

**PENGARUH PENDIDIKAN GIZI SEIMBANG DENGAN MEDIA
AUDIO VISUAL TERHADAP PENGETAHUAN SISWA
SD NEGERI PAJANG III SURAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh :

AMALIA SHOLIKAH WIDIYANTI

J 300 120 003

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2015**

HALAMAN PERSETUJUAN
ARTIKEL PUBLIKASI ILMIAH

Judul : Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang Dengan
Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Siswa
SD Negeri Pajang III Surakarta

Nama Mahasiswa : Amalia Sholikhah Widiyanti

Nomo Induk Mahasiswa : J 300 120 003

Telah Disetujui oleh Pembimbing Karya Tulis Ilmiah
Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
pada tanggal September 2015 dan layak untuk dipublikasikan

Surakarta, September 2015

Menyetujui

Pembimbing I

Pembimbing II


(Luluk Ria Rakhma, S.Gz., M.Gizi)
NIK. 100.1553


(Muwahhidah, SKM, M.Kes)
NIK. 865/NIDN.06-2701-7302

Mengetahui,
Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta


(Setyaningrum Rahmawaty, A., M.Kes., Ph.D)
NIK. 744
NIDN. 06-2312-7301

PENGARUH PENDIDIKAN GIZI SEIMBANG DENGAN MEDIA AUDIO VISUAL
TERHADAP PENGETAHUAN SISWA SD NEGERI PAJANG III
SURAKARTA

Oleh:

Amalia Sholikhah Widiyanti*, Luluk Ria Rakhma **, Muwakhidah ***

*Mahasiswa DIII Prodi Ilmu Gizi FIK UMS, **Dosen Prodi Ilmu Gizi FIK UMS,

***Dosen Prodi Ilmu Gizi FIK UMS

*Email: Lhyeea@yahoo.co.id

ABSTRACT

THE EFFECT OF BALANCE NUTRITION EDUCATION WITH AUDIO VISUAL
MEDIA TO STUDENT'S KNOWLEDGE OF SD NEGERI PAJANG III
SURAKARTA

Background: : Nutrition illumination is one way of nutrition education, nutrition illumination is an educative approach to produce individual behavior to improve the better of nutrition.

Objective : To determine the effect of balance nutrition education with audio visual media to the student's knowledge of SD Negeri Pajang III Surakarta.

Research Method: The method used in this study is quasy experimental study with one group pretest-posttest design. The population in this study were students in grade 3 and 4 in SD Negeri Pajang III Surakarta. With a number of 75 people. The sampling technique used in making sample in this research is by simple random sampling. Number of samples in this study were 45 students.

Result: : The results showed that before given nutrition education, the average level of knowledge was 56.55 + SD 15.29 while after being given the nutrition education, level of the knowledge was 74.33 + SD 18.69. Through Paired sample T-test was obtained $p = 0.000$ where $p < 0.05$ so that H_0 is rejected. An average increase of the knowledge was 17.78.

Conclusion: There is a difference of knowledge about balanced nutrition before and after the given nutrition education using audio visual media on elementary school students in SD Negeri Pajang III Surakarta

Keywords: : nutrition education, nutrition knowledge, balance nutrition, audio visual.

Bibliography: 23 :1991-2014

PENDAHULUAN

Perkembangan anak usia sekolah dasar disebut juga perkembangan masa pertengahan dan akhir anak yang merupakan kelanjutan dari masa awal anak. Permulaan masa pertengahan dan akhir anak ini yang ditandai dengan terjadinya perkembangan fisik motorik, kognitif, dan psikosial anak. Masa ini seluruh potensi yang dimiliki anak perlu didorong agar berkembang secara optimal dan supaya tidak ada masalah gizi pada masa anak. Menurut Adrian dan Wirjatmadji (2012), kebutuhan gizi pada anak sekolah dasar disesuaikan dengan banyaknya aktivitas yang dilakukan hal ini sangat mempengaruhi kebutuhan akan zat gizi.

