



Submitted:	Accepted:	Published:
January 2024	March 2024	April 2024

Edukasi Gizi dan Pelatihan Pembuatan Makanan Kaya Nutrisi dan Probiotik Menggunakan Labu Kuning

Binti Qumiyatul Lailiyah, Deli Sandera

Nabilah Fiki Masyaroti, Miksan Ansori

e-mail correspondence: miyyaa.77@gmail.com

Institut Agama Islam Faqih Asy'ari (IAIFA) Kediri, Indonesia

Abstract

The purpose of this research is to provide counseling and assistance to accelerate the reduction of stunting in Sukoharjo Village through Nutrition Education and Training on Making food rich in nutrients and probiotics to prevent stunting in children. The method to be used in this research is the PAR or Participatory Action Research method. Participatory Action Research is a research model that looks for something to link the research process into the process of social change. The social change in question is how the empowerment process can realize three benchmarks, namely increasing the accessibility of health services for everyone, increasing public understanding of the importance of balanced nutrition for optimal growth of children, involving joint activities from local communities in efforts to prevent stunting through participatory posprogramm in posyandu.

Keywords: *Education; Healthy; Stunting.*

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah memberikan penyuluhan dan pendampingan percepatan penurunan stunting di Desa Sukoharjo melalui Edukasi Gizi dan Pelatihan Pengolahan makanan kaya nutrisi dan probiotik untuk mencegah stunting pada anak. Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode PAR atau Participatory Action Research. Penelitian Tindakan Partisipatif merupakan model penelitian yang mencari sesuatu yang menghubungkan proses penelitian dengan proses perubahan sosial. Perubahan sosial yang dimaksud adalah bagaimana proses pemberdayaan dapat mewujudkan tiga tolok ukur yaitu peningkatan aksesibilitas layanan kesehatan bagi semua orang, peningkatan pemahaman masyarakat akan pentingnya gizi seimbang untuk tumbuh kembang anak yang optimal, pelibatan kegiatan bersama masyarakat lokal dalam upaya pencegahan stunting melalui posprogram partisipatif di posyandu.

Kata Kunci: Pendidikan; Sehat; Pengerdilan.

Pendahuluan

Stunting merupakan masalah serius yang dihadapi oleh banyak negara, termasuk Indonesia. Menurut data Badan Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 30% anak di Indonesia mengalami stunting. Stunting tidak hanya mempengaruhi pertumbuhan fisik anak, tetapi juga dapat berdampak pada perkembangan kognitif dan kemampuan belajar mereka.

Desa Sukoharjo merupakan salah satu desa di daerah pedesaan yang memiliki tingkat prevalensi stunting yang cukup tinggi. Masalah ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang gizi seimbang serta akses terbatas terhadap makanan bergizi dan variatif dalam lingkungan tersebut. Selain aspek gizi, faktor lingkungan juga mempengaruhi angka stunting di desa ini. Air bersih yang sulit didapatkan menyebabkan banyak anak-anak rentan terkena infeksi saluran pernapasan atas dan gangguan pencernaan. Kondisi sanitasi yang buruk juga berdampak negatif pada kesehatan anak-anak di desa tersebut.

Dalam hal ini diharapkan seluruh anak-anak di desa Sukoharjo dapat mendapatkan nutrisi dan pemenuhan gizi yang cukup dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan dengan baik dan optimal.

Dalam rangka membantu mengatasi permasalahan stunting di Desa Sukoharjo, kami mengusulkan program pengabdian kepada masyarakat dengan tema "Edukasi Gizi dan Pelatihan Pembuatan Makanan Kaya Nutrisi dan Probiotik dengan Labu Kuning".

Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat Desa Sukoharjo dalam hal gizi seimbang serta memberikan alternatif pangan bernutrisi tinggi menggunakan bahan lokal yang mudah didapatkan, yaitu labu kuning.

Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian PAR atau bisa disebut dengan *Participatory Action Research*. Penelitian PAR merupakan salah satu model penelitian yang melibatkan semua pihak yang relevan untuk mengkaji suatu tindakan yang sedang berlangsung dalam rangka melakukan perubahan dan perbaikan kearah yang lebih baik. Hal yang mendasari dilakukannya penelitian (PAR) untuk mendapatkan hasil perubahan yang diinginkan. Penelitian (PAR) memiliki tiga tolok ukur yaitu partisipasi, riset dan aksi. Riset tersebut berhubungan satu sama lain, ketiganya harus diimplementasikan dalam aksi. Tiga tolok ukur tersebut bersinergi untuk merubah atau melakukan perbaikan dari yang sebelumnya.¹

PAR melibatkan pelaksanaan penelitian untuk mendefinisikan sebuah masalah maupun menerapkan informasi ke dalam aksi sebagai solusi masalah yang telah teridentifikasi. Menurut Yoland Wadsworth pada dasarnya *Participatory Action Research* (PAR) adalah penelitian yang melibatkan semua pihak yang relevan dalam meneliti secara aktif secara bersama-sama tindakan ini (yang mereka alami sebagai masalah) dalam rangka untuk mengubah dan memperbaikinya. PAR mendorong kolaborasi antara peneliti dan pemangku kepentingan yang terlibat dalam semua tahapan penelitian. Mereka melakukan hal ini dengan merenungkan secara kritis historis, politik, budaya, ekonomi, geografis dan konteks lain yang memahaminya.² PAR bertujuan untuk merubah cara pandang tentang penelitian dengan menjadikan penelitian sebuah proses partisipasi., ada beberapa langkah metode PAR yaitu identifikasi masalah, pengumpulan, analisis dan interpretasi data dan perencanaan tindakan

¹ Agus Afandi, *Modul Participatory Action Research (PAR) untuk Pengorganisasian Masyarakat (Community Organizing)* (Surabaya: Dwiputra Pustaka Jaya, 2015), 91-92.

² P. Reason and H. Bradbury, *The Sage Handbook of Action Research: Participative Inquiry and Practice* (California: Sage, 2008), 1.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Implementasi Kegiatan

Sebagai salah satu tugas dari tri dharma perguruan tinggi yaitu pengabdian kepada masyarakat, tentunya harus diupayakan untuk menjadi prioritas kegiatan. Hal itu dapat diketahui dari implementasi kegiatan berupa “Edukasi Gizi dan Pelatihan Pembuatan Makanan Kaya Nutrisi dan Probiotik dengan Labu Kuning di Desa Sukoharjo untuk mengatasi Stunting”.. Edukasi ini berupa penyampaian materi dan tanya jawab yang berkaitan dengan permasalahan stunting. Adanya kegiatan ini adalah hasil pengamatan serta penelitian dari penulis. Melihat pengkajian secara mendalam tentang Stunting Tata Cara pembuatan makanan kaya nutrisi dan probiotik. Masih terdapat Ibu-ibu yang belum paham mengenai Stunting, jika ada seorang anak pertumbuhannya lambat atau susah makan sebagaimana mestinya hanya sebatas memberinya vitamin dari apotek tanpa tahu manfaatnya. Terdapat beberapa ibu yang menganggap hal tersebut tidak masalah jika hanya sebatas memberinya vitamin, masih menyepelekan bagaimana cara mengatasi hal tersebut.Untuk mengatasi permasalahan tersebut, kami mengadakan pendalaman edukasi yang merupakan suatu bentuk kegiatan yang diberikan kepada ibu hamil dan ibu-ibu yang memiliki balita untuk menambah pengetahuan dan wawasan peserta agar lebih mendalam dalam memahami mengenai perkembangan gizi pada anak dan pencegahan terhadap stunting.

Pengabdian dimulai pada bulan Agustus 2023 yang dimulai dengan menganalisis keadaan ibu hamil dan ibu-ibu yang memiliki balita di Posyandu Mawar I Dusun Sukoharjo Desa Sukoharjo.

Langkah awal yang kami lakukan adalah mempersiapkan materi yang akan di sampaikan, Langkah ini dilakukan agar proses edukasi nanti bisa berlangsung dengan baik, serta menjadi acuan bagi kami ketika melangsungkan proses edukasi.

Langkah kedua yaitu melaksanakan rencana edukasi atau lebih tepatnya disebut dengan proses edukasi. Dalam proses edukasi ini kami melakukan segala macam hal yang telah direncanakan dalam rencana edukasi. Namun, ketika proses edukasi berlangsung kami tidak sendirian, tetapi berhadapan dengan ibu hamil dan ibu-ibu yang memiliki balita, sehingga diperlukan metode dan pendekatan yang bersifat fleksibel sesuai dengan keadaan. Sebab, sering terjadi kesenjangan antara rencana dan praktik dilapangan.

