



Empowering parents with “Isi Piringku” nutrition education: A strategy to combat malnutrition in school-aged children

Fahrina Ulfah[✉], Fauzan Muttaqien, Herzan Marjawan, Irfan Maulana, Huldani, Alfi Yasmina, Vika Jeny Putri Anastasya, Karina Syifa Maharani, Nur Ismiyah
Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia

[✉] fahrina.ulfah@ulm.ac.id

<https://doi.org/10.31603/ce.14755>

Abstract

Adequate nutrition during childhood, especially at school age, is crucial for supporting optimal growth, health, and well-being. The high rate of child malnutrition is largely attributed to parents' lack of understanding regarding balanced nutrition. This community service activity aims to enhance parental knowledge through nutrition education based on the “Isi Piringku” (My Plate's Content) program. The activity was conducted at SDN Keliling Benteng Tengah and SDN Keliling Benteng Ulu 2, utilizing lectures, demonstrations, practical training with food models, and evaluation. The results demonstrated a significant increase in parental knowledge regarding the practice of providing balanced nutrition based on “Isi Piringku,” with a difference between pre-test and post-test scores of 28.3% ($p = 0.001$). In conclusion, “Isi Piringku”-based education is effective in improving parental understanding of school-age child nutrition. The recommendations from this activity include the necessity for continuous training and strengthening the role of school nutrition cadres to support program sustainability and broaden the positive impact within the Martapura Riverbank community.

Keywords: School children; Nutrition education; Isi piringku; Parents

Pemberdayaan orang tua dengan edukasi gizi “Isi Piringku”: Strategi untuk memerangi malnutrisi pada anak usia sekolah

Abstrak

Tercukupinya nutrisi yang baik selama masa kanak-kanak, khususnya pada usia sekolah, sangat penting untuk mendukung pertumbuhan, kesehatan, dan kesejahteraan yang optimal. Tingginya angka malnutrisi pada anak sebagian besar disebabkan oleh kurangnya pemahaman orang tua mengenai gizi seimbang. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan orang tua melalui edukasi gizi berbasis program “Isi Piringku”. Kegiatan dilaksanakan di SDN Keliling Benteng Tengah dan SDN Keliling Benteng Ulu 2 dengan menggunakan metode ceramah, demonstrasi, pelatihan menggunakan food model, serta evaluasi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan orang tua terkait praktik pemberian makanan bergizi seimbang berbasis “Isi Piringku”, dengan perbedaan nilai pre-test dan post-test sebesar 28,3% ($p = 0,001$). Kesimpulannya, edukasi berbasis “Isi Piringku” efektif dalam meningkatkan pemahaman orang tua mengenai gizi anak sekolah. Rekomendasi dari kegiatan ini adalah perlunya pelatihan berkelanjutan serta penguatan peran kader gizi sekolah untuk mendukung keberlanjutan program dan memperluas dampak positif di masyarakat bantaran Sungai Martapura.

Kata Kunci: Anak sekolah; Edukasi gizi; Isi piringku; Orang tua

Contributions to
SDGs



Article History

Received: 08/09/25

Revised: 07/10/25

Accepted: 11/10/25

1. Pendahuluan

Kecukupan gizi pada masa kanak-kanak, khususnya pada usia sekolah, sangat krusial untuk mendukung pertumbuhan, kesehatan, dan kesejahteraan yang optimal. Asupan gizi yang memadai tidak hanya menunjang perkembangan fisik, tetapi juga meningkatkan prestasi akademik dan hasil pendidikan, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap kemajuan sosial dan ekonomi masyarakat. Namun, permasalahan malnutrisi, yang mencakup defisiensi gizi kronis serta meningkatnya prevalensi gizi lebih dan obesitas, masih menjadi tantangan serius pada kelompok usia ini (UNICEF, 2024).

Malnutrisi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan, dengan prevalensi di negara berkembang mencapai 6,9% hingga 53%. Di Indonesia, sekitar 19,4 juta penduduk mengalami ketidakcukupan konsumsi makanan, yang berisiko menghambat tumbuh kembang anak usia sekolah (Bashir et al., 2020; Verawati et al., 2021). Pola konsumsi anak seringkali tidak memadai, seperti mengonsumsi vitamin D, kalium, dan serat di bawah jumlah yang direkomendasikan, sambil mengonsumsi lemak jenuh dan natrium secara berlebihan (Killion et al., 2024). Kondisi ini secara signifikan memengaruhi kemampuan kognitif, menyebabkan rendahnya daya ingat dan konsentrasi, serta menurunnya prestasi akademik (Amodu et al., 2024; Irbatunnisa et al., 2023).

