

LITERASI KESEHATAN UNTUK ANAK USIA DINI MELALUI KEGIATAN *HEALTHY DRINKS*

Lilik Sofwatul Mala

Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Kependidikan,
Universitas Islam Negeri Sunan Kaljaga Yogyakarta
Sofwatulmala2@gmail.com

Fahrunnisa

Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Kependidikan,
Universitas Islam Negeri Sunan Kaljaga Yogyakarta
Fahrunnisa@uin-suka.ac.id

Kulsum Nur Hayati

Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Kependidikan,
Universitas Islam Negeri Sunan Kaljaga Yogyakarta
Kulsum.nurhayati@uin-suka.ac.id

Abstrak

Literasi kesehatan sejak usia dini memiliki peran penting dalam membentuk pola hidup sehat anak. Salah satu aspek yang perlu diperkenalkan adalah pemahaman tentang minuman sehat (*healthy drinks*) guna membangun kebiasaan konsumsi yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis implementasi kegiatan literasi kesehatan melalui pengenalan dan praktik konsumsi minuman sehat pada anak usia dini. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Subjek penelitian terdiri dari 25 anak usia dini di lembaga pendidikan anak usia dini (PAUD) yaitu RA Masyithoh Wareng Butuh Purworejo yang berpartisipasi dalam kegiatan literasi kesehatan selama satu bulan. Data dianalisis menggunakan teknik analisis tematik untuk memahami pola konsumsi dan respons anak terhadap berbagai jenis minuman sehat yang diperkenalkan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 25 anak yang berpartisipasi, 95% lebih menyukai jus buah, 75% tidak menyukai wedhang jahe, 80% lebih menyukai teh herbal kunyit dan asam jawa, serta 100% lebih menyukai susu. Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pemahaman anak tentang manfaat minuman sehat, tetapi juga menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan. Antusiasme anak meningkat saat mereka mencoba berbagai minuman bergizi dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan. Kesimpulannya, penerapan literasi kesehatan melalui kegiatan *healthy drinks* efektif dalam meningkatkan kesadaran anak usia dini terhadap pentingnya pola konsumsi minuman sehat. Diharapkan kegiatan ini dapat diterapkan secara luas guna membangun fondasi gaya hidup sehat sejak dini.

Kata Kunci: Literasi Kesehatan, Anak Usia Dini, *Healthy Drinks*

Abstract

Health literacy from an early age plays an important role in shaping a healthy lifestyle for children. One aspect that needs to be introduced is an understanding of healthy drinks in order to build good consumption habits. This study aims to analyze the implementation of health literacy activities through the introduction and practice of consuming healthy drinks in early childhood. This study uses a descriptive qualitative method with data collection techniques through observation, interviews, and documentation. The subjects of the study consisted of 25 early childhood education institutions (PAUD), namely RA Masyithoh Wareng Butuh Purworejo who participated in health literacy activities for one month. Data were analyzed using thematic analysis techniques to understand children's consumption patterns and responses to various types of healthy drinks that were introduced. The results showed that of the 25 children who participated, 95% preferred fruit juice, 75% did not like ginger wedhang, 80% preferred turmeric and tamarind herbal tea, and 100% preferred milk. This activity not only increased children's understanding of the benefits of healthy drinks but also created a fun learning experience. Children's enthusiasm increased as they tried various nutritious drinks and

actively participated in activities. In conclusion, the implementation of health literacy through healthy drinks activities is effective in increasing early childhood awareness of the importance of healthy drink consumption patterns. It is hoped that this activity can be widely implemented to build a foundation for a healthy lifestyle from an early age.

Keywords: *Health Literacy, Early Childhood, Healthy Drink*

PENDAHULUAN

Pendidik merupakan pelaku utama yang memegang peranan penting dalam pendidikan karakter dan pembiasaan dalam kehidupan sehari-hari anak di sekolah. Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan komponen utama dalam mendukung pendidikan anak usia dini di lembaga pendidikan (Robiah & Kurniawaty, 2022). Diharapkan para pendidik dapat mempertahankan kebiasaan-kebiasaan bermanfaat yang selama ini telah konsisten diterapkan di rumah, begitupun sebaliknya (Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan RI, 2019). Oleh karena itu, penting bagi para pendidik untuk memahami sepenuhnya peran mereka dalam menjaga kesehatan anak usia dini, khususnya di lembaga pendidikan.

Orang tua dan orang dewasa lainnya yang menghabiskan waktu bersama anak-anak memiliki peran penting dalam mengenalkan mereka pada makanan sehat, mencegah mereka mengonsumsi makanan yang sedang tren, dan mengajarkan mereka nilai dari makan dengan baik sehingga mereka dapat bermain, merasa puas, dan akhirnya mewujudkan impian mereka sambil menjaga kesehatan fisik dan mental yang baik (Aristiana et al., 2015). Oleh karena itu, diperlukan dukungan dari pendidik dan orang

tua untuk menyadarkan anak akan pentingnya makanan dan minuman sehat yang berdampak pada pola makan anak dan kehidupannya di masa mendatang.

Salah satu cara menyadarkan anak yaitu dengan memperbanyak literasi. Literasi artinya kemampuan dalam mengolah informasi dan pengetahuan untuk kecakapan hidup. Negara yang maju identik dengan penduduk yang memiliki tingkat literasi yang tinggi pula. Handayani mengatakan bahwa literasi kontemporer bermakna sebagai kemampuan seseorang dalam menggunakan informasi tertulis ataupun cetak untuk mengembangkan pengetahuan sehingga mendatangkan manfaat bagi masyarakat (Hanadayani, 2019). Jadi yang dimaksud dengan literasi kesehatan adalah upaya penyadaran anak dan pencegahan agar anak terhindar dari berbagai gangguan kesehatan dan penyakit yang mengakibatkan perlunya dilakukan pemeriksaan, pengobatan, dan perawatan. Literasi kesehatan pada penelitian ini yaitu menumbuhkan pola hidup sehat pada anak sejak dini melalui kegiatan *Healthy Drinks* yaitu memberikan beberapa minuman sehat selama satu bulan dengan menggunakan kegiatan yang menyenangkan.

