

Membangun Kesadaran Gizi Anak Prasekolah Melalui Pasar Makanan Sehat

Santi Febri Arianti

Fakultas Teknologi Industri, Institut Teknologi Del, Indonesia

Article Info**Article history**

Received : Apr 18, 2025

Revised : Apr 30, 2025

Accepted : May 15, 2025

Abstrak

Pendidikan gizi sejak usia dini berperan penting dalam membentuk kebiasaan makan sehat dan mencegah risiko gizi buruk. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas kegiatan market day berbasis makanan lokal sebagai pendekatan edukasi gizi yang kontekstual dan kolaboratif di taman kanak-kanak. Pendekatan yang digunakan adalah studi kasus instrumental dengan metode deskriptif kualitatif yang didukung data kuantitatif deskriptif. Data dikumpulkan melalui observasi partisipatif, wawancara, dokumentasi, dan angket terbuka. Kegiatan dilaksanakan di TK YASPI Balige, melibatkan 20 anak usia 4–6 tahun dan orang tua mereka yang berkolaborasi menentukan produk makanan sehat berbasis umbi-umbian, biji-bijian, dan buah-buahan. Diskusi dilakukan melalui grup WhatsApp kelas, dan anak-anak berpartisipasi langsung sebagai penjual dan pembeli. Hasil menunjukkan 100% anak terlibat aktif, 90% memilih makanan sehat, dan 85% orang tua melaporkan peningkatan pemahaman gizi keluarga. Penelitian ini menawarkan kontribusi konseptual berupa model “Market Day Gizi Berbasis Keluarga”, yang mengintegrasikan pembelajaran berbasis pengalaman, partisipasi digital orang tua, dan edukasi gizi lokal. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan kontekstual yang kolaboratif efektif dalam memperkuat literasi gizi anak usia dini serta membangun keterlibatan keluarga dalam pendidikan karakter dan kesehatan anak.

Abstract

Early childhood nutrition education plays a crucial role in shaping healthy eating habits and preventing malnutrition risks. This study aims to explore the effectiveness of a local food-based market day as a contextual and collaborative approach to nutrition education in a kindergarten setting. The research employed an instrumental case study design with a descriptive qualitative method, supported by descriptive quantitative data. Data were collected through participatory observation, interviews, documentation, and open-ended questionnaires. The activity was implemented at TK YASPI Balige, involving 20 children aged 4–6 years and their parents, who collaborated to prepare and sell healthy food products made from tubers, grains, and fruits. Discussions were conducted via class-based WhatsApp groups, and children actively participated as both sellers and buyers. Results showed full participation from all children, with 90% selecting healthy foods and 85% of parents reporting improved family nutrition awareness. This study offers a conceptual contribution in the form of the “Family-Based Nutrition Market Day” model, which integrates experiential learning, digital parental involvement, and local food-based nutrition education. The findings demonstrate that a collaborative, context-based approach is effective in enhancing early childhood nutrition literacy and fostering family engagement in both character and health education.

Kata Kunci:Experiential Learning;
Gizi Anak Usia Dini;
Kolaborasi Digital;
Market Day;
Pendidikan Gizi Kontekstual

Corresponding Author:Santi Febri Arianti,
Fakultas Teknologi Industri/ Program Studi S1 Teknik Metalurgi
Institut Teknologi Del
Jl. Sisingamangaraja, Laguboti, Sumatera Utara, Indonesia, 22381
Santi.febri62@gmail.com*This is an open access article under the CC BY-NC license.*

PENDAHULUAN

Masa anak usia dini adalah fase penting dalam pembentukan gaya hidup sehat, termasuk kesadaran gizi. Pada usia dini, anak mengalami percepatan perkembangan fisik dan kognitif yang membutuhkan asupan nutrisi optimal. Namun, peningkatan konsumsi makanan cepat saji yang tinggi gula, garam, dan lemak namun miskin zat gizi kini menjadi tantangan serius (Muqodas dkk., 2024). Situasi ini dapat berdampak pada risiko stunting, penurunan imunitas, serta gangguan tumbuh kembang (Saijah dkk., 2015; Budiarti dkk., 2023; Kracht dkk., 2023).

