

The Effect of Nutrition Video on Knowledge and Attitudes about Balanced Nutrition in Students of SMAN 4 Serang City

Rifa Febriyani^{1*}, Mukhlidah Hanun Siregar¹, Bohari¹

Correspondensi e-mail: rifafebriy@gmail.com

¹ Program Studi Gizi, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Indonesia

ABSTRACT

Providing balanced nutrition education is one of the efforts to overcome the emergence of nutritional problems in adolescents. The success of education cannot be separated from the media used. Video was chosen as an educational media because it provides clearer information, repeatable, and suitable for all age groups from children to adults. The purpose of this study was to analyze the effect of nutrition videos on knowledge and attitudes about balanced nutrition among students of 4 Senior High School Serang. This study used a quasi-experiment design with a one group pretest-posttest approach. The sample consisted of 54 students from grade X at 4 Senior High School Serang who were taken by random sampling. The educational intervention was held in one session with two screenings of an 11 minutes video. The instruments of this study were pretest and posttest questionnaires. This study used the Wilcoxon Test with a significant level of $\alpha=0.05$. The results indicate an increase in knowledge and attitudes before and after being given education with video. Respondent's knowledge increased by 27.8%, while positive attitudes towards nutrition improved by 57.4%. Bivariate test results of the effect of nutrition video on knowledge and attitudes about balanced nutrition of students at 4 Senior High School Serang with p-values of 0.000 and 0.000 (<0.05), respectively. There is an influence of nutrition video on knowledge and attitudes of 4 Senior High School Serang Students.

ARTICLE INFO

Submitted: 16 April 2024

Accepted: 26 May 2024

Keywords:

Nutrition education; balanced nutrition; knowledge; attitude; video

Pengaruh Video Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Gizi Seimbang pada Siswa SMAN 4 Kota Serang

ABSTRAK

Pemberian edukasi gizi seimbang merupakan salah satu upaya untuk mengatasi timbulnya masalah gizi pada remaja. Keberhasilan edukasi tidak terlepas dari media yang digunakan. Video dipilih sebagai media edukasi karena dapat memberikan informasi yang lebih jelas, dapat diulang, dan cocok untuk semua kelompok usia dari anak-anak hingga dewasa. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh video gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa SMAN 4 Kota Serang. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuasi eksperimen desain dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Sampel merupakan siswa kelas X sebanyak 54 responden di SMAN 4 Kota Serang yang diambil secara random sampling. Pemberian edukasi dilaksanakan dalam satu kali pertemuan dengan dua kali pemutaran video berdurasi 11 menit. Instrumen penelitian ini adalah kuesioner *pretest* dan *posttest*. Uji yang digunakan adalah uji Wilcoxon dengan tingkat signifikansi $\alpha=0,05$. Hasil penelitian menunjukkan ada peningkatan pengetahuan dan sikap sebelum dan setelah diberikan edukasi dengan media video. Pengetahuan responden mengalami peningkatan sebesar 27,8%, sementara sikap positif terhadap gizi meningkat sebesar 57,4%. Hasil uji bivariat pengaruh video gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang siswa SMAN 4 Kota Serang dengan nilai p-value masing-masing 0,000 dan 0,000 ($<0,05$). Terdapat pengaruh pemberian edukasi gizi dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap siswa SMAN 4 Kota Serang.

Kata Kunci:

Edukasi gizi; gizi seimbang; pengetahuan; sikap; video

DOI: <http://dx.doi.org/10.62870/jgkp.v5i1.24897>

Pendahuluan

Masalah gizi yang sering dialami remaja adalah masalah gizi ganda (*double burden*) yaitu gizi kurang dan gizi lebih. Kekurangan gizi pada remaja dapat berdampak pada penurunan daya tahan tubuh, menurunnya tingkat kecerdasan, dan produktivitas rendah (Hasdianah, 2014). Kelebihan gizi pada remaja dapat berisiko terkena penyakit kronis seperti penyakit jantung koroner, diabetes mellitus, dan kanker. Kelebihan gizi juga dapat mempengaruhi psikologis remaja seperti menurunnya tingkat kepercayaan diri karena perbedaan penampilan dari teman sebaya dengan berat badan ideal (Sumiyati & Dian Irianti, 2021). Berdasarkan hasil dari Riset Kesehatan Dasar 2018, Di Provinsi Banten prevalensi remaja umur 16-18 tahun dengan status gizi kurang sebesar 9,1% (1,2% sangat kurus dan 7,9% kurus) dan status gizi lebih sebesar 13,5% (9,7% gemuk dan 3,6% obesitas).

