



PERANCANGAN BUKU INTERAKTIF MAKANAN SEHAT SEBAGAI UPAYA PENGENALAN MAKANAN PADA ANAK (PRABACA) USIA 3-5 TAHUN

Reza Dwi Anggita^{1*}, Restu Ismoyo Aji², Aris Sutejo³

¹Desain Komunikasi Visual, Arsitektur dan Desain, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur, ²Desain Komunikasi Visual, Arsitektur dan Desain, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur, ³Desain Komunikasi Visual, Arsitektur dan Desain, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

¹email: 19052010066@students.upnjatim.ac.id

²email: restu.ismoyo.dkv@upnjatim.ac.id

³email: aris.dkv@upnjatim.ac.id

*Corresponding author

Dikirim: 29-04-2023

Direvisi: 07-05-2023

Diterima: 08-05-2023

Abstrak

Periode kehidupan anak-anak adalah salah satu yang paling penting dalam pertumbuhan dan perkembangan tubuh mereka. Tumbuh kembang anak akan ideal apabila menerima asupan nutrisi dengan kualitas yang baik, mengingat anak usia 3-5 tahun yang tingkat konsumsi buah dan sayur cenderung rendah. Asupan berupa nutrisi yang cukup diperlukan untuk perkembangan, kesehatan, dan kecerdasan anak. Memberikan solusi dan edukasi kepada orang tua sebagai upaya pengenalan makanan sehat pada anak yang cenderung *picky eater* ini adalah tujuan dari perancangan dan untuk memastikan bahwa anak usia 3-5 tahun sehat dan aktif. Terdapat dua tahapan metode yang dilakukan, tahap persiapan dan tahap penciptaan (Masnuna, 2020). Tahap persiapan meliputi pengumpulan data, analisis, sintesis data dan penentuan objek perancangan. Selanjutnya, tahap penciptaan meliputi pra produksi, produksi dan pasca produksi, yang didapatkan dari metode *Design Thinking*. Konsep "Media Edukasi Makanan Sehat Balita" dikembangkan sebagai hasil dari metode yang dijelaskan. Dengan adanya *keyword* "Media Edukasi Sehat Balita" dapat dijadikan acuan dalam pembuatan buku interaktif tentang pengenalan makanan sehat pada anak. Media buku interaktif dirancang sebagai media bantu untuk orang tua dalam mengenalkan jenis makanan sehat, serta sebagai media edukasi yang mampu menstimulasi anak usia 3-5 tahun, dengan metode bermain sambil belajar.

Kata Kunci: buku interaktif; makanan sehat; balita

Abstract

Children's periods of life are among the most important in their growth and development. Growing children will be ideal if they receive good quality nutritional intake, considering that children aged 3-5 years old who have low levels of fruit and vegetables consumption tend to be low. An intake of sufficient nutrients is necessary for the development, health, and intelligence of the child. Providing solutions and education to parents as an effort to introduce healthy food to children who are prone to picky eaters is the purpose of the design and to ensure that children aged 3-5 are healthy and active. There are two stages of the method carried out, the preparation stage and the creation stage (Masnuna, 2020). Preparation stages include data collection, analysis, data synthesis and design object determination. Subsequently, the creation stage includes pre-production, post-production and post-production, obtained from the *Design Thinking* method. The concept of "Better Health Food Education Media" was developed as a result of the method described. With the *keyword* "Children's Health Education Media" can be used as a reference in making interactive books about the introduction of healthy food to children. Interactive book media is designed as a medium for parents to help introduce healthy food type,

as well as an educational medium capable of stimulating 3-5 year-olds, using playing methods while studying.

