Jurnal Mahasiswa Kesehatan
VOLUME 7 NOMOR 2 | MARET 2026 | E-ISSN: 2686-5300 | P-ISSN: 27145409

Pengaruh Edukasi Isi Piringku dengan Media Puzzle terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Siswa Sdn Wonosari 1 Kabupaten Kediri Tahun 2026

The Effect of "Isi Piringku" Education with Puzzle Media on Student's Balanced Nutrition Knowledge of SDN Wonosari 1 Kediri Regency in 2026

Ayu Tiska Arlik Insiati[1*], Betanuari Sabda Nirwana[2], Siti Aminah[3], Ida Tri Wahyuni[4]

[1] Mahasiswa Program Studi S1 Kebidanan Universitas Kadiri

[2,3,4] Dosen Program Studi Profesi Kebidanan Universitas Kadiri

*Corresponding : ayutiska@gmail.com

ABSTRAK

Pendidikan gizi perlu dilakukan pada anak sejak usia Sekolah Dasar untuk menciptakan kesadaran berperilaku gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari. Di Indonesia, anak usia 5-12 tahun mengalami berbagai masalah berat badan, diantaranya gemuk (10,8%), obesitas (9,2%), kurus (6,8%), dan sangat kurus (2,4%). Survei pendahuluan di SDN Wonosari 1 juga mengungkapkan bahwa 7 dari 10 siswa memiliki pengetahuan kurang tentang gizi seimbang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi Isi Piringku menggunakan media puzzle terhadap pengetahuan gizi seimbang pada siswa SDN Wonosari 1 Kabupaten Kediri. Metode : Penelitian ini menggunakan metode analitik komparatif dengan pendekatan pre-test dan post-test menggunakan kuesioner, analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank-Test. Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar siswa memiliki pengetahuan dalam kategori cukup (53,3%). Setelah diberi edukasi, hampir seluruh siswa masuk dalam kategori baik (96,7%). Analisis statistik menunjukkan nilai signifikansi 0,001 (ρ < 0,05). Simpulan dan Saran : h0 ditolak yang artinya ada pengaruh signifikan edukasi Isi Piringku dengan media puzzle terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada siswa. Edukasi Isi Piringku dengan media puzzle efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi seimbang siswa sekolah dasar.

Kata kunci : Edukasi Isi Piringku, Media Puzzle, Pengetahuan Gizi Seimbang

ABSTRACT

Nutrition education needs to be done in children from elementary school age to create awareness of balanced nutritional behavior in daily life. In Indonesia, children aged 5-12 years experience various weight problems, including obesity (10.8%), obesity (9.2%), thin (6.8%), and very thin (2.4%). A preliminary survey at SDN Wonosari 1 also revealed that 7 out of 10 students had less knowledge about balanced nutrition. This study aims to determine the effect of Isi Piringku education using puzzle media on balanced nutrition knowledge in students of SDN Wonosari 1 Kediri Regency. This study uses a comparative analytical method with a pre-test and post-test approach using questionnaires, data analysis using the Wilcoxon Signed Rank-Test test. Results: Before being given education, most students had knowledge in the sufficient category (53.3%). After being educated, almost all students were in the good category (96.7%). Statistical analysis showed a significance value of 0.001 (ρ < 0.05). Conclusion and Suggestion: H0 is rejected which means that there is a significant influence of Fill My Plate education with puzzle media on improving balanced nutrition knowledge in students. Education "Isi Piringku" with puzzle media is effective in improving the knowledge of balanced nutrition for elementary school students.

Keywords: Contents of My Plate Education, Puzzle Media, Balanced Nutrition Knowledge

Article History:
Received: January 29,2026; Revised: February 24, 2026; Accepted: March 22, 2026

PENDAHULUAN

Pendidikan gizi perlu dilakukan pada anak sejak Sekolah Dasar untuk menciptakan kesadaran berperilaku gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari. Pada usia sekolah dasar, sebagian siswa mengalami berat badan kurang dan sebagian ada yang mengalami berat badan lebih. Kondisi ini terjadi akibat kurangnya pengetahuan dasar mengenai gizi seimbang. Gizi yang tepat dapat membantu mempertahankan kesehatan anak, mendukung pertumbuhan serta perkembangan yang optimal. Oleh karena itu, edukasi gizi seimbang sejak dini menjadi kebutuhan yang penting.

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) pravelensi berat badan kurang pada anak-anak di seluruh dunia ditemukan sekitar 13,6% dengan jumlah anak sebanyak 45,4 juta anak, sedangkan pravelensi kelebihan berat badan sebanyak 38,2 juta anak (World Health Organization, 2020). Menurut Riset Kesehatan Dasar (2021) menunjukan bahwa di Indonesia masalah gizi lebih atau gemuk pada anak usia 5-12 tahun masih tinggi yaitu (20,0%) anak memiliki berat badan gemuk, (10,8%) sangat gemuk atau obesitas (9,2%). Sedangkan prevalensi kurus (menurut IMT/U) pada anak umur 5-12 adalah (9,2%) terdiri dari kurus (6,8%) dan sangat kurus (2,4%).

Menurut data dari Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2025, status gizi anak di Kabupaten Kediri terdapat 7,3% anak dengan status gizi underweight, 3,6% wasting, 4,5% overweight, dan 7,9% stunting. (SSGI, 2025). Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan dengan metode wawancara di SDN Wonosari 1, Kecamatan Pagu, Kabupaten Kediri, dari 10 siswa terdapat 7 siswa yang memiliki pengetahuan tentang gizi seimbang kurang, 2 siswa berpengetahuan cukup, dan 1 siswa berpengetahuan baik. Hal ini menunjukkan bahwa masih rendahnya pengetahuan siswa terhadap gizi seimbang dan istilah isi piringku di SDN Wonosari 1 Tahun 2026.

Salah satu yang menyebabkan timbulnya masalah gizi pada anak sekolah dasar Adalah rendahnyapengetahuan dan sikap yang berpengaruh secara tidak langsung terhadap status gizi anak, kurangnya pengalaman atau pengetahuan mengenai gizi dapat menimbulkan sikap yang tidak tepat dalam menentukan makanan yang akan dikonsumsi sehingga kurangnya pengetahuan dan sikap dapat menimbulkan masalah gizi yang berpengaruh pada status gizi (Masrikhiyah, 2025).

Kurangnya pemahaman gizi pada anak sekolah dasar berpengaruh terhadap status gizi dan perkembangan anak, yang berdampak pada kemampuan kognitif dan prestasi belajar. Pengetahuan gizi yang rendah berkaitan dengan praktik konsumsi makanan yang tidak memadai sehingga meningkatkan risiko malnutrisi, seperti kurang energi dan protein (underweight dan stunting), yang dapat mengganggu perkembangan otak dan fungsi kognitif. Rendahnya pengetahuan gizi berhubungan dengan kecukupan asupan gizi makro yang kurang dan prestasi belajar yang lebih rendah pada anak usia sekolah (Nurjannah et al., 2024).

Upaya pencegahan masalah gizi pada anak sekolah dasar dapat dilakukan melalui pemberian edukasi gizi mengenai keanekaragaman makanan dalam setiap porsi makanan dengan menggunakan panduan Isi Piringku sebagai pedoman gizi seimbang. Panduan ini menggambarkan komposisi makanan dan minuman yang terdiri dari jenis dan jumlah yang sesuai dengan yang dibutuhkan tubuh, dengan memperhatikan keanekaragaman makanan, aktivitas fisik, serta perilaku hidup bersih untuk mencegah terjadinya gizi kurang maupun gizi berlebih dan menjaga berat badan tetap normal (Rahmy et al., 2022).

Media yang sesuai untuk edukasi ini yaitu media puzzle. Puzzle merupakan media edukasi yang menyajikan materi secara visual, konkret, dan interaktif sesuai dengan perkembangan kognitif anak usia sekolah dasar. Penggunaan puzzle sebagai media edukasi memungkinkan siswa belajar secara aktif melalui kegiatan bermain sambil belajar, sehingga dapat meningkatkan perhatian, minat, dan pemahaman siswa terhadap konsep gizi seimbang. Dengan sifatnya yang praktis, aman, dan dapat digunakan berulang kali, Puzzle Isi Piringku dinilai efektif sebagai media edukasi untuk menanamkan pemahaman dan kebiasaan konsumsi makanan bergizi seimbang sejak dini (Nurhayati et al., 2021).

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh Edukasi Isi Piringku dengan Media Puzzle terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Siswa SDN Wonosari 1, Kecamatan Pagu, Kabupaten Kediri".

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian *pre-eksperimen*t ini menggunakan jenis rancangan *One-Group Pretest-Posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas 3, 4 dan 5 SDN Wonosari 1. Penelitian ini menggunakan *teknik total sampling*, sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini sama dengan jumlah populasi yaitu sebanyak 30 responden. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan Teknik *Non-Probability sampling* dengan *total sampling* yaitu teknik pengambilan sampel di mana seluruh anggota populasi dijadikan sampel.

Penelitian ini menggunakan media *Puzzle* Isi Piringku, yaitu media pembelajaran interaktif dan edukatif yang dibuat dari kertas berisi gambar panduan gizi seimbang isi piringku dan dilengkapi dengan potongan dari komponen isi piringku. Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner yang berisi pertanyaan terkait kebutuhan gizi seimbang, yang diberikan kepada responden untuk menilai tingkat pengetahuan sebelum dan atau sesudah pelaksanaan edukasi.

Penelitian ini menggunakan analisa univariat untuk mendeskripsikan atau menjelaskan karakteristik dari masing-masing variabel dan analisis bivariat diperoleh menggunakan uji *wilcoxon signed rank test* untuk menguji apakah ada pengaruh edukasi isi piringku dengan media *puzzle* terhadap pengetahuan gizi seimbang pada Siswa SDN Wonosari 1.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon sign rank test* diperoleh data distribusi frekuensi karakteristik responden sebagai berikut:

Tabel 5.1 Tabel Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Umur (tahun)	Frekuensi	Presentase (%)
10	23	76,7
11	5	16,7
12	2	6,7
Total	30	100

Berdasarkan tabel 5.1 dapat diinterpretasikan bahwa karakteristik responden berdasarkan umur hampir seluruh responden (76,7%) berumur 10 tahun yaitu sebanyak 23 siswa.

Tabel 5.2 Tabel Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persen (%)
Laki-laki	14	46,7
Perempuan	16	53,3
Total	30	100

Berdasarkan tabel 5.2 dapat diinterpretasikan bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden (53,3%) berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 16 siswa.

Tabel 5.3 Tabel Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Sumber

Sumber Informasi	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak Pernah	30	100
Guru	0	0
Keluarga	0	0
Teman	0	0
Media Sosial	0	0
Total	30	100

Berdasarkan tabel 5.3 tersebut, dapat diinterpretasikan bahwa karakteristik responden berdasarkan sumber informasi tentang gizi seluruh responden (100%) belum pernah mendapatkan edukasi tentang gizi yaitu sebanyak 30 siswa.

Tabel 5.4 Tabel Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Status Gizi

Status Gizi	Frekuensi	Presentase (%)
Gizi Kurang	4	13,3
Normal	21	70,0
Overweight	3	10,0
Obesitas	2	6,7
Total	30.	.100.

Berdasarkan tabel 5.4 dapat diinterpretasikan bahwa karakteristik responden berdasarkan status gizi, sebagian besar responden (70%) memiliki status gizi normal, yaitu sebanyak 21 siswa.

Tabel 5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Hasil Pre-test

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	9	30,0
Cukup	16	53,3
Kurang	5	16,7
Total	30	100

Berdasarkan data tabel 5.5 dapat diinterpretasikan bahwa hasil Pre test menunjukkan sebagian besar responden (53,3%) memiliki tingkat pengetahuan cukup yaitu sebanyak 16 siswa.

Tabel 5.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Hasil Post-test

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	29	96,7
Cukup	1	3,3
Kurang	0	0,0
Total	30	100

Berdasarkan data tabel 5.6 dapat diinterpretasikan bahwa hasil Post test menunjukkan hampir seluruh responden (96,7%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik yakni sebayak 29 responden.

Tabel 5.7 Tabel Tabulasi Silang Pengaruh Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Isi Piringku dengan Media Puzzle terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Siswa SDN Wonosari 1 Tahun 2026.

No.	Kategori Pengetahuan	Tingkat Pengetahuan			
		Sebelum Edukasi Isi Piringku		Sesudah Edukasi Isi Piringku	
		Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Baik	9	30,0%	29	96,7%
2.	Cukup	16	53,3%	1	3,3%
3.	Kurang	5	16,7%	0	0,0%
Total		30	100%	30	100%

ρ – value : 0,001 < α : 0,05
Negative rank : 0
Positive rank : 21
Ties : 9

Berdasarkan tabel 5.7 menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi gizi Isi Piringku menggunakan media puzzle isi piringku sebagian besar responden berada pada tingkat pengetahuan cukup berjumlah 16 responden (53,3%), setelah diberikan edukasi gizi isi piringku menggunakan media puzzle didapatkan hampir seluruh responden berada pada kategori baik yaitu sebanyak 29 responden (96,7%). Berdasarkan hasil analisis melalui uji Wilcoxon didapatkan nilai signifikansi 0,001 dimana nilai ρ < α 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa H0 ditolak dan H1 diterima yang artinya ada pengaruh signifikan antara edukasi gizi isi piringku terhadap pengetahuan gizi seimbang di SDN Wonosari 1 tahun 2026.

Dalam analisis pengaruh sebelum dan sesudah diberikan edukasi Kesehatan diperoleh hasil *negative ranks* = 0, yang artinya tidak ada responden yang mengalami penurunan skor pengetahuan setelah edukasi. *Positive ranks* = 21, yang berarti sebanyak 21 responden mengalami peningkatan skor pengetahuan setelah edukasi. Sedangkan *ties* = 9, yang artinya sebanyak 9 ressponden memiliki skor yang sama sebelum dan sesudah edukasi. Hal ini terjadi kemungkinan karena sembilan responden tersebut sebelum diberikan intervensi sudah memiliki pengetahuan yang baik mengenai gizi seimbang, sehingga meskipun diberikan edukasi, nilai mereka tetap maksimal dan tidak mengalami perubahan skor. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi isi piringku menggunakan media puzzle efektif dalam meningkatkan pengetahuan~siswa di SDN Wonosari 1 tahun 2026 tentang gizi seimbang.

Efektivitas penggunaan media puzzle didukung oleh penelitian (Irwandi et all, 2021) yang menunjukkan adanya perbedaan nilai rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi. Hasil analisis menggunakan *Wilcoxon signed rank* test, didapatkan p-value sebesar 0.010 yang mana kurang dari 0.05 sehingga H0 ditolak, artinya penerapan media pembelajaran game edukasi *puzzle* dapat meningkatkan pengetahuan dan budaya konsumsi buah dan sayur sejak dini pada siswa SD. Efektivitas penggunaan

media *puzzle* sebagai media edukasi juga didukung penelitian oleh (Nasution et all, 2021) yang menyatakan terdapat pengaruh terhadap pengetahuan, sikap dan tindakan setelah diberi intervensi. Hasil analisis menggunakan *McNemar* diperoleh pengetahuan (p = 0,001), sikap (p = 0,000) dan tindakan (p = 0,000). Pendidikan kesehatan menggunakan media permainan *puzzle* gizi efektif untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan siswa terhadap gizi seimbang. Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian (Rakhman et all., 2024) yang menyatakan terdapat pengaruh terhadap pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi menggunakan media puzzle isi piringku. Analisis menggunakan uji *Paired t-test* dan uji *Independent t-test* diperoleh nilai *p-value* 0,000. Media *puzzle* isi piringku dinilai sebagai media komunikasi yang efektif karena bersifat praktis dan informatif serta mudah dipahami.

KESIMPULAN DAN SARAN

Sebelum diberikan edukasi isi piringku dengan media puzzle pada siswa di SDN Wonosari 1 tahun 2026 sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan cukup. Sesudah diberikan edukasi isi piringku dengan media puzzle pada siswa di SDN Wonosari 1 tahun 2026 hampir seluruh responden berada pada kategori pengetahuan baik. Sehingga H0 ditolak dan H1 diterima, yang artinya pengaruh edukasi isi piringku dengan media puzzle terhadap pengetahuan gizi seimbang pada siswa di SDN Wonosari 1 tahun 2026.

Diharapkan peneliti selanjunya dapat mengembangkan penelitian ini dengan desain yang lebih kuat, seperti menggunakan kelompok kontrol atau memperluas jumlah responden untuk mendapatkan hasil yang lebih general. Selain itu, penelitian dapat diperluas dengan menambahkan variabel lain seperti sikap, perilaku, maupun faktor sosial ekonomi yang mempengaruhi pengetahuan gizi seimbang, sehingga hasil penelitian menjadi lebih komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas karunianya penulis dapat menyelesaikan penelitian dengan tepat waktu. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing atas bimbingan dan dukungan akademik yang diberikan selama proses penelitian. Terima kasih juga penulis sampaikan kepada instansi terkait atas izin dan fasilitas yang telah disediakan sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik. Selain itu, penulis menghargai kontribusi dan dukungan seluruh pihak yang terlibat, baik secara langsung maupun tidak langsung, dalam mendukung kelancaran penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Ade, J . 2020. Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Perilaku Ibu Dalam Pemberian MP-ASI. Jurnal Ilmu Gizi Indonesia. ISSN.1(1):38–46.

Aini, N., & Suyatno. 2021. Hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi remaja di SMK Negeri 1 Kademangan Kabupaten Blitar. Jurnal Online Gizi, 9(2), 85–92.

Aisah, A., & Havis, A. 2023. Edukasi Pedoman Gizi Seimbang dan Implementasi Isi Piring Makanku pada Siswa SMP Negeri 5 Kota Jambi. Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK), 5(1), 111. Available from: https://doi.org/10.36565/jak.v5i1.456

Amira, S. et all. 2025. Descriptive Study: Nutrition Knowledge, Physical Activity, and Nutritional Status of 11th-Grade Students at SMA Muhammadiyah 2 Surabaya. Journal of Nutrition

Explorations, 3(4), 282–291.Available from : https://doi.org/10.36568/jone.v3i4.152 [Accessi 2026]

Anjani, K. 2024. Pengaruh Edukasi Isi Piringku Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Siswa SMP Islam Darussalam Kota Palangkaraya. In Edu Research Indonesian Institute For Corporate Learning And Studies (IICLS) (Vol. 5, Issue 1).

Fauziah, R., Rahmawati, D., & Sari, M. 2020. Pengetahuan gizi seimbang dan status gizi remaja SMA di Kota Makassar. Indonesian Journal of Health Studies, 4(1), 45–52.

Irwandi, P. and Anwar, Z.D. 2021. Analisis Upaya Peningkatan Budaya Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak Melalui Efektivitas Game Gasiputri (Game Puzzle 3D). 6(2), 6.

Jian, B. et all. 2024. Analysis of Factors Influencing the Implementation of a Balanced Nutrition Diet in Male Santri at the Maesan Mojo Islamic Boarding School, Kediri Regency. Indonesian Journal of Nutritional Epidemiology and Reproductive, 7(1), 37–43. Available at: https://doi.org/10.30994/ijner.v7i1.310

Luthfia. 2026. Efektifitas Media Puzzle Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Konsep Isi Piringku Pada Siswa Kelas V SDN 20 Kalumbuk Kota Padang Tahun 2025. Jurnal Universitas Andalas, 13 (1), 104-116

Masrikhiyah, R. 2025. Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi terhadap Tingkat Kecukupan Asupan Gizi Makro Anak Sekolah Dasar. Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan, 15(1), 51–58. Available from https://doi.org/10.52643/jbik.v15i1.4864

Nadila. 2024. Pengaruh Penggunaan Media Puzzle Terhadap Keterampilan Berpikir Kritis Siswa. Edu Research Indonesian Institute For Corporate Learning And Studies (IICLS), 5(1), 70–80.

Napitupulu, E. 2020. Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Penerapan Isi Piringku. 8(5), 55.

Nasution, A. S., & Nasution, A. 2020. Puzzle Gizi sebagai Upaya Promosi terhadap Perilaku Gizi Seimbang pada Siswa. Media Kesehatan Masyarakat Indonesia, 16(1), 89. Available from : https://doi.org/10.30597/mkmi.v16i1.8606 [Accessed 16 November 2025]

Ode, W. et all. 2025. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Pada Remaja Putri di SMP Negeri 5 Kendari Tahun 2024. Jurnal Medika Nusantara, 3(1), 86–93

Pratiwi, S. N. 2023. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita Usia 3-5 Tahun. Nutrizone (Nutrition Research and Development Journal, 3(2), 10–21. Available from : https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/nutrizione/ [Accessed 23 Oktober 2025]

Rakhman, A., Huljannah, M., Nadila, D., Aiman, U., Hijrah, Nurulfuadi, Fitrasyah, S. I., & Ariani. 2024. Pengaruh Media Puzzle Isi Piringku Terhadap Peningkatan Pengetahuan. Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas, 5(2), 202–214. Available from : https://dx.doi.org/10.62870/jgkp.v5i2.27781 [accessed 17 Desember 2025]

Sari, et all. (2021). The Effect of the Physical Factors of Parents and Children on Stunting at Birth Among Newborns in Indonesia. Journal of Preventive Medicine and Public Health. 54 (5), 309-316. Available at: https://doi.org/10.3961/jpmph.21.120

Windari, F., & Huda, K. 2024. Edukasi Isi Piringku Menggunakan Booklet Pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Karanganyar Kabupaten Lampung Selatan. SEHATI: Jurnal Kesehatan, 4(2), 57–60. Available from: https://doi.org/10.52364/sehati.v4i2.61

Zalfa, T. 2024. Upaya Pendidikan Gizi dengan Metode Ceramah untuk Mencegah Obesitas Pada Remaja di Universitas Al-Azhar Indonesia. Prosiding Seminar Nasional Pemberdayaan Masyarakat (SENDAMAS), 3(1), 149. Available from : https://doi.org/10.36722/psn.v3i1.2559