

The Relationship Between Nutritional Knowledge and Eating Patterns Among Fifth Grade Students in Public Elementary Schools in Kediri District

Arfinal^{1*}, Kusmiyati¹, Dewa Ayu Citra Rasmi¹

¹Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Mataram, Indonesia;

Article History

Received : October 06th, 2025

Revised : October 25th, 2025

Accepted : October 31th, 2025

*Corresponding Author:

Arfinal, Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Mataram, Indonesia
E-mail: finaranggo@gmail.com

Abstract: Nutritional knowledge is a crucial factor in determining health and the balance between physical and mental development. Nutritional knowledge plays a crucial role in shaping a person's eating habits because it influences the types and amounts of food they choose. This study aimed to examine the relationship between nutritional knowledge and eating patterns among fifth-grade students in public elementary schools in Kediri District, West Lombok Regency, Indonesia. Using a quantitative approach with a cross-sectional design, data were collected from 221 students selected through simple random sampling from eight schools. Nutritional knowledge was measured using a multiple-choice test, while eating patterns were assessed through a structured questionnaire. Data analysis involved Chi-Square and Pearson correlation tests. The results showed a significant relationship between nutritional knowledge and eating patterns ($p = 0.001$), with a moderate positive correlation ($r = 0.530$). Most students demonstrated moderate nutritional knowledge (46.6%) and good eating patterns (66.5%). These findings suggest that higher nutritional knowledge is associated with healthier eating patterns. However, knowledge alone is not sufficient to ensure optimal eating behavior, as other factors such as family environment, food availability, and habits also play important roles. Strengthening nutrition education in schools and engaging parents in promoting healthy eating are recommended to improve students' dietary habits.

Keywords: Chi-Square, eating patterns, elementary school students, nutritional knowledge, pearson correlation.

Pendahuluan

Komponen kunci dalam mencapai tujuan pembangunan kesehatan adalah sumber daya manusia. Untuk meningkatkan kesehatan masyarakat, diperlukan sumber daya manusia yang berkualitas (Aprianto & Zuchri, 2021). Berbagai elemen, seperti ekonomi, pendidikan, dan sektor kesehatan, memengaruhi pengembangan sumber daya manusia yang berkualitas (Wahid *et al.*, 2024). Jumlah makanan yang dikonsumsi menentukan kesehatan seseorang (Noviyantil & Marfuah, 2017). Penentu utama kesehatan dan keseimbangan antara perkembangan mental dan fisik adalah pengetahuan gizi (Wulandari *et al.*, 2022). Ketika kebutuhan gizi yang memadai terpenuhi, status gizi normal tercapai (Nova & Yanti, 2018). Status gizi seseorang saat ini

didasarkan pada asupan gizi sebelumnya dan riwayat konsumsi gizi (Pipit, 2018).

Pengetahuan gizi sangat penting dalam menentukan kebiasaan makan mereka karena memengaruhi jenis dan jumlah makanan yang dipilih seseorang (Jauziyah *et al.*, 2021). Seseorang yang berpengetahuan luas akan mempertimbangkan nilai gizi setiap makanan yang dikonsumsi (Syampurma, 2018). Tingkat pengetahuan gizi seseorang dapat memengaruhi sikap dan perilaku mereka terhadap hidup sehat, termasuk membuat pilihan makanan yang tepat dan menyadari nilai gizi serta manfaat makanan tertentu (Nurfritiani & Kurniasari, 2023).

Komponen makanan dan minuman yang dibutuhkan tubuh sebagai sumber energi untuk pertumbuhan dikenal sebagai gizi (Istiqomah *et al.*, 2024). Gizi merupakan komponen kunci dalam membangun sumber daya manusia yang

siap menghadapi masa depan (Lestari, 2022). Komposisi jenis makanan yang dikonsumsi secara teratur tanpa kelebihan atau kekurangan dikenal sebagai pola makan. Produksi energi, pemeliharaan kekebalan tubuh, perbaikan sel, pengaturan metabolisme, dan perkembangan tubuh yang sehat hanyalah beberapa manfaat dari kebiasaan makan ini (Azizah, 2023).

