

PENDAMPINGAN GAYA HIDUP SEHAT GURU TAMAN KANAK-KANAK LABORATORIUM UNIVERSITAS NEGERI MALANG MELALUI *PLANT BASE MEAT*

**Agung Witjoro¹, Hendra Susanto², Ajeng Daniarsih³, Zahra Firdaus⁴,
Alby Aruna⁵, M Iqbal Najib Fahmi⁶, Jasmine Nurul Izza⁷**

^{1, 2, 3, 4, 6, 7}Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam,
Universitas Negeri Malang, Jalan Semarang No. 5, Malang

⁵Teknologi Pembelajaran, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Malang,
Jalan Semarang No. 5, Malang

¹e-mail: agung.witjoro.fmipa@um.ac.id

Abstrak

Program pengabdian masyarakat (PkM) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang gizi dan mempromosikan pilihan makanan sehat di kalangan guru taman kanak-kanak Laboratorium Universitas Negeri Malang. Program ini fokus pada pendekatan inovatif dan berkelanjutan serta mempromosikan daging berbasis tumbuhan sebagai alternatif yang lebih sehat. Kegiatan PkM ini dilakukan melalui kolaborasi antara tim pelaksana dan mitra, mencakup lokakarya memasak, sesi tanya jawab, dan evaluasi. Data dikumpulkan melalui survei analisis kebutuhan, yang menilai tingkat pengetahuan awal partisipan tentang gizi dan preferensi makanan yang dilakukan di TK Laboratorium Universitas Negeri Malang. Setelah pelatihan, daging berbasis tumbuhan diolah dalam sesi memasak, dan evaluasi pasca-program dilakukan untuk mengukur efektivitas pendekatan ini. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan tentang gizi dan minat untuk mencoba makanan berbasis tumbuhan. Selain itu, peserta juga mengalami perubahan positif dalam memilih pola makan sehari-hari yang lebih sehat seperti konsumsi sayur, buah, dan protein. Program ini berhasil membuka wawasan guru-guru terhadap pilihan makanan yang lebih sehat dan berkelanjutan.

Kata Kunci: pendampingan, *plant base meat*, guru, taman kanak-kanak.

Abstract

This community dedication program aims to raise knowledge and awareness about nutrition and promote healthy food choices among kindergarten teachers at the Laboratory of the State University of Malang. The program focuses on an innovative and sustainable approach: promoting plant-based meat as a healthier alternative. The activities are carried out through collaboration between the executive team and partners, including cooking workshops, questioning sessions, and evaluations. The data was collected through a need's analysis survey, which assessed the participants' initial level of knowledge about nutrition and food preferences and was carried out at the Malang State University Laboratory. After training, plant-based meat was processed in cooking sessions, and post-program evaluations were carried out to measure the effectiveness of this approach. Results showed a significant improvement in knowledge about nutrition and interest in trying foods based on plants. In addition, participants also experienced positive changes in choosing healthier daily diets such as vegetables, fruit, and protein. The program has successfully opened up teachers' insights into healthier and more sustainable food choices.

Keywords: accompaniment, *plant base meat*, teacher, kindergarten.

