

Edukasi gizi dan diet seimbang pada anak prasekolah di TK NW Mataram

Diny Kusumawardani*, Herni Sulastien, Siti Zuraida Muhsinin, Musniati,
 Baiq Lindi

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nahdlatul Wathan Mataram, NTB, Indonesia
 Email korespondensi: dinysiba@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Kelompok anak usia prasekolah mudah mengalami masalah gizi akibat asupan yang tidak seimbang; pemberian pendidikan gizi pada tahap awal dapat membantu meningkatkan pengetahuan orang tua dan anak mengenai pola makan sehat. **Tujuan:** Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan tentang gizi dan diet seimbang pada anak prasekolah di TK NW Mataram. **Metode:** Kegiatan dilakukan dengan desain pretest-posttest pada 35 anak prasekolah. Edukasi diberikan melalui ceramah interaktif, permainan edukatif, media gambar “Isi Piringku”, dan praktik memilih makanan sehat. Pengukuran pengetahuan dilakukan sebelum dan sesudah edukasi menggunakan kuesioner sederhana dan dianalisis secara deskriptif. **Hasil:** Nilai rata-rata pengetahuan anak meningkat dari 58,4 sebelum edukasi menjadi 84,6 setelah edukasi. Sebanyak 85,7% anak mampu menyebutkan makanan sehat setelah intervensi dibandingkan 37,1% sebelum intervensi. Anak menunjukkan antusiasme tinggi selama kegiatan. **Kesimpulan:** Edukasi gizi dan diet seimbang efektif meningkatkan pengetahuan anak prasekolah mengenai makanan sehat. Program serupa perlu dilakukan secara berkala dengan melibatkan guru dan orang tua.

KATA KUNCI: anak prasekolah; diet seimbang; edukasi gizi; pengabdian masyarakat

ABSTRACT

Background: Preschool children are a vulnerable group to nutritional problems due to unbalanced dietary patterns. Early nutrition education is necessary to improve the knowledge of children and parents regarding healthy eating habits. **Objective:** This community service activity aimed to improve knowledge about nutrition and balanced diets among preschool children at TK NW Mataram. **Methods:** The activity was conducted using a pretest-posttest design involving 35 preschool children. Nutrition education was delivered through interactive lectures, educational games, “My Plate” visual media, and healthy food selection practices. Knowledge assessment was carried out before and after the intervention using a simple questionnaire and analyzed descriptively. **Results:** The average knowledge score of the children increased from 58.4 before the education session to 84.6 after the intervention. A total of 85.7% of children were able to mention healthy foods after the intervention compared to 37.1% before the intervention. The children showed high enthusiasm throughout the activities. **Conclusion:** Nutrition and balanced diet education effectively improved preschool children’s knowledge regarding healthy foods. Similar programs should be conducted regularly by involving teachers and parents.

KEYWORDS: Balanced Diet; Community Service; Nutrition Education; Preschool Children

Copyright © 2026 Journal



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 International License

PENDAHULUAN

Masalah gizi pada anak usia prasekolah masih menjadi perhatian di Indonesia. Anak usia 4–6 tahun membutuhkan asupan gizi seimbang untuk mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kesiapan belajar (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025). Periode prasekolah merupakan momen kritis untuk intervensi gizi karena kebiasaan makan yang terbentuk pada usia ini cenderung berlanjut hingga dewasa (Rawanita & Jannah, 2025). Kekurangan mikronutrien seperti zat besi, vitamin A, dan yodium pada usia dini dapat mengganggu perkembangan kognitif dan kemampuan belajar anak (Anindita et al., 2022). Selain kekurangan gizi, pola konsumsi makanan tinggi gula, garam, dan lemak serta rendah konsumsi sayur dan buah menjadi faktor risiko gangguan gizi pada anak, dan kelebihan asupan energi dari makanan olahan juga berkontribusi pada peningkatan prevalensi overweight dan obesitas pada anak prasekolah di perkotaan. Faktor keluarga, termasuk pengetahuan ibu tentang gizi, pola makan keluarga, dan status ekonomi, berperan besar dalam menentukan asupan gizi anak (Ias et al., 2026). Edukasi gizi merupakan salah satu strategi promotif dan preventif untuk membentuk perilaku makan sehat sejak dini, karena pendidikan kesehatan yang diberikan secara berulang dapat meningkatkan pengetahuan dan membentuk kebiasaan hidup sehat pada anak usia dini (Kusuma et al., 2023).