Pola makan adalah praktik atau rutinitas yang menentukan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi setiap hari. Pola makan yang bergizi memiliki dampak besar pada pertumbuhan dan perkembangan anak karena menyediakan beragam zat gizi, vitamin, dan mineral yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal (Suling, 2024). Mengonsumsi makanan yang memiliki semua komponen gizi seimbang sesuai kebutuhan tubuh yaitu, mengonsumsi protein, karbohidrat, lemak, vitamin, mineral, dan air dalam jumlah proporsional yang berasal dari sumber alami dianggap sebagai pola makan yang baik (Irfan *et al.*, 2023). Orang tua sering kali menyajikan makanan cepat saji yang tinggi lemak, yang menyebabkan kebiasaan makan yang buruk (Andriani *et al.*, 2024). Penyebab utamanya adalah pola makan yang buruk, karena makanan cepat saji dapat menggantikan makanan favorit orang Indonesia (Fardillah, 2024).

Kebiasaan makan dan konsumsi di rumah dan di sekolah seringkali dikaitkan dengan masalah gizi pada anak usia sekolah (Pramono, 2018). Ngemil, makanan cepat saji, dan jajanan kaki lima merupakan contoh perilaku makan yang seringkali tinggi lemak, terutama gorengan. Selain itu, makanan-makanan ini biasanya tidak membuat Anda merasa kenyang dalam waktu lama. Kebiasaan makan yang tidak tepat berkaitan erat dengan masalah status gizi siswa sekolah dasar (Afrinis dan Raudah, 2021). Dalam memilih makanan dan praktik pemberian makan yang tepat untuk anak-anak mereka, para ibu yang kurang memahami gizi seringkali melakukan kesalahan. Para ibu yang kurang memahami gizi seringkali menyajikan makanan tanpa memperhatikan gizi. Mengacu pada permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dengan pola makan siswa kelas V SD Negeri di Kabupaten Kediri. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi terkait dengan hubungan pengetahuan gizi dengan pola makan peserta didik.

Bahan dan Metode

Waktu dan tempat penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2025. Penelitian dilaksanakan di Kecamatan Kediri Kabupaten Lombok Barat Provinsi Nusa Tenggara Barat yaitu: SD Negeri 1 Banyumulek, SD Negeri 2 Banyumulek, SD Negeri 1 Lelede, SD Negeri 3 Rumak, SD Negeri 1 Dasar Baru, SD Negeri 1 Ombe Baru, SD Negeri 2 Montong Are, SD Negeri 3 Kediri Selatan.

Metode penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dan pola makan. Penelitian dilaksanakan pada Mei 2025 di Kecamatan Kediri, Kabupaten Lombok Barat, melibatkan 221 siswa kelas V dari 8 Sekolah Dasar Negeri yang dipilih melalui simple random sampling. Instrumen penelitian terdiri dari:

1. **Tes pengetahuan gizi** (25 soal pilihan ganda) mencakup pengertian zat gizi, jenis, fungsi, manfaat, dan gizi seimbang.
2. **Kuesioner pola makan** (23 pertanyaan) mencakup jenis, frekuensi, dan jumlah makanan.

Analisis data

Data dianalisis menggunakan uji Chi-Square untuk menguji hubungan dan korelasi Pearson untuk mengukur kekuatan hubungan, dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$.

