

Edukasi Pangan yang Sehat dan Aman dengan Pendekatan Partisipatif Berbasis Permainan Kepada Siswa SD Negeri 1 Lalonggopi, Kabupaten Kolaka, Sulawesi Tenggara

Ernawati¹, Rajab Rachman², Fira Yuniar Wahyudi³, Sitti Nurhaliza⁴, Icha Apriani⁵, Fesyli⁶, Rahmawati⁷, Ulmayani⁸, Ijhri Muhriza⁹, Nurzakinah¹⁰, Helniana¹¹, Wa ode Martuti¹², Muh Aldy¹³, Sandi¹⁴, Muh. Dhion. R¹⁵

^{1,2,3,4,5,6,7,8,,10,11,12,13,14,15} Universitas Sembilanbelas November Kolaka, Indonesia

*e-mail korespondensi: ernaern3012@gmail.com

Abstract

Introducing healthy and safe food from an early age is very important for children, so this Community Service program aims to educate students at SD Negeri 1 Lalonggopi to increase their knowledge about healthy and safe food. The method used in this activity is a participatory and game-based approach so that students can more easily understand the concept of healthy and safe food in accordance with their cognitive development stage. The target of this activity is students in grades 4, 5, and 6, and the evaluation of the activity is analyzed descriptively and quantitatively using pre-test and post-test questionnaires. The results of the PkM activity showed that students' knowledge before and after the activity increased based on the scores obtained, which consisted of: Grade 4 obtained a pre-test average of 56.2 (fair) and a post-test average of 66.2 (good), grade 5 obtained a pre-test average of 51.6 (poor) and a post-test average of 63.4 (fair), and Grade 6 obtained an average pre-test score of 53.0 (poor) and an average post-test score of 66.2 (good). Overall, the average pre-test score of 53.6 (poor) increased to 65.3 (post-test) (fair). In conclusion, education using a participatory approach based on games is effective in increasing students' knowledge about healthy and safe food.

Keywords: Education; healthy and safe food; participatory game-based learning; knowledge; Elementary school students

Abstrak

Pengenalan pangan sehat dan aman sejak dini sangat penting bagi anak, sehingga Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan melakukan edukasi dalam untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang pangan sehat dan aman di SD Negeri 1 Lalonggopi. Metode pelaksanaan kegiatan ini menggunakan pendekatan partisipatif dan berbasis permainan agar siswa lebih mudah memahami konsep pangan sehat dan aman sesuai tahap perkembangan kognitif mereka. Sasaran kegiatan adalah siswa kelas 4, 5, dan 6 dan evaluasi kegiatan dianalisis secara deskriptif kuantitatif menggunakan kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Hasil kegiatan PkM menunjukkan bahwa pengetahuan siswa sebelum dan sesudah kegiatan mengalami peningkatan berdasarkan skor yang diperoleh, yang terdiri atas: Kelas 4 memperoleh rata-rata *pre test* 56,2 (cukup) dan rata-rata *post test* 66,2 (baik), kelas 5 memperoleh rata-rata *pre test* 51,6 (kurang) dan rata-rata *post test* 63,4 (cukup) dan kelas 6 memperoleh rata-rata *pre test* 53,0 (kurang) dan rata-rata *post test* 66,2 (baik), dan secara keseluruhan skor rata-rata *pre test* 53,6 kategori kurang meningkat menjadi 65,3 (*post test*) dengan kategori cukup. Kesimpulannya bahwa edukasi dengan pendekatan partisipatif dan berbasis permainan yang dilakukan efektif untuk meningkatkan tingkat pengetahuan siswa tentang pangan sehat dan aman.

Kata Kunci: edukasi; pangan sehat dan aman; partisipatif berbasis permainan; pengetahuan; siswa SD

Accepted: 2025-09-02

Published: 2025-10-28

PENDAHULUAN

Kesehatan anak-anak merupakan fondasi utama bagi pembangunan sumber daya manusia di masa depan. Anak yang sehat memiliki potensi tumbuh menjadi generasi penerus bangsa yang produktif, cerdas, dan berkualitas. Namun demikian, Indonesia masih menghadapi berbagai permasalahan kesehatan anak, seperti diare dan stunting, yang berdampak pada kualitas hidup dan prestasi akademik. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI, prevalensi stunting pada balita mencapai 27,7% pada tahun 2022, sedangkan diare masih menjadi salah satu penyebab

utama morbiditas dan mortalitas pada anak usia sekolah dasar (Kemenkes RI, 2022 dalam Sinulingga, 2025).

Salah satu faktor penyebab utama masalah tersebut adalah konsumsi jajanan anak sekolah yang tidak sehat dan tidak terjamin kebersihannya. Jajanan yang terkontaminasi dapat menimbulkan keracunan makanan, infeksi saluran cerna, serta berdampak pada status gizi anak. Kondisi ini, apabila berlangsung dalam jangka panjang, dapat menghambat pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan prestasi belajar anak di sekolah (Afifah, 2023).

Keamanan pangan dan gizi seimbang merupakan aspek penting dalam tumbuh kembang anak. Pangan sehat adalah makanan yang mengandung zat gizi makro dan mikro seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral, serta terbebas dari cemaran biologis, kimia, maupun fisik (Fitri et al., 2025). Konsumsi pangan yang tidak aman atau mengandung bahan berbahaya seperti boraks, formalin, maupun pewarna sintesis berlebih dapat menimbulkan gangguan kesehatan serius, bahkan kematian. Oleh karena itu, edukasi mengenai pemilihan pangan sehat dan aman sangat diperlukan sejak usia sekolah dasar, karena pada tahap ini anak-anak mulai mandiri dalam memilih jajanan mereka (Widowati & Nurfitriani, 2023).

Sekolah dasar sebagai institusi pendidikan formal memiliki peran strategis dalam menanamkan pengetahuan dan perilaku hidup sehat. Anak usia 7–12 tahun merupakan kelompok yang sedang berada pada fase perkembangan kognitif operasional konkret, sehingga pembelajaran perlu dikemas secara menarik, aplikatif, dan sesuai dengan dunia anak (Munir, 2017). Salah satu pendekatan yang efektif adalah pendekatan partisipatif berbasis permainan (*game-based participatory learning*). Metode ini memungkinkan siswa terlibat aktif, belajar sambil bermain, serta memperoleh pengalaman nyata yang meningkatkan daya ingat dan pemahaman (Rachmawati, 2025; Rahmadani, 2025).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa edukasi gizi dengan media permainan interaktif dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik siswa terkait konsumsi makanan sehat (Amira & Setyaningtyas, 2021; PATRISIA, n.d.; Renamastika et al., 2025). Melalui permainan edukatif, anak-anak lebih mudah memahami pesan kesehatan, terlibat secara aktif, dan merasa senang mengikuti proses pembelajaran, dibandingkan dengan metode ceramah konvensional.

SD Negeri 1 Lalonggopi, yang terletak di Kecamatan Wolo, Kabupaten Kolaka, Sulawesi Tenggara, merupakan sekolah dasar yang berada di wilayah pedesaan dengan akses terbatas terhadap pusat kota. Kondisi geografis ini berdampak pada keterbatasan informasi, termasuk pengetahuan anak-anak tentang pangan sehat dan aman. Jajanan sekolah menjadi bagian tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari siswa, sehingga penting untuk mengkaji sejauh mana tingkat pengetahuan mereka mengenai pangan sehat dan aman, sekaligus memberikan intervensi edukatif berbasis permainan agar pesan kesehatan dapat diterima dengan lebih efektif.

Dengan demikian, kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini berfokus pada peningkatan pengetahuan siswa tentang pangan sehat dan aman melalui edukasi dengan pendekatan partisipatif berbasis permainan di SD Negeri 1 Lalonggopi. Intervensi ini diharapkan mampu memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran siswa, mengurangi risiko konsumsi jajanan berbahaya, serta mendukung pencapaian tumbuh kembang dan prestasi belajar anak.

METODE

Lokasi dan Waktu Kegiatan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) dilaksanakan di SD Negeri 1 Lalonggopi pada bulan Agustus 2025 dalam rangka memperingati Hari Anak Nasional.

Subjek Kegiatan

- Subjek kegiatan adalah 61 siswa yang terdiri dari:
- Kelas IV = 20 siswa

- Kelas V = 21 siswa
- Kelas VI = 20 siswa

Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan meliputi:

1. Tahap Persiapan
 - Koordinasi dengan pihak sekolah.
 - Penyusunan instrumen *pre-test* dan *post-test*.
 - Penyusunan materi edukasi berupa modul singkat, poster, dan media gambar.
2. Tahap Pelaksanaan
 - *Pre-test*: siswa diberikan soal pilihan ganda untuk mengukur pengetahuan awal.
 - Penyuluhan: penyampaian materi tentang pangan sehat dan aman melalui ceramah interaktif, diskusi, dan permainan edukatif.
 - *Post-test*: siswa mengerjakan soal yang sama untuk melihat peningkatan pengetahuan.
3. Tahap Evaluasi
 - Membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test*.
 - Analisis data dilakukan secara kuantitatif deskriptif dengan menghitung nilai rata-rata dan kategori tingkat pengetahuan siswa.

Instrumen Pengetahuan

Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pilihan ganda sebanyak 20 soal, dengan indikator pengetahuan meliputi:

1. Gizi seimbang (contoh: pentingnya sarapan, 4 sehat 5 sempurna).
 2. Kebersihan pangan (contoh: mencuci tangan, cara menyimpan makanan).
 3. Bahaya makanan tidak sehat (contoh: junk food, minuman bersoda, jajan sembarangan).
 4. Keamanan pangan (contoh: pentingnya memperhatikan tanggal kedaluwarsa).
- Setiap jawaban benar diberi skor 5 poin, jawaban salah 0 poin. Skor maksimal = 100.

Kategori Tingkat Pengetahuan

Tabel 1. Penentuan kategori pengetahuan siswa menggunakan kriteria berikut:

Rentang Skor (%)	Kategori Pengetahuan
0 – 54	Kurang
55 – 64	Cukup
65 – 79	Baik
80 – 100	Sangat Baik

Analisis Data

- Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif (mean, persentase, distribusi kategori).
- Peningkatan pengetahuan diukur dengan membandingkan rata-rata skor *pre-test* dan *post-test*.
- Hasil perhitungan disajikan dalam bentuk tabel, grafik, dan interpretasi kategori.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Kegiatan

Pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk edukasi mengenai pangan sehat dan aman di SD Negeri 1 Lalonggopi dilaksanakan dalam rangka memperingati Hari Anak Nasional, yang sekaligus menjadi momentum untuk menumbuhkan kepedulian terhadap kesehatan serta masa depan generasi penerus bangsa. Peringatan ini dimanfaatkan secara optimal sebagai sarana edukasi, dengan memberikan pengetahuan kepada siswa-siswi tentang pentingnya memilih pangan yang bergizi, bersih, dan aman untuk dikonsumsi.

Pemilihan tema edukasi pangan sehat ini didasarkan pada urgensi membekali anak-anak sejak usia dini dengan pemahaman mengenai gizi seimbang, prinsip kebersihan pangan, serta bahaya yang dapat ditimbulkan dari konsumsi jajanan tidak sehat. Hal ini relevan dengan fakta bahwa anak-anak sekolah dasar merupakan kelompok usia yang rentan terhadap masalah kesehatan akibat pola makan yang tidak tepat, seperti diare, keracunan makanan, maupun stunting.

Proses kegiatan dilaksanakan dengan pendekatan partisipatif berbasis permainan (*participatory learning with games*) agar lebih menarik dan mudah dipahami oleh anak-anak. Metode ini mencakup beberapa aktivitas, antara lain:

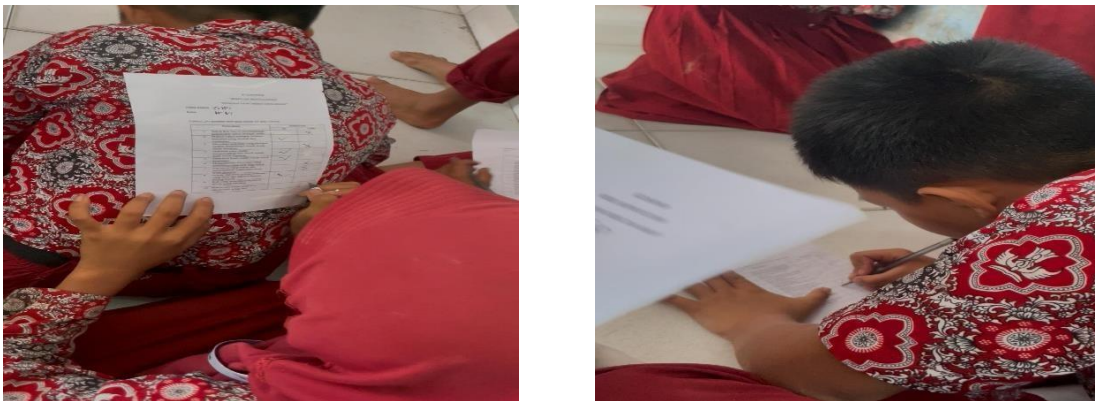
1. Penyampaian materi interaktif melalui cerita, gambar, dan contoh nyata mengenai pangan sehat dan berbahaya.
2. Simulasi dan permainan edukatif, misalnya tebak gambar makanan sehat, lomba memilah jajanan sehat dan tidak sehat, serta permainan kelompok yang mengajarkan lima kunci keamanan pangan.
3. Diskusi sederhana yang melibatkan siswa untuk menyebutkan contoh makanan sehat yang sering mereka konsumsi di rumah maupun di sekolah.
4. Pre Test dan Post-test sederhana yang dilakukan untuk mengukur peningkatan pengetahuan siswa setelah kegiatan.



Gambar 1 . Pembukaan Penyuluhan Oleh Kepala Sekolah)



Gambar 2 . Pelaksanaan edukasi dengan pendekatan partisipatif berbasis permainan



Gambar 3 . Pengisian Kuisisioner



Gambar 4. Penutupan

Hasil Analisis Pengetahuan Siswa tentang Pangan Sehat dan Aman di SD Negeri 1 Lalonggopi

Tabel 2. Hasil Pre-test & Post-test Kelas 4 (20 siswa)

No	Nama Siswa	Pre-test	Kriteria	Post-test	Kriteria
1	S-4.1	55	Kurang	65	Cukup
2	S-4.2	60	Cukup	70	Baik
3	S-4.3	50	Kurang	60	Cukup
4	S-4.4	58	Cukup	68	Baik
5	S-4.5	55	Kurang	65	Cukup
6	S-4.6	60	Cukup	70	Baik
7	S-4.7	54	Kurang	64	Cukup
8	S-4.8	56	Cukup	66	Baik
9	S-4.9	57	Cukup	67	Baik
10	S-4.10	53	Kurang	63	Cukup
11	S-4.11	55	Kurang	65	Cukup
12	S-4.12	52	Kurang	62	Cukup

No	Nama Siswa	Pre-test	Kriteria	Post-test	Kriteria
13	S-4.13	58	Cukup	68	Baik
14	S-4.14	56	Cukup	66	Baik
15	S-4.15	57	Cukup	67	Baik
16	S-4.16	59	Cukup	69	Baik
17	S-4.17	54	Kurang	64	Cukup
18	S-4.18	60	Cukup	70	Baik
19	S-4.19	55	Kurang	65	Cukup
20	S-4.20	57	Cukup	67	Baik

Rata-rata: 56,2 → 66,2 (**Cukup** → **Baik**)

Tabel 3. Hasil Pre-test & Post-test Kelas 5 (21 siswa)

No	Nama Siswa	Pre-test	Kriteria	Post-test	Kriteria
1	S-5.1	50	Kurang	62	Cukup
2	S-5.2	52	Kurang	63	Cukup
3	S-5.3	48	Kurang	60	Cukup
4	S-5.4	55	Kurang	66	Baik
5	S-5.5	53	Kurang	64	Cukup
6	S-5.6	49	Kurang	61	Cukup
7	S-5.7	54	Kurang	65	Cukup
8	S-5.8	52	Kurang	63	Cukup
9	S-5.9	50	Kurang	62	Cukup
10	S-5.10	51	Kurang	62	Cukup
11	S-5.11	49	Kurang	61	Cukup
12	S-5.12	53	Kurang	65	Cukup
13	S-5.13	55	Kurang	67	Baik
14	S-5.14	50	Kurang	62	Cukup
15	S-5.15	48	Kurang	60	Cukup
16	S-5.16	54	Kurang	66	Baik
17	S-5.17	52	Kurang	63	Cukup
18	S-5.18	51	Kurang	62	Cukup
19	S-5.19	53	Kurang	65	Cukup
20	S-5.20	49	Kurang	61	Cukup
21	S-5.21	55	Kurang	67	Baik

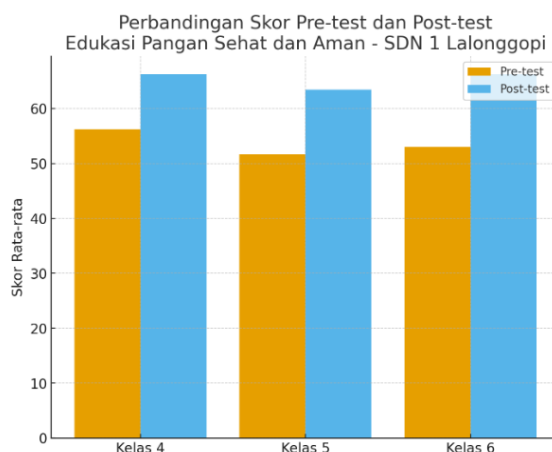
Rata-rata: 51,6 → 63,4 (**Kurang** → **Cukup**)

Tabel 4. Hasil Pre-test & Post-test Kelas 6 (20 siswa)

No	Nama Siswa	Pre-test	Kriteria	Post-test	Kriteria
1	S-6.1	52	Kurang	65	Cukup
2	S-6.2	55	Kurang	68	Baik
3	S-6.3	50	Kurang	63	Cukup
4	S-6.4	54	Kurang	67	Baik
5	S-6.5	56	Cukup	70	Baik
6	S-6.6	51	Kurang	64	Cukup
7	S-6.7	53	Kurang	66	Baik

No	Nama Siswa	Pre-test	Kriteria	Post-test	Kriteria
8	S-6.8	55	Kurang	68	Baik
9	S-6.9	50	Kurang	63	Cukup
10	S-6.10	52	Kurang	65	Cukup
11	S-6.11	54	Kurang	67	Baik
12	S-6.12	56	Cukup	70	Baik
13	S-6.13	53	Kurang	66	Baik
14	S-6.14	55	Kurang	68	Baik
15	S-6.15	51	Kurang	64	Cukup
16	S-6.16	54	Kurang	67	Baik
17	S-6.17	50	Kurang	63	Cukup
18	S-6.18	52	Kurang	65	Cukup
19	S-6.19	53	Kurang	66	Baik
20	S-6.20	55	Kurang	68	Baik

Rata-rata: 53,0 → 66,2 (Kurang → Baik)



Grafik 1. Perbandingan Skor Pre test - Post Test

Berdasarkan hasil rekapitulasi keseluruhan dari tiga kelas (IV, V, dan VI) yang berjumlah 61 siswa, terlihat adanya peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan setelah dilakukan edukasi mengenai pangan sehat dan aman. Sebelum penyuluhan, sebagian besar siswa berada pada kategori Kurang (29 siswa) dan Cukup (20 siswa). Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman awal mereka tentang pangan sehat dan aman masih terbatas. Hanya sedikit siswa yang masuk kategori Baik (12 siswa) dan tidak ada satupun yang mencapai kategori Sangat Baik.

Namun, setelah diberikan edukasi, jumlah siswa dalam kategori Kurang menurun drastis dari 29 siswa menjadi hanya 11 siswa. Sementara itu, kategori Cukup mengalami peningkatan menjadi 22 siswa, yang menandakan adanya pergeseran pengetahuan ke arah yang lebih baik. Lebih jauh lagi, kategori Baik meningkat hampir dua kali lipat, dari 12 siswa menjadi 21 siswa, dan muncul kategori Sangat Baik dengan jumlah 7 siswa.

Perubahan ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan berhasil memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan siswa. Anak-anak yang semula belum memahami konsep pangan sehat dan aman kini lebih mampu mengidentifikasi makanan sehat, memahami bahaya konsumsi pangan yang tidak higienis, serta menyadari pentingnya menjaga pola makan untuk kesehatan tubuh.

Intervensi edukasi pangan sehat dan aman di SDN 1 Lalonggopi berhasil meningkatkan pengetahuan siswa secara signifikan—rata-rata pengetahuan umum naik dari 53,6% (kategori

Kurang) menjadi 65,3% (kategori Cukup), dengan pergeseran distribusi siswa ke kategori yang lebih tinggi. Kelas VI mencatat peningkatan paling tinggi, disusul kelas V dan IV. Pola ini sejalan dengan fase perkembangan kognitif anak yang berbeda, di mana siswa kelas yang lebih tinggi lebih mampu mencerna informasi kompleks seperti gizi dan keamanan pangan, terutama jika disampaikan melalui cara yang aplikatif dan interaktif (Widartika, 2025;)

Penggunaan metode partisipatif berbasis permainan memainkan peran sentral dalam keberhasilan intervensi. Studi (Naqli & Rizkiriani, 2024) menunjukkan bahwa game edukatif berbasis aktivitas fisik (contoh: *healthy food race*) secara signifikan meningkatkan pengetahuan gizi siswa dan membantu menjaga berat badan normal. Metode serupa, seperti permainan puzzle dan media interaktif, juga terbukti efektif menumbuhkan persepsi positif dan meningkatkan pemahaman anak tentang jajanan sehat (Putri et al., 2024) & Julita, 2024). Media visual seperti kartu bergambar dan video simulasi terbukti efektif dalam menyampaikan pesan edukatif (Fitriyah, 2022; Mahliza et al., 2025; Pambudi et al., 2024). Edukasi gizi menggunakan card games dan video animasi secara signifikan meningkatkan pengetahuan siswa tentang buah dan sayur (Purba et al., 2024). Begitu juga, intervensi berbasis video simulasi dan keterlibatan guru dan orang tua mampu memperbaiki pengetahuan dan sikap siswa meskipun belum berdampak langsung pada perilaku makan (Amira & Setyaningtyas, 2021; Widartika, 2025).

Pengetahuan tentang pangan sehat dan keamanan pangan dapat menjadi strategi preventif terhadap stunting dan gangguan pencernaan. Laporan Kemenkes RI (2022) menyatakan bahwa stunting dan diare masih menjadi tantangan serius bangsa, sehingga pendidikan tentang kebersihan dan gizi sejak sekolah dasar menjadi penting. Meskipun literatur yang ditemukan lebih banyak fokus pada pengetahuan (belum perilaku), dasar pengetahuan adalah fondasi untuk perubahan perilaku jangka Panjang (Haruto, 2023).

Beberapa kelas, terutama kelas IV, membutuhkan konten lebih visual dan pengulangan untuk pemahaman yang lebih baik (Fitriyah, 2022) Agar dampaknya lebih berkelanjutan, disarankan untuk:

- Mengintegrasikan materi pangan sehat dalam kurikulum rutin (IPA, PKn, Prakarya)
- Menggunakan media permainan sederhana berbasis sekolah
- Menyelenggarakan sesi penguatan berkala setiap 6–8 minggu
- Libatkan orang tua dan pihak sekolah dalam menciptakan lingkungan kantin sehat—strategi ini terbukti lebih efektif dalam perubahan perilaku jangka Panjang (Amini et al., 2024).

KESIMPULAN

Kesimpulan Pelaksanaan Program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) berupa edukasi pangan sehat dan aman melalui metode partisipatif berbasis permainan di SDN 1 Lalonggopi terbukti efektif meningkatkan pengetahuan siswa kelas IV, V, dan VI. Rata-rata skor pengetahuan siswa meningkat dari kategori Kurang (53,6%) menjadi Cukup (65,3%), dengan pergeseran distribusi ke kategori yang lebih tinggi terutama pada kelas VI.

Keberhasilan ini dipengaruhi oleh penggunaan media visual dan permainan interaktif yang sesuai dengan tahap perkembangan kognitif anak, serta integrasi praktik langsung seperti simulasi cuci tangan. Hal ini sejalan dengan berbagai penelitian terbaru yang menegaskan efektivitas media interaktif, game edukatif, dan pembelajaran berbasis aktivitas dalam meningkatkan pengetahuan gizi dan kebersihan siswa.

Meskipun peningkatan pengetahuan sudah terlihat, perubahan perilaku membutuhkan intervensi berulang dan dukungan lingkungan sekolah maupun keluarga. Oleh karena itu, disarankan agar materi pangan sehat dan aman diintegrasikan ke dalam kurikulum sekolah, diperkuat dengan kegiatan rutin, serta didukung oleh kebijakan sekolah terkait kantin sehat dan keterlibatan orang tua.

Dengan demikian, program edukasi pangan sehat dan aman tidak hanya berkontribusi pada peningkatan pengetahuan jangka pendek, tetapi juga berpotensi menjadi strategi preventif terhadap masalah kesehatan anak seperti stunting, diare, dan infeksi saluran pencernaan, apabila dilakukan secara berkesinambungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, I. (2023). Peningkatan Pengetahuan tentang Jajanan Sehat pada Siswa/i Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 2(1), 1–7.
- Amini, A., Cahyaningtyas, D. K., Rospia, E. D., Muthoharoh, M., & Maharani, B. A. (2024). Sosialisasi Transformasi Kantin Sekolah Sehat di SD 'Aisyiyah 1 Mataram. *Journal of Community Development*, 5(2), 241–249.
- Amira, K. A., & Setyaningtyas, S. W. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak Sekolah Dasar dalam Pemilihan Jajanan Sehat: Literature review. *Media Gizi Indonesia (National Nutrition Journal)*, 16(2), 130–138.
- Fitri, S. A., Jhonifer, R., Tushodia, O. V., Putri, I. R., & Fitriami, E. (2025). Analisis Asupan Gizi Anak Usia Dini di Paud Sejahtera Bersama Kota Padang. *BEMAS: Jurnal Bermasyarakat*, 6(1), 60–69.
- Fitriyah, L. A. (2022). *Tujuan dan Manfaat Media Audio-Visual*. MEDIA, 36.
- Haruto, A. (2023). Impact of Nutrition Education on Physical Fitness in School-Aged Children in Japan. *International Journal of Physical Education, Recreation and Sports*, 1(1), 37–47.
- Julita, S. (2024). Edukasi Makanan Sehat dengan Permainan Puzzle di SDN 005 Km. 2 Pekan Heran Kabupaten Indragiri Hulu. *PITIMAS: Journal of Community Engagement in Health*, 3(3), 107–109.
- Mahliza, S., Putri, I. S. R., Aqillah, Z. J., Putri, L. M., Oktarilyan, M. R., & Lusiria, D. (2025). Psychogame "SOS (Simulasi Operasi Selamat)" Sebuah Intervensi untuk Mitigasi Bencana bagi Anak Usia Sekolah Dasar. *Jejak Digital: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(4), 813–822.
- Munir, M. (2017). Tahapan Operasional Konkret Jean Piaget dalam Internalisasi Moral Religius Anak Usia Sekolah Dasar 7–12 Tahun. *TALIMUNA: Jurnal Pendidikan Islam*, 6(1), 46–57.
- Naqli, F. K., & Rizkiriani, A. (2024). Pengembangan Media Edukasi Gizi Nutriplay serta Pengaruhnya terhadap Perilaku tentang Gizi Seimbang Siswa Sekolah Dasar. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 19(1), 134–143.
- Pambudi, A. S. P., Pratama, A. B., & Simanjuntak, N. M. (2024). Peranan Media Visual terhadap Peningkatan Kosakata Siswa SD kelas 1 di SDN Wonorejo 3 Surabaya. *Morfologi: Jurnal Ilmu Pendidikan, Bahasa, Sastra Dan Budaya*, 2(4), 251–264.
- Patrisia, A. 2023. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Permainan Kagasi terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di SMA Negeri 13 Palembang*. Skripsi. Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya.
- Purba, J. S. R., Nopriantini, N., Rafiony, A., & Petrika, Y. (2024). Pengaruh Penyuluhan Gizi dengan Media Game Edukasi Berbasis Android Terhadap Konsumsi Buah dan Sayur. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 34(3), 620–630.
- Putri, T. S., Muharramah, A., Junita, D. El., & Wati, D. A. (2024). Pengaruh Media Puzzle terhadap Pengetahuan Jajanan Sehat pada Siswa di Sekolah Dasar. *Media Gizi Ilmiah Indonesia*, 2(2), 77–85.
- Rachmawati, R. I. S. (2025). Penerapan Model Pembelajaran Game Tournament untuk Meningkatkan Partisipasi Anak di RA Al Ikhlah Junior Club. *Jurnal Pendidikan Kritis Dan Kolaboratif*, 1(2), 422–427.
- Rahmadani, S. (2025). Pemanfaatan Game Edukasi Berbasis IPA Sebagai Strategi Menemukan Minat dan Pemahaman Sains di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Mahasiswa Dan Akademisi*, 1(1), 106–115.
- Renamastika, S. N., Yuanta, Y., Puspita, S. D., Selviyanti, E., & Ratri, P. R. (2025). Demonstrasi Game "Si Gesit" Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 6(2), 2351–2362.
- Sinulingga, N. N. (2025). Membangun Karakter Sehat dan Berakhlak Mulia melalui 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat. *Tarbiyatuna Kajian Pendidikan Islam*, 9(1), 109–131.

-
- Widartika, S. K. M. (2025). Strategi Pendidikan Gizi Kuliner (Culinary Nutrition Education) Berbasis Praktik: Pendekatan Teori Dan Aplikasi. *Book Chapter of Culinary Nutrition*.
- Widowati, S., & Nurfitriani, R. A. (2023). *Diversifikasi pangan lokal untuk ketahanan pangan: perspektif ekonomi, sosial, dan budaya*. Penerbit BRIN.