

EDUKASI BAGI ANAK USIA DINI TENTANG MAKANAN SEHAT DAN TIDAK SEHAT DI TK TENRIPAKKUA

Aisyah Rusdin^{1*}, Nur Awaliah²,
Andi Ayu Ariesty Ajsal³,
Rahmawati⁴

^{1,2}Kimia, Universitas Sibatokkong
Mambo

^{3,4} Administrasi Kesehatan,
Universitas Sibatokkong Mambo

Article history

Received : 28 Mei 2023

Revised : 15 Juni 2023

Accepted : 26 Juni 2023

*Corresponding author

Aisyah Rusdin

Email : aisyahrudin1@gmail.com

Abstrak

Fenomena banyaknya anak usia dini di TK Tenripakkua Kabupaten Bone yang menderita masalah kesehatan yang diakibatkan karena belum mampunya melakukan pembedaan dari makanan yang sehat dan tidak sehat. Oleh karena itu, perlu dilakukan edukasi kepada anak usia dini TK Tenripakkua Kabupaten Bone tentang bagaimana memilih makanan sehat dan makanan tidak sehat. Tujuan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) adalah meningkatkan pengetahuan anak usia dini sebagai khalayak sasaran dalam memilih makanan sehat dan makanan tidak sehat. Pelaksanaan kegiatan PkM dilakukan pada tanggal 23 Mei 2023 Pukul 08.00-10.00 Wita di TK Tenripakkua Kabupaten Bone dengan jumlah peserta 26 orang. Aktivitas ini menerapkan metode sosialisasi dan diskusi. Hasil dari kegiatan PkM yaitu sebanyak 19 anak dari total 26 anak usia dini bisa membedakan makanan sehat dan tidak sehat. Implikasi tindak lanjut dari kegiatan PkM adalah perancangan program bekal sehat dimulai hari Senin, Selasa, Rabu, Kamis dan Jumat kepada anak usia dini TK Tenripakkua.

Kata Kunci: Anak Usia Dini; Kesehatan; Makanan Sehat; Makanan Tidak Sehat.

Abstract

The phenomenon is that many young children in TK Tenripakkua, Bone Regency, suffer from health problems caused by their inability to differentiate between healthy and unhealthy foods. Therefore, it is necessary to educate young children in Tenripakkua Kindergarten, Bone Regency, about choosing healthy and unhealthy foods. The purpose of Community Service (PkM) is to increase the knowledge of early childhood as the target audience in choosing healthy and unhealthy foods. PkM activities will be carried out on May 23, 2023, 08.00-10.00 WITA in Tenripakkua Kindergarten, Bone Regency, with 26 participants. This activity applies socialization and discussion methods. The results of the PkM activities were that as many as 19 children out of 26 early childhood could differentiate between healthy and unhealthy foods. The implication of the follow-up of PkM activities is the design of a healthy lunch program starting on Monday, Tuesday, Wednesday, Thursday, and Friday for early childhood in Tenripakkua Kindergarten.

Keywords: Early Childhood, Health, Healthy Food, Unhealthy Food

Copyright © 2023 Aisyah Rusdin, Nur Awaliah, Andi Ayu Ariesty Ajsal, Rahmawati

PENDAHULUAN

Makanan adalah sebuah kebutuhan pokok seseorang dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi untuk keberlanjutan hidup (Laila et al., 2022). Memilih makanan untuk dikonsumsi sangat penting bagi kita yang dapat memberikan manfaat untuk tubuh dan juga bisa sebaliknya (Omnivar & Begum, 2014). Anak usia dini merupakan anak yang sedang menjalani perkembangan dan pertumbuhan secara fundamental (Bonita et al., 2022). Hal-hal yang diperoleh dalam usia dini bisa dijadikan sebagai pondasi atau dasar penting untuk kehidupan pada waktu kedepan. Kebutuhan dasar anak usia dini paling utama yaitu sebuah kebutuhan nutrisi. Perkembangan anak usia dini begitu mempengaruhi terhadap kesehatannya seperti banyaknya santapan dan kandungan gizi yang terdapat di dalamnya (Robiah & Kurniawaty, 2022). Pada tahun pertama hingga tahun keenam anak usia dini sangat berperan sebagai rangsangan perkembangan dan pertumbuhan anak dengan kesehatan anak, penyediaan gizi yang cukup dalam pelayanan pendidikan (Aeiny, 2021). Zat gizi dari sebuah makanan adalah sebuah sumber paling penting dalam memberikan pemenuhan kebutuhan anak

untuk pertumbuhannya yang optimal, sehingga bisa mewujudkan kesehatan yang paripurna yakni sehat mental, sosial dan fisiknya (Novitasari, 2021).

