

## Edukasi Gizi Seimbang Melalui Media Video Pada Siswa SDN 20 Balaesang Kabupaten Donggala

*Balanced Nutrition Education Through Video Media for Students at SDN 20 Balaesang,  
Donggala Regency*

**Elvyrah Faisal, \*)Alna, Adhyanti**

Program Studi DIII Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Palu

Jl. Thalua Konchi No. 19 Mamboro Barat Palu

\*Email korespondensi:alna84137@gmail.com

**DOI:**

10.33860/jpmsh.v2i1.3407

**Histori Artikel:**

Diajukan:

Agustus 2022

Diterima:

Agustus 2022

Diterbitkan:

Agustus 2022

**ABSTRAK**

Masalah gizi pada usia sekolah masih kerap mengancam kualitas generasi. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya pengetahuan terkait gizi seimbang. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang pada siswa SDN 20 Balaesang Kabupaten Donggala. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berupa kegiatan edukasi dengan cara pemberian materi melalui media video. Kelompok sasaran kegiatan adalah anak siswa SDN 20 Balaesang Donggala. Sebelum dilakukan edukasi, terlebih dahulu dilakukan pre test untuk mengukur pengetahuan awal kelompok sasaran, kemudian di akhir kegiatan dilakukan post test untuk mengetahui perubahan pengetahuan. Materi edukasi yang diberikan berupa informasi terkait gizi seimbang. Hasil menunjukkan tingkat pengetahuan gizi sebelum dilakukan edukasi sebagian besar berpengetahuan kurang (95,8%), sedangkan sesudah dilakukan edukasi mengalami peningkatan dengan kategori pengetahuan baik 66,7%. Uji statistik menunjukkan ada pengaruh edukasi menggunakan media video terhadap pengetahuan gizi Seimbang ( $p < 0,005$ ). Kegiatan edukasi yang melibatkan anak-anak sebagai kelompok sasaran hendaknya dikemas menggunakan media yang menarik atau dalam bentuk permainan.

**Kata kunci:** Gizi seimbang; Usia sekolah;

**ABSTRACT**

Nutritional problems at school age still often threaten the quality of the next generation. One of the causes is a lack of knowledge regarding balanced nutrition. The aim of this activity is to increase knowledge about balanced nutrition among students at SDN 20 Balaesang, Donggala Regency. Implementation of community service activities in the form of educational activities by providing material through video media. The target group for the activity is students at SDN 20 Balaesang Donggala. Before education is carried out, a pre-test is carried out first to measure the initial knowledge of the target group, then at the end of the activity a post-test is carried out to determine changes in knowledge. The educational material provided is in the form of information related to balanced nutrition. The results showed that the level of nutritional knowledge before the education was carried out was mostly poor knowledge (95.8%), whereas after the education was carried out there was an increase with a good knowledge category of 66.7%. Statistical tests show that there is an effect of education using video media on knowledge of balanced nutrition ( $p < 0.005$ ). Educational activities involving children as the target group should be packaged using interesting media or in the form of games.

**Keywords:** Balanced nutrition; School age.

## PENDAHULUAN

Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas merupakan modal dasar pembangunan bangsa sehingga dalam membentuk manusia yang sehat, cerdas dan produktif, gizi dan kesehatan mempunyai andil yang sangat besar. Dalam UU Kesehatan RI No. 23 Tahun 1992 menyebutkan bahwa pembangunan kesehatan bertujuan meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat setiap orang untuk mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang optimal. Gizi merupakan dasar pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan, sehingga pada masa mendatang merupakan komponen kritis kualitas SDM Indonesia (Achadi et al., 2010).

Berdasarkan Permenkes nomor 41 tahun 2014 tentang gizi seimbang, dinyatakan bahwa dalam rangka meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Perlu dilakukan upaya perbaikan gizi masyarakat melalui penerapan gizi seimbang. Penerapan gizi seimbang belum optimal, masih sering di jumpai berbagai masalah terkait dengan perilaku makan, perilaku hidup bersih dan sehat, serta penyakit-penyakit yang berkaitan dengan gizi. Berdasarkan pertimbangan sebagaimana dimaksud dengan penjelasan diatas, perlu menetapkan peraturan menteri kesehatan tentang pedoman gizi seimbang (Permenkes RI 2014).