Masalah gizi yang terjadi disebabkan oleh ketidakseimbangan pola konsumsi antara zat gizi yang masuk (*intake*) dengan zat gizi yang dianjurkan. Selain itu, seringnya mengonsumsi *fast food* dan kurang konsumsi sayur dan buah juga merupakan masalah perilaku konsumsi remaja. Risdas Provinsi Banten tahun 2018 pada remaja usia 15-19 tahun, menunjukkan bahwa remaja yang mengonsumsi mie *instant*/makanan *instant* lainnya sebesar 17,2% mengonsumsi ≥ 1 kali sehari dan 70,12% 1-6 kali seminggu. Remaja yang kurang mengonsumsi buah/sayur sebesar 97,99%. Hal ini perlu diperhatikan dan ditindaklanjuti agar prevalensinya tidak meningkat.

Edukasi gizi dilakukan kepada masyarakat dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai cara-cara dalam mengonsumsi makanan yang sesuai dengan konsep gizi seimbang (Suryanto & Supaati, 2021). Keberhasilan edukasi gizi tidak terlepas dari media yang digunakan. Media video cocok bagi generasi 4.0 yang lebih menyukai penggunaan teknologi canggih, terlebih video dengan karakter lucu dan unik (Aisah, Ismail, & Margawati, 2021).

Pemberian edukasi gizi belum dilakukan secara menyeluruh terhadap SMA di Indonesia. Hal ini dapat dilihat dari beberapa hasil penelitian. Mayang Sari & Rafiony (2020) dalam penelitiannya di SMAN 1 Pontianak menunjukkan bahwa 78,2% siswa berpengetahuan tidak baik mengenai pedoman gizi seimbang. Penelitian Arista, Gifari, Nuzrina, Sitoayu, dan Purwara (2021) menunjukkan remaja SMA di Jakarta dengan pengetahuan gizi kurang sebesar 55,7%. Penelitian yang dilakukan terhadap siswa MAN di Medan menyatakan bahwa 93% siswa dengan status gizi *underweight* berpengetahuan gizi kurang (Tepriandy & Rochadi, 2021).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SMAN 4 Kota Serang, diketahui bahwa 33% siswa berpengetahuan gizi kurang, 50% berpengetahuan cukup, dan 17% siswa berpengetahuan gizi baik. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui apakah ada pengaruh video gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa SMAN 4 Kota Serang.

Metode

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian quasi eksperimen design dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Pada penelitian ini terdapat satu kelompok yang akan diberikan edukasi gizi dengan media video gizi kemudian diobservasi hasilnya. Sebelum intervensi diberikan, kelompok akan diberikan *pretest* untuk mengetahui kondisi awal. Subjek penelitian ini merupakan siswa kelas X SMA Negeri 4 Kota sebanyak 54 sampel. Uji validitas dan reliabilitas telah diukur untuk mengetahui ketepatan kuesioner yang digunakan. Hasil validitas dan reliabilitas kuesioner pengetahuan dan sikap gizi masing-masing memiliki nilai cronbach's alpha sebesar 0,903 dan 0,855 dengan jumlah $n=20$. Dengan demikian, kuesioner yang digunakan dapat dikatakan reliabel. Penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan antara skor *pretest* dan *posttest* pada masing-masing.

Kode Etik Kesehatan

Penelitian ini sudah memenuhi persyaratan layak etik sesuai 7 (tujuh) standar WHO 2011 dengan nomor 1535/UN43.20/KEPK/2023.

Hasil

Tabel 1 menunjukkan bahwa total responden dalam penelitian ini berjumlah 54 responden. Usia responden paling banyak berusia 15 tahun dengan jumlah 38 responden (70,4%) diikuti responden yang berusia 16 tahun sebanyak 16 responden (29,6%). Responden paling banyak berjenis kelamin perempuan sebanyak 37 responden (68,5%).

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Usia		
15	38	70,4
16	16	29,6
Jenis Kelamin		
Laki-laki	17	31,5
Perempuan	37	68,5
Kelas		
X Mipa	25	46,3
X IPS	29	53,7
Total	54	100

Tabel 2. Kategori Skor *Pretest* dan *Posttest* Gizi Seimbang

Kategori	n		%		Min-Max	
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
Pengetahuan						
Kurang	25	3	46,3	5,6		
Cukup	28	36	51,9	66,7	28-88	52-100
Baik	1	15	1,9	27,8		
Sikap						
Kurang	0	0	0	0		
Cukup	39	23	72,2	42,6	36-54	41-57
Baik	15	31	27,8	57,4		
Total	54	54	100	100		

Tabel 2 menunjukkan adanya peningkatan pada kategori pengetahuan dan sikap. Sebelum diberikan edukasi dengan video gizi, skor tertinggi yang diperoleh responden sebesar 88 untuk kategori pengetahuan dan 54 untuk kategori sikap. Setelah diberikan edukasi, skor tertinggi yang diperoleh untuk kategori pengetahuan sebesar 100 dan kategori sikap sebesar 57. Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa sebelum diberikan edukasi, sebanyak 1 responden (1,9%) memiliki pengetahuan yang baik dan meningkat menjadi 15 responden (27,8%) setelah diedukasi. Sebanyak 15 responden (27,8%) memiliki sikap baik terhadap gizi dan meningkat menjadi 31 responden (57,4%) setelah diedukasi.

Tabel 3. Pengaruh Video Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan dan Sikap

Kategori	n	Mean	p-value
Pengetahuan			
<i>Pretest</i>	54	56,37	0,000
<i>Posttest</i>	54	74,3	
Sikap			
<i>Pretest</i>	54	45,72	0,000
<i>Posttest</i>	54	49,5	

Tabel 3 menunjukkan terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan dan sikap sebelum dan setelah diberikan video gizi. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon, diketahui nilai *p-value* untuk kategori pengetahuan dan sikap adalah *p-value* $0,000 < 0,05$ yang artinya, ada pengaruh pemberian edukasi gizi dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap siswa SMAN 4 Kota Serang.

Pembahasan

Penelitian ini menggunakan media sebagai alat bantu edukasi yaitu media audiovisual yaitu video. Penggunaan video sebagai media edukasi dirasa efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang karena di dalam video berisi konten-konten yang informatif dengan perpaduan gambar dan warna yang menarik. Menurut Aisah, Ismail, dan Margawati (2021), penggunaan media video sangat cocok bagi generasi 4.0 dimana tingkat antusiasme mereka terhadap penggunaan teknologi cukup tinggi. Keunggulan dari menggunakan video sebagai media edukasi karena video merangsang indra penglihatan dan pendengaran siswa. Indra penglihatan merupakan indra yang paling banyak menyebarkan pengetahuan ke otak. Sekitar 75% sampai 85% pengetahuan manusia disalurkan melalui indra penglihatan, 13% melalui indra pendengaran, dan 12% melalui indra yang lainnya (Tuzzahroh, 2015). Selain itu, penggunaan video juga sesuai untuk kelompok dari anak-anak hingga dewasa. Lingga (2015) dalam penelitiannya juga menyetujui bahwa penggunaan media video dalam

pembelajaran dapat meningkatkan daya tarik dan motivasi siswa dalam mengikuti proses belajar-mengajar dengan memanfaatkan panca indranya.

Selain terdapat kelebihan, berikut merupakan kelemahan penggunaan media video dalam pemberian edukasi gizi seimbang, diantaranya komunikasi bersifat satu arah sehingga perlu diikuti dengan bentuk umpan balik yang lain dan peralatan yang diperlukan kompleks (Nurmalasari, 2016).

Media edukasi video gizi menyajikan informasi seputar gizi seimbang, meliputi prinsip gizi seimbang, pesan umum gizi seimbang, isi piringku, zat gizi mikro yang diperlukan remaja, dan kebutuhan gizi bagi remaja. Video edukasi gizi berdurasi 11 menit.

Pengaruh Video Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan

Pengetahuan gizi adalah kemampuan seseorang dalam memahami kandungan zat gizi, kegunaan zat gizi, dan interaksi zat gizi dengan status gizi dan kesehatan (Pantaleon, 2019). Berdasarkan hasil penelitian, skor *pretest* terendah yang diperoleh responden adalah 28 dan skor tertinggi 88 dengan rata-rata skor 56,37. Setelah diberikan video gizi, skor terendah yang didapatkan responden adalah 52 dan skor tertingginya adalah 100 dengan rata-rata 74,3. Berdasarkan hasil tersebut diketahui bahwa rata-rata skor *posttest* pengetahuan lebih besar dibandingkan rata-rata skor *pretest*.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Puspita (2021) yang dilakukan terhadap siswa SMP Negeri 10 Kota Bengkulu menunjukkan bahwa nilai rata-rata pengetahuan siswa sebelum diberikan edukasi adalah 43,38 dan nilai rata-rata pengetahuan setelah diberikan edukasi adalah 83,53. Hal ini membuktikan adanya peningkatan skor *pretest* dan *posttest* dengan selisih skor 40,15.

Berdasarkan hasil dengan uji Wilcoxon diketahui nilai *p-value* 0,000 < 0,05 yang artinya terdapat pengaruh pemberian video gizi terhadap pengetahuan siswa SMAN 4 Kota Serang. Hasil ini sejalan dengan penelitian Tisa, Simanjuntak, & Wahyudi (2020) yang menunjukkan terdapat pengaruh edukasi gizi menggunakan media video terhadap pengetahuan gizi seimbang dengan nilai *p-value* 0,000 (<0,05). Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan terhadap siswa SMPN 14 Bekasi yang menunjukkan adanya pengaruh pemberian edukasi sebelum dan setelah diberikan edukasi dengan media video dengan nilai *p-value* 0,000 (<0,05) (Zares & Simanungkalit, 2021).

Kurangnya sosialisasi mengenai pedoman gizi seimbang (PGS) dapat menjadi salah satu faktor dalam rendahnya tingkat pengetahuan siswa terkait gizi seimbang. Soekiman (2011) dalam artikelnya yang berjudul *Taking the Indonesian Nutrition History to Leap into Betterment of The Indonesian Nutrition Guidelines*, menyatakan bahwa kurangnya sosialisasi tentang gizi seimbang menjadi salah satu faktor penyebab rendahnya pengetahuan siswa. Pada tahun 2005 Departemen Kesehatan RI telah menerbitkan buku Pedoman Gizi Seimbang, namun karena kurangnya sosialisasi dan publikasi menyebabkan masyarakat kurang familiar dengan Pedoman Gizi Seimbang (PGS) (Tisa, Simanjuntak, & Wahyudi, 2020).

Usia juga menjadi salah satu faktor yang berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan seseorang. Semakin bertambahnya usia semakin luas wawasan, daya tangkap, dan pola pikirnya lebih berkembang. Rendahnya pengetahuan siswa terkait gizi dapat menimbulkan masalah karena pengetahuan berperan dalam perubahan sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan yang pada akhirnya akan mempengaruhi status gizi (Chatlin, 2010 dalam Maharibe, Kawengian, & Bolang, 2014).

Peningkatan pengetahuan remaja tentang gizi seimbang perlu dilakukan agar remaja semakin paham bagaimana cara mengatur menu makanan yang bervariasi dan sesuai dengan pedoman gizi seimbang. Seseorang dengan pengetahuan gizi yang baik akan memperhatikan makanan yang dikonsumsi, baik dari segi jenis dan kuantitasnya. Namun, perilaku makan juga dapat dipengaruhi oleh daya beli dan pola hidup yang sudah menjadi kebiasaan (Suryani et al., 2011 dalam Agustin, Fayasari, & Dewi., 2018).

Pengaruh Video Gizi Seimbang terhadap Sikap

Sikap gizi diartikan sebagai pandangan atau respon seseorang terhadap gizi yang memiliki kecenderungan untuk menyetujui atau tidak menyetujui suatu pernyataan terkait gizi. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebelum diberikan video gizi, skor terendah yang didapatkan responden adalah 36 dan skor tertinggi 54 dengan rata-rata skor 45,72. Setelah diberikan edukasi, skor terendah yang didapatkan responden adalah 41 dan skor tertingginya adalah 57 dengan rata-rata 49,5. Berdasarkan hasil diketahui bahwa rata-rata sikap setelah diberikan video gizi lebih besar dibandingkan rata-rata skor pengetahuan sebelum diberikan video gizi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Puspita (2021) yang menunjukkan terjadinya peningkatan skor rata-rata sikap sebelum dan setelah diberikan video gizi. Skor rata-rata *pretest* sikap sebesar 28,51 dan meningkat menjadi 32,05 setelah diberikan video gizi.

Berdasarkan hasil analisis dengan uji Wilcoxon didapatkan nilai *p-value* 0,000 < 0,05 yang artinya ada pengaruh pemberian video gizi terhadap sikap siswa SMAN 4 Kota Serang. Hasil penelitian ini

didukung oleh penelitian Rahmatunisa (2020) yang menyatakan terdapat pengaruh perbandingan sikap sebelum dan setelah diberikan konseling gizi dengan metode penyuluhan audiovisual dengan nilai *p-value* 0,000 (<0,05). Hasil penelitian Fadhillah Ardie dan Sunarti (2019) menunjukkan terdapat pengaruh pemberian edukasi dengan media video terhadap sikap dengan nilai *p-value* 0,028 (<0,05). Penelitian sebelumnya yang oleh Sutrio & Yuniarto (2021) menunjukkan bahwa media video berpengaruh terhadap peningkatan sikap siswa dengan nilai *p-value* 0,001 (<0,05).

Perubahan sikap menandakan bahwa responden berkeinginan untuk mengubah pandangannya terhadap gizi. Perubahan sikap dapat terjadi seiring dengan perubahan pengetahuan. Terjadinya peningkatan skor pengetahuan akan merubah sikap dan mempengaruhi kebiasaan seseorang kearah yang positif (Mahmud, Ambarwati, Mintarsih, Prihatin, & Jaelani, 2017).

Beberapa faktor yang juga dapat mempengaruhi perubahan sikap diantaranya budaya, faktor emosional, dan pengaruh orang lain (Azwar, 2022). Sikap individu menunjukkan kesiapan untuk berubah namun belum bisa disebut sebagai tindakan, sikap hanya bagian dari faktor predisposisi suatu perilaku.

Kesimpulan

Pemberian edukasi dengan media video dapat mempengaruhi pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang siswa SMAN 4 Kota Serang dengan nilai *p-value* 0,000 (<0,05). Penggunaan video gizi dapat dijadikan referensi sebagai alat bantu dalam pemberian edukasi kesehatan.

Daftar Pustaka

- Agustin, F., Fayasari, A., & Dewi, G. K. (2018). Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Gizi Seimbang terhadap Status Gizi Lebih pada Pegawai Rumah Sakit Penyakit Infeksi Sulianti Saroso Jakarta Utara. *Ilmu Gizi Indonesia*, 1(2), 93–103. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v1i2.19>
- Aisah, S., Ismail, S., & Margawati, A. (2021). Edukasi Kesehatan dengan Media Video Animasi: Scoping Review. *Jurnal Perawat Indonesia*, 5(1), 641–655. <https://doi.org/10.32584/jpi.v5i1.926>
- Arista, C. N., Gifari, N., Nuzrina, R., Sitoayu, L., & Purwara, L. (2021). Perilaku Makan, Kebiasaan Sarapan, Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Pada Remaja SMA di Jakarta. *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi (JAKAGI)*, 2(1).
- Azwar, S. (2022). *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya* (3rd ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fadhillah Ardie, H., & Sunarti, S. (2019). Pengaruh Media Video terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Gizi Seimbang pada Siswa Kelas V di SDN 016 Samarinda Seberang. *Borneo Student Research*, 1(1), 284–290.
- Hasdianah. (2014). *Gizi Pemanfaatan Gizi, Diet, dan Obesitas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Laporan Provinsi Banten RISKESDAS 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Lingga, N. L. (2015). *Pengaruh Pemberian Media Animasi terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang pada Siswa Kelas VI Sekolah Dasar Negeri Tanjung Duren Utara 01 Pagi Jakarta Barat*. [Skripsi] Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul: Jakarta.
- Maharibe, C. C., Kawengian, S. E. S., & Bolang, A. S. L. (2014). Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Praktik Gizi Seimbang Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2013 Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi. *Jurnal E-Biomedik*, 2(1), 1–9. <https://doi.org/10.35790/ebm.2.1.2014.3711>
- Mahmud, M. R., Ambarwati, R., Mintarsih, S. N., Prihatin, S., & Jaelani, M. (2017). Efektitas Edukasi dengan Media Audiovisual terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Gizi Seimbang. *Jurnal Riset Gizi*, 5(1), 21–25. <https://doi.org/https://doi.org/10.31983/jrg.v5i1.4323>
- Mayang Sari, E., & Rafiony, A. (2020). Pengetahuan tentang Pedoman Gizi Seimbang dan Pola Makan Siswa SMAN 1 Pontianak. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 3(1), 1–5. <https://doi.org/10.30602/pnj.v3i1.623>
- Nurmalasari, A. D. (2016). *Pengembangan Media Video Pembelajaran sebagai Sumber Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Ilmu Gizi Materi Pokok Zat Gizi Sumber Tenaga di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 3 Purworejo*. [Skripsi] Fakultas Teknik, Universitas Negeri Yogyakarta: Yogyakarta.
- Pantaleon, M. G. (2019). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri II Kota Kupang. *CHMK Health Journal*, 3(3), 69–76.
- Puspita, E. T. (2021). *Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang Menggunakan Media Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri di Masa Pandemi COVID-19 di SMP Negeri 10 Kota Bengkulu Tahun 2021*. [Skripsi] Program Gizi dan Dietetika, Poltekkes Kemenkes Bengkulu: Bengkulu.
- Rahmatunisa, A. (2020). *Pengaruh Edukasi Gizi berbasis Edutainment terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik tentang Pemilihan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) di SD*

- Negeri 19 Kota Bengkulu*. [Skripsi] Program Gizi dan Dietetika, Poltekkes Kemenkes Bengkulu: Bengkulu.
- Sumiyati, & Dian Irianti. (2021). Obesitas terhadap Harga Diri Remaja. *Jurnal Sains Kebidanan*, 3(2), 80–85.
- Suryanto, H., & Supaati. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Anak Sekolah. *Prosiding Seminar Nasional Wijayakusuma National Conference*, 2(1), 133–138.
- Sutrio, S., & Yudianto, A. E. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi melalui Media Video Piring Makanku terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa. *Jurnal Gizi Prima (Prime Nutrition Journal)*, 6(1), 1–6. <https://doi.org/10.32807/jgp.v6i1.240>
- Tepriandy, S., & Rochadi, R. K. (2021). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Status Gizi Siswa MAN Medan pada Masa Pandemi COVID-19. *Tropical Public Health Journal*, 1(1), 43–49. <https://doi.org/10.32734/trophico.v1i1.6042>
- Tisa, D., Simanjuntak, B. Y., & Wahyudi, A. (2020). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Audio Visual (Video) terhadap Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 19–24.
- Tuzzahroh, F. (2015). *Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media Video, Poster, dan Permainan Kwartet Gizi terhadap Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Siswa di Sekolah Dasar Negeri Karangasem III Kota Surakarta*. [Skripsi] Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta: Surakarta.
- Zares, N. M., & Simanungkalit, S. F. (2021). Effect of Nutrition Education Based on Video and Leaflet Towards Nutritional Knowledge of 14th Junior High School Bekasi Student. *Indonesian Journal of Nutritional Science*, 1(1), 8–15. <https://doi.org/10.52023/ijns.v1i1.2519>