Melalui makanan manusia mendapat zat makanan atau zat gizi yang merupakan kebutuhan dasar hidup manusia untuk tumbuh dan berkembang. Ada beberapa zat gizi yang amat mempengaruhi kondisi kesehatan anak. Besar pengaruh ini jelas bila konsumsi zat gizi tidak seimbang dengan kebutuhan tubuh anak dalam hal kualitas maupun kuantitasnya (Soegeng, 2004). Sebagian penduduk Indonesia mengalami penyakit gizi kurang pada berbagai golongan masyarakat terutama golongan anak yang berada pada masa peka akan kecukupan zat gizi bagi tumbuh kembangnya, cara seseorang berfikir atau berpengetahuan dan berpandangan tentang makanan yang akan dibuktikan dalam bentuk tindakan pemilihan makanan (Soegeng, 2004).

Masalah gizi pada anak hakekatnya adalah masalah kesehatan masyarakat, namun penanggulangannya tidak dapat

dilakukan dengan pendekatan medis dan pelayanan kesehatan saja. Kurangnya pendidikan dan pengetahuan orang tua, motivasi, dan partisipasi. Kurangnya pendidikan pada anak akan mempengaruhi pengetahuan anak sehingga anak kurang mengerti masalah gizi. Motivasi yang dimaksud disini adalah besarnya dorongan orang tua untuk mengetahui besarnya peranan gizi bagi kesehatan anak-anaknya. Partisipasi disini adalah keikutsertaan para orang tua untuk berperan penting menjaga kesehatan anak-anaknya agar terpenuhinya gizi yang seimbang (Christon, 2010).

Didalam 10 Pesan Gizi Seimbang terdapat 10 pesan berisi tentang apa saja yang harus dilakukan setiap orang agar tubuhnya tetap sehat dan dapat beraktivitas dengan baik 10 Pesan Gizi Seimbang diimplementasikan tahun 2014. Pesan ini menggantikan 13 Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) tahun 1990, yang sebelumnya telah menggantikan slogan "4 Sehat 5 Sempurna" yang telah diperkenalkan sejak tahun 1952 (Depkes, 2014).

Saat ini diperkirakan sekitar 50 persen penduduk Indonesia atau lebih dari 100 juta penduduk mengalami banyak masalah gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih. Masalah gizi muncul akibat perilaku konsumsi makanan yang tidak seimbang (Bapenas, 2006). Masalah gizi harus ditangani sejak dini. Dalam jangka panjang, kurang gizi akan mengakibatkan hambatan pertumbuhan, akhirnya berdampak buruk bagi perkembangan mental-intelektual individu. Salah satu hal yang

menyebabkan terjadinya masalah gizi adalah kurangnya informasi mengenai gizi dan kesehatan (Khomsan, 2004).

Penyuluhan gizi merupakan suatu pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku individu yang diperlukan dalam peningkatan gizi baik (Suhardjo, 1996). Pendidikan tidak akan lepas dari proses belajar mengajar. Dalam suatu proses belajar mengajar dapat digunakan alat bantu untuk mempermudah penyampaian pesan atau informasi kepada sasaran. Salah satu media yang dapat digunakan untuk media belajar adalah media audio visual. Media audio visual dipilih sebagai alternatif dalam mengoptimalkan proses pembelajaran karena media audio visual dapat dikemas dalam proses pembelajaran, lebih menarik, dan dapat diedit (diperbaiki) setiap saat (Haryoko Sapto, 2009).

Penelitian yang dilakukan Haryoko penggunaan media audio visual sebagai alternatif optimalisasi model pembelajaran. Dengan menggunakan media audio visual sebagai media pembelajaran didapatkan hasil bahwa pembelajaran menjadi lebih baik dibandingkan dengan pembelajaran melalui pendekatan konvensional. Hasil survey pendahuluan yang dilakukan di SD Negeri Pajang III Surakarta didapatkan bahwa siswa yang berpengetahuan baik sebesar 29,33%, pengetahuan kurang sebesar 70,67% hasil survey pendahuluan dilakukan pada tanggal 08 Desember 2014 pada siswa kelas III dan kelas IV yang berjumlah 75 orang, mengenai pengetahuan dan persepsi siswa sekolah dasar tentang gizi seimbang dilakukan dengan pemberian kuesioner.

Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti ingin mengetahui seberapa besar pengetahuan siswa SD sebelum dan sesudah

diberi pendidikan gizi seimbang dengan menggunakan media audio visual.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasy experimental study* dengan *one group pretest-postest design*. Desain ini menggunakan pretest yang digunakan sebelum diberi perlakuan. Hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat dibandingkan dengan keadaan sebelum diberikan perlakuan. Penelitian ini menggunakan kelompok yang diberi perlakuan penyuluhan dengan media audio visual.

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Pajang III Surakarta. Penelitian ini dilakukan pada Desember 2014 sampai Agustus 2015.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum SD Negeri Pajang III Surakarta.

Awal mula berdirinya SD N Pajang III Surakarta ini bermula dari tingginya minat masyarakat Pajang dan sekitarnya masuk ke SD Negeri Pajang I yang merupakan satu komplek dengan SD Negeri Pajang III. Karena tingginya minat masyarakat tersebut, maka SD Negeri Pajang I tidak mampu lagi menampung siswa sehingga didirikan gedung sekolah baru yang memiliki instansi yang berbeda dan berdiri sendiri sebagai sekolah baru.

Akhirnya pada tanggal 1 Juni 1981 pemerintah mengusahakan tambahan gedung SD yang diberi nama SD Negeri Pajang III Surakarta. SD ini mulai melakukan kegiatan belajar mengajar pada tanggal 1 Januari 1982 dengan jumlah siswa 24 siswa kelas 1 yang

merupakan siswa SD Negeri Pajang I.

B. Hasil Analisis Data

Penelitian ini dilakukan pada 45 siswa di SD Negeri Pajang III Surakarta. Adapun pembahasan hasil analisis data penelitian ini terdiri dari analisis univariat dan analisis bivariat sebagai berikut :

1. Analisis Univariat

Analisis Univariat dalam penelitian ini dilakukan untuk mendiskripsikan tingkat pengetahuan siswa tentang 10 pesan gizi seimbang di SD Negeri Pajang III Surakarta.

a. Pengetahuan siswa sekolah dasar di SD Negeri Pajang III tentang 10 pesan gizi seimbang sebelum diberikan edukasi gizi. Pengetahuan gizi adalah pengetahuan mengenai makanan dan zat gizi, sumber-sumber gizi yang ada pada makanan, makanan yang aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengolah makan yang baik supaya kandungan zat gizi yang ada dalam makanan tidak hilang. Allah berfirman dalam surat Al Mukminun ayat 51: "Wahai para rasul, makanlah dari (makanan) yang baik-baik dan kerjakanlah kebajikan. Sungguh Aku Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan. Hasil analisis univariat untuk pengetahuan siswa SD Negeri Pajang III sebelum diputar media audio visual, didapat hasil sebagai berikut :

Tabel 3.
Pengetahuan siswa sebelum diberikan pendidikan gizi

N	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Prese ntase
1	Baik	3	6,7%
2	Cukup	20	44,4%
3	Kurang	22	48,9%
Jumlah		45	100%

Berdasarkan hasil analisis univariat untuk tingkat pengetahuan siswa SD Negeri Pajang III Surakarta mengenai 10 pesan gizi seimbang sebelum diputar media audio visual dengan cut of point Cut of point baik (80-100), cukup (60-79), kurang (0-59) diketahui bahwa hasil pengetahuan kurang 22 siswa (48,9%), sedangkan siswa yang berpengetahuan cukup 20 siswa (44,4%), sementara hanya 3 siswa (6,7%) dengan pengetahuan baik. Hasil ini konsisten dengan penelitian sebelumnya mengenai gambaran pengetahuan sikap dan tindakan terhadap status gizi siswa SD Inpres, yang dilakukan oleh Maulana dkk (2010). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan anak tentang gizi yaitu pengetahuan cukup 38 orang (46,3%) dan pengetahuan kurang 44 orang (53,7%).

b. Pengetahuan siswa sekolah dasar di SD Negeri Pajang III tentang 10 pesan gizi seimbang setelah diberikan edukasi gizi. Pendidikan gizi diberikan agar anak dapat merubah perilaku dalam

mengonsumsi makanan menjadi lebih baik. Hasil analisis univariat untuk pengetahuan siswa SD Negeri Pajang III setelah diputarkan media audio visual, didapat hasil sebagai berikut :

Tabel 4
Pengetahuan siswa setelah diberikan pendidikan gizi

N	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
1	Baik	22	48,2%
2	Cukup	13	28,9%
3	Kurang	10	22,2%
	Jumlah	45	100%

Hasil data univariat tingkat pengetahuan siswa SD Negeri Pajang III Surakarta setelah diputarkan media audio visual 10 pesan gizi seimbang dengan Cut of point baik (80-100), cukup (60-79), kurang (0-59) didapatkan hasil yang meningkat yaitu hasil dengan tingkat pengetahuan baik 48,2% yaitu pada 22 siswa, untuk hasil pengetahuan cukup 13 siswa dengan prosentase 28,9% dan

hasil kurang 22,2% pada 10 siswa. Hasil ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh (Arimurti dita,2012) mengenai pengaruh pemberian media pendidikan gizi seimbang terhadap pengetahuan gizi siswa kelas V SD N Sukasari 04 Tangerang dengan hasil presentase pengetahuan yang meningkat 54,2% setelah diberikan media.

2. Analisis Bivariat
Analisis bivariat dalam penelitian ini bertujuan untuk menganalisa perbedaan pengetahuan siswa tentang 10 pesan gizi seimbang sebelum dan setelah diberikan pendidikan gizi menggunakan media audio visual pada siswa SD Negeri Pajang III Surakarta. Analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan *Paired Sample T-test*. Berdasarkan perhitungan didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 5
Manfaat pendidikan gizi terhadap pengetahuan siswa

Pendidikan Gizi terhadap pengetahuan	N	Rata-rata	p
Sebelum Pendidikan	45	56.55	
Sesudah Pendidikan	45	74.33	0.000

Manfaat pendidikan gizi menggunakan media audio visual terhadap pengetahuan tentang 10 pesan gizi seimbang pada siswa SD Negeri Pajang III Surakarta diketahui bahwa sebelum diberikan

pendidikan gizi menggunakan media audio visual diperoleh rata-rata tingkat pengetahuan sebesar 56.55 sedangkan sesudah mendapat pendidikan gizi menggunakan media

audio visual diperoleh rata-rata tingkat pengetahuan sebesar 74.33. Hasil tersebut menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan gizi setelah diberikan pendidikan gizi menggunakan media audio visual. Berdasarkan hasil uji *Paired Sample T-test* untuk pengetahuan gizi diperoleh $p=0,000$. Hasil perhitungan tersebut menunjukkan bahwa $p<0,05$ maka H_0 ditolak.

Hasil ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Haryoko (2009) tentang efektifitas pemanfaatan media audio visual sebagai alternatif optimalisasi model pembelajaran dengan hasil bahwa pembelajaran menggunakan media audio visual lebih baik dibandingkan dengan pembelajaran melalui pendekatan konvensional. Masalah gizi sering timbul akibat kurangnya ketidaktahuan masyarakat dan kurangnya informasi mengenai gizi. Terbentuknya pengetahuan terhadap stimulus berupa materi yang akan menimbulkan pengetahuan yang baru dan membuat sikap yang lebih baik dan selanjutnya menimbulkan respon yang positif yaitu berupa tindakan. Penanaman pengetahuan diharapkan dapat membentuk sikap yang akhirnya dapat berpengaruh terhadap perilaku. Upaya pendidikan kesehatan yang dibuat sebaik mungkin dapat

memperbaiki perilaku hidup sehat dan meningkatkan status gizi (Pickett dan Hanion, 2009)