Anak usia sekolah merupakan masa peralihan dari anak menjadi dewasa. terjadi pertumbuhan mental, fisik, dan emosional yang cukup cepat pada masa ini. Anak usia sekolah mulai serius untuk mengespresikan ide menjadi lebih objektif dan mulai belajar menerima hal-hal baru dilihat dan didengar. Pendidikan, pengetahuan, dan praktik gizi merupakan hal yang saling berhubungan. Pendidikan gizi penting diberikan kepada anak usia sekolah untuk meningkatkan pengetahuan gizi (Irnani and Tiurma 2017).

Masalah gizi yang banyak terjadi pada anak usia sekolah diantaranya adalah masalah malnutrisi. Malnutrisi disini dapat diartikan kelebihan maupun kekurangan salah satu zat gizi. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa secara nasional prevelensi

kurus pada anak umur 5-12 tahun adalah 6,8 %. Sedangkan prevelensi anak sekolah yang mengalami kegemukan mencapai 10,8%. Banyak faktor yang menyebabkan timbulnya masalah kelebihan gizi di Indonesia, seperti kurangnya aktifitas fisik, banyaknya konsumsi makan-makanan berlemak, berjamunya makanan cepat saji instan food yang digemari oleh anak-anak sekolah selain rasa yang enak dan harga juga murah. Faktor kegemukan pada anak-anak cenderung terjadi karena kebiasaan mengonsumsi makanan oleh anak-anak sekolah yang masih kurang baik. Kebiasaan makan anak sekolah dasar sangat dipengaruhi oleh berbagai fakto, diantaranya oleh orang tua, dan faktor lingkungan. peran teman sebaya (peer grup) juga sangat mempengaruhi kebiasaan makan anak sekolah (Fitri et al., 2020).

Data Riskasdes (2013) menunjukkan perilaku konsumsi makanan beresiko pada penduduk umur >10 tahun paling banyak mengonsumsi bumbu penyedap (77,3%), diikuti makanan dan minuman manis (53,1%), dan makanan berlemak (40,7%), dan proporsi rerata nasional perilaku konsumsi kurang sayur dan buah 93,5%. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2013, menunjukkan bahwa secara nasional prevalensi kurus pada anak umur 5-12 tahun adalah 11,2%, terdiri dari 4% sangat kurus dan 7,2 % kurus.

Ketika anak tidak mengonsumsi gizi seimbang dapat mengakibatkan potensi anak gizi buruk. Berdasarkan Riskesdas 2013, 93,5% penduduk usia di atas 10 tahun yang pertama mengonsumsi sayuran dan buah-buahan masih di bawah anjuran. Kedua, kualitas protein yang dikonsumsi rata-rata perorang perhari masih rendah karena sebagian besar berasal dari protein nabati seperti sereal dan kacang-kacangan. Ketiga, konsumsi makanan dan minuman berkadar gula tinggi, garam tinggi dan lemak tinggi, baik pada masyarakat perkotaan maupun perdesaan, masih cukup tinggi. Keempat, asupan air pada remaja masih rendah. Kelima, cakupan pemberian Air Susu Ibu Eksklusif (ASI Eksklusif) pada bayi 0-6 bulan masih rendah (61,5%).

Berdasarkan data yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Donggala pada tahun 2018. Diketahui Prevelensi anak sekolah yang mengalami masalah gizi yang tertinggi yaitu di Desa Tambu Kecamatan Balaesang. Dimana yang mengalami masalah gizi yaitu sangat kurus berjumlah 42 orang, kurus 16 orang, gemuk 31 orang (Dinkes Kabupaten Donggala 2018).

Edukasi gizi dengan bantuan media yang menarik dapat mempermudah remaja memahami materi dengan baik. Pemilihan media yang tepat juga membantu siswa lebih membangkitkan siswa dalam belajar (Kamsiah, 2020). Video merupakan media audio visual telah berhasil membangkitkan ketertarikan dan membangkitkan rasa kemandirian siswa sehingga partisipasi aktif siswa dalam proses pembelajaran (Brame, 2016; Masitah, Pamungkasari and Suminah, 2020). Audio visual yang berupa video dapat digunakan sebagai media penyuluhan yang memiliki banyak keunggulan, salah satunya adalah dapat lebih mudah diterima siswa karena mengaitkan langsung dengan indera penglihatan dan pendengarannya. Menurut penelitian para ahli, indera yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah indera pandang. Kurang lebih 75% sampai 87% dari pengetahuan manusia diperoleh/disalurkan melalui indera pandang, 13% melalui indera dengar dan 12% lainnya tersalur melalui indera yang lain.