Hasil dan Pembahasan

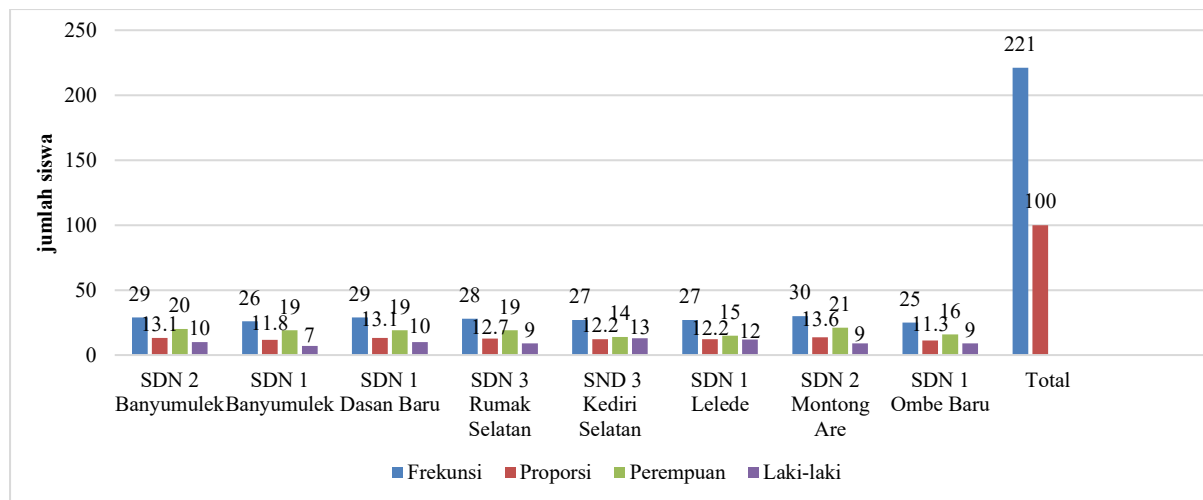
Data umum hasil penelitian

Penelitian ini menyajikan data siswa dalam Diagram Batang yang komprehensif, mencakup variabel kunci seperti nama sekolah, jenis kelamin, pola makan, dan pengetahuan gizi siswa. Data ini memudahkan kita untuk melihat distribusi dan sebaran setiap variabel. Untuk mengetahui jumlah partisipan dari setiap sekolah, serta proporsi siswa laki-laki dan perempuan dalam sampel. Data umum siswa dalam bentuk diagram batang pada Gambar 1.

Data pada gambar 1 menunjukkan sampel ini di ambil secara random sampling dengan jumlah Sekolah Di Kecamatan Kediri 26 SD Negeri jumlah sampel yang di ambil Sebanyak 8 SDN Negeri di Kecamatan Kediri. Data dari 221 siswa bahwa jumlah siswa terbanyak terdapat di SDN 2 Montong Are sebanyak 30 orang (13,6%),

dan paling sedikit di SDN 1 Ombe Baru sebanyak 25 orang (11,3%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari total 221 responden, sebanyak 143

orang (64,7%) merupakan perempuan dan 78 orang (35,3%) merupakan laki-laki.



Gambar 1. Distribusi jumlah siswa kelas V Berdasarkan Nama Sekolah dan Jenis Kelamin Anak Sekolah Dasar Kelas V Di Kecamatan Kediri

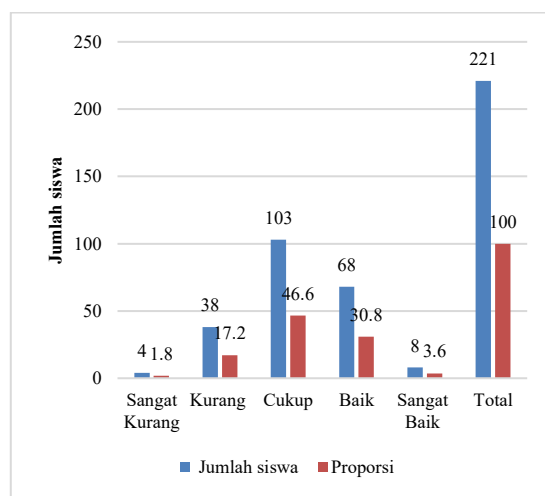
Mengingat anak-anak menghabiskan sebagian besar waktunya di sekolah, sekolah sangat penting untuk membantu mereka mengembangkan kebiasaan makan yang sehat. Pengetahuan seseorang dapat diperluas melalui pendidikan, dan diyakini bahwa pemahaman baru ini akan menghasilkan perilaku makan dan kesehatan yang lebih baik. Pendidikan mendorong perubahan perilaku yang bermanfaat terkait pola makan dan kesehatan, selain meningkatkan pengetahuan (Nuryani & Paramat, 2018; Priawantiputri *et al.*, 2019).

Pengetahuan Gizi

Uji validitas dilakukan untuk menguji kelayakan butir-butir soal dalam mengukur pengetahuan gizi siswa. Uji reliabilitas instrumen diukur menggunakan koefisien Cronbach's Alpha sebesar **0,619**, menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang cukup dan reliabel untuk digunakan. Hasil penelitian ini diperoleh data bahwa tingkat pengetahuan gizi siswa terbagi ke dalam dua kategori utama, yaitu pengetahuan gizi **cukup** dan **kurang**. Hasil data pengetahuan gizi pada Gambar 2. Distribusi Pengetahuan Gizi Pada Anak Kelas V Sekolah Dasar di Kecamatan Kediri.

Gambar 2 menunjukkan bahwa dari 221 siswa pengetahuan siswa tentang gizi paling banyak pada kategori cukup 103 siswa (46,6%) sedangkan paling sedikit kategori sangat kurang

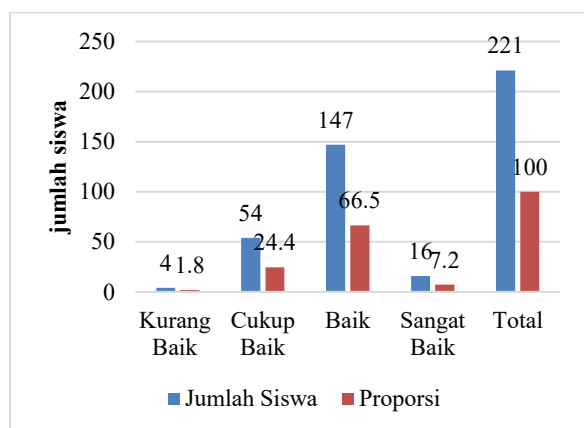
4 siswa (1,8%). Pengetahuan gizi yang cukup merupakan pemahaman yang memadai tentang jenis, jumlah, dan fungsi zat-zat gizi yang dibutuhkan tubuh agar dapat tumbuh berkembang dan berfungsi secara optimal. Penelitian oleh Lestari (2022) menunjukkan bahwa Pilihan makanan, nilai gizinya, dan sumber nutrisi dalam makanan semuanya dipengaruhi oleh pendidikan gizi untuk mencegah penyakit. Rendahnya pengetahuan gizi seseorang kemungkinan dipengaruhi oleh kurangnya informasi gizi yang memadai baik di lingkungan sekolah maupun keluarga.



Gambar 2. Distribusi Siswa Berdasarkan Pengetahuan Gizi Pada Anak Kelas V Sekolah Dasar Di Kecamatan Kediri

Pola Makan

Uji validitas dilakukan untuk menguji kelayakan butir-butir soal dalam mengukur pola makan siswa. Uji reliabilitas instrumen diukur menggunakan koefisien Cronbach's Alpha sebesar 0,764, mengindikasikan reliabilitas yang tinggi dan konsistensi internal yang sangat baik antar item, sehingga layak digunakan dalam penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola makan siswa terbagi ke dalam dua kategori utama, yaitu cukup baik dan baik. Hasil data pola makan siswa pada gambar 3 distribusi Pola Makan Pada Anak Kelas V Sekolah Dasar di Kecamatan Kediri.



Gambar 3. Distribusi Siswa Berdasarkan Pola Makan Pada Anak Kelas V Sekolah Dasar Di Kecamatan Kediri

Gambar 3 menunjukkan bahwa dari 221 siswa, paling banyak siswa memiliki pola makan yang baik, yaitu 147 orang (66,5%) dan pola paling sedikit kategori kurang baik sebanyak 4 orang (1,8%). Pola makan yang baik adalah susunan makanan yang dikonsumsi oleh seseorang secara teratur dalam jumlah, jenis, dan waktu makan yang sesuai dengan kebutuhan gizi tubuh. Pola makan ini sangat penting untuk menjaga kesehatan dan mendukung pertumbuhan (terutama pada anak-anak) serta mencegah berbagai penyakit. Siswa dengan pola makan yang baik memiliki kebiasaan makan teratur, termasuk tidak melewatkan sarapan, serta mengonsumsi makanan dari berbagai kelompok pangan secara seimbang. Konsep gizi seimbang, yang mengharuskan mengonsumsi makanan dalam porsi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, tercermin dalam pola makan sehat (Utami *et al.*, 2020).

Mengonsumsi beragam makanan, menjalani gaya hidup sehat, berolahraga cukup,

dan rutin memeriksa berat badan merupakan empat pilar dasar gizi seimbang (Permenkes RI No 41, 2014). Sementara, dalam penelitian ini di ketahui hanya 4 orang (1,8%) yang berada pada kategori kurang baik, yang kemungkinan disebabkan oleh rendahnya pengetahuan gizi, kurangnya variasi makanan di rumah, atau kurang pengawasan dari orang tua terhadap kebiasaan makan anak. Status gizi keseluruhan anak dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti keterbatasan keuangan atau kurangnya kesadaran akan pentingnya gizi dalam keluarga, yang dapat menghambat perkembangan pola makan yang optimal.

Tabel 1. Uji Chi-Square

	Chi Square Tests		
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	70.264 ^a	12	0,001
Likelihood Ratio	58.886	12	0,001
Linear-by-Linear Association	32.196	1	0,001
N of Valid Cases	221		

12 cells (60.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .02.

Data hasil penelitian dengan menggunakan uji chi square bahwa nilai $p = 0.001$, dimana nilai $p \text{ value} < \alpha$ (Tabel 1). Hal ini menunjukkan bahwa berarti ada hubungan antara Pengetahuan gizi dan pola makan. Artinya nilai $p (0.001) < \alpha$ yang umumnya digunakan (seperti 0.05), ini menunjukkan adanya hubungan secara statistik antara pengetahuan gizi dan pola makan. Secara sederhana, bahwa perbedaan atau variasi dalam tingkat pengetahuan gizi seseorang tidak terjadi secara kebetulan saja dengan pola makannya. Ada indikasi kuat bahwa semakin baik pengetahuan gizi seseorang, semakin besar kemungkinan mereka memiliki pola makan yang berbeda atau lebih baik. Sebaliknya, pengetahuan gizi yang kurang disebabkan kurangnya informasi dari media atau kurang pengawasan dari orang tua. Hasil ini mendukung gagasan bahwa edukasi atau informasi terkait gizi memiliki dampak nyata terhadap kebiasaan makan individu.

Tabel 2. Tingkat Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Makan

Correlations			
		Pengetahuan Gizi	Pola Makan
Pengetahuan Gizi	Pearson	1	.530**
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)		<.001
Pola Makan	N	221	221
	Pearson	.530**	1
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)	<.001	
	N	221	221

Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hubungan yang cukup baik antara kebiasaan makan dan kesadaran gizi ditunjukkan oleh data pada Tabel 2 dengan koefisien korelasi sebesar 0,530, yang berada di antara 0,40 dan 0,599, dengan tingkat signifikansi di bawah 0,001. Hubungan ini menunjukkan kebiasaan makan secara signifikan dipengaruhi kesadaran gizi. Berdasarkan temuan, sebagian besar siswa memiliki kebiasaan makan sehat (66,5%) dan pengetahuan gizi yang cukup (46,6%). Berdasarkan uji statistik, terdapat korelasi cukup kuat antara kebiasaan makan dan kesadaran gizi ($r = 0,530$; $p = 0,001$). Hal ini menyiratkan bahwa kebiasaan makan yang lebih sehat dan seimbang lebih umum di kalangan siswa yang memiliki pengetahuan gizi yang lebih tinggi.

Hubungan pengetahuan gizi dengan pola makan termasuk kategori sedang dimana siswa mengetahui sebagian informasi penting mengenai gizi, namun pemahaman tersebut masih belum lengkap dan belum sepenuhnya diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan belum tentu langsung diikuti oleh perubahan perilaku, karena dipengaruhi faktor lain seperti motivasi, lingkungan, dan kebiasaan (Patimah *et al.*, 2021).

Meskipun demikian, hubungan yang ditemukan tidak terlalu kuat, yang berarti pola makan siswa juga dipengaruhi oleh faktor lain di luar pengetahuan gizi. Faktor tersebut antara lain kebiasaan makan yang dibentuk oleh keluarga, ketersediaan makanan sehat di rumah dan sekolah, pengaruh teman sebaya, serta preferensi rasa. Misalnya, beberapa siswa dengan pengetahuan gizi rendah tetap memiliki pola makan baik karena orang tua membiasakan menyediakan makanan bergizi. Sebaliknya, ada siswa berpengetahuan tinggi tetapi memiliki pola makan kurang sehat karena sering mengonsumsi makanan cepat saji atau jajan di sekolah.

Temuan sesuai dengan Fitriyani *et al.*, (2025) dimana pengetahuan gizi berhubungan positif dengan perilaku makan sehat, namun tidak secara otomatis mengubah perilaku tanpa dukungan lingkungan. Temuan Wati & Ridlo (2020) juga menegaskan bahwa perilaku kesehatan tidak hanya ditentukan oleh pengetahuan, tetapi juga oleh sikap, motivasi, dan kebiasaan yang sudah terbentuk. Dengan demikian, untuk membentuk pola makan sehat pada siswa diperlukan upaya yang komprehensif, tidak hanya meningkatkan pengetahuan gizi melalui edukasi di sekolah, tetapi juga memperkuat dukungan keluarga, menyediakan lingkungan sekolah yang mendorong konsumsi makanan sehat, serta membatasi akses siswa terhadap makanan yang rendah nilai gizinya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan pola makan dan termasuk dalam kategori sedang pada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Di kecamatan Kediri. Semakin baik pengetahuan gizi maka semakin baik pula pola makan siswa. Hubungan yang ditemukan tidak terlalu kuat, yang berarti pola makan siswa juga dipengaruhi oleh faktor lain di luar pengetahuan gizi. Faktor tersebut antara lain kebiasaan makan yang dibentuk oleh keluarga, ketersediaan makanan sehat di rumah dan sekolah, pengaruh teman sebaya, serta preferensi rasa.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian ini, khususnya kepada dosen pembimbing, pihak sekolah dasar di Kecamatan Kediri yang telah memberikan izin, serta siswa-siswi yang bersedia menjadi responden.

Referensi

- Afrinis, N., Indrawati, I., & Raudah, R. (2021). Hubungan. Pengetahuan. Ibu, Pola Makan dan Penyakit. Infeksi Anak dengan Status. Gizi Anak Prasekolah. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 4(3), 144-150.
- Agustina, A., Irawatie, A., Desmawati, D., & Riyantini, R. (2023). Edukasi Personal Hygiene Dan Gizi Seimbang Sebagai