Hal ini menggambarkan bahwa anak usia dini sangat membutuhkan bekal pemahaman dalam memilih makanan sehat yang bermanfaat bagi mereka dan makanan tidak sehat (Pakadang et al., 2022). Makanan sehat merupakan sebuah makanan yang seimbang dari segi kuantitas dan kualitasnya. Pertumbuhan seseorang memerlukan makanan yang seimbang dan dapat diserap atau dikonsumsi serta memberikan pergantian pada zat yang telah hilang (Rahayu & Munastiwi, 2019). Dari perbaikan pola makan yang sehat sejak usia dini dapat meningkatkan kesehatan dan intelektual saat menuju kedewasaan. Konsumsi sayur dan buah-buahan termasuk makanan yang sehat diperlukan oleh tubuh untuk sumber mineral, vitamin serta serat untuk membentuk pola makanan yang baik dan gizi seimbang dalam kesehatan tubuh seseorang (Herminda & S, 2016).

Makanan yang tidak sehat dapat menyebabkan keracunan, gangguan pencernaan dan status gizi buruk dalam jangka panjang bisa mengakibatkan seseorang teracuni dan acara gangguan pada pencernaan, kemudian status gizi bisa menjadi buruk dalam waktu mendatang, sehingga bisa mengganggu prestasi anak. Makanan instan adalah salah satu makanan yang tidak sehat yang bisa memberikan gangguan pada kesehatan untuk jangka pendek ataupun panjang (Savitri et al., 2022). Jajanan yang tidak bersih tergolong makanan yang tidak sehat yang dapat menimbulkan penyakit muntaber karena memakan makanan yang tidak tertutup dan dihindangi lalat, penyakit disentri, penyakit tipes dan sebagainya (Febrina et al., 2022). Makanan yang mengandung pewarna dan pengawet yang berbahaya dan mengandung formalin dan boraks dalam jangka panjang dapat menyebabkan alergi, diabetes hingga gangguan imun sampai kanker (Berliana et al., 2021).

Beberapa kasus yang telah terjadi, salah satunya peserta didik dari TK ABA 4 Mangli Kabupaten Jember ditemukan masih ada sebagian peserta didik yang membawa bekal instan atau siap saji, misalnya snack, mie instan dan sosis. Snack maupun makanan siap saji termasuk makanan tidak sehat bagi pertumbuhan anak yang memiliki kandungan gizi tidak lengkap. Makanan instan juga memiliki kandungan MSG, penyedap, pewarna dan zat kimia lainnya, dimana jika dimakan dengan berlebih bisa memberikan dampak buruk untuk kesehatan dan pertumbuhan (Jatmikowati et al., 2023). 12 gram MSG per hari bisa menyebabkan gangguan tidur, lambung, mual dan muntah (Yonata & Indah, 2016). Makanan jajanan juga memiliki peran utama untuk menambah asupan gizi seorang anak. Biasanya jajanan tidak sehat ditemui pada pedagang kaki lima maupun di kantin sekolah. Hal ini disebabkan kurangnya pemahaman pedagang dalam mengelola dan menjaga kebersihan dan ke higienisan makanan yang dijual (Jahat & Sehat, 2022).

Berbagai usaha yang telah dilakukan oleh Guru dan Orang Tua untuk membiasakan makan makanan sehat pada anak usia dini sebagai persediaan menu setiap harinya dalam membawa bekal sekolahnya (Jatmikowati et al., 2023). Selain itu, program memberikan makanan sehat untuk anak usia dini di PAUD Nur Hidayah Jakarta Barat mulai hari Senin, Selasa, Rabu, Kamis dan Jumat menggunakan menu makanan sehat seperti sayur bening, nasi, jeruk, bubur kacang ijo, susu dan kue bolu untuk menghindari jajanan yang belum dijaga kesehatan serta kebersihannya (Robiah & Kurniawaty, 2022). TK AnakQU kecamatan Depok melakukan penerapan kebiasaan waktu makan dua kali dengan bermacam-macam menu yang beragam dalam waktu satu bulan, makanan yang ada dalam sekolah dilakukan pengolahan secara langsung dari juru masak serta penyajiannya dilakukan dengan baik berdasarkan pada kebutuhan gizi anak (Aeiny, 2021).

