



JOURNAL OF Public Health Concerns
ISSN 2777-0826 (Print)
ISSN 2776-592X (Online)
DOI: 10.56922



INFORMASI ARTIKEL

Received: August, 9, 2025

Revised: August, 20, 2025

Available online: August, 22, 2025

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/phc>

Inovasi edukasi dengan media *website* dan *flashcard* tentang gizi seimbang pada anak usia 2 – 5 tahun

Zohna Djohar*, Ika Rizki Anggraini

Universitas Muhammadiyah Malang

Korespondensi penulis: Zohna Djohar. *Email: zohnadjohar2001@gmail.com

Abstract

Background: The health of children aged 2-5 years is crucial for their growth and development and immune system. One important indicator of a child's health is their nutritional status. In Indonesia, malnutrition remains a challenge, with the prevalence among children aged 2-5 years reaching 17.1% in 2022. If left untreated, it can increase the risk of stunted growth, cognitive decline, and susceptibility to disease.

Purpose: To increase mothers' knowledge about the importance of balanced nutrition for children aged 2-5 years using a website and flashcards.

Method: The educational activity was held on Wednesday, July 2, 2025, from 1:00 PM to 2:00 PM WIB in Sukoanyar Village, RW 04/RT 04. This activity used a case study design with a one-group pre-test and post-test technique. Lecture methods, website media, and flashcards were used. Respondents in this educational activity were two toddlers and their two mothers. Educational materials are presented to mothers through a website containing structured explanations, definitions, types, benefits, the four pillars of nutrition, messages, and factors influencing balanced nutrition. Toddlers are also provided with illustrated flashcards and simple text to facilitate understanding.

Results: Balanced nutrition education using a website and flashcards successfully improved the knowledge of mothers and children aged 2–5 years. The website education for mothers resulted in pre-test scores of 30 for respondent 1 and 50 for respondent 2, followed by post-test scores of 90 for respondent 1 and 80 for respondent 2, and post-test scores of 90 for respondent 1 and 90 for respondent 2. Meanwhile, flashcard education for toddlers resulted in pre-test scores of 6 for respondent 1 and 7 for respondent 2, and post-test scores of 10 for respondent 1 and 12 for respondent 2.

Conclusion: The website and flashcards proved effective in improving mothers' knowledge of balanced nutrition and the understanding of children aged two to five years. The intervention demonstrated not only significant improvements in scores but also post-intervention knowledge retention and increased child engagement in the learning process.

Inovasi edukasi dengan media website dan flashcard tentang gizi seimbang
pada anak usia 2 – 5 tahun

Suggestion: Balanced nutrition education programs need to be implemented routinely and sustainably by expanding the number of participants and involving health cadres and village officials to strengthen local support and validate findings. These programs should be accompanied by regular evaluations to monitor knowledge retention and adapt materials. They should also include the development of interactive content such as video tutorials and online quizzes to enrich learning methods and increase participant interest.

Keywords: Early childhood; Flashcards; Nutrition education; Website media

Pendahuluan: Kesehatan anak pada usia 2-5 tahun sangat menentukan proses tumbuh kembang dan daya tahan tubuh, salah satu indikator penting kesehatan anak ialah status gizinya. Di Indonesia, masalah gizi kurang masih menjadi tantangan dengan prevalensi pada anak usia 2-5 tahun mencapai 17.1% pada tahun 2022, jika tidak ditangani dapat menimbulkan risiko anak mengalami gangguan pertumbuhan, penurunan kemampuan kognitif dan mudah terserang penyakit.

Tujuan: Meningkatkan pengetahuan ibu tentang pentingnya gizi seimbang pada anak usia 2–5 tahun dengan menggunakan media *website* dan *flashcard*.

Metode: Kegiatan edukasi dilaksanakan pada hari rabu, 02 juli 2025 pada pukul 13.00-14.00 WIB berlokasi di Desa Sukoanyar RW 04/RT 04. Kegiatan ini merupakan edukasi dengan desain penelitian case study dengan teknik one group *pre-test* dan *post-test*. Menggunakan metode ceramah, media *website* dan juga *flashcard*. Responden dalam edukasi ini adalah 2 balita dan 2 ibunya. Materi edukasi disajikan kepada ibu melalui situs web yang memuat penjelasan terstruktur, penyampaian definisi, jenis, manfaat, prinsip empat pilar, pesan, dan faktor yang memengaruhi gizi seimbang. Penjelasan kepada balita dengan media *flashcard* bergambar berteks sederhana untuk memudahkan pemahaman.

Hasil: Edukasi gizi seimbang dengan media *website*, dan *flashcard* berhasil meningkatkan pengetahuan ibu dan anak usia 2–5 tahun. Menunjukkan bahwa edukasi dengan menggunakan *website* pada ibu mendapatkan skor *pre-test* responden 1 adalah 30 dan responden 2 adalah 50, selanjutnya untuk skor *post-test*1 responden 1 adalah 90 dan responden 2 adalah 80, kemudian untuk skor *post-test*2 responden 1 adalah 90 dan responden 2 adalah 90. Sedangkan untuk edukasi dengan menggunakan *flashcard* pada balita mendapatkan poin *pre-test* responden 1 adalah 6 dan responden 2 adalah 7, selanjutnya untuk poin *post-test* responden 1 adalah 10 dan responden 2 adalah 12.

Simpulan: Media *website* dan *flashcard* terbukti efektif meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang serta pemahaman anak usia dua hingga lima tahun. Intervensi menunjukkan tidak hanya peningkatan skor yang signifikan, tetapi juga retensi pengetahuan pasca intervensi dan peningkatan keterlibatan anak dalam proses pembelajaran.

Saran: Program edukasi gizi seimbang perlu dilaksanakan secara rutin dan berkelanjutan dengan memperluas jumlah peserta serta melibatkan kader kesehatan dan perangkat desa untuk memperkuat dukungan lokal dan memvalidasi temuan, disertai evaluasi berkala guna memantau retensi pengetahuan sekaligus menyesuaikan materi, serta pengembangan konten interaktif seperti video tutorial dan kuis online untuk memperkaya metode pembelajaran dan meningkatkan minat peserta.

Kata kunci: Anak usia dini; Edukasi gizi; *Flashcard*; Media *website*

Zohna Djohar*, Ika Rizki Anggraini

Universitas Muhammadiyah Malang

Korespondensi penulis: Zohna Djohar. *Email: zohnadjohar2001@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i6.1385>

Inovasi edukasi dengan media website dan flashcard tentang gizi seimbang pada anak usia 2 – 5 tahun

PENDAHULUAN

Kesehatan anak menjadi elemen krusial dalam pertumbuhan dan perkembangan, terutama pada rentang usia 0–6 tahun ketika terjadi percepatan perkembangan fisik dan mental yang membentuk fondasi masa depan. Apabila tidak optimal, kesehatan yang terganggu dapat menghambat perkembangan dan kemampuan beraktivitas, pada periode ini anak dengan cepat merespons rangsangan sehingga setiap pengalaman sangat menentukan kondisi selanjutnya (Novridho, Dzulfqaar, Mukaromah, Qulub, & Kholilah, 2025; Ersila, Aisyah, Rofiqoh, & Utami, 2025).

Menjaga kesehatan anak dapat dilakukan dengan memastikan asupan nutrisi seimbang yang mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan sistem kekebalan tubuh. Anak dengan status gizi baik biasanya tumbuh sesuai usia, memiliki kondisi tubuh optimal, nafsu makan baik, dan lebih mudah beradaptasi. Kekurangan gizi dapat berdampak buruk terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama pada masa-masa emas (Ramlah, 2021; Novridho et al., 2025). Pembentukan pola makan bergizi bagi anak prasekolah (2–5 tahun) sangat penting untuk mendukung perkembangan dan pertumbuhan, baik jangka pendek maupun panjang. Diet sehat umumnya mencakup konsumsi rutin buah-buahan, sayuran, biji-bijian, serta sumber protein rendah lemak. Dalam jangka pendek, pola makan sehat pada anak 2–5 tahun dapat meningkatkan perkembangan kognitif dan mengurangi risiko kelebihan berat badan. Kebiasaan diet yang terbentuk pada rentang usia ini cenderung berlanjut hingga masa remaja dan dewasa, sehingga berpengaruh pada risiko kesehatan sepanjang hidup (Jarman, Edwards, & Blissett, 2022; Setiaarwati, & Wahyudin, 2024).

Beberapa data dari negara berpendapatan tinggi menunjukkan bahwa pola makan anak usia 2–5 tahun perlu ditingkatkan. National Diet and Nutrition Survey (NDNS) di Inggris melaporkan bahwa anak usia 1.5–3 tahun memperoleh sekitar 11% dari total kalori harian mereka dari gula tambahan, lebih dari dua kali batas anjuran, dan rata-rata hanya mengonsumsi dua porsi buah serta sayuran setiap hari.

Survei Feeding Infants and Toddlers (FITS) di Amerika Serikat menunjukkan bahwa kentang goreng adalah sayuran yang paling banyak dikonsumsi anak usia 2–4 tahun, sedangkan 27% anak tidak mengonsumsi sayuran sama sekali pada hari pelaksanaan survei. Di Kanada, penelitian terbaru mengungkap bahwa hanya 38% anak usia tiga tahun yang memenuhi rekomendasi asupan susu atau alternatifnya dan hanya 13% yang memenuhi rekomendasi asupan biji-bijian (Jarman et al., 2022).

Di Indonesia, jumlah penderita gizi kurang pada anak usia 2–5 tahun meningkat sedikit, yaitu dari 17.0% pada tahun 2021 menjadi 17.1% pada tahun 2022. Di Provinsi Jawa Timur, prevalensi gizi kurang pada kelompok usia tersebut mencapai 15.8%, sedangkan di Kota Malang sebesar 15.7%. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Malang pada tahun 2022, kasus gizi kurang di wilayah Pakis tercatat 409 anak, sedangkan di Desa Sukoanyar berjumlah 15 anak (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Masalah gizi pada anak dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti pendapatan keluarga, pendidikan dan pekerjaan orang tua, serta aspek sosial budaya, dan faktor internal seperti usia, kondisi fisik, dan infeksi (Supardi, Sinaga, Fauziah, Hasanah, Fajriana, Parliani, Puspareni, Atjo, Maghfiroh, & Humaira, 2023; Ernawati, 2006). Kondisi demografi dan rumah tangga, seperti indeks massa tubuh orang tua (IMT), tingkat pendidikan, status sosial ekonomi, dan jumlah anggota keluarga, membentuk kebiasaan makan anak, dengan temuan bahwa anak dengan orang tua berpendidikan tinggi cenderung memiliki pola makan yang lebih berkualitas (Oudat, Couch, Miller, Lee, & Bakas, 2025; Putri, Rahayu, & Maemunah, 2017). Stunting, gangguan tumbuh kembang akibat kekurangan gizi kronis yang dapat menurunkan fungsi kognitif dan produktivitas masa depan, menjadi prioritas nasional (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Faktor penyebab lain mencakup penyakit infeksi, praktik pemberian makanan yang kurang tepat, keterbatasan sosial ekonomi, rendahnya pengetahuan pengasuh, dan sanitasi lingkungan yang buruk.

Zohna Djohar*, Ika Rizki Anggraini

Universitas Muhammadiyah Malang

Korespondensi penulis: Zohna Djohar. *Email: zohnadjohar2001@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i6.1385>

Inovasi edukasi dengan media website dan flashcard tentang gizi seimbang pada anak usia 2 – 5 tahun

Karena anak sering memilih camilan, pengasuh perlu mengatur jumlah dan ragam makanan untuk memengaruhi pilihan mereka. Menyediakan makanan bergizi seimbang sesuai rekomendasi merupakan strategi utama mengatasi malnutrisi (Prima, Fauziah, Harun, Khasanah, & Rahmawati, 2024). Kondisi gizi balita dipengaruhi oleh rendahnya pengetahuan gizi ibu dalam memilih makanan sehat serta penentuan jumlah, jenis, dan frekuensi makan sehingga berdampak pada asupan dan status gizi anak. Kurangnya pendidikan gizi seringkali berkaitan dengan rendahnya tingkat pendidikan ibu, menjadikan tingginya prevalensi gangguan gizi pada balita di Indonesia (Forh, Apprey, & Agyapong, 2022; Azizah, & Susilo, 2025). Edukasi dan bimbingan gizi berbasis masyarakat telah terbukti efektif meningkatkan indeks antropometri dan memperbaiki status gizi anak di bawah lima tahun namun analisis efektivitas biaya, waktu, dan aspek lain perlu dilakukan untuk merumuskan intervensi paling efisien (Azkia, & Setiari, 2025; Aprihatin, Syah, Dewata, Barlian, Razak, Heldi, Putra, & Yuliva, 2023).

Kartu ilustrasi berupa *flashcard* yang memadukan gambar menarik dengan teks atau angka sederhana terbukti efektif sebagai media komunikasi bagi anak-anak karena desain visualnya meningkatkan mengingat materi, fleksibilitas penggunaannya dalam berbagai permainan edukatif, serta kemampuannya menciptakan suasana belajar yang menyenangkan untuk meningkatkan keterlibatan dan motivasi (Nuka, Andini, & Mahmudiono, 2024; Batulingas, Purnamasari, & Purwandari, 2025).

Observasi di Desa Sukoanyar Kecamatan Pakis Kabupaten Malang menunjukkan minimnya edukasi kesehatan dan tingkat pendidikan penduduk hanya sampai Sekolah Menengah Pertama. Beberapa responden mengungkapkan ketidakpahaman mereka terhadap gizi seimbang, ketidaktahuan cara mengatasi balita susah makan, dan belum pernah menerima edukasi gizi, sehingga fokus hanya pada pemenuhan lapar tanpa memperhatikan kandungan nutrisi.

Kondisi ini secara signifikan memengaruhi tumbuh kembang anak dan mendorong intervensi edukasi gizi seimbang berbasis *flashcard* dan situs web untuk meningkatkan pengetahuan serta memotivasi penerapan pola makan sehat.

METODE

Kegiatan edukasi dilaksanakan pada hari rabu, 02 juli 2025 pada pukul 13.00-14.00 WIB berlokasi di Desa Sukoanyar RW 04/RT 04. Kegiatan ini dihadiri oleh kader kesehatan. Kegiatan ini merupakan edukasi dengan desain penelitian *case study* dengan teknik *one group pre-test* dan *post-test*. Menggunakan metode ceramah, media *website* dan juga *flashcard*. Populasi dalam penelitian ini adalah balita berusia 2-5 tahun, Responden dalam edukasi ini adalah 2 balita dan 2 ibunya dengan kriteria inklusi: ibu yang berdomisili di wilayah Sukoanyar, ibu yang dapat berbahasa indonesia, ibu yang memiliki balita dengan masalah gizi kurang, ibu yang bersedia menjadi responden dan menandatangani informed consent, ibu yang belum pernah mendapatkan edukasi, ibu dengan tingkat pendidikan rendah. Kriteria eksklusi: ibu yang tidak bersedia menjadi responden. Materi edukasi disajikan kepada ibu melalui situs *web* yang memuat penjelasan terstruktur, penyampaian definisi, jenis, manfaat, prinsip empat pilar, pesan, dan faktor yang memengaruhi gizi seimbang. Penjelasan kepada balita dengan media *flashcard* bergambar berteks sederhana untuk memudahkan pemahaman. Proses edukasi dirancang partisipatif agar ibu dan balita terlibat aktif. Efektivitas intervensi diukur dengan membandingkan skor *pre-test* dan *post-test*. Adapun tahapan kegiatannya adalah sebagai berikut:

Tahap persiapan

- a. Melakukan wawancara awal untuk mengidentifikasi pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak usia 2-5 tahun
- b. Berkoordinasi dengan kader kesehatan terkait dengan program-program yang telah dilaksanakan
- c. Menyiapkan media, peralatan dan *flashcard*.

Zohna Djohar*, Ika Rizki Anggraini

Universitas Muhammadiyah Malang

Korespondensi penulis: Zohna Djohar. *Email: zohnadjohar2001@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i6.1385>

Inovasi edukasi dengan media website dan flashcard tentang gizi seimbang pada anak usia 2 – 5 tahun

Tahap pelaksanaan

- Membagikan media edukasi berupa *flashcard* pada anak.
- Menyampaikan materi kepada ibu tentang pengertian gizi seimbang, jenis gizi seimbang, manfaat gizi seimbang, prinsip 4 pilar gizi seimbang, pesan gizi seimbang, faktor-faktor yang mempengaruhi gizi seimbang serta aneka resep olahan makanan bergizi pada anak usia 2-5 tahun selama 30 menit
- Melakukan diskusi dan tanya jawab untuk meningkatkan pemahaman peserta
- Melakukan *post-test* untuk menilai peningkatan pengetahuan setelah dilakukan edukasi.

Tahap evaluasi

- Responden memberikan respon positif dan sangat kooperatif dalam mengikuti kegiatan.
- Mendapatkan adanya peningkatan skor pengetahuan setelah kegiatan edukasi.

Tahap keberlanjutan program

- Responden akan menerapkan tentang pola gizi seimbang sesuai petunjuk yang didapatkan dari kegiatan edukasi.
- Melakukan monitoring perubahan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak usia 2-5 tahun selama 1 minggu.



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan



Gambar 2. Media *flashcard*

Zohna Djohar*, Ika Rizki Anggraini

Universitas Muhammadiyah Malang
Korespondensi penulis: Zohna Djohar. *Email: zohnadjohar2001@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i6.1385>

HASIL

Tabel 1. Tingkat pengetahuan responden(N=4)

Variabel	Hasil		
	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test 1</i>	<i>Post-test 2</i>
Edukasi dengan media <i>website</i>(skor)			
Responden 1	30	90	90
Responden 2	50	80	90
Edukasi dengan media <i>flashcard</i>(poin)			
Responden 1	6	10	
Responden 2	7	12	

Pada tabel 1. Menunjukkan bahwa edukasi dengan menggunakan *website* pada ibu mendapatkan skor *pre-test* responden 1 adalah 30 dan responden 2 adalah 50, selanjutnya untuk skor *post-test1* responden 1 adalah 90 dan responden 2 adalah 80, kemudian untuk skor *post-test2* responden 1 adalah 90 dan responden 2 adalah 90. Sedangkan untuk edukasi dengan menggunakan *flashcard* pada balita mendapatkan poin *pre-test* responden 1 adalah 6 dan responden 2 adalah 7, selanjutnya untuk poin *post-test* responden 1 adalah 10 dan responden 2 adalah 12.

PEMBAHASAN

Salah satu faktor munculnya masalah gizi pada anak adalah kurangnya pengetahuan pada ibu yang disebabkan karena rendahnya tingkat pendidikan. Rendahnya tingkat pengetahuan dan pendidikan gizi merupakan salah satu penyebab tingginya angka gangguan gizi pada balita di Indonesia (Azizah, & Susilo, 2025). Salah satu solusi untuk mengatasi hal tersebut adalah dengan memberikan edukasi tentang gizi seimbang sehingga dengan meningkatnya pengetahuan akan memberikan motivasi untuk melakukan tindakan pemenuhan gizi. Edukasi dan bimbingan nutrisi adalah salah satu hal yang berpengaruh besar terhadap peningkatan antropometri anak (Azkia, & Setiari, 2025). Edukasi pendidikan gizi yang berfokus pada masyarakat telah berhasil dalam memperbaiki status gizi anak-anak dibawah lima tahun di negara-negara berkembang. Dalam kegiatan ini, edukasi kepada ibu dilakukan dengan menggunakan media *website* yang menjelaskan tentang pengertian gizi seimbang, jenis, manfaat, prinsip 4 pilar gizi seimbang, dan faktor yang mempengaruhi gizi seimbang.

Kemudian edukasi kepada balita dengan menggunakan media *flashcard* yang menjelaskan tentang pengertian gizi seimbang dan jenis gizi seimbang yang didesain berupa kata-kata dan gambar agar anak lebih mudah mengingat dan memahaminya. Masalah gizi dapat muncul akibat berbagai faktor, antara lain faktor eksternal yang mencakup pendapatan, pendidikan, pekerjaan, serta aspek sosial budaya (Hasanah, 2023). Faktor internal meliputi usia, kondisi fisik individu, serta adanya infeksi. Minimnya pengetahuan ibu tentang gizi untuk balita dapat berdampak pada rendahnya asupan gizi pada anak (Forh, Apprey, & Agyapong, 2022).

Berdasarkan data hasil dalam kegiatan ini, menunjukkan bahwa skor *pre-test* dengan hasil responden 1 mendapatkan skor 30, responden 2 mendapatkan skor 50. Dan setelah dilakukan edukasi terjadi peningkatan skor, *post-test* pertama didapatkan hasil responden 1 dengan skor 90, responden 2 dengan skor 80.

Zohna Djohar*, Ika Rizki Anggraini

Universitas Muhammadiyah Malang

Korespondensi penulis: Zohna Djohar. *Email: zohnadjohar2001@gmail.com

Inovasi edukasi dengan media website dan flashcard tentang gizi seimbang
pada anak usia 2 – 5 tahun

Pada proses edukasi responden sangat antusias mendengarkan, bertanya dan menjawab. Tanggapan positif dari responden menunjukkan bahwa edukasi ini diterima dengan baik dan dipahami oleh responden.

Setelah pelaksanaan *post-test* kemudian peneliti melakukan observasi terkait pengetahuan ibu selama seminggu dengan melakukan *post-test* satu kali lagi terkait pengetahuan ibu, didapatkan hasil responden 1 dengan skor 90, responden 2 dengan skor 90. Berdasarkan hal tersebut didapatkan bahwa terjadi peningkatan skor setelah dilakukan intervensi. Sedangkan, untuk permainan *flashcard pre-test* didapatkan hasil anak Ny. M dapat menjawab 6 dari 16 kartu, anak Ny. F dapat menjawab 7 dari 16 kartu, permainan *flashcard post-test* didapatkan hasil anak Ny. M dapat menjawab 10 dari 16 kartu dan anak Ny. F dapat menjawab 12 dari 16 kartu, dengan demikian terjadi peningkatan skor pada permainan *flashcard*. Hal tersebut menunjukkan bahwa edukasi dengan menggunakan media *website* dan *flashcard* ini berhasil meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak usia 2-5 tahun. Salah satu media yang efektif dalam pembelajaran ialah *flashcard* karena dapat membuat suasana menjadi lebih menyenangkan (Nuka, Andini, & Mahmudiono, 2024). Mengatasi masalah gizi pada anak yang masih banyak ditemukan di masyarakat, perlu adanya edukasi-edukasi jangka panjang yang dilakukan secara terus-menerus dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak. Evaluasi jangka panjang terhadap dampak pelaksanaan edukasi ini juga penting untuk mengukur efektivitas edukasi yang diberikan.

Peningkatan skor ibu dari *pre-test* ke *post-test* pertama dan stabilisasi pada *post-test* kedua menandakan bahwa media *website* mampu mentransfer pengetahuan gizi seimbang secara efektif dan mempertahankannya dalam jangka pendek. Hal ini sejalan dengan teori pembelajaran multimedia yang menekankan pentingnya kombinasi teks dan visual untuk memperkuat ingatan jangka panjang. Efektivitas *flashcard* pada anak dengan metode interaktif dan permainan edukatif dapat meningkatkan motivasi dan keterlibatan kognitif anak.

SIMPULAN

Media *website* dan *flashcard* terbukti efektif meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang serta pemahaman anak usia dua hingga lima tahun. Intervensi menunjukkan tidak hanya peningkatan skor yang signifikan, tetapi juga retensi pengetahuan pasca intervensi dan peningkatan keterlibatan anak dalam proses pembelajaran.

SARAN

Program edukasi gizi seimbang perlu dilaksanakan secara rutin dan berkelanjutan dengan memperluas jumlah peserta serta melibatkan kader kesehatan dan perangkat desa untuk memperkuat dukungan lokal dan memvalidasi temuan, disertai evaluasi berkala guna memantau retensi pengetahuan sekaligus menyesuaikan materi, serta pengembangan konten interaktif seperti video tutorial dan kuis online untuk memperkaya metode pembelajaran dan meningkatkan minat peserta.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprihatin, Y., Syah, N., Dewata, I., Barlian, E., Razak, A., Heldi, H., Putra, A., & Yuliva, Y. (2023). Intervensi Pencegahan Stunting Berbasis Lingkungan. Banyumas: Wawasan Ilmu.
- Azizah, M., & Susilo, R. (2025). Mini Poster Education on Toddler Nutrition Toward Mother's Knowledge and Attitudes in Batusari Brebes Village. *Jurnal Promkes*, 13(1), 76–82.
- Azkia, B., & Setiarini, A. (2025). Effectiveness of Parental Nutrition Education to Prevent and Reduce Undernutrition among Children Under Five Aged: Literature Review. *Mandalika Journal of Medical and Health Studies*, 3(2), 44-53.
- Batulingas, S., Purnamasari, M. D., & Purwandari, H. (2025). Child Nursing Care Implementation of Feeding Rules and Flash Cards as an Effort to Increase Mother's Knowledge of The Nutritional Status of Toddler: Case Report. *International Journal of Biomedical Nursing Review*, 4(2), 18-21.

Zohna Djohar*, Ika Rizki Anggraini

Universitas Muhammadiyah Malang
Korespondensi penulis: Zohna Djohar. *Email: zohnadjohar2001@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i6.1385>

Inovasi edukasi dengan media website dan flashcard tentang gizi seimbang pada anak usia 2 – 5 tahun

- Ernawati, A. (2006). Hubungan Faktor Sosial Ekonomi, Hygiene Sanitasi Lingkungan, Tingkat Konsumsi dan Infeksi dengan Status Gizi Anak Usia 2–5 Tahun di Kabupaten Semarang Tahun 2003: The Associations Between Socioeconomic Factor, Hygiene, Level of Consumptions, and Infections with The Nutritional Status of Preschool Children in Semarang District, in 2003 [Doctoral dissertation, Universitas Diponegoro]. Repository Universitas Diponegoro.
- Ersila, W., Aisyah, R. D., Rofiqoh, S., & Utami, S. (2025). Pola Asuh Orang Tua Optimalkan Perkembangan Anak Prasekolah. Pekalongan: Penerbit NEM.
- Forh, G., Apprey, C., & Agyapong, N. A. F. (2022). Nutritional Knowledge and Practices of Mothers/Caregivers and Its Impact on the Nutritional Status of Children 6–59 Months in Sefwi Wiawso Municipality, Western-North Region, Ghana. *Heliyon*, 8(12).
- Hasanah, L. N. (2023). Buku Gizi pada Bayi dan Balita (Nomor June).
- Jarman, M., Edwards, K., & Blissett, J. (2022). Influences on the Dietary Intakes of Preschool Children: A Systematic Scoping Review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 19(20), 1-15.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/ Kota Tahun 2021. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Diakses dari: <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/4899/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). SSGI Sebagai Acuan Percepatan Penurunan Prevalensi Stunting. Diakses dari: <https://kemkes.go.id/id/ssgi-sebagai-acuan-percepatan-penurunan-prevalensi-stunting>
- Novridho, M. H., Dzulfaqaar, R. A., Mukaromah, F. N. I., Qulub, R., & Kholilah, M. N. (2025, February 4). Implementation of Balanced Nutrition Education for Parents to Support Child Growth and Development in Padukuhan Teganing 1, Kulon Progo. Proceeding Accept: Annual Conference on Community Engagement for Peaceful Transformation, (Vol. 4, No. 1, pp. 824-835). PPM-LPPM UIN Sunan Kalijaga. Diakses dari: <https://conference.uin-suka.ac.id/index.php/accept/article/view/1793>
- Nuka, N. M. A. R. R., Andini, N., & Mahmudiono, T. (2024). Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media *Flashcard* terhadap Perubahan Pengetahuan dan Frekuensi Sarapan di SD Muhammadiyah 4 Surabaya: The Effect of Nutrition Education Using *Flashcards* on Changes in Knowledge and Frequency of Breakfast in Muhammadiyah Elementary School 4 Surabaya. *Media Gizi Kesmas*, 13(2), 757-762.
- Oudat, Q., Couch, S., Miller, E., Lee, R. C., & Bakas, T. (2025). Theoretically Based Factors Affecting Diet Quality of Preschool Children: A Cross-Sectional Study. *Children*, 12(2), 114.
- Prima, D. R., Fauziah, S., Harun, S. N., Khasanah, N. U., & Rahmawati, E. (2024). Development of Video as a Counseling Media That Supports the Provision of a Balanced Nutrition Menu to Toddler Ages 2–5 Years With Lack of Nutrition. *Journal for Quality in Women's Health*, 7(2), 126-136.
- Putri, R. M., Rahayu, W., & Maemunah, N. (2017). Kaitan Pendidikan, Pekerjaan Orang Tua dengan Status Gizi Anak Pra-Sekolah. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 5(2), 231-245.
- Ramlah, U. (2021). Gangguan Kesehatan pada Anak Usia Dini Akibat Kekurangan Gizi dan Upaya Pencegahannya. *Ana'Bulava: Jurnal Pendidikan Anak*, 2(2), 12-25.

Zohna Djohar*, Ika Rizki Anggraini

Universitas Muhammadiyah Malang

Korespondensi penulis: Zohna Djohar. *Email: zohnadjohar2001@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i6.1385>