Data global tahun 2022 menunjukkan beban gizi ganda pada anak usia 5–19 tahun, di mana 390 juta mengalami *overweight*, 160 juta obesitas, dan 190 juta *thinness* (kurus). Di Indonesia, gizi pada anak usia 5–12 tahun meliputi 2,4% sangat kurus, 6,8% kurus, 10,8% gemuk, dan 9,2% obesitas (Pahlevi, 2012). Secara nasional, prevalensi stunting pada anak usia 2–5 tahun mencapai 35,6% (15,1% sangat pendek dan 20% pendek), kondisi serupa juga ditemukan di Kalimantan Selatan (Lestari et al., 2025). Penelitian lokal tahun 2024 secara spesifik mengungkapkan bahwa anak SD di Keliling Benteng Ulu 2 dan Keliling Benteng Tengah mengalami masalah gizi ganda berupa gizi kurang dan obesitas (Khatimah et al., 2024).

Kondisi di bantaran Sungai Martapura menunjukkan tantangan yang lebih kompleks. Daerah ini merupakan permukiman padat penduduk dengan sebagian besar masyarakatnya bekerja di sektor informal (petani, nelayan sungai, pedagang kecil, tukang, atau buruh) dan tingkat pendidikan yang didominasi oleh lulusan SD ke bawah. Faktor keterbatasan ekonomi, rendahnya tingkat pendidikan, dan akses layanan kesehatan membuat masalah gizi semakin sulit diatasi. Kebiasaan orang tua dalam menyediakan makanan instan, *junk food*, dan *ultra processed food*, serta rendahnya konsumsi buah dan sayur, memperparah pola makan anak, seperti terbukti dalam survei lokal di SDN Keliling Benteng Ulu 2 dan SDN Keliling Benteng Tengah (Khatimah et al., 2024).

Oleh karena itu, pengetahuan orang tua tentang jenis makanan yang harus dikonsumsi, cara menyiapkan makanan yang aman dan higienis, serta campuran dan porsi yang tepat untuk pertumbuhan anak sangatlah penting. Pemberdayaan orang tua dengan pengetahuan dan keterampilan gizi memiliki potensi besar untuk berdampak positif pada gizi anak (Saaka et al., 2021). Dalam konteks ini, program “Isi Piringku” yang dikembangkan oleh Kementerian Kesehatan RI hadir sebagai pedoman gizi seimbang terkini, menggantikan konsep lama “4 Sehat 5 Sempurna”. Panduan ini menekankan

porsi yang tepat dalam satu kali makan, memastikan kebutuhan gizi harian terpenuhi (Kementerian Kesehatan RI, 2024; Wibowotomo et al., 2020). “Isi Piringku” dirancang untuk memberikan ringkasan visual yang cepat, praktis, dan mudah diikuti, mendorong konsumsi makanan yang lebih seimbang, yang mengandung lebih banyak buah, sayuran, dan biji-bijian utuh (Wansink & Wansink, 2022).

Penerapan kebiasaan sehat sejak dini sangat krusial, sebab anak yang terbiasa mengonsumsi makanan bergizi seimbang dan aktif secara fisik akan lebih berpeluang menjadi generasi dewasa yang sehat (Skouteris et al., 2022). Pola makan anak sangat dipengaruhi oleh orang tua; sejumlah penelitian menunjukkan bahwa anak yang tumbuh dalam lingkungan pengasuhan positif dan hubungan keluarga yang baik memiliki tingkat literasi makanan yang lebih sehat (Xu et al., 2024). Hal ini menegaskan bahwa diperlukan intervensi yang ditujukan kepada orang tua untuk meningkatkan gizi anak usia sekolah, didukung oleh temuan meta analisis bahwa intervensi pendidikan gizi di sekolah menunjukkan hasil positif terhadap pola konsumsi makanan anak (Medeiros et al., 2022).

Berdasarkan permasalahan malnutrisi dan kebutuhan edukasi di atas, Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat (PS KPS FKIK ULM) melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat. Kegiatan ini, sebagai bagian dari Program Dosen Wajib Mengabdikan (PDWA), bertujuan memberikan edukasi program “Isi Piringku” kepada orang tua siswa sekolah dasar di bantaran Sungai Martapura, Kabupaten Banjar, Provinsi Kalimantan Selatan. Kegiatan ini diharapkan menjadi solusi praktis untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku orang tua dalam pemenuhan gizi anak.

2. Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 11 Agustus 2025 di SD Negeri (SDN) Keliling Benteng Tengah dan SDN Keliling Benteng Ulu 2, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan. Kegiatan ini diikuti oleh total 27 peserta yang merupakan orang tua siswa. Kegiatan ini dirancang secara partisipatif melalui beberapa tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

2.1. Tahap persiapan

Tahap persiapan dimulai dengan pembentukan panitia yang terdiri dari enam orang dosen dan tiga orang mahasiswa Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat. Tim pengabdian kemudian melakukan survei lapangan dan wawancara dengan kepala sekolah di kedua SD untuk mengidentifikasi permasalahan mitra. Selanjutnya dilakukan persiapan kegiatan, meliputi pengurusan izin kepada pihak sekolah, penyusunan materi penyuluhan, serta pembuatan media edukasi berupa *booklet*, poster, video edukasi, dan *food model*.

2.2. Tahap pelaksanaan

Metode yang digunakan adalah ceramah dan tanya jawab bersama orang tua siswa kelas 4 di SDN Keliling Benteng Tengah dan SDN Keliling Benteng Ulu 2 mengenai definisi isi piringku, pedoman gizi seimbang berbasis isi piringku, dan contoh penyusunan menu berbasis Isi Piringku yang disesuaikan dengan bahan pangan lokal. Kegiatan berlangsung dalam suasana partisipatif dengan keterlibatan aktif orang tua dalam

diskusi dan praktik penyusunan menu sehat. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan penayangan video edukasi, demonstrasi, dan praktik menggunakan *food model*.

2.3. Evaluasi

Sebelum pemberian pelatihan dilakukan, para peserta diberikan *pre-test* untuk menilai pengetahuan mereka tentang metode Isi Piringku dan setelah pemberian materi dilakukan *post-test online* untuk menilai evaluasi keberhasilan pemberian materi edukasi. Hasil *pre-test* dan *post-test* kemudian dianalisis secara deskriptif untuk menilai keberhasilan intervensi yang diberikan.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan hasil kolaborasi tim hibah pengabdian PDWA 2025 FKIK Universitas Lambung Mangkurat, melibatkan dosen dan mahasiswa. Pelaksanaannya berlangsung pada tanggal 11 Agustus 2025, bertempat di ruang kelas SDN Keliling Benteng Ulu 2 dan SDN Keliling Benteng Tengah, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan. Persiapan kegiatan mencakup survei pendahuluan dan pengurusan izin kepada kepala sekolah di kedua SDN tersebut.

Kegiatan diawali dengan registrasi dan pengisian *pre-test* untuk mengukur pengetahuan awal peserta mengenai konsep “Isi Piringku”. Selanjutnya, dilakukan pemberian materi oleh pemateri, memperkenalkan metode penyusunan menu makanan berbasis “Isi Piringku”. Konsep ini menggambarkan porsi makan dalam satu piring yang terdiri dari 50% buah dan sayur, dan 50% sisanya terdiri dari karbohidrat dan protein (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Pemberian materi ini dilengkapi dengan contoh penyusunan menu makanan berpedoman “Isi Piringku” menggunakan pilihan makanan yang mudah didapatkan secara lokal (Gambar 1).



Gambar 1. Pemberian materi di SDN Keliling Benteng Ulu 2 (kiri) dan SDN Keliling Benteng Tengah (kanan)

Sesi dilanjutkan dengan tanya jawab yang berlangsung antusias, di mana peserta bertanya mengenai menu makan berpedoman “Isi Piringku” yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari mereka. Kemudian, dilakukan penayangan video edukasi, diikuti dengan praktik penyusunan menu makanan menggunakan *food model* (Gambar 2). Model porsi piring “Isi Piringku” terbukti menjadi alat promosi kesehatan yang menjanjikan, terutama jika didukung oleh ilustrasi yang menarik, karena penelitian menunjukkan perbaikan dalam perilaku diet sehat dan peningkatan pengetahuan gizi pada anak-anak dan dewasa dengan penggunaan model ini (Jia et al., 2022).