- Implementasi Revitalisasi UKS Bagi Murid Sekolah Dasar. *IKRA-ITH ABDIMAS*, 7(3), 129-147.
- Andriani, N., Nurdin, A., Fitria, U., & Dinen, K. A. (2024). Perilaku konsumsi makanan cepat saji pada remaja dan dampaknya bagi kesehatan. *Public Health Journal*, 1(2).
- Aprianto, B., & Zuchri, F. N. (2021). Implementasi manajemen sumber daya manusia kesehatan di fasilitas kesehatan: A Literature Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(3), 160-166.
- Azizah, R. N., & Rizana, A. (2023). Gambaran Pola Makan Pada Anak Usia Sekolah di SDN Pondok Kelapa 06 Jakarta Timur. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(11), 3400-3418.
- Fitriyani, D. N., Adiyas, A., & Puteri, H. S. (2025). Hubungan Pengetahuan, Akses Informasi Gizi, Dan Dukungan Keluarga Dengan Kebiasaan Makan Sehat Pada Remaja. *Medic Nutricia: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 21(2), 321-330.
- Irfan, F., Rahman, N., Azzahra, S. F., & Husin, G. M. I. (2023). Pola Makan Sesuai Anjuran Nabi Muhammad SAW Menurut Perspektif Kesehatan. *Journal of Creative Student Research*, 1(5), 393-406.
- Istiqomah, A., Amali, R. A., & Tiawati, S. (2024). Peran gizi terhadap pertumbuhan dan perkembangan balita. *Antigen: Jurnal kesehatan masyarakat dan ilmu gizi*, 2(2), 67-74.
- Jauziyah, S., Tsani, A. F. A., & Purwanti, R. (2021). Pengetahuan gizi dan cara mendapatkan makanan berhubungan dengan kebiasaan makan mahasiswa universitas diponegoro. *Journal of Nutrition College*, 10(1), 72-81.
- Lestari, P. Y., Tambunan, L. N., & Lestari, R. M. (2022). Hubungan pengetahuan tentang gizi terhadap status gizi remaja. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 8(1), 65-69.
- Nova, M., & Yanti, R. (2018). Hubungan asupan zat gizi makro dan pengetahuan gizi dengan status gizi pada siswa mts. s an-nurkota padang. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 5(2), 169-175.
- Noviyanti, R. D., & Marfuah, D. (2017). Hubungan pengetahuan Gizi, Aktivitas fisik, dan pola makan terhadap status gizi remaja di kelurahan purwosari Laweyan Surakarta. *URECOL*, 421-426.
- Nuryani, N., & Paramata, Y. (2018). Intervensi Pendidik Sebaya Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Gizi Seimbang pada Remaja di MTsN Model Limboto. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 5(2), 96-112.
- Patimah, I., Rudy Alfiyansah, R., Hasbi Taobah Ramdani, H., & Andri Nugraha, A. (2021). Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan penularan Covid-19 pada masyarakat. *Jurnal Kesehatan*.
- Pipit Festi W. Buku Ajar Gizi dan Diet. (2018). UMSurabaya Publishing.
- Pramono, A., Puruhita, N., & Fatimah Muis, S. (2018). Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi anak Sekolah Dasar. *Jurnal Glzi Indonesia*. 3(1), 1858-4942.
- Priawantiputri, W., Rahmat, M., & Purnawan, A. I. (2019). Efektivitas pendidikan gizi dengan media kartu edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku makanan jajanan anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 374-381.
- Suling, C. I., Ariani, M., & Fetriyah, U. H. (2024). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. 12(4), 1009-1022.
- Syampurma, H. (2018). Studi tentang tingkat pengetahuan ilmu gizi siswa-siswi SMP Negeri 32 Padang. *Jurnal Menssana*, 3(1), 88-99.
- Utami, H. D., Kamsiah, K., & Siregar, A. (2020). Hubungan Pola Makan, Tingkat Kecukupan energi, dan Protein dengan status gizi pada remaja. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 279-286.
- Wahid, W., Nawir, F., & Farhan, A. (2024). Kualitas sumber daya manusia sebagai aspek fundamental dalam menunjang perekonomian. *Journal of Economics Research and Policy Studies*, 4(2), 330-341.
- Wati, P. D. C. A., & Ridlo, I. A. (2020). Perilaku hidup bersih dan sehat pada masyarakat di kelurahan Rangkah kota Surabaya. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 8(1), 47-58.
- Wulandari, Y., Apriyanti, L., Meiyansari, M., Nurhasanah, N., & Putri, Y. F. (2022). Parenting kesehatan diri dan lingkungan: Pentingnya gizi bagi perkembangan anak. *Jurnal Multidisipliner Bharasumba*, 1(02), 69-77.