

The Influence of EMO DEMO Infant and Child Feeding (PMBA) on Increasing Mother's Knowledge as an Effort to Prevent Stunting in Toddlers at the Serengeti Melati Health Post

Pengaruh EMO DEMO Pemberian Makan Bayi Dan Anak (PMBA) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Posyandu Rangkaian Melati

Yulita ^{a*}, Eka Nenni Jairani ^a, Agnes Sry Vera Nababan ^a

^a Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Sumatera Utara. Indonesia.

*Corresponding Authors: yulita@helvetia.ac.id

Abstract

The problem of stunting does not only occur in Indonesia, but is also a global issue. The high rate of stunting in children under 5 years of age requires serious attention because it can affect their growth and development. Infant and young child feeding practices (PMBA) have great benefits in preventing stunting and supporting optimal growth and development processes. Inappropriate feeding in infants and toddlers can be one of the factors causing growth and development disorders known as stunting. This study aims to determine the effect of infant and young child feeding through emo-demo as an effort to prevent stunting in toddlers. The type of research is a quasi-experiment, with a one-group pretest-posttest design with a sample size of 30 mothers of toddlers. The results showed that there was an increase in the median score of maternal knowledge before and after being given an emo demo with a P-value of 0.000. The conclusion is that there is an effect of the emo demo about MP-ASI on changes in maternal knowledge before and after being given an emo demo at Posyandu.

Keywords: Stunting, Knowledge, Emo-demo, Toddler

Abstrak

Masalah stunting tidak hanya terjadi di Indonesia, tetapi juga merupakan isu global. Tingginya angka stunting pada anak di bawah usia 5 tahun membutuhkan perhatian serius karena dapat berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan mereka. Praktik pemberian makan bayi dan anak (PMBA) memiliki manfaat besar dalam mencegah stunting dan mendukung proses pertumbuhan serta perkembangan yang optimal. Pemberian makan yang tidak sesuai pada bayi dan balita dapat menjadi salah satu faktor penyebab gangguan tumbuh kembang yang dikenal sebagai stunting. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian makan bayi dan anak melalui emo-demo sebagai upaya pencegah stunting pada balita. Jenis penelitian yaitu *quasi experiment*, dengan rancangan *one group pretest posttest design* dengan jumlah sampel 30 orang ibu balita. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya peningkatan skor median pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan *emo demo* dengan nilai P-Value sebesar 0.000. kesimpulan terdapat pengaruh emo demo tentang MP-ASI terhadap perubahan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan *emo demo* di Posyandu.

Kata Kunci: Stunting, Pengetahuan, Emo-demo, Balita



Copyright © 2020 The author(s). You are free to : **Share** (copy and redistribute the material in any medium or format) and **Adapt** (remix, transform, and build upon the material) under the following terms: **Attribution** — You must give appropriate credit, provide a link to the license, and indicate if changes were made. You may do so in any reasonable manner, but not in any way that suggests the licensor endorses you or your use; **NonCommercial** — You may not use the material for commercial purposes; **ShareAlike** — If you remix, transform, or build upon the material, you must distribute your contributions under the same license as the original. Content from this work may be used under the terms of the [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-NC-SA 4.0\) License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

Article History:

Received: 04/09/2024,
Revised: 05/11/2024,
Accepted: 20/11/2024,
Available Online: 20/11/2024.

QR access this Article



<https://doi.org/10.36490/journal-jps.com.v7i4.610>

Pendahuluan

Masalah stunting tidak hanya terjadi di Indonesia, tetapi juga merupakan isu global. Masalah ini umumnya disebabkan oleh asupan makan yang tidak memenuhi kebutuhan gizi yang tepat. Stunting adalah salah satu bentuk kekurangan gizi yang diukur berdasarkan indeks panjang atau tinggi badan terhadap usia (TB/U) yang berada di bawah -2 standar deviasi (SD) [1]. Anak yang mengalami kekurangan gizi pada masa baduta akan mengalami keterlambatan dalam pertumbuhan, serta mengalami gangguan pada perkembangan fisik, mental, dan otak yang dapat mempengaruhi tingkat kecerdasan mereka [2].