Gambar 2. Praktik penyusunan menu makanan berpedoman “Isi piringku” menggunakan *food model* di SDN Keliling Benteng Ulu 2 (kiri) dan SDN Keliling Benteng Tengah (kanan)

Setelah seluruh materi dan praktik disampaikan, dilakukan evaluasi dalam bentuk *post-test*. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan. Nilai rata-rata (*mean*) *pre-test* adalah 59,3 (Standar Deviasi/SD $\pm 11,9$), sedangkan nilai rata-rata *post-test* meningkat menjadi 76,1 (SD $\pm 8,6$). Analisis statistik lebih lanjut menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna antara nilai *pre-test* dan *post-test* ($p = 0,001$) (Tabel 1), yang mengindikasikan bahwa pemberian materi sosialisasi berhasil meningkatkan pengetahuan peserta terkait “Isi Piringku”.

Tabel 1. Data *pre-test* dan *post-test* pengetahuan orang tua

Variabel	N	Rerata	Standar Deviasi	Selisih	P
<i>Pre-test</i>	27	59,3	$\pm 11,9$	+28,3%	0,001***
<i>Post-test</i>	27	76,1	$\pm 8,6$		

Kegiatan ini menggunakan metode ceramah, diskusi tanya jawab, dan didukung oleh media seperti poster, video, dan *food model*. Penyuluhan gizi melalui program “Isi Piringku” merupakan upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan perilaku makan demi mencapai status gizi optimal. Semakin tinggi pengetahuan gizi, akan semakin berpengaruh terhadap sikap dan perilaku konsumsi makanan. Edukasi yang disampaikan melalui berbagai media akan mempermudah audiens dalam memahami materi (Hasriani et al., 2023). Secara umum, pendidikan gizi bertujuan meningkatkan pengetahuan gizi, yang pada akhirnya memengaruhi sikap dan praktik gizi yang baik, sejalan dengan harapan bahwa pendidikan kesehatan dan gizi dapat secara signifikan meningkatkan pengetahuan terkait kesehatan dan gizi (Saaka et al., 2021). Hasil penyuluhan ini konsisten dengan penelitian oleh Hidayat et al. (2025) dan Imardiani et al. (2024), yang juga menunjukkan bahwa penyuluhan “Isi Piringku” memengaruhi peningkatan pemahaman tentang makanan bergizi. Selain itu, pelatihan dan lokakarya gizi sehat di sekolah dapat memberikan dampak positif terhadap pengetahuan dan konsumsi makanan bergizi (Şahin & Özkaya, 2025). Hasil ini juga didukung oleh tinjauan sistematik yang menyatakan bahwa kombinasi program pendidikan gizi dan praktik langsung dapat meningkatkan pengetahuan, sikap terhadap makanan, dan perilaku makan sehat (Collado-Soler et al., 2023).

Fokus kegiatan di Kabupaten Banjar, Provinsi Kalimantan Selatan, sangat relevan mengingat kabupaten ini menempati urutan pertama dengan peningkatan kasus stunting yang signifikan, sehingga telah mendorong beberapa peneliti untuk melakukan kegiatan pengabdian serupa. Misalnya, penyuluhan “Isi Piringku” oleh Ikasari et al.

(2022) di Desa Sungai Tuan Ulu berhasil memberikan pemahaman kepada mitra tentang pentingnya penerapan “Isi Piringku” pada balita. Perlu diperhatikan bahwa dalam jangka pendek, penyuluhan kesehatan umumnya hanya menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan yang belum dapat berpengaruh langsung terhadap indikator kesehatan. Perubahan ini akan berpengaruh terhadap perilaku sebagai hasil jangka menengah, yang kemudian akan memengaruhi peningkatan indikator kesehatan sebagai hasil jangka panjang dari promosi kesehatan itu sendiri (Notoatmodjo, 2011). Oleh karena itu, kedepannya diperlukan program yang menggabungkan intervensi diet dan pendidikan secara berkelanjutan agar secara efektif dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik terkait kesehatan dan gizi di kalangan siswa sekolah maupun orang tua, guna memaksimalkan dampak positif kegiatan (Rimbawan et al., 2023).