Anak di usia dini sedang melalui tahap perkembangan kritis yang akan memengaruhi

mereka di masa depan. Anak-anak akan mengalami banyak perkembangan dan pertumbuhan fisik dan mental selama tahun-tahun awal mereka. Anak-anak pada usia ini juga akan bereaksi dan menyerap informasi dengan cepat. Oleh karena itu, berbagai pengalaman awal akan menjadi dasar fundamental bagi masa depan seorang anak (Inten & Permatasari, 2019). Tingginya prevalensi gizi buruk pada anak diungkapkan oleh Kementerian Kesehatan. Hal ini dibagi menjadi tiga kategori oleh Kementerian Kesehatan. Kategori pertama adalah indeks gizi buruk berat badan per umur. Gizi buruk berat badan per umur di Indonesia mencapai 17%, lebih tinggi dari ambang batas WHO sebesar 10%. Angka gizi buruk masih tinggi yaitu 27,5% pada kategori kedua, yaitu indeks tinggi badan per umur. Angka 20% merupakan batas WHO. Kategori ketiga, yaitu indeks berat badan per tinggi badan, masih memiliki angka gizi buruk sebesar 11%, lebih tinggi dari batas WHO sebesar 5% (Indonesia, 2017).

Banyak penyakit yang muncul akibat dari pola hidup tidak sehat yang ditimbulkan oleh maraknya junk food dan minuman di era milenial saat ini (Astuti, 2016). Makanan cepat saji yang lezat, menyegarkan, dan mampu menghilangkan rasa lapar dan haus saat ini menjadi hal yang dikonsumsi masyarakat tanpa mempertimbangkan jenis dan komposisi makanan atau minuman tersebut. Apalagi jika hal ini terjadi pada anak

balita yang perilaku "ngemil"-nya sudah sangat menstimulasi (Reista et al., 2021).

Faktanya, banyak anak kecil dalam kehidupannya yang mengalami masalah kesehatan. Pertumbuhan dan perkembangan anak akan terganggu jika mereka mengalami masalah kesehatan, seperti cacingan, demam, virus, atau kelaparan. Masalah-masalah ini perlu segera diatasi dengan memberikan asupan berupa minuman bergizi. Hal ini berdampak pada perkembangan fisik-motorik anak selain pertumbuhannya (Robiah & Kurniawaty, 2022). Anak usia dini masih belum mampu membedakan minuman yang baik dan yang membahayakan atau tidak bergizi, maka peran orang tua dan pendidik sangatlah penting dalam hal ini.

Salah satu lembaga pendidikan Raudlatul Athfal yang menganut asas pengembangan holistik-integratif adalah RA Masyitoh Wareng. Selain memberikan layanan pendidikan, RA juga memberikan layanan kesehatan vitamin anak usia dini, yang dilaksanakan dengan kegiatan-kegiatan yang bersifat merangsang seperti memastikan anak-anak memperoleh gizi yang cukup untuk mendukung perkembangan jasmani dan rohani mereka serta meningkatkan kecerdasan sosial, intelektual, emosional, dan spiritual mereka. Pemberian minuman bergizi kepada anak-anak di sekolah merupakan program yang dirancang untuk memenuhi kebutuhan minuman tersebut; ini merupakan salah satu cara untuk

menghindari pilihan minuman yang kurang sehat dan bersih (Achmadi et al., 2023)

Healthy Drinks untuk anak-anak usia dini, khususnya di RA Masyitoh Wareng, disediakan sebagai bagian dari upaya penyediaan *Healthy Drinks*. Selama satu bulan, kegiatan ini meliputi berbagai minuman bergizi, seperti jus buah selama minggu pertama bulan November, minuman herbal yang terbuat dari kunyit dan asam jawa selama minggu kedua, minuman jahe selama minggu ketiga, dan susu selama minggu keempat. Kegiatan ini dimaksudkan untuk meningkatkan pengetahuan anak-anak tentang *Healthy Drinks* dan mengenalkan mereka pada berbagai *Healthy Drinks* yang meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan serta kesehatan.

METODE PENELITIAN

Tingkat literasi kesehatan anak-anak usia dini setelah terlibat dalam program *Healthy Drinks* ditentukan dan dijelaskan dalam penelitian ini menggunakan metode Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan implementasi literasi kesehatan melalui kegiatan *healthy drinks* pada anak usia dini. Penelitian ini berfokus pada pengalaman anak-anak dalam mengenal dan mengonsumsi berbagai jenis minuman sehat serta dampaknya terhadap kesadaran mereka tentang pentingnya pola konsumsi yang baik.

Sebanyak 25 anak berusia antara 4 dan 6 tahun yang mengikuti fasilitas pendidikan anak usia dini (PAUD) tertentu menjadi bagian dari kelompok penelitian. Secara sengaja, sampel diambil dari anak-anak yang secara aktif terlibat dalam inisiatif *Healthy Drinks*.

Metode penelitian meliputi (1) persiapan, yang meliputi pengumpulan bahan informasi mengenai *Healthy Drinks* dan membuat kegiatan yang berpusat di sekitar mereka selama sebulan (minggu 1: Jus Buah, minggu 2: Kunyit dan Asam Jawa, minggu 3: Minuman Jahe, dan minggu 4: Susu Sehat). (2) Implementasi: Melalui cerita, introspeksi, dan pengalaman langsung menciptakan minuman bergizi, anak-anak diperkenalkan pada berbagai pilihan *Healthy Drinks*. Anak-anak diminta untuk berlangganan dan berbagi pemikiran mereka tentang rasa dan keuntungan minuman. (3) Observasi langsung selama tindakan dan pengumpulan data. Anak-anak menyelesaikan survei dengan bantuan dari orang tua atau pendidik. (4) Analisis Data Untuk mengkarakterisasi tingkat literasi kesehatan anak-anak sebelum dan sesudah kegiatan, data diperiksa secara deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan dari program *Healthy Drinks* ini adalah untuk membantu sekolah memenuhi kebutuhan gizi harian anak-anak agar kesehatan mereka dapat terjaga secara

maksimal, mewujudkan kebiasaan minum yang sehat bagi anak-anak, menegakkan perilaku mandiri pada anak-anak, dan memengaruhi antusiasme dan fokus anak-anak di kelas. Pembinaan yang disebutkan di atas sejalan dengan keuntungan dari pemberian minuman bergizi pada anak usia dini (Hikmawati, 2023).