Pendidikan gizi merupakan suatu upaya untuk membuat masyarakat sadar akan pentingnya gizi, upaya pendidikan gizi di sekolah berpeluang besar untuk berhasil meningkatkan pengetahuan tentang gizi di kalangan masyarakat. Sebaiknya pendidikan gizi diberikan sejak usia dini dan mulai diberikan pada murid TK dan SD, sebab pada usia ini cenderung memiliki kebiasaan sikap yang mudah dibentuk (Khomsan,2002)

Pemberian pendidikan gizi dilakukan selama 2 hari pada 45 siswa masing-masing kelas yang terdiri dari 21 siswa kelas 3 dan 24 siswa kelas 4 yang dilakukan pada tanggal 8 Agustus 2015 untuk kelas 4 dan 10 Agustus 2015 untuk kelas 3 mengingat pada tanggal 8 Agustus 2015 merupakan hari sabtu sehingga waktu yang tersedia hanya sedikit sehingga untuk kelas 3 dilakukan pada hari senin 10 Agustus 2015. Tahap pertama yaitu diberikan pretest kepada siswa dan diberi waktu untuk menjawab soal yang terdiri dari 20 soal pengetahuan gizi pilihan ganda dengan hasil uji validitas dan reabilitas didapatkan hasil 0,814 yang artinya reabilitas dapat diterima karena hasilnya lebih dari 0,7 dan dikatakan baik jika lebih dari 0,8 (Priyatno,2010). Tahap

kedua setelah semua siswa mengumpulkan soal pretest siswa diputarkan media audio visual dan penjelasan mengenai gizi serta sesi tanya jawab untuk menarik perhatian siswa. Tanya jawab diberikan sebagai evaluasi bagaimana siswa dapat berinteraksi dan menangkap materi yang telah disampaikan. Terlihat antusias siswa yang cukup besar. Tahap ketiga pemberian posttest namun sebelum dilakukan tahap posttest anak-anak diajak bermain dan bernyanyi tujuannya agar anak-anak tidak mengingot soal dan jawaban yang telah disampaikan karena dapat mempengaruhi respon terhadap posttest. Menurut Vanus (2005) beberapa alasan yang mendasari pemberian jarak pendek antara pretest dan posttest karena untuk meminimalisir terjadinya paparan-paparan dari luar sebelum intervensi dilakukan. Dari hasil pretest dan posttest yang dilakukan ada beberapa soal kuesioner yang dianggap kurang dimengerti oleh siswa yaitu pada nomer 5 karena banyak dari siswa yang baru saja mendengar istilah marasmus. Serta pada nomer 2 manfaat mencuci tangan banyak anak yang menjawab agar tangan bersih dan wangi sedangkan jawaban yang tepat adalah agar tangan kita bersih dari kuman penyebab penyakit.

Karena kebersihan sebagian dari iman. Pengetahuan diperoleh setelah orang melakukan pengindraan terhadap objek tertentu melalui indra manusia yaitu indra penglihatan, pendengaran, penciuman, raba dan rasa. Pengetahuan sebagian besar ditangkap melalui melihat dan mendengar. Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan mengenai peran makanan dan gizi, sumber zat gizi pada makanan, makanan yang aman untuk dimakan serta cara pengolahan makanan yang baik dan benar. Pengetahuan menjadi dominan yang penting untuk merubah perilaku seseorang (Notoatmojo, 2005).

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Siswa SD Negeri Pajang III Surakarta dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Pengetahuan siswa SD Negeri Pajang III Surakarta tentang gizi seimbang sebelum diputarkan media audio visual termasuk dalam kategori kurang (48,9%), cukup (44,4%), dan baik (6,7%). Dan pengetahuan siswa SD Negeri Pajang III Surakarta tentang gizi seimbang setelah diputarkan media audio visual termasuk dalam kategori kurang (22,2%), cukup (28,9%), dan baik (48,9%). Ada peningkatan pengetahuan gizi baik sebesar 13,7%.

