

Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi sebagai Indikator Keberhasilan Program Makan Bergizi Gratis Pada Siswa



Ratna Fitria Wulandari^{1*}, Alfiani Rizqi², Muhammad Ikhsan Prawira Negara³
^{1,2,3}Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam Al-Ihya Kuningan,
Kuningan, Indonesia
ratnafitriawulandari@gmail.com^{1*}, rizqialfiani@gmail.com², ikhsannegara@gmail.com³

Submission	2025-05-16
Review	2025-05-28
Publication	2025-06-30

ABSTRAK

Gizi seimbang adalah makanan yang mengandung berbagai zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Anak sekolah (pra-remaja) membutuhkan asupan nutrisi yang cukup dan seimbang untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan. Tujuan penelitian ini adalah: (1). Mengetahui pengetahuan siswa dalam pengenalan makanan gizi seimbang pada siswa kelas 5 dan 6 di SD Negeri 1 Windusengkahan. (2). Mengetahui status gizi sebagai indikator keberhasilan dalam pelaksanaan program makan bergizi gratis pada siswa kelas 5 dan 6 di SD Negeri 1 Windusengkahan. (3). Menganalisis hubungan pengetahuan siswa dalam pengenalan makanan bergizi seimbang dengan status gizi sebagai indikator keberhasilan dalam pelaksanaan program makan gizi gratis pada siswa kelas 5 dan 6 di SD Negeri 1 Windusengkahan. Objek penelitian pada penelitian ini dilaksanakan di sekolah SD Negeri 1 Windusengkahan dengan subjek penelitian siswa kelas 5 dan 6. Desain penelitian ini adalah Pre-Experimental design dengan one group pre-test and post-test design. Teknik sampling yang digunakan adalah sampling jenuh dengan jumlah 45 responden. Pemberian intervensi dilakukan sekali sebelum di edukasi dan setelah di berikan edukasi. Analisis menggunakan uji Chi-square dengan $\alpha > 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan siswa dalam mengenal makanan bergizi seimbang yang dapat dilihat dari hasil perbandingan pada pre-test dan post-test namun peningkatan pengetahuan tersebut tidak diikuti keterlibatan peningkatan status gizi sebagai indikator keberhasilan pelaksanaan program makan bergizi yang ditunjukkan dengan hasil p value 0,104. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan siswa dalam pengenalan makanan gizi seimbang dengan pelaksanaan program makan bergizi gratis.

Kata Kunci: pengetahuan siswa, gizi seimbang, status gizi, program makan bergizi gratis

PENDAHULUAN

Masalah gizi pada anak usia sekolah merupakan tantangan besar di Indonesia. Pada masa ini, anak sedang berada pada fase pertumbuhan dan perkembangan yang pesat sehingga anak memerlukan kebutuhan gizi yang relatif tinggi. Di Indonesia, tidak semua anak mampu memenuhi kebutuhan gizi tubuhnya. Beberapa di antaranya anak banyak mengalami masalah gizi seperti kekurangan energi kronis (KEK), gizi kurang, stunting, obesitas, dan lainnya. Hal ini tentu saja memberikan dampak pada kesehatan anak, tidak hanya kesehatan fisik namun memiliki dampak juga pada kemampuan kognitif, konsentrasi belajar, dan semangat dalam melakukan aktivitas (Putri, 2025).

Masalah gizi di Indonesia berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024 yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan, prevalensi stunting di Indonesia tercatat mengalami penurunan menjadi 19,8% lebih rendah dari target yang ditargetkan oleh Bappenas yaitu sebesar 20,1%. Penurunan ini mencerminkan adanya kemajuan pemerintah dalam menanggulangi masalah stunting pada anak yang selama ini menjadi salah satu indikator utama permasalahan gizi kronis di Indonesia. Meski demikian walaupun tidak menyebutkan angka pasti, SSGI 2024 juga menyebutkan bahwa masalah gizi lain seperti wasting (kurus akut), underweight (berat badan kurang), dan overweight (berat badan berlebih) masih menjadi tantangan yang signifikan di berbagai daerah. Kondisi ini mendorong berbagai pihak, termasuk pemerintah untuk mengambil tindakan konkret dalam upaya memperbaiki status gizi salah satunya status gizi anak usia sekolah (Kemenkes, 2025).