TK Tenripakkua terletak di Kabupaten Bone Kecamatan Tanete Riattang Barat. Keberadaan lokasi TK tersebut menjadi ladang penghasilan bagi penjual jajanan anak-anak. Seiring dengan perkembangan zaman dan kemajuan teknologi, beberapa penjual di TK Tenripakkua tersebut menjual beberapa jajanan yang tidak sehat dengan segmen pasar adalah anak usia dini TK Tenripakkua tersebut. Pengetahuan anak usia dini terhadap jajanan sehat juga cenderung kurang karena lebih mengedepankan faktor-faktor penginderaan seperti warna, rasa dan bau. Beberapa jajanan sehat yang dijual di area TK Tenripakkua adalah cilok dengan

saus yang mengandung pewarna yang dilarang untuk digunakan sebagai pewarna makanan. Selain itu, makanan siap saji yang apabila dikonsumsi secara terus menerus akan mengakibatkan penumpukan kadar natrium dalam tubuh. Berdasarkan hasil observasi Tim PkM pada saat orientasi lapangan ke TK Tenripakkua, bekal makanan yang dibawa oleh anak usia dini tersebut beberapa tergolong makanan tidak sehat. Oleh karena itu, Tim PkM memilih lokasi PkM di anak TK Tenripakkua dengan harapan nantinya mulai usia dini, anak-anak sudah dilatih untuk memilih makanan yang sehat.

Pada keadaan seperti ini, begitu penting untuk individu dan masyarakat dalam memberikan peningkatan pengetahuan tentang bagaimana memilih makanan sehat dan tidak sehat. Tetapi, ini pasti memerlukan pengawasan dan pendampingan serta fasilitas supaya tidak hanya orang dewasa yang mengonsumsi makanan sehat, namun anak adalah seorang individu yang dijadikan target para pelaku dalam memberikan peningkatan pengetahuan agar bisa mengurangi jajanan yang tidak sehat.

Kegiatan pengabdian ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan anak usia dini sebagai khalayak sasaran dalam memilih makanan sehat dan makanan tidak sehat sehingga anak usia dini dapat terbiasa makan makanan sehat. Harapannya dalam kegiatan pengabdian ini bisa bermanfaat untuk anak agar bisa memahami dan mengerti bagaimana memilih makanan sehat dan tidak sehat, sehingga diharapkan anak usia dini sebagai khalayak sasaran meminimalisir makan makanan yang tidak sehat, misalnya makanan instan kemudian beralih makan makanan yang sehat dan bergizi.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian masyarakat dilakukan dengan metode sosialisasi dengan pemberian edukasi pada anak usia dini tentang pentingnya memilih makanan sehat dan tidak sehat dengan pendampingan oleh fasilitator. Proses sosialisasi dilakukan melalui pendekatan *sharing*/diskusi.

Mengingat yang menjadi khayalak sasaran kegiatan adalah anak usia dini setingkat TK (4-6 tahun), maka secara khusus pada upaya pemberian informasi dan pengetahuan menggunakan alat bantu pendukung seperti alat peraga buah, sayuran, kerupuk dan mie instan. Selain itu, dilakukan melalui teknik *sharing*/bercerita. Dalam pendekatan bercerita secara interaktif, harapannya agar anak usia dini menjadi rileks, berani dan senang bertanya, mengemukakan dan menjawab supaya penyampaian materinya dapat diserap dengan baik sebagai bekal pengetahuan.

Orientasi lapangan yang dilakukan oleh Tim Pengabdian dimulai pada tanggal 09 Mei 2023. Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan pada hari Selasa tanggal 23 Mei 2023 pukul 08.00-10.00 Wita di Kecamatan Tanete Riattang Barat, Kabupaten Bone Sulawesi Selatan dan dilakukan bersama mitra yakni TK Tenripakkua Kabupaten Bone, dengan khalayak sasaran yakni siswa TK sejumlah 26 orang. Kemudian, aktivitas ini memerlukan peran dari Dewan Guru sebanyak 3 (tiga) orang.

HASIL PEMBAHASAN

Pengabdian kepada Masyarakat ini fokus menerapkan edukasi kepada anak usia dini tentang makanan sehat dan makanan tidak sehat. Materinya disampaikan melalui peran aktif anak usia dini dengan melalui diskusi dan *sharing*, dimana berbentuk gabungan dari metode bercerita/ceramah dengan diskusi tanpa jawab. dalam pendekatan bercerita dengan bantuan alat peraga secara interaktif, diharapkan anak dapat lebih cepat mengenali contoh makanan yang termasuk sehat dan tidak sehat, senang, merasa *relax*, dan berani mengemukakan pendapat, menjawab dan bertanya supaya materinya yang disampaikan dapat diserap dengan baik sebagai bekal pengetahuan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diterapkan pada berbagai aktivitas, yaitu penyampaian materi edukasi, orientasi lapangan, evaluasi, diskusi dan *sharing*.

Orientasi Lapangan

Sebelum melakukan kegiatan, dalam beberapa hari sebelum tanggal 09 Mei 2023 tim PkM melakukan aktivitas Orientasi Lapangan ke TK Tenripakkua yang menjadi sasaran kegiatan PkM sekaligus untuk menandatangani kesediaan bekerja sama dan membentuk jadwal penerapan acara. Tim berangkat ke tempat tujuan pada pukul 08.00 Wita dan tiba di TK Tenripakkua pukul 08.30 Wita untuk bertemu dengan pihak sekolahan. Sambutan dari pihak sekolah begitu kooperatif dan baik.

Berdasarkan pertemuan tersebut, maka disepakati bahwa kegiatan dilakukan pada Selasa, 23 Mei 2023 mulai dari jam 08.00-10.00 Wita yang di ikuti siswa yakni Peserta sebanyak 26 dan 3 Dewan dari Guru. Kita juga selanjutnya bekerjasama guna mengkoordinir terkait persiapan souvenir dan konsumsi beserta pada saat kegiatan berlangsung. Didalam acara PKM ini, tim juga menyediakan 30 souvenir yaitu susu, agar-agar dan kue selain itu juga ada 2 box roti kue untuk para dewan guru yang hadir.

Penyampaian Materi Edukasi

Pemaparan materi yang judulnya Edukasi bagi Anak Usia Dini tentang Makanan Yang Tidak Sehat dan Makanan Sehat disampaikan oleh Aisyah Rusdin, S.Si., M.Si sebagai ketua tim pengabdian. Pada saat pemaparan memberikan pemaparan dan penjelasannya materi yang dibawakan, acara dimulai dengan memperkenalkan tim PKM beserta dengan peserta. Melihat pesertanya yaitu anak TK, maka dari itu kami turut mengundang 3 mahasiswa Jurusan Kimia guna ikut meramaikan dan juga membantu acara sebelum acara akan dimulai dan selesai. Saat pembukaan acara, tim PKM meluangkan waktu untuk pihak sekolah yang menghadiri kegiatan sebagai pembuka acara dan melakukan perkenalan kami kepada anak-anak sekolah yang turut hadir dalam kegiatan ini, kemudian melakukan perkenalan kepada anak dengan memberikan sapaan kepadanya untuk memeriahkan suasananya. Selanjutnya, anak-anak merasa lebih santai dan tertarik supaya bisa lebih fokus dalam menerima materi. Kemudian materinya diberikan melalui penerapan metode sharing atau cerita dan dibantu dengan alat peraga. Pada penyampaian materi diterapkan melalui kontribusi aktif dari anak-anak dalam diskusi yang interaktif, yaitu menggabungkan metode bercerita atau cerama yang diselingi melalui tanya jawab dan diskusi.

Penerapan sosialisasi dilakukan dengan memberikan penyajian materi yang dijadikan sebagai fokus utama untuk aktivitas pengabdian ini, yaitu pengertian makanan sehat dan tidak sehat, contohnya dari makanan sehat dan tidak sehat, ciri-ciri makanan yang sehat dan tidak sehat serta bagaimana cara mengenali makanan yang sehat pada jajan.