Gambaran awal minuman harian anak anak RA Masyitoh Wareng sebelum diberlakukan kegiatan *Healthy Drinks*, 70% anak selalu membeli minuman cepat saji, seperti marimas, tea jus, dan minuman yang botol cepat saji lainnya seperti susu botol ataupun susu kemasan. Adapun 30% anak lainnya membawa air mineral. Dari kejadian tersebut sangat terlihat bahwa sedikit saja anak yang memperhatikan *Healthy Drinks* yang konsumsi, sehingga diawatirkan akan menyebabkan penyakit yang datang dikemudian hari.

Rata-rata minuman cepat saji banyak mengandung pemanis buatan yang tidak baik bagi kesehatan, bahkan jika dikonsumsi secara berlebihan akan memicu berbagai penyakit. Sedangkan anak-anak diperkirakan membutuhkan keseimbangan asupan gizi yang baik untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan hidupnya. Pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini dapat mencapai tahap optimal jika sesuai dengan fase perkembangannya. Tahap ini merupakan landasan penting untuk mencapai kondisi hidup yang sehat, yang menjadi modal awal

bagi kesejahteraan sepanjang hidup. Kesehatan yang memadai merupakan salah satu dari faktor pencegahan stunting pada anak usia dini (Septariana, 2024). Oleh karena itu, di satuan pendidikan RA Masyithoh Wareng menyelenggarakan kegiatan literasi kesehatan melalui kegiatan *Healthy Drinks*.

Awal mula program minuman bergizi sebagai program untuk mengajarkan anak-anak tentang minuman bergizi tidak berjalan sesuai rencana. Beberapa anak masih ragu untuk meminum minuman yang ditawarkan karena mereka masih dalam tahap membiasakan diri dan belum mengenalnya. Namun setelah mereka yakin dengan minuman tersebut, inisiatif *Healthy Drinks* dapat berjalan dengan lancar, dan hasilnya pun lebih baik. Para peneliti menemukan hasil berikut saat mereka melaksanakan kegiatan *Healthy Drinks* di RA Masyitoh Wareng.

Sebelum kegiatan dimulai peneliti terlebih dahulu memberikan sosialisasi kepada anak-anak dan orang tua mengenai kegiatan *Healthy Drinks*, orang tua ikut serta dalam mendorong anaknya untuk antusias dalam kegiatan tersebut. Persiapan kegiatan yang dilakukan yaitu dengan penyediaan bahan dan alat bahan kunyit asam (kunyit, asam jawa, gula aren), bahan wedang jahe (jahe segar, gula, air), susu segar (susu sapi atau alternatif seperti susu almond/kedelai) - blender, gelas, sendok, dan peralatan lain

sesuai kebutuhan. Penyediaan ruangan atur ruangan dengan meja untuk demonstrasi dan tempat duduk anak- anak dan pengaturan kebersihan area dan peralatan yang digunakan.

Healthy Drinks Pengenalan Jus Buah

Kegiatan *Healthy Drinks* pertama dilaksanakan pada minggu pertama dengan topik kegiatan jus buah. Pendidik menjelaskan manfaat buah-buahan yang telah dibawa oleh siswa untuk kesehatan (vitamin, energi). Anak-anak diajak memilih buah, mencuci, dan membantu memotong buah dengan pengawasan pendidik. Demonstrasi membuat jus menggunakan blender. Anak-anak mencicipi jus dan berbagi pendapat tentang rasa. Berikut adalah hasil dari kegiatan *Healthy Drinks* dengan kegiatan pengenalan jus buah:



Gambar 1. Demonstrasi membuat jus buah

Tahapan demonstrasi pembuatan jus adalah sebagai berikut: (1) Jus Alpukat: Untuk mendapatkan rasa manis alami, pendidik mencampur alpukat dengan sedikit susu dan madu. Anak-anak dengan

bersemangat menyeruput jus dan sangat gembira melihat konsistensinya yang kental. (2) Jus Wortel: Untuk memberikan rasa baru, pendidik mencampur wortel dan jeruk. Anak-anak diminta untuk mencoba jus setelah menunjukkan ketertarikan pada warnanya yang cerah. (3) Jus Tomat: Untuk menetralkan rasa asam, tomat diolah dengan sedikit gula. Pendapat anak-anak beragam; beberapa menyatakan kenikmatan mereka dan memberikan komentar tentang rasanya. (4) Jus Semangka: Untuk menonjolkan rasa manis yang melekat pada buah tersebut, pendidik menyiapkan jus semangka tanpa menambahkan gula. Anak-anak meminta gelas mereka diisi segera setelah mereka melihat warna merah yang mencolok, yang tampaknya membuat mereka sangat senang. (5) Jus Apel: Apel diolah dan diberi sedikit kayu manis.

Rasa jus yang manis dan harum dipuji oleh anak-anak. Kepercayaan diri dan keterlibatan anak-anak meningkat saat mereka diizinkan membantu menekan tombol blender sambil diawasi oleh pendidik. Anak-anak melihat setiap jenis jus dan berbicara tentang rasa favorit mereka setelah semua jus disiapkan. Mereka menceritakan pengalaman mereka dengan buah-buahan yang mereka bawa dengan sangat antusias.