Pendekatan edukasi pada anak prasekolah perlu dilakukan melalui metode yang menarik, sederhana, dan interaktif; penggunaan media gambar, permainan edukatif, dan simulasi terbukti lebih efektif meningkatkan pemahaman anak tentang makanan sehat (Meilina et al., 2026). Intervensi yang melibatkan orang tua secara bersamaan dengan anak menunjukkan hasil yang lebih baik dalam perubahan perilaku makan dibanding intervensi yang hanya dilakukan di sekolah, sehingga keterlibatan keluarga perlu diintegrasikan dalam program edukasi. TK NW Mataram dipilih sebagai lokasi pengabdian karena masih ditemukan anak yang membawa jajanan kurang sehat dan kurang memahami pentingnya makanan bergizi, kondisi yang memerlukan upaya edukasi yang melibatkan anak, guru, dan lingkungan sekolah; lingkungan sekolah dapat menjadi agen perubahan melalui kebijakan makanan sehat, penyediaan menu bergizi, dan pembatasan penjualan jajanan tidak sehat di sekitar sekolah (Sulistiyani et al., 2025).

Pengukuran hasil edukasi gizi akan menggunakan indikator pengetahuan, sikap, perilaku makan, serta status gizi antropometri anak, dan evaluasi program harus mencakup aspek keberlanjutan serta keterlibatan pemangku kepentingan lokal untuk memastikan perubahan lingkungan sekolah mendukung pola makan sehat jangka panjang. Penguatan kapasitas guru dalam materi gizi dan metode penyampaian juga menjadi kunci agar edukasi dapat berlanjut secara berkelanjutan dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari. Studi sebelumnya di beberapa TK Indonesia melaporkan peningkatan pengetahuan gizi anak setelah program edukasi berbasis permainan selama 8–12 minggu, yang mendukung desain intervensi berbasis permainan untuk program di TK NW Mataram.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada bulan Mei 2026 di TK NW Mataram dengan sasaran 35 anak prasekolah yang mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Penentuan sasaran dilakukan secara *purposive* berdasarkan keterlibatan aktif anak dalam kegiatan edukasi gizi yang diselenggarakan di sekolah. Metode yang digunakan adalah pendekatan edukatif dengan desain pretest-posttest sederhana untuk melihat perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Pelaksanaan

kegiatan dilakukan secara bertahap agar mudah dipahami oleh anak usia prasekolah. Tahap awal dimulai dengan pretest pengetahuan gizi menggunakan pertanyaan sederhana terkait makanan sehat, makanan tidak sehat, dan konsep makan seimbang. Setelah itu, anak diberikan penyuluhan mengenai pentingnya gizi seimbang, manfaat makanan sehat, serta pengenalan konsep “Isi Piringku” dengan bahasa yang mudah dipahami dan contoh yang dekat dengan kehidupan sehari-hari.

Tahap berikutnya adalah permainan edukatif yang dirancang untuk mengenalkan pengelompokan makanan sehat dan tidak sehat. Pada tahap ini, anak diajak mengamati kartu makanan, mencocokkan gambar, dan memilih makanan yang tepat sesuai kelompoknya. Aktivitas ini dipilih karena pembelajaran berbasis permainan lebih sesuai dengan karakteristik anak prasekolah yang belajar secara konkret, aktif, dan menyenangkan. Setelah permainan edukatif, anak mengikuti praktik memilih menu sehat menggunakan media visual yang telah disiapkan. Media edukasi yang digunakan berupa poster makanan sehat, gambar “Isi Piringku”, kartu makanan, dan permainan kelompok. Penggunaan media visual dinilai efektif membantu anak usia dini memahami konsep gizi seimbang karena anak lebih mudah menangkap pesan melalui gambar, warna, dan aktivitas langsung.

Selama kegiatan berlangsung, anak didorong untuk aktif menjawab pertanyaan, menyebutkan contoh makanan sehat, serta menunjukkan pemahaman mereka melalui interaksi langsung. Pendekatan ini dipilih agar proses edukasi tidak bersifat satu arah, melainkan melibatkan partisipasi anak secara aktif. Dengan cara tersebut, materi gizi menjadi lebih menarik dan lebih mudah diingat oleh peserta.