Keywords: *interactive books; healthy foods; toddlers*

1. PENDAHULUAN

Periode kehidupan anak-anak adalah salah satu yang paling penting dalam pertumbuhan dan perkembangan tubuh mereka. Pertumbuhan dan perkembangan anak akan lebih ideal jika mereka menerima nutrisi dengan kualitas yang baik (Novianti, 2022). Perkembangan yang dimaksud adalah sebuah proses khusus yang bertujuan untuk mencapai struktur, fungsi dan kemampuan yang lebih kompleks dalam ruang yang realistis sebagai hasil akhir dari proses pematangan. Hal ini dapat dilihat melalui perubahan kebiasaan dan perilaku makan anak, termasuk konsumsi sayur dan buah. Menurut beberapa penelitian yang telah dilakukan, dapat dipastikan bahwa anak-anak yang pemilih dalam makan jika tidak segera ditangani akan memberikan efek, seperti zat gizi yang tidak terpenuhi yang akan berakibat pada status gizi (Eikstein, 2010). konsumsi buah dan sayur di kalangan anak-anak tergolong rendah hanya sebesar 4,5%. Yang berbanding terbalik dengan kenyataan yang dimana Indonesia adalah Negara yang terletak di daerah tropis, sehingga cukup mudah untuk mendapatkan buah dan sayuran (Risksedas, 2018). Menurut Pedoman Gizi Seimbang (PGS) dan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), merekomendasikan untuk mengkonsumsi 400 gram sayur dan buah setiap harinya, yang terdiri dari 250 gram sayur (setara dengan 2½ porsi 2 2½ gelas sayur setelah dimasak) dan 150 gram buah (setara dengan 3 buah pisang ambon atau 3 buah jeruk) (Kemenkes, 2014).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes) memaparkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia berdasarkan hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) 2016 mencapai 27,5%. Berdasarkan hasil penelitian Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), prevalensi stunting di Indonesia per 2021 kini mencapai 24,4% yang masih tergolong tinggi (Kemenkes, 2021). Dikutip

dari kominfo.go.id, untuk mencegah stunting, pemerintah telah mengupayakan dan menerapkan beberapa program, yang salah satunya adalah program peningkatan gizi masyarakat melalui program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) untuk meningkatkan status gizi anak.

Untuk perkembangan anak yang sehat maka dibutuhkan stimulasi yang sehat dari orang dewasa. Sangat penting bagi orang tua untuk memahami bagaimana input sensorik dan stimulasi yang menyebabkan tumbuh dan berkembang anak sehingga setiap kelainan yang terjadi pada anak dapat dengan cepat terdeteksi dan diobati (Padila dkk., 2019). Menurut teori pembelajaran Piaget, anak-anak berusia antara 2-7 tahun memasuki fase pra-operasional di mana mereka mulai menggunakan kata-kata dan gambar untuk menggambarkan dunia. Dengan karakteristik yang ada pada anak usia 3-5 tahun yang berada pada perjenjangan prabaca 2 yang memiliki karakteristik mengembangkan kemampuan bersosialisasi dan berpikir sederhana melalui bimbingan (Ghozali, 2020). Maka dari itu diperlukannya media yang sesuai dan menarik minat belajar anak. Media edukasi yang dapat diterapkan adalah buku interaktif yang merupakan media komunikasi non verbal yang memiliki pengaruh terhadap pembentukan pikiran tentang suatu hal.

Menurut The New Oxford Dictionary of English, menyebutkan bahwa buku interaktif merupakan buku dengan dialog dua arah atau "two way flow" mengacu pada interaksi apa pun antara buku yang digunakan sebagai alat mengajar yang dimaksudkan untuk menjangkau pembaca. "two way flow" mengacu pada pergerakan informasi antara kedua pihak yang terlibat (Limanto dkk. 2015).

Dalam penelitian psikologi pendidikan menunjukkan bahwa anak-anak muda menyerap bahasa visual dibandingkan dengan bahasa verbal. Oleh karenanya,

sumber media pembelajaran yang komunikatif dan penuh warna dapat meningkatkan minat anak-anak dalam belajar dan membantu mereka dalam mengingat kembali pelajaran yang telah diperoleh sebelumnya. (Maherna, 2015). Buku interaktif dapat menjadi solusi yang tepat karena dapat menarik perhatian anak-anak untuk belajar dan buku interaktif dinilai sesuai dengan karakteristik pembelajaran pada anak usia 3-5 tahun (prabaca). Buku interaktif makanan sehat ini akan berfokus pada pengenalan jenis makanan sehat dengan memiliki alur cerita di dalamnya. Dengan adanya buku interaktif ini, diharapkan dapat memberikan sarana dan media dalam mengenalkan makanan sehat dan membantu melatih motorik anak usia 3-5 tahun.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan dua tahapan yaitu tahap persiapan dan tahap penciptaan. Dalam (Sugiyono, 2018) Tahap persiapan meliputi pengumpulan data, analisis data, sintesis, dan penentuan objek perancangan. Tahap persiapan meliputi pra produksi, produksi, dan pasca produksi.

