

Edukasi gizi seimbang dan inovasi menu sehat kepada orang tua siswa di Desa Cipadang, Pesawaran

Ramadhana Komala, Wiwi Febriani, Eka Putri Rahmadhani, Dian Isti Angraini

Program Studi Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung, Indonesia

Penulis korespondensi : Ramadhana Komala

E-mail : ramadhana.komala@fk.unila.ac.id

Diterima: 15 Oktober 2025 | Direvisi 21 November 2025 | Disetujui: 22 November 2025 | Online: 30 November 2025

© Penulis 2025

Abstrak

Masalah gizi di Indonesia, khususnya di wilayah pedesaan seperti Desa Cipadang, Kabupaten Pesawaran, masih menjadi tantangan serius. Rendahnya pengetahuan orangtua tentang pentingnya gizi seimbang dan pola makan sehat berkontribusi terhadap tingginya angka stunting. Program Makan Bergizi Gratis yang diterapkan pemerintah merupakan langkah strategis untuk membangun sumber daya manusia yang sehat, aktif, dan produktif menuju Generasi Emas 2045. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 30 Agustus 2025 di Balai Desa Cipadang, Kabupaten Pesawaran dengan jumlah peserta sebanyak 30 orang tua. Kegiatan pengabdian berupa kegiatan edukasi mengenai gizi seimbang dan inovasi menu sehat. Evaluasi kegiatan diberikan melalui pre-test dan post-test. Metode analisis yang digunakan dalam adalah analisis deskriptif. Hasil pengabdian menunjukkan sebanyak 86,67% peserta mengalami peningkatan pengetahuan terkait gizi seimbang dan inovasi menu sehat. Nilai rata-rata dan standar deviasi skor pengetahuan orang tua sebelum edukasi yaitu $71,67 \pm 13,91$ poin dan sesudah edukasi sebesar $86,63 \pm 11,59$ poin. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi ini berhasil meningkatkan pemahaman peserta terhadap pentingnya penerapan pola makan bergizi seimbang dan beragam. Pengetahuan yang meningkat ini diharapkan menjadi langkah awal dalam membentuk kebiasaan makan sehat di lingkungan keluarga.

Kata kunci: edukasi; gizi seimbang; menu sehat; pengetahuan orang tua.

Abstract

Nutritional problems in Indonesia, especially in rural areas such as Cipadang Village, Pesawaran Regency, remain a serious challenge. Low parental knowledge about the importance of balanced nutrition and healthy eating patterns contributes to high rates of stunting. The Free Nutritious Meal Program launched by the government is a strategic step to build healthy, active, and productive human resources towards the Golden Generation of 2045. This community service activity was carried out on August 30, 2025, at the Cipadang Village Hall, Pesawaran Regency, with 30 parents participating. The community service activity consisted of educational activities regarding balanced nutrition and healthy menu innovations. Evaluation of the activity was given through pre-tests and post-tests. The analytical method used in this activity was descriptive analysis. The results of the community service showed that 86.67% of participants experienced an increase in knowledge regarding balanced nutrition and healthy menu innovations. The average value and standard deviation of parental knowledge scores before education were 71.67 ± 13.91 points and after education were 86.63 ± 11.59 points. This demonstrates that the educational activity successfully increased participants understanding of the importance of adopting a balanced and varied diet. This increased knowledge is expected to be the first step in establishing healthy eating habits within the family.

Keywords: education; balanced nutrition; healthy menu; parental knowledge.

PENDAHULUAN

Masalah gizi merupakan masalah kesehatan utama di dunia termasuk negara Indonesia. Pada tahun 2030, pemerintah berkomitmen mencapai target Sustainable Development Goals (SDG's) khususnya terkait pembangunan anak. Salah satu targetnya adalah tidak ada lagi anak-anak yang kekurangan gizi (KPPPA & BPS, 2018). Stunting merupakan kekurangan gizi kronis pada anak balita yang menyebabkan gagal tumbuh yang disebabkan karena kurangnya asupan makanan bergizi. Anak dengan stunting memiliki tinggi badan menurut umur lebih rendah dari standar WHO atau kurang dari -2 SD (Kementerian PPN / Bappenas, 2018). Berdasarkan data dari Survei Status Gizi Nasional (SSGI) menyatakan bahwa prevalensi balita stunting di Kabupaten Pesawaran mencapai 25,1% yang merupakan prevalensi stunting terbesar di Provinsi Lampung (Kemenkes RI, 2022).

Anak usia sekolah membutuhkan asupan gizi lebih banyak yang sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang menuju remaja. Konsumsi makanan yang baik namun keadaan anak sakit atau mengalami penyakit infeksi dapat menyebabkan anak mengalami status gizi yang tidak baik pula (Oktafiana & Wahini, 2016). Pertumbuhan dan perkembangan anak sangat membutuhkan gizi yang cukup agar tidak terjadi penyimpangan pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Ketidakseimbangan antara asupan dan kecukupan gizi akan menimbulkan masalah gizi, baik itu masalah gizi lebih maupun gizi kurang (Hamzah et al., 2020). Makanan yang berkualitas yaitu makanan yang aman dan bergizi menjadi sangat krusial terutama sekali bagi anak-anak usia sekolah sebagai generasi penerus bangsa (Zaini et al., 2019).

Masalah gizi di wilayah pedesaan seperti Desa Cipadang, Kabupaten Pesawaran, masih menjadi tantangan serius. Rendahnya pengetahuan orangtua tentang pentingnya gizi seimbang dan pola makan sehat berkontribusi terhadap tingginya angka stunting, kurang gizi, dan masalah kesehatan lainnya pada anak usia sekolah. Program Makan Bergizi Gratis yang dicanangkan pemerintah merupakan langkah strategis untuk membangun sumber daya manusia yang sehat, aktif, dan produktif menuju Generasi Emas 2045 (Badan Pangan Nasional, 2023).

Dalam konteks tersebut, pemahaman mengenai pola makan seimbang perlu diperkuat karena kualitas dan kuantitas makanan sehari-hari berperan langsung terhadap status gizi anak. Ketidakesesuaian antara kebutuhan dan asupan, baik berlebih maupun kurang, dapat menimbulkan masalah kesehatan yang menghambat proses belajar dan aktivitas anak (Panjaitan & Siagian, 2019). Oleh karena itu, penyampaian pedoman gizi seimbang secara tepat, jelas, dan mudah dipraktikkan menjadi kunci agar keluarga mampu menerapkan perilaku makan yang lebih sehat (Kemenkes RI, 2014).

Upaya edukasi akan lebih efektif apabila dikombinasikan dengan contoh menu sehat yang sederhana, berbasis bahan pangan lokal, dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membangun keterampilan orangtua dalam menyiapkan makanan yang bervariasi, bergizi, dan sesuai kebutuhan anak. Pemanfaatan bahan pangan lokal yang terjangkau dan mudah didapat membantu keluarga menerapkan prinsip gizi seimbang tanpa menambah beban biaya. Jika orangtua sudah paham pentingnya gizi, mereka akan lebih mendukung upaya sekolah dan pemerintah, serta memastikan keberlanjutan program di luar lingkungan sekolah (PPID Provinsi Lampung, 2025).

Melalui strategi tersebut, program edukasi gizi di Desa Cipadang diharapkan mampu memperkuat keterlibatan orangtua sebagai mitra utama dalam penerapan kebiasaan makan sehat di rumah. Pendekatan ini sekaligus mendukung upaya pemerintah dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia melalui Program Makan Bergizi Gratis menuju Generasi Emas 2045. Dengan dukungan berkelanjutan dari tenaga kesehatan, akademisi, dan pemerintah daerah, perubahan perilaku gizi keluarga diharapkan dapat berlangsung secara konsisten dan berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan dan kesiapan belajar anak.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan pada 30 Agustus 2025 di Balai Desa Cipadang. Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah orang tua siswa di Desa Cipadang yang berjumlah 30 orang. Kegiatan ini juga dihadiri oleh pihak kepala desa, perangkat desa,

dan tenaga kesehatan di Desa Cipadang. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini yaitu edukasi menggunakan media buku saku.

Kegiatan terdiri dari tiga tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat diawali dengan tahap persiapan berupa penyusunan proposal kegiatan pengabdian, pengurusan surat perizinan yang ditujukan kepada mitra, dan penyusunan materi gizi seimbang dan inovasi menu sehat melalui media buku saku. Tahapan kedua, yaitu pelaksanaan yang terdiri dari kegiatan gizi seimbang dan praktik inovasi menu sehat disertai sesi diskusi dan tanya jawab. Tahapan terakhir kegiatan pengabdian, yaitu evaluasi yang terdiri dari pre-test, post-test, dan uji deskriptif. Alur kegiatan pengabdian kepada masyarakat terdiri dari 3 tahapan, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan yang dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Tahap Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan ini dilakukan penyusunan proposal, perizinan dengan pihak Desa Cipadang terkait teknis pelaksanaan kegiatan pengabdian, dan penyusunan materi media edukasi. Media edukasi yang digunakan dalam pengabdian ini yaitu buku saku dengan judul “Edukasi Gizi Seimbang dan Inovasi Menu Sehat kepada Orang Tua Siswa Desa Cipadang Kabupaten Pesawaran dalam Rangka Mendukung Program Makan Bergizi Gratis Menuju Generasi Emas 2045”.

Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan diawali dengan registrasi peserta dan pengondisian peserta. Pada tahap ini, pemateri menyampaikan materi edukasi gizi seimbang dan inovasi menu sehat dengan menggunakan media buku saku selama 30 menit dan praktik inovasi menu sehat selama 40 menit. Setelah pemaparan materi edukasi, peserta diberikan waktu 20 menit untuk sesi diskusi dan tanya jawab. Kegiatan pelaksanaan diakhiri dengan pemberian *reward* bagi penanya terbaik, peserta yang mampu menjawab pertanyaan dari pemateri, dan peserta yang hadir paling awal.

Tahap Evaluasi

Tahap terakhir dalam alur kegiatan pengabdian ini yaitu tahap evaluasi untuk mengukur tingkat keberhasilan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat. Tahap evaluasi pada kegiatan ini terdiri dari pre-test, post-test, dan uji deskriptif. Pre-test dilakukan sebelum kegiatan edukasi gizi seimbang dan inovasi menu sehat, peserta diberikan kuesioner pre-test yang berisi 10 pertanyaan dan mengerjakannya dalam waktu selama 15 menit. Setelah sesi pre-test, dilakukan kegiatan inti berupa edukasi gizi seimbang dan inovasi menu sehat disertai sesi diskusi dan tanya jawab. Kegiatan pengabdian ditutup dengan pemberian post-test berupa kuesioner dengan jumlah pertanyaan dan waktu yang sama dengan pre-test untuk melihat tingkat pengetahuan orang tua setelah diberikan edukasi. Hasil data pre-test dan post-test selanjutnya dilakukan uji deskriptif untuk mendapatkan nilai rata-rata $\pm$ standar deviasi skor pengetahuan baik pre-test, post-test, selisih skor sebelum dan sesudah, serta mengetahui persentase peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi. Alur kegiatan edukasi gizi dan inovasi menu sehat disajikan pada Gambar 2.



Gambar 2. Alur kegiatan edukasi gizi dan inovasi menu sehat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Cipadang adalah salah satu desa yang berada di wilayah Kecamatan Gedong Tataan, Kabupaten Pesawaran, Provinsi Lampung. Desa Cipadang berjarak kurang lebih 5 km dari Ibukota Kabupaten Pesawaran. Jumlah penduduk desa Cipadang sebanyak 9302 jiwa. Desa Cipadang memiliki luas wilayah sebesar 800 km². Desa Cipadang terdiri dari 12 dusun dan 39 rukun tetangga (RT) dengan jumlah penduduk sebesar 8446 jiwa. Desa Cipadang juga merupakan salah satu desa binaan Fakultas Kedokteran Universitas Lampung berdasarkan Perjanjian Kerja Sama Nomor: 039/UN.26/8/KS/2024.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan salah satu kegiatan tridharma yang sangat penting karena memungkinkan dosen hadir berinteraksi langsung dengan masyarakat dalam mencari dan memberikan solusi yang bermanfaat. Kegiatan ini dapat memberikan dampak positif bagi kesejahteraan masyarakat, sekaligus memperkuat peran dosen di luar kampus. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Cipadang rutin dilakukan oleh dosen-dosen di Fakultas Kedokteran dengan berbagai topik terkait kesehatan.

Tahap Persiapan

Hasil wawancara dengan kader kesehatan Desa Cipadang dijelaskan bahwa masih banyak orang tua yang belum mengetahui mengenai gizi seimbang dan inovasi menu sehat. Pengabdi menawarkan solusi untuk melakukan kegiatan Edukasi Gizi Seimbang dan Inovasi Menu Sehat kepada Orang Tua Siswa Desa Cipadang, Kabupaten Pesawaran dalam Rangka Mendukung Program Makan Bergizi Gratis Menuju Generasi Emas 2045.

Hal yang dipersiapkan antara lain penyusunan proposal, perizinan dengan pihak Desa Cipadang, dan penyusunan buku saku. Buku saku yang digunakan dalam pengabdian ini berjudul “Edukasi Gizi Seimbang dan Inovasi Menu Sehat kepada Orang Tua Siswa Desa Cipadang, Kabupaten Pesawaran dalam Rangka Mendukung Program Makan Bergizi Gratis Menuju Generasi Emas 2045”. Buku saku edukasi gizi seimbang dan inovasi menu sehat disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Ilustrasi Isi Buku Saku Edukasi Gizi Seimbang dan Inovasi Menu Sehat

Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dimulai dengan proses registrasi dan pengondisian peserta untuk memastikan semua peserta siap mengikuti kegiatan. Setelah peserta siap di tempat duduk masing-masing, pengabdi menyampaikan materi Edukasi Gizi Seimbang dan Inovasi Menu Sehat kepada Orang Tua Siswa Desa Cipadang, Kabupaten Pesawaran dalam Rangka Mendukung Program Makan Bergizi Gratis Menuju Generasi Emas 2045 dengan menggunakan media buku saku selama 30

Edukasi gizi seimbang dan inovasi menu sehat kepada orang tua siswa di Desa Cipadang, Pesawaran

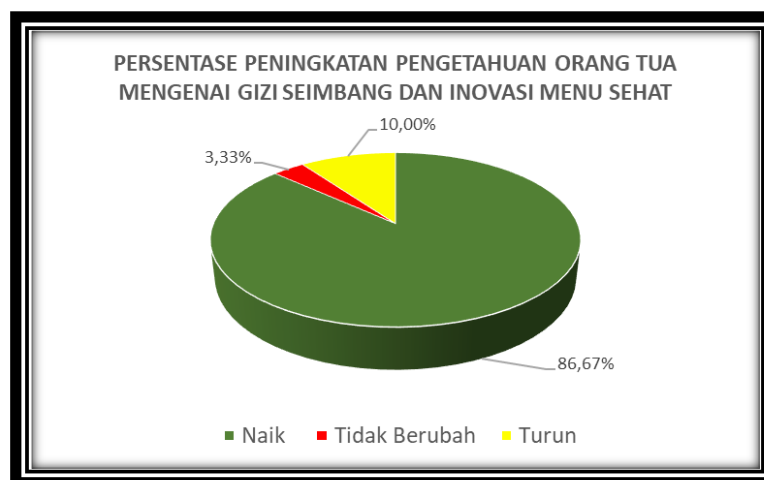
menit dan praktik inovasi menu sehat selama 40 menit. Penyampaian materi ini berfokus pada poin-poin penting yang ingin ditekankan dalam kegiatan pengabdian. Setelah pemaparan materi edukasi, peserta diberikan waktu 20 menit untuk sesi diskusi dan tanya jawab. Sesi tanya jawab ini bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada peserta memperjelas materi yang belum dipahami serta berdiskusi lebih lanjut. Peserta tampak antusias dalam kegiatan pengabdian ini terlihat dari banyaknya peserta yang mengajukan pertanyaan dan merespon jawaban yang disampaikan oleh pemateri. Kegiatan pelaksanaan diakhiri dengan pemberian reward bagi penanya terbaik, peserta yang mampu menjawab pertanyaan dari pemateri, dan peserta yang hadir paling awal. Tahap pelaksanaan kegiatan edukasi gizi seimbang dan inovasi menu sehat disajikan pada Gambar 2.



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan Edukasi Gizi Seimbang dan Inovasi Menu Sehat

Tahap Evaluasi

Tahap terakhir dalam alur kegiatan pengabdian ini, yaitu tahap evaluasi untuk mengukur tingkat keberhasilan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat. Tahap evaluasi pada kegiatan ini terdiri dari pre-test, post-test, dan uji deskriptif. Evaluasi terhadap skor pre-test dan post-test dilakukan untuk menilai ada tidaknya perubahan sebelum dan setelah dilakukannya edukasi gizi seimbang dan inovasi menu sehat. Diketahui bahwa sebagian besar peserta memiliki peningkatan pengetahuan setelah dilakukannya penyuluhan yakni sebesar 86,67%. Hanya sebagian kecil peserta yang memiliki pengetahuan yang tetap dan menurun masing-masing adalah 3,33% dan 10,0%. Perubahan pengetahuan para peserta edukasi gizi seimbang dan inovasi menu sehat disajikan pada Gambar 3.



Gambar 3. Peningkatan Pengetahuan Edukasi Gizi Seimbang dan Inovasi Menu Sehat

Berdasarkan Gambar 3 diketahui bahwa sebagian besar orang tua mengalami peningkatan pengetahuan terkait gizi seimbang dan inovasi menu sehat. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi cukup baik dalam meningkatkan pengetahuan orang tua. Pengetahuan orang tua yang meningkat mengenai pentingnya gizi seimbang dan inovasi menu sehat merupakan langkah awal dalam membentuk kebiasaan makan sehat di lingkungan keluarga serta mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

Tabel 1. Skor Pengetahuan Edukasi Gizi Seimbang dan Inovasi Menu Sehat

Pengetahuan Orang Tua	n	Rata-Rata $\pm$ SD
<i>Pre-test</i>	30	71,67 $\pm$ 13,91
<i>Post-test</i>	30	86,63 $\pm$ 11,59
Δ Pengetahuan	30	14,67 $\pm$ 11,05

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa nilai rata-rata skor pengetahuan orang tua mengenai gizi seimbang dan inovasi menu sehat sebelum dilakukan edukasi yaitu 71,67 $\pm$ 13,91 poin. Pengetahuan orang tua setelah diberikan edukasi gizi seimbang dan inovasi menu sehat mengalami peningkatan dengan skor rata-rata sebesar 86,63 $\pm$ 11,59 poin. Peningkatan pengetahuan orang tua dapat terlihat dengan jelas pada rata-rata perubahan skor pengetahuan yang cukup tinggi yaitu 14,67 $\pm$ 11,05 poin. Hal ini berarti kegiatan edukasi mengenai gizi seimbang dan inovasi menu sehat cukup berhasil.

Hasil edukasi gizi yang cukup baik terlihat dari peningkatan pengetahuan orang tua mengenai gizi seimbang dan inovasi menu sehat. Penerimaan orang tua terhadap materi yang disajikan cukup baik diduga karena jenis metode edukasi yang dilakukan menggunakan buku saku yang mudah dipahami oleh peserta. Hasil pengabdian kepada masyarakat ini juga sejalan dengan beberapa kegiatan pengabdian masyarakat lainnya di daerah lain mengenai edukasi gizi seimbang dan inovasi menu sehat untuk menanamkan kesadaran gizi. Peran orang tua, terutama ibu, sangat penting dalam menentukan pola makan dan status gizi anak. Keterlibatan orang tua dalam edukasi gizi berkontribusi signifikan dalam membentuk kebiasaan makan sehat pada anak, baik di rumah maupun di sekolah. Orang tua bertanggung jawab dalam pemilihan bahan makanan, penyajian, serta memberikan edukasi langsung tentang pentingnya gizi seimbang (Putri et al., 2022).

Hasil pengabdian kepada masyarakat melalui pelatihan penyusunan menu beragam, bergizi seimbang dan aman berbasis pangan lokal di Desa Bung Sidom Kecamatan Blang Bintang Kabupaten Aceh Besar menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan ibu tentang penyusunan menu beragam, bergizi seimbang dan aman sebesar 10% setelah dilakukan pelatihan (Rachmawati et al., 2021). Kegiatan pengabdian berupa pelatihan pembuatan makanan lengkap yang beragam, bergizi seimbang dan aman di Kota Bandung menunjukkan terbangunnya komunikasi yang baik dan proses transfer pengetahuan yang baik mengenai pembuatan makanan lengkap yang beragam, bergizi seimbang dan aman (Sanjaya et al., 2022). Hasil kegiatan pengabdian lainnya melalui sosialisasi pangan aman dan halal pada siswa sekolah di Semarang menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan siswa sekolah dalam memahami pangan aman dan halal (Suyanto et al., 2023). Hasil pengabdian masyarakat lainnya juga menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi gizi (Febriani et al., 2021; Komala et al., 2023, 2024).

Mengacu pada penelitian Akhmad et al. (2021), dinyatakan bahwa intervensi gizi yang melibatkan orang tua secara aktif dapat meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya sarapan sehat, konsumsi buah dan sayur, serta membatasi makanan olahan tinggi gula, garam, dan lemak. Dengan meningkatnya pengetahuan ini, orang tua cenderung lebih terlibat dalam menyiapkan makanan bergizi dan mendukung kebijakan makan bergizi gratis di sekolah. Selain itu, keterlibatan orang tua dalam pendidikan gizi juga berdampak positif terhadap prestasi akademik dan perkembangan anak. Hasil pengabdian kepada masyarakat lainnya menunjukkan bahwa orang tua yang memiliki pengetahuan gizi yang baik cenderung membiasakan anak-anaknya untuk mengonsumsi makanan sehat, yang selanjutnya berdampak pada peningkatan konsentrasi dan kesehatan secara keseluruhan (Widyastuti & Purnama, 2020). Untuk menciptakan Generasi Emas 2045,

keterlibatan orang tua dalam kegiatan edukatif seperti pelatihan menu sehat berbasis pangan lokal menjadi krusial. Program edukasi yang menysasar orang tua akan memperkuat kolaborasi rumah dan sekolah dalam memastikan keberlanjutan pola makan sehat anak-anak sejak dini.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan sasaran orang tua siswa di Desa Cipadang melalui Edukasi Gizi Seimbang dan Inovasi Menu Sehat telah terlaksana dengan baik dan memperoleh hasil yang positif. Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan melalui pre-test dan post-test, diketahui bahwa sebagian besar peserta (86,67%) mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi. Nilai rata-rata skor pengetahuan meningkat dari $71,67 \pm 13,91$ pada saat pre-test menjadi $86,63 \pm 11,59$ pada saat post-test. Peningkatan pengetahuan orang tua mengenai gizi seimbang dan inovasi menu sehat menunjukkan bahwa kegiatan edukasi ini berhasil meningkatkan pemahaman peserta terhadap pentingnya penerapan pola makan bergizi seimbang dan beragam. Pengetahuan yang meningkat ini diharapkan menjadi langkah awal dalam membentuk kebiasaan makan sehat di lingkungan keluarga, serta berkontribusi terhadap peningkatan status gizi dan kualitas kesehatan anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Universitas Lampung yang telah memberikan dukungan pendanaan dan fasilitas sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pemerintah Desa Cipadang, kader kesehatan, serta seluruh peserta yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini sehingga pelaksanaan pengabdian berjalan dengan lancar dan mencapai hasil yang optimal.

DAFTAR RUJUKAN

- Akhmad, A., Lestari, N., & Supriyanto, A. (2021). Peran Orang Tua dalam Mendorong Perilaku Konsumsi Makanan Sehat pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 16(2), 115–123. <https://doi.org/https://doi.org/10.25182/jgp.2021.16.2.115-123>
- Badan Pangan Nasional. (2023). Menuju Generasi Emas 2045, NFA Optimalkan Gerakan Edukasi dan Pemberian Pangan Bergizi Untuk Siswa (GENIUS). *Badan Pangan Nasional*. <https://badanpangan.go.id/blog/post/menuju-generasi-emas-2045-nfa-optimalkan-gerakan-edukasi-dan-pemberian-pangan-bergizi-untuk-siswa-genius>
- Febriani, W., Wati, DA., Komala, R., & Gustianing, D. (2021). Edukasi Gizi Seimbang Dan Pengembangan Kudapan Sehat Berbasis Pangan Lokal Pada Ibu Rumah Tangga Di De Desa Wonokriyo Kabupaten Pringsewu Tahun 2021. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU)*, 3(2), 84–88. <http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Abdi>
- Hamzah, Hasrul, & Hafid, A. (2020). Pengaruh Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(2), 70–75.
- Kemendes RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kemendes RI. (2022). *BUKU SAKU Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*.
- Kementerian PPN / Bappenas. (2018). *Pedoman Pelaksanaan Intervensi Penurunan Stunting Terintegrasi Di Kabupaten/Kota* (Kementerian Perencanaan dan Pembangunan Nasional / Badan Perencanaan dan Pembangunan Nasional. (ed.)). Kementerian PPN / Bappenas.
- Komala, R., Febriani, W., Nurrahmawati, E., & Ariska, K. (2023). Peningkatan Pengetahuan Gizi Ibu tentang Konsumsi Protein Hewani untuk Cegah Stunting melalui Penyuluhan dan Permainan Puzzle Isi Piringku. *JPM Ruwa Jurai*, 8(1), 35–40.
- Komala, R., Febriani, W., Wijaya, S. M., Yuniarto, A. E., & Alam, R. G. (2024). Peningkatan Kesadaran Remaja untuk Melakukan Aktivitas Fisik melalui Kegiatan Gerakan Edukasi Remaja Aktif, Beprestasi, Sehat, Mandiri, dan Tangguh. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(1), 407–417. <https://doi.org/10.31764/jmm.v8i1.20043>
- KPPPA & BPS. (2018). *Profil Anak Indonesia 2018*. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA)jak.

- Oktafiana, R., & Wahini, M. (2016). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Anak Usia Sekolah pada Keluarga Atas dan Bawah (Kasus di Desa Sidoharjo, Kabupaten Ponorogo). *E-Journal Boga*, 5(3), 110–117.
- Panjaitan, F., & Siagian, M. (2019). *Relationship Between Diet And Nutritional Status of Elementary School Children*. *Al-Hidayah Integrated Medan Tembung*. 2(2), 71–78. <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jdg>
- PPID Provinsi Lampung, P. (2025). Provinsi Lampung Siap Laksanakan Program Makan Bergizi Gratis untuk Generasi Emas 2045. *Pemerintag Provinsi Lampung*. <https://ppid.lampungprov.go.id/detail-post/Provinsi-Lampung-Siap-Laksanakan-Program-Makan-Bergizi-Gratis-untuk-Generasi-Emas-2045>
- Putri, M. A., Sari, D. P., & Hidayat, A. (2022). Hubungan Pengetahuan Gizi Orang Tua dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(1), 34–40.
- Rachmawati, R., Novita, R., Fitriyaningsih, E., & Erwandi, E. (2021). Pelatihan penyusunan menu B2SA (beragam, bergizi, seimbang dan aman) berbasis pangan lokal di desa Bung Sidom Kecamatan Blang Bintang Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal PADE: Pengabdian & Edukasi*, 3(2), 52. <https://doi.org/10.30867/pade.v1i2.706>
- Sanjaya, S., Rabasari, S., Wahyono, S. A., & Supriyadi, G. (2022). Pelatihan Pembuatan Makanan Lengkap yang Beragam, Bergizi Seimbang serta Aman (B2SA) bagi Penyuluh Umum Dinas Ketahanan Pangan dan Pertanian (DKPP) Kota Bandung. *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 3(3), 473–482. <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v3i3.1038>
- Suyanto, A., Nurrahman, N., Aminah, S., & Hersoelistyorini, W. (2023). Sosialisasi Pangan Aman dan Halal Pada Siswa Sekolah. *JURNAL INOVASI DAN PENGABDIAN MASYARAKAT INDONESIA*, 2(3), 14–18. <https://doi.org/10.26714/jipmi.v2i3.111>
- Widyastuti, N., & Purnama, D. (2020). Edukasi Gizi Seimbang kepada Orang Tua dan Dampaknya terhadap Asupan Gizi Anak. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 9(2), 87–94.
- Zaini, M. A., Zainuri, Z., Sulastri, Y., Widyasari, R., & Nofrida, R. (2019). PEMBELAJARAN INTERAKTIF TENTANG PANGAN AMAN, BERGIZI DAN HALAL BAGI SISWA SEKOLAH DASAR. *Jurnal Ilmiah Abdi Mas TPB Unram*, 1(1). <https://doi.org/10.29303/amtptb.v1i1.13>