Setelah seluruh rangkaian edukasi selesai, dilakukan posttest untuk menilai kembali pengetahuan anak mengenai makanan sehat dan diet seimbang. Posttest dilaksanakan dengan instrumen yang sama sederhana seperti saat pretest agar hasil perbandingan lebih mudah dilakukan. Desain ini umum digunakan dalam kegiatan edukasi anak usia dini untuk menilai efektivitas intervensi secara praktis. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan nilai rata-rata pretest dan posttest untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan anak setelah intervensi edukasi. Hasil analisis digunakan untuk menggambarkan efektivitas kegiatan dalam meningkatkan pengetahuan gizi pada anak prasekolah di TK NW Mataram. Pendekatan analisis ini sesuai untuk kegiatan pengabdian masyarakat yang berfokus pada perubahan pengetahuan secara sederhana namun tetap informatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 1 Anak-anak TK NW Mataram



Gambar 2 Pemberian Edukasi tentang Gizi dan Diet Seimbang

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan anak setelah edukasi diberikan. Sebelum kegiatan dimulai, sebagian besar anak belum mampu membedakan makanan sehat dan tidak sehat secara tepat. Setelah mengikuti edukasi, anak lebih mudah mengenali jenis makanan sehat dan manfaatnya bagi tubuh (Soraya & Meilina, 2025). Nilai rata-rata pengetahuan meningkat dari 58,4 pada pretest menjadi 84,6 pada posttest. Anak yang mampu menyebutkan contoh makanan sehat meningkat dari 13 anak (37,1%) menjadi 30 anak (85,7%). Hasil ini menunjukkan bahwa metode edukasi interaktif efektif meningkatkan pemahaman anak usia prasekolah (Juherman, 2022). Peningkatan pengetahuan tersebut menunjukkan bahwa anak prasekolah merespons baik pembelajaran yang dikemas secara sederhana dan menyenangkan. Pada usia ini, anak cenderung belajar melalui pengalaman langsung, pengamatan, dan aktivitas yang melibatkan indera serta gerak tubuh. Oleh karena itu, penyampaian materi gizi melalui permainan, gambar, dan praktik memilih makanan menjadi lebih efektif dibandingkan penyuluhan verbal semata. Suasana belajar yang aktif juga membantu anak lebih fokus selama kegiatan berlangsung (Munawaroh et al., 2025).

Media visual yang digunakan dalam kegiatan ini berperan penting dalam memudahkan pemahaman anak (Erika et al., 2025). Poster makanan sehat, gambar Isi Piringku, dan kartu makanan membantu anak menghubungkan konsep abstrak gizi dengan benda yang mereka kenal dalam kehidupan sehari-hari. Penggunaan media tersebut membuat anak lebih mudah mengingat contoh makanan yang baik bagi tubuh. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa media visual dan edukasi berbasis permainan mampu meningkatkan pengetahuan gizi pada anak prasekolah (Mardiyati et al., 2022). Permainan edukatif juga menjadi salah satu faktor yang mendukung keberhasilan kegiatan (Meilina et al., 2026). Anak-anak terlihat antusias saat diminta mengelompokkan makanan sehat dan tidak sehat, serta saat memilih menu sehat dari kartu yang disediakan. Kegiatan seperti ini membuat anak aktif berpartisipasi dan merasa bahwa belajar merupakan aktivitas yang menyenangkan. Dalam pembelajaran anak usia dini, pendekatan bermain sambil belajar sangat sesuai karena dapat meningkatkan keterlibatan dan rasa ingin tahu anak.

Selain itu, kegiatan edukasi ini memberi kesempatan kepada anak untuk mengulang informasi secara langsung. Pengulangan materi sederhana tentang makanan sehat, sayur, buah, dan minuman bergizi membantu anak memperkuat ingatan mereka. Ketika anak dapat menyebutkan kembali contoh makanan sehat dengan benar, hal tersebut menunjukkan adanya proses pemahaman yang lebih baik.