Upaya edukasi gizi tidak hanya tanggung jawab sekolah, tetapi juga memerlukan keterlibatan keluarga. Kegiatan pasar makanan sehat seperti market day, yang mengajak anak dan orang tua terlibat dalam aktivitas transaksi edukatif makanan sehat di sekolah, merupakan pendekatan kontekstual dan menyenangkan. Kegiatan ini mampu memperkenalkan konsep makanan bergizi sekaligus menumbuhkan kebiasaan makan sehat melalui interaksi nyata (Fredericks dkk., 2020; Hanik dkk., 2021; Septia, 2024; Maisyura, 2022; Stapp & Mann, 2024).

Anak usia dini belajar paling efektif melalui pengalaman langsung dan interaksi sosial. Piaget (1951) menyatakan bahwa pada tahap praoperasional, anak membangun pemahaman melalui eksplorasi konkret. Vygotsky (1978) menekankan pentingnya scaffolding dalam zona perkembangan proksimal, di mana guru dan orang tua berperan sebagai pendamping belajar. Kolb (1984) menguatkan ini melalui teori experiential learning, yang mencakup pengalaman, refleksi, konseptualisasi, dan eksperimen aktif—semua terdapat dalam market day. Temuan serupa juga didukung oleh studi terbaru yang menyoroti pentingnya integrasi pembelajaran gizi dan praktik langsung dalam membentuk kebiasaan makan sehat anak (Rodriguez dkk., 2022; Lian dkk., 2025).

Dari sisi praktik, kegiatan ini juga mempererat kerja sama rumah dan sekolah. Diskusi orang tua dalam grup WhatsApp kelas tentang produk jualan, peran anak, serta pemilihan bahan makanan sehat menciptakan sinergi yang mendukung pendidikan gizi secara lebih luas. Pola komunikasi digital ini memperluas ruang belajar anak dan memperkuat nilai partisipatif keluarga (Choy dkk., 2024; Qualter, 2024).

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dalam edukasi gizi dapat meningkatkan literasi dan kebiasaan makan anak. Nicklaus dkk. (2018) dan Yon dkk. (2021) melaporkan efektivitas intervensi rumah-sekolah dalam perubahan perilaku makan. WHO (2018) juga mendorong pendekatan pendidikan gizi berbasis pangan lokal dan budaya, yang terbukti lebih diterima anak dan keluarga. Dukungan serupa ditunjukkan oleh Luecking dkk., (2020) dan Lian dkk., (2025) yang menekankan pentingnya kolaborasi antara institusi pendidikan anak usia dini dan keluarga dalam pelaksanaan praktik makan sehat.

Namun, sejauh ini masih terbatas studi yang mengembangkan model edukasi gizi kontekstual berbasis pasar makanan sehat dengan integrasi pembelajaran langsung, komunikasi digital, dan bahan pangan lokal dalam konteks pendidikan anak usia dini di Indonesia.

Penelitian ini mengusulkan model “Market Day Gizi Berbasis Keluarga” yang menggabungkan experiential learning, kolaborasi digital, dan penggunaan bahan lokal seperti umbi-umbian, biji-bijian, dan buah-buahan. Studi ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas kegiatan market day terhadap pemahaman gizi anak usia dini, keterlibatan orang tua, serta tantangan dalam penerapannya sebagai media edukasi gizi yang kontekstual dan kolaboratif.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan desain studi kasus instrumental (Stake, 1995) untuk mengeksplorasi pelaksanaan market day berbasis makanan sehat di taman kanak-kanak, serta dampaknya terhadap pemahaman gizi anak usia dini dan keterlibatan orang tua (Hijriati, 2021; Hanik dkk., 2021). Selain itu, pendekatan ini mendekati kerangka Participatory Action Research (PAR), di mana peneliti terlibat aktif dalam merancang, melaksanakan, dan merefleksikan kegiatan bersama guru, anak, dan orang tua (Muarrofah & Viana, 2024).