Table 1. Hasil reaksi anak kegiatan *Healthy Drinks* pengenalan Jus Buah

Reaksi	Hasil Reaksi Anak	
	Jumlah	Keterangan
Suka	23	Karena membawa buah kesukaan masing-masing
Tidak Suka	2	Karena tidak suka buah
Antusias	25	Karena merupakan hal yang baru bagi anak
Apatis	-	Karena kegiatannya menyenangkan

Selama minggu pertama, anak-anak diberikan buah-buahan kesukaan mereka untuk kegiatan minum sehat pertama. Anak-anak dapat memperoleh manfaat besar dari mengonsumsi jus buah karena mengandung banyak mineral dan vitamin penting (Purnama et al., 2022). Di sisi lain, jus alami yang sepenuhnya dibuat dari buah dan tidak mengandung gula tambahan aman untuk anak-anak. Karena dapat meningkatkan risiko kerusakan gigi, obesitas, dan berpotensi diabetes tipe 2, hanya saja dengan kandungan gula tinggi harus dihindari. Batas mengonsumsi jus untuk anak usia 1-6 tahun, sebaiknya dibatasi tidak lebih dari 1 gelas per hari. Sementara untuk anak usia 7 tahun ke atas, batas konsumsi jus yang dianjurkan adalah maksimal 2 gelas per hari (Purnama et al., 2022). Pembatasan ini membantu menjaga keseimbangan nutrisi sekaligus mencegah risiko kesehatan di kemudian hari.

Hasil dari kegiatan *Healthy Drinks* dengan topik fruit juice yaitu terdapat 92% anak yang menyukai jus buah-buahan, artinya terdapat 23 dari 25 anak suka dengan jus buah dengan alasan rasa manis alami, rasa buah yang pekat dapat menyegarkan dan menyenangkan. Dari 25 anak, terdapat 5 anak membawa buah semangka, menurut Ely Wahyuni jus semangka memiliki banyak manfaat untuk Si Kecil yaitu terdapat Vitamin C (Wahyuni et al., 2024). Melalui penyerapan zat besi, vitamin ini dapat meningkatkan hemoglobin, meningkatkan sel darah merah, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, dan membantu tubuh anak melawan penyakit.

Terdapat 3 anak membawa buah wortel, menurut Tinawati dalam penelitiannya Wortel memiliki manfaat yang sangat baik dalam membantu membunuh cacing pita dan parasit lainnya di dalam tubuh. Mengonsumsi satu cangkir jus wortel setiap pagi diyakini dapat membantu membersihkan cacing dengan cepat. Hal ini disebabkan oleh kandungan serat yang tinggi dalam wortel, yang tidak hanya memperbaiki pencernaan tetapi juga meningkatkan pergerakan usus (Nainggolan et al., 2021). Manfaat ini sangat berguna bagi anak usia dini, karena sistem pencernaan yang sehat akan mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka secara optimal.

Buah lain yang dibawa oleh 5 anak yaitu tomat, menurut Purba tomat yang diolah

menjadi makanan bergizi dapat membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh anak. Dengan kondisi paru-paru yang lebih sehat dan berkurangnya infeksi bakteri, frekuensi batuk dan gangguan pernapasan pada anak usia dini dapat diminimalkan, mendukung tumbuh kembang mereka secara optimal (Purba, 2024). Terdapat 5 anak membawa buah alpukat, buah ini termasuk buah-buahan lokal yang mana menurut penelitian yang dilakukan oleh Gordanius Pratama Alpukat kaya akan asam lemak omega-3, protein, kolin, dan antioksidan, yang semuanya berperan penting dalam mendukung perkembangan otak bayi dan dapat mencegah penyakit stunting (Gordianus Pratama Baho et al., 2024). Nutrisi ini membantu meningkatkan fungsi kognitif, dengan omega-3 dan kolin secara khusus mendukung kemampuan belajar, daya pikir, dan kecerdasan bayi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pemenuhan asupan omega-3 dan kolin sejak dini dapat membantu bayi belajar lebih cepat dan memiliki kemampuan berpikir yang lebih baik.

Terdapat 5 anak membawa buah apel, menurut Robby dan Intan dalam penelitiannya jus apel memiliki berbagai manfaat kesehatan untuk bayi, di antaranya membantu melancarkan pencernaan, meredakan gejala disentri, mengurangi batuk, serta mendukung kesehatan tubuh secara keseluruhan (Purnama et al., 2022). Dua anak

tidak membawa buah karena memiliki pribadi yang picky eater. Picky eater sering terjadi pada anak prasekolah, terutama karena mereka aktif dan mudah terpengaruh oleh teman-temannya (Idhayanti et al., 2024).

Karakteristik perkembangan pada tahap ini dapat memengaruhi pola makan anak, di mana mereka cenderung memilih-milih makanan dan menolak jenis makanan tertentu. Hal ini dapat berdampak pada asupan nutrisi yang dibutuhkan untuk tumbuh kembang optimal. Edukasi dan pelatihan sangat diperlukan untuk membentuk pola makan anak sejak dini guna mencegah kekurangan gizi yang dapat berdampak pada stunting. Orang tua memegang peran penting dalam memastikan anak memiliki pola makan yang sehat dan seimbang, dengan menyediakan makanan bergizi dan mengajarkan kebiasaan makan yang baik serta menyediakan minuman yang sehat. Langkah ini tidak hanya mendukung tumbuh kembang anak secara optimal tetapi juga membantu mencegah masalah kesehatan di masa depan.

***Healthy Drinks* Pengenalan Jamu Kunyit Asem**

Kegiatan *Healthy Drinks* kedua dilaksanakan pada minggu kedua dengan topik Jamu Kunyit Asem. Pendidik menjelaskan manfaat kunyit asam untuk pencernaan dan daya tahan tubuh. Demonstrasi cara membuat kunyit asam: parut kunyit, rebus bersama asam jawa dan

gula aren. Anak-anak mencicipi minuman dan berbagi pendapat. Berikut adalah hasil dari kegiatan *Healthy Drinks*:



Gambar 2. Demonstrasi pembuatan jamu kunyit asem

Berikut ini adalah cara membuat asam jawa dengan kunyit: (1) Pendidik menunjukkan tiga bahan utama: gula aren, asam jawa, dan kunyit segar. (2) Setelah dikupas dan dibersihkan, kunyit segar diparut atau diblender hingga halus. (3) Air dan kunyit parut dididihkan. (4) Setelah kunyit mendidih, tambahkan asam jawa dan gula aren, lalu aduk hingga larut sempurna. (5) Ampas kunyit diekstraksi dengan cara menyaring larutan rebusan. (6) Anak-anak diberi gelas kecil untuk menyeruput minuman asam jawa dan kunyit yang telah disiapkan. Saat kunyit direbus, anak-anak sangat senang melihat bagaimana warna air berubah. Mereka sangat ingin mencicipi asam jawa dan kunyit, dan sebagian besar dari mereka memuji rasa segarnya. Pendidik juga meminta anak-anak untuk berbicara tentang manfaat kesehatan dari asam jawa

dan kunyit, termasuk bagaimana keduanya mendukung kesehatan usus.

Table 2. Hasil reaksi anak kegiatan *Healthy Drinks* pengenalan Jamu Kunyit Asem

Reaksi	Hasil Reaksi Anak	
	Jumlah	Keterangan
Suka	20	Karena rasa ramu kunyit asem segar
Tidak Suka	5	Karena tidak suka dengan rasanya
Antusias	24	Karena merupakan hal baru bagi anak
Apatis	1	Karena tidak mau tangannya menguning

Kegiatan *Healthy Drinks* kedua dilaksanakan pada minggu kedua, alat dan bahan yang digunakan untuk membuat jamu kunyit asem atau biasa disebut dengan jamu kunir asem disediakan oleh pendidik di RA Masyithoh. Ramuan jamu cekok telah terbukti secara empiris mampu meningkatkan nafsu makan dan berat badan. Beberapa bahan utama yang digunakan dalam ramuan ini meliputi kunyit, temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*), temu ireng (*Curcuma aeruginosa*), temu giring (*Curcuma heyneana*), lempuyang emprit (*Zingiber aromaticum*), pepaya (*Carica papaya L.*), sambiloto (*Andrographis paniculata*), dan tempe bosok (tempe yang telah difermentasi selama 24 hingga 96 jam) (Marni & Ambarwati, 2015). Kombinasi bahan-bahan ini dipercaya memiliki manfaat unik yang mendukung pencernaan, meningkatkan nafsu

makan, dan membantu penambahan berat badan, terutama pada anak- anak.

Hasil dari kegiatan *Healthy Drinks* kedua menunjukkan angka 80% yang mana 20 dari 25 anak menyukai jamu kunyit asem. Anak-anak juga sangat antusias saat proses pembuatan jamu, namun terdapat satu anak yang tidak mau ikut bergabung alhasil pendidik harus memfasilitasi kegiatan main yang lain, yaitu membuat karya tentang tumbuhan kunyit dan pohon asem. Alasan anak-anak menyukai jamu kunyit asem adalah karena sudah terbiasa meminum jamu kunyit asem yang mana sebagai penangkal nafsu makan anak.

Pengonsumsi jamu tidak serta merta bisa diberikan kepada anak didik, pihak RA Masyithoh sudah melakukan koordinasi dengan ahli gizi setempat supaya tidak terjadi kesalahan dalam memberikan dosis. Dosis yang disarankan untuk meningkatkan nafsu makan menggunakan temulawak adalah 2 gr rimpang kering yang diolah menjadi infus dan diminum 2-3 kali sehari. Untuk ekstrak Curcuma, dosis yang dianjurkan bagi orang dewasa adalah 250-500 mg per hari. Sedangkan untuk anak-anak, dosisnya minimal sepertiga dari dosis orang dewasa, yaitu sekitar 330 mg per hari, dengan penyesuaian sesuai kebutuhan dan usia anak (Marni & Ambarwati, 2015).

Kajian ilmiah dari para pakar jamu terhadap resep-resep tradisional yang diwariskan oleh lansia menghasilkan

rekomendasi berikut: (1) Disarankan: Resep jamu yang kandungannya telah terbukti secara ilmiah memiliki manfaat kesehatan dan aman untuk digunakan. (2) Diragukan: Resep yang bahan-bahannya tidak berkaitan dengan penyakit yang diderita, atau tidak memiliki dasar ilmiah yang jelas untuk mendukung manfaatnya. (3) Dilarang: Resep yang mengandung bahan berbahaya atau diolah dengan cara yang dapat menimbulkan risiko kesehatan, sehingga penggunaannya harus dihindari (Iswanti et al., 2015). Rekomendasi ini bertujuan untuk memastikan keamanan dan efektivitas penggunaan jamu, terutama untuk anak-anak, dengan mengedepankan bukti ilmiah sebagai panduan.

Healthy Drinks Pengenalan Wedhang Jahe

Kegiatan *Healthy Drinks* ketiga dilaksanakan pada minggu ketiga dengan topik Wedhang Jahe. Pendidik menjelaskan manfaat jahe untuk menghangatkan tubuh dan meningkatkan imun. Demonstrasi membuat wedang jahe: tumbuk jahe, rebus bersama gula dan air. Anak-anak mencicipi wedang jahe dan mendiskusikan rasanya. Berikut adalah hasil dari kegiatan *Healthy Drinks* Wedhang Jahe:



Gambar 3. Demonstrasi pembuatan wedhang jahe

Berikut ini adalah cara demonstrasi pembuatan teh jahe: (1) Pendidik menunjukkan tiga bahan utama: air, gula, dan jahe segar. (2) Untuk meningkatkan rasa dan aromanya, jahe segar dibersihkan terlebih dahulu lalu digiling kasar. (3) Air dan jahe giling dididihkan. (4) Setelah jahe mendidih, gula ditambahkan dan diaduk hingga larut sempurna. (5) Untuk mengekstrak potongan jahe, larutan teh jahe disaring setelah mendidih. (6) Minuman jahe yang disiapkan untuk dicicipi anak-anak dengan menuangkannya ke dalam gelas-gelas kecil. Ketertarikan anak-anak terhadap aroma tajam jahe yang mendidih terlihat jelas. Sementara beberapa anak sedikit senang meminum minuman ini, yang lain tampak bersemangat. Pendidik meminta anak-anak untuk berbicara tentang rasa minuman jahe dan manfaatnya bagi kesehatan, seperti menjaga tubuh tetap hangat saat cuaca dingin.

Tabel 3 Hasil reaksi anak kegiatan *Healthy Drinks* pengenalan Wedhang Jahe

Reaksi	Hasil Reaksi Anak	
	Jumlah	Keterangan
Suka	7	Karena terbiasa meminum wedhang jahe dirumah
Tidak Suka	18	Karena tidak suka dengan rasanya
Antusias	25	Karena merupakan hal baru bagi anak
Apatis	-	Karena semua anak antusias

Kegiatan *Healthy Drinks* ketiga dilaksanakan pada minggu ke tiga, alat dan bahan yang digunakan untuk membuat wedhang jahe telah disediakan oleh pendidik di RA Masyithoh. Tanaman jahe merupakan salah satu produk unggulan dari budi daya pertanian di Indonesia. Puluhan juta penduduk Indonesia membutuhkan serapan jahe yang tinggi untuk berbagai keperluan (Pramudya, 2016).

Hasil dari kegiatan *Healthy Drinks* ketiga menunjukkan angka 28% anak yang menyukai wedhang jahe, artinya terdapat 7 anak yang suka dengan alasan karena sudah terbiasa jika sedang sakit pilek atau batuk diberikan wedang jahe oleh orang tuanya. Pemberian jahe terbukti dalam penelitian Susilo dan Kirwanto dapat meredakan pilek

(Yulianto & Kirwanto, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Siswi Wulandari, dkk. pemberian minuman jahe madu dapat menurunkan tingkat keparahan batuk pada anak dengan ISPA (Infeksi Saluran Pernafasan Akut) (Wulandari et al., 2014). Oleh karena itu, sebagai pendidik seharusnya memberikan literasi lebih lanjut kepada orang tua, agar tetap memberikan obat tradisional kepada anak namun tetap dengan dosis yang secukupnya dan sesuai dengan kebutuhan.

Healthy Drinks Pengenalan Susu Sehat

Kegiatan *Healthy Drinks* keempat dilaksanakan pada minggu terakhir dengan topik Susu Sehat. Pendidik menjelaskan manfaat susu untuk pertumbuhan tulang dan gigi. Anak- anak melihat proses penyajian susu (panas atau dingin).



Gambar 4. Demonstrasi pembautan susu sehat

Berikut ini adalah cara demonstrasi pembuatan susu sehat: (1) Pendidik memperlihatkan tiga jenis susu yang berbeda:

susu almond, susu kedelai, dan susu sapi. (2) Pendidik menjelaskan bahwa, tergantung pada preferensi pribadi, susu dapat disajikan hangat atau dingin. (3) Agar tidak gosong, susu dipanaskan dengan api kecil sambil diaduk jika disajikan hangat. (4) Untuk variasi rasa, perasa alami tambahan seperti madu, bubuk kakao, atau kayu manis ditambahkan ke dalam susu jika diperlukan. (5) Susu siap dituang ke dalam gelas kecil agar anak-anak dapat mencicipinya. Saat susu dituang ke dalam gelas, anak-anak tampak sangat bersemangat. Sebagian besar anak-anak langsung meminumnya dengan antusias dan meminta lebih. Pendidik meminta anak-anak untuk berbicara tentang manfaat susu, termasuk bagaimana susu memberi Anda energi dan membantu membangun tulang yang kuat.

Tabel 4. Hasil reaksi anak kegiatan *Healthy Drinks* pengenalan Susu Sehat

Reaksi	Hasil Reaksi Anak	
	Jumlah	Keterangan
Suka	25	Karena rasanya enak
Tidak Suka	-	-
Antusias	25	Karena merupakan hal baru bagi anak
Apatis	-	Karena semua anak antusias

Kegiatan *Healthy Drinks* ketiga dilaksanakan pada minggu ke empat, alat dan bahan yang digunakan untuk membuat susu sehat telah disediakan oleh pendidik di RA Masyithoh. Konsumsi susu di Indonesia masih dalam kondisi minimal 16,53

liter/kapita/tahun dibandingkan dengan sejumlah negara yang di kawasan ASEAN, tentu saja ini Tantangan bagi Pemerintah, terutama terkait dengan mengatasi masalah tersebut (Statistik, 2023). Meskipun demikian, hasil dari kegiatan *Healthy Drinks* di RA MAsyithoh menunjukkan angka 100% artinya semua anak menyukai susu dan juga sangat antusias dalam proses pembuatan susu.

Sejumlah faktor yang perlu diperhatikan, di antaranya kemasan produk dan Standar Nasional Indonesia (SNI) yang dikeluarkan Badan POM, tentu sudah tersertifikasi, meski demikian susu formula tersebut aman dikonsumsi (Christi et al., 2019). Penyuluhan dengan teknik SGD (Small Group Discussion) tentang manfaat susu bagi kesehatan anak kecil, remaja, dan lansia. Sebagai pengenalan tentang nilai dan manfaat susu, materi penyuluhan dibagi menjadi beberapa tahap, yang diakhiri dengan praktik berbagi segelas susu (Navyanti & Adriyani, 2016). Semua lapisan masyarakat mendapat manfaat besar dari susu, bahkan anak-anak kecil, yang jaringan tubuhnya dapat tumbuh dan berkembang berkat kandungan protein dan mineralnya. Selain membantu remaja menjaga berat badan dan kesehatan gigi yang sehat, susu dapat membantu orang dewasa yang lebih tua menjaga kesehatan jantung dan bahkan tulang mereka.

Literasi Kesehatan Untuk Anak Usia Dini Melalui Kegiatan *Healthy Drinks*

Program *Healthy Drinks* berkontribusi terhadap peningkatan kesadaran anak usia dini tentang pentingnya konsumsi minuman sehat. Dalam penelitian sebelumnya (Inten & Permatasari, 2019) menyatakan bahwa literasi kesehatan pada anak usia dini melalui kegiatan *Eating Clean* mampu meningkatkan kesadaran anak terhadap pola konsumsi makanan sehat. Hasil penelitian ini memperkuat temuan tersebut, di mana anak-anak yang mengikuti kegiatan *Healthy Drinks* menunjukkan perubahan pola konsumsi minuman, dari yang sebelumnya lebih banyak mengonsumsi minuman kemasan menjadi lebih menyukai minuman sehat seperti jus buah dan susu.

Menurut (Robiah & Kurniawaty, 2022) pola konsumsi sehat pada anak usia dini sangat dipengaruhi oleh peran pendidik dan orang tua. Penelitian ini mendukung temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa keterlibatan aktif orang tua dalam mendorong anak-anak untuk mengikuti program *Healthy Drinks* berkontribusi terhadap keberhasilan program ini.

Hasil penelitian ini juga menguatkan penelitian (Hikmawati, 2023) yang menemukan bahwa pemberian literasi kesehatan melalui program konsumsi makanan dan minuman sehat di sekolah mampu meningkatkan pemahaman anak mengenai pentingnya gizi seimbang. Dalam

konteks penelitian ini, hasil yang menunjukkan 95% anak menyukai jus buah, 80% menyukai jamu kunyit asem, 75% tidak menyukai wedhang jahe, dan 100% menyukai susu membuktikan bahwa penerapan program literasi kesehatan melalui kegiatan minuman sehat dapat menjadi strategi efektif dalam membentuk kebiasaan minum yang baik pada anak usia dini.

Selain itu, penelitian (Gordianus Pratama Baho et al., 2024) menegaskan bahwa peningkatan gizi berbasis pangan lokal dapat menjadi solusi dalam pencegahan stunting dan peningkatan kesehatan anak usia dini. Dalam penelitian ini, pengenalan jus alpukat dan wortel kepada anak-anak memberikan manfaat gizi yang signifikan, seperti asupan asam lemak omega-3 dari alpukat yang mendukung perkembangan otak serta beta-karoten dari wortel yang baik untuk kesehatan mata dan daya tahan tubuh.

Penelitian ini juga menemukan bahwa preferensi anak terhadap jenis minuman sehat sangat dipengaruhi oleh faktor kebiasaan. Sebagaimana ditemukan oleh (Idhayanti et al., 2024) anak-anak yang memiliki kecenderungan picky eater lebih sulit menerima makanan dan minuman baru. Hal ini terlihat dalam penelitian ini, di mana terdapat beberapa anak yang menolak jus tomat atau kunyit asem karena tidak terbiasa dengan rasanya. Oleh karena itu, pendidik dan orang tua perlu memperkenalkan minuman sehat secara bertahap dan konsisten

untuk membangun kebiasaan konsumsi yang positif.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa penerapan literasi kesehatan melalui kegiatan *Healthy Drinks* dapat menjadi pendekatan yang efektif dalam membentuk pola konsumsi minuman sehat pada anak usia dini. Dengan adanya dukungan dari temuan penelitian sebelumnya, program ini dapat menjadi model edukasi kesehatan yang dapat diterapkan lebih luas di berbagai lembaga pendidikan anak usia dini.

PENUTUP

Kesimpulan

Kegiatan pemberian *Healthy Drinks* di RA Masyitoh Wareng ini berisikan pemberian *Healthy Drinks* untuk anak usia dini khususnya yang berada di RA Masyitoh wareng. Kegiatan tersebut terdiri dari berbagai pemberian *Healthy Drinks* yang dilakukan selama 1 bulan berupa fruit juice pada minggu pertama bulan November, jamu kunyit asem pada minggu kedua, wedhang jahe pada minggu ketiga, dan susu pada minggu keempat, diharapkan dengan adanya kegiatan tersebut meningkatkan kesadaran anak akan *Healthy Drinks* dan memperkenalkan anak untuk merasakan berbagai *Healthy Drinks* yang menunjang kesehatan dan tumbuh kembang. Hasil penelitian dari 25 anak, rata-rata 95% menyukai jus buah, 75% anak tidak

menyukai teh jahe, 80% menyukai jamu kunyit asam, dan 100% menyukai susu. Antusiasme terhadap kegiatan ini sangat memuaskan, sehingga anak-anak paham minuman apa saja yang baik untuk dikonsumsi dan tidak baik untuk dikonsumsi secara berlebihan.

Saran

Saran untuk tindakan praktis yaitu pendidik dan orang tua dapat mengeksplorasi minuman sehat lainnya yang sesuai dengan selera anak, seperti smoothies sayur, teh herbal tanpa gula, atau infused water, untuk melengkapi pembelajaran literasi kesehatan anak. Kegiatan ini juga bisa dijadikan rutinitas mingguan atau bulanan di PAUD untuk membangun kebiasaan jangka panjang, bukan hanya dalam bentuk tema mingguan

Saran untuk pengembangan teori yaitu dapat mengeksplorasi hubungan antara preferensi rasa pada anak usia dini dengan pola konsumsi makanan dan minuman sehat jangka panjang. Hal ini bisa memberikan pandangan baru terhadap teori pembentukan kebiasaan makan sehat.

Saran untuk penelitian lanjutan yaitu dapat mengidentifikasi bagaimana faktor sosial, budaya, dan ekonomi memengaruhi preferensi anak terhadap jenis minuman sehat tertentu. Kegiatan ini juga dapat melihat Efektivitas dalam Jangka Panjang: Studi longitudinal dapat dilakukan untuk menilai sejauh mana kegiatan ini memengaruhi kebiasaan anak dalam mengonsumsi

minuman sehat ketika mereka tumbuh dewasa.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmadi, P. C., Luju, M. T., Gultom, R., Bollyn, Y. M. F., Rinca, K. F., Nugraha, E. Y., Dalle, N. S., & Utama, W. G. (2023). Sosialisasi Gerakan Minum Susu Bagi Siswa-Siswi Sekolah Dasar Untuk Mendukung Generasi Cerdas Dan Sehat. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(4), 3647. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i4.16190>
- Aristiana, K., Novayelinda, R., & Sabrian, F. (2015). Faktor Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Kesulitan Makan Anak Prasekolah. *Journal Online Mahasiswa*, 2(2).
- Astuti, A. K. (2016). Pelaksanaan Perilaku Sehat Pada Anak Usia Dini Di Paud Purwomukti Desa Batur Kecamatan Getasan. *Scholaria : Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 6(3), 264. <https://doi.org/10.24246/j.scholaria.2016.v6.i3.p264-272>
- Christi, R. F., Edianingsih, P., & Alhuur, K. R. G. (2019). Pentingnya Minum Susu Untuk Anak Usia Dini, Remaja dan Lanjut Usia di Pesisir Pangandaran. *Media Kontak Ternak*, 1(2), 12. <https://doi.org/10.24198/mktt.v1i2.23585>
- Gordianus Pratama Baho, Indriyati Indriyati, Hendrikus L. Kaha, Frans Nyong, Yasinta P. Peten, Stephanie P.A Lawalu, Marianus kleden, & Alfry Silae. (2024). Pentingnya Peningkatan Gizi Anak Berbasis Pangan Lokal. *Jurnal Nusantara Berbakti*, 2(3), 58–63. <https://doi.org/10.59024/jnb.v2i3.380>
- Hanadayani, R. (2019). *Literasi untuk Edukasi Bencana*. Kompasiana.
- Hikmawati, H. (2023). Gisi Marimas: Giat Literasi Dengan Makan Bergizi Dan Minum Yang Sehat Bersama Perpustakaan

- Cemerlang Desa Watualang. *LOYALITAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 41–58.
<https://doi.org/10.30739/loyalitas.v6i1.2178>
- Idhayanti, R. I., Chunaeni, S., Agiustina, A. M., & Imandafirly, H. A. (2024). Pelatihan Mencegah Stunting Dengan Mengatasi Picky Eater Dan Gerakan Tutup Mulut Pada Anak. *MEJUAJUA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4, 164–169.
<https://doi.org/10.52622/mejuajuajabdimas.v4i2.188>
- Indonesia, C. (2017). *Angka kekurangan Gizi Indonesia di atas Ambang Batas WHO*. CNN Indonesia.
- Inten, D. N., & Permatasari, A. N. (2019). Literasi Kesehatan pada Anak Usia Dini melalui Kegiatan Eating Clean. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 366.
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i2.188>
- Iswanti, S., Fathiyah, K. N., & Prasetyo, E. B. (2015). Studi Tentang Pengetahuan Indegeneous Lansia Dalam Mengobati Dan Menjaga Kesehatan Anak. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 16(1), 116–130.
<https://doi.org/10.21831/hum.v16i1.3424>
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan RI. (2019). *Konsep Dasar PAUD*. Direktorat Pembinaan Guru Dan Tenaga Kependidikan Pendidikan Anak Usia Dini Dan Pendidikan Masyarakat.
- Marni, M., & Ambarwati, R. (2015). Khasiat Jamu Cekok Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Anak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 102.
<https://doi.org/10.15294/kemas.v11i1.3522>
- Nainggolan, T., Anggerina, N., Setiawan, P. H., Tobing, R. R. L., & Rahmayani, I. (2021). Manfaat Jus Wortel Untuk Mencegah Kecacingan Pada Anak di Kelurahan Pasar Belakang Tahun 2021. *TRIDARMA: Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM)*, 4(2).
<https://doi.org/https://doi.org/10.35335/abdimas.v4i2.2418>
- Navyanti, F., & Adriyani, R. (2016). Hygiene Sanitation, Phisical Qualities and Bacterial in Fresh Cow's Milk of X Milk Company in Surabaya. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 8(1), 36.
<https://doi.org/10.20473/jkl.v8i1.2015.36-47>
- Pramudya, A. (2016). *Budi Daya dan Bisnis Jahe ala Adi si Anak Rempah*. Agro Media Pustaka.
- Purba, H. F. (2024). *Pengaruh Pemberian Jus Tomat Terhadap Frekuensi Batuk Dan Nafas Pada Anak Dengan Pneumonia Di Ruangan Anak Rsud Dr. M. Haulussy*. PT Nuansa Fajar Cemerlang.
- Purnama, R. C., Yuniar, I. A., Zein, M., Agustina, R. E., & Hafidz, M. L. (2022). Penyuluhan jus buah apel dan air dagan sebagai MP-ASI di Posyandu Garuda, Pidada Panjang. *Journal of Public Health Concerns*, 2(3), 161–166.
<https://doi.org/10.56922/phc.v2i3.225>
- Reista, S., Apriliani, A., Utami, F. B., Guru, P., Anak, P., Dini, U., Panca, U., & Bekasi, S. (2021). Peran Orang Tua dalam Menerapkan Kemampuan Literasi Kesehatan Anak Usia Dini pada Pandemi Covid-19 Dilingkungan Rt.04 Rw.26 Pekayon Jaya Bekasi Selatan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2), 3852–3862.
- 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.
- Septariana, F. (2024). *Gizi & Tumbuh Kembang Anak di Indonesia*. Sada Kurnia Pustaka.
- Statistik, B. P. (2023). *Konsumsi Susu Di Indonesia*. BPS.
<https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/NDkzIzI=/produksi-susu-segar-menurut-provinsi.html>

<i>Jurnal Warna : Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia dini.</i>		
<i>Maret 2025 . Vol 10. No. 01</i>		
<i>Received: Januari 2024</i>	<i>Accepted: Januari 2024</i>	<i>Published: Maret 2025</i>
<i>Article DOI: 10.24903/jw.v10i1.1930</i>		

- Wahyuni, E., Sari, R. P., & Basri, H. (2024). Family Nursing Care for Child Bearing Development Stage with Intervention Application of Watermelon Juice to Reduction Blood Pressure. *Nusantara Hasana Journal*, 3(9), Page. <https://doi.org/https://doi.org/10.59003/nhj.v3i9.1093>
- Wulandari, S., Kusumawati, L. S., Rohmawati, H., Novitasari, K., & Anggraini, Y. P. (2014). Efektifitas Pemberian Minuman Jahe Madu terhadap Keparahan Batuk pada Anak dengan ISPA. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 1(2).
- Yulianto, S., & Kirwanto. (2016). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Oleh Orang Tua Untuk Kesehatan Anak Di Duwet Ngawen Klaten. *JurnalTerpadu Ilmu Kesehatan*, 5(1), 75–80. <https://doi.org/https://doi.org/10.37341/intcrest.v5i1.27>