PENDAHULUAN

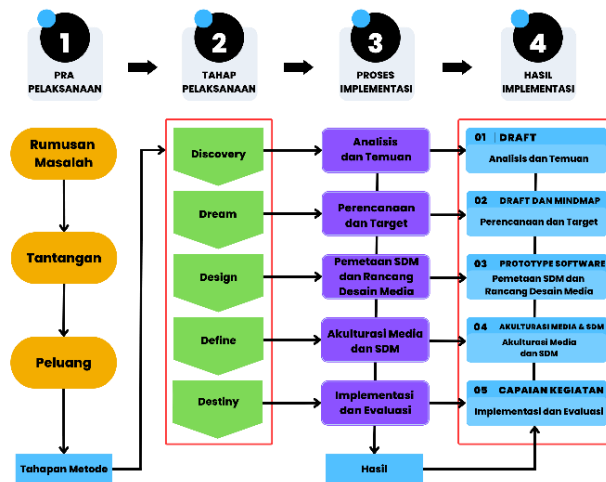
Pendidikan sangat penting untuk meningkatkan kesadaran dan penerapan pola hidup sehat. Pendidikan pada usia dini, seperti di Taman Kanak-Kanak (TK) hal ini dapat membantu anak-anak menjadi lebih sehat. Studi menunjukkan bahwa anak-anak yang mengadopsi pola hidup sehat sejak usia dini cenderung memiliki risiko yang lebih rendah terhadap berbagai masalah kesehatan, seperti obesitas, diabetes tipe 2, dan penyakit jantung di kemudian hari (Sufa, 2017). Oleh karena itu, penting bagi guru TK untuk menjadi contoh teladan dan memperoleh pengetahuan dan keterampilan untuk mendorong anak-anak mereka mengikuti pola hidup sehat (Safitri & Harun, 2020). Hal ini selaras bahwa salah satu lembaga pendidikan di Universitas Malang (UM) adalah TK Laboratorium UM yang bertanggung jawab untuk menciptakan model pembelajaran melalui praktik terbaik dalam pendidikan anak usia dini (Aruna et al., 2022; Marcelliantika et al., 2022). Sebagai guru TK Laboratorium UM, mereka bertanggung jawab untuk memberikan pengajaran yang efektif, mendukung pertumbuhan holistik anak-anak, dan mengajarkan pentingnya pola hidup sehat.

Kebiasaan konsumsi daging sebagai lauk harian menjadi salah satu kebiasaan masyarakat. Harga daging yang lumayan mahal dan beberapa olahan daging menyebabkan meningkatnya kolesterol (Tandri et al., 2023). Kegiatan pelatihan dan pengembangan produk daging nabati ini, seperti tahu, tempe, dan produk olahan lainnya, adalah alternatif yang lebih sehat dan ramah lingkungan untuk daging hewan daripada daging hewan (Yeni, 2020). Guru TK Laboratorium Universitas Negeri Malang melakukan kreasi pembuatan menu makanan bagi siswa namun tidak variatif. Pengolahan berbagai bahan nabati menjadi pengganti daging menjadi salah satu kreasi inovatif. Daging nabati mengandung lebih banyak protein, serat, dan nutrisi penting lainnya daging hewan, dan memiliki tingkat lemak jenuh yang lebih rendah dan tidak mengandung lemak trans (Boukid, 2021). Melalui pengembangan alternatif daging ini TK Laboratorium UM dapat mempromosikan pola hidup sehat di antara anak-anak dengan mengembangkan produk daging nabati. Selain menawarkan manfaat kesehatan, pengembangan produk daging nabati juga bermanfaat bagi keberlanjutan dan lingkungan.

Hasil pelaksanaan ini dapat membantu pengembangan produk daging nabati dapat membantu guru TK Laboratorium UM menjadi perubahan dalam mendorong pola hidup sehat dan memberikan *role model* yang baik kepada anak-anak mereka (Hardiansyah et al., 2018). Pengembangan kegiatan pelaksanaan pengabdian ini akan melibatkan kolaborasi dengan guru sebagai model pengembangan. Melalui proyeksi jangka panjang diharapkan pelaksanaan ini memiliki dampak yang berkelanjutan pada perilaku sehat anak-anak di TK Laboratorium UM. Guru yang terlatih dan terampil dalam mengembangkan produk daging nabati akan terus menjadi penggerak perubahan dalam mendorong pola hidup sehat (Arzani & Halimatuzzuhrotulaini, 2022). Anak-anak akan memiliki pengalaman positif dengan daging nabati dan akan mulai membuat kebiasaan makan yang sehat sejak usia dini. Di masa depan, hal ini akan membantu mereka mengembangkan gaya hidup yang lebih sehat. Tujuan pengabdian ini diproyeksikan dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjalankan pola hidup sehat, khususnya mengonsumsi daging nabati.

METODE

Metode *Asset-Based Community Development* (ABCD) memiliki peran dan pendekatan utama dalam mendukung pengembangan produk daging nabati di TK Lab UM (Harrison et al., 2019). Metode ABCD adalah pendekatan yang berfokus pada membangun komunitas berdasarkan aset-aset yang ada dalam komunitas (peserta pelatihan) (Al-Kautsari, 2019). Berkaitan dengan alur detail proses ABCD dapat dilakukan dengan bagan pada Gambar 1.



Gambar 1 Metode ABCD

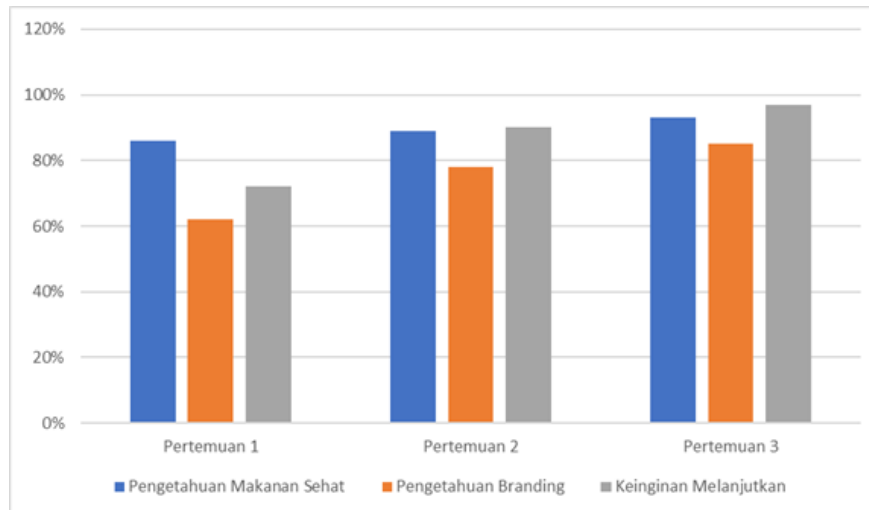
Pertama-tama, ABCD dapat digunakan untuk mengidentifikasi aset-aset yang dimiliki oleh para guru TK Lab UM. *Discovery*, pertama kali dilakukan dengan melakukan analisis pengetahuan awal para guru tentang makanan sehat dan gizi seimbang. Wawancara dengan guru yang akan digunakan untuk mengumpulkan data. Selain itu, akan dilakukan analisis pasar untuk mengetahui tren yang berkelanjutan.

Dream, setelah melakukan wawancara dengan guru, dilakukan pencarian mitra yang tertarik untuk mengembangkan potensi pengolahan produk makanan sehat. Tujuannya adalah koneksi yang dapat mendatangkan *income*. *Design*, membuat desain kemasan yang digunakan untuk *branding* produk. Tim akan melakukan riset dan penyusunan komposisi pembuatan produk *plant base meat*. *Define*, mengatur tugas dan jadwal untuk *workshop*, pelatihan, dan pameran yang berkaitan dengan produk *plant base meat*. Guna mencapai hasil terbaik, tim akan mencoba berbagai metode pembuatan *plant base meat*. Selama proses produksi dan percobaan, data tentang efektivitas metode yang digunakan dan kualitas produk akan dikumpulkan. *Destiny*, sebagai upaya untuk memastikan bahwa guru terampil dalam pembuatan *plant base meat*. Hal ini merupakan langkah strategis dalam optimalisasi produk makanan sehat. Dengan mencapai tujuan pengabdian dan mengembangkan produk berkelanjutan yang berharga, proyek ini diharapkan akan memberikan dampak baik terhadap guru.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Implementasi

Pelaksanaan pengabdian dilakukan secara berkala bersama tim ahli untuk memberikan materi secara detail. Hasil respon ketertarikan dari peserta pengabdian terhadap pengolahan *plant base meat* disajikan pada Gambar 2.



Gambar 2 Hasil Respon Peserta

Berdasarkan grafik pada Gambar 2, diketahui bahwa hasil respon peserta pertemuan pertama pengetahuan makanan sehat di angka 86%, pengetahuan tentang *digital branding* sebesar 62%, dan keinginan membuat dan melanjutkan pembuatan *plant based meat* diangka 72%. Pertemuan kedua pengetahuan makanan sehat diangka 89%, pengetahuan tentang *digital branding* sebesar 78%, dan keinginan untuk melanjutkan 90%. Pertemuan ketiga, pengetahuan makanan sehat diangka 93%, pengetahuan tentang *digital branding* sebesar 85%, dan keinginan membuat dan melanjutkan pembuatan *plant based meat* diangka 97%. Peningkatan dari awal dan akhir pada masing-masing komponen, dapat disimpulkan terjadi signifikansi persentase kenaikan pengetahuan peserta pelatihan terkait makanan sehat, branding, dan keinginan untuk melanjutkan.

Pembahasan

Tujuan utama program pengabdian adalah meningkatkan pemahaman dan keterampilan guru TK dalam menerapkan pola hidup sehat dalam bentuk pengolahan makanan sehat. Pemetaan sumber daya manusia dilakukan melalui

wawancara, survei, dan observasi partisipatif. Pada tahap *discovery*, mitra melakukan identifikasi aset dan sumber daya yang relevan. Proses identifikasi melibatkan pengetahuan tentang bahan baku *plant-based*, keahlian dalam pengolahan makanan, dan pemahaman tentang pasar lokal untuk produk daging nabati. Tahap ini merupakan langkah awal yang penting untuk memahami lingkungan dan potensi proyek (Rubio, 2020). Proses pemetaan sumber daya dilakukan dengan rapat dan diskusi yang didokumentasikan pada Gambar 3. Tujuannya adalah untuk menemukan pengetahuan, keterampilan, dorongan, dan hambatan para guru dalam hal gaya hidup sehat dan konsumsi daging nabati. Selain itu, sosial *mapping* membantu mereka memahami jaringan sosial mereka. Jaringan sosial ini mencakup interaksi mereka dengan sesama pendidik, pengambil keputusan di sekolah, dan lingkungan sekitar mereka. Penggunaan data yang dikumpulkan dari aktivitas ini, dapat menemukan elemen sosial dan budaya yang mungkin memengaruhi penerimaan dan penerapan konsep daging berbasis tumbuhan dalam gaya hidup mereka (Anam & A, 2020).



Gambar 3 Pemetaan Sumber Daya Manusia dan Social Mapping

Manfaat kegiatan ini sangat besar yaitu: pertama, pemetaan sumber daya manusia menunjukkan tingkat pemahaman dan kesadaran guru tentang pentingnya gaya hidup sehat dan kemungkinan penggunaan daging nabati sebagai alternatif (Dermawan et al., 2023). Proses pendekatan dan pendampingan lebih sesuai dengan kebutuhan mitra. Kedua, peta sosial memungkinkan dalam menemukan orang penting dalam komunitas guru TK Laboratorium UM yang dapat menjadi agen perubahan untuk mendorong gaya hidup sehat. Hasil akhir yang ingin dicapai adalah kolaborasi dengan mitra secara lebih baik dalam menjalankan program.

Secara keseluruhan, tahap awal pendampingan sangat penting untuk membangun dasar yang kuat untuk tahap berikutnya. Pemahaman yang lebih baik tentang aspek sosial dan sumber daya manusia yang terlibat dapat membuat pendekatan yang lebih terfokus dan efisien untuk mendorong perubahan menuju gaya hidup sehat dengan memanfaatkan daging berbasis tumbuhan sebagai alternatif daging yang lebih sehat dan berkelanjutan (Lalangpuling et al., 2023).

Tahap *dream* merupakan tahap di mana komunitas mengembangkan visi bersama tentang bagaimana pengolahan *plant-based meat* dapat berkontribusi pada kesejahteraan dan kesehatan siswa TK Laboratorium Universitas Negeri Malang dalam lingkup kecil dan masyarakat dalam lingkup luas yang berkelanjutan. Visi ini memberikan arah dan motivasi bagi seluruh tim proyek (Sidik, 2023). Penyampaian dasar-dasar gizi dan manfaat makanan berbasis tanaman dalam mendukung gaya hidup sehat adalah langkah pertama dalam proses pelatihan (Anggaeni et al., 2022). Guru TK Laboratorium dididik tentang berbagai sumber protein nabati, cara memilih bahan yang berkualitas, dan cara memasak dengan cara yang menarik bagi anak-anak. Penelitian formulasi menu mencakup pembuatan resep inovatif yang memanfaatkan bahan-bahan nabati yang mudah diakses dan murah (Gumilar et al., 2021).

Kegiatan ini memiliki banyak manfaat. Pertama, para guru TK Laboratorium dapat meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya nutrisi dan peran makanan berbasis tanaman dalam memelihara kesehatan (Darmawati, 2017). Kedua, para guru dapat mengenalkan berbagai jenis makanan sehat berbasis tanaman kepada anak-anak mereka, yang membantu memperluas pengetahuan dan preferensi makanan anak-anak sejak usia dini (Afrinis et al., 2021). Ketiga, kegiatan ini juga mendukung para guru untuk mengadopsi gaya hidup sehat, yang pada gilirannya dapat menjadi lebih baik untuk kesehatan anak-anak mereka. Secara keseluruhan, kegiatan proses pelatihan dan riset formulasi menu *plant base meat* merupakan langkah penting untuk mendorong gaya hidup sehat dan berkelanjutan di kalangan guru TK Laboratorium Universitas Malang (Ariani et al., 2023). Tahapan penting dari proses pengabdian adalah uji coba pembuatan produk.

Pada tahap *design*, dilakukan perancangan rencana aksi yang detil. Tahap *design* termasuk pelatihan pengolahan daging nabati, strategi pemasaran, dan pendirian koperasi atau usaha kecil. Tahap pelatihan merupakan langkah konkret dalam mempersiapkan proyek untuk dilaksanakan. Perluasan jaringan kemitraan dengan organisasi lokal, pemerintah, dan lembaga pendidikan menjadi penting untuk mendapatkan dukungan dan sumber daya yang diperlukan. Pengembangan produk inkubasi merupakan salah satu bagian utama dari program pendampingan pengabdian masyarakat di Taman Kanak-Kanak (TK) Laboratorium Universitas Malang (UM) (Prasetyo et al., 2021). Tidak hanya manfaat kesehatan, tetapi juga manfaat ekonomi dalam jangka panjang. Guru TK di Laboratorium UM akan memiliki kemampuan untuk membuat produk yang dapat digunakan di lingkungan sekolah dan dijual secara komersial (Utomo et al., 2022). Proses pengembangan produk didokumentasikan pada Gambar 4.



Gambar 4 Pengembangan Produk Inkubasi

Hasil implementasi proyek menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan peserta. Pada pertemuan pertama, pengetahuan tentang makanan sehat meningkat sebesar 86%. Peningkatan pengetahuan tentang makanan sehat dan gizi seimbang karena adanya sosialisasi di awal pertemuan. Pengetahuan tentang digital *branding* sebesar 62%. Tahapan implementasi juga memberikan materi dan pelatihan tentang *digital branding*. Peserta dilatihkan dan diberikan materi tentang desain dan *marketing*. Di akhir pelatihan peserta diberikan pertanyaan mengenai keinginan untuk membuat dan melanjutkan pembuatan *plant-*

based meat, mendapatkan hasil diangka 72%. Peningkatan ini terus berlanjut pada pertemuan kedua dan ketiga, dengan pengetahuan tentang makanan sehat mencapai angka 93%, pengetahuan tentang *digital branding* sebesar 85%, dan keinginan untuk melanjutkan mencapai 97%.

Hasil implementasi menunjukkan bahwa pendekatan yang diambil dalam proyek ini berhasil meningkatkan pengetahuan peserta terkait makanan sehat, *branding*, dan motivasi untuk melanjutkan proyek *plant-based meat*. Hal ini menegaskan bahwa metode yang digunakan dalam tahap *discovery* hingga *destiny* memiliki dampak yang positif dalam mencapai tujuan proyek dan memberikan kontribusi pada kesejahteraan dan kesehatan siswa serta masyarakat secara luas.

Proses produksi produk pengembangan akan membantu menggerakkan perekonomian lokal dan menciptakan peluang usaha yang berkelanjutan untuk guru dan meningkatkan pendapatan mereka (Suharman et al., 2018). Melalui pengembangan produk inkubasi ini, pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk menghasilkan produk daging berbasis tumbuhan dan menjadi aset berharga bagi masyarakat sekitar dan mungkin dapat digunakan sebagai opsi mata pencaharian alternatif.

Proses akhir dari pengabdian adalah kegiatan evaluasi hasil pendampingan. Tujuan utama dari evaluasi ini adalah untuk mengetahui seberapa efektif dan berhasil upaya pendampingan untuk mendorong guru Taman Kanak-Kanak (TK) Laboratorium Universitas Malang untuk mengadopsi gaya hidup sehat dengan mengganti daging hewan dengan daging berbasis tumbuhan. Evaluasi juga bertujuan untuk mengukur penerimaan dan pemahaman para guru tentang konsep daging berbasis tumbuhan melalui praktik langsung. Melalui pendampingan yang sebenarnya terhadap peserta dapat dilihat lebih baik dengan data tentang perubahan perilaku ini. Evaluasi juga dapat mengidentifikasi hambatan dan kendala yang mungkin dihadapi oleh guru dalam mengadopsi gaya hidup sehat dengan daging organik. Hal-hal ini termasuk faktor budaya, preferensi pribadi, dan kesulitan praktis. Kedua, hasil evaluasi memungkinkan pengembangan program pendampingan yang lebih baik. Proses evaluasi hasil pendampingan didokumentasikan pada Gambar 5.



Gambar 5 Evaluasi Hasil Pendampingan

Program pengabdian penting dilakukan dalam mendorong gaya hidup sehat dan berkelanjutan di kalangan guru TK Laboratorium UM. Salah satu inovasi dalam program ini adalah penggunaan daging dengan bahan tanaman sebagai alternatif yang lebih sehat dari pada produk daging hewani, dan pendampingan ini menawarkan berbagai manfaat dan keuntungan yang signifikan. Penggunaan daging berbasis tumbuhan memiliki banyak keuntungan, salah satunya adalah mengurangi konsumsi daging hewani, yang dapat mengurangi risiko penyakit yang terkait dengan diet tinggi lemak jenuh dan kolesterol (He, 2020).

Guru TK Laboratorium UM mengetahui lebih banyak tentang nutrisi daging berbasis tumbuhan. Guru dapat membuat pilihan makanan yang lebih baik untuk diri mereka sendiri dan berbagi pengetahuan ini dengan anak-anak sebagai hasilnya (Mantiri et al., 2022). Kehadiran pendamping dalam program ini meningkatkan kesadaran akan pentingnya menerapkan gaya hidup sehat yang berkelanjutan (Saras, 2023).

Guru juga diberi panduan tentang cara memilih berbagai jenis produk berbasis tumbuhan yang berkualitas tinggi, sehingga mereka memiliki lebih banyak pilihan untuk membuat menu yang menarik bagi mereka sendiri dan anak-anak di sekolah mereka. Pendampingan ini akan menjadi contoh nyata dari upaya untuk mendorong gaya hidup yang sehat dan berkelanjutan. Melalui proses pendampingan yang efektif, guru-guru tidak hanya memahami manfaat makanan berbasis tumbuhan, tetapi juga mampu memasukkan perubahan ini ke dalam gaya

hidup mereka, menciptakan dampak positif yang berkelanjutan pada kesehatan dan lingkungan (Oktari & Syafri, 2023).

Terjadi perubahan dalam gaya hidup dan pola makan guru. Guru memahami makanan berbasis tumbuhan adalah sumber protein tanpa kolesterol yang ideal untuk mencapai tujuan ini, karena mengurangi asupan lemak jenuh dan kolesterol, yang merupakan faktor risiko utama penyakit jantung dan stroke sebagai pemahaman umum gaya hidup sehat (Michel et al., 2021). Selain itu, program ini telah membantu guru lebih memahami nutrisi dan manfaat kesehatan dari asupan yang lebih seimbang (Shodiq et al., 2021). Hasilnya adalah kesejahteraan dan kesehatan yang lebih baik, memungkinkan guru untuk meningkatkan kinerja mereka di kelas. Program ini juga membantu guru menjadi teladan yang lebih baik bagi siswa mereka tentang pilihan makanan yang lebih baik.

SIMPULAN

Proses dan tahapan pendampingan program pengabdian masyarakat mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang gizi dan mempromosikan pilihan makanan sehat di kalangan guru taman kanak-kanak Laboratorium Universitas Negeri Malang. Terjadi peningkatan dari pertemuan pertama, kedua, dan ketiga dalam proses implementasi. Proses pelatihan pengembangan produk *plant base meat* di TK Laboratorium UM menjadi proses yang efektif sebagai upaya daya dukung gaya hidup sehat. Produk pengabdian yang diciptakan menjadi produk unggulan yang siap menjadi *pilot project* pengembangan dan *role model* gaya hidup sehat antar guru yang akan diberikan kepada siswa. Kemampuan praktik yang menjadi pengalaman pertama antar guru menjadi *pilot project* pengembangan model gaya hidup sehat secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada sumber dana Non APBN Universitas Negeri Malang tahun 2023 dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Bantuan ini telah

memberikan kontribusi yang sangat berharga dalam mewujudkan keberhasilan dan pencapaian tim dalam bidang pelaksanaan proses pengabdian.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrinis, N., Indrawati, I., & Raudah, R. (2021). Hubungan pengetahuan ibu, pola makan dan penyakit infeksi anak dengan status gizi anak prasekolah. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 4(3), 144-150.
- Al-Kautsari, M. M. (2019). Asset-based community development: strategi pengembangan masyarakat. *Jurnal Empower: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam*, 4(2), 259-278.
- Anam, K., & A, Y. R. (2020). Pengaruh pendapatan dan pendidikan terhadap konsumsi daging sapi: studi kasus di desa jajan kecamatan sooko kabupaten Mojokerto. *AGRIMAS*, 4(1), 18-22.
- Anggaeni, T. T. K., Indraswari, N., & Sujatmiko, B. (2022). Sosialisasi pangan ASUH (Aman, Sehat, Utuh, dan Halal) dan jajanan sehat dalam upaya meningkatkan kesadaran masyarakat atas kualitas hidup sehat. *Media Kontak Tani Ternak*, 4(1), 27-35.
- Ariani, T., Arini, W., Lovisia, E., & Gumay, O. P. U. (2023). Pelatihan pemanfaatan teknologi tepat guna alat destilasi bagi kelompok tani tanaman nilam desa pasenan kecamatan stl ulu terawas kabupaten musi rawas. *Jurnal Cemerlang: Pengabdian pada Masyarakat*, 5(2), 171-182.
- Aruna, A., Iriaji, I., & Rini, D. R. (2022). Digital learning media for cultural arts class-vii prototype curriculum integrated 6c and tpck. *International Conference on Art, Design, Education and Cultural Studies (ICADECS)*, 4(1).
- Arzani, M., & Halimatuzzuhrotulaini, B. (2022). Peran guru dalam mengenalkan makanan bergizi bagi tumbuh kembang anak pada kelompok b usia 5-6 tahun di paud riyadlusshibyan. *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 7(3).
- Boukid, F. (2021). Plant-based meat analogues: From niche to mainstream. *European food research and technology*, 247(2), 297-308.
- Dermawan, D. F., Dimiyati, A., & Mahardhika, D. B. (2023). Sosialisasi budaya hidup sehat dan gizi seimbang pada masa new normal covid-19 di mts se-kabupaten karawang. *SABAJAYA Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1).
- Gumilar, J., Azzahra, A. B., Satria, M., Hamdani, N., Farahdewi, R. Y., Kamilah, Z. Y., & Nurhaliza, K. A. (2021). Pengembangan wirausaha makanan sehat di masa pandemi covid 19 melalui produk olahan daging. *Farmers: Journal of Community Services*, 2(2), 11-15.
- Hardiansyah, A., Hardiansyah, H., & Sukandar, D. (2017). Kesesuaian konsumsi pangan anak indonesia dengan pedoman gizi seimbang. *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan dan Aplikasinya*, 1(2), 35.
- Harrison, R., Blickem, C., Lamb, J., Kirk, S., & Vassilev, I. (2019). Asset-Based Community Development: Narratives, Practice, and Conditions of Possibility

- A Qualitative Study With Community Practitioners. *SAGE Open*, 9(1), 2158244018823081.
- He, J., Evans, N. M., Liu, H., & Shao, S. (2020). A review of research on plant-based meat alternatives: Driving forces, history, manufacturing, and consumer attitudes. *Comprehensive Reviews in Food Science and Food Safety*, 19(5), 2639-2656.
- Lalangpuling, I. E., Tumbol, M. V., & Andaria, A. J. (2023). Healthy living behavior training as an effort of hypertension problems. *VIVABIO: Jurnal Pengabdian Multidisiplin*, 5(1), 19-34.
- Mantiri, Y. F., Lengkong, E., & Suwaryaningrat, N. D. E. (2022). Studi gambaran pengetahuan guru paud tentang gizi anak dalam pendidikan anak usia dini di paud kecamatan remboken. *Kidspedia: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 51-58.
- Marcelliantika, A., Surya, E. P., Vega, B. L. A., Aruna, A., Rini, D. R., Iriaji, I., & Prasetyo, A. R. (2022). Design of game-based learning media the history of general soedirman's journey in the pacitan regency gerilya war. *International Conference on Art, Design, Education and Cultural Studies (ICADECS)*, 4(1).
- Michel, F., Hartmann, C., & Siegrist, M. (2021). Consumers' associations, perceptions and acceptance of meat and plant-based meat alternatives. *Food Quality and Preference*, 87, 104063.
- Oktari, N., Asiyah, A., & Syafri, F. (2023). Peran guru dalam meningkatkan gizi seimbang pada anak melalui kegiatan membentuk kreasi makanan kelompok b di tk porles bengkulu peduli kota bengkulu. *Insan Cendekia: Jurnal Studi Islam, Sosial dan Pendidikan*, 2(1), 37-44.
- Prasetyo, A. R., Aruna, A., Ishlah, N. F. P., Rahmawati, N., & Sayono, J. (2021). Incubation and optimization of visual assets of micro-start-ups through asset-based community development design training. *EDUTECH: Journal of Education And Technology*, 4(4), 675-690.
- Rubio, N. R., Xiang, N., & Kaplan, D. L. (2020). Plant-based and cell-based approaches to meat production. *Nature Communications*, 11(1), 6276.
- Safitri, H. I., & Harun, H. (2020). Membiasakan pola hidup sehat dan bersih pada anak usia dini selama pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 385-394.
- Saras, T. (2023). *Menu vegetarian sehat: panduan lengkap untuk gaya hidup nabati*. Tiram Media.
- Shodiq, N. A. M., Mokodongan, B. N. F., Juniarti, Y., & Laiya, S. W. (2023). Peran orang tua dalam pembiasaan hidup bersih dan sehat pada anak. *Jambura Early Childhood Education Journal*, 5(1), 68-81.
- Sidik, A., Fadhil, F., Romadon, L. D. N. A., Ramadhan, M. V., Sulistio, S. W. A., Putri, M. D., ... & Imas, A. N. (2023). Pendampingan dan sosialisasi kepada umkm dengan metode abcd sebagai upaya peningkatan ekonomi masyarakat. *Kampelmas*, 2(1), 129-139.
- Sufa, S. A. (2017). Tren gaya hidup sehat dan saluran komunikasi pelaku pola makan food combining. *Jurnal Komunikasi Profesional*, 1(7), 105-120.

- Suharman, S., Nugroho, M., Asha, M. W. M., & Murti, H. W. (2018). Inovasi, teknologi dan peningkatan daya saing industri. *Prosiding Seminar Nasional Peran Sektor Industri Dalam Percepatan Dan Pemulihan Ekonomi Nasional*, 1(1), 137–148.
- Tandri, A., Malelak, G. E., & Sulmiyati, S. (2023). Kualitas mikrobiologi, oksidasi lemak, aktivitas antioksidan, dan kolesterol se'i daging sapi yang diasapi dengan cara berbeda. *JAS*, 8(2), 38-42.
- Utomo, M. N., Rita, M. R., Pratiwi, S. R., & Puspitasari, I. (2022). *Green business: strategi membangun kewirausahaan berdaya saing dan berkelanjutan*. Syiah Kuala University Press.