4. Kesimpulan

Edukasi gizi berbasis program “Isi Piringku” efektif meningkatkan pengetahuan dan kesadaran orang tua dalam penyediaan makanan sehat bagi anak sekolah dasar di bantaran Sungai Martapura. Kegiatan ini berdampak pada perubahan sikap dan perilaku orang tua dalam praktik pemberian makan di rumah, yang diharapkan berkontribusi pada upaya penurunan malnutrisi. Implikasi dari program ini adalah pentingnya keberlanjutan edukasi melalui pendampingan dan pemberdayaan kader gizi sekolah agar manfaatnya lebih luas dan berkesinambungan.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak sekolah, guru, orang tua siswa SDN Keliling Benteng Ulu 2 dan SDN Keliling Benteng Tengah Martapura Barat, dan Puskesmas Martapura Barat yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini.

Kontribusi Penulis

Perancangan dan koordinasi kegiatan: FU, FM, HM, IM, H, AY; Penyusunan materi edukasi dan media: FU, HM, IM; Pelaksanaan kegiatan: FU, HM, IM, VJPA, KSM, NI; E; Pengumpulan data dan analisis hasil: H, AY; Penyusunan naskah artikel: FU, IM; Revisi artikel: FU, FM, AY.

Konflik Kepentingan

Seluruh penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan finansial atau non-finansial yang terkait dengan artikel ini.

Pendanaan

Pendanaan sepenuhnya dari hibah Program Dosen Wajib Mengabdikan Universitas Lambung Mangkurat (PDWA ULM) tahun 2025.

Daftar Pustaka

- Amoadu, M., Abraham, S. A., Adams, A. K., Akoto-Buabeng, W., Obeng, P., & Hagan, J. E. (2024). Risk Factors of Malnutrition among In-School Children and Adolescents in Developing Countries: A Scoping Review. *Children*, 11(4), 1–19. <https://doi.org/10.3390/children11040476>
- Ayanti, B. P., Hidayat, R., Saputera, M. M. A., & Muslim, A. A. (2025). Penyuluhan Kesehatan tentang Gizi Seimbang dan Makanan Bergizi dari Tanaman Lokal di SDN Jawa 2 Martapura. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 8(3), 1443–1450. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i3.17947>
- Bashir, A., Marwa, T., & Thamrin, M. H. (2020). The Analysis of Food Security and Vulnerability in South Sumatra, Indonesia. *Proceedings of the 5th Sriwijaya Economics, Accounting, and Business Conference (SEABC 2019)*, 142, 85–91. <https://doi.org/10.2991/aebmr.k.200520.016>
- Collado-Soler, R., Alf  rez-Pastor, M., Torres, F. L., Trigueros, R., Aguilar-Parra, J. M., & Navarro, N. (2023). A Systematic Review of Healthy Nutrition Intervention Programs in Kindergarten and Primary Education. *Nutrients*, 15(3), 1–19. <https://doi.org/10.3390/nu15030541>
- Hasriani, S., Pratiwi, W. R., & Asnuddin, A. (2023). Cegah Balita Dari Stunting Melalui Edukasi Isi Piringku Di Posyandu Cempaka Kabupatten Barru. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3), 450–456. <https://doi.org/10.59395/altifani.v3i3.404>
- Ikasari, F. S., Pusparina, I., & Irianti, D. (2022). Increasing mother’s knowledge through “Isi Piringku” education as an effort to prevent stunting among toddlers in Sungai Tuan Ulu Village, Banjar Regency. *Community Empowerment*, 7(11), 1961–1966. <https://doi.org/10.31603/ce.7899>
- Imardiani, I., Firnando, D., Franciska, T. C., Wulandari, R., Medira, T., Pramono, I., Hamidah, W., Romadhona, S., Lestari, I. T., & Nurmala, I. (2024). Counseling on balanced nutrition “isi piringku” to prevent stunting in toddlers aged 1-5 years. *Community Empowerment*, 9(3), 561–567. <https://doi.org/10.31603/ce.11013>
- Irbatunnisa, I., Rosdiana, D. S., Wulan, A. N., Salsabila, N. F., & Fitria, T. N. (2023). Assessment of the needs and role of nutritionists in schools in indonesia? How important?: A literature review. *Proceeding The 3rd International Allied Health Students Conferences (IAHSC)*, 13–14.
- Jia, S. S., Liu, Q., Allman-Farinelli, M., Partridge, S. R., Pratten, A., Yates, L., Stevens, M., & McGill, B. (2022). The Use of Portion Control Plates to Promote Healthy Eating and Diet-Related Outcomes: A Scoping Review. *Nutrients*, 14(4), 1–23. <https://doi.org/10.3390/nu14040892>
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). *Isi Piringku, Panduan Kebutuhan Gizi Seimbang Harian*.
- Khatimah, H., Fakhrurrazy, Muttaqien, F., & Arganita, F. R. (2024). *Hubungan Antara Sumber Air Minum dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah Dasar di Bantaran Sungai Martapura*. Universitas Lambung Mangkurat.
- Killion, K. E., Gaiser, J., Soucy, A., & Waring, M. E. (2024). Awareness and Use of MyPlate Among US Adults With Young Children. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 56(11), 822–828. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2024.06.014>

- Lestari, P. P., Rahmah, A., & Mutmainah, S. G. (2025). Analisis Determinan Masalah Stunting di Kabupaten Banjar. *Involusi: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 15(1), 12–18. <https://doi.org/10.61902/involusi.v15i1.1456>
- Medeiros, G. C. B. S. de, Azevedo, K. P. M. de, Garcia, D., Segundo, V. H. O., Mata, Á. N. de S., Fernandes, A. K. P., Santos, R. P. dos, Trindade, D. D. B. de B., Moreno, I. M., Martínez, D. G., & Piuvezam, G. (2022). Effect of School-Based Food and Nutrition Education Interventions on the Food Consumption of Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(10522), 1–19. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710522>
- Notoatmodjo, S. (2011). *Kesehatan masyarakat: Ilmu dan seni*. Rineka Cipta.
- Pahlevi, A. E. (2012). Determinan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 117–121. <https://doi.org/10.15294/kemas.v7i2.2807>
- Rimbawan, R., Nurdiani, R., Rachman, P. H., Kawamata, Y., & Nozawa, Y. (2023). School Lunch Programs and Nutritional Education Improve Knowledge, Attitudes, and Practices and Reduce the Prevalence of Anemia: A Pre-Post Intervention Study in an Indonesian Islamic Boarding School. *Nutrients*, 15(4). <https://doi.org/10.3390/nu15041055>
- Saaka, M., Wemah, K., Kizito, F., & Hoeschle-Zeledon, I. (2021). Effect of nutrition behaviour change communication delivered through radio on mothers' nutritional knowledge, child feeding practices and growth. *Journal of Nutritional Science*, 10, 1–9. <https://doi.org/10.1017/jns.2021.35>
- Şahin, H. Ş., & Özkaya, V. (2025). Does the healthy plate model workshop improve nutrition knowledge, behaviors, and habits in school-age children? The impact of workshop on dietary habits: Original article. *BMC Public Health*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-025-21375-6>
- Skouteris, H., Green, R., Chung, A., Bergmeier, H., Amir, L. H., Baidwan, S. K., Chater, A. M., Chamberlain, C., Emond, R., Gibbons, K., Gooley, M., Hatzikiriakidis, K., Haycraft, E., Hills, A. P., Higgins, D. J., Hooper, O., Hunter, S. A., Kappelides, P., Kleve, S., ... Black, M. M. (2022). Nurturing children's development through healthy eating and active living: Time for policies to support effective interventions in the context of responsive emotional support and early learning. *Health and Social Care in the Community*, 30(6), e6719–e6729. <https://doi.org/10.1111/hsc.14106>
- UNICEF. (2024). *Baseline Survey on The Nutritional Status Of Primary School-Age Children And Its Determinants In Central Java Province*.
- Verawati, Abidin, U. W., & Liliandriani, A. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pemberian Makanan Pendamping Asi dengan Status Gizi Anak Usia 9 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Tinambung. *Pegguruang: Conference Series*, 3(1). <https://doi.org/10.35329/jp.v3i1.2682>
- Wansink, B., & Wansink, A. (2022). MyPlate, Half-Plate, and No Plate: How Visual Plate-Related Dietary Benchmarks Influence What Food People Serve. *Cureus*, 14(5). <https://doi.org/10.7759/cureus.25231>
- Wibowotomo, B., Issutarti, & Avizena, R. N. (2020). Analysis of Acceptance Levels on Lunch Menu Among Students at SD Islam Tompokersan Lumajang. *Proceedings of the 2nd International Conference on Social, Applied Science, and Technology in Home Economics (ICONHOMECS 2019)*, 406, 383–387. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200218.060>

Xu, X., Cai, H., Zhang, J., & Xia, T. (2024). The Effects of Parental Food Education on Children's Food Literacy: The Mediating Role of Parent-Child Relationship and Learning Motivation. *Nutrients*, 16(15). <https://doi.org/10.3390/nu16152564>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)