Gambar 1. Penyampaian Materi Edukasi

Sharing/Diskusi

Tahap ketiga yang diterapkan yaitu tahapan diskusi/sharing. Sesudah materi selesai, tim pengabdian melakukan pembukaan sesi tanya jawab/dialog dengan anak sebagai khalayak sasaran, terkait suatu hal yang dijalankan oleh mereka dalam sehari-hari mengenai materi yang dijelaskan kemudian menanyakan materi yang telah selesai dipaparkan oleh tim. Hal ini dilakukan sebagai bahan evaluasi, apakah materi yang telah disampaikan telah dipahami dan apakah nanti bisa dinilai butuh dalam menjalankan aktivitas sejenis bersama khalayak sasaran yang lebih banyak.

Dari diskusi yang diterapkan bersama peserta melalui rentang usia 4-6 tahun, bisa terlihat bahwa semua peserta sudah memahami apa itu makanan sehat dan tidak sehat beserta contohnya serta mampu menunjukkan dengan alat peraga yang mana termasuk makanan sehat seperti buah, sayuran dan yang mana termasuk makanan tidak sehat seperti kerupuk dan mie instant.



Gambar 2. Sesi Sharing dan Diskusi

Pada proses penyampaian materi edukasi, terlihat anak bisa melakukan pemahaman perbedaan makanan sehat dan tidak sehat dan memberikan respon yang baik. Ini ditunjukkan sesudah materinya berakhir serta tim memberikan kuis, mereka bisa memberikan jawaban atas pertanyaan dengan baik dan memiliki argumentasi yang baik. Selanjutnya peserta juga mengetahui dampak yang ditimbulkan apabila mengonsumsi makanan yang tidak sehat. Hal ini sangat penting karena anak-anak telah memiliki bekal ilmu pengetahuan sehingga anak dapat menghindari makanan maupun jajanan yang tidak sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Implikasi tindak lanjut dari kegiatan Pengabdian oleh Tim Pengabdian adalah perancangan program bekal sehat kepada anak usia dini TK Tenripakkua. Pemenuhan bekal sehat dimulai hari Senin, Selasa, Rabu, Kamis dan Jumat menggunakan menu makanan sehat seperti sayur, nasi, buah-buahan, dan susu untuk menghindari menghindari jajanan yang belum dijaga kesehatan serta kebersihannya. Hal ini sesuai dengan (Robiah & Kurniawaty, 2022), dengan adanya sosialisasi tentang memilih makanan sehat dan program pemberian jenis makanan sehat dapat memberikan pengetahuan kepada anak TK untuk dapat membedakan makanan yang sehat dikonsumsi dan tidak sehat. Dampak adanya kegiatan PKM ini adalah mampu menyedot perhatian

pada anak TK Tenripakkua sehingga lebih mudah memahami pentingnya makanan sehat bagi mereka dan membiasakan diri sejak usia dini untuk mengurangi makanan yang tidak sehat.

KESIMPULAN

Pemberian edukasi makanan yang sehat dan tidak sehat kepada anak usia dini setingkat TK dengan kegiatan pengabdian ini dianggap bisa bermanfaat untuk menjembatangi kurangnya pengetahuan anak tentang makanan yang sehat dan tidak sehat. Kemudian juga melakukan penumbuhan motivasi dan kesadaran untuk anak usia dini untuk memilih mengonsumsi makanan sehat. Hasil dari kegiatan pengabdian ini adalah anak usia dini bisa memberikan perbedaan makanan sehat dan tidak sehat sehingga dapat mengurangi konsumsi makanan yang tidak sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami berikan untuk Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat (LPPM) Universitas Sipatokkong Mambo yang sudah memberikan biaya paka program ini, lalu terima kasih juga untuk Pihak Mitra, yaitu TK Tenripakkua Kabupaten Bone yang sudah memberikan sambutan baik dan begitu kooperatif sehingga aktivitasnya bisa dijalankan secara lancar berdasarkan pada rencana mengenai pemberian pembelajaran anak usia dini dalam upaya membedakan makanan sehat dan makan tidak sehat.

PUSTAKA

- Aeiny, S. N. (2021). Studi Kasus Penerapan Pola Makan Sehat Anak Usia 5-6 Tahun Case Study the Implementation of Dietary Pattern Children Aged 5-6 Years. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(9), 271–276.
- Berliana, A., Abidin, J., Salsabila, N., SyifaMaulidia, N., Adiyaksa, R., & Siahaan, V. F. (2021). Penggunaan Bahan Tambahan Makanan Berbahaya Boraks Dan Formalin Dalam Makanan Jajanan : Studi Literatur. *Salink*, 1(2), 64–71.
- Bonita, E., Suryana, E., Hamdani, M. I., & Harto, K. (2022). The Golden Age : Perkembangan Anak Usia Dini dan Implikasinya Terhadap Pendidikan Islam. *Tarbawiyah: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 6(2), 218. <https://doi.org/10.32332/tarbawiyah.v6i2.5537>
- Febrina, W., Abdillah, N., Indrawan, S., Harfrida, E., Srihandayani, S., Tinggi, S., & Dumai, T. (2022). Edukasi Siswa Sekolah Dasar Mengenai Jajanan Sehat. *Jurnal Pengabdian Kompetitif*, 1(2), 98–104.
- Hermina, H., & S, P. (2016). Gambaran Konsumsi Sayur dan Buah Penduduk Indonesia dalam Konteks Gizi Seimbang: Analisis Lanjut Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) 2014. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 44(3), 4–10. <https://doi.org/10.22435/bpk.v44i3.5505.205-218>
- Jahat, D., & Sehat, J. (2022). Edukasi *clean and healthy life* pada anak usia sekolah dengan “jahat” jajanan sehat. 1, 15–20.
- Jatmikowati, T. E., Nuraini, K., Winarti, D. R., & Adwitiya, A. B. (2023). Peran Guru dan Orang Tua dalam Pembiasaan Makan Makanan Sehat pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 1279–1294. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.3223>
- Laila, W., Widiarto, W., Wijayanto, A., & Suryani, E. (2022). Rekomendasi Makanan Bagi Pasien Hiperlipidemia Berdasarkan Hasil Klasifikasi Menggunakan Metode Naive Bayes dan Decision Tree. *JEPIN (Jurnal Edukasi Dan Penelitian Informatika)*, 8(2), 328–336.
- Novitasari, N. (2021). Manajemen Pengelolaan Makanan Sehat dan Bergizi di PAUD Plus Darussalam

Bojonegoro. *Al-Hikmah: Indonesian Journal of Early Childhood Islamic Education*, 5(2), 133–151.
<https://doi.org/10.35896/ijecie.v5i2.264>

Omnivar, S., & Begum, K. (2014). DIETARY PATTERN, FOOD HABITS AND PREFERENCES AMONG ADOLESCENT AND ADULT STUDENT GIRLS FROM AN URBAN AREA, SOUTH INDIA. *Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences*, 4(2), 465–473.

Pakadang, S. R., Teresia, S., Dewi, R., Ratnah, S., & Salasa, A. M. (2022). *Jurnal Pengabdian Kefarmasian Volume 3, No.1, Mei 2022*. 3(1), 1–5.

Rahayu, N., & Munastiwi, E. (2019). Manajemen Makanan Sehat di PAUD. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 3(2), 65–80. <https://doi.org/10.14421/jga.2018.32-01>

Robiah, R., & Kurniawaty, L. (2022). Program Pemberian Makanan Sehat bagi Anak Usia Dini di PAUD Nur Hidayah Jakarta Barat. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 16123–16128.

Savitri, A., Lestari, D. D., Hafidh, M., & Hendri Hermawan Adinugraha. (2022). Edukasi Dini Budaya Makan Sehat Pada Siswa Mi Muhammadiyah Delektukang. *Journal of Community Empowerment, Volume 1*, <https://journal.ummat.ac.id/index.php/jce>

Yonata, A., & Indah, I. (2016). Efek toksik konsumsi monosodium glutamate. *Majority*, 5(3), 100–104.

Format Sitasi: Rusdin, A., Awaliah, N., Ajsal, A.A.A. & Rahmawati. (2023). Edukasi Bagi Anak Usia Dini Tentang Makanan Sehat dan Tidak Sehat di TK Tenripakkua. *Reswara. J. Pengabdian. Kpd. Masy.* 4(2): 1323-1329. DOI: <https://doi.org/10.46576/rjpkm.v4i2.3295>



Reswara: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat oleh Universitas Dharmawangsa Artikel ini bersifat open access yang didistribusikan di bawah syarat dan ketentuan dengan Lisensi Internasional Creative Commons Attribution NonCommercial ShareAlike 4.0 ([CC-BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/))