

Peran Penting Sekolah dalam Memperbaiki Praktik Gizi Seimbang pada Anak

Khartini Kaluku (koresponden)

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Maluku; kalukukhartini@gmail.com

Junieni

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Maluku; nenijunieni@gmail.com

ABSTRAK

Masyarakat dunia saat ini menghadapi banyak masalah gizi termasuk Negara Indonesia. Prevalensi masalah gizi di Indonesia tiap tahun mengalami peningkatan termasuk masalah gizi pada anak usia sekolah. Masalah gizi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah terkait praktik gizi seimbang. Praktik gizi seimbang pada anak usia sekolah tidak hanya tergantung pada peran keluarga. Akan tetapi, peran penting dari sekolah juga sangat berpengaruh. Seperti yang kita ketahui bersama bahwa sebagian besar waktu anak dihabiskan di lingkungan sekolah. Mengingat pentingnya hal tersebut maka dari itu sudah semestinya kita sadar dan peduli. Kajian pustaka ini bertujuan untuk mengetahui seberapa penting peran sekolah dalam memperbaiki praktik gizi seimbang pada anak. Kajian secara naratif dilakukan terhadap beberapa artikel penelitian maupun skripsi yang terbit dalam 10 tahun terakhir pada jurnal nasional maupun internasional dan dapat diakses secara terbuka (*open access*). Hasil kajian menunjukkan bahwa praktik gizi seimbang khususnya pada anak sekolah sangatlah penting. Anak usia sekolah merupakan generasi penerus bangsa dan aset pembangunan. Peran penting sekolah dalam hal ini adalah memberikan pendidikan gizi yang dimana sangat diperlukan oleh anak usia sekolah terutama untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik gizi seimbang yang pada gilirannya akan meningkatkan status gizinya. Kebijakan sekolah terkait dengan praktik gizi seimbang dapat berupa kantin sehat dengan harapan bahwa pola konsumsi anak bisa dikontrol dengan baik. Kantin sekolah berfungsi untuk menyediakan makanan yang sehat yakni yang bergizi dan aman untuk dikonsumsi anak serta mendorong anak untuk memilih makanan yang beragam, bergizi, seimbang, dan aman.

Kata kunci: praktik gizi seimbang; pendidikan gizi; kantin sehat

PENDAHULUAN

Masyarakat dunia saat ini menghadapi banyak masalah gizi. Setiap negara bisa menghadapi lebih dari satu jenis masalah gizi.¹ Termasuk Negara Indonesia yang sejatinya belum tuntas dalam menurunkan prevalensi gizi kurang justru menghadapi tantangan baru yakni gizi lebih. Menurut data Risesdas 2010, 2013, 2018 memperlihatkan kecenderungan prevalensi obesitas (IMT > 25) semua kelompok umur. Anak usia sekolah 5-12 Tahun 14%, 11,9% dan 18,4% (Risesdas 2013, 2018) naik hingga 6,5%.^{2,3,4}

Gizi ganda (*double burden*) terjadi akibat praktik gizi yang tidak seimbang. Kekurangan gizi terjadi apabila asupan gizi yang masuk (*intake* gizi) tidak sesuai dengan yang telah dianjurkan, buruknya sanitasi lingkungan dan kebersihan diri yang memudahkan timbulnya penyakit infeksi. Sedangkan kelebihan gizi timbul karena asupan gizi melebihi kebutuhan dan rendahnya aktivitas fisik.

Melalui pendidikan, dengan masukan, bimbingan dan arahan akan membentuk jati diri anak tentang gizi seimbang secara efektif, karena lingkungan terhadap individu dapat menghasilkan perubahan-perubahan yang tetap dalam kebiasaan perilaku, pikiran dan sifatnya. Hal ini akan dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik penerapan gizi seimbang pada anak usia sekolah yang pada gilirannya akan meningkatkan status gizinya.

Status gizi anak usia sekolah tidak hanya tergantung pada peran keluarga. Akan tetapi, peran dari sekolah juga sangat berpengaruh. Seperti yang kita ketahui bersama bahwa sebagian besar waktu anak dihabiskan di lingkungan sekolah. Berdasarkan hal tersebut, penulis tertarik untuk membuat suatu kajian terkait dengan peran penting sekolah dalam memperbaiki praktik gizi seimbang pada anak.

METODE

Metode dalam pengumpulan data dan informasi yang terkait dengan kajian pustaka ini adalah melalui bantuan mesin pencari *Google Scholar* dan untuk mengidentifikasi artikel yang relevan, ada beberapa "Kata Kunci" yang digunakan yakni: gizi seimbang, pendidikan gizi, dan kantin sehat. "Kata Kunci" yang digunakan gunanya adalah untuk melacak artikel penelitian dan skripsi, yang relevan dan terbit dalam kurun waktu 10 tahun terakhir pada jurnal nasional maupun internasional dan dapat

diakses secara terbuka (*open access*). Kajian pustaka secara naratif (*unsystematic narrative review*) dilakukan untuk mensintesa informasi dari 26 artikel terpilih yang meneliti tentang gizi seimbang pada anak, pendidikan gizi, dan kantin sehat.

HASIL

Hasil kajian pustaka menunjukkan bahwa praktik gizi seimbang khususnya pada anak sekolah sangatlah penting. Anak usia sekolah merupakan generasi penerus bangsa dan aset pembangunan. Pemberian layanan pendidikan di sekolah dapat dimanfaatkan dalam intervensi praktik gizi seimbang. Untuk mencegah kekurangan dan kelebihan gizi, diperlukan pemahaman dan praktik gizi seimbang.

Kebutuhan Gizi pada Anak

Gizi yang baik pada anak sekolah merupakan investasi suatu bangsa, karena di tangan generasi muda bangsa dapat melanjutkan pembangunan yang berkesinambungan. Kekurangan gizi pada siswa di sekolah akan mengakibatkan anak menjadi lemah, cepat lelah dan sakit-sakitan, sehingga anak menjadi sering absen serta mengalami kesulitan untuk mengikuti dan memahami pelajaran dengan baik. Untuk mencapai status gizi yang baik pada anak sekolah diperlukan perilaku makan yang baik sesuai dengan kaidah-kaidah ilmu gizi modern. Perilaku makan yang baik tersebut didapat melalui pendidikan di rumah tangga atau keluarga dan di lingkungan sekolah. Untuk mencapai status gizi yang baik pada anak sekolah diperlukan perilaku makan yang baik sesuai dengan kaidah-kaidah ilmu gizi modern. Perilaku makan yang baik tersebut didapat melalui pendidikan di rumah tangga atau keluarga dan di lingkungan sekolah. Sebenarnya pemerintah telah menaruh perhatian terhadap status gizi anak sekolah. Ini dibuktikan dengan adanya program Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah (PMT-AS). PMT-AS bertujuan untuk mencegah masalah kekurangan energi protein pada siswa Sekolah Dasar (SD) dan Madrasah Ibtidiah (MI) sekaligus mengupayakan mengurangi kecacingan pada anak⁵.

Anak usia sekolah dasar termasuk usia perkembangan sehingga membutuhkan nutrisi dengan kualitas maupun kuantitas yang baik dan benar. Kebutuhan gizi tersebut di antaranya dapat dipenuhi melalui kebiasaan makan. Pola jajan juga dapat memberikan kontribusi terhadap status gizi anak apabila jenis jajan yang dikonsumsi berkualitas dari segi jenis dan kandungan gizinya. Penelitian di SD Sonosewu Bantul Yogyakarta dengan sampel sebanyak 65 siswa menemukan bahwa ada hubungan pola makan dengan status gizi diperoleh $p = 0,008$ ($p < 0,05$)⁶.

Praktik Gizi Seimbang

Praktik gizi seimbang pada anak dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti kemampuan ekonomi keluarga, ketersediaan pangan, serta pengetahuan. Praktik gizi seimbang ini mulai terbentuk dari lingkungan yang terkecil yakni keluarga. Keluarga, terutama orang tua sangat berperan dalam hal penyediaan makanan bagi anaknya.²

Sejalan dengan itu, sebuah penelitian menunjukkan bahwa rendahnya perilaku keluarga untuk mengonsumsi makanan beragam dikarenakan rendahnya daya beli dan kurangnya pengetahuan ibu sebagai penentu menu makanan keluarga.⁵ Bahkan peran ibu mempunyai dampak jangka panjang terhadap kebiasaan makan seorang anak di masa depan. Seperti yang telah diteliti oleh Rizka Febriana (2014) dalam skripsinya menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kesukaan sayur dan buah pada anak adalah kesukaan ibu sewaktu hamil, selain itu dukungan ibu juga mempengaruhi kesukaan anak terhadap sayur.⁷

Salah satu upaya dalam memenuhi dan menunjang tercukupinya asupan gizi anak selain di rumah dapat dilakukan di sekolah melalui peran guru khususnya penerapan praktik gizi seimbang. Pemenuhan gizi selama tumbuh kembang anak merupakan salah satu cara untuk memaksimalkan fungsi otak anak. Terpenuhnya gizi seimbang seperti protein, karbohidrat, vitamin dan mineral lainnya merupakan asupan utama untuk tumbuh anak agar sehat dan pintar. Guru dituntut untuk mendampingi anak selama di sekolah termasuk memantau asupan gizi anak selama berada jauh dari orangtuanya. Praktik guru berupa penyuluhan dan pemberian informasi tentang gizi sesuai kebutuhan anak dan program "isi piringku" yang sedang digencarkan oleh pemerintah secara berkala di sekolah selama 6 bulan. Peningkatan pemahaman orangtua murid tentang gizi dan program "isi piringku" menjadi lebih mudah diaplikasikan di kehidupan keseharian anak-anak, sehingga anak mendapatkan gizi yang cukup selama tumbuh kembangnya⁸.

Penelitian lainnya terkait praktik gizi seimbang yang dilakukan Riani tahun 2020 pada anak Sekolah Dasar Negeri di kecamatan Bangkinang Kota sebanyak 30 orang menunjukkan bahwa ada

pengaruh konsumsi kreasi singkong terhadap pemenuhan kebutuhan energi dan zat gizi anak sekolah dasar⁹.

Kantin Sekolah dan Pendidikan Gizi

Kantin merupakan pelayanan khusus yang menyediakan makanan dan minuman untuk para siswa dan staf sekolah lainnya. Salah satu penelitian terkait penyediaan kantin sekolah di SMP Negeri 1 Diwek Jombang, dengan pendekatan kualitatif berupa studi kasus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Pelaksanaan layanan khusus kantin di SMP Negeri 1 Diwek mengacu pada pedoman pelaksanaan layanan harian kantin yang berisi rincian program yang harus dilaksanakan di kantin sekolah; (2) Faktor pendukung layanan kantin yakni kepala sekolah yang berperan memberikan bimbingan kepada guru dan siswa, guru yang berperan mendampingi dan memberikan contoh mengenai pola makan yang sehat kepada siswa, serta siswa yang mau saling mengingatkan satu sama lain untuk menjaga terlaksananya kantin yang sehat, dan Puskesmas yang memberikan himbauan dan penyuluhan berkala ke sekolah mengenai pola hidup sehat; (3) faktor penghambat layanan kantin yakni pedagang dari luar sekolah yang menjajakan makanan yang belum dapat diketahui tingkat keamanannya dan siswa baru yang belum dapat menyesuaikan diri dengan pola makan yang diajarkan di sekolah; (4) Upaya sekolah dalam mengatasi hambatan yang muncul yakni pencegahan berupa pemberian bimbingan dan bekal pengetahuan mengenai pola makan yang sehat.¹⁰

Pada usia sekolah, anak tidak hanya berada di rumah melainkan harus ke sekolah, saat disekolah anak tidak terpantau oleh orang tua dalam hal memilih dan mengonsumsi jajanan. Perilaku anak dalam mengonsumsi jajanan disekolah dipengaruhi oleh beberapa faktor. Asupan makanan baik berupa jajanan maupun makanan dapat mempengaruhi status gizi anak sekolah. Penelitian di Sekolah Dasar Desa Tumpangkrasak Kabupaten Kudus Tahun 2019 dengan subjek penelitian 69 anak menunjukkan hasil bahwa ada hubungan yang signifikan antara perilaku konsumsi jajanan disekolah dengan status gizi anak sekolah. Sehingga perlu kerjasama antara guru, pengelola kantin sekolah dan orang tua dalam menyeleksi jajanan yang ada disekolah sehingga anak mampu memilih jajanan yang sehat untuk dikonsumsi¹¹.

Penelitian lainnya dilakukan di Medan untuk menganalisis perilaku jajan anak Sekolah Dasar Negeri 060925 Kecamatan Medan Amplas dengan sampel sebanyak 102 orang membuktikan bahwa ada pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan pencegahan jajan diluar kantin Sekolah Dasar Negeri 060925 Kecamatan Medan Amplas¹².

Salah satu Kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya ini bertujuan memberdayakan guru dan orang tua agar dapat mengimplementasikan Pedoman Gizi Seimbang pada murid. Tahap pertama dimulai dengan pengumpulan data antropometri melalui pemeriksaan tinggi badan dan berat badan pada 48 murid. Tahap selanjutnya adalah pemberdayaan 30 peserta yang terdiri dari guru dan orang tua. Peserta menjalani pretest, mengikuti webinar, dan melakukan praktik menentukan status gizi menggunakan data antropometri. Pada akhir kegiatan, peserta memahami gizi seimbang anak dan dapat menerapkannya di rumah dan di sekolah¹³.

Pada masa pandemi COVID-19 kegiatan pembelajaran pada beberapa sekolah tetap dilaksanakan secara tatap muka. Keterbatasan fasilitas dan kesulitan orang tua mendampingi anak belajar di rumah menjadi pertimbangan keputusan tersebut. Pencegahan penyebaran infeksi berupa penerapan protokol kesehatan secara ketat dan menjaga daya tahan tubuh murid menjadi perhatian utama pihak sekolah maupun orang tua murid. Salah satu upaya menjaga daya tahan tubuh adalah melalui asupan gizi seimbang¹⁴.

PEMBAHASAN

Kebutuhan Gizi pada Anak

Sebelum masuk dalam pembahasan yang lebih dalam kita perlu juga mengetahui beberapa hal mendasar terkait dengan kebutuhan gizi pada anak. Pada dasarnya, proses metabolik pada anak sama dengan orang dewasa, akan tetapi relatif lebih aktif dibandingkan dengan orang dewasa. Hal ini dikarenakan anak membutuhkan lebih banyak makanan untuk tiap kilogram berat badannya, karena sebagian dari makanan tersebut harus disediakan untuk pertumbuhan dan pertukaran energi yang lebih aktif. Anak yang sedang tumbuh memerlukan makanan tambahan untuk pertumbuhan. Keperluan ini dapat dipenuhi dengan pemberian makanan gizi yang seimbang.

Praktik Gizi Seimbang

Praktik gizi seimbang pada anak dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti kemampuan ekonomi keluarga, ketersediaan pangan, serta pengetahuan. Praktik gizi seimbang ini mulai terbentuk dari lingkungan yang terkecil yakni keluarga. Keluarga, terutama orangtua sangat berperan dalam hal penyediaan makanan bagi anaknya.²

Sejalan dengan itu, sebuah penelitian menunjukkan bahwa rendahnya perilaku keluarga untuk mengonsumsi makanan beragam dikarenakan rendahnya daya beli dan kurangnya pengetahuan ibu sebagai penentu menu makanan keluarga.⁵ Bahkan peran ibu mempunyai dampak jangka panjang terhadap kebiasaan makan seorang anak di masa depan. Seperti yang telah diteliti oleh Rizka Febriana (2014) dalam skripsinya menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kesukaan sayur dan buah pada anak adalah kesukaan ibu sewaktu hamil, selain itu dukungan ibu juga mempengaruhi kesukaan anak terhadap sayur⁷.

Selain keluarga, peran sekolah juga tidak kalah penting dalam memengaruhi praktik gizi seimbang anak. Praktik gizi seimbang pada anak, khususnya anak yang masuk dalam kategori anak usia sekolah, tidak hanya bergantung pada keluarganya akan tetapi juga dengan sekolahnya. Pada anak usia sekolah, mereka mulai memilih makanannya sendiri dan lebih sering makan diluar rumah atau jajan sembarangan. Pada anak usia sekolah, mereka juga lebih memikirkan apa yang dia suka tanpa tahu manfaat ataupun dampaknya¹⁵.

Makanan dan jajanan sekolah menjadi hal yang perlu diperhatikan, khususnya bagi orang tua. Jajanan di sekolah sangat beresiko terhadap cemaran biologis atau kimiawi yang banyak mengganggu kesehatan baik pada jangka pendek dan panjang. Sekolah sebaiknya menyediakan kantin sekolah dengan makanan yang sehat, mengandung gizi seimbang¹⁷.

Kantin Sekolah dan Pendidikan Gizi

Masih adanya kontaminasi pada jajanan pada anak sekolah menjadikan perlu adanya manajemen khusus yang menangani permasalahan tersebut. Salah satunya melalui kantin sekolah. Dengan adanya kantin sekolah diharapkan jajanan yang dikonsumsi anak akan lebih terkontrol. Kantin sekolah berfungsi untuk menyediakan makanan yang sehat yakni yang bergizi dan aman untuk dikonsumsi anak serta mendorong anak untuk memilih makanan yang beragam, bergizi, seimbang, dan aman¹⁸.

Setiap hari anak-anak usia sekolah umumnya menghabiskan sebagian besar waktunya di sekolah yang akan berpengaruh terhadap pola kebiasaan makan, termasuk kebiasaan jajannya. Anak sekolah sering melupakan waktu makan utama dan mereka cenderung untuk jajan. Anak yang tidak sarapan cenderung memiliki asupan energi dan zat gizi lebih sedikit dibandingkan anak yang sarapan¹⁸.

Studi perilaku tentang gizi seimbang pada anak Sekolah Dasar (SD) telah dilakukan di 10 wilayah, yakni Padang, Jakarta, Depok, Tangerang, Bogor, Yogyakarta, Semarang, Surabaya, dan Makassar. Hasilnya menunjukkan anak telah mengetahui tentang pentingnya sarapan, namun masih banyak yang tidak mempraktikannya dengan berbagai alasan seperti bangun kesianghan, orangtua yang tidak menyiapkan sarapan dan sarapan pagi yang kurang menarik¹⁵.

Pendidikan gizi diperlukan oleh anak usia sekolah terutama untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik gizi seimbang. Hasil berbagai penelitian menunjukkan bahwa intervensi pendidikan gizi dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik pada anak sekolah dengan efektif^{16, 17}.

Sejalan dengan itu, beberapa penelitian yang terkait juga membuktikan bahwa pendidikan gizi dapat meningkatkan skor rata-rata pengetahuan dan perilaku anak terhadap kebiasaan sarapan pagi, dengan nilai $p < 0,050$.^{18, 19}

Selain dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku anak, pendidikan gizi khususnya yang dilaksanakan atau yang diterapkan di lingkungan sekolah^{20,21,22} juga dapat memperbaiki status gizi anak tersebut. Seperti yang telah dibuktikan oleh Janet James dkk dalam penelitiannya membuktikan bahwa *BMI z-scores* (*SD scores*) meningkat pada kelompok kontrol dengan 0.10 (*SD* 0.53) tapi menurun pada kelompok intervensi dengan -0.01 (*SD* 0.58), dengan perbedaan *mean* 0.10 (95% *CI* -0.00 to 0.21, $p=0.06$).²³

Sama halnya studi yang pernah dilaksanakan di Indonesia dari 20 subjek (17 laki-laki dan 3 perempuan) yang menyelesaikan penelitian didapatkan penurunan rerata indeks massa tubuh 0,6 kg/m² ($p=0,006$) dan peningkatan rerata tingkat kesegaran jasmani sebesar 1,66 ml/kg/menit ($p=0,000$). Asupan diet harian berkurang 421,3 kkal/hari. Berdasarkan analisis multivariat, asupan makanan merupakan variabel yang lebih berpengaruh dibandingkan dengan olahraga (*rsquare*=0,33, $p=0,018$).²⁴ Artinya, kebijakan yang telah ditetapkan pihak sekolah yakni berupa program preventif obesitas "efektif".²⁵

Kegiatan pembelajaran pada beberapa sekolah tetap dilaksanakan secara tatap muka pada masa pandemi COVID-19. Sekolah Dasar Negeri 2 Talang Kelapa di Kabupaten Banyuwangi adalah

salah satunya. Keterbatasan fasilitas dan kesulitan orang tua mendampingi anak belajar di rumah menjadi pertimbangan keputusan tersebut. Pencegahan penyebaran infeksi berupa penerapan protokol kesehatan secara ketat dan menjaga daya tahan tubuh murid menjadi perhatian utama pihak sekolah maupun orang tua murid. Salah satu upaya menjaga daya tahan tubuh adalah melalui asupan gizi seimbang¹⁴.

KESIMPULAN

Saat ini *issue* terkait dengan masalah gizi bukan hanya terjadi pada Negara “miskin” akan tetapi juga Negara “kaya”. Lebih mirisnya lagi adalah Negara-negara yang sedang berkembang, seperti Negara Indonesia, sejatinya belum tuntas dalam menurunkan prevalensi gizi kurang justru menghadapi tantangan baru yakni gizi lebih (*double burden*).

Untuk mengatasi masalah gizi khususnya pada anak usia sekolah adalah melalui pendidikan gizi. Menurut beberapa hasil penelitian menyatakan bahwa, melalui pendidikan gizi, intervensi yang dilakukan akan berjalan lebih “efektif”. Melalui pendidikan gizi seperti membuat kebijakan tentang kantin sehat dapat memperbaiki praktik gizi seimbang pada anak.

DAFTAR PUSTAKA

1. International Food Policy Research Institute. Global Nutrition Report: Actions and Accountability To Advance Nutrition & Sustainable Development. Washington, DC; 2015
2. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010. Jakarta; 2010
3. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. (2013). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Jakarta. 2013
4. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Jakarta. 2018.
5. Sinaga, Tiurma. "Gizi anak sekolah." Penerbit Buku Kedokteran EGC, 2016.
6. Noviani, Kurnia, Effatul Afifah, and Dewi Astiti. "Kebiasaan jajan dan pola makan serta hubungannya dengan status gizi anak usia sekolah di SD Sonosewu Bantul Yogyakarta." *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)* 4.2 (2016): 97-104.
7. Febriana, Rizka; Kebiasaan Makan Sayur dan Buah Ibu Saat Kehamilan Kaitannya dengan Konsumsi Sayur dan Buah Anak Usia Pra Sekolah. Skripsi. Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB: Bogor. 2014
8. Hardiyanti, Dwi. "Peran Guru dalam Pemberian Informasi “Isi Piringku” Tentang Gizi yang Optimal pada Anak Usia Dini Kepada Orangtua di Wilayah Banyumanik." *Manggali* 2.2 (2022): 244-252.
9. Riani, Riani, Syafriani Syafriani, And Syahrial Syahrial. "Pengaruh Konsumsi Kreasi Singkong Sebagai Pangan Jajanan Anak Sekolah (Pjas) Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Energi Dan Zat Gizi Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Bangkinang Kota Tahun 2019." *Jurnal Ners* 4.1 (2020): 89-91.
10. Suteki M. Pelaksanaan Layanan Khusus Kantin di SMP Negeri 1 Diwek Jombang. *Inspirasi Manajemen Pendidikan*. 2014 Apr 28;4(4).
11. Sari DP, Nyorong M, Nasution Z. Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Perilaku Pencegahan Jajan di Luar Kantin Sekolah Dasar Negeri 060925 Kecamatan Medan Amplas. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*. 2022;8(1):270-9.
12. Nasriyah N, Kulsum U, Trisanti I. Perilaku Konsumsi Jajanan Sekolah Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Desa Tumpangkrasak Kecamatan Jati Kabupaten Kudus. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*. 2021 Jan 2;12(1):123-9.
13. Aditianti, Sri Prihatini dan Hermina. (2016). Individual Knowledge, Attitude, And Behavior Of Dietary Diversity As Nutrition Aware Family Indicator (Kadarzi). *Buletin Penelitian Kesehatan*, Vol. 44, No. 2, Juni 2016:117–126. Puslitbang Upaya Kesehatan Masyarakat: Jakarta
14. Andari T, Wahyudi A, Okfrianti Y, Krisnasary A, Suryani D. Gambaran Pola Konsumsi Makanan Jajanan dan Status Gizi Anak Sekolah Pasca Pandemi Covid-19 di sdn 16 Kota Bengkulu Tahun 2022 (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Bengkulu).
15. Carmen M. Siagian. (2011). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku tentang gizi Seimbang pada Anak Sekolah Dasar. Studi multi senter oleh sepuluh perguruan tinggi di berbagai kota di Indonesia 2009-2011. DirJend. Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan dan Budaya.
16. Elena Grassi, Alexandra Evans, Nalini Ranjit, Simona Dalla Pria, & Laura Messina. (2015). Using a Mixed-Methods Approach to Measure Impact of a School-Based Nutrition and Media Education Intervention Study on Fruit and Vegetable Intake of Italian Children. *Public Health Nutrition: Italia*.

17. Ratu Ayu dewi Sartika. (2012). Implementation of Communication, Information, and Education on Nutrition towards Primary School Students Breakfast Behavior. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* Vol. 7, No. 2, September 2012. Departemen Gizi Kesehatan Masyarakat FKM UI: Depok.
18. Dodik Briawan, Ikeu Ekayanti, dan Ratu Diah Koernawati. (2013). Effect of Healthy Breakfast Campaign to the Changes of Knowledge, Attitude, and Breakfast Habits for Elementary School Children in Bogor District. Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB: Bogor.
19. Achadi, Pujonarti, Sudiarti, Rahmawati, Kusharisupeni, Mardatillah & Putra. (2010). Entrance Primary School Improvement Knowledge, Attitudes, and Behavior Balanced Nutrition Society. Departemen Gizi Kesehatan Masyarakat, FKM UI: Depok.
20. Nathan et al. (2016). Effectiveness of a Multicomponent Intervention to Enhance Implementation of a Healthy Canteen Policy in Australian Primary Schools: a Randomised Controlled Trial. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* (2016) 13:106: Australia.
21. Louise C Mâsse, Daniel Naiman and Patti-Jean Naylor. (2013). From Policy to Practice: Implementation of Physical Activity and Food Policies in Schools. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* (2013) 10:71: Australia.
22. Lloyd et al. (2011). Evidence, Theory and Context - Using Intervention Mapping to Develop a School-Based Intervention to Prevent Obesity in Children. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* (2011) 8:73: Australia.
23. Janet James, Peter Thomas, David Kerr. (2007). Preventing childhood obesity: Two Year follow-up Results from Te Christchurch obesity Prevention Programme in Schools (CHOPPS). *BMJ*: Inggris.
24. MS Anam, dkk. (2010). Pengaruh Intervensi Diet dan Olah Raga terhadap Indeks Massa Tubuh, Lemak Tubuh, dan Kesegaran Jasmani pada Anak Obes. *Sari Pediatri*, Vol. 12, No. 1, Juni 2010: Semarang.
25. Yoong et al. (2016). CAFÉ: a Multicomponent Audit And Feedback Intervention To Improve Implementation Of Healthy Food Policy In Primary School Canteens: A Randomized Controlled Trial. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* (2016) 13:126: Australia.
26. Kurniati AM, Husin S, Arisman MB, Kurnianto A, Nuraini DL. Pemberdayaan Guru Dan Orang Tua Dalam Penerapan Gizi Seimbang Pada Murid Sekolah Dasar. *J-Abdi: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*. 2022 Oct 1;2(5):5053-8.