Penelitian dilakukan di TK YASPI Balige, Kabupaten Toba, Sumatera Utara, pada Februari 2025. Kegiatan terdiri atas tiga tahap utama: koordinasi awal (minggu pertama), pelaksanaan market day dan pengumpulan data (minggu kedua dan ketiga), serta evaluasi bersama (minggu keempat). Lokasi dipilih karena keterbukaan lembaga terhadap inovasi kolaboratif antara rumah dan sekolah.

Subjek ditentukan secara purposive, meliputi 20 anak usia 4–6 tahun, 20 orang tua, dua guru kelas, dan satu kepala sekolah. Kriteria inklusi meliputi: (1) anak terdaftar sebagai murid aktif TK YASPI dan berada pada rentang usia prasekolah (4–6 tahun); (2) anak dan orang tua bersedia serta tersedia untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan market day; (3) orang tua aktif dalam diskusi kelas yang dilakukan melalui grup WhatsApp; dan (4) orang tua memberikan izin tertulis untuk partisipasi anak dalam kegiatan dan dokumentasi. Teknik pengumpulan data menggunakan triangulasi metode dan sumber untuk meningkatkan kredibilitas temuan, sebagaimana dirangkum dalam Tabel 1.

Tabel 1: Teknik dan Sumber Pengumpulan Data

Teknik	Sumber Data	Tujuan
Observasi partisipatif	Anak, guru	Mengamati perilaku saat jual beli makanan sehat
Wawancara semi-terstruktur	Orang tua, guru	Mendalami persepsi dan pengalaman selama kegiatan
Angket terbuka	Orang tua	Menilai perubahan pemahaman gizi anak dan keluarga
Dokumentasi	Foto, catatan lapangan, hasil karya anak	Menguatkan narasi deskriptif dan bukti visual kegiatan

Data dianalisis dengan pendekatan analisis tematik menurut Braun dan Clarke (2006), melalui enam tahap: familiarisasi, pengkodean awal, pencarian dan peninjauan tema, penamaan, serta pelaporan akhir. Proses dilakukan manual untuk menjaga kedekatan peneliti dengan konteks lapangan dan fleksibilitas dalam penggalian makna.

Selain kualitatif, data kuantitatif deskriptif diperoleh dari angket dan tabulasi frekuensi pilihan makanan yang dijual dan dibeli anak. Analisis dilakukan secara integratif, menggabungkan temuan tematik dengan data numerik (frekuensi dan persentase) untuk memperkuat interpretasi. Data kuantitatif ini tidak dianalisis secara inferensial, melainkan digunakan sebagai indikator deskriptif yang melengkapi dan memperkuat temuan kualitatif.

Validitas data dijaga dengan merujuk pada empat kriteria trustworthiness menurut (Lincoln & Guba, 1985): credibility (melalui triangulasi dan member checking), transferability (deskripsi kontekstual rinci), dependability (dokumentasi sistematis), dan confirmability (refleksi dan objektivitas peneliti). Keempat prinsip ini diterapkan secara menyeluruh untuk memastikan keandalan dan akurasi hasil.

Model konseptual dalam penelitian ini disajikan pada Gambar 1, yang mengintegrasikan prinsip experiential learning, kolaborasi digital antara rumah dan sekolah, serta konteks pangan lokal. Model ini menjadi landasan desain kegiatan market day sebagai pendekatan edukasi gizi anak usia dini berbasis keluarga.