Berdasarkan *World Health Organization* (WHO), kasus balita dengan tinggi badan pendek dinggap sebagai masalah kesehatan masyarakat apabila prevalensinya mencapai $\geq 20\%$ [3]. Menurut data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi *stunting* mencapai sebesar 30,87% dengan sangat pendek 11,5%, pendek 19,3%. Wilayah Sumatera Utara prevalensi *stunting* sebesar 32,39% dengan 13,21% sangat pendek, 19,18% pendek. Berdasarkan data SSGI tahun 2021, presentasi *stunting* secara nasional yaitu 24,4% [4]. Kabupaten/kota Langkat merupakan salah satu daerah diantara daerah lainnya di Indonesia yang anak usia 0-59 bulan mengalami *stunting* angkanya melebihi angka prevalensi nasional yaitu sebesar 31,64% dengan 10,07% sangat pendek dan 21,57% pendek. Laporan Puskesmas Hinai Kiri Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkatbulan Januari – Agustus tahun 2022, terdata 467 orang balita sebanyak 87 orang (18,6%) mengalami *stunting*, sebanyak 29 orang balita sangat pendek dan 58 orang balita pendek [5].

Pemberian makan bayi dan anak (PMBA) adalah salah satu program pemerintah yang bertujuan untuk mengurangi angka stunting hingga 40% pada tahun 2025. Program ini merupakan bagian dari target Sustainable Development Goals (SDGs), khususnya tujuan pembangunan berkelanjutan ke-2, yang bertujuan untuk mengakhiri kelaparan dan segala bentuk malnutrisi pada tahun 2030 serta mewujudkan ketahanan pangan [6].

Pemberian makan yang sesuai sejak lahir hingga usia dua tahun merupakan fondasi penting untuk mendukung perkembangan dan pertumbuhan anak yang optimal. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rahman tahun 2013 bahwa risiko stunting lebih kecil 5,1 dengan pola pemberian makan yang baik pada balita [7]. Menurut oleh Shi (2011), pemberian edukasi memiliki dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan, sikap serta asupan gizi anak [8]. Pengetahuan dan keterampilan pemberian makan bayi dan anak terdiri dari anjuran makanan yang baik untuk ibu hamil dan baduta, teknik menyusui yang benar serta pentingnya memantau tumbuh kembang yang prosesnya menekankan pada prinsip-prinsip pendidikan orang dewasa dengan output ditujukan untuk optimalnya tumbuh kembang balita 0-24 bulan [9].

Emo-Demo berbeda dengan pendidikan kesehatan lainnya karena memiliki panduan kegiatan yang sangat partisipatif yang bertujuan untuk menyampaikan pesan sederhana dengan cara yang menyenangkan dan atau menyentuh emosi, sehingga membuatnya mudah diingat dan berdampak di bandingkan dengan strategi perubahan perilaku tradisional lainnya [10]. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti Pengaruh pemberian makan bayi dan anak melalui Emo-Demo sebagai upaya pencegah stunting pada balita. Tujuan penelitian mengetahui pengaruh Emo-Demo terhadap pengetahuan ibu tentang pemberian makan bayi dan anak (PMBA) di Posyandu Rangkaian Melati.

Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Jenis penelitian yaitu *eksperimental*, dengan rancangan *one group pretest posttest design* dan mengobservasi sebanyak 2 kali yaitu sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Kelompok diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi kembali setelah intervensi Emo-Demo di lain waktu yang telah ditentukan. Observasi ini dilakukan tanpa kelompok kontrol untuk memungkinkan perbandingan subyek sebelum dan sesudah dilakukan Emo-Demo. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu balita di Posyandu Rangkaian melati, dengan jumlah 30 orang ibu balita. Sampel dan penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*.

Hasil dan Diskusi

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi umur balita, pendidikan ibu, pendapatan dengan distribusi frekuensi sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian Usia, Pendidikan Ibu dan Pendapatan Keluarga

Karakteristik Responden	F	%
Umur Balita		
≤ 24 bulan	16	53,3
>24 Bulan	14	46,7
Pendidikan Ibu		
Rendah	18	60
Tinggi	11	36,7
Pendapatan Keluarga		
≤2.809.915	19	63,3
>2.809.915	11	36,7

Berdasarkan hasil analisa pada tabel 1 menunjukkan bahwa responden balita berusia 6-24 bulan sebanyak 26 (52 %), dengan tingkat pendidikan ibu SMP (60%). Sebagaian besar responden (63%) berada pada pendapatan keluarga dibawah Upah Minimum.

Tabel 2. Distribusi Berdasarkan Skor Pengetahuan Ibu Serta Keragaman Makan Balita Sebelum dan Sesudah diberikan Emo Demo.

Variabel	Skor	N	Median	Min - Max	P-Value
Pengetahuan	Sebelum	30	55	30 - 90	0,000
	Sesudah	30	90	60 - 100	
Keragaman Makan	Sebelum	30	3	2 - 6	0,000
	Sesudah	30	4	3 - 6	

Hasil analisa pada tabel 2 menunjukkan adanya peningkatan skor median pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan emo demo dengan nilai P-Value sebesar 0.000 (<0.05). artinya terdapat pengaruh emo demo tentang MP-ASI terhadap perubahan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan emo demo di Posyandu.

Hasil tabel 3. Menunjukkan bahwa asupan balita sebelum dilakukan intervensi, didominasi oleh kelompok makanan pokok berpati (100%), daging hewani (72%) dan lemak dan minyak (70%).

Tabel 3. Kelompok Pangan yang Dikonsumsi Balita Sebelum dan Sesudah diberikan Emo Demo di Posyandu.

Kelompok Pangan	Sebelum	Sesudah
Makanan Pokok berpati	100	100
Daging hewani	72	80
Susu dan olahannya	24	24
Telur	20	30
Kacang-kacangan	8	34
Buah, Sayur dan umbi-umbian	12	40
Sayuran	10	26
Lemak dan minyak	70	82

Pengaruh *Emo Demo* Pemberian Makan Bayi dan Anak Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu

Berdasarkan hasil penelitian terdapat peningkatan skor median pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan *emo demo*, dengan nilai P-Value sebesar 0.000 (<0.05). Hal ini menunjukkan bahwa *emo demo* tentang MP-ASI berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan ibu sebelum dan setelah pemberian *emo demo* di Posyandu. Berdasarkan hasil wawancara sebelum diberikan intervensi dengan *emo demo*, mayoritas ibu belum mendapatkan paparan informasi mengenai MP-ASI berdasarkan jenis, tekstur, jumlah dan frekuensi pemberian. Ibu hanya mengetahui bahwa MP-ASI itu makanan yang diberikan ibu kepada anaknya dan tetap dilanjutkan dengan pemberian ASI, tetapi belum mengetahui jika pemberian MP-ASI harus memperhatikan jenis, tekstur, jumlah serta frekuensi pemberian sesuai usia balita.

Menurut penelitian oleh Vidercka et al (2020) emosi responden dibangun melalui praktik *emo demo*, yang menyebabkan antusias peserta dalam mengikuti kegiatan serta meningkatkan peningkatan pengetahuan ibu. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu mengenai MP-ASI meningkat dengan menggunakan metode *emo demo* [11]. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Silfia et al (2021) yang menyatakan bahwa terjadi peningkatan skor pengetahuan ibu dengan nilai p-value 0,020 yang berarti terdapat pengaruh *emo demo* pada pengetahuan ibu dalam pemberian MP-ASI [12].

Penelitian ini diukur menggunakan post-test yang dilakukan satu minggu setelah pemberian *emo demo*, sehingga dapat membentuk memori jangka panjang dan memastikan bahwa informasi yang diberikan dapat bertahan lebih lama dan lebih efektif [13]. Berdasarkan Teori Edgar Dale, daya ingat yang terbentuk melalui pembelajaran dengan simulasi, seperti permainan yang menyenangkan, lebih kuat dibandingkan dengan pembelajaran yang hanya melibatkan mendengarkan atau memperhatikan saja [14].

Salah satu cara memberikan pengetahuan tentang MP-ASI kepada ibu balita adalah melalui *emo demo*, yang terbukti memberikan pengaruh signifikan. *Emo demo* menggunakan pendekatan imajinatif dan provokatif dalam merencanakan serta mengintervensi perubahan perilaku di bidang kesehatan [15]. Metode ini dirancang dengan melibatkan peragaan, diskusi dan presentasi yang menyenangkan, menarik, namun tetap santai, sehingga memudahkan ibu untuk memahami informasi dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari [16].

Kegiatan *emo demo* menyampaikan pesan yang dirancang untuk membangkitkan emosi peserta, dengan tujuan untuk mengubah pengetahuan ibu. Pesan yang disampaikan kepada peserta melalui contoh-contoh langsung, seperti memperlihatkan piring dengan makanan yang beragam atau mangkuk dengan tekstur makanan yang berbeda sesuai usia. Meskipun sasaran memiliki tingkat pendidikan rendah, penggunaan contoh-contoh nyata ini dapat mempercepat pemahaman, membangkitkan emosi dan mengubah pengetahuan mereka [17]. Proses pendidikan yang menggunakan alat peraga (media) bertujuan mencoba untuk menggambarkan situasi yang nyata kepada sasaran, sehingga pesan yang disampaikan lebih mudah dipahami dan diterima [18].

Kelompok pangan yang dikonsumsi Balita Sebelum dan Setelah diberikan *Emo Demo* di Posyandu

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi, asupan balita didominasi oleh kelompok makanan pokok yang mengandung pati (100%), daging hewani (72%) dan lemak serta minyak

(70%). Konsumsi kelompok kacang-kacangan, buah, sayur dan umbi-umbian serta sayuran sangat rendah dengan presentase konsumsi kurang dari 20%. Secara keseluruhan, terdapat peningkatan proporsi konsumsi pada setiap kelompok bahan makanan setelah pemberian *emo demo*, namun tidak ada perubahan signifikan pada kelompok susu dan olahannya, yang tetap sebesar (24%). Rata-rata pemberian makanan berdasarkan kelompok makanan hanya mencakup 3 jenis kelompok. Hasil wawancara dengan responden menunjukkan bahwa balita mengonsumsi kurang dari 4 jenis bahan makanan dalam sehari, hal ini disebabkan oleh minimnya informasi mengenai MP-ASI yang tepat, termasuk pemahaman tentang pentingnya pemberian MP-ASI yang bervariasi.

Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan dalam konsumsi kelompok makanan setelah diberikan intervensi, dengan rata-rata mencakup 4 jenis kelompok makanan. Meskipun demikian, terjadi perubahan proporsi dalam konsumsi daging, telur, kacang-kacangan, buah dan sayur serta lemak dan minyak. Contoh makanan yang diberikan oleh ibu kepada balita antara lain nasi yang disertai lauk hewani, nabati, dan buah. Selain itu, ibu juga memberikan nasi yang dipadukan dengan lauk hewani, lauk nabati, sayuran dan buah.

Berdasarkan ketersediaan pangan, masyarakat perlu memanfaatkan kekayaan alam secara bijaksana sebagai langkah untuk mengonsumsi makanan yang beragam, dengan mengutamakan penggunaan pangan lokal dalam pola konsumsi sehari-hari [19]. Balita dikatakan memiliki konsumsi pangan yang beragam jika setidaknya mengonsumsi minimal memenuhi ≥ 4 kelompok pangan dari 9 jenis yang tersedia setiap harinya [20].

Pada penelitian ini, menggambarkan bawah pentingnya konsumsi yang bervariasi untuk memenuhi gizi seimbang dapat digambarkan dengan menggunakan alat peraga seperti timbangan sebagai ilustrasi. Hal ini disebabkan oleh pentingnya penggunaan media alat peraga dalam proses pendidikan, yang berfungsi untuk menggambarkan kondisi yang relevan dan sesuai dengan keadaan sasaran [10].

Dalam penelitian ini, intervensi menggunakan metode *emo demo* berhasil mengubah perilaku konsumsi makanan beragam karena ibu mendapatkan pemahaman tentang dampak yang dialami anak jika asupan makannya tidak bervariasi. Perubahan perilaku yang efektif memerlukan lebih dari sekedar pemberian informasi kesehatan [21]. Metode *emo demo* tidak hanya menyampaikan informasi kesehatan, tetapi juga membangkitkan perasaan dan emosi subjek, yang pada gilirannya mendorong mereka untuk melakukan perubahan perilaku [21]. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gunawan et al (2022) yang menemukan adanya pengaruh signifikan terhadap keragaman pangan sebelum dan setelah diberikan intervensi [22]. Penelitian yang dilakukan Almira *et al* (2022) juga menyatakan bahwa media *nutrition bingo* berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan mengenai keragaman makan [23].

Kesimpulan

Ada pengaruh *emo demo* mengenai MP-ASI terhadap perubahan pengetahuan ibu sebelum dan setelah diberikan *emo demo* di Posyandu.

Conflict of Interest

Seluruh penulis memberikan konfirmasi bahwa tidak terdapat konflik kepentingan.

Acknowledgement

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Kepala Puskesmas Simpang Dolok dan Posyandu Melati sudah memberikan izin serta sudah bersedia meluangkan waktunya untuk menjadi responden peneliti.

Referensi

- [1] ASDI, IDAI P. Penuntun Diet Anak. Jakarta: Fakultas Kedokteran universitas Indonesia; 2015.
- [2] Puskesmas K, Pasarwajo K, Buton K. Analisis faktor risiko kejadian gizi kurang pada balita di wilayah kerja puskesmas kecamatan pasarwajo kabupaten buton tahun 2020. 2021;4(2):40–6.

- [3] WHO U, World Bank. Levels and trends in child malnutrition Key findings of the 2020 Edition of the Joint Child Malnutrition Estimates. Vol. 24, Geneva: WHO. 2019. 1–16 hal.
- [4] Kementerian Kesehatan RI. Riskesdas 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan; 2018. 1–220 hal.
- [5] E-PPGM. Laporan Puskesmas Hinai Kiri matan Secanggang Kabupaten Langkat. 2022.
- [6] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020. Vol. 48, IT - Information Technology. 2020. 6–11 hal.
- [7] FD R. Pengaruh pola pemberian makanan terhadap kejadian stunting pada balita (studi di Wilayah Kerja Puskesmas Sumberjambe, Kasiyan, dan Puskesmas Sumberbaru Kabupaten Jember). 2013;10(1):15–23.
- [8] Rohmawati W, hartati L LA. Hubungan peran pengasuh dalam pemberian makanan 4 bintang terhadap pertumbuhan anak usia 6-24 bulan. 2020;9–85.
- [9] Shi L ZJ. Recent Evidence Of The Effectiveness Of Educational Interventions For Improving Complementary Feeding Practices In Developing Countries. *J Trop Pediatr*. 2014;6(3):64–74.
- [10] Kementerian Kesehatan RI. Modul Pelatihan Konseling Pemberian Makan Bayi dan Anak. Jakarta; 2014.
- [11] Kementerian Kesehatan R. Pedoman Teknis Program Optimalisasi Status Gizi (OSG) dengan Metode Emo-Demo Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dan Global Alliance for Improved Nutrition. 2019;
- [12] Kementerian Kesehatan R. Buku Saku Panduan Praktis Melakukan Emo-Demo untuk Optimalisasi Status Gizi. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dan Global Alliance for Improved Nutrition; 2019.
- [13] Videricka, E. M., Ningtyas, F. W., Astuti, N. F. W., & Adi, D. I. (2020). Emotional Demonstration (Emo-Demo) Katakan Tidak pada Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP ASI) Dini. *A-Khidmah Journal*, 3, 19–24. [http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/65672/Ainul Latifah101810401034.pdf?sequence=1](http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/65672/Ainul%20Latifah101810401034.pdf?sequence=1).
- [14] Silfia, N. N., Hastuti, Arsyad, G., Laili, U., & Faina. (2021). Pengaruh Emotional Demonstration Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu
- [15] Musdalifah, R. Pemrosesan dan Penyimpanan Informasi pada Otak Anak dalam Belajar: (2020) Short Term and Long Term Memory. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan Islam*, 21(1), 1–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.35905/alishlah.v17i2.1163>
- [16] Sari, P. (2019). Analisis Terhadap Kerucut Pengalaman Edgar Dale Dan Keragaman Dalam Memilih Media Yang Tepat Dalam Pembelajaran. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(1), 42–57.
- [17] Waroh, Y. K., Andarwulan, S., Setiawandari, & Hidayatunnikmah, N. (2019). Usaha Untuk Meningkatkan Cakupan ASI Eksklusif dengan Pendekatan Emotional Demonstration Ikatan Ibu dan Anak. *Jurnal Abadimas Adi Buana*, 3(2), 37– 40. <https://doi.org/10.36456/abadimas.v3.i.2.a2170>
- [19] Hidayanti, L., & Maywati, S. (2020). Promosi Gizi Melalui Metode Emo Demo Untuk Merubah Persepsi Ibu Tentang Makanan Jajanan Berbasis Pangan Lokal. *GEMASSIKA : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 76. <https://doi.org/10.30787/gemassika.v4i.1.463>
- [20] Septiani, A. (2017). Sensitivitas dan Spesifisitas Dietary Diversity Score (DDS) dalam mengestimasi kecukupan zat gizi pada balita usia 24-59 Bulan di Indonesia [Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta]. In *Repository.Uinjkt.Ac.Id*. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/3509>
- [21] Amareta, D. I., & Ardianto, E. T. (2017b). Penyuluhan Kesehatan dengan Metode Emo Demo Efektif Meningkatkan Praktik CTPS di MI Al-Badri Kalisat Kabupaten Jember. *Seminar Nasional Hasil Penelitian*, 246–250.
- [22] Gunawan, D. C. D., Nita, V., Indrayani, N., Arintasari, F., Septriana, & Ariani, I. (2022). Pengaruh Kelas Edukasi MPASI 4 Bintang Terhadap Asupan Protein dan Keragaman Pangan pada Balita Usia 6-59 Bulan. *Medika Respati : Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 17(2), 83–90.”
- [23] Almira, R., Melani, V., Angkasa, D., & Dewanti, L. P. (2022). Pengaruh Media Nutrition Bingo Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Gizi Seimbang Serta Keanekaragaman Pangan Pada Anak Usia 10-12 Tahun Di Jakarta Timur. *Journal of Nutrition College*, 11(4), 310–321. <https://doi.org/10.14710/jnc.v11i4.32915>