

## GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG ANAK USIA SEKOLAH PADA PROGRAM MAKAN BERGIZI GRATIS

Utami Husni Wildani<sup>1\*</sup>, Iwan Shalahuddin<sup>2</sup>, Adelse Prima Mulya<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Email Korespondensi: utamihusni42@gmail.com

Disubmit: 02 Desember 2025    Diterima: 19 Desember 2025    Diterbitkan: 01 Januari 2026  
Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v8i1.23741>

### ABSTRACT

*Providing balanced nutrition during childhood is crucial for optimal physical growth, cognitive development, and academic achievement. However, UNICEF (2020) reports that one in three children worldwide experiences growth failure due to malnutrition. Therefore, the 2021 UN Food System Summit launched the School Meals Coalition (SMC) to ensure every child receives healthy meals at school by 2030. In Indonesia, the government implemented the Free Nutritional Food Program (MBG) based on Presidential Regulation No. 83 of 2024 to improve children's nutritional intake and nutritional knowledge. This study aims to describe the level of balanced nutrition knowledge of students at SDN 1 Regol, one of the MBG pilot schools. A quantitative descriptive design was used with a total sampling technique involving 75 students from grades 4-6. Data were collected using a balanced nutrition knowledge questionnaire covering understanding of nutrition, nutritional functions, clean living behavior, and healthy food selection, and analyzed using frequency distribution and percentages with SPSS 21.0. The results of the study showed that 25 students (33.3%) had good knowledge, 32 students (42.7%) had sufficient knowledge, and 18 students (24.0%) had low knowledge. In summary, most students have adequate understanding, indicating the need for strengthened and continuous nutrition education to support the goals of the MBG initiatives.*

**Keywords :** School-aged children, Free Nutritious Program.

### ABSTRAK

Memberikan gizi seimbang selama masa kanak-kanak sangat penting untuk pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan prestasi belajar yang optimal. Namun, UNICEF (2020) melaporkan bahwa satu dari tiga anak di seluruh dunia mengalami kegagalan pertumbuhan karena kekurangan gizi. Sehingga, konferensi *UN Food System Summit 2021* meluncurkan *Schools Meals Coalition (SMC)* untuk memastikan setiap anak memperoleh makanan sehat di sekolah pada tahun 2030. Di Indonesia, pemerintah menerapkan Program Makanan Bergizi Gratis (MBG) berdasarkan Peraturan Presiden No. 83 tahun 2024 untuk meningkatkan asupan gizi anak dan pengetahuan tentang gizi. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat pengetahuan gizi seimbang siswa di SDN 1 Regol, salah satu sekolah percontohan MBG. Desain deskriptif kuantitatif digunakan dengan teknik total sampling yang melibatkan 75 siswa dari kelas 4-6. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan gizi seimbang yang mencakup pemahaman

tentang gizi, fungsi gizi, perilaku hidup bersih, dan pemilihan makanan sehat, dan dianalisis menggunakan distribusi frekuensi dan persentase dengan SPSS 21.0. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 25 siswa (33,3%) memiliki pengetahuan baik, 32 siswa (42,7%) memiliki pengetahuan cukup, dan 18 siswa (24,0%) memiliki pengetahuan rendah. Secara keseluruhan, sebagian besar siswa menunjukkan pemahaman yang cukup, yang menunjukkan perlunya penguatan dan keberlanjutan pendidikan gizi untuk mendukung tujuan program MBG.

**Kata Kunci:** Anak Usia Sekolah, Pengetahuan Gizi, Program Makan Bergizi Gratis.

## PENDAHULUAN

Pemenuhan gizi pada anak merupakan faktor penting dalam mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta prestasi belajar yang berdampak pada kualitas sumber daya manusia di masa depan. Namun, UNICEF (2020) melaporkan bahwa 1 dari 3 anak di dunia tidak tumbuh optimal akibat malnutrisi, baik karena kekurangan maupun kelebihan gizi. Kondisi ini menjadikan anak usia sekolah sebagai “*window of opportunity*” untuk memperbaiki masalah gizi. Sekolah menjadi lingkungan strategis untuk membentuk perilaku makan karena anak menghabiskan sebagian besar waktunya di sana (WHO, 2020).

Menanggapi permasalahan gizi anak, Konferensi *UN Food Systems Summit* (UNFSS) tahun 2021 membentuk *School Meals Coalition* yang mendorong setiap negara untuk memastikan anak-anak memperoleh satu porsi makanan bergizi setiap hari di sekolah pada tahun 2030 (UN, 2021).

Program ini mendorong pemerintah Indonesia untuk membentuk Badan Gizi Nasional (BGN) yang bertugas menjalankan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) sebagaimana diatur dalam Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 83 Tahun 2024. Program ini bertujuan menyediakan makanan bergizi bagi anak sekolah, balita, dan ibu hamil. PBB mendukung program MBG dengan edukasi gizi

berkelanjutan untuk membentuk kesadaran dan kebiasaan makan sehat jangka panjang (PBB Indonesia, 2025).

Hal itu sesuai dengan petunjuk teknis MBG yang menyatakan bahwa guru bertanggung jawab untuk melaksanakan edukasi gizi kepada siswa sebelum makan bersama (PAUD Dikdasmen, 2024). Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa literasi gizi berpengaruh positif terhadap perilaku makan sehat (Liu et al., 2025; Mogre et al., 2024).

Pelaksanaan MBG dilakukan secara bertahap melalui Satuan Pelayanan Pemenuhan Gizi (SPPG) yang tersebar di berbagai daerah. Provinsi Jawa Barat menjadi salah satu wilayah dengan cakupan pelaksanaan terbesar, dengan 358 unit SPPG aktif (DJPb Kemenkeu, 2025). Meskipun pelaksanaan program telah berjalan baik di berbagai wilayah, hasil observasi awal menunjukkan adanya variasi dalam penerimaan makanan.

Di beberapa sekolah, seperti SDN 158 Bandung, anak-anak menunjukkan antusiasme tinggi dan menghabiskan makanan yang disediakan, sedangkan di wilayah lain seperti Kabupaten Garut, sebagian siswa menunjukkan penolakan terhadap makanan MBG karena rasa yang dianggap hambar atau kurang sesuai selera (KPAI et al., 2025).

Fenomena ini menarik untuk ditinjau lebih dalam karena salah

satu komponen penting dalam penerimaan makanan adalah pengetahuan gizi anak. Anak dengan pengetahuan gizi yang baik cenderung memahami manfaat makanan bergizi dan lebih terbuka terhadap variasi makanan sehat.

Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan anak tidak menyadari pentingnya kandungan gizi makanan dan menolak menu yang disediakan. Kondisi ini tampak di SDN 1 Regol, Kabupaten Garut, salah satu sekolah percobaan pelaksanaan MBG di Jawa Barat. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa sebagian siswa masih membawa bekal atau bumbu tambahan sendiri.

#### KAJIAN PUSTAKA

WHO mengelompokkan anak usia sekolah sebagai individu berusia 7-15 tahun, namun di Indonesia umumnya anak sekolah berusia 7-12 tahun. Anak usia sekolah merupakan individu berusia 7-12 tahun yang berada pada fase pra-remaja dengan ciri fisik aktif, mulai mandiri, dan memiliki kemampuan belajar sosial yang berkembang pesat.

Menurut Utama & Demu (2021), masa ini ditandai dengan pertumbuhan fisik yang kuat serta peningkatan kemampuan berpikir logis sederhana. Anak pada tahap ini mulai belajar bertanggung jawab terhadap perilaku dan hubungan sosialnya, serta memasuki fase penting dalam pembentukan kebiasaan hidup sehat (Abiyoga, 2020; Wong, 2009).

Dari perspektif kognitif, Piaget menjelaskan bahwa anak usia sekolah dasar berada pada tahap operasional konkret (7-11 tahun), di mana mereka mulai mampu berpikir logis terhadap hal-hal nyata, tetapi belum memahami konsep abstrak sepenuhnya (Rela & Ichsan, 2022). Kemampuan ini berpengaruh

terhadap cara anak memahami informasi akademik dan pesan-pesan kesehatan.

Peng & Kievit (2020) menegaskan bahwa kemampuan memori dan perhatian yang berkembang pada usia ini dapat mendukung pemahaman anak terhadap konsep gizi seimbang jika diberikan melalui pendekatan konkret dan kontekstual, seperti mengenali jenis makanan sehat dari menu sehari-hari.

Pengetahuan adalah hasil dari proses belajar yang dilakukan seseorang terhadap suatu objek atau fenomena yang ingin dipahami. Pemahaman ini diperoleh melalui fungsi indra, terutama penglihatan dan pendengaran (Notoatmodjo, 2012). Pengetahuan gizi mencakup kemampuan memahami sumber, fungsi, dan cara pengolahan makanan bergizi serta penerapan pola hidup bersih.

WHO (dalam Saavedra & Prentice, 2023) menekankan bahwa masa usia sekolah merupakan periode krusial untuk meningkatkan literasi gizi karena menjadi fondasi pembentukan perilaku makan sehat jangka panjang. Pendidikan adalah sumber pengetahuan, yang merupakan jalan dari ketidaktahuan ke pemahaman dan kemahiran (Ridwan et al., 2021).

Tingkat pengetahuan dapat diukur berdasarkan taksonomi Bloom, mulai dari tingkat tahu, memahami, menerapkan, menganalisis, menyintesis, hingga mengevaluasi (Notoatmodjo, 2012). Namun, pada anak usia sekolah dasar, pengukuran pengetahuan umumnya dibatasi pada tingkat tahu (C1), karena kemampuan berpikir anak masih berada dalam tahap konkret. Faktor-faktor yang memengaruhi pengetahuan antara lain pendidikan, pekerjaan orang tua, budaya, lingkungan, dan usia (Notoatmodjo, 2012).

Konsep gizi seimbang menurut Permenkes No 41 tahun 2014 mencakup empat pilar utama, yaitu konsumsi beragam makanan, perilaku hidup bersih, aktivitas fisik, dan pemantauan berat badan (Kemenkes, 2014). Fungsi zat gizi terbagi menjadi tiga, yaitu sebagai sumber energi (karbohidrat), zat pembangun (protein), dan zat pengatur (vitamin, mineral, dan air) (Wiradnyani et al., 2019).

Pedoman Gizi Seimbang (PGS) yang diterapkan di Indonesia menekankan empat pilar utama dan diperkuat dengan kampanye “Isi Piringku” sebagai panduan visual untuk anak dalam memilih makanan seimbang.

Kebutuhan gizi anak usia 7-12 tahun berbeda antara laki-laki dan perempuan karena variasi laju pertumbuhan dan aktivitas. Permenkes (2014) menyebutkan bahwa pada usia sekolah, anak membutuhkan tambahan energi sekitar 1.850-2.100 kkal per hari.

Asupan ini penting karena anak berada pada masa pertumbuhan aktif yang membutuhkan zat gizi makro dan mikro dalam jumlah seimbang (Putri et al., 2023). Namun, anak usia sekolah juga termasuk kelompok rentan gizi. Permatasari (2023) dan Ayuningtiar et al. (2019) menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan gizi menjadi penyebab utama kurang gizi, anemia, dan gangguan akibat kekurangan mikronutrien seperti yodium dan vitamin A.

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan kebijakan nasional yang diatur melalui Peraturan Presiden Nomor 83 Tahun 2024 tentang Badan Gizi Nasional. Program ini bertujuan meningkatkan kualitas sumber daya manusia melalui perbaikan gizi anak sekolah, balita, serta ibu hamil dan menyusui.

MBG sejalan dengan komitmen internasional melalui School Meals

Coalition, sebuah inisiatif global hasil UN Food Systems Summit 2021 yang menargetkan seluruh anak di dunia mendapatkan satu kali makan bergizi di sekolah setiap hari (United Nations, 2021).

Pelaksanaan MBG di sekolah tidak hanya fokus pada pemberian makanan, tetapi juga memuat komponen edukasi gizi. Petunjuk teknis program mengharuskan setiap satuan pendidikan melakukan pembinaan gizi agar siswa memahami pentingnya makanan bergizi dan menerapkannya dalam kebiasaan makan (PAUD Dikdasmen, 2024). Edukasi gizi berperan penting karena anak dengan pemahaman gizi baik cenderung memiliki perilaku makan lebih sehat, lebih mampu menerima makanan sekolah, dan tidak mudah menolak menu baru (Mogre et al., 2024; Serebrennikov et al., 2020)

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa program makan di sekolah dapat meningkatkan status gizi, kemampuan belajar, dan kehadiran siswa (Rahma et al., 2024; Tambunan et al., 2025). Namun, masih ditemukan perilaku penolakan makanan pada sebagian peserta, yang menunjukkan perlunya peningkatan aspek edukatif dan pengalaman makan yang menyenangkan (Metcalf et al., 2020). Oleh karena itu, penelitian mengenai tingkat pengetahuan gizi seimbang anak di sekolah pelaksana MBG menjadi penting untuk memahami sejauh mana intervensi tersebut berdampak terhadap literasi gizi anak.

Tingkat pengetahuan gizi anak dipengaruhi oleh berbagai faktor, sebagaimana dijelaskan dalam teori Precede-Proceed Lawrence Green (1980) dalam Notoatmodjo (2012), yang menyatakan bahwa perilaku kesehatan individu ditentukan oleh faktor predisposisi seperti pengetahuan dan sikap, faktor

pemungkin seperti sarana dan fasilitas, serta faktor penguat seperti dukungan lingkungan sosial.

Dalam konteks gizi, pengetahuan merupakan komponen utama yang menentukan perilaku makan sehat. Anak yang memahami konsep gizi seimbang lebih mungkin untuk memilih makanan yang sesuai kebutuhan tubuhnya dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Oleh karena itu, pengukuran tingkat pengetahuan gizi anak menjadi langkah awal yang penting dalam menilai kesiapan dan potensi keberlanjutan perilaku makan sehat di lingkungan sekolah.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan gizi seimbang anak usia sekolah di SDN 1 Regol Kabupaten Garut dalam program MBG.

#### METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deksriptif yang bertujuan menggambarkan tingkat pengetahuan siswa tanpa melakukan intervensi. Lokasi penelitian adalah SDN 1 Regol, Kabupaten Garut, yang menjadi sekolah percontohan

program MBG. Penelitian dilaksanakan pada tahun Oktober hingga November 2025.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV, V, dan VI sebanyak 75 siswa, dengan teknik *total sampling*, karena jumlah populasi relatif kecil dan seluruhnya dijadikan responden (Sugiyono, 2016).

Instrumen penelitian berupa kuisisioner pengetahuan gizi seimbang yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Hasil uji validitas diperoleh 15 soal valid dengan *Cronbach's Alpha* 0,83.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian dengan nomor 050/KEPK/FITKes-Unjani/X/2025. Seluruh responden diberikan *informed consent* sebelum pengisian kuisisioner, dan kerahasiaan data dijamin.

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan distribusi frekuensi dan persentase dengan bantuan SPSS versi 21.0 dan Microsoft Excel 2021. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel dan narasi untuk menggambarkan tingkat pengetahuan gizi seimbang anak.

#### HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki-laki	35	46,7
Perempuan	40	53,3
<b>Usia</b>		
9 tahun	12	16,0
10 tahun	25	33,3
11 tahun	28	37,3
12 tahun	10	13,3
<b>Kelas</b>		
IV	22	29,3
V	26	34,7
VI	27	36,0

Status Gizi (IMT/U)		
Gizi kurang	14	18,7
Gizi baik	56	74,7
Gizi lebih	2	2,7
Obesitas	3	4,0

Berdasarkan tabel 1 di atas, didapatkan bahwa sebanyak 40 responden (53,3%) berjenis kelamin perempuan dan rata-rata usia responden 11 tahun (37,7%) dengan sebaran yang relatif merata di kelas 4 (29,3%), kelas 5 (34,7%), dan kelas 6 (36,0%). Berdasarkan status gizi

(IMT/U) dan grafik pertumbuhan CDC, sebagian besar anak berada pada kategori gizi baik (74,7%), sementara 18,7% tergolong gizi kurang, dan sebagian kecil mengalami gizi lebih (2,7%) serta obesitas (4,0%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Gizi Seimbang**

Indikator Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
	<b>Pengertian dan fungsi makanan bergizi</b>	
Baik	13	17,3
Cukup	19	25,3
Kurang	43	57,3
<b>Sumber zat gizi serta manfaat sayur dan buah</b>		
Baik	21	28
Cukup	23	30,7
Kurang	31	41,3
<b>Kebersihan dan pola hidup sehat</b>		
Baik	39	52
Cukup	21	28
Kurang	15	20
<b>Pembatasan makanan tidak sehat dan memilih makanan sehat</b>		
Baik	52	69,3
Cukup	18	24
Kurang	5	6,7

Dari tabel 2, menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki pengetahuan yang baik pada indikator pembatasan makanan tidak sehat dan pemilihan makanan sehat (69,3%), serta indikator kebersihan dan pola hidup sehat (52,0%).

Namun, tingkat pengetahuan tergolong rendah pada indikator pengertian dan fungsi makanan bergizi (57,3%) kategori kurang serta indikator sumber zat gizi dan manfaat sayur dan buah masih ada yang kurang (41,3%).

## PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SDN 1 Regol memiliki tingkat pengetahuan gizi seimbang dalam kategori cukup (42,7%), sedangkan 33,3% memiliki pengetahuan baik dan 24,0% kurang. Berdasarkan teori perkembangan kognitif Piaget, anak usia sekolah dasar berada pada tahap operasional konkret, di mana proses berpikir mereka masih berfokus pada hal-hal nyata yang dialami langsung.

Dalam konteks ini, pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) memberikan pengalaman konkret bagi anak untuk mengenal makanan sehat melalui kegiatan makan bersama di sekolah, namun belum sepenuhnya mampu memperdalam pemahaman konseptual tentang fungsi zat gizi.

Pengetahuan anak tentang gizi seimbang merupakan hasil proses pengindraan terhadap informasi yang diperoleh, sebagaimana dijelaskan oleh Notoatmodjo (2012) bahwa pengetahuan muncul melalui pengalaman melihat dan mendengar. Dalam penelitian ini, indikator dengan nilai pengetahuan tertinggi adalah kemampuan memilih makanan sehat (69,3%), sedangkan yang terendah terdapat pada pemahaman pengertian dan fungsi zat gizi (57,3% kategori teoritis gizi).

Temuan ini sejalan dengan Oliveira et al. (2022) yang menyatakan bahwa edukasi gizi berbasis contoh konkret dan visual lebih efektif pada anak usia sekolah dasar. Pola ini menunjukkan bahwa anak lebih mudah memahami aspek praktis dibanding aspek lainnya.

Berdasarkan teori perilaku Lawrence Green dalam Notoatmodjo (2012), pengetahuan gizi anak dipengaruhi oleh faktor predisposisi (pengetahuan dan sikap), faktor

pemungkin (fasilitas dan pendampingan), serta faktor penguat (dukungan guru dan lingkungan).

Hasil observasi menunjukkan bahwa kegiatan edukasi gizi di SDN 1 Regol belum dilakukan secara rutin dan masih berfokus pada aspek penyajian makanan, sehingga informasi gizi yang diterima siswa terbatas. Kondisi ini sejalan dengan hasil evaluasi BBPMP Jawa Barat (2025) yang menekankan pentingnya literasi gizi yang interaktif dan berkelanjutan untuk memperkuat pemahaman anak terhadap MBG.

Selain itu, keterlibatan guru dan kepala sekolah menjadi faktor penting dalam membentuk pengetahuan anak. Namun, karena pendampingan guru selama kegiatan MBG tidak selalu konsisten, pemahaman siswa menjadi beragam antar kelas. Penelitian Hamulka et al. (2024) juga menemukan bahwa kehadiran guru dalam edukasi gizi di sekolah meningkatkan konsistensi perilaku makan sehat siswa. Dengan demikian, meskipun anak memperoleh pengalaman langsung melalui MBG, penguatan pengetahuan konseptual masih diperlukan melalui pendekatan edukatif yang menarik dan kontekstual.

Temuan penelitian ini mendukung hasil studi Cendani (2023) dan Dewi (2019) yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa sekolah dasar di Indonesia memiliki pengetahuan gizi dalam kategori cukup, menandakan adanya kemampuan praktis namun belum kuat secara konseptual. Sementara itu, menurut Verdonshot et al. (2023), pendidikan gizi yang efektif pada anak membutuhkan kombinasi antara kegiatan praktik, diskusi, dan media visual agar pengetahuan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Oleh karena itu, integrasi edukasi gizi dalam kegiatan belajar mengajar, terutama dalam materi IPAS dan Proyek Profil Pancasila bertema gaya hidup berkelanjutan, dapat menjadi strategi yang relevan untuk memperkuat pemahaman siswa.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan gizi siswa SDN 1 Regol masih berada pada tingkat cukup, dengan kecenderungan memahami hal-hal praktis seperti pemilihan makanan sehat, tetapi belum sepenuhnya menguasai konsep gizi seimbang. Kondisi ini menegaskan bahwa pengalaman melalui program MBG perlu diimbangi dengan edukasi gizi yang terstruktur, berulang, dan interaktif agar anak tidak hanya mengenali makanan sehat, tetapi juga memahami alasan dan manfaatnya bagi tubuh.

Peneliti berasumsi bahwa anak usia sekolah yang mengikuti Program Makan Bergizi Gratis telah memperoleh paparan informasi mengenai gizi seimbang, baik melalui kegiatan sekolah, keluarga, maupun dari menu yang disajikan dalam program tersebut. Dengan demikian, mereka memiliki tingkat pengetahuan yang dapat diukur.

Peneliti juga menganggap bahwa program makan bergizi yang diterima siswa berlangsung secara konsisten dan mampu memberikan pengalaman langsung tentang penerapan prinsip gizi seimbang, sehingga dapat memengaruhi pemahaman mereka. Selain itu, peneliti berasumsi bahwa siswa mampu memahami instrumen penelitian yang diberikan dan memberikan jawaban sesuai dengan pengetahuan mereka tanpa dipengaruhi oleh tekanan lingkungan.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SDN 1 Regol memiliki pengetahuan gizi seimbang pada kategori cukup (42,7%), dengan tingkat pengetahuan tertinggi pada aspek memilih makanan sehat dan terendah pada pemahaman fungsi zat gizi.

Hal ini menunjukkan bahwa anak lebih mudah memahami hal-hal konkret yang dekat dengan pengalaman sehari-hari dibanding konsep teoritis. Secara keseluruhan, Program MBG telah memberikan pengalaman positif dalam mengenalkan makanan bergizi, namun belum sepenuhnya meningkatkan pemahaman konseptual mengenai prinsip gizi seimbang.

Edukasi gizi perlu terus diberikan kepada siswa sesuai dengan petunjuk teknis MBG sebelum praktik makan bersama serta pendampingan oleh guru.

Program edukasi yang menarik dan berkelanjutan dapat membantu siswa memahami manfaat makanan bergizi secara konseptual. Selain itu, peran sekolah dan UKS penting dalam pengawasan terkait praktik makan dan cuci tangan di sekolah.

Diharapkan Untuk para Peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian selanjutnya dengan mengkaji/meneliti pengaruh pemberian edukasi gizi interaktif terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku makan sehat siswa sekolah dasar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abiyoga, A. (2020). Penerapan Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dengan Cara Mencuci Tangan Yang Baik Dan Benar Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat: Abdimas Medika*, 1(2), 1-6. <https://doi.org/10.35728/Pengmas.V1i2.160>
- Ayuningtiar, Sudja, A., Aminah, M., Rahmat, M., Faiqotunnisa, F., & Haidhar, M. H. (2019). Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Asupan Pada Siswa Kurus Sekolah Dasar. *Jurnal Riset Kesehatan*, 11(2), 102-111. <https://doi.org/10.34011/Juriskesbdg.V11i2.679>
- Bbpm Jawa Barat. (2025). *Ringkasan Eksekutif Evaluasi Dampak Program Makan Bergizi Gratis (Mbg) Di Provinsi Jawa Barat*. <https://www.bbpmjabar.id/ringkasan-eksekutif-evaluasi-dampak-program-makan-bergizi-gratis-mbg-di-provinsi-jawa-barat/>
- Cendani, I. S. (2023). *Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang, Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Upt Sdn 129 Gresik*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya.
- Dewi, N. (2019). *Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Pemilihan Jajanan Makanan Pada Siswa Sd Negeri 3 Pakuon Garut*. Universitas Padjadjaran.
- Djpb, K. K. (2025). *Implementasi Program Makan Bergizi Gratis Pada Wilayah Semaku*. <https://djpb.kemkeu.go.id/kppn/manna/id/data-publikasi/artikel/3240-implementasi-program-makan-bergizi-gratis-pada-wilayah-semaku.html>
- Hamulka, J., Czarniecka-Skubina, E., Gutkowska, K., Drywień, M. E., & Jeruszka-Bielak, M. (2024). Nutrition-Related Knowledge, Diet Quality, Lifestyle, And Body Composition Of 7-12-Years-Old Polish Students: Study Protocol Of National Educational Project Junior-Edu-Żywnie (Jeż). *Nutrients*, 16(1). <https://doi.org/10.3390/Nu16010004>
- Kpai, Cisdi, & Wahana Visi Indonesia. (2025). Mengedepankan Perspektif Anak Dalam Program Makan Bergizi Gratis. In *Kajian Suara Anak*. <https://cdn.cisdi.org/research-document/fnm-ldkajian-suara-anak---mengedepankan-perspektif-anak-dalam-program-mbgpdf-1762860967684-fnm.pdf>
- Liu, L., Ren, X., Li, W., Zhao, S., Guo, X., Yan, R., Guo, X., & Li, R. (2025). Nutritional Literacy And Health Behaviors In Primary School Students In China: A Cross-Sectional Study. *Bmc Public Health*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/S12889-025-23420-W>
- Metcalfe, J. J., Ellison, B., Hamdi, N., Richardson, R., & Prescott, M. P. (2020). School Meal Nudge Interventions To Improve Youth Food Behaviors. *International Journal Of Behavioral Nutrition And Physical Activity*, 17(1), 1-19. <https://doi.org/10.1186/S12966-020-00983-Y/figures/3>
- Mogre, V., Sefogah, P. E., Adetunji, A. W., Olalekan, O. O., Gaa, P. K., Ayettey Anie, H. N. G., & Tayo, B. (2024). A School-Based Food And Nutrition

- Education Intervention  
Increases Nutrition-Related  
Knowledge And Fruit  
Consumption Among Primary  
School Children In Northern  
Ghana. *Bmc Public Health*,  
24(1), 1-11.  
<https://doi.org/10.1186/s12889-024-19200-7/figures/3>
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan* (1st Ed.). Pt. Rineka Cipta.
- Oliveira, M. L. De, Castagnoli, J. De L., Machado, K. M. C., Soares, J. M., Teixeira, F., Schiessel, D. L., Santos, E. F. Dos, & Novello, D. (2022). Interdisciplinary Educational Interventions Improve Knowledge Of Eating, Nutrition, And Physical Activity Of Elementary Students. *Nutrients* 2022, Vol. 14, Page 2827, 14(14), 2827.  
<https://doi.org/10.3390/nu14142827>
- Paud Dikdasmen. (2024). *Pedoman Makan Bergizi Gratis (Mbg) Di Satuan Pendidikan*.
- Pbb Indonesia. (2025). *Sembilan Cara Pbb Mendukung Program Makan Bergizi Gratis Di Indonesia*.  
<https://indonesia.un.org/id/297193-sembilan-cara-pbb-mendukung-program-makan-bergizi-gratis-di-indonesia>
- Pemerintah Indonesia (Atau Kementerian Kesehatan Republik Indonesia). (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang*.  
<https://peraturan.bpk.go.id/details/119080/permenkes-no-41-tahun-2014>
- Peng, P., & Kievit, R. A. (2020). The Development Of Academic Achievement And Cognitive Abilities: A Bidirectional Perspective. *Child Development Perspectives*, 14(1), 15-20.  
<https://doi.org/10.1111/cdep.12352>
- Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 83 Tahun 2024 Tentang Badan Gizi Nasional. (2024).  
<https://peraturan.bpk.go.id/details/295857/perpres-no-83-tahun-2024>
- Permatasari, I. (2023). Hubungan Pola Makan Anak Dan Status Gizi Anak Usia Sekolah. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 209-213.  
<https://doi.org/10.46815/jk.v12i1.114>
- Putri, E., Tayong, S., Siska, D., Badi'ah, A., & Majiding, M. (2023). *Ilmu Gizi Dan Pangan (Teori Dan Penerapan)* (A. Munadar (Ed.)). Cv. Media Sains Indonesia.
- Rahma, F., Triana, D., & Amali, M. T. (2024). Analisis Framing Pemberitaan Program Kerja Makan Siang Gratis Prabowo-Gibran Dalam Media Online Liputan6.Com Dan Republika.Co.Id. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik (Jisip)*, 13(3), 603-614.  
<https://doi.org/10.33366/jisip.v13i3.3231>
- Rela, I., & Ichsan. (2022). Analisis Teori Perkembangan Kognitif Piaget Pada Tahap Anak Usia Operasional Konkret 7-12 Tahun Sebagai Dasar Kebutuhan Media Pembelajaran. *Jurnal Waniambey: Journal Of Islamic Edition*, 3(2), 126-134.  
<https://ejournal.iainfmpapua.ac.id/index.php/waniambey/article/view/174/203>
- Ridwan, M., Sukri, A., & Badarussyamsi. (2021). Studi Analisis Tentang Makna Pengetahuan Dan Ilmu

- Pengetahuan Serta Jenis Dan Sumbernya. *Jurnal Geuthèè: Penelitian Multidisiplin*, 4(1), 31-54.  
<https://Journal.Geutheeinstitute.Com/Index.Php/Jg/Article/View/96>
- Saavedra, J. M., & Prentice, A. M. (2023). Nutrition In School-Age Children: A Rationale For Revisiting Priorities. *Nutrition Reviews*, 81(7), 823-843.  
<https://doi.org/10.1093/nutrit/nuac089>
- Serebrennikov, D., Katare, B., Kirkham, L., & Schmitt, S. (2020). Effect Of Classroom Intervention On Student Food Selection And Plate Waste: Evidence From A Randomized Control Trial. *Plos One*, 15(1).  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0226181>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (23rd Ed.). Alfabeta.
- Tambunan, K. A. ., Nababan, R., Siagian, R. A., Naiborhu, R., Harianti, S., & Jamaludin, J. (2025). Tinjauan Kritis Tentang Program Makan Bergizi Gratis Terhadap Produktivitas Belajar Siswa. *Katalis Pendidikan: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Matematika*, 2(2), 21-31.  
<https://doi.org/10.62383/katalis.v2i2.1428>
- United Nations. (2021). *School Meals Coalition*.  
<https://schoolmealscoalition.org/>
- United Nations Children's Fund (Unicef). (2020). *Nutrition For Every Child: Unicef Nutrition Strategy 2020-2030*.  
[www.unicef.org](http://www.unicef.org)
- Utama, L. J., & Demu, Y. D. B. (2021). *Dasar-Dasar Penanganan Gizi Anak Sekolah*. Cv Media Sains Indonesia.
- Verdonschot, A., Follong, B. M., Collins, C. E., De Vet, E., Haveman-Nies, A., Bucher, T., Verdonschot, A., Follong, B., Collins, C., Bucher, T., De Vet, E., & Haveman-Nies, A. (2023). Effectiveness Of School-Based Nutrition Intervention Components On Fruit And Vegetable Intake And Nutrition Knowledge In Children Aged 4-12 Years Old: An Umbrella Review. *Nutrition Reviews*, 81(3), 304-321.  
<https://doi.org/10.1093/nutrit/nuac057>
- Wiradnyani, L. A. A., Pramesthi, I. L., Raiyan, M., Nuraliffah, S., Febrihartanty, J., Ermayani, E., & Iswarawanti, D. N. (2019). *Gizi Dan Kesehatan Anak Usia Sekolah Dasar* (2nd Ed.). Southeast Asian Ministers Of Education Organization, Regional Centre For Food And Nutrition (Seameo Recfon) Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Wong, D. L. (2009). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik* (Edisi 6). Jakarta: Egc.
- World Health Organization. (2020). *Nutrition Action In Schools: A Review Of Evidence Related To The Nutrition-Friendly Schools Initiative*. World Health Organization.  
<https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/33daf907-ef6c-4674-97a7-5f4cc67db97a/content>