



## Edukasi Gizi Seimbang Pada Anak di SD Negeri Pijorkoling Kota Padangsidempuan

Haslinah Ahmad<sup>1</sup>, Adi Antoni<sup>2</sup>, Zuriati Muhamad<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Aufa Royhan  
Kota Padangsidempuan, Indonesia

<sup>1</sup>haslinahahmad75@email.com

<sup>2\*</sup>adiantoni@email.com

<sup>3</sup>Universitas Muhammadiyah Gorontalo  
Gorontalo, Indonesia

<sup>3</sup>zuriatimuhamad@umgo.ac.id.com

### Abstract

Pengabdian masyarakat adalah suatu kegiatan Pengabdian kepada masyarakat bertujuan pemberian edukasi terkait gizi seimbang pada anak sekolah. Sasaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah anak usia sekolah dengan rentang usia sekitar 7-12 tahun berjumlah 11 orang. dilaksanakan secara luring pada bulan 7 November 2021 di SD Negeri Pijorkoling Kota Padangsidempuan dengan metode ceramah Materi yang disampaikan berisi pentingnya penerapan “4 pilar Gizi Seimbang” dan “Tumpeng Gizi Seimbang”. Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk kegiatan edukasi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman pada anak usia sekolah terkait pentingnya kebutuhangizi seimbang pada anak usia sekolah yang divisualisasikan dalam tumpeng Gizi Seimbang (TGS) dan pedoman Gizi Seimbang. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan bantuan media dalam bentuk poster dan adanya permainan tantangan untuk keberanian. Untuk mengevaluasi kegiatan edukasi, maka dilakukan pre-test dan post-test sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi seimbang terdapat peningkatan pengetahuan sasaran sebesar 37.2%. Hasil yang diperoleh setelah diberikan edukasi yaitu adanya peningkatan pengetahuan pada anaka usia sekolah di SD Negeri Pijorkoling Kota Padangsidempuan. Edukasi ini diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan anak tetapi juga adanya perubahan perilaku sehingga pengetahuan yang diperoleh dapat diterapkan dalam kehidupan sehari hari

**Kata Kunci:** Anak Usia Sekolah, Edukasi, Gizi Seimbang

### Abstract

*Community service is a community service activity aimed at providing education related to balanced nutrition for school children. The target of this community service activity is school-age children with an age range of around 7-12 years totaling 11 people. will be held offline in November 2021 at Pijorkoling Public Elementary School, Padangsidempuan City with the lecture method. The material presented contains the importance of implementing "4 pillars of Balanced Nutrition" and "Balanced Nutrition Tumpeng". Community service activities in the form of educational activities aim to provide understanding to children aged schools related to the importance of balanced nutrition needs in school-age children as visualized in the Balanced Nutrition Tumpeng (TGS) and Balanced Nutrition guidelines. This community service activity was carried out with the help of the media in the form of posters and a game of challenges for courage. To evaluate educational activities, a pre-test and post-test were carried out before and after being given balanced nutrition education, there was an increase in target knowledge of 37.2%. The results obtained after being given education were an increase in knowledge of school-age children at Pijorkoling Public Elementary School, Padangsidempuan City. This education is expected not only to increase children's knowledge but also to change behavior so that the knowledge gained can be applied in everyday life*

**Keywords:** Education; Balanced Nutrition; School-Age Children

# ABDIGERMAS

Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan

## A. Pendahuluan

Anak sekolah merupakan salah satu populasi yang paling rentan dalam hal gizi. Kekurangan dan kelebihan gizi pada anak akan berdampak negatif terhadap potensi pertumbuhan ekonomi negara. Anak yang tidak mendapatkan gizi yang cukup akan tertinggal dalam perkembangan fisik, mental, dan intelektualnya. Kurangnya asupan makanan dan tingginya penyakit infeksi merupakan dua penyebab langsung gizi buruk yang dipengaruhi oleh banyak faktor dan cukup kompleks [1]. Usia sekolah (antara usia 5-14 tahun) merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang cepat. Aktivitas fisik, seperti bermain, berolahraga, atau membantu orang tua di tempat kerja, terus meningkat pada usia ini. Agar tumbuh kembang anak dapat optimal, diperlukan asupan gizi yang baik dari segi kuantitas maupun kualitas. Karena banyak pengaruh kontekstual memiliki dampak yang signifikan pada perilaku makanan pada usia ini, nutrisi biasanya tidak sempurna [2].

Pola makan yang seimbang sesuai dengan kebutuhan disertai pemilihan bahan makanan yang tepat akan melahirkan status gizi yang baik. Asupan makanan yang melebihi kebutuhan tubuh akan menyebabkan kelebihan berat badan dan penyakit lain yang disebabkan oleh kelebihan zat gizi. Sebaliknya, asupan makanan kurang dari yang dibutuhkan akan menyebabkan tubuh menjadi kurus dan rentan terhadap penyakit [3].

Masalah gizi pada anak usia sekolah dasar saat ini masih cukup tinggi. Masalah gizi yang umumnya ditemukan pada anak usia sekolah di Indonesia adalah pendek, sangat kurus, obesitas/kegemukan dan anemia [4]. Berdasarkan data dari Pemantauan Status Gizi tahun 2017 menunjukkan bahwa prevalensi pendek pada anak umur 5-12 tahun (menurut TB/U) adalah 27,7 % (8,3% sangat pendek dan 19,4% pendek), prevalensi kurus (menurut IMT/U) pada anak umur 5-12 tahun adalah 10,9% (3,4% sangat kurus dan 7,5% kurus) [5].

Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) tahun 2021 di provinsi Sumatra Utara pada anak usia 5-12 tahun menunjukkan bahwa masalah gizi pada anak sekolah yaitu 2,6 % sangat pendek, 12,4 % pendek, 6,0 % kurus, 1,8 % sangat kurus [5]. Sedangkan pada Kota Padangsidimpuan tahun 2020 prevalensi masalah gizi pada anak usia 5-12 tahun yaitu 0,5% sangat pendek, 13,6% pendek, 0,5% sangat kurus, 7,7% kurus, 7,7 % gemuk dan 3,9 % mengalami obesitas. Kabupaten Bantul merupakan kabupaten dengan angka partisipasi sekolah (APS) yang tinggi untuk kelompok usia 7-13 tahun yaitu 100% dibandingkan dengan Kabupaten lainnya di Sumatra Utara [6].

Pendidikan gizi sebaiknya diberikan sedini mungkin karena anak-anak umumnya mempunyai keinginan tinggi untuk mengetahui dan mempelajari sesuatu lebih jauh. Usia anak yang sesuai untuk diberikan pendidikan gizi adalah anak yang berada pada usia 6 sampai 14 tahun. Usia tersebut ideal dilakukan edukasi karena pada usia ini anak mulai matang untuk belajar. Anak Indonesia pada umumnya belum memiliki sikap kritis dan hati-hati dalam memilih makanan. Gizi yang kurang pada anak-anak menyebabkan sistem imun anak menjadi lemah. Aktivitas anak yang cukup berat serta tidak teraturannya pola makan dapat mengakibatkan ketidakseimbangan antara asupan dan kecukupan gizi pada anak. Hal tersebut dapat menyebabkan masalah gizi ganda seperti gizi lebih dan gizi kurang pada anak [7].

Anak usia sekolah dasar merupakan sasaran yang tepat untuk memperbaiki gizi. Hal ini dikarenakan fungsi organ otak pada masa anak-anak mulai terbentuk sehingga dengan cepat mengalami perkembangan sehingga agar tidak terjadi penyimpangan pada masa tumbuh kembang anak khususnya anak usia sekolah, maka sangat dibutuhkan gizi yang cukup [8].

Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) tentang Pedoman Gizi Seimbang (PGS) untuk anak sekolah dalam masa pertumbuhan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan mengubah sikap anak-anak yang sebelumnya tidak mengetahui tentang gizi seimbang. Hal ini juga tidak jauh dari dukungan keluarga, terutama dari para ibu yang sering memberi makan seluruh keluarganya. Kurangnya pengetahuan tentang gizi merupakan salah satu variabel yang mempengaruhi gizi seseorang. Kemampuan seseorang untuk menerapkan informasi gizi dalam kehidupan sehari-hari juga terhambat oleh kurangnya pengetahuan. Pemberian edukasi gizi sedini mungkin merupakan salah satu strategi untuk meningkatkan pengetahuan seseorang. Pendidikan gizi dapat diberikan kepada anak sekolah melalui penyuluhan, poster, brosur, atau booklet [9].

Mengenalkan manfaat pentingnya mengonsumsi gizi seimbang kepada anak-anak usia sekolah agar mereka terhindar dari terjadinya masalah gizi dan kesehatan. Memvariasikan beragam jenis makanan hidangan untuk sarapan, makan siang, dan makan malam setiap harinya untuk memenuhi kebutuhan gizi anak usia sekolah. Anak usia sekolah mengalami pertumbuhan fisik, kecerdasan, mental,

# ABDIGERMAS

Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan

serta emosional yang sangat cepat. Makanan yang mengandung zat gizi sangat dibutuhkan dalam proses tumbuh kembang anak usia sekolah sehingga anak akan tumbuh sehat dan mampu mencapai prestasi belajar yang tinggi. Di Indonesia, masalah gizi pada anak usia sekolah terjadi karena rendahnya asupan energy [10] (karbohidrat, protein, dan lemak) pada makanan sehari-hari serta atau disertai adanya penyakit infeksi, sehingga tidak terpenuhinya Angka Kecukupan Gizi (AKG). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2010 menunjukkan bahwa sebesar 41,2% anak usia sekolah di Indonesia mengonsumsi energy di bawah kebutuhan minimal, yaitu <70% AKG [11]. Masalah gizi anak usia sekolah secara tidak langsung disebabkan oleh rendahnya pengetahuan terutama pengetahuan tentang gizi seimbang. Hasil penelitian Fatima AS, dkk (2017) di Sleman menunjukkan bahwa 56,92% responden termasuk dalam kategori pengetahuan gizi “kurang”. Pencegahan masalah gizi pada anak usia sekolah perlu dilakukan agar anak dapat tumbuh sehat, berprestasi di sekolah, serta menjadi agen perubahan perilaku sehat bagi keluarganya [12]. Orangtua, guru, serta pengelola sekolah lainnya memiliki peran dalam pencegahan masalah gizi anak usia sekolah [13]. Oleh sebab itu sebagai upaya dalam mencegah masalah gizi anak usia sekolah salah satunya dengan meningkatkan pengetahuan melalui edukasi gizi. 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 [14].

Berdasarkan hal tersebut, maka dilakukan pengabdian kepada masyarakat dengan pemberian edukasi tentang gizi seimbang kepada anak usia sekolah [15]. Edukasi bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan gizi anak usia sekolah khususnya gizi seimbang agar bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari [16].

## B. Metode

Metode Pengabdian SD Pijorkoling terletak di Kecamatan Kota Padangsidimpuan Sumatra Utara. SD Pijorkoling Kecamatan Padangsidimpuan Kota Padangsidimpuan Kota Padangsidimpuan terletak pada arah timur dari pusat kota Kabupaten Bantul. Jarak SD Pijorkoling Kecamatan Padangsidimpuan Kota Padangsidimpuan Kota Padangsidimpuan dengan pusat Kabupaten Bantul kurang lebih 20 km. Letak SD Pijorkoling Kecamatan Padangsidimpuan Kota Padangsidimpuan 3 km ke arah timur dari pusat Kecamatan Padangsidimpuan. SD Pijorkoling Kecamatan Padangsidimpuan Kota Padangsidimpuan. Dalam melakukan edukasi ini diawali dengan dilakukan wawancara kepada Kepala Sekolah dan Guru kesehatan di SD Pijorkoling Kecamatan Padangsidimpuan Kota Padangsidimpuan Kota Padangsidimpuan diperoleh hasil informasi mengenai permasalahan kesehatan yang ada di pada anak sekolah. Selanjutnya dilakukan penyusunan perencanaan program kegiatan serta media edukasi yang akan digunakan. Kemudian dilaksanakan edukasi dengan penyuluhan kepada anak-anak sekolah mengenai hidup sehat dengan gizi seimbang. Edukasi dilaksanakan pada Minggu, 07 November 2022 pukul 10.30 WIB dan berlokasi di di kelas V. Kegiatan penyuluhan berlangsung selama 45 menit menggunakan media poster dengan sasaran 11 anak usia 7-12 tahun. Sebelum dilakukan edukasi, peserta mengerjakan pre-test dan post-test setelah dilakukan edukasi. Selanjutnya dilakukan monitoring dan evaluasi yang dapat dilihat dari hasil pre-test dan post-test responden untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan pengetahuan antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Hasil pre-test dan post-test selanjutnya diolah dan dibandingkan secara deskriptif

## C. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk kegiatan edukasi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman pada anak usia sekolah terkait pentingnya kebutuhan gizi seimbang pada anak usia sekolah yang divisualisasikan dalam Tumpeng Gizi Seimbang (TGS). Tumpeng Gizi Seimbang dimaksudkan sebagai gambaran dan penjelasan sederhana tentang panduan porsi (ukuran) makanan dan minum serta aktifitas fisik sehari-hari, termasuk cuci tangan sebelum dan sesudah makan serta memantau berat badan. Dalam Tumpeng Gizi Seimbang ada empat lapis berurutan dari bawah ke atas, dan semakin ke atas semakin kecil. Empat lapis artinya Gizi Seimbang didasarkan pada prinsip 4 pilar yaitu konsumsi beranekaragam pangan, aktifitas fisik, kebersihan diri, dan pemantauan berat badan untuk mempertahankan berat badan normal. Semakin ke atas ukuran tumpeng semakin kecil berarti pangan pada lapis paling atas yaitu gula, garam, dan lemak dibutuhkan sedikit sekali atau perlu dibatasi Kemenkes tentang Pedoman Gizi Seimbang [17]. Bertujuan untuk memberikan panduan konsumsi makanan sehari-hari dan berperilaku sehat berdasarkan prinsip konsumsi anekaragam pangan, perilaku hidup bersih,

# ABDIGERMAS

Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan

aktivitas fisik, dan memantau berat badan secara teratur dalam rangka mempertahankan berat badan normal. Anak usia sekolah mengalami pertumbuhan fisik, kecerdasan, mental dan emosional yang sangat cepat. Anak yang menderita kurang gizi tidak dapat tumbuh serta berkembang secara optimal sehingga bisa menurunkan kecerdasan anak. Begitu pula anak yang menderita gizi lebih dapat mengakibatkan penyakit tidak menular seperti diabetes mellitus, jantung coroner, hipertensi, osteoporosis, dan kanker.

Pada implementasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi mengenai gizi seimbang kepada anak-anak di SD Pijorkoling Kecamatan Padangsidimpuan Kota padangsidimpuandilakukan dalam bentuk mengisi lembaran soal pre-test dan posttest sebanyak 15 soal dan memberikan edukasi kepada anak-anak mengenai pengenalan gizi seimbang, fungsi makanan dalam tubuh, 4 pilar gizi seimbang, jenis-jenis zat gizi serta pengenalan isi piringku. Kegiatan edukasi dilaksanakan dengan melakukan penyuluhan kepada 11 anak-anak di SD Pijorkoling Kecamatan Padangsidimpuan Kota padangsidimpuan. Menurut Nugroho (2018), sebagian besar metode pendidikan gizi yang sering dilakukan adalah metode ceramah. Metode ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan gizi pada anak sekolah. Pada metode ceramah, penyuluh akan lebih dominan dalam memberikan materi, sedangkan responden lebih dominan untuk mendengarkan. Namun, metode ini lebih efisien dan sederhana untuk dilakukan. Pendidikan gizi melalui penyuluhan pada anak-anak harus dilakukan dengan media yang menarik agar penyampaian materi dapat lebih diterima dengan mudah. Media edukasi yang digunakan dalam kegiatan pengabdian adalah media poster. Menurut [9], poster adalah bentuk media yang berisi informasi kesehatan dengan sajian kombinasi visual yang jelas dan bertujuan untuk mempengaruhi seseorang atau kelompok agar tertarik pada objek materi yang diinformasikan. Poster sebagai media promosi kesehatan memiliki kelebihan yaitu meningkatkan kesadaran, kepercayaan, sikap terhadap kesehatan. Salah satu upaya untuk mencegah timbulnya masalah gizi pada anak sekolah adalah dengan pemberian edukasi tentang gizi seimbang yang terdiri dari 4 prinsip yaitu keanekaragaman pangan, perilaku hidup bersih, aktivitas fisik dan memantau berat badan secara teratur. Keanekaragaman pangan saat setiap makan di visualisasikan dengan Isi Piring ku yang terdiri dari 1/3 piring makanan pokok, 1/3 piring sayur, 1/3 lauk pauk dan buah. Pedoman Giza Seimbang adalah susunan makanan dan minuman sehari-hari dengan jenis dan jumlah yang sesuai kebutuhan tubuh dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman makanan, aktivitas



**Gambar 1.** Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

Selama proses edukasi berlangsung, peserta sangat antusias menikmati, dan aktif mengajukan pertanyaan. Setelah proses penyampaian materi dengan metode ceramah, peserta memasuki permainan unjuk keberanian dengan memberikan tantangan maju kedepan untuk mempraktikkan cara mencuci tangan yang benar dan menyebutkan secara benar 4 pilar gizi seimbang. Anak akan memahami materi lebih mudah. Untuk mengevaluasi kegiatan edukasi, maka dilakukan pre-test dan post-test sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi seimbang terdapat peningkatan pengetahuan sasaran sebesar 37,2%. Pemberian edukasi gizi dengan metode ceramah mampu meningkatkan tingkat pengetahuan, sikap dan perilaku siswa sekolah dasar [6].

## **D. Kesimpulan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan pemberian edukasi gizi merupakan implementasi dari upaya peningkatan pengetahuan anak usia sekolah. Hasil yang diperoleh setelah diberikan edukasi yaitu adanya peningkatan pengetahuan pada anak usia sekolah di SD Negeri Pijorkoling Kota Padangsidimpuan. Perlu adanya upaya tindak lanjut terkait wacana penerapan mengkonsumsi gizi

# ABDIGERMAS

Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan

seimbang sehari-hari oleh peserta. Agar dapat mengukur tingkat efektifitas dari kegiatan ini. Edukasi ini diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan anak tetapi juga adanya perubahan perilaku sehingga pengetahuan yang diperoleh dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

## E. Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih untuk Program studi Kesehatan Masyarakat program Magister dari FIKES Universitas Aifa Royhan Kota Padangsidempuan yang telah mendukung kegiatan pengabdian ini serta Kepala Sekolah SD Pijorkoling dan jajarannya yang telah memberi izin untuk melakukan kegiatan pengabdian di SD Pijorkoling Kota Padangsidempuan.

## References

- [1] H. A. Rahmy, N. Prativa, R. Andrianus, and M. P. Shalma, "Edukasi Gizi Pedoman Gizi Seimbang Dan Isi Piringku Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 06 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman," *Bul. Ilm. Nagari Membangun*, vol. 3, no. 2, 2020.
- [2] N. Nuryanto, A. Pramono, N. Puruhita, and S. F. Muis, "Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi anak sekolah dasar," *J. Gizi Indones. (The Indones. J. Nutr.)*, vol. 3, no. 1, pp. 32–36, 2014.
- [3] S. Aulia and R. U. Panjaitan, "Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir," *J. Keperawatan Jiwa*, vol. 7, no. 2, pp. 127–134, 2019.
- [4] S. Sulistyawati *et al.*, "Dengue vector control through community empowerment: lessons learned from a community-based study in Yogyakarta, Indonesia," *Int. J. Environ. Res. Public Health*, vol. 16, no. 6, p. 1013, 2019.
- [5] K. RI, "kemenkes RI," *Petunjuk Tek. Pelayanan Puskesmas Pada Masa Pandemi*, 2020.
- [6] T. S. Yuniarti, A. Margawati, and N. Nuryanto, "Faktor Risiko Kejadian Stunting Anak Usia 1-2 Tahun Di Daerah Rob Kota Pekalongan," *J. Ris. Gizi*, vol. 7, no. 2, pp. 83–90, 2019.
- [7] S. Sirajuddin, S. Rauf, and N. Nursalim, "Asupan Zat Besi Berkorelasi Dengan Kejadian Stunting Balita Di Kecamatan Maros Baru," *Gizi Indones.*, vol. 43, no. 2, pp. 109–118, 2020.
- [8] G. A. Hehy, A. Basuki, and R. B. Purba, "Hubungan antara kecacangan dengan status gizi pada anak sekolah dasar di Kelurahan Bunaken Kecamatan Bunaken Kota Manado," *J. Univ. Sam Ratulangi Manad.*, pp. 1–6, 2013.
- [9] F. Perdana, S. Madanijah, and I. Ekayanti, "Pengembangan media edukasi gizi berbasis android dan website serta pengaruhnya terhadap perilaku tentang gizi seimbang siswa sekolah dasar," *J. Gizi dan Pangan*, vol. 12, no. 3, pp. 169–178, 2017.
- [10] H. W. Pane *et al.*, *Gizi dan Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis, 2020.
- [11] S. ANDY REZA CHRISNA, "Analisis Perbandingan Kinerja Keuangan Perbankan Syariah Dengan Perbankan Konvensional Di Indonesia." UPN" Veteran" Yogyakarta, 2012.
- [12] B. H. Pradana, N. Fatimah, and T. Rochana, "Pelaksanaan Gerakan Literasi Sekolah Sebagai Upaya Membentuk Habitus Literasi Siswa Di Sma Negeri 4 Magelang," *Solidar. J. Educ. Soc. Cult.*, vol. 6, no. 2, pp. 167–179, 2017.
- [13] J. N. Aulia, "Masalah Gizi Pada Anak Usia Sekolah," *J. Ilm. Kesehat. Media Husada*, vol. 11, no. 1, pp. 22–25, 2022.
- [14] R. Yuningsih and R. Kurniasari, "Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Bergambar Dan Permainan Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar (Suatu Pendekatan Studi Literature Review)," *Hear. J. Kesehat. Masy.*, vol. 10, no. 1, pp. 1–7, 2021.
- [15] L. T. Salsabil and A. F. Sumantri, "Hubungan Karies Gigi dengan Status Gizi pada Anak Usia 6–14 Tahun di Pesantren," in *Bandung Conference Series: Medical Science*, 2022, vol. 2, no. 1, pp. 757–763.
- [16] F. Y. Rusdi, H. Helmizar, and H. A. Rahmy, "Pengaruh edukasi gizi menggunakan instagram terhadap perubahan perilaku gizi seimbang untuk pencegahan anemia pada remaja putri di SMAN

# ABDIGERMAS

Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan

- 2 Padang,” *J. Nutr. Coll.*, vol. 10, no. 1, pp. 31–38, 2021.
- [17] T. D. Kartini, M. Manjilala, and S. E. Yuniawati, “Pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan dan praktik gizi seimbang pada anak sekolah dasar,” *Media Gizi Pangan*, vol. 26, no. 2, pp. 201–208, 2019.

---

### Copyright Holder

© Ahmad, H., Antoni, A., & Muhamad, Z.

### First publication right :

Abdigermas: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan

This article is licensed under:

