

Pengaruh media teka-teki silang terhadap pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar

The effect of nutritional crossword puzzle with balanced nutrition knowledge in elementary school children

Umi Mahmudah*

Prodi S-1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta

Diterima: 27/10/2018

Ditelaah: 06/12/2018

Dimuat: 26/02/2019

Abstrak

Latar Belakang: Anak-anak sekolah dasar merupakan salah satu kelompok rawan masalah gizi, baik pada gizi kurang maupun gizi lebih. Pendidikan gizi seimbang perlu diterapkan untuk mengatasi masalah gizi tersebut. Metode pendidikan mendorong peran serta dan keterlibatan anak untuk memberikan motivasi dalam belajar. Berbagai metode pendidikan yang menarik bagi anak antara lain permainan, tebak-tebakan, diskusi kelompok, serta peragaan. **Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh pendidikan gizi menggunakan media teka-teki silang (TTS) terhadap pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian *quasi experiment* dengan rancangan *pre-posttest with control group*. Penelitian dilakukan pada anak Sekolah Dasar Negeri Donohudan I. Pengukuran pengetahuan gizi seimbang dilakukan sebanyak dua kali, yaitu *pretest* dan *posttest*. Penelitian ini dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi yang diberikan pendidikan gizi menggunakan teka-teki silang dan kelompok kontrol yang diberikan pendidikan gizi menggunakan ceramah. Pengukuran pengetahuan *pretest* dilakukan sebelum diberikan pendidikan gizi dan pengukuran pengetahuan *posttest* diberikan setelah dilakukan pendidikan gizi. Data dianalisis menggunakan *Paired T-test* dan *Independent Sample T-test*. **Hasil:** Terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan pendidikan gizi menggunakan media TTS dan media ceramah ($p=0,010$). Rerata peningkatan pengetahuan gizi menggunakan media TTS lebih tinggi dibandingkan dengan menggunakan metode ceramah pada anak sekolah dasar. **Kesimpulan:** Ada pengaruh pengetahuan gizi seimbang sebelum dan setelah diberikan pendidikan gizi, baik menggunakan media teka-teki silang maupun menggunakan media ceramah.

Kata kunci: teka-teki silang gizi; pengetahuan; gizi seimbang; anak sekolah dasar

Abstract

Background: Primary school children are one group that is vulnerable to nutritional problems, not only malnutrition but also obesity. Balanced nutrition education needs to be implemented to overcome these nutritional problems. Educational methods encourage children's participation and involvement to motivate learning. Various educational methods that appeal to children include games, guessing, group discussions, and demonstrations. **Objective:** To determine the effect of nutritional education with crossword puzzles on balanced nutrition knowledge in elementary school children. **Methods:** The study was a quasi-experimental using pre and posttest with control group design. The study was conducted at the Donohudan I Elementary School. Measurement of balanced nutrition knowledge was carried out two times, pre and posttest. This study was divided into two groups, the intervention group which was given education with crossword puzzles and the control group which was given education with speech method. Measurement of knowledge was taken before and after nutrition education. Data were analyzed using Paired T-test and Independent Sample T-test. **Results:** There were differences in knowledge before and after nutritional education with crossword puzzle and speech method ($p=0.010$). The average increase in nutritional knowledge with crossword puzzles media was higher than speech method in elementary school children. **Conclusion:** There was an influence of balanced nutrition knowledge before and after being given nutritional education, both using crossword puzzles and speech method.

Keywords: nutrition crossword puzzle; knowledge; balanced nutrition; elementary school children

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah dasar merupakan fase masa pertumbuhan dan perkembangan anak menuju masa remaja yang keoptimalan pertumbuhannya bergantung pada pemberian asupan gizi dengan kualitas dan kuantitas yang baik (1). Anak-anak sekolah dasar merupakan salah satu kelompok yang rawan mengenai masalah gizi (2). *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 menunjukkan bahwa prevalensi kekurangan pada anak di dunia sekitar 14,3% dengan jumlah anak yang mengalami kekurangan sebanyak 95,2 juta anak (3). Status gizi anak usia 5-12 tahun (menurut IMT/U) di Indonesia yang memiliki prevalensi kurus adalah 11,2%, terdiri dari 4% persen sangat kurus dan 7,2% kurus (4). Status gizi yang baik akan mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan anak, salah satunya dapat meningkatkan kemampuan intelektual. Gizi yang baik akan menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas, yaitu sehat, cerdas, dan memiliki fisik yang tangguh serta produktif (5).

Salah satu faktor yang mempengaruhi gizi seseorang adalah kurangnya pengetahuan tentang gizi. Berkurangnya pengetahuan tersebut juga akan mengurangi kemampuan seseorang untuk menerapkan informasi gizi dalam kehidupan sehari-hari (6,7). Banyaknya kasus mengenai kegemukan dan kurus pada anak sekolah dasar dapat terjadi karena masih melekatnya konsep 4 sehat 5 sempurna dibandingkan konsep gizi seimbang (8). Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan yaitu dengan cara memberikan pendidikan gizi sedini mungkin. Pendidikan gizi ini dapat diberikan melalui penyuluhan, pemberian poster, leaflet atau *booklet* pada anak sekolah (6,7). Beberapa penelitian sebelumnya mengenai media gizi yang digunakan untuk pendidikan gizi antara lain penelitian pada penyuluhan gizi menggunakan media *puzzle* gizi. Terdapat pengaruh penyuluhan gizi menggunakan *puzzle* terhadap pengetahuan,

sikap, dan tindakan siswa mengenai gizi seimbang (9). Penelitian menggunakan media video, poster, dan kwartet, menyebutkan bahwa media video, poster, dan permainan kwartet gizi dapat meningkatkan pengetahuan gizi akan tetapi tidak berpengaruh terhadap status gizi (10).

Pendidikan gizi pada anak sekolah harus diberikan dengan cara dan media yang sesuai agar dapat menarik perhatian anak dan juga dapat memudahkan anak dalam menerima informasi mengenai gizi. Teka-teki silang (TTS) merupakan pembelajaran untuk mengasah otak dalam berpikir dan mempelajari kosakata. Dengan menggunakan TTS, anak dapat termotivasi untuk belajar dan memberi pemahaman terhadap kosakata yang mudah dan mendalam. Metode TTS merupakan permainan yang dapat menimbulkan kegairahan dan rasa senang dalam belajar tanpa harus berhadapan dengan situasi yang menjemukan (11). Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk menggunakan media TTS sebagai media pendidikan gizi pada anak sekolah dasar.

METODE

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan rancangan *pre and posttest with control group design*. Penelitian dilakukan pada anak sekolah dasar di SD Donohudan I kelas 4 dan 5 yang terdiri dari 2 kelompok yaitu kelompok perlakuan yang diberikan intervensi menggunakan media TTS dan kelompok kontrol yang diberi perlakuan dengan menggunakan metode ceramah. Pengambilan sampel untuk kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dilakukan secara *simple random sampling* dengan *lottery technique*. Besar sampel pada penelitian ini adalah 42 orang dengan pembagian 21 orang adalah kelompok intervensi dan 21 orang kelompok kontrol.

Penelitian ini dilakukan selama 6 bulan dari bulan April–Oktober 2018 dengan variabel

bebas pendidikan gizi menggunakan media TTS dan variabel terikat pengetahuan gizi seimbang. Pengetahuan gizi diukur sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan gizi. Pengetahuan tentang gizi seimbang diukur menggunakan alat ukur kuesioner. Analisis statistik yang digunakan adalah uji *Paired T-test* dan *Independent Sample T-test*. Kelaikan etik penelitian diperoleh dari komisi etik Universitas Respati Yogyakarta dengan nomor: 152.5/UNRIYO/PL/V/2018.

HASIL

Data Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

Data karakteristik responden dapat dilihat pada **Tabel 1**. Berdasarkan **Tabel 1** diketahui bahwa usia pada kelompok intervensi yang diberikan pendidikan gizi menggunakan media teka-teki silang, usia termuda yaitu 10 tahun, sebanyak 5 orang (23,8%) dan usia tertua adalah 12 tahun sebanyak 8 orang (38,1%).

Tabel 1. Data karakteristik responden berdasarkan usia dan jenis kelamin

Variabel	Kelompok intervensi		Kelompok kontrol	
	n	%	n	%
Usia				
9	0	0	1	4,8
10	5	23,8	2	9,5
11	8	38,1	14	66,7
12	8	38,1	4	19
Jenis kelamin				
Laki – laki	12	57,1	10	47,6
Perempuan	9	42,9	11	52,4
Jumlah	21	100	21	100

Pada kelompok kontrol, usia termuda yaitu 9 tahun sebanyak 1 orang (4,8%) dan usia tertua 12 tahun sebanyak 4 orang (19%). Responden pada kelompok intervensi yang diberikan pendidikan gizi menggunakan media teka-teki silang lebih banyak berjenis kelamin laki-laki yaitu 12 orang (57,1%), sedangkan untuk kelompok kontrol lebih banyak perempuan yaitu 11 orang (52,4%).

Data Karakteristik Responden Berdasarkan Nilai Pengetahuan

Data karakteristik responden berdasarkan nilai pengetahuan dapat dilihat pada **Tabel 2**. Berdasarkan **Tabel 2**, diketahui bahwa rerata nilai pengetahuan *pretest* pada kelompok TTS dan kelompok ceramah tidak jauh berbeda (41,33 pada kelompok TTS dan 41,14 pada kelompok ceramah).

Tabel 2. Data karakteristik responden berdasarkan nilai pengetahuan pada masing-masing kelompok

Keterangan	Metode TTS		Metode ceramah	
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
Mean±SD	41,33±14,104	71,67±19,696	41,14±10,051	57,14±15,028
Minimum	8	32	28	24
Maksimum	64	100	64	84

Rerata nilai pengetahuan *posttest* pada kelompok TTS lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok ceramah yaitu 71,67. Nilai minimum *pretest* pada kelompok TTS

adalah 8, sedangkan pada kelompok ceramah 28. Nilai minimum *posttest* pada kelompok TTS adalah 32 dan pada kelompok ceramah 24. Nilai maksimum *pretest* kelompok TTS

dan ceramah sama yaitu 64. Nilai *posttest* maksimum kelompok TTS adalah 100 dan kelompok ceramah 84.

Pengaruh Media TTS terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Anak Sekolah Dasar

Uji beda pengetahuan saat *pretest* dan *posttest* pada masing-masing kelompok yang dilakukan dengan menggunakan uji *Independent Sample T-test* dapat dilihat pada **Tabel 3**.

Tabel 3. Uji beda pengetahuan kelompok TTS dan ceramah

Kelompok	Pretest		Posttest	
	Mean difference	p-value	Mean difference	p-value
TTS	0,190	0,960	14,524	0,010
Ceramah	0,190		14,524	

Nilai *p-value* pengetahuan *pretest* pada kelompok TTS dan kelompok ceramah adalah 0,960 ($p > 0,05$), sedangkan *p-value* untuk pengetahuan *posttest* adalah 0,010 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat

perbedaan pengetahuan sebelum dilakukan pendidikan gizi dan terdapat perbedaan pengetahuan setelah dilakukan pendidikan gizi menggunakan metode TTS maupun metode ceramah.

Tabel 4. Efektivitas pendidikan gizi dengan metode TTS dan metode ceramah terhadap pengetahuan gizi seimbang

Keterangan	Metode TTS		Metode ceramah	
	Pretest	Posttest	Pretest	Posttest
mean ± SD	41,33 ± 14,104	71,67 ± 19,696	41,14 ± 10,051	57,14 ± 15,028
Δ mean		-30,333		-16,000
Paired T-test		0,000		0,000
Paired T-test				0,000

Berdasarkan **Tabel 4** menunjukkan bahwa rerata pengetahuan setelah pendidikan gizi menggunakan media TTS lebih besar dibandingkan dengan nilai sebelumnya dengan selisih rerata sebesar -30,33. Hasil uji statistik menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan *pretest* dan *posttest* pada kelompok yang diberi pendidikan gizi menggunakan TTS ($p\text{-value}=0,000$). Selain itu, ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan *pretest* dan *posttest* pada kelompok ceramah ($p\text{-value}=0,000$). Pada **Tabel 4** juga dapat dilihat terdapat perbedaan pengetahuan pada kelompok TTS dengan kelompok ceramah ($p\text{-value}=0,000$).

PEMBAHASAN

Analisis data berdasarkan karakteristik responden diketahui bahwa rentang usia anak sekolah dasar pada penelitian ini adalah 9–12 tahun (**Tabel 1**). Menurut WHO, rentang usia golongan anak sekolah dasar adalah 7–15 tahun, sedangkan di Indonesia antara 7–12 tahun. Penyuluhan dan pendidikan gizi sebaiknya dilakukan sedini mungkin, karena anak-anak memiliki keinginan tinggi untuk mengetahui dan mempelajari sesuatu. Usia anak yang sesuai untuk diberikan pendidikan gizi adalah usia 6–14 tahun karena pada usia ini merupakan periode intelektual anak mulai untuk belajar (12).

Rerata nilai pengetahuan *pretest* pada kelompok TTS dan kelompok ceramah tidak jauh berbeda. Namun setelah dilakukan pendidikan gizi, rerata nilai pengetahuan gizi meningkat, baik pada kelompok TTS maupun kelompok ceramah (**Tabel 2**). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar dengan melakukan pendidikan gizi, baik menggunakan media TTS ataupun media ceramah. Rerata peningkatan pengetahuan didapatkan lebih tinggi pada kelompok yang diberikan intervensi menggunakan TTS. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian tentang pendidikan gizi yang menggunakan media poster dan buku saku. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pendidikan gizi menggunakan media poster dan buku saku meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang gizi (13).

Hasil uji statistik diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan antara nilai pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan gizi baik pada kelompok TTS maupun ceramah. Hal ini menunjukkan bahwa responden dari kelompok TTS maupun kelompok ceramah memiliki pengetahuan yang sama mengenai gizi seimbang sebelum diberikan pendidikan gizi. Setelah dilakukan pendidikan gizi, diketahui bahwa terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan antara hasil *posttest* pada kelompok TTS dengan kelompok ceramah (**Tabel 3**), pendidikan gizi baik menggunakan media TTS ataupun menggunakan media ceramah secara signifikan meningkatkan pengetahuan mengenai gizi seimbang pada anak sekolah dasar. Pendidikan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang, dengan adanya peningkatan pengetahuan maka diharapkan akan terjadi perubahan perilaku yang lebih baik terhadap gizi dan kesehatan (6). Penelitian ini sejalan dengan penelitian pendidikan gizi menggunakan *puzzle*, ada pengaruh penyuluhan dengan media promosi *puzzle* gizi yang diberikan

siswa meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan siswa tentang gizi seimbang (9).

Terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan *pretest* dan *posttest* pada kelompok yang diberi pendidikan gizi menggunakan TTS (**Tabel 4**). Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media TTS berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian lain yang menggunakan media TTS dengan hasil terdapat perbedaan antara hasil belajar siswa pada mata pelajaran Bahasa Arab sebelum dan setelah menggunakan media TTS (14). Teka-teki silang merupakan salah satu media pembelajaran yang dapat digunakan untuk pembelajaran keterampilan menulis. Media ini sangat mudah untuk dibuat oleh guru dan dapat digunakan untuk semua tingkatan, baik untuk pemula, menengah atau yang sudah lanjut, disamping itu juga materi yang dapat dipilih sesuai dengan tujuan pembelajarannya (15). Tujuan penggunaan media TTS adalah pembelajaran untuk mengasah otak dalam berpikir peserta didik dalam mempelajari kosakata pada suatu mata pelajaran. Dengan menggunakan TTS sebagai pembelajaran kosakata, maka peserta didik termotivasi untuk belajar serta mencari pemahaman terhadap kosakata yang mudah dan mendalam. Hal ini karena pada TTS terdapat unsur permainan yang dapat menimbulkan semangat dan rasa senang dalam belajar tanpa harus berhadapan dengan situasi yang menjemukan (11).

Terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan *pretest* dan *posttest* pada kelompok yang diberi pendidikan gizi menggunakan media ceramah (**Tabel 4**). Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media ceramah berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar. Berbeda dengan hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa proses belajar mengajar dengan metode

belajar sambil bermain menggunakan media pembelajaran lebih efektif dibandingkan dengan metode ceramah karena siswa lebih aktif dalam proses penyerapan informasi karena siswa dapat melihat media, memegang media, membaca, mendengarkan, menyimpulkan materi dan juga lebih aktif dalam tanya jawab. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa dan peraba. Semakin banyak indera yang digunakan maka semakin tinggi tingkat penyerapan informasi. Perbedaan ini disebabkan karena pada saat dilakukan penyuluhan menggunakan ceramah, anak-anak antusias dan mendengarkan dengan baik (16).

Pendidikan gizi menggunakan metode TTS maupun menggunakan metode ceramah mampu meningkatkan pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar (**Tabel 4**). Pendidikan gizi menggunakan media TTS lebih efektif dibandingkan dengan menggunakan metode ceramah (**Tabel 4**). Metode TTS membuat para siswa penasaran dengan jawaban pada kolom yang tersedia karena para siswa diminta untuk mengisi kata sesuai dengan jumlah kolom yang disediakan berdasarkan jenis soalnya, sehingga mereka bersemangat untuk mengisi jawaban pada kolom tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menggunakan media kartu sayuran dimana hasil penelitian lebih efektif dibandingkan dengan metode ceramah. Salah satu permasalahan dalam keefektifan pemberian informasi adalah kurangnya minat dalam penyerapan informasi sehingga timbul rasa bosan, mengantuk, dan enggan menerima informasi yang disampaikan. Minat adalah faktor penting yang harus ditingkatkan sebelum pemberian informasi. Salah satu cara agar minat dalam menerima informasi meningkat adalah menggunakan media dalam proses

pemberian informasi. Pemberian informasi yang efektif untuk anak sekolah dasar salah satunya adalah dengan menggunakan media pembelajaran dengan metode belajar sambil bermain (17).

Program pendidikan kesehatan dan gizi pada anak sekolah merupakan salah satu cara untuk menerapkan intervensi kesehatan global secara sederhana dan efektif (18). Pendidikan gizi ini dapat diberikan melalui penyuluhan, pemberian poster, leaflet atau booklet pada anak sekolah (6,7). Pendidikan gizi menggunakan *booklet* efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi tentang anemia (19). Program pendidikan gizi dalam bentuk poster, *website*, dan pendidikan langsung ke anak mampu meningkatkan pengetahuan anak sekolah dasar (20). Sejalan dengan penelitian media gizi lainnya, ada pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media video, poster dan permainan kuartet gizi terhadap pengetahuan gizi siswa sekolah dasar negeri Karangasem III Kota Surakarta (10). Pendidikan gizi dengan media audio kinestetik mampu meningkatkan pengetahuan gizi seimbang (21). Praktik membawa bekal juga mampu meningkatkan pengetahuan gizi seimbang pada anak SD (22). Ada perbedaan peningkatan pengetahuan tentang keamanan makanan jajanan antara kelompok yang diberi penyuluhan menggunakan metode ceramah tanpa media komik dan kelompok yang diberi ceramah menggunakan media komik (23).

KESIMPULAN DAN SARAN

Ada pengaruh pendidikan gizi menggunakan media TTS dan media ceramah terhadap pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar. Rerata peningkatan pengetahuan gizi menggunakan TTS lebih tinggi dibandingkan dengan menggunakan media ceramah. Diharapkan bagi pendidik di SD Negeri Donohudan 1 dapat memberikan penyuluhan gizi seimbang menggunakan metode TTS secara bertahap melalui program

UKS. Siswa diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan gizi seimbang serta menerapkan pola makan gizi seimbang baik di rumah maupun di sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Pusat Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat Universitas Respati Yogyakarta yang telah memberikan dana hibah internal pada penelitian ini. Ucapan terima kasih turut penulis sampaikan kepada kepala sekolah, guru, karyawan dan siswa di SD Donohudan 1, yang telah bersedia membantu pelaksanaan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Judawarto W. Antisipasi perilaku makan anak sekolah; 2010.
2. Hapsari IA, Putu YA, Luh SA. Gambaran status gizi siswa SD Negeri 3 Peliatan Kecamatan Ubud, Kabupaten Gianyar. Denpasar: Fakultas Kedokteran Universitas Udayana; 2011.
3. WHO. The world bank joint child malnutrition estimates. Geneva: World Health Organization; 2015.
4. Kementerian Kesehatan. RISKESDAS. Jakarta: Tim Badan Penelitian dan Pengembangan Kementerian Kesehatan RI; 2013.
5. Septiyani R. Waspada fast food [karya tulis ilmiah]. Jakarta: Jurusan Teknik Industri Universitas Mercu Buana; 2011.
6. Machfoedz I, Suryani S. Pendidikan kesehatan bagian dari promosi kesehatan, Yogyakarta: Fitramaya; 2007.
7. Suhardjo. Berbagai cara pendidikan gizi. Jakarta: Bumi Aksara; 2003.
8. Dwiriani CM., Damayanti E, Kustiyah L, Briawan D. Pemberdayaan masyarakat melalui peningkatan kapasitas sekolah dasar menuju perilaku gizi seimbang di Kota Bogor [laporan akhir penelitian]. Bogor : Departemen Gizi Masyarakat Fakultas Ekologi Manusia Institut Pertanian Bogor; 2009.
9. Hikmawati Z, Yasnani, Sya'ban. Pengaruh penyuluhan dengan media promosi puzzle gizi terhadap perilaku gizi seimbang pada siswa kelas V di SD Negeri 06 Poasia Kota Kendari tahun 2016; 2016.
10. Tuzzahroh F. Pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media video, poster dan permainan kwartet gizi terhadap pengetahuan gizi dan status gizi siswa di Sekolah Dasar Negeri Karangasem III Kota Surakarta [naskah publikasi]. Surakarta : Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2015.
11. Haryono. Pembelajaran IPA yang menarik dan mengasyikkan. Purworejo: KEPEL Press; 2013.
12. Wulandari A. Peningkatan pengetahuan gizi pada anak sekolah dengan metode ceramah dan role play [skripsi]. Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang; 2007.
13. Nuryanto, Pramono A, Puruhita N, Muis SF. Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi anak sekolah dasar. Jurnal Gizi Indonesia. 2014;3(1):32-36.
14. Rantika, Abdulah F. Penggunaan media teka teki silang dalam meningkatkan hasil belajar siswa kelas II pada pembelajaran Bahasa Arab di Madrasah Ibtidaiyah Nurul Iman Pengabuan Kabupaten Pali. 2015;1.
15. Khalilullah. Media pembelajaran Bahasa Arab. Yogyakarta: Aswaja Pressindo; 2013.
16. Khairunnisak. Penggunaan media kartu sebagai strategi dalam pembelajaran membaca permulaan: studi kasus di Madrasah Ibtidaiyah Negeri Rukoh, Banda Aceh. Jurnal Pencerahan. 2015; 9(2): 66-82.
17. Fadhilah D, Hartini NS, Gunawan IMA. Efektifitas penyuluhan tentang sayuran menggunakan media kartu sayuran terhadap peningkatan pengetahuan siswa sekolah dasar. Jurnal Nutrisia. 2017; 19(2):100-105.

18. Jukes MCH, Drake LJ, Bundy DAP. School health, nutrition and education for all levelling the playing field. USA : CABI Internasional;2008.
19. Zulaekah S. Pendidikan gizi dengan media booklet terhadap pengetahuan gizi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Kemas*. 2012;(2): 127 – 133.
20. Jan S, Bellman C, Barone J, Jessen L, Arnold M. Shape it up: a school-based education program to promote healthy eating and exercise developed by a health plan in collaboration with a college of pharmacy. *Journal of Managed care Pharmacy*. 2009;15(5).
21. Aliya H, Muwakhidah. Pengaruh pendidikan gizi dengan media audio kinestetik (senam dan lagu pesan gizi seimbang) terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada anak SD Muhammadiyah 4 Kandang sapi Surakarta. *Jurnal Kesehatan*. 2017; 10(2):1979 – 7621.
22. Yurni AF, Sinaga T. Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan praktik membawa bekal menu seimbang anak sekolah dasar. *Media Gizi Indonesia*. 2017; 11(2):183 – 190.
23. Hamida K, Zulaekah S, Mutalazimah. Penyuluhan gizi dengan media komik untuk meningkatkan pengetahuan tentang keamanan makanan jajanan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Kesmas*. 2012; 8(1): 67 – 73.