2. Ada perbedaan pengetahuan gizi seimbang sebelum dan setelah diberikan pendidikan gizi menggunakan media audio visual.

B. Saran

Adanya keterbatasan dalam penelitian ini maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi sekolah diharapkan memberikan tambahan pengetahuan mengenai gizi dengan media audio visual sebagai salah satu alternatif untuk menambah pengetahuan siswa. Kombinasi dari berbagai media juga sangat penting untuk menambah wawasan siswa agar lebih bersemangat dalam mempelajari materi gizi.
2. Bagi peneliti diharapkan dapat semakin memperluas jangkauan penelitian, terutama dalam bidang pendidikan gizi sebaiknya dilakukan tidak hanya satu kali agar dapat memperoleh hasil penelitian yang maksimal dan dapat mempertahankan memori pengetahuan gizi untuk jangka panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- Adrian dan Wirjatmadji. 2012. *Peranan gizi dalam siklus kehidupan*. Jakarta: Kencana
- Almatsier, S., Soetardjo, S., & Soekarti, M. 2011. *Gizi Seimbang dalam daur kehidupan*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. 2006. *Rencana Aksi Nasional Pangan dan Gizi 2006-2010*.
- Christon. 2010. *Pengaruh Orang Tua Terhadap Pemberian Gizi Pada Anak Balita (Study Deskriptif Di Desa Girsang. Kec. Girsang Sipangan Bolon Parapat) (skripsi)*. Medan : Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sumatera Utara.
- Departemen Kesehatan RI. 2006. *Modul dan materi promosi kesehatan untuk politeknik/ D3 kesehatan*. Jakarta : Depkes RI
- Departemen Kesehatan. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang .2014*. <http://gizi.depkes.go.id/pgs-2014-2>. [20 oktober 2014]
- Dewi., Anita Lusiya., dkk. 2011. *Peningkatan Pengetahuan Gizi Anak Usia Sekolah Melalui Pengoptimalan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PENJASKES) Menggunakan Media Ular Tangga*. Bogor : Institut Pertanian Bogor
- Ditta, I.A. 2012. *Pengaruh Pemberian Komik Pendidikan Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Gizi Siswa Kelas V SDN Sukasari 4 Kota Tangerang*. Universitas Indonesia Fakultas Kesehatan Masyarakat. Depok
- DR. C. Asri Budiningsih, 2004. *Belajar dan Pembelajaran*. Penerbit Rinika Cipta, Yogyakarta. HAL 35-39

- Haryoko, Supto.2009.*Efektivitas Pemanfaatan Media Audio Visual Sebagai Alternatif Optimalisasi Model Pembelajaran.* Universitas Negeri Makasar
- Khomsan, A. 2004. *Peranan Pangan dan Gizi Untuk Kualitas Hidup.* Jakarta : PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Makmun, A.S 1999.*Psikologi pendidikan.* Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Mubati, S., Nurhaedar, J., Yustini.2013.*Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan , Pola Makan dan Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 RSUD Lanto' Dg Pasewang Jenepo.*Artiker Penelitian.Makasar
- Notoatmojo, 2005.*Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmojo, S.2003.*Pendidikan Perilaku dan Kesehatan.* Jakarta : Rineka cipta
- Notoatmojo,S.2010.*Ilmu Perilaku Kesehatan.* Jakarta : Rineka cipta
- Purwanti, R 2010. *Hubungan pengetahuan gizi ibu dan frekuensi sarapan pagi dengan status gizi murid sekolah dasar negeri 10 sukodadi kangkung kendal (tesis).* Semarang : Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Riendravi Scania.2013. *Perkembangan Psikososial Anak.* Denpasar : Bagian/SMF Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.
- Rosa, Revida.2011.*Pengetahuan Gizi dan Keamanan Pangan Jajanan Serta Kebiasaan Jajan Siswa Sekolah Dasar di Depok dan Sukabumi(Skripsi).* Bogor : Institut Pertanian Bogor.
- Santoso Soegeng dan Ranti Anne Lies. 2004. *Kesehatan & Gizi.* Jakarta: PT Asdi Mahasatya
- Sudjana,N., Ahmad, R,. 1991. *Media Pengajaran.* Bandung: CV. Sinar Baru
- Suhardjo.1996. *Berbagai cara pendidikan gizi.* Jakarta: Bumi Aksara
- Walgito, Bimo. 2002. *Pengantar Psikologi Umum.* Yogyakarta : Andi Offet