Gambar 1. Model Konseptual “Market Day Gizi Berbasis Keluarga

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pelaksanaan kegiatan market day di TK YASPI Balige memperlihatkan keterlibatan aktif dari 20 anak usia 4–6 tahun dalam proses jual beli makanan sehat. Setiap anak menunjukkan minat tinggi saat menjual produk mereka, menjelaskan bahan dasar kepada pembeli, serta saling bertukar makanan dengan teman sekelas. Sebanyak 90% anak memilih makanan sehat berbasis bahan lokal seperti buah, umbi, dan biji-bijian. Grafik 1 menunjukkan bahwa kategori makanan sehat yang paling banyak dijual anak adalah buah-buahan dan biji/kacang, masing-masing sebanyak tujuh jenis, disusul umbi-umbian sebanyak enam jenis. Hal ini menunjukkan bahwa anak dan orang tua cenderung memilih bahan pangan lokal yang mudah diolah dan digemari anak, seperti buah segar, jagung, dan kacang-kacangan. Visualisasi data tersebut dapat dilihat pada Grafik 1.

Sebagian besar anak mampu mengidentifikasi makanan yang lebih sehat (misalnya jus buah atau keripik ubi buatan sendiri) dibandingkan makanan yang biasa dikonsumsi sehari-hari. Kegiatan ini juga menstimulasi kemampuan komunikasi anak melalui aktivitas transaksi sederhana.

Keterlibatan orang tua dalam kegiatan market day tampak sangat kuat, khususnya melalui diskusi aktif yang berlangsung dalam grup WhatsApp masing-masing kelas, yaitu PAUD, TK A, dan TK B. Melalui media komunikasi ini, para orang tua berdiskusi untuk menentukan produk makanan sehat yang akan dijual oleh anak-anak mereka agar tidak terjadi pengulangan jenis produk dalam satu kelas. Proses ini tidak hanya menjadi ajang koordinasi logistik, tetapi juga menunjukkan kolaborasi antarorang tua dalam hal penyediaan bahan, pengemasan makanan, hingga ide kreatif lainnya seperti pembuatan topi koki yang didesain dan dikerjakan bersama anak untuk digunakan saat kegiatan berlangsung. Bukti dokumentasi kegiatan diperlihatkan pada Gambar 2.

Hasil angket yang dibagikan kepada dua puluh orang tua menunjukkan bahwa delapan puluh lima persen dari mereka merasa terdorong untuk lebih rutin menyediakan bekal sehat untuk anak setelah mengikuti kegiatan ini. Tujuh puluh lima persen menyatakan terinspirasi untuk melibatkan anak dalam proses persiapan makanan di rumah, seperti memilih bahan makanan, mencuci buah, atau menghias bekal. Sementara itu, seluruh responden menyatakan bahwa kegiatan market day memperkuat interaksi dan komunikasi antara rumah dan sekolah. Grafik 2 memperlihatkan bahwa perubahan perilaku paling menonjol terjadi pada penyediaan bekal sehat (85%), diikuti oleh melibatkan anak dalam memasak (75%). Menariknya, seluruh responden (100%) menyatakan adanya peningkatan interaksi antara rumah dan sekolah, menggarisbawahi kekuatan pendekatan kolaboratif dalam edukasi gizi. Visualisasi data tersebut dapat dilihat pada Grafik 2.

Motivasi anak terlihat dari antusiasme mengenakan topi koki, menjaga meja jualan, dan berbicara kepada 'pembeli'. Anak juga menunjukkan refleksi sederhana tentang makanan yang mereka makan seperti "jagung itu sehat" dan "ubi bikin kuat". Orang tua mencatat bahwa anak-anak membicarakan kembali makanan sehat di rumah dan lebih terbuka terhadap konsumsi buah dan sayur setelah kegiatan. Grup WhatsApp menjadi sarana efektif yang tidak hanya mempermudah logistik kegiatan, tetapi juga membangun budaya kolaboratif. Platform ini menjadi *digital scaffolding* bagi pembelajaran anak dan partisipasi orang tua secara real-time.



Grafik 1. Jumlah Jenis Makanan Berdasarkan Kategori



Grafik 2. Hasil Angket Orang Tua setelah Kegiatan Market Day



Gambar 1: Dokumentasi Kegiatan Market Day di TK YASPI Balige

Pembahasan

Kegiatan market day yang dilaksanakan di TK YASPI Balige menunjukkan keterkaitan yang kuat dengan teori Experiential Learning yang dikemukakan oleh (Kolb, 1984). Dalam teori ini, proses pembelajaran terjadi melalui empat tahap utama, yaitu pengalaman konkret, refleksi aktif, konseptualisasi abstrak, dan eksperimen aktif. Seluruh tahapan ini tercermin dalam kegiatan yang dilakukan oleh anak-anak. Mereka mengalami pengalaman konkret saat menjual dan mencicipi makanan sehat, melakukan refleksi melalui diskusi bersama orang tua tentang pilihan makanan yang sehat, membentuk pemahaman konseptual mengenai kandungan gizi dari bahan makanan lokal, dan melanjutkan dengan eksperimen aktif dalam bentuk kebiasaan baru seperti menyiapkan atau memilih bekal sehat di rumah.

Dalam perspektif sociocultural learning yang dikemukakan oleh Vygotsky (1978), pembelajaran optimal pada anak terjadi ketika mereka didampingi oleh orang dewasa atau rekan sebaya dalam zona perkembangan proksimalnya. Dalam konteks ini, peran orang tua dan guru sangat penting sebagai pendamping (scaffolding) yang memberikan bimbingan dan memfasilitasi proses eksplorasi anak terhadap konsep makanan sehat. Interaksi yang dibangun melalui kegiatan ini menunjukkan bahwa anak tidak hanya belajar secara individual, tetapi juga melalui keterlibatan sosial yang bermakna.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan temuan Nicklaus dkk. (2018) dan Yon dkk. (2021), yang menekankan bahwa pendekatan pendidikan gizi yang melibatkan keluarga secara aktif, termasuk melalui media digital seperti WhatsApp, dapat memberikan pengaruh positif terhadap perubahan perilaku konsumsi anak. Dalam hal ini, integrasi komunikasi digital antarorang tua dan guru terbukti efektif dalam mengoordinasikan edukasi gizi secara bersama, sekaligus memperkuat sinergi rumah dan sekolah dalam membentuk kebiasaan makan sehat anak usia dini.

Dari segi kontribusi teoretis, penelitian ini memberikan sumbangan baru dalam pengembangan pendidikan gizi anak usia dini melalui pengusulan model pembelajaran yang menggabungkan pengalaman langsung dan kolaborasi keluarga-sekolah. Model ini, yang dapat disebut sebagai experiential-nutrition learning, memperlihatkan bagaimana kegiatan yang dirancang kontekstual dan partisipatif dapat membangun pemahaman anak terhadap konsep gizi secara menyeluruh. Selain itu, penelitian ini menyoroti pemanfaatan teknologi sederhana seperti grup WhatsApp sebagai sarana keterlibatan orang tua secara real-time dalam proses pendidikan gizi anak. Integrasi antara konten gizi dan penguatan karakter seperti tanggung jawab, kemandirian, serta keterampilan sosial anak juga menjadi dimensi penting yang ditekankan dalam model ini.

Secara praktis, kegiatan ini memberikan inspirasi bagi sekolah PAUD untuk mengadopsi model market day berbasis keluarga sebagai program tahunan yang dapat diintegrasikan dalam kurikulum tematik. Kegiatan ini relevan dengan Gerakan PAUD Berkualitas serta upaya pencegahan stunting melalui edukasi berbasis komunitas. Lebih jauh, pendekatan ini dapat dijadikan rujukan untuk mengembangkan modul parenting yang berbasis pada potensi lokal, memperkuat praktik konsumsi sehat dalam konteks budaya dan ketersediaan pangan di lingkungan anak.

KESIMPULAN

Kegiatan market day di TK YASPI Balige yang berbasis pada jual beli makanan sehat lokal terbukti menjadi pendekatan edukatif yang efektif dalam meningkatkan pemahaman gizi anak usia dini.

Kegiatan ini memadukan pembelajaran berbasis pengalaman, keterlibatan orang tua secara langsung maupun digital, serta integrasi nilai-nilai karakter seperti tanggung jawab, kemandirian, dan komunikasi sosial.

Anak prasekolah menunjukkan kemampuan dalam mengidentifikasi makanan sehat, mengkomunikasikan pilihan mereka, dan membangun interaksi sosial yang bermakna. Orang tua tidak hanya terlibat dalam penyediaan makanan, tetapi juga dalam proses diskusi dan refleksi bersama anak melalui platform digital (grup WhatsApp kelas), menjadikan kegiatan ini sebagai contoh nyata dari kolaborasi rumah dan sekolah yang kuat.

Secara teoritis, penelitian ini menawarkan model baru dalam pendidikan gizi anak usia dini: Market Day Gizi Berbasis Keluarga, yang menggabungkan *experiential learning*, literasi gizi lokal, dan keterlibatan orang tua dalam satu pendekatan terintegrasi. Secara praktis, model ini dapat direplikasi dan dikembangkan sebagai program intervensi edukasi gizi dalam konteks PAUD dan pengabdian masyarakat berbasis komunitas.

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan dalam hal generalisasi temuan karena dilaksanakan dalam skala kecil dan konteks lokal tunggal. Efektivitas program belum diukur dengan pendekatan kuantitatif longitudinal atau uji pembandingan dengan kelompok kontrol, sehingga dampak jangka panjangnya terhadap perubahan perilaku makan anak belum dapat disimpulkan secara menyeluruh.

Untuk kegiatan selanjutnya, disarankan dilakukan pengembangan model ke lebih banyak satuan PAUD dengan variasi latar budaya dan wilayah. Penggunaan instrumen evaluasi kuantitatif yang lebih terstruktur, serta pelibatan ahli gizi dan pendidik anak usia dini, dapat memperkaya dimensi intervensi. Selain itu, integrasi kegiatan ini ke dalam kurikulum tematik dan program parenting dapat memperluas daya jangkauan dan dampak edukatif kegiatan secara berkelanjutan.