Langkah ketiga adalah melakukan evaluasi terhadap edukasi yang telah dilaksanakan mulai dari awal sampai akhir kepada ibu hamil dan ibu-ibu yang memiliki balita. Ini sebagai upaya untuk mengetahui sejauh mana materi yang telah ditangkap oleh ibu hamil dan ibu-ibu yang mengikuti edukasi gizi dan penyuluhan pencegahan stunting.



Dokumentasi Kegiatan Edukasi Gizi Pencegahan Stunting

No	Tanggal	Jam	Kegiatan/Materi
1	30 Juli	14:00-	Pelepasan Peserta KKN 2023
		16:00	dihalaman kampus putri IAIFA
2	25 Juli	19:00-	Pembukaan KKN 2023 sedesa
		20:00	Sukoharjo yang bertempat dibalai desa Sukoharjo
3	29 Juli	18:00-	Perencanaan edukasi stunting yang
		19.30	bertempat di Rumah salah satu Kader posyandu Ibu Suhartrini
4	07 Agustus	08:30-	Kegiatan Posyandu Balita di
		12.00	Posyandu Mawar I dusun Sukoharjo desa Sukoharjo.
5	09 Agustus	08:00-	Kegiatan Posyandu Balita di
		12.00	Posyandu Mawar IV dusun Sidorawuh desa Sukoharjo
6	10 Agustus	09:00-	Pelaksanaan kegiatan Program
		11:00	Edukasi gizi guna pencegahan stunting dan pelatihan pembuatan

			makanan kaya nutrisi dan probiotik yang bertempat di Balai desa Sukoharjo.
7	11 Agustus	08:00- 10:00	Kegiatan Posyandu balita dan lansia di Posyandu Mawar III dusun Jatiwringin desa Sukoharjo.
8	19 Aguatus	07:30- 09:30	Kegiatan TAPOS (Taman Posyandu) yang bertempat di Balai desa Sukoharjo.

Dampak Perubahan

Dengan adanya program ini kami yakin bahwa “Edukasi Gizi Dan Pelatihan Pembuatan Makanan Kaya Akan Nutrisi Dan Probiotik Dengan Labu Kuning Di Desa Sukoharjo Untuk Mengatasi Stunting” pada tanggal 10 Agustus 2023 di Balai desa Sukoharjo Kecamatan Kayen Kidul Kabupaten Kediri membawa sedikit banyak perubahan yang signifikan. Hal ini kami tuturkan atas beberapa data yang kami peroleh setelah program ini terlaksana. Peserta posyandu yang sebelumnya belum begitu memahami tentang permasalahan kurangnya pemahaman mengenai pencegahan stunting menjadi lebih memahami. Dibuktikan dengan hasil wawancara dengan Ibu Suhartini mengenai banyaknya balita dan ibu hamil yang sebelumnya hanya sebatas mengetahui namun belum begitu memahami akan arti dari stunting kini menjadi lebih megeriti dan menerapkan ilmu yang didapat saat edukasi.

Dalam pelaksana program ini, “Edukasi Gizi Dan Pelatihan Pembuatan Makanan Kaya Nutrisi Dan Probiotik Menggunakan Labu Kuning di Desa Sukoharjo Untuk Mengatasi Stunting“ sasaran atau objek kami adalah para ibu hamil dan ibu-ibu yang memiliki balita di Posyandu Mawar I dusun Sukoharjo Desa Sukoharjo. Di Posyandu Mawar I tersebut, tidak dapat di pungkiri bahwasanya program ini bisa terlaksana karena dengan adanya peserta yang mengikuti penyuluhan dengan semangat. Setelah beberapa hari, kami sudah saling mengenal. Sehingga program ini pun dengan mudah dapat terlaksana dengan baik juga di tambah dengan antusiasme dan semangat dari semua peserta. Akhirnya ada hasil yang kami dapatkan dari kegiatan ini. Ini semua juga karena semangat yang sangat besar dari para peserta.