(Yusinta et al., 2026). Penguatan melalui pengulangan sangat penting pada pendidikan kesehatan anak usia dini karena kemampuan atensi mereka masih terbatas. Perubahan nilai pretest dan posttest juga menunjukkan bahwa edukasi singkat dapat memberikan dampak yang nyata terhadap pengetahuan anak. Meskipun kegiatan dilakukan dalam waktu relatif singkat, hasilnya cukup terlihat pada kemampuan anak menjawab pertanyaan sederhana mengenai makanan sehat. Temuan ini mendukung penelitian lain yang menunjukkan bahwa intervensi pendidikan gizi jangka pendek tetap mampu meningkatkan pengetahuan anak prasekolah. Dengan demikian, intensitas kegiatan tidak harus panjang untuk memberikan efek awal yang positif, selama metode penyampaianya tepat (Erika et al., 2025; Juariah & Oktaviani, 2026).

Keberhasilan kegiatan ini juga tidak lepas dari pemilihan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami anak. Materi tentang gizi seimbang dan Isi Piringku dijelaskan dengan kalimat pendek, konkret, dan dekat dengan pengalaman makan sehari-hari. Strategi ini membantu anak memahami bahwa makanan sehat tidak selalu berarti makanan yang mahal atau sulit ditemukan. Justru, makanan sehat dapat berasal dari bahan pangan lokal yang biasa mereka konsumsi di rumah dan sekolah. Dari sisi perilaku belajar, anak tampak lebih aktif menjawab pertanyaan setelah sesi permainan dibandingkan pada saat pretest. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan interaktif mampu membangun kepercayaan diri anak untuk merespons pertanyaan. Anak yang semula ragu menjadi lebih berani menyebutkan nama makanan sehat, seperti sayur, buah, telur, dan susu (Afiatna & Anugrah, 2022; Marlina & Erowati, 2021). Peningkatan keberanian ini penting karena menunjukkan bahwa edukasi tidak hanya menambah pengetahuan, tetapi juga mendorong partisipasi aktif anak.

Hasil pengabdian ini juga sejalan dengan temuan bahwa pendidikan gizi pada anak prasekolah dapat mendorong peningkatan konsumsi buah dan sayur ketika dilakukan dalam konteks yang menyenangkan dan berulang (Barir et al., 2024). Beberapa studi menunjukkan bahwa paparan makanan sehat yang dikombinasikan dengan edukasi dapat meningkatkan penerimaan anak terhadap makanan baru (Inayah et al., 2026). Artinya, pengetahuan yang meningkat berpotensi menjadi dasar terbentuknya kebiasaan makan yang lebih baik jika terus diperkuat. Keterlibatan guru dalam proses edukasi juga menjadi aspek yang sangat penting. Guru memiliki peran sebagai pengulang pesan gizi setelah kegiatan selesai dan sebagai teladan dalam membangun kebiasaan makan sehat di sekolah. Ketika guru mendukung pesan yang sama dalam aktivitas belajar sehari-hari, pemahaman anak cenderung lebih cepat melekat. Karena itu, edukasi gizi pada anak prasekolah idealnya tidak dilakukan hanya oleh tim pengabdian, tetapi juga melalui kolaborasi dengan guru (Sulistiyani et al., 2025).

Selain guru, lingkungan sekolah turut memengaruhi keberhasilan intervensi. Anak yang terbiasa melihat jajanan tidak sehat di sekitar sekolah cenderung menganggap makanan tersebut sebagai pilihan yang wajar (Ariyanto et al., 2023). Karena itu, sekolah perlu menjadi lingkungan yang mendukung pilihan makanan sehat melalui pengawasan terhadap jajanan dan penyediaan contoh bekal sehat. Temuan dari literatur juga menunjukkan bahwa intervensi di lingkungan pendidikan anak usia dini efektif ketika makanan sehat benar-benar tersedia dalam setting yang sama (Meilina et al., 2026). Program ini juga memberi gambaran bahwa perubahan pengetahuan dapat menjadi langkah awal menuju perubahan perilaku. Meski penelitian ini belum menilai perilaku makan jangka panjang, peningkatan kemampuan anak menyebutkan makanan sehat merupakan indikator awal yang positif. Dalam jangka panjang, pengetahuan seperti ini perlu didukung oleh kebiasaan di rumah

hususnya edukasi kepada ibu yang dapat merubah perilaku berkelanjutan dan sekolah agar anak benar-benar mengonsumsi makanan bergizi secara konsisten (Munawaroh et al., 2025) Oleh sebab itu, edukasi gizi sebaiknya tidak berhenti pada satu kali kegiatan (Noor et al., 2026).

Hasil ini menegaskan pentingnya penggunaan metode edukasi yang sesuai dengan tahap perkembangan anak. Anak prasekolah tidak membutuhkan penjelasan yang rumit, melainkan pengalaman belajar yang konkret, menarik, dan berulang. Ketika materi disampaikan melalui aktivitas yang menyenangkan, anak lebih mudah memahami pesan dan menyimpannya dalam ingatan. Pendekatan ini juga memperkuat hubungan positif anak dengan makanan sehat. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian di TK NW Mataram berhasil menunjukkan bahwa edukasi gizi interaktif dapat meningkatkan pengetahuan anak tentang makanan sehat dan diet seimbang. Peningkatan skor pengetahuan dari pretest ke posttest membuktikan bahwa pendekatan visual dan permainan efektif untuk kelompok usia prasekolah.

Temuan ini mendukung pentingnya program edukasi gizi yang dilakukan secara rutin, melibatkan guru dan orang tua, serta disesuaikan dengan karakteristik perkembangan anak (Erika et al., 2025). Dengan demikian, hasil kegiatan ini tidak hanya menunjukkan keberhasilan dalam aspek kognitif, tetapi juga memberikan dasar bagi pembentukan kebiasaan makan sehat sejak dini. Jika edukasi dilakukan secara berkelanjutan, didukung lingkungan sekolah yang sehat, dan diperkuat oleh keluarga di rumah, maka peluang terbentuknya perilaku makan yang lebih baik pada anak akan semakin besar. Ini menjadi langkah penting dalam pencegahan masalah gizi pada anak usia prasekolah. Penelitian oleh Putra pun mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara perilaku makan selektif dengan status gizi pada anak prasekolah (Putra et al., 2026).

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi mengenai gizi seimbang untuk anak prasekolah di TK NW Mataram terbukti meningkatkan pemahaman anak tentang pola makan sehat. Perolehan skor yang lebih tinggi dari pretest ke posttest mengindikasikan bahwa pendekatan interaktif, permainan edukatif, dan penggunaan media visual sesuai dan efektif untuk kelompok usia dini. Temuan ini juga menegaskan peran penting keterlibatan guru serta orang tua dalam membentuk dan mempertahankan kebiasaan makan yang sehat.

Pernyataan Konflik Kepentingan

Penulis menegaskan bahwa dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat dan penyusunan naskah ini tidak terdapat konflik kepentingan, baik berupa aspek finansial maupun nonfinansial.

Sumber Pendanaan

Kegiatan pengabdian ini dibiayai secara mandiri oleh Tim Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nahdlatul Wathan Mataram.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang berkontribusi dalam pelaksanaan pengabdian ini, khususnya Tim Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nahdlatul Wathan Mataram.

REFERENSI

- Afiatna, P., & Anugrah, R. M. (2022). *Edukasi Gizi untuk Meningkatkan Kualitas Bekal Makan Anak Usia Prasekolah di TK Teladan Dharma Wanita Ungaran*. 1161.
- Anindita, R., Putri, I. K., Beandrade, M. U., Nathalia, D. D., & Perwitasari, M. (2022). *Edukasi Penggunaan Suplemen Vitamin A , Iodium , Zink , dan Zat Besi dalam Pencegahan Stunting*. 4(4), 1141–1150.
- Ariyanto, Fatmawati, T. Y., & Efni, N. (2023). *PKM Gizi Seimbang Anak Usia Pra Sekolah di TK Islam Baiturrahim*. 5(1), 12–17. <https://doi.org/10.36565/jak.v5i1.369>
- Barir, B., Fatmawati, Z., Aini, I., & Kristianingrum, D. Y. (2024). *Edukasi Gizi Seimbang pada Anak Pra Sekolah di RA Syafaat*. VII, 9–14. <https://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jbca/article/view/313>
- Erika, A., Sriyana, N., Dewi, I., Hadrayani, E., Ali, S. A., Amin, A., Rerung, S. I., & Sriyana, K. N. (2025). *Edukasi dan Deteksi Dini Tumbuh Kembang Anak Usia Pra Sekolah di TK Ciluk Ba Makassar Education and Early Detection of Growth and Kindergarten Makassar*. 10(1), 141–149. <https://doi.org/10.20956/pa.v10i1.41965>
- Ias, D., Endah, O., Wismaningsih, R., Sari, N., Kharisma, J., Elza, P., & Fayza, M. (2026). *Optimalisasi Peran Ibu Balita dalam Penerapan Pola Makan Sehat melalui Edukasi Gizi dan Praktik Pembuatan Dimsum*. 1(1), 24–27. <https://doi.org/10.5281/zenodo.20572651>
- Inayah, S., Riadi, M., Sahrani, M., Sofiadi, N., Rahmadani, L., & Rahmadani. (2026). *Penyuluhan Gizi Seimbang Anak TK Di Desa Sei Suka Deras serta Pengukuran Antropometri : Kolaborasi Puskesmas dan Mahasiswa KKN*. 173–180. <https://doi.org/10.32696/ajpkm.v10i1.6517>
- Juariah, S., & Oktaviani, P. O. P. (2026). Edukasi Sarapan Sehat Dan Gizi Seimbang di TK Darul Hikam Kota Cirebon Tahun 2026. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 2, 1048–1057. <https://doi.org/10.30605/atjpm.v7i2.8184>
- Juherman, Y. N. (2022). *Edukasi Gizi Seimbang Sejak Dini Pada Anak Prasekolah Sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi Di Wilayah Puskesmas*. 1(2), 153–158. <https://doi.org/10.55784/jompaabdi.v1i2.143>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025). *Mengenal Pentingnya Gizi untuk Anak*. https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/3958/mengenal-pentingnya-gizi-untuk-anak
- Kusuma, E., Handayani, D., Nastiti, A. D., & Puspitasari, H. (2023). *Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Membangun Gaya Hidup Sehat Sejak Dini*. 6, 3522–3533.
- Mardiyati, N. L., Pristianto, A., Shodikin, A. A., Pangastuti, N. A., Diena, N., Studi, P., Gizi, I., Kesehatan, F. I., Surakarta, U. M., Fisioterapi, P. S., Kesehatan, F. I., & Surakarta, U. M. (2022). *Edukasi Gizi Seimbang untuk Pencegahan Stunting Anak Pra Sekolah*. 2, 157–164.
- Marlina, Y., & Erowati, D. (2021). *Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Seimbang Menggunakan Activity Book pada Anak Pre School*. 4(3).
- Meilina, A., Rotua, M., & Sihite, N. W. (2026). *Edukasi Menu Sehat Gizi Seimbang sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi Anak Usia Dini di TK Anggrek Palembang*. 6(1), 15–18. <https://doi.org/10.55382/jurnalpustakamitra.v6i1.1480>
- Munawaroh, L., Istifada, R., & Aini, L. (2025). *Meningkatkan Pengetahuan tentang Pola Makan Sehat pada Anak Prasekolah, Orang Tua, dan Guru melalui Permainan Interaktif: Kartu Makanan Sehat*. 4(2), 194–204.

<https://doi.org/10.58545/djpm.v4i2.573>

- Noor, Y., Ulvie, S., Fitriyanti, A. R., Zulfa, A. F., Gizi, I., & Semarang, U. M. (2026). *Upaya deteksi dini tumbuh kembang anak pra sekolah melalui pemantauan status gizi*. 22(1), 90–97. <https://doi.org/10.31983/link.v22i1.15012>
- Putra, N. T., Wulan, D. R., & Suwandewi, A. (2026). *Ketika Anak Sulit Makan : Hubungan Perilaku Makan Selektif dan Status Gizi Anak Prasekolah*. 8(1), 241–252. <https://doi.org/10.53399/knj.v8i1.paperID>
- Rawanita, M., & Jannah, M. (2025). *Perkembangan Keberagamaan di Masa Prasekolah : Perspektif Pendidikan Islam Anak Usia Dini*. 2(2), 286–307. <https://doi.org/10.71153/fathir.v2i2.279>
- Soraya, R. E., & Meilina, A. (2025). *Gambaran Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Bekal Sehat Anak Prasekolah*. 4(2), 52–56.
- Sulistiyani, T., Rachmawati, E., & Kartika, M. G. (2025). *Pelatihan Menu Berbizi Seimbang untuk Anak Pra Sekolah*. 6(01), 156–163. <https://doi.org/10.63864/ab6txc42>
- Yusinta, H. N., Nurmayunita, H., & Wahyusari, S. (2026). *Hubungan Picky Eater Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Pra Sekolah Di Posyandu Apel 2 Puskesmas Rampal Celaket*. 8, 593–598. <https://doi.org/10.61878/bnj.v8i2.564>