2.1 Tahap Persiapan

Metode yang digunakan dalam tahap pengumpulan data adalah menggunakan metode kualitatif, yaitu diantaranya observasi, wawancara, kuesioner dan studi literatur. Data yang digunakan dalam menyusun penelitian ini bersumber dari data primer dan sekunder. Data primer adalah data yang berasal dari data utama atau dari sumber yang berkaitan langsung, seperti wawancara dan observasi, sedangkan data sekunder adalah informasi yang berasal dari sumber kedua, seperti literatur buku, jurnal, situs web, berita atau teori yang sesuai dengan kebutuhan perancangan (Wibisono, 2020).

Observasi pada umumnya digunakan untuk memperoleh informasi yang aktual dan nyata dari target audiens. Proses ini dilakukan dengan melihat secara langsung proses belajar dan cara belajar anak. Observasi ini bertujuan untuk mengetahui media belajar yang efektif pada proses pembelajaran anak usia 3-5 tahun.

Kuesioner digunakan untuk mencari pendapat atau jawaban personal secara langsung dari target audiens. Pertanyaan tersebut seperti pendapat tentang desain mana yang lebih disukai dan dirasa cocok dengan perancangan, yang kemudian akan dijadikan acuan dalam pengimplementasian desain dalam buku interaktif.

Pada tahap wawancara, peneliti melakukan wawancara mendalam bersama dengan pihak yang terlibat aktif guna mendukung hasil dari observasi dan kuesioner berdasarkan data dari narasumber terkait. Adapun narasumber nya adalah (a) kak Regina Sinta S.Psi selaku psikolog anak lulusan Universitas Hangtuah Surabaya (b) dr. Rossa Setyowati Sp.A selaku dokter anak di Rs. Mitra Sehat. Hasil dari data ini akan dijadikan salah satu elemen dalam perumusan dan penyusunan konsep.

Setelah data diperoleh, tahap selanjutnya adalah data kemudian harus dianalisis menggunakan pendekatan analisis deskriptif kualitatif. Analisis deskriptif digunakan untuk memahami masalah menjadi sebuah penjabaran secara rinci guna mendapatkan kesimpulan sesuai dengan tujuan penelitian.

Kemudian tahap berikutnya yaitu sintesa data. Sintesa data merupakan kesimpulan dari analisis data yang telah dilakukan. Sintesa data berkaitan dengan *keyword* dan konsep desain. Proses sintesa data ini nantinya akan memudahkan dalam pencarian dan penyusunan *keyword*.

2.2 Tahap Penciptaan

Tahap penciptaan terdiri dari tahap pra-produksi, produksi, dan pasca produksi.

2.2.1 Pra Produksi

Pra produksi merupakan proses menyusun konsep yang terdiri dari konsep verbal, konsep visual dan konsep media. Yang akan dibuat berdasarkan dengan *keyword*. *Keyword* merupakan poin kesimpulan yang didapat dari proses mind mapping, setelah menganalisa data primer dan sekunder.

2.2.2 Produksi

Tahap produksi merupakan proses pembuatan desain untuk media perancangan. Diawali dengan pembuatan alternatif desain yang kemudian dipilih dan nantinya akan diterapkan pada media perancangan. Pemilihan final desain

berdasarkan hasil dari kuesioner yang disebar kepada target audiens.

2.2.3 Pasca Produksi

Pasca produksi ini merupakan tahap membuat kesimpulan dan evaluasi guna untuk mengetahui kelebihan dan kekurangan pada perancangan, serta acuan untuk perancangan selanjutnya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

3.1.1 Hasil Pengumpulan Data

Setelah melakukan observasi dan wawancara, didapatkan data bahwa anak usia 3-5 tahun cenderung *picky eater*. Di usia tersebut juga kemampuan komunikasi verbal, non verbal dan motorik anak memerlukan stimulasi. Sehingga diperlukan media visual yang dapat membantu proses pengenalan jenis makanan sehat yang dapat membantu menstimulasi motorik pada anak. Media yang akan digunakan adalah buku interaktif. Penggunaan buku interaktif sebagai media pembelajaran dinilai cocok, karena akan membantu anak dalam memahami topik dengan lebih cepat.

Setelah menyebarkan kuesioner kepada responden dapat diambil kesimpulan bahwa 87,5% memilih buku interaktif sebagai media pengenalan makanan sehat. 87,8% memilih buku dengan ilustrasi dan permainan. Selanjutnya 73,2% orang tua atau pendamping anak meluangkan waktu bersama dan setuju bahwa kebutuhan asupan anak harus terpenuhi. Media edukasi visual berupa buku interaktif ini dikemas dengan gaya yang *fun* agar menarik dan memudahkan anak dalam memahaminya.

3.1.2 Sintesa Data

Kesimpulan yang dapat diambil dari data yang telah diperoleh, bahwa buku interaktif pengenalan makanan sehat pada anak usia 3-5 tahun efektif dan sesuai dengan karakteristik pada anak usia 3-5 tahun. Data Sintesa ini berfungsi sebagai panduan untuk konsep visual dan verbal yang akan dibuat. Adapun sintesa dari perancangan ini yang diantaranya:

1. Merancang media visual berupa buku interaktif sebagai upaya melatih motorik halus pada anak usia 3-5 tahun. Berupa permainan pengenalan jenis makanan

sehat dengan visual yang menarik perhatian anak.

2. Buku interaktif yang akan dirancang nantinya akan lebih efektif jika tidak banyak menggunakan kosakata pada tiap halamannya dan fokus pada visual. Hal ini dapat membantu mempermudah pemahaman belajar pada anak usia 3-5 tahun.
3. Merancang visual dalam buku dengan menggunakan warna cerah guna menarik dan memfokuskan pada anak-anak.
4. Menyajikan buku interaktif dengan fokus pengenalan jenis makanan sehat sebagai upaya pembelajaran sejak dini dan melatih motorik halus pada anak usia 3-5 tahun.
5. Buku interaktif berupa media campuran kain dan kertas.
6. Terdapat media pendukung sebagai daya tarik dari buku interaktif yaitu poster A3, sticker, gantungan kunci, tumblr, pouch dan akun instagram

3.1.3 Konsep Desain

Setelah menganalisa data primer dan sekunder maka ditarik satu kesimpulan. Tahapan selanjutnya yaitu penentuan *keyword* yang tepat untuk perancangan. Setelah melalui proses pencarian *keyword*, dipilihlah *keyword* yaitu “Media Edukasi Makanan Sehat Balita”. *Keyword* tersebut terdiri dari 5 kata. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), media adalah alat atau sarana komunikasi. Kata Edukasi memiliki arti pendidikan. Kata makanan mempunyai arti segala sesuatu yang dapat dimakan (seperti panganan, lauk-pauk, kue). Kata sehat memiliki arti baik seluruh badan serta bagian-bagiannya (bebas dari sakit). Kata balita memiliki arti anak yang berusia 0 – 59 bulan (Depkes, 2019)

3.1.4 Konsep Verbal

Strategi komunikasi dan konsep verbal pada perancangan buku interaktif pengenalan makanan sehat pada anak usia 3-5 tahun sebagai upaya membantu mengedukasi tentang pengenalan makanan sehat dengan menyesuaikan karakteristik anak usia balita yang dimana masih lemah dalam kemampuan verbal. Penyampaian

konsep verbal pada perancangan ini berupa beberapa kata berbahasa Indonesia dan asing (bahasa Inggris) yang ringan dan sederhana. Judul buku interaktif yang dipilih adalah “makanan Kesukaanku”, judul tersebut mengacu pada *keyword* yaitu “Media Edukasi Makanan Sehat Balita”. Makanan kesukaanku merupakan sebuah kalimat yang mengajak anak agar mereka menyukai berbagai jenis makanan sehat.

3.1.5 Konsep Visual

Gaya ilustrasi yang akan digunakan pada perancangan ini adalah ilustrasi dengan teknik *digital painting* dengan gaya *flat design*. Untuk warna menggunakan warna yang *colorful* sebagai citra dari fantasi anak-anak. Penggunaan warna cerah juga dapat menarik perhatian anak-anak dalam proses belajar.

3.1.6 Konsep Media

Media utama adalah buku interaktif dengan ukuran 21x21 cm (*square*) yang terdiri dari 10 halaman. Material yang digunakan berupa *hardcover laminasi* dif agar tidak mudah rusak dan tahan lama. Visual buku terbagi menjadi; sampul depan, punggung buku, sampul belakang. Sampul depan berisi judul, visual ilustrasi dan nama perancang buku. Bagian isi buku meliputi macam-macam permainan interaktif seperti dapat ditarik (*pull tab*), digerakkan (*participation*) hingga ditempel. Sampul belakang berisi visual ilustrasi, deskripsi singkat isi buku dan identitas perancang.

3.1.7 Final Desain

Setelah melakukan studi visual yang kemudian direspon menjadi alternatif desain karakter, terpilih final desain karakter tokoh utama. Pembuatan visual ini digambarkan sebagai anak balita usia 3-5 tahun.



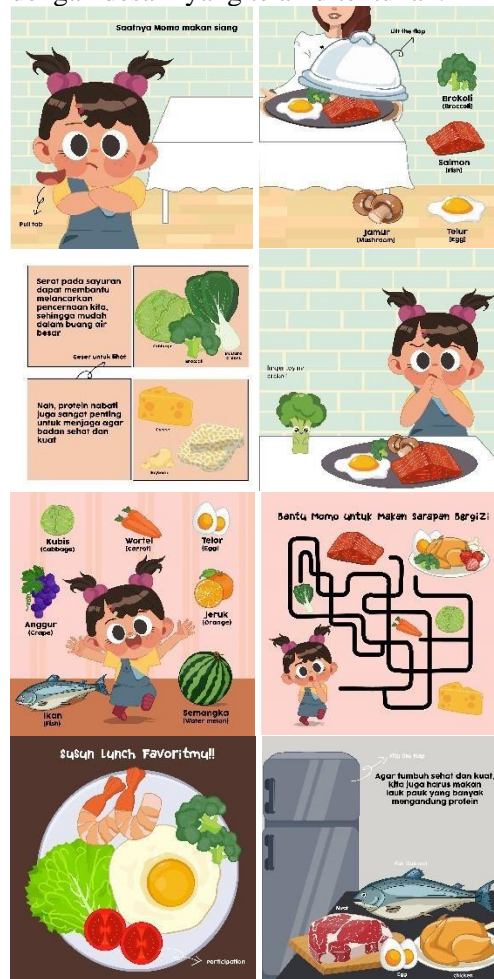
Gambar 1. Visual Karakter (Dokumentasi Peneliti)

pada sampul buku Makanan Kesukaanku mengilustrasikan visual karakter Momo yang merupakan balita usia 3-5 tahun dan dengan dikelilingi berbagai jenis makanan sehat, agar menarik perhatian anak-anak.



Gambar 2. Desain Final cover (Dokumentasi Peneliti)

Selanjutnya, proses *layouting* buku sesuai dengan desain yang telah ditentukan.



Gambar 3. Final Isi Buku (Dokumentasi Peneliti)

Berikut ini merupakan tautan buku interaktif yang bisa dibaca secara penuh, https://drive.google.com/file/d/1eYPeh9zBzOeAjl_RQeGUg4Ag1-FPxe13/view?usp=share_link

Perancangan dan digunakan sebagai media pembelajaran anak usia 3-5 tahun dalam pengenalan jenis makanan sehat. Dalam Ghozali (2020) menyebutkan penyajian media yang sesuai dengan karakteristik anak usia prabaca adalah menggunakan buku bergambar atau model buku (buku kain, *pop-up*, buku tegar) yang terdiri dari 1-3 kata perhalaman dan proporsi gambar 90%. Tidak hanya itu pemilihan layout berupa tebaran/*spread* adalah untuk memberikan penekanan pada satu adegan agar anak dapat mengamati ilustrasi yang ada.

Selain itu hasil wawancara bersama psikolog anak, Regina Sinta S.Psi. memaparkan, terdapat metode belajar yang efektif dan cocok untuk anak usia *golden age* yang dimana pada usia tersebut kinerja otak pada anak membutuhkan asupan informasi yang dapat memberikan dorongan serta pembelajaran dan pembentukan karakter, selain itu penggunaan media buku interaktif sebagai media pembelajaran pada anak dinilai cocok karena media ini merupakan metode pembelajaran dua arah, dia juga berpendapat bahwa penggunaan media visual sangat penting untuk belajar karena akan membantu anak-anak memahami topik dengan lebih cepat. Hasil wawancara yang selanjutnya bersama dengan dokter anak, dr. Rossa Setyowati Sp.a. yang menyatakan untuk membantu perkembangan motorik pada anak diperlukan media yang bisa membantu anak untuk melatih motorik mereka, yaitu dengan cara belajar melalui gerak refleks dan aktifitas tubuh. Keterlibatan anak dalam pembelajaran akan memberikan stimulasi yang baik pada motorik, kognitif maupun emosi pada anak.

untuk mengurangi masalah *picky eater* pada anak usia tersebut. Pada perancangan buku interaktif ini juga membantu menstimulasi motorik gerak pada anak, memunculkan kemampuan berpikir kritis dan kreatif melalui buku interaktif yang dirancang. Pemilihan buku interaktif sebagai media pembelajaran dikarenakan menyesuaikan dengan karakteristik anak usia 3-5 tahun yaitu dengan metode bermain sambil belajar.

4. SIMPULAN DAN SARAN

4.1. Kesimpulan

Asupan berupa nutrisi yang cukup diperlukan untuk perkembangan, kesehatan, dan kecerdasan anak. Buku interaktif “Makanan Kesukaanku” ini dirancang dengan tujuan sebagai media edukasi untuk anak usia 3-5 tahun dalam upaya pengenalan

jenis makanan sehat yang dapat membantu menstimulasi motorik gerak pada anak. Selain itu, buku interaktif ini berisikan permainan interaktif tentang jenis makanan sehat. Buku interaktif ini juga disusun dengan menyesuaikan karakteristik anak usia 3-5 tahun agar efektif dalam kegiatan pembelajaran. Sehingga isi konten dapat tersampaikan dengan baik.

5. SIMPULAN DAN SARAN

4.2. Kesimpulan

Asupan berupa nutrisi yang cukup diperlukan untuk perkembangan, kesehatan, dan kecerdasan anak. Buku interaktif “Makanan Kesukaanku” ini dirancang dengan tujuan sebagai media edukasi untuk anak usia 3-5 tahun dalam upaya pengenalan jenis makanan sehat yang dapat membantu menstimulasi motorik gerak pada anak. Selain itu, buku interaktif ini berisikan permainan interaktif tentang jenis makanan sehat. Buku interaktif ini juga disusun dengan menyesuaikan karakteristik anak usia 3-5 tahun agar efektif dalam kegiatan pembelajaran. Sehingga isi konten dapat tersampaikan dengan baik.

4.3. Saran

Perancangan buku interaktif ini disusun secara ilmiah dengan dilakukan sejumlah penelitian dan dikembangkan dari beberapa studi agar mendapatkan hasil yang sesuai. Namun, perancangan ini juga perlu ditingkatkan dan perlu disempurnakan karena masih ada kesalahan dan kekurangan. Sehingga kritik dan saran diperlukan bagi peneliti untuk menyempurnakannya. Peneliti juga berharap bahwa perancangan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak dan para peneliti masa depan yang bekerja pada subjek terkait.

6. DAFTAR RUJUKAN

- Atik . (2016). Makanan sehat dan Bergizi. *Fakultas Kedokteran UGM*
- Dewi, A. K., & Winarsih, B. D. (2017). Hubungan Peran Orangtua dalam Menstimulasi Perkembangan dengan Perkembangan Motorik Usia Prasekolah di TK Pertiwi Desa Kesambi Kab. Kudus. *Publikasi Riset Kesehatan Untuk Daya Saing Bangsa*.

- Eikstein S, Laniado D, Glick B. 2010. Does body length affect weight-for-length measurements in young children? *Clin Pediatr.* 2010;49(3):217–220. doi:10.1177/0009922809337331
- Ghozalli, E. 2020. Panduan Mengilustrasi dan Mendesain Cerita Anak Untuk Profesional
- Kemendes.go.id (2021 12 27) Penurunan Prevalensi Stunting Tahun 2021 Sebagai Modal Menuju Generasi Emas Indonesia 2045. Retrieved 10 22, 2022, from <https://kemkes.go.id/article/view/21122800001/penurunan-prevalensi-stunting-tahun-2021-sebagai-modal-menuju-generasi-emas-indonesia-2045.html>
- Kemendes RI (2014) Pedoman Gizi Seimbang. Retrieved 10 23, 2022, from https://www.academia.edu/39722605/Buku_Pedoman_Gizi_Seimbang_KEMENKES_Republik_Indonesia
- Kominfo.go.id (2019 03 25) Kominfo Ajak Masyarakat Turunkan Prevalensi Stunting. Retrieved 10 23, 2022, from https://www.kominfo.go.id/content/detail/17436/kominfo-ajak-masyarakat-turunkan-prevalensi-stunting/0/sorotan_media#:~:text=U%20pemerintah%20mencegah%20stunting%20dilakukan,untuk%20meningkatkan%20status%20gizi%20anak.
- Kusumaningrum, Novianti. (2022). TA: Perancangan Buku Interaktif Manfaat Konsumsi Buah dan Sayuran Sebagai Upaya Pengenalan untuk Anak Usia 3 – 5 Tahun (Universitas Dinamika).
- Latifah, A. (2020). Peran Lingkungan dan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Pembentukan Karakter Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Raudhatul Athfal (JAPRA)*
- Limanto, dkk. (2015) Perancangan Buku Interaktif untuk Memperkenalkan Ragam Profesi sebagai Sarana Pengembangan Minat Pelajar Usia dini, *Prosiding PKM-CSR*, Vol. 3
- Maherna, A. (2015). Pengaruh Metode Pembelajaran dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 4(3), 1-13.
- Masnuna. (2020). Desain Aplikasi Salim sebagai Media Pembelajaran untuk Menanggulangi Tindakan Kenakalan Remaja. *Anhdarupa: Jurnal Desain Komunikasi Visual & Multimedia*, 100
- Murni, (2017). Perkembangan Fisik, Kognitif, Dan Psikososial Pada Masa Kanak-Kanak Awal 2 - 6 Tahun. *Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry.*
- Padila, P., Andari, F. N., Harsismanto, J., Andri, J. (2019). *Tumbuh Kembang Anak Usia Toddler Berbasis Research*. Lubuklinggau: Asra
- PPID Kominfo, (2018). *Artikel Jurnal Pengenalan Stunting, Gejala dan Dampaknya*. Jawa Timur Tahun 2018.
- Prawira, A. E. (2021, 03 27). Gawat, 95 Persen Orang Indonesia Kurang Makan Sayur dan Buah. Retrieved 10 22, 2022, from [liputan6.com: https://www.liputan6.com/health/read/4516739/gawat-95-persen-orang-indonesiakurang-makan-sayur-dan-buah](https://www.liputan6.com/health/read/4516739/gawat-95-persen-orang-indonesiakurang-makan-sayur-dan-buah)
- Sehatnegeriku.kemkes.go.id (2017, 01 26). Hari Gizi Nasional 2017: Ayo Makan Sayur dan Buah Setiap Hari. Retrieved 10 22, 2022, from <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20170125/0419454/hari-gizi-nasional-2017-ayo-makan-sayur-dan-buah-setiap-hari>
- Sehatnegeriku.kemkes.go.id (2018, 11 3) Potret Kesehatan Indonesia Riskesdas 2018. Retrieved 10 22, 2022, from <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20181102/0328464/potret-sehat-indonesia-riskesdas-2018/>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta