingin tahu yang tinggi. Usia yang tepat untuk anak diberikan edukasi terkait gizi adalah 6-14 tahun, hal ini dikarenakan rentang usia tersebut adalah periode intelektual dimana anak mulai mengerti dan cukup umur dalam menerima informasi <sup>(3)</sup>.

## **Metode**

Pencarian awal literatur dilakukan melalui mesin pencarian Google Scholar dan juga website SINTA (*Science and Technology Index*) untuk mencari jurnal dan artikel penelitian asli yang terakreditasi. Dengan kata kunci yaitu edukasi gizi, pengetahuan, gizi seimbang, anak sekolah dasar, media komik, *edutainment card* dan teka teki silang.

Dalam memberikan pendidikan gizi, media menjadi komponen penting untuk membantu menyampaikan pesan kepada sasaran. Media yang tepat dapat menimbulkan semangat belajar sehingga meningkatkan keaktifan siswa dalam proses pembelajaran. Selain itu Faizah, dalam penelitiannya menyebutkan bahwa media cerita bergambar lebih efisien dalam meningkatkan hasil kecakapan berbahasa dibandingkan media cerita tanpa gambar. Dalam hal ini, media yang dimaksud adalah komik <sup>(4)</sup>.

Menurut Lee, anak-anak identik dengan permainan. Hal tersebut menyebabkan media permainan lebih menarik untuk anak-anak. Ketika anak-anak masih tertarik pada media, maka pesan yang disampaikan akan lebih mudah diserap <sup>(5)</sup>. Media permainan yang dapat digunakan diantaranya puzzle, kartu belajar dan teka-teki silang dapat meningkatkan pemahaman pada anak.

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat dampak edukasi gizi yang diberikan melalui media bergambar dan permainan terhadap pengetahuan gizi seimbang anak sekolah dasar.

Tinjauan pustaka naratif dilakukan untuk mensintesa informasi dari beberapa jurnal terpilih yang meneliti tentang pengaruh edukasi gizi melalui media bergambar dan permainan terhadap pengetahuan gizi seimbang anak sekolah dasar.

## Hasil

Hasil dari kajian membuktikan edukasi gizi melalui media bergambar dan permainan mempengaruhi peningkatan pengetahuan gizi

seimbang anak sekolah dasar. Hasil penelitian tersebut terangkum pada Tabel.1.

**Tabel 1. Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Bergambar dan Permainan Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Anak Sekolah Dasar**

Referensi	Sampel	Desain Penelitian	Variabel	Intervensi	Hasil
<b>Redyastuti, E. dkk. 2017.</b>	33 orang siswa kelas 5 SDN Bugangan 3 Kota Semarang dan 33 siswa kelas 5 SDN Rejosari 01 Kota Semarang (33 laki-laki dan 33 perempuan)	<i>Quasi Experimental design</i> dengan <i>pretest–posttest control group design</i>	Pengetahuan dan Sikap tentang Gizi Seimbang	Edukasi Gizi melalui media komik dan ceramah	Hasil : Ada peningkatan sebanyak 6,36 poin pada rerata skor pengetahuan kelompok perlakuan. Dan pada kelompok kontrol 3,79 poin. Rerata skor sikap pada kelompok perlakuan juga mengalami peningkatan sebesar 0,98 poin dan pada kelompok kontrol turun sebesar 1,82 poin. Kesimpulan: Edukasi Gizi melalui media komik dan ceramah berpengaruh pada kenaikan tingkat pengetahuan anak sekolah dasar terkait gizi seimbang. Edukasi Gizi melalui media komik juga berpengaruh terhadap peningkatan sikap anak sekolah dasar terkait gizi seimbang. Namun, edukasi gizi melalui media ceramah tidak berpengaruh terhadap peningkatan sikap anak sekolah dasar.
<b>Mustika ningsih, D. dkk. 2019</b>	60 siswa kelas 5 SDN Palebon 02 Pedurungan, Semarang (31 laki-laki dan 29 perempuan)	Eksperimental dengan <i>pretest - posttest control group design</i> .	Pengetahuan tentang Pedoman Gizi Seimbang	Edukasi Gizi melalui media <i>edutainment card</i> dan ceramah	Hasil : Pada post test pertama peningkatan skor kelompok kontrol lebih signifikan dibandingkan kelompok perlakuan dengan peningkatan skor sebesar 7,17 poin. Sementara peningkatan skor pada kelompok perlakuan sebesar 5 poin. Namun, pada post test kedua skor berbanding terbalik. Skor kelompok perlakuan meningkat secara signifikan sebesar 21,83 poin dan skor kelompok kontrol meningkat sebesar 11,83 poin. Meskipun begitu, keduanya sama-sama berpengaruh meningkatkan pengetahuan terkait pedoman gizi seimbang anak SD Kesimpulan: Edukasi Gizi melalui media <i>edutainment card</i> dan ceramah dapat meningkatkan pengetahuan anak sekolah dasar.
<b>Mahmudah, U. 2019.</b>	42 siswa kelas 4 dan 5 SD Donohudan I rentang usia 9-12	<i>Quasi Experimental design</i> dengan <i>pretest–posttest control group</i>	Pengetahuan tentang Gizi Seimbang	Edukasi Gizi melalui media TTS dan ceramah	Hasil : Terdapat peningkatan pada rerata skor pengetahuan kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Pada kelompok perlakuan skor naik sebesar 30,34 poin sementara pada

tahun (22 laki-laki dan 20 perempuan)	<i>design</i>	kelompok kontrol kenaikan skornya sebesar 16 poin. Kesimpulan : Ceramah dan TTS berpengaruh meningkatkan pengetahuan anak SD terkait gizi. Hanya saja media TTS memiliki pengaruh yang lebih signifikan dibandingkan ceramah.
---------------------------------------	---------------	--

## Pembahasan

### Karakteristik Sampel

Berdasarkan literatur yang digunakan, sampel yang digunakan pada penelitian adalah anak sekolah dasar. Hal tersebut dikarenakan usia sekolah dasar termasuk fase dimana anak tumbuh dan berkembang. Keoptimalan pertumbuhan pada masa remaja tergantung pada kualitas dan kuantitas asupan gizi yang diberikan pada saat usia sekolah dasar

Rentang usia sampel yang digunakan yaitu 8-12 tahun. Pada usia tersebut anak dinilai sudah mulai memahami konsekuensi atas perlakuannya baik terhadap orang tua, teman dan orang lain <sup>(6)</sup>. Karakteristik anak usia sekolah dasar menurut Hardinsyah antara lain aktif bergerak, senang melakukan aktivitas fisik diluar rumah serta berisiko terkena sumber penyakit <sup>(7)</sup>.

Selain itu, jumlah sampel yang digunakan pada penelitian lebih banyak laki-laki dibandingkan dengan sampel perempuan. Laki-laki cenderung bersifat agresif pada hal baru dan lebih tertarik pada tantangan dibandingkan perempuan <sup>(8)</sup>.

Sebelum dilakukan intervensi, seluruh penelitian menunjukkan bahwa hanya sedikit sampel yang memiliki pengetahuan gizi yang baik. Rata-rata pengetahuan gizi yang dimiliki oleh sampel masuk kedalam kategori “sedang”. Dan sisanya masuk kedalam kategori “kurang”.

### Peningkatan Skor Pengetahuan

Dari seluruh referensi yang digunakan, penelitian tentang edukasi gizi melalui media bergambar yaitu komik dan permainan seperti teka-teki silang dan *edutainment card* seluruhnya menunjukkan peningkatan skor.

Peningkatan skor ini membuktikan adanya perubahan pengetahuan anak sekolah dasar

terkait gizi seimbang kearah yang lebih baik. Peningkatan skor yang paling signifikan adalah penelitian edukasi gizi melalui media bergambar dan permainan.

Pada penelitian Mahmudah, U. menunjukkan bahwa edukasi gizi melalui media teka-teki silang memberikan peningkatan pengetahuan yang sangat signifikan dengan skor peningkatan sebesar 30,34 poin <sup>(9)</sup>. Selanjutnya ada penelitian Mustikaningsih, D. dkk yang menunjukkan bahwa edukasi gizi melalui media *edutainment card* memberikan peningkatan pengetahuan yang signifikan sebesar 21,83 poin <sup>(2)</sup>. Dan yang terakhir adalah penelitian Redyastuti, E. dkk menunjukkan edukasi menggunakan media komik memberikan pengaruh pada peningkatan pengetahuan anak sekolah dasar dengan skor 6,36 poin <sup>(10)</sup>.

Sedangkan untuk edukasi gizi melalui metode ceramah, kenaikan skor yang terjadi tidak setinggi kenaikan skor pada edukasi gizi melalui media bergambar dan permainan. Penelitian Mahmudah, U., menunjukkan bahwa edukasi gizi melalui metode ceramah memberikan peningkatan pengetahuan yang paling tinggi diantara penelitian lain yaitu sebesar 16 poin <sup>(9)</sup>. Selanjutnya ada penelitian Mustikaningsih, D. dkk., yang menunjukkan bahwa edukasi gizi melalui metode ceramah memberikan peningkatan pengetahuan sebesar 11,83 poin <sup>(2)</sup>. Dan yang terakhir adalah penelitian Redyastuti, E. dkk., yang menunjukkan edukasi gizi melalui metode ceramah memberikan pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan anak sekolah dasar dengan skor 3,79 poin <sup>(10)</sup>.

Alasan utama penyebab terjadinya peningkatan pengetahuan adalah digunakannya

media pendidikan seperti komik, *edutainment card* dan teka-teki silang. Media pembelajaran berperan untuk mengumpulkan indera sebanyak mungkin pada suatu objek sehingga dapat mempermudah pemahaman. Dengan media yang tepat, seseorang akan lebih mengerti dan menyerap informasi yang mulanya terlihat rumit menjadi lebih mudah <sup>(11)</sup>.

Selain itu Mahmudah, U., menyebutkan proses belajar sambil bermain menggunakan media tersebut membuat anak lebih antusias karena anak dapat menggunakan semua indera mereka untuk menyimpulkan informasi yang diberikan <sup>(9)</sup>.

### **Media Komik**

Komik adalah rangkaian gambar yang berurutan. Menurut Supardi, syarat media yang baik diantaranya menarik minat dan perhatian (*attention*), ada kesesuaian antara tujuan belajar, kebutuhan dan kondisi siswa (*relevance*) serta memberikan rasa senang dan percaya diri pada siswa untuk menerima materi (*confidence*). Komik adalah media yang dianggap memenuhi syarat-syarat tersebut <sup>(12)</sup>.

Isi dari komik akan lebih baik jika berhubungan dengan kegiatan sehari-hari pembaca. Membaca komik merangsang anak untuk memandang plot cerita sendiri dan merasa mengalami cerita itu sendiri. Hal tersebut yang membuat komik lebih menarik dibandingkan buku biasa. Selain itu komik juga memperjelas ide yang akan disampaikan melalui ilustrasi yang sesuai sehingga informasi yang diterima pembaca akan lebih mudah diingat.

Menurut penelitian Marisa & Nuryanto, pembelajaran melalui media komik akan lebih efektif jika ada pendamping yang memandu atau memberikan penjelasan lisan <sup>(13)</sup>. Hal ini selaras dengan penelitian Contento, IR., yang menyebutkan bahwa motivasi anak untuk menerima dan mengingat pesan dengan baik meningkat ketika menggunakan media visual dengan tambahan pesan verbal <sup>(14)</sup>.

### **Media Edutainment Card**

*Edutainment card* adalah media pendidikan yang dikemas dalam permainan kartu agar siswa merasa terhibur dan hasil pembelajarannya meningkat. Isi dari *edutainment card* yaitu gambar yang lengkap dengan keterangannya dan juga pertanyaan yang selaras dengan materi yang diberikan <sup>(15)</sup>.

Media *edutainment card* diberikan untuk meningkatkan antusias belajar dan merangsang anak untuk berimajinasi. Hal ini dikarenakan gambar yang disajikan dalam *edutainment card* adalah gambar yang familiar dengan kegiatan anak sehari-hari. Dengan begitu, anak menjadi antusias dalam menggunakan media tersebut serta materi yang diberikan dapat diterima dengan baik.

Menurut Wahyuningsih, N.P. dkk, media ini mempunyai kelebihan yaitu selaras dengan ciri khas anak-anak yang senang bermain. Dan juga media kartu yang digunakan adalah media permainan yang cukup familiar dikalangan anak-anak sehingga mereka menganggap ini permainan yang mudah dan menyenangkan. Meskipun begitu, media ini memiliki kekurangan yaitu harus menggunakan fasilitator dan tidak bisa dimainkan seorang diri <sup>(16)</sup>.

### **Media Teka-Teki Silang**

Teka-teki silang adalah permainan kata dengan cara mengisi kotak-kotak dengan huruf sehingga menyusun satu kata yang merupakan jawaban yang diminta. Media teka-teki silang (TTS) di desain untuk proses belajar mengasah otak dan mempelajari kosakata. TTS membuat anak termotivasi untuk belajar memahami kata-kata secara mendalam. Hal ini menyebabkan anak merasa senang ketika proses pembelajaran dan tidak membuat anak menjadi bosan <sup>(17)</sup>.

Selaras dengan penelitian Mahmudah, U., edukasi gizi melalui teka-teki silang (TTS) meningkatkan rasa ingin tahu siswa akan jawaban pada kolom soal. Rasa ingin tahu tersebut yang menarik minat mereka dan membuat mereka lebih bersemangat pada saat proses pembelajaran <sup>(9)</sup>.

Kelebihan dari media teka-teki silang (TTS) yaitu seru dan membangkitkan suasana.

Media TTS yaitu relatif murah, mudah dibuat dan cocok untuk semua kalangan. Selain mudah dibuat, cara bermainnya juga terbilang mudah. Materi TTS pada edukasi gizi biasanya sederhana sehingga mudah untuk diingat.

Kekurangannya media teka-teki silang yang paling umum ditemukan adalah seringkali menimbulkan suara gaduh karena anak terlalu bersemangat dan hal tersebut terkadang mengganggu kelas-kelas yang ada disekitar.

### **Metode Ceramah**

Metode ceramah merupakan metode yang paling umum digunakan untuk penyuluhan. Metode ini hanya mengandalkan indra pendengaran untuk proses pembelajarannya. Teknis dari metode ceramah yaitu pemberian uraian kepada audiens lalu pada beberapa kesempatan biasanya audiens diberikan waktu untuk bertanya. Beberapa penelitian menyebutkan metode ceramah berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan.

Kelebihan dari metode ceramah adalah efektif dan efisien dari aspek waktu juga biaya. Metode ceramah memungkinkan seseorang memberikan materi yang lebih banyak sehingga

### **Kesimpulan**

Edukasi Gizi baik menggunakan metode ceramah, media bergambar maupun permainan sama-sama memiliki pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan anak sekolah dasar terkait gizi seimbang. Hanya saja media bergambar dan permainan lebih efektif dan berarti dalam meningkatkan pengetahuan daripada metode ceramah. Hal ini dikarenakan

### **Referensi**

[1] Fatimah, A.S., Kurdanti, W. & Hartini, N.S. Efektivitas Penyuluhan Gizi Menggunakan Media *PGS Cards* dibandingkan Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pedoman Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar. [Naskah Publikasi]. Yogyakarta: Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Yogyakarta. 2017.

harapannya banyak pula informasi yang dapat diterima. Selain itu, pada metode ceramah audiens tidak perlu persiapan dan dapat langsung menerima materi.

Kekurangan dari metode ceramah menurut Redyastuti, E. dkk, sifat komunikasi satu arah dalam metode ceramah dan banyaknya materi yang diberikan menyebabkan anak-anak bosan dan tidak konsentrasi. Hal tersebut berpengaruh pada pengetahuan yang didapat oleh anak-anak<sup>(10)</sup>.

### **Kekurangan Penelitian**

Berdasarkan penelitian yang digunakan pada *literature review*, hanya satu penelitian oleh Redyastuti, E. dkk, yang meneliti tentang perubahan sikap setelah diberikan edukasi gizi seimbang. Dan hasilnya pun hanya kelompok perlakuan yang mengalami peningkatan skor perubahan sikap meskipun hanya 1,82 poin. Sementara pada kelompok kontrol tidak ditemukan peningkatan, tetapi ditemukan penurunan skor sebesar 0,98 poin. Karenanya, penelitian lanjutan diperlukan untuk melihat perubahan dari segi sikap setelah diberikan edukasi gizi seimbang<sup>(10)</sup>.

media bergambar dan permainan identik dengan hal yang anak-anak sukai dan sering mereka lakukan sehari-hari. Sedangkan metode ceramah yang sifatnya komunikasi searah membuat anak cenderung bosan dan tidak konsentrasi sehingga pesan yang diberikan tidak terserap dengan baik oleh anak-anak.

[2] Mustikaningsih, D. dkk. Efektivitas Pendidikan Gizi Menggunakan Media *Edutainment Card* Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Pedoman Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Riset Gizi*. 2019; 7(1) : 63-68.

[3] Hapsari, I.I. & Suminar, D.R. Efektifitas *Ludo Word Game* terhadap Peningkatan Kosakata Bahasa Inggris pada Anak

- Studi Kasus pada Siswa Kelas IV SD Muhammadiyah 4 Pucang. [Skripsi]. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. 2003; 5(1) : 1-16.
- [4] Faizah, U. Keefektifan Cerita Bergambar untuk Pendidikan Nilai dan Keterampilan Berbahasa dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*. 2009; 28(3).
- [5] Lee et all. *A Triangulation Method for The Sequential Mapping of Point From N-space to two-space*. *IEEE Trans Comput*. 1977; 26 : 288-292.
- [6] Pohan, M. Pengaruh Media TTS dan Video Animasi Tentang Sarapan Pagi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SDN 101778 Medan Estate Tahun 2020. [Skripsi]. Medan: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. 2020.
- [7] Hardinsyah. Jenis Pangan Sarapan dan Perannya dalam Asupan Gizi Harian Anak 6-12 Tahun di Indonesia, Bogor. 2016.
- [8] Amalia, N. Perbedaan Skor Pengetahuan Gizi antara Siswa yang diberikan Penyuluhan dengan Metode Ceramah dan Siswa yang Diberikan Penyuluhan dengan Metode “*Playing by Learning*” melalui Media “Seri Petualangan Dino dan Dina Saatnya Sehat” di Sekolah Dasar Jakarta Timur Tahun 2008. [Skripsi]. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah. 2008.
- [9] Mahmudah, U. Pengaruh Media Teka-Teki Silang Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia* 2019; 2(2) : 107-114.
- [10] Redyastuti, E. dkk. Efektivitas Edukasi Gizi Menggunakan Media Komik Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Riset Gizi*. 2017; 5(2) :27-31.
- [11] Fitriani, S. Promosi Kesehatan. Yogyakarta: Garaja Ilmu. 2011
- [12] Supardi. Optimalisasi Penggunaan dan Pengembangan Media Pembelajaran untuk Profesionalisasi Guru. Dikemukakan dalam Pelatihan Penatalaksanaan dan Pengembangan Media Pembelajaran di SMPN 2 Ambal Kabupaten Jawa Tengah. Januari 27, 2012. <http://www.staff.uny.ac.id>. 2009.
- [13] Marisa & Nuryanto. Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Komik Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Siswa SDN Bendungan di Semarang. *Journal of Nutrition College*. 2014; 3(4) : 925-932.
- [14] Contento, I.R. *Nutrition Education: Linking Research, Theory, and Practice*. Sudbury: Jones and Bartlett Publishers. 2007
- [15] Hamdani, H. Pengembangan Sistem Pendidikan di Indonesia. Bandung: Pustaka Setia; 2013.
- [16] Wahyuningsih, N.P., Nadhiroh, S.R., Adriani, M. Media Pendidikan Gizi *Nutrition Card* Berpengaruh Terhadap Perubahan Pengetahuan Makanan Jajanan Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Media Gizi Indonesia*. 2015; 10(1) :26–31.
- [17] Haryono. Pembelajaran IPA yang Menarik dan Mengasyikan. Purworejo: KEPEL Press. 2013.