Audio visual dan gambar cetak merupakan alat bantu yang dinilai tepat jika digunakan dalam penyuluhan gizi untuk anak SD. Keunggulan media audio visual dapat memberikan realita yang mungkin sulit direkam oleh mata serta pikiran sasaran, dapat sebagai pemicu diskusi tentang sikap dan perilaku, efektif bagi sasaran yang jumlahnya besar serta dapat diulang kembali, mudah dalam penggunaan dan tidak membutuhkan ruangan gelap. Berdasarkan hasil penelitian Sairaoka (2010), bahwa ada pengaruh yang signifikan pengetahuan gizi yang lebih baik pada responden yang diberikan pendidikan gizi dengan media dibanding dengan responden yang tidak diberikan pendidikan gizi tanpa menggunakan media.

Pendidikan gizi pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha menyampaikan

pesan gizi kepada masyarakat, kelompok, atau individu dengan harapan agar bisa memperoleh pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang yang lebih baik sehingga dapat berpengaruh pada sikap dan perilaku (Notoatmodjo, 2012). Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang pada siswa SDN 20 Balaesang Kabupaten Donggala.

## **METODE**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berupa kegiatan edukasi dengan cara pemberian materi melalui media video. Kelompok sasaran kegiatan adalah anak siswa SDN 20 Balaesang Donggala. Sebelum dilakukan edukasi, terlebih dahulu dilakukan *pre test* untuk mengukur pengetahuan awal kelompok sasaran, kemudian di akhir kegiatan dilakukan *post test* untuk mengetahui perubahan pengetahuan. Materi edukasi yang diberikan berupa informasi terkait gizi seimbang.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Sekolah Dasar Negeri 20 Balaesang berlokasi di jalan Trans Sulawesi Kecamatan Balaesang Provinsi Sulawesi Tengah. Berdiri pada tahun 19 Mei 1982. Sekolah Dasar Negeri 20 Balaesang memiliki luas 2000 M<sup>2</sup> dengan 6 ruang kelas, 1 ruang kepala sekolah, 1 ruang guru, 1 ruang perpustakaan, 1 ruang usaha kesehatan sekolah (UKS), 3 ruang toilet, tempat bermain dan berolahraga. Jumlah siswa Pada Tahun Ajaran 2021/2022 sebanyak 117 siswa yang terdiri dari laki-laki 69 orang dan perempuan berjumlah 48 orang, guru sejumlah 13 orang yang terdiri dari 7 orang PNS 6 orang guru honorer.

Sekolah Dasar Negeri 20 Balaesang ini belum pernah mendapatkan edukasi tentang gizi seimbang, baik dari pihak sekolah maupun yang ada diadakan oleh UKS maupun dari pihak puskesmas, informasi ini peneliti dapatkan langsung dari pihak sekolah.



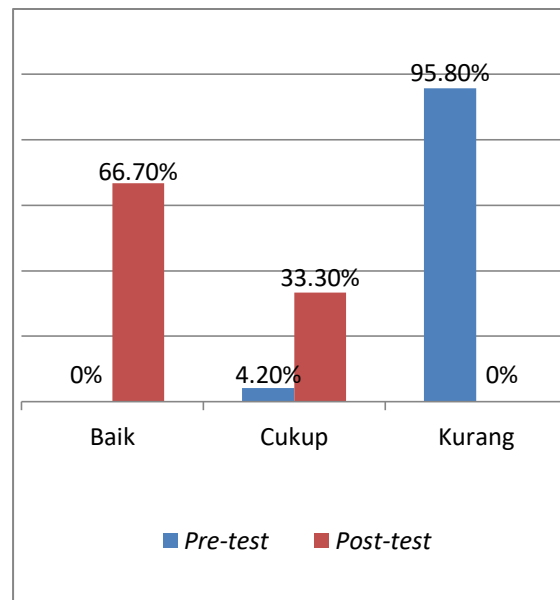
Gambar 1 Pretest kegiatan edukasi

Karakteristik kelompok sasaran menunjukkan persentase tertinggi adalah kategori umur 11 tahun yaitu sebanyak 9 siswa (37,5%) dan paling sedikit kategori umur 15 tahun yaitu 1 (4,2%). Jenis kelamin laki-laki yaitu 14 siswa (58,3%) dan perempuan yaitu 10 siswa (41,7%). Sedangkan distribusi kelas siswa kelas V yaitu sebanyak 14 siswa (58,3%) dan kelas VI sebanyak 10 siswa (41,7%) (Tabel 1).

Tabel . **Error! No text of specified style in document.**1 Karakteristik kelompok sasaran

Karakteristik	Jumlah (f)	%
Umur		
11	9	37,5
12	6	25,0
13	5	20,8
14	3	12,5
15	1	4,2
Jenis Kelamin		
Laki-laki	14	58,3
Perempuan	10	41,7
Kelas		
V	14	58,3
VI	10	41,7
<b>Total</b>	<b>24</b>	<b>100,0</b>

Pengetahuan anak sekolah sebelum diberi edukasi (pre-test), pengetahuan baik 0% sesudah diberi edukasi (post-test) pengetahuan meningkat menjadi 67%. Pengetahuan cukup sebelum diberi edukasi (pre-test) sebanyak 4,2% sesudah diberi edukasi (pos-test) 33%. Pengetahuan kurang sebelum diberi edukasi (pre-test) sebanyak 95,8% sesudah diberi edukasi (pos-test) 0% (Gambar 2).



Gambar 2 Perbandingan tingkat pengetahuan hasil pretest dan post test

Terdapat perubahan nilai pengetahuan responden tentang gizi seimbang yaitu memiliki nilai rata-rata sebelum penyuluhan 34,67 dan setelah penyuluhan nilai rata-rata 74,38. Standar deviasi untuk nilai pre-post yaitu 11,83 standar deviasi untuk nilai post-test yaitu 10,69. Nilai signifikasni uji statistic menunjukkan p-value yaitu 0,000 yang artinya ada pengaruh pada edukasi menggunakan media video (Tabel 2).

Tabel **Error! No text of specified style in document.**2 Uji statistik perubahan pengetahuan setelah dilakukan edukasi

Variable	Mean	N	Standar Deviasi	P-value
Pengetahuan Pre- Test	34,67	0 <sup>a</sup>	11,83	0,000
Pengetahuan Post-Test	74,38	24 <sup>b</sup>	10,69	
<b>Skor Pengetahuan</b>	39,71			

Hasil kegiatan ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Kholishah (2017) bahwa sebelum diberikan perlakuan pendidikan kesehatan dengan media video. Tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan gigi mayoritas berada pada kategori cukup 18 responden (60%), sesudah diberikan pendidikan kesehatan gigi mayoritas berada pada kategori

baik 27 responden (90%). Hasil uji statistik menggunakan wilcoxon didapatkan nilai P-value 0,000 yang berarti  $P < 0,05$  artinya pendidikan kesehatan gigi dengan menggunakan video efektif meningkatkan pengetahuan santri tentang PHBS cara menjaga kebersihan gigi dan mulut. Dalam penelitian Edyati (2015) bahwa penyuluhan kesehatan tentang personal hygiene dengan media media vidio memiliki pengaruh terhadap pengetahuan dan sikap personal hygiene siswa SD 1 Kepek, hal ini dapat dilihat dari nilai p pengetahuan sebesar 0,000 ( $p = 0,000 < 0,05$ ).

Penelitian dilakukan oleh Putri, dkk (2017) menunjukkan bahwa rata-rata sikap pada kelompok audio visual untuk sebelum edukasi (pre-test) sebesar 28,9 sedangkan untuk post test sebesar 32,2. Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan nilai t sebesar -7,4 dengan p-value 0,00 atau  $p\text{-value} < 0,05$ . Dari hasil uji tersebut diperoleh adanya perbedaan yang bermakna secara signifikan terhadap tingkat sikap antara pre-test dan post-test.



Gambar 3 Pelaksanaa edukasi

Mutiara, dkk (2020) menyatakan skor pengetahuan tentang kesukaan anak dengan media DVD berbasis flash dan video yang lebih besar dari skor menggunakan handout, ada 21 ibu dan ada 3 orang yang skor menggunakan handout lebih besar dari skor dengan media DVD berbasis flash dan video. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media flash lebih dapat meningkatkan hasil belajar atau tingkat pengetahuan para ibu bila dibandingkan dengan media handout. Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa secara umum

media dalam bentuk DVD dan video tentang makanan bergizi seimbang untuk balita lebih baik dibandingkan dengan media handout dalam meningkatkan hasil belajar kader posyandu. Artinya, hasil belajar kader posyandu dalam penyuluhan gizi tentang makanan bergizi seimbang untuk balita lebih efektif meningkat dengan menggunakan media dalam bentuk DVD dan Video.