Dukungan Posyandu

Adanya kendala-kendala yang kami temukan dalam edukasi bukan berarti pelaksanaan edukasi tidak dapat dilaksanakan, hanya saja untuk melaksanakan program ini harus menemukan solusi yang mampu menyelesaikan atau meminimalisir kendala-kendala tersebut, baik itu yang berupa: waktu, sarana dan prasarana untuk pelaksanaan kegiatan, perbedaan tingkat pemahaman peserta dalam menangkap materi yang disampaikan maupun minat atau niat yang dimiliki oleh para ibu hamil dan ibu-ibu yang memiliki balita.

Kesuksesan acara ini tidak lepas dari kepala desa yang telah memberikan izin tempat dan berbagai fasilitas umum yang tersedia di balai desa demi kesuksesan acara ini. Kepala desa juga memberikan dukungan penuh terhadap edukasi gizi guna pencegahan stunting. Tidak hanya itu Ketua dan Bidan Posyandu juga memberikan dukungannya dengan mensosialisasikan acara penyuluhan kepada peserta posyandu agar turut hadir dalam acara tersebut.

Komunikasi Dengan Peserta dan Kader Posyandu

Proses edukasi yang selama ini telah kami laksanakan di Posyandu Mawar I dusun Sukoharjo desa Sukoharjo, memiliki implikasi yang cukup besar terhadap berjalannya proses edukasi. Ini semua, bisa jadi dikarenakan perbedaan yang lebih menitik beratkan pada keaktifan peserta dalam proses edukasi. Adapun diantara hasil dari proses edukasi ini, yaitu:

1. Ibu-ibu tidak hanya menerima informasi, tetapi cenderung berusaha untuk mencari informasi
2. Ibu-ibu menjadi lebih aktif bertanya kepada pemateri mengenai materi edukasi yang belum dimengerti
3. Ibu-ibu menjadi lebih berhati-hati dalam hal-hal yang berkaitan dengan permasalahan stunting.

Kerjasama dengan Kader Posyandu

Mengenai masalah waktu, kami melakukan musyawarah dengan kader posyandu untuk menentukan waktu yang tepat guna melaksanakan program “Edukasi Gizi Dan Pelatihan Pembuatan Makanan Kaya Nutrisi Dan Probiotik Dengan Labu Kuning Di Desa Sukoharjo Untuk Mengatasi Stunting”. Pada musyawarah tersebut telah menghasilkan keputusan bahwa pelaksanaannya

dapat dilaksanakan kurang lebih 1 hari pada tanggal 10 Agustus 2023 pada jam 08.00-11.00.

Pemilihan waktu tersebut didasarkan, pada saat kegiatan posyandu, sehingga diharapkan pada jam tersebut peserta bisa lebih berkonsentrasi untuk mengikuti kegiatan penyuluhan mulai dari awal hingga akhir.

Sarana dan prasarana bukan menjadi kendala, setelah melakukan musyawarah dengan kader posyandu, menghasilkan keputusan untuk menggunakan salah satu ruang di balaidesa, keputusan ini didasarkan kepada beberapa pertimbangan, yaitu:

1. Ruang tersebut merupakan tempat yang luas di Balai desa.
2. Ruang tersebut merupakan tempat yang strategis, sehingga para ibu hamil dan ibu-ibu yang memiliki anak tidak merasa kurang nyaman akan kendala tempat.

Diskusi keilmuan

Edukasi gizi dan pelatihan pembuatan makanan kaya nutrisi serta mengandung probiotik dapat menjadi strategi yang efektif dalam upaya pencegahan stunting di desa Sukoharjo. Dalam konteks ini, edukasi gizi bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pola makan seimbang dan asupan nutrisi yang adekuat bagi pertumbuhan anak-anak.³

Dalam teori, edukasi gizi berfokus pada pengetahuan mengenai kelompok-kelompok makanan yang sehat, seperti sumber protein nabati (kedelai, kacang-kacangan), sayuran hijau (bayam, kangkung), buah-buahan segar, serta sumber karbohidrat kompleks (nasi merah, roti gandum). Selain itu, juga penting memberikan informasi tentang pentingnya memasukkan probiotik dalam diet harian. Contoh sayuran yang mengandung probiotik alami adalah labu kuning.⁴

Pelatihan pembuatan makanan kaya nutrisi merupakan pendekatan praktis dalam membantu warga desa Sukoharjo untuk mengolah bahan pangan lokal menjadi hidangan bergizi tinggi. Misalnya dengan menggunakan labu kuning atau menambahkan sayuran hijau ke dalam masakan tradisional mereka. Sementara itu, penggunaan probiotik dapat diperkenalkan melalui fermentasi

³Fachrudin Perdana, “Pengembangan Media Edukasi Gizi Berbasis ANDROID Dan WEBSITE Serta Pengaruhnya Terhadap Perilaku Tentang Gizi Seimbang Siswa Sekolah Dasar”, *Jurnal Gizi Pangan* 12, no. 3 (November, 2017): 170.

⁴Apa itu Nutrisi? Ini Pengertian, Fungsi, dan Jenis-Jenisnya”, <https://www.sehat aqua.co.id/nutrisi-adalah/>, 6 Juni 2022. Diakses tanggal 19 Agustus 2023.

alami atau tambahan produk susu fermentasi yang bisa juga didapatkan dari labu kuning.

Melalui edukasi gizi dan pelatihan pembuatan makanan kaya nutrisi, diharapkan masyarakat dapat mengubah pola makan mereka menjadi lebih seimbang dan memastikan asupan nutrisi yang cukup bagi pertumbuhan anak-anak. Dalam jangka panjang, upaya ini diharapkan dapat membantu menurunkan angka stunting di Desa Sukoharjo. Dimana Stunting sendiri merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak berusia dibawah lima tahun (balita) akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu dari janin hingga anak berusia 23 bulan.⁵

Namun demikian, perlu dicatat bahwa pendekatan ini tidak bisa berdiri sendiri. Faktor-faktor lain seperti akses terhadap pangan berkualitas, kebijakan publik yang mendukung, serta peningkatan kesadaran akan pentingnya gizi seimbang juga harus dipertimbangkan dalam upaya pencegahan stunting.

Dari hasil penelitian PKM yang dilakukan di Desa Sukoharjo melalui wawancara kepada Ibu Suhartini selaku ketua Kader Posyandu, beliau mengatakan bahwasannya di desa Sukoharjo banyak balita-balita yang mengalami gagal tumbuh atau mengalami pertumbuhan yang lambat akibat kurangnya asupan gizi dan nutrisi yang dibutuhkan pada masa pertumbuhan anak-anak balita tersebut.

Di desa Sukoharjo tingkat kesadaran orangtua yang memiliki balita menmgenai stunting masih sangatlah rendah, dan kebanyakan orang beranggapan dan tidak mau jika anak-anak mereka dikatakan sebagai anak yang kekurangan gizi dan mengalami gagal tumbuh.

Namun dengan adanya prgram kerja yang dilakukan peneliti ini bisa meningkatkan tingkat kesadaran masyarakat terlebih pada orangtua yang memiliki anak balita untuk lebih memperhatikan makanan dan asupan gizi yang diperlukan atau dibutuhkan anak-anak mereka dengan memberikannya makanan yang mengandung gizi, dan nutrisi yang lengkap.

Peneliti beranggapan bahwa di Dusun Sukoharjo masih banyak gejala Stunting pada balita-balita, oleh karena itu peneliti berusaha bagaimana cara mencegahnya, peneliti mulai mencari informasi kepada kader Posyandu apa saja kendala yang terjadi pada balita-balita maupun calon bayi, peneliti melakukan

⁵ Arina Nuraliza Romas dkk., *Gizi Kronis pada Anak Stunting* (Padang: PT Global Eksekutif Teknologi, 2022), 133

survei ke lokasi Posyandu dan ternyata masih banyak yang menderita Stunting pada balita-balita di dusun Sukoharjo.

Peneliti melakukan beberapa tindakan untuk mencegah hal tersebut, diantaranya melakukan penyuluhan kepada ibu-ibu balita maupun ibu hamil yang dilakukan pada tanggal 10 Agustus 2023 yang berjudul “Edukasi Gizi Guna Pencegahan Stunting dan Pelatihan Pembuatan Makanan Kaya Protein dan Probiotik”, yang dihadiri oleh ibu-ibu balita dan ibu-ibu hamil, acara penyuluhan berjalan dengan lancar dan ibu-ibu aktif bertanya mengenai Pencegahan Stunting, kami harapkan semoga kedepannya di Dusun Sukoharjo dampak Stunting menjadi berkurang dan banyak balita-balita tumbuh sesuai dengan usianya.

Penutup

Penerapan metode PAR ini efektif dalam membantu mempelajari dan memahami permasalahan Stunting dan tata cara pembuatan makanan bergizi untuk balita sebagai pencegahan Stunting, Sosialisasi kepada ibu-ibu Dusun Sukoharjo dapat memberikan dampak positif untuk kedepannya dengan penerapan metode ini akan menimbulkan proses pencegahan yang beragam. Dengan penerapan metode PAR, ini akan menimbulkan proses pembelajaran yang beragam, keberagaman ini akan menjadi sebuah kekayaan ilmu pengetahuan kepada ibu-ibu untuk dikaji lebih mendalam mengenai Stunting.

Langkah awal yang kami lakukan adalah mempersiapkan materi yang akan kami sampaikan atau biasa disebut proses perencanaan, ini dilakukan agar proses penyuluhan nanti dapat berlangsung dengan baik, juga merupakan acuan bagi kami ketika melangsungkan proses penyuluhan kepada ibu-ibu balita ataupun ibu-ibu hamil Dusun Sukoharjo.

Langkah kedua adalah melaksanakan rencana penyuluhan atau lebih tepatnya disebut dengan proses penyuluhan. Dalam proses penyuluhan ini kami melakukan segala macam hal yang telah direncanakan dalam rencana penyuluhan. Namun, ketika proses berlangsung kami tidak sendirian, tetapi berhadapan dengan para ibu-ibu Dusun Sukoharjo, sehingga diperlukan metode dan pendekatan yang bersifat fleksibel sesuai dengan keadaan. Sebab, sering terjadi kesenjangan antara rencana dan praktek dilapangan.

Langkah ketiga adalah melakukan praktek pembuatan makanan kaya nutrisi dan probiotik terhadap penyuluhan yang telah dilaksanakan mulai dari

awal sampai akhir kepada ibu-ibu balita maupun ibu-ibu hamil di Dusun Sukoharjo. Ini sebagai upaya untuk mengetahui sejauh mana penyuluhan yang telah ditangkap oleh ibu-ibu selama penyuluhan berlangsung di Balaidesa Sukoharjo.

Dengan selesainya pelaksanaan program Pengabdian Kepada Masyarakat di Desa Sukoharjo peneliti dapat memberikan beberapa saran: Ibu hamil maupun balita hendaknya selalu menjaga kesehatan pada dirinya dan peduli akan gizi pada anak agar bisa mengurangi dampak Stunting pada balita. Untuk ibu-ibu yang memiliki balita maupun ibu-ibu hamil hendaknya lebih semangat dan disiplin dalam belajar tentang Stunting maupun pembuatan makanan bergizi pada anak. Hendaklah ibu-ibu mempelajari lagi apa yang sudah diberikan penyuluhan oleh ibu bidan dan teman-teman PKM sehingga ibu-ibu benar-benar memahami apa yang telah disampaikan, lebih sabar dan aktif dalam belajar. memanfaatkan teori yang ada dengan sebaik-baiknya.

Daftar Pustaka

Apa itu Nutrisi? Ini Pengertian, Fungsi, dan Jenis-Jenisnya”, <https://www.sehatqua.co.id/nutrisi-adalah/>, 6 Juni 2022. Diakses tanggal 19 Agustus 2023.

Romas, Nuraliza dkk. *Gizi Kronis Pada Anak Stunting*, Padang: PT Global Eksekutif Teknologi, 2005.

Afandi, Agus. *Modul Participatory Action Research (PAR) untuk Pengorganisasian Masyarakat (Community Organizing)*. Surabaya: Dwiputra Pustaka Jaya. 2015.

Perdana, Fachrudin. “Pengembangan Media Edukasi Gizi Berbasis Android Dan WEBSITE Serta Pengaruhnya Terhadap Perilaku Tentang Gizi Seimbang Siswa Sekolah Dasar.” *Jurnal Gizi Pangan* 12, No. 3 (November, 2017): 170.

Reason, P. and H. Bradbury, *The Sage Handbook of Action Research: Participative Inquiry and Practice*. California: Sage, 2008