

ABSTRAK

Pola makan dengan gizi seimbang merupakan perilaku sehat yang berguna untuk memenuhi kebutuhan gizi dan energi anak usia sekolah. Pendidikan kesehatan dengan metode edukasi gizi akan mendorong untuk menerapkan perilaku sehat dan menjadikan anak usia sekolah lebih mudah memahami materi pendidikan kesehatan yang diberikan.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh metode edukasi gizi terhadap pola makan dan status gizi anak usia sekolah. Jenis penelitian deskriptif dengan metode penelitian *Systematic Literature Review* (SLR) menggunakan desain penelitian *experimental*, partisipan anak usia sekolah dengan variabel independen metode edukasi gizi dan variabel dependen pola makan dan status gizi.

Hasil penelitian Fajrin *et al* (2018) dengan metode edukasi gizi *peer group* dapat mempengaruhi peningkatan pengetahuan terhadap pola makan dengan berubahnya kebiasaan sarapan pagi yang sebelumnya tidak sarapan, efektif mempengaruhi peningkatan status gizi normal. Hasil penelitian Hareke *et al* (2018) adanya perubahan pola makan dengan meningkatnya konsumsi camilan sehat dan perubahan berat badan kelompok intervensi sebelum edukasi dengan nilai 20,5% dan sesudah edukasi 21,4%, sedangkan kelompok kontrol sebelum edukasi dengan nilai 12,5% dan sesudah edukasi menunjukkan nilai 19,1%. Sedangkan pada penelitian Sartika (2012) ada peningkatan pengetahuan dengan nilai sebelum intervensi yaitu 8,38 dan nilai sesudah intervensi yaitu 8,69 (p value = 0,012). Pengetahuan mempengaruhi peningkatan konsumsi sarapan pagi partisipan dengan nilai sebesar 0,07 (p value = 0,05), dari hasil *recall* ada peningkatan asupan energi dan zat gizi makro.

Terdapat pengaruh metode edukasi gizi terhadap pola makan dan status gizi pada anak usia sekolah.

Kata kunci : Anak usia sekolah, pola makan, status gizi, edukasi gizi