Pendidikan kesehatan dengan media video ditayangkan dan ditangkap dengan melibatkan berbagai alat indera, seperti penglihatan dan pendengaran. Semakin banyak indera yang digunakan, maka masuknya informasi akan semakin mudah hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Listyarini (2017), bahwa kurang lebih 75%-87% seseorang meningkatkan pengetahuan dengan melihat atau diperoleh dari pancaindera. Teori yang dikemukakan oleh Maulana (2014) juga mengatakan hal yang sama, bahwa pancaindera yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata (sekitar 75%-87%) sedangkan 13%-25% pengetahuan manusia diperoleh dan disalurkan melalui pancaindera yang lain.

Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan hasil tersebut akan diperoleh setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yakni penglihatan, penciuman rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh dari mata dan telinga. Pengetahuan (*knowledge*), sikap (*attitude*) dan tindakan (*practice*) merupakan tahapan perubahan perilaku atau pembentukan perilaku. Sebelum seseorang mengadopsi perilaku ia harus tahu terlebih dahulu apa manfaat bagi dirinya. Untuk mewujudkan pengetahuan tersebut, maka individu distimulus dengan pendidikan kesehatan. Setelah seseorang mengetahui stimulus proses selanjutnya iya akan menilai/bersikap terhadap stimulus tersebut. Oleh sebab itu indikator untuk sikap kesehatan juga sejalan dengan pengetahuan kesehatan.

Media audio-visual dapat meningkatkan hasil belajar karena melibatkan imajinasi dan meningkatkan motivasi belajar siswa. Penggunaan media dalam pembelajaran sangat dianjurkan untuk mempertinggi kualitas pembelajaran. Media audio-visual mendorong

keinginan untuk mengetahui lebih banyak (Firdaus, 2016). Media audio-visual tidak saja menghasilkan cara belajar yang efektif dalam waktu yang lebih singkat, akan tetapi apa yang diterima melalui media audio-visual lebih lama dan lebih baik tinggal dalam ingatan. Media audio-visual mempermudah orang menyampaikan dan menerima pelajaran atau informasi serta dapat menghindarkan salah pengertian. Perhatian yang semakin meluas dalam penggunaan media audio visual telah mendorong bagi diadakannya banyak penyelidikan ilmiah mengenai tempat dan nilai media audio-visual tersebut dalam pendidikan. Penyelidikan itu telah membuktikan bahwa media audio-visual jelas mempunyai nilai yang berharga dalam bidang pendidikan (Firdaus, 2016).

Penyuluhan merupakan salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan gizi seseorang. Karena penyuluhan merupakan sarana edukatif untuk meningkatkan pengetahuan seseorang. Tujuan akhir penyuluhan adalah adanya perubahan perilaku manusia yang dilakukan secara edukatif. Karena dengan adanya penyuluhan diharapkan orang bisa memahami pentingnya makanan dan gizi, sehingga mau bersikap dan bertindak mengikuti norma-norma gizi. Pendidikan dan pengetahuan merupakan faktor tidak langsung yang mempengaruhi perilaku seseorang. Pengetahuan yang didapat seseorang tidak terlepas dari pendidikan. Semakin tinggi pendidikan orang maka pengetahuan semakin luas. Tujuan dari pendidikan gizi berdasarkan pendekatan sebaran informasi cukup sederhana yaitu memberikan informasi yang masyarakat butuhkan tentang makanan dan zat-zat gizi yang mereka perlukan dan bagaimana makan yang baik. Pendidikan kesehatan didefinisikan sebagai upaya menerjemahkan apa yang telah diketahui tentang kesehatan ke dalam perilaku yang diinginkan dari perorangan ataupun masyarakat melalui proses pendidikan. Pendidikan gizi atau kesehatan dapat dilakukan dengan cara penyuluhan maupun dengan cara lain seperti pemberian poster. Untuk merubah perilaku konsumsi makanan jajanan mungