

PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN KOMIK TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN MENGENAI JAJANAN SEHAT PADA ANAK SEKOLAH (STUDI PADA SISWA KELAS V SDN MOJO III SURABAYA)

Faizah Putri Maharani^{1*}, Trias Mahmudiono²

Program Studi S1 Gizi, Departemen Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga^{1,2}

*Corresponding Author : faizah.putri.maharani-2020@fkm.unair.ac.id

ABSTRAK

Selain makanan utama, asupan jajanan turut berkontribusi terhadap pemenuhan kebutuhan gizi harian. Namun, banyak anak usia sekolah yang masih belum mengetahui jajanan yang baik untuk kesehatan. Jajanan padat kalori dan tinggi lemak dapat menimbulkan masalah gizi, seperti *overweight* hingga obesitas sehingga dibutuhkan edukasi gizi agar dapat meningkatkan pengetahuan anak-anak dalam memilih jajanan sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi menggunakan komik terhadap tingkat pengetahuan anak sekolah mengenai jajanan sehat. Penelitian ini menggunakan desain *quasi experimental* dengan intervensi berupa edukasi gizi menggunakan media komik pada kelompok eksperimen dan *leaflet* pada kelompok kontrol. Edukasi diberikan sebanyak satu kali setiap minggu dalam satu bulan. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas V SDN Mojo III Surabaya dan kelas V SDN Mojo VI Surabaya yang berjumlah 177 siswa, sedangkan sampel yang digunakan sebanyak 20 siswa dalam setiap kelompok dan dipilih menggunakan *cluster random* sampling. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan siswa di SDN Mojo III Surabaya tentang jajanan sehat sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan media komik. Hal ini dibuktikan dengan hasil *pretest-posttest* pengetahuan yang menunjukkan $p\text{-value} < 0,001$. Begitu juga pada siswa di SDN Mojo VI yang diberikan edukasi menggunakan *leaflet* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah edukasi dengan $p\text{-value} = 0,016$. Namun, uji beda selisih pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi antara kelompok komik dan *leaflet* menunjukkan $p\text{-value} = 0,719$ yang artinya tidak terdapat perbedaan nilai delta yang signifikan pada variabel pengetahuan antara kelompok eksperimen dan kontrol.

Kata kunci : edukasi, gizi, jajanan sehat, pengetahuan

ABSTRACT

Besides from main meals, snack intake also contributes to meeting daily nutritional needs. However, many school-aged children don't know which snacks are good for their health. Energy-dense and high-fat snacks can cause nutritional problems such as overweight and obesity, so nutritional education is needed to increase children's knowledge in choosing healthy snacks. This research aims to determine the effect of nutrition education using comics on school children's level of knowledge about healthy snacks. This research used a quasi-experimental design with intervention in the form of nutrition education using comic media in the experimental group and leaflet in the control group. Education is provided once a week for one month. The population in this study was class V students at SDN Mojo III Surabaya, totaling 177 students, while the sample used was 20 students in each group and was selected using cluster random sampling. The results of the research show that there is a difference in student's knowledge at SDN Mojo III Surabaya about healthy snacks before and after being given nutrition education using comic media. This is proven by the pretest-posttest knowledge results which show a $p\text{-value} < 0.001$. Likewise, SDN Mojo 6's students who were given education using leaflets showed a significant difference in knowledge between before and after being given education with $p\text{-value} = 0.016$. However, the test of the difference in knowledge before and after education between the comic and leaflet groups showed $p\text{-value} = 0.719$, which means there is no significant difference in delta value in the knowledge variable between the experimental and control groups.

Keywords : education, healthy snacks, knowledge, nutrition

PENDAHULUAN

Usia sekolah dasar merupakan masa tumbuh kembang sehingga membutuhkan nutrisi yang baik dari jumlah maupun kualitas untuk mengoptimalkan proses pertumbuhan (Alza *et al.*, 2023). Pada anak sekolah, kandungan zat gizi yang berasal dari makanan harus diperhatikan karena anak usia ini menjadi salah satu kelompok yang berisiko dan rawan mengalami masalah gizi (Mughtar *et al.*, 2022). Masalah gizi pada anak dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu pola makan yang tidak tepat dan adanya penyakit infeksi (Sutrisno, 2023). Permasalahan gizi yang ditimbulkan akibat jajanan masih sering terjadi pada anak sekolah, contohnya kegemukan. Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 mengenai status gizi anak usia 5-12 tahun di Indonesia menunjukkan prevalensi gemuk sebesar 10,8% dan obesitas sebesar 9,2%. Sedangkan menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Provinsi Jawa Timur Tahun 2018 menyebutkan terdapat anak dengan prevalensi 13,2% gemuk, dan 11,1% obesitas pada anak usia 5-12 tahun (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan hal ini, persentase prevalensi anak usia sekolah yang tergolong gemuk dan obesitas di Jawa Timur lebih tinggi dibandingkan persentase di Indonesia.

Seiring dengan perkembangan zaman, faktor gaya hidup menjadi salah satu penyebab tingginya masalah gizi, khususnya pada anak-anak. Salah satu gaya hidup yang dimaksud merujuk pada pola makan yang menjadi variabel penting dalam memengaruhi berat badan (Nurramadhani, 2023). Pada anak sekolah, asupan jajanan turut berkontribusi terhadap pemenuhan kebutuhan gizi di samping makanan utama (Suryana & Erwantini, 2017). Siswa SD menghabiskan seperempat waktu dalam sehari untuk melakukan aktivitas di lingkungan sekolah sehingga lebih sering mengonsumsi jajanan di sekitarnya (Rizqi & Yuni, 2020). Sayangnya, banyak anak usia sekolah dasar yang masih belum mengetahui apa saja yang baik untuk kesehatan jasmaninya, termasuk dalam memilih jajanan sehat (Fauziah *et al.*, 2023).

Sebagian dari jajanan yang dijual di lingkungan sekolah tidak dapat menjamin kecukupan kebutuhan gizi harian pada anak. Kontribusi energi dan zat gizi untuk makanan selingan yaitu sebesar 15-20% dan dikonsumsi di antara makan utama (Febriani & Ani, 2013). Sayangnya, sebagian makanan jajanan pada anak sekolah hanya memberikan kontribusi asupan energi, lemak, dan gula yang tinggi, tetapi sedikit kandungan zat gizi mikro (Bell & Swinburn, 2004). Tingginya konsumsi energi, lemak, dan garam, ditambah dengan kurangnya aktivitas fisik dapat berpotensi menimbulkan kegemukan di kemudian hari (Nugroho *et al.*, 2021). Rahmad (2018) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa terdapat 79,4% anak yang mengalami obesitas memiliki kebiasaan konsumsi jajanan yang berlebihan. Besarnya asupan makanan dari jenis makanan instan dan cepat saji serta kebiasaan mengonsumsi jajanan tidak sehat berkalori tinggi dan kurangnya kesadaran untuk mengonsumsi buah dan sayur dapat menyebabkan meningkatnya risiko kejadian *overweight* pada anak (Nurramadhani, 2023). Masalah *overweight* pada anak yang berlangsung dalam jangka lama dapat membuat status gizi anak meningkat menjadi obesitas dan menyebabkan peluang lebih besar untuk mengalami obesitas pada saat remaja dan dewasa (Nisak & Mahmudiono, 2017).

Berdasarkan hasil observasi peneliti di SDN Mojo III Surabaya dan SDN Mojo VI Surabaya pada tanggal 18 Januari 2023, banyak dijumpai pedagang yang menjual beragam jajanan, baik yang ada di dalam sekolah maupun di luar sekolah. Di kantin, terdapat 4 kantin yang menjual berbagai jenis makanan jajanan. Jajanan yang dijual yaitu pentol, *jelly*, bakso, mie instan, makanan kemasan, tempura, risol mayo, pisang coklat, papeda, dan telur gulung. Sedangkan di SDN Mojo III, juga terdapat 4 kantin yang menjual berbagai jenis makanan jajanan. Jajanan yang dijual yaitu bakso, soto, nasi goreng, sosis, pentol, es teh, milor, papeda, cilok, permen, *jelly*, gorengan, *tea jus*, ciki, papeda, es krim, sempolan, maklor, milor, dan biskuit. Berdasarkan survey yang dilakukan kepada 177 siswa di lokasi penelitian, didapatkan 162 (91,5%) siswa mengonsumsi jajanan setiap hari di sekolah dan 15 (19,5%) siswa tidak

terbiasa mengonsumsi jajanan setiap hari di sekolah. Berdasarkan tempat membelinya, didapatkan 87 (53,7%) siswa memilih membeli jajanan di kantin dan 75 (46,3%) siswa memilih membeli jajanan di luar sekolah. Banyaknya siswa yang membeli jajanan di lingkungan sekolah menandakan para siswa suka jajan di sembarang tempat sesuai dengan keinginan mereka. Pada penelitian yang dilakukan oleh Shabhati (2023) pada siswa SDN Mojo III ditemukan bahwa frekuensi konsumsi makanan jajanan siswa tergolong kategori sering. Hasil lain dari survey pendahuluan yang dilakukan yaitu sebanyak 75 (46,3%) siswa mengaku paling sering mengonsumsi jajanan berupa *snack* seperti sosis, sempol, telur gulung, papeda, permen, *jelly*, gorengan, keripik, biskuit, pentol, dan ciki-cikian. Selain berisiko kurangnya aspek keamanan dan kebersihan, beberapa konsumsi jajanan juga menyumbang tinggi kalori, lemak, gula, dan garam terhadap pemenuhan gizi harian yang apabila dikonsumsi terlalu sering akan menjadi penyebab masalah kesehatan (Mukhlisa, *et al.* 2018).

Kesalahan dalam memilih makanan jajanan dapat disebabkan oleh banyak faktor, termasuk kurangnya pengetahuan anak dan orang tua mengenai jajanan sehat. Minimnya pengetahuan gizi dapat menyebabkan kesalahan dalam memilih makanan yang tepat sehingga berisiko memicu berbagai masalah gizi (Darni & Retno, 2021). Selain dapat mengurangi risiko terkena penyakit, memberikan edukasi mengenai jajanan sehat pada masa anak-anak juga dapat mengurangi biaya yang dikeluarkan untuk perawatan dan berobat, serta meningkatkan kualitas hidup di masa mendatang (Wahyuningsih *et al.*, 2015). Media edukasi gizi yang dipilih pada penelitian ini berupa komik dan *leaflet*. Kelebihan komik dibanding media lain yaitu mudah dipahami, mengandung gambar yang terkesan sederhana, dan terdapat kata-kata pada panel antar tokoh menggunakan bahasa percakapan sehari-hari dan ringan yang membuat komik cocok untuk dibaca oleh semua kalangan (Masri *et al.*, 2019). Selain itu, pengetahuan siswa kelas V SDN 17 Pontianak Utara menunjukkan peningkatan sesudah diberikan media komik dengan nilai mean 52.27 menjadi 77.60 (Antono, 2018). Dari hasil penelitian di SD Negeri 4 Pontianak Timur, pengetahuan mengenai jajanan sehat meningkat secara signifikan ($p=0,000$) setelah diberikan edukasi gizi menggunakan komik (Mariana & Suaebah, 2019).

Media yang digunakan untuk edukasi kepada kelompok kontrol yaitu *leaflet*. *Leaflet* merupakan media visual yang sederhana dan sering digunakan dalam kegiatan pembelajaran (Wulandari, 2017). *Leaflet* berguna untuk menginformasikan pesan-pesan kesehatan sehingga dapat berpengaruh dalam peningkatan pengetahuan yang lebih baik. *Leaflet* dapat berupa lembaran terlipat yang berisi gambar maupun kalimat. Kelebihan *leaflet* yaitu disusun dengan bahasa yang mudah dimengerti oleh anak sekolah dasar dan konten yang dapat disesuaikan dengan usia pembaca (Kawuriansari *et al.*, 2010). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Larasati *et al.* (2023), *leaflet* yang digunakan sebagai media edukasi gizi pada siswa di SDN 014 Pekanbaru efektif dalam meningkatkan pengetahuan mengenai materi gizi seimbang.

Berdasarkan penelitian terdahulu mengenai efektivitas edukasi gizi untuk mengubah pengetahuan, maka peneliti ingin membuktikan pengaruh edukasi gizi terhadap tingkat pengetahuan mengenai jajanan sehat pada anak sekolah. Edukasi dengan menggunakan media pembelajaran komik diharapkan dapat menjadikan para siswa lebih tertarik dalam menyerap materi yang diberikan oleh pendidik sehingga tujuan edukasi dapat tercapai dengan lebih mudah. Tujuan penelitian ini dilakukan yaitu untuk mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi gizi mengenai jajanan sehat antara kelompok eksperimen dengan media komik dan kelompok kontrol dengan media *leaflet*.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasi experimental* menggunakan pendekatan *pretest-posttest control group design*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 177 siswa meliputi siswa kelas V SDN Mojo III Surabaya sebagai kelompok

eksperimen dan kelas V SDN Mojo VI Surabaya sebagai kelompok kontrol dengan sampel sebanyak 20 siswa dalam setiap kelompok. Sampel dipilih menggunakan teknik *cluster random sampling* yang mencakup kriteria inklusi yang telah ditetapkan. Penelitian dilakukan dengan memberikan edukasi gizi kepada siswa mengenai jajanan sehat dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan mereka. Untuk mengetahui skor pengetahuan responden, peneliti melakukan pengumpulan data menggunakan instrumen *pre test* yang diberikan sebelum edukasi dan *post test* yang dilakukan sesudah edukasi gizi.

Sebelum diberikan edukasi gizi, responden diarahkan mengerjakan *pre-test* untuk mengetahui skor awal pengetahuan siswa tentang jajanan sehat. Edukasi gizi menggunakan komik dilakukan kepada kelompok eksperimen, sedangkan pada kelompok kontrol, dilakukan edukasi gizi menggunakan *leaflet* dengan metode ceramah dengan masing-masing pertemuan baik eksperimen maupun kontrol berdurasi antara 30-45 menit. Pemberian edukasi dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan dalam satu bulan. Selanjutnya, setelah edukasi diberikan, maka siswa kembali diberikan instrumen berupa *post-test* untuk melihat perbedaan pengetahuan mereka. Kegiatan ini telah mendapatkan izin dari SDN Mojo III Surabaya dan SDN Mojo VI Surabaya.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan

Kategori Pengetahuan	Kelompok Eksperimen				Kelompok Kontrol			
	Sebelum		Sesudah		Sebelum		Sesudah	
	n	%	N	%	n	%	n	%
Kurang	4	20	0	0	3	15	0	0
Cukup	12	60	8	40	13	65	8	40
Baik	4	20	12	60	4	20	12	60
Jumlah	20	100	20	100	20	100	20	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen sebelum edukasi gizi, siswa yang memiliki pengetahuan kurang sebesar 20%, siswa yang memiliki pengetahuan cukup sebesar 60%, dan siswa yang memiliki pengetahuan baik sebesar 20%. Sedangkan sesudah edukasi gizi tidak ada mahasiswa yang memiliki pengetahuan kurang, siswa yang memiliki pengetahuan cukup sebesar 40%, dan siswa yang memiliki pengetahuan baik sebesar 60%. Kemudian, pada kelompok kontrol sebelum edukasi menunjukkan siswa yang memiliki pengetahuan kurang sebesar 15%, siswa yang memiliki pengetahuan cukup sebesar 65%, dan siswa yang memiliki pengetahuan baik sebesar 20%. Sedangkan sesudah edukasi gizi tidak ada siswa yang memiliki pengetahuan kurang, siswa yang memiliki pengetahuan cukup sebesar 40%, dan siswa yang memiliki pengetahuan baik sebesar 60%.

Tabel 2. Perbedaan Pengetahuan Mengenai Jajanan Sehat pada Media Komik dan Leaflet

	<i>p-value</i> Uji Beda <i>Pretest-Posttest</i>	<i>p-value</i> Uji Beda Selisih Dua Kelompok
<i>Pre-test</i> pengetahuan kelompok komik	<0,001*	
<i>Post-test</i> pengetahuan kelompok komik		0,719**
<i>Pre-test</i> pengetahuan kelompok <i>leaflet</i>		
<i>Post-test</i> pengetahuan kelompok <i>leaflet</i>	0,016*	

Tabel hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi gizi selama empat kali dalam satu bulan pada kelompok eksperimen ($p < 0,001$). Demikian juga pada kelompok kontrol, didapatkan perbedaan yang signifikan antara nilai pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi gizi ($p = 0,016$). Hasil uji *Mann Whitney* menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan nilai delta yang signifikan pada variabel pengetahuan antara kelompok eksperimen dan kontrol ($p = 0,719$).

PEMBAHASAN

Menurut Notoatmodjo (2007), pengetahuan adalah hasil tahu yang didapatkan setelah seseorang melakukan penginderaan kepada objek melalui indera manusia seperti mata, hidung, telinga, dan sebagainya. Pengetahuan merupakan faktor predisposing yang merupakan faktor pengawal dari perilaku seseorang (Lestari, 2020). Pengetahuan gizi diartikan sebagai pengetahuan terkait makanan dan kandungan zat gizi di dalamnya, makanan yang aman untuk dikonsumsi sehingga tidak memicu penyakit dan cara mengolah makanan yang baik agar tidak menyebabkan larutnya zat gizi dalam makanan, serta bagaimana hidup sehat (Notoatmodjo, 2010). Pengetahuan gizi berperan dalam menentukan perilaku seseorang dalam memilih jenis makanan. Semakin baik pengetahuan gizi maka akan semakin baik pula perilaku seseorang dalam memilih jenis dan jumlah makanan yang dibutuhkan bagi tubuh. Apabila kebutuhan nutrisinya tercukupi, maka seseorang lebih cenderung dapat memiliki status gizi yang baik (Sumartini & Hasnelly, 2019).

Pengetahuan yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu pengetahuan mengenai konsumsi jajanan sehat. Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi adalah dengan memberikan intervensi edukasi gizi. Edukasi ini diberikan pada kelompok eksperimen dan kontrol yang pada tiap kelompok mendapatkan edukasi masing-masing 4 kali pertemuan dalam satu bulan (1x/minggu). Dalam pemberian materi kepada siswa, terdapat perbedaan media yang diberikan kepada kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberikan edukasi menggunakan media komik dengan metode ceramah dan *story telling*, sedangkan pada kelompok kontrol hanya mendapatkan edukasi melalui media *leaflet* dengan metode ceramah. Melalui intervensi edukasi gizi yang diberikan, diharapkan siswa dapat mengalami peningkatan pengetahuan mengenai materi yang diajarkan serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi gizi pada kelompok eksperimen ($p < 0,001$), demikian pula pada kelompok kontrol bahwa terdapat perbedaan yang signifikan ($p = 0,016$), serta ditemukan terdapat peningkatan skor pengetahuan pada kedua kelompok. Peningkatan pengetahuan pada responden terjadi karena proses penerimaan materi selama edukasi. Hal ini sejalan dengan hasil yang didapatkan oleh Nurramadhani (2023) pada siswa SD Muhammadiyah 4 Surabaya dimana terdapat perbedaan secara signifikan antara pengetahuan responden antara sebelum dan sesudah intervensi dengan edukasi ($p < 0,05$). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Nugroho (2018) menunjukkan hasil bahwa intervensi media gizi berupa komik berpengaruh terhadap skor pengetahuan anak sekolah dasar ($p = 0,001$).

Berdasarkan nilai *mean pretest* dan *posttest*, kelompok eksperimen memiliki peningkatan atau selisih yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Hal tersebut disebabkan pemberian edukasi gizi pada kelompok eksperimen menggunakan media komik yang lebih dapat diimajinasikan dalam kehidupan sehari-hari melalui tokoh-tokoh yang terdapat di dalamnya. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Samsiana (2023) pada anak SD kelas 4 dan 5 Desa Tlogo, Blitar mengenai pengaruh penggunaan media komik berbasis android terhadap pengetahuan siswa. Dari penelitian tersebut, didapatkan hasil bahwa

terdapat perbedaan pengaruh penggunaan media komik berbasis andorid terhadap pengetahuan gizi ($p=0,003$).

Hasil uji beda pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi tidak terdapat perbedaan nilai delta yang signifikan ($p=0,719$). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurramadhani (2023) yang menyebutkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan dari pengetahuan gizi antara kelompok perlakuan dan kontrol pada siswa SD Muhammadiyah 4 Surabaya. Selain itu, penelitian mengenai pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan pemilihan jajanan sehat dengan media komik menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada kelompok ceramah dan komik ($p<0,05$). Namun, tidak ada perbedaan perbedaan yang signifikan diantara kedua kelompok tersebut ($p>0,05$) (Hartono *et al.*, 2015).

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan pada siswa di SDN Mojo III Surabaya tentang jajanan sehat sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan media komik. Hal ini dibuktikan dengan hasil *Wilcoxon Signed Rank Test* yang menunjukkan nilai $p\text{-value} < 0,001$. Demikian pula pada siswa di SDN Mojo VI yang diberikan edukasi menggunakan *leaflet* menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan yang signifikan sesudah edukasi dengan $p\text{-value} = 0,016$. Namun, uji beda selisih pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi pada kelompok komik dan *leaflet* menunjukkan $p\text{-value} = 0,719$ yang artinya tidak terdapat perbedaan nilai selisih sebelum dan sesudah yang signifikan pada variabel pengetahuan antara kelompok komik dan *leaflet*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam proses penelitian. Ucapan terima kasih juga peneliti sampaikan kepada pihak yang mendukung selama proses menyelesaikan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S., Soetardjo, S., & Soekatri, M. (2019) Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Alza, Y., Lidya, N., & Zahtamal. (2023) Efektivitas Media Komik terhadap Perubahan Perilaku Pemilihan Jajanan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar. *Journal of Community Health*, 9(2):249-256
- Darni & Retno. (2021) Pengaruh Pendidikan Gizi dengan Media Komik Isi Piringku terhadap .Sikap dan Asupan Serat pada Anak Gizi Lebih. *Jurnal Gizi Pangan dan Aplikasinya*, 5(2):83-92
- Fauziah, A., Kasmianti., & Jakob, L. J. (2023) Edukasi Jajanan Sehat Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(9):953-960.
- Febriani, K., & Ani, M. (2013) Hubungan Asupan Energi Jajanan dengan Prestasi Belajar Remaja di SMP PL Domenico Savio Semarang. *J Nutr Col*, 2(4):191-7. <https://doi.org/10.14710/jnc.v2i4.3731>
- Larasati, A.Q., Anggraini, S.P., & Humairah, A. (2023) Edukasi Gizi Seimbang Untuk Anak Usia Sekolah di SDN 014 Pekanbaru. *Jurnal Inovasi Terapan Pengabdian Masyarakat*, 1(2):1-6 <https://jurnal.pcr.ac.id/index.php/jiter-pm>

- Masri, E., Nizomiah, P., & Alya, M. R. (2019) Perilaku Pemilihan Jajanan dan Kantin Sehat Siswa Sekolah Dasar Dengan Edukasi Media Komik. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 6(2):177-185.
- Mariana, B., & Suaebah, I.J. (2019) Pengaruh Media Komik Untuk Peningkatan Pengetahuan dan Sikap dalam Pemilihan Jajanan Sehat. *PNJ*, 2(1):20-24
- McNicol, S. (2015) The Impact of Educational Comics on Feelings and Attitudes Towards Health Conditions. Manchester Metropolitan University <http://www.esri.mmu.ac.uk/res>
- Nisak, A. J. & Mahmudiono, T. (2017) Pola Konsumsi Makanan Jajanan di Sekolah Dapat Meningkatkan Resiko Overweight/Obesitas pada Anak (Studi di SD Negeri Ploso I-172 Kecamatan Tambaksari Surabaya). *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 5(3):311-324.
- Notoatmodjo, S. (2007) Promosi Kesehatan & Perilaku, Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2010) Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Nugroho, K. P., Gelora, M., & Tesalonika, G. (2021) Gambaran Konsumsi Gula, Garam, dan Lemak (Minyak) pada Anak Sekolah. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(4):230-237 <http://journals.stikim.ac.id/index.php/jikm>
- Nurramadhani, W.H. (2023) Efektivitas Intervensi Pendidikan Gizi dan Aktivitas Fisik terhadap Pola Jajan dan Penurunan Sedentary Lifestyle pada Siswa Overweight. Skripsi. Universitas Airlangga
- Primasoni, N. (2021) Survei Aktivitas Fisik Untuk Anak Overweight di Sekolah Dasar. *JORPRES (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 17(2):109-116 <https://journal.uny.ac.id/index.php/jorpres>
- Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). (2018) Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI Tahun 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Rizqi, E. R., & Yuni, S. (2020) Pengaruh Media Tebak Gambar Terhadap Pengetahuan Jajanan Sehat Siswa SDN 001 Teratak Kabupaten Kampar, 4(1):58-62
- Shriver, L.H, *et al.* (2018) Contribution of Snacks to Dietary Intakes of Young Children in the United States. *Matern Child Nutr.* 14(1):1-9. <https://doi.org/10.1111/mcn.12454>
- Suryana, A.L., & Erawantini, F. (2017) *Pemberdayaan Komite Sekolah Dalam Menyediakan Jajanan (Snack) Sehat dan Bergizi bagi Siswa SDN Antirogo 1 Jember. Seminar Nasional Hasil Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*
- Sutrisno, M.A.P. Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Puzzle Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Niat Terkait Konsumsi Sayur dan Buah Pada Anak Sekolah Dasar Negeri Dupak I Surabaya. Skripsi. Universitas Airlangga.
- Wahyuningsih, N.P., Siti, R.N., dan Merryana, A. (2017) Media Pendidikan Gizi Nutrition Card Berpengaruh terhadap Perubahan Pengetahuan Makanan Jajanan Anak Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia*, 10(1):26-27
- Wulandari, M., & Prameswari, G.N. (2017) Media Komik Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Gizi pada Anak yang Gemuk dan Obesitas. *Journal of Health Education*, 2(1), 73-79