Referensi

- Amin Yon, B. A., Taylor, J. C., et al., S. A. (2021). Parental engagement in nutrition interventions improves children's dietary intake: A systematic review. *Appetite*, 168, 105746. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105746>
- Budiarti, E., Rohmah, S., Kasiati, K., Pertiwi, H., & Umilia, U. (2023). Meningkatkan Pemahaman Pentingnya Makan Makanan Bergizi Seimbang Melalui Kegiatan Makan Bersama Di Ra Al Fata Rokan Hulu. *HEALTHY: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(4), 218–229. <https://doi.org/10.51878/healthy.vii4.1817>
- Choy, Y. N., Lau, E. Y. H., & Wu, D. (2024). Digital Parenting and Its Impact on Early Childhood Development: A Scoping Review. *Education and Information Technologies*, 29, 22147–22187. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10639-024-12643-w>
- Fredericks, L., Koch, P. A., & Liu, A. A. (2020). Experiential Features of Culinary Nutrition Education That Drive Behavior Change: Frameworks for Research and Practice. *Health Promotion Practice*, 21(3), 331–335. <https://doi.org/10.1177/1524839919899902>
- Hijriati, P. (2021). *Penerapan Kegiatan Market Day terhadap Kemampuan Sosial Emosional Anak Usia 5–6 Tahun di TK IT Mina Aceh Besar*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.
- Kolb, D. A. (1984). Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development. In *Prentice Hall*.
- Kracht, C. L., Burkart, S., Flanagan, E. W., & Davis, A. M. (2023). Policy, System, and Environmental Interventions in Early Childhood. *Obesity Reviews*, 24(1). <https://doi.org/10.1111/obr.13547>
- Lian, H., Øverby, N. C., Vik, F. N., Medin, A. C., Osorio, N. G., Helle, C., & Helland, S. H. (2025). Implementation Strategies: Lessons Learned During an E-Learning Intervention to Improve Dietary Behaviors and Feeding Practices in Early Childhood Education and Care. *BMC Nutrition*, 11. <https://bmcnutr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40795-024-00990-3>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic Inquiry*. SAGE Publications.
- Luecking, C. T., Mazzucca, S., & Ward, D. S. (2020). Supporting Early Care and Education Providers' Implementation of Nutrition and Physical Activity Best Practices: A Scoping Review. *Preventing Chronic Disease*, 17. <https://doi.org/10.5888/pcd17.200067>
- Maisyura, F. (2022). *Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui Bekal Makanan di TK Anugerah Aceh Selatan*.
- Marty Nicklaus, S., Monnery-Patris, S., L. (2018). Learning to eat healthy: Connecting children and families with nutrition education. *Appetite*, 128, 254–265. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.06.021>
- Menor-Rodriguez, M. J., Cortés-Martín, J., Rodríguez-Blanque, R., Tovar-Gálvez, M. I., Aguilar-Cordero, M. J., & Sánchez-García, J. C. (2022). Influence of an Educational Intervention on Eating Habits in School-Aged Children. *Children (Basel, Switzerland)*, 9(4). <https://doi.org/10.3390/children9040574>
- Muarrofah, R. O. V. & A. (2024). Sinergi Akademisi dan Sekolah dalam Membangun Kesadaran Konsumsi Snack Sehat melalui Produk Halal pada Orang Tua di TK Khadijah 21 Banyuwangi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 55–60.
- Muqodas, I., Saputri, N. A., & Karomaunnisa, N. (2024). Upaya meningkatkan gizi anak usia dini melalui kegiatan workshop membuat bento. *Journal, Community Development*, 5(4), 7731–7737.
- Organization, W. H. (2018). *Guiding Principles for Complementary Feeding of the Breastfed Child*. World Health

- Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/44345>
- Piaget, J. (1951). Play, Dreams and Imitation in Childhood. In *Routledge*.
- Qualter, D. (2024). From Digital Exclusion to Digital Inclusion: Shaping the Role of Parental Involvement in Home-Based Digital Learning – A Narrative Literature Review. *Journal of Educational Computing Research*, 41(2), 120–144. <https://doi.org/10.1080/07380569.2024.2322167>
- Saijah, Lestari, S., & Yusuf, A. (2015). Peningkatan Pemahaman Gizi Seimbang pada Anak Usia 5-6 Tahun di Taman Kanak-Kanak. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 4(9), 1–13. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/viewFile/11298/10712>
- Septia, A. (2024). Meningkatkan Kecerdasan Interpersonal Melalui Kegiatan Market Day Pada Anak Kelompok B Di Tk It Al-Fayyadh Jatiagung Lampung Selatan.
- St. Ummi Hanik, Hadi Purwoko, S. I. (2021). Penerapan Kegiatan Market Day Berbasis Pada Kolaborasi Orang Tua Dan Anak Untuk Mengembangkan Kemandirian Anak Di Taman Kanak - Kanak Pertiwi Kragan. 63–68.
- Stake, R. E. (1995). *The Art of Case Study Research*. SAGE Publications.
- Stapp, A., & Mann, G. (2024). *Journal of Public Health in the Deep South Teachers ' Perceptions of an Integrated Nutrition Education Curriculum and the Impact on Preschoolers ' Food Liking Teachers ' Perceptions of an Integrated Nutrition Education Curriculum and*. 4(2).
- Virginia Braun, V. C. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp0630a>
- Vygotsky, L. S. (1978). Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. In *Harvard University Press*.