Program makan bergizi gratis (MBG) yang mulai dilakukan di sejumlah sekolah dasar merupakan salah satu bentuk intervensi yang dibuat oleh pemerintah. Program ini memiliki tujuan untuk memastikan setiap anak sekolah mendapatkan asupan makanan yang sehat dan bergizi secara teratur di lingkungan sekolah. Ketersediaan makanan yang bergizi di sekolah, diharapkan anak – anak dapat memenuhi sebagian besar kebutuhan gizinya setiap hari. Namun keberhasilan program ini tidak hanya ditentukan oleh ketersediaan makanan, perlu juga pemahaman yang diberikan kepada anak – anak terhadap pentingnya gizi seimbang dalam kehidupan sehari – hari

Dalam upaya memperbaiki kondisi gizi anak sekolah, program MBG tidak dapat dipisahkan dari upaya edukasi yang bersifat menyeluruh. Pemberian makanan tanpa diikuti edukasi terkait gizi memiliki potensi anak tidak memahami pentingnya konsumsi makanan yang sehat dan bergizi seimbang. Ketidaktahuan terhadap manfaat dari makanan bergizi juga dapat menimbulkan penolakan terhadap makanan yang telah disediakan karena tidak sesuai dengan selera yang terbentuk dari kebiasaan makan di rumah. Oleh karena itu, strategi edukasi gizi perlu dirancang secara berkelanjutan yang disesuaikan dengan budaya, kebiasaan lokal, dan karakteristik anak.

Pengetahuan terkait makanan gizi seimbang menjadi salah satu aspek penting yang dapat mempengaruhi daya terima anak dalam mengonsumsi makanan sehari-hari. Anak yang memiliki pemahaman konsep gizi seimbang dan mengenal jenis-jenis zat gizi cenderung memiliki kesadaran dalam memilih makanan. Pengetahuan ini juga dapat membentuk kebiasaan makan sehat sejak dini yang akan terbawa hingga fase usia berikutnya. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Valentin Valling & Mahmudiono Trias, 2024 menunjukkan bahwa edukasi gizi yang diberikan dengan media interaktif mampu meningkatkan pengetahuan siswa SD mengenai pentingnya sarapan sehat dan bergizi seimbang.

Berdasarkan uraian tersebut, pengetahuan siswa terkait mengenal makanan bergizi seimbang merupakan salah satu faktor penting untuk dikaji agar dapat diketahui sejauh mana pengetahuan siswa dapat mendukung atau mempengaruhi pelaksanaan

program makan bergizi gratis di sekolah dasar. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan siswa dalam mengenal makanan bergizi seimbang dengan status gizi sebagai indikator keberhasilan dalam pelaksanaan program makan bergizi gratis, khususnya pada siswa kelas 5 dan 6 di SD Negeri 1 Windusengkahan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengambilan kebijakan yang lebih tepat baik dalam perancangan kurikulum pendidikan gizi di sekolah, maupun dalam penyempurnaan strategi kebijakan pelaksanaan program MBG di masa mendatang.

METODE

Desain, tempat, dan waktu

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre-Experimental design* dengan metode *one-group pretest-posttest design*. Lokasi penelitian dilakukan di Sekolah Dasar Negeri 1 Windusengkahan. Pengambilan Data dilaksanakan pada bulan April sampai Juni 2025.

Jenis dan cara pengambilan subjek

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 5 dan kelas 6 Sekolah Dasar Negeri 1 Windusengkahan yang berusia 10 – 13 tahun. Pemilihan subjek dilakukan dengan *sampling jenuh* sebanyak 45 siswa.

Jenis dan cara pengumpulan data

Jenis data yang digunakan adalah data primer. Data primer didalamnya meliputi data karakteristik subjek (usia dan jenis kelamin), data status gizi diperoleh dari pengukuran antropometri berat badan dan tinggi badan serta status gizi di hitung menggunakan *z-score* IMT/U, sedangkan data pengetahuan gizi diukur menggunakan kuesioner oleh Aulia Alhamda (2024).

Pengolahan dan analisis data

Analisis univariat adalah analisis untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing subjek penelitian. Hasil univariat berisi frekuensi dan persentase tiap variabel. Analisis univariat dalam penelitian ini yaitu mendeskripsikan karakteristik dari usia dan jenis kelamin. Adapun analisis bivariat dilakukan dengan uji statistik. Uji statistik yang digunakan adalah uji non parametrik (*chi-square*) yang bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dalam pengenalan makanan bergizi seimbang dengan status gizi sebagai indikator keberhasilan pada pelaksanaan program makan bergizi gratis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Subjek. Subjek pada penelitian ini sebagian besar didominasi oleh siswa laki – laki sebanyak 62,22% dibandingkan dengan siswa perempuan yang hanya 37,78% dengan sebagian besar siswa berusia 12 tahun sebanyak 48,89% dan 11 tahun sebanyak 42,22% serta siswa yang berusia 13 tahun hanya 6,67% dan 10 tahun sebanyak 2,22%, sebagaimana ditunjukkan pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik subjek berdasarkan jenis kelamin dan usia

Kategori	n	(%)
Jenis Kelamin		
Laki – laki	28	62,22
Perempuan	17	37,78

Usia (Tahun)		
10	1	2,22
11	19	42,22
12	22	48,89
13	3	6,67

Pengetahuan Gizi Siswa

Pengetahuan dalam mengenal makanan bergizi seimbang dapat diartikan sebagai kemampuan pemahaman seseorang dari hasil proses belajar untuk memahami terkait konsep, prinsip, dan informasi terkait makanan serta nutrisi atau zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Sebagaimana dijelaskan oleh SNEB (Society of Nutrition Education and Behavior), edukasi gizi ini bertujuan untuk mengembangkan kemampuan seseorang dalam membuat keputusan makan secara sadar dan bertanggungjawab berdasarkan pemahaman pengetahuan gizi yang dimiliki (SNEB, 2021).

Peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan intervensi berupa edukasi gizi menunjukkan bahwa materi dan metode penyampaian yang digunakan sudah cukup efektif. Pada penelitian ini, pada hasil pre-test masih terdapat banyak siswa yang memiliki tingkat pengetahuan rendah yaitu sebesar 13,3%. Sedangkan setelah siswa diberikan intervensi berupa edukasi, hasil skor yang diperoleh dari post-test mengalami peningkatan dan tingkat pengetahuan rendah pada siswa mencapai 0%.

Sebagian besar siswa mengalami kenaikan skor pada hasil post-test yang mengindikasikan bahwa pemahaman siswa terhadap pengenalan makanan bergizi seimbang telah meningkat. Hal tersebut mendukung bahwa peran edukasi gizi merupakan salah satu komponen penting dalam pembentukan pemahaman siswa terhadap gaya hidup sehat sejak dini. Namun, pengetahuan ini hanya menjadi modal awal dan tidak serta-merta dapat mencerminkan langsung perilaku konsumsi yang dilakukan oleh siswa di kehidupan sehari – hari.

Meskipun terjadi peningkatan pada pengetahuan, hasil pengukuran status gizi tidak menunjukkan terjadi adanya hubungan yang signifikan secara statistik. Meskipun pada penelitian yang telah dilakukan menunjukkan adanya perubahan kecil yang signifikan pada distribusi status gizi siswa sebelum dan setelah di intervensi yaitu sebelum diberikan perlakuan, terdapat seorang siswa yang memiliki status gizi buruk (2,2%) dan setelah diberikan perlakuan pemahaman terkait makanan bergizi seimbang kategori gizi buruk menjadi tidak ada sama sekali. Perubahan ini menggambarkan bahwa upaya intervensi yang diberikan memberikan dampak yang positif namun kebiasaan makan juga sangat berpengaruh dalam penentuan status gizi.

Status Gizi

Status gizi anak sekolah merupakan cerminan dari keseimbangan antara asupan nutrisi yang diterima dengan kebutuhan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan. Pada penelitian ini status gizi dikelompokkan menjadi 5 (lima) kategori, yaitu gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, gizi lebih, dan obesitas. Hasil yang di dapatkan dari penelitian ini adalah sebagian besar siswa dalam status gizi baik (73,3%). Pada saat sebelum diberikan perlakuan diperoleh sebanyak 1 siswa (2,2%) memiliki status gizi buruk, 3 siswa (6,7%) mengalami status gizi lebih dan 4 siswa (8,9%) mengalami status gizi obesitas. Setelah diberikan perlakuan, terdapat peningkatan pada satu siswa yang memiliki kategori gizi buruk

mengalami peningkatan menjadi status gizi kurang. Maka dari itu, status gizi kurang meningkat menjadi 11,1%, sebagaimana dapat dilihat pada tabel 2.

Meskipun terjadi peningkatan pada pengetahuan, hasil pengukuran status gizi tidak menunjukkan terjadi adanya hubungan yang signifikan secara statistik. Meskipun pada penelitian yang telah dilakukan menunjukkan adanya perubahan kecil yang signifikan pada distribusi status gizi siswa sebelum dan setelah di intervensi yaitu sebelum diberikan perlakuan, terdapat seorang siswa yang memiliki status gizi buruk (2,2%) dan setelah diberikan perlakuan pemahaman terkait makanan bergizi seimbang kategori gizi buruk menjadi tidak ada sama sekali. Perubahan ini menggambarkan bahwa upaya intervensi yang diberikan memberikan dampak yang positif namun kebiasaan makan juga sangat berpengaruh dalam penentuan status gizi.

Tabel 2. Distribusi proporsi berdasarkan status gizi dan pengetahuan gizi seimbang

Kategori	n (Pre-test)	% (Pre-test)	n (Post-test)	% (Post-test)
Status Gizi				
Gizi buruk	1	2,2	0	0
Gizi kurang	4	8,9	5	11,1
Gizi baik	33	73,3	33	73,3
Gizi lebih	3	6,7	3	6,7
Obesitas	4	8,9	4	8,9
Pengetahuan Gizi Seimbang				
Rendah	6	13,3	0	0
Sedang	33	73,3	18	40
Tinggi	6	13,3	27	60

Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi sebagai Indikator Keberhasilan Program Makan Bergizi Gratis

MBG ini merupakan sebuah kebijakan dan inisiatif dari pemerintah yang memiliki tujuan untuk menyediakan makanan sehat serta bergizi secara gratis kepada kelompok masyarakat tertentu salah satunya kepada para anak sekolah di Indonesia. MBG ini ditargetkan untuk bisa mengatasi masalah gizi yang masih menjadi hambatan utama dalam pembangunan sumber daya manusia di Indonesia yang meliputi penurunan angka stunting, anemia, overweight, peningkatan pemberian ASI eksklusif, dan sebagainya. Maka daripada itu, pengetahuan pun turut memiliki kontribusi dalam keberhasilan jalannya program pemerintah ini (Rahmah et al., 2025).

Pengetahuan terkait pendidikan gizi seimbang ini juga merupakan faktor pendukung keberhasilan program pemerintah yang sedang dilakukan yaitu program Makan Bergizi Gratis (MBG). Meskipun terjadi peningkatan pada pengetahuan, hasil pengukuran status gizi tidak menunjukkan terjadi adanya hubungan yang signifikan secara statistik. Meskipun pada penelitian yang telah dilakukan menunjukkan adanya perubahan kecil yang signifikan pada distribusi status gizi siswa sebelum dan setelah di intervensi yaitu sebelum diberikan perlakuan, terdapat seorang siswa yang memiliki status gizi buruk (2,2%) dan setelah diberikan perlakuan pemahaman terkait makanan bergizi seimbang kategori gizi buruk menjadi tidak ada sama sekali. Perubahan ini menggambarkan bahwa upaya intervensi yang diberikan memberikan dampak yang positif namun kebiasaan makan juga sangat berpengaruh dalam penentuan status gizi.

Tabel 3. Hubungan pengetahuan dalam mengenal makanan gizi seimbang dengan status gizi sebagai indikator keberhasilan pelaksanaan program makan bergizi gratis

Variabel X	Variabel Y	Nilai <i>Chi-square</i>	df	<i>p-value</i>
Tingkat pengetahuan siswa dalam pengenalan makanan bergizi seimbang	Status gizi sebagai indikator keberhasilan pelaksanaan program makan bergizi gratis	10,532	6	0,104

Maka dari itu, berdasarkan tabel 3. hasil uji Chi-square yang diperoleh menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan secara statistik antara tingkat pengetahuan siswa dalam mengenal makanan bergizi seimbang dengan status gizi sebagai indikator keberhasilan pada pelaksanaan program makan bergizi gratis dengan nilai *p-value* diperoleh sebesar 0,104 ($p > 0,05$). Dengan demikian, peningkatan pengetahuan siswa kelas 5 dan kelas 6 di SDN 1 Windusengkahan tidak secara langsung berkaitan dengan kategori status gizi siswa dalam pengamatan penelitian ini.

Hal ini sejalan dengan penelitian Rayipratiwi et al., 2023 yang menunjukkan bahwa siswa dengan pengetahuan yang baik belum tentu memiliki status gizi yang normal. Sebagian besar siswa memahami terkait gizi seimbang, namun belum dapat menerapkannya secara konsisten dalam pola makan di kehidupan sehari – hari. Hal ini terjadi karena adanya keterbatasan kontrol anak terhadap makanan yang dikonsumsi terutama ketika anak berada di rumah, serta adanya kebiasaan jajan atau memilih makanan yang kurang sehat meskipun anak sudah dapat memilih dan memilih makanan yang sehat dan bergizi.

Lingkungan keluarga dan sekolah juga memiliki peranan penting yang ikut mempengaruhi. Penelitian yang dilakukan oleh Fristika & Amallia, 2022 menunjukkan bahwa meskipun siswa memiliki pengetahuan gizi yang cukup, tetapi status gizinya tidak selalu berkategori baik. Hal tersebut disebabkan karena tidak semua makanan yang tersedia di rumah atau kantin sekolah menyediakan makanan dengan pola makan yang sehat. Dukungan dari orang tua dan lingkungan sekitar ikut serta dalam mendukung pengetahuan tersebut dapat diterapkan secara nyata di kehidupan sehari – hari.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Raut et al., 2024 juga menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan siswa terkait gizi seimbang dengan status gizi siswa. Meskipun sebagian besar siswa memiliki pengetahuan gizi yang baik, hal ini tidak tercermin pada status gizi yang dimiliki. Tidak adanya perubahan nyata dalam perilaku perubahan kebiasaan makan, singkatnya durasi program edukasi, serta minimnya keterlibatan lingkungan rumah menjadi kemungkinan besar penyebab dari ketidaksigifikannya perubahan status gizi.

Penyebab lainnya yaitu faktor dari sosial ekonomi para siswa. Status sosial ekonomi yang rendah dapat menciptakan keterbatasan siswa terhadap akses ketersediaan makanan bergizi meskipun siswa telah memiliki pengetahuan gizi yang baik. Penelitian yang dilakukan oleh Arieska, 2020 menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dan pola makan dengan status gizi pada subjek yang disebabkan karena keterbatasan akses subjek terhadap makanan bergizi yang disebabkan oleh status sosial ekonomi yang dimiliki. Ketersediaan makanan dapat mempengaruhi hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi pada individu. Pemahaman yang baik terkait pentingnya pola makan yang seimbang dan kebutuhan nutrisi yang dibutuhkan, perlu juga kemudahan untuk mengakses atau membeli makanan yang sehat. Di banyak daerah terutama pada daerah dengan

komunitas status sosial ekonomi rendah, pilihan makanan sering kali terbatas yang hanya berfokus pada produk yang lebih murah dan kurang bergizi seperti makanan olahan cepat saji (Lestari et al., 2022).

KESIMPULAN

Pada penelitian ini siswa kelas 5 dan kelas 6 di SD Negeri 1 Windusengkahan Tahun 2025 tingkat pengetahuan siswa diukur menggunakan pre-test sebelum diberikan edukasi dan post-test setelah diberikan edukasi dengan jumlah responden sebanyak 45 siswa. Tingkat pengetahuan siswa dalam pengenalan makanan bergizi seimbang mengalami peningkatan pengetahuan pada kategori rendah dengan persentase 13,3% menjadi 0%. Begitupun pada kategori tingkat pengetahuan sedang dan tinggi, peningkatan pengetahuan kategori sedang mengalami penurunan menjadi 40% dari 73,3%, sedangkan peningkatan pada kategori pengetahuan tinggi berada pada persentase 60% dari 13,3%.

Pelaksanaan program makan bergizi gratis di SDN 1 Windusengkahan telah dilaksanakan dengan cukup baik. Pada penelitian ini keberhasilan program diukur dengan status gizi pada anak. Sebagian besar siswa kelas 5 dan kelas 6 di SDN 1 Windusengkahan berada dalam kategori status gizi baik yaitu dengan persentase 73,3%. Dari total keseluruhan siswa yang menjadi subjek penelitian terdapat seorang siswa yang mengalami peningkatan status gizi dari status gizi buruk menjadi status gizi kurang.

Pemberian edukasi pengenalan makanan bergizi seimbang berpengaruh terhadap daya terima makan siswa pada pelaksanaan program makan bergizi gratis namun secara signifikansi tidak berpengaruh terhadap status gizi pada siswa kelas 5 dan 6 di SDN 1 Windusengkahan. Hal ini ditunjukkan oleh hasil uji Chi-square sebesar p-value 0,104 ($p > 0,05$). Hasil uji tersebut menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan siswa dalam pengenalan makanan bergizi seimbang dengan status gizi sebagai indikator keberhasilan dalam pelaksanaan program makan bergizi gratis pada siswa kelas 5 dan 6 di SDN 1 Windusengkahan. Saran untuk penelitian selanjutnya agar melaksanakan penelitian dengan durasi waktu yang lama dan menggunakan *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ) agar dapat mengetahui, jenis, jumlah, dan frekuensi konsumsi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih penulis haturkan kepada seluruh civitas akademik SDN 1 Windusengkahan dan civitas akademik Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam Al-Ihya Kuningan yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian. Penulis juga haturkan terima kasih kepada segenap keluarga dan Johan yang selalu memberikan motivasi serta semangat pada penulis. Terima kasih pula penulis sampaikan kepada teman-teman yang ikut serta membantu dalam proses penelitian ini dan kepada subjek yang bersedia untuk menjadi subjek dalam penelitian ini.

REFERENSI

- Arieska, p kanah. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Kesehatan. *Medical Technology and Public Health Journal*, 4(2), 203-211.
- Fristika, Y. O., & Amallia, S. (2022). Hubungan antara pengetahuan tentang gizi seimbang terhadap status gizi mahasiswa prodi DIII Kebidanan STIK Siti Khadijah

-
- Palembang tahun 2021. *Jurnal Kebidanan : Jurnal Medical Science Ilmu Kesehatan Akademi Kebidanan Budi Mulia Palembang*, 12(1), 97–106. <https://journal.budimulia.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/301>
- Kemenkes. (2025). SSGI 2024. Kementrian Kesehatan RI. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Lestari, P. Y., Tambunan, L. N., & Lestari, R. M. (2022). Hubungan Pengetahuan tentang Gizi terhadap Status Gizi Remaja. *Jurnal Surya Medika*, 8(1), 65–69. <https://doi.org/10.33084/jism.v8i1.3439>
- Putri, A. (2025). *Journal of Nutrition in Child Development Impact of Malnutrition on Child Development: The Association Between Stunting and Cognitive Delays.*
- Rahmah, H. A., Anggraini, A., Nilasari, Y. P., & Salsabilla, E. P. (2025). Analisis Efektivitas Program Makan Bergizi Gratis Di Sekolah Dasar Indonesia Tahun 2025. *Integrative Perspectives of Social and Science Journal*, 2(2), 2855.
- Raut, S., KC, D., Singh, D. R., Dhungana, R. R., Pradhan, P. M. S., & Sunuwar, D. R. (2024). Effect of nutrition education intervention on nutrition knowledge, attitude, and diet quality among school-going adolescents: a quasi-experimental study. *BMC Nutrition*, 10(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s40795-024-00850-0>
- Rayipratiwi, I. S., Rahayu, L. S., & Fitria, F. (2023). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Perilaku Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Pada Remaja Di Wilayah Kabupaten Tangerang Tahun 2021. *ARGIPA (Arsip Gizi Dan Pangan)*, 7(2), 154–161. <https://doi.org/10.22236/argipa.v7i2.8139>
- SNEB. (2021). *Nutrition Educator Competencies for Promoting Healthy Individuals, Communities, and Food Systems.*
- Valentin Valling, & Mahmudiono Trias. (2024). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Sarapan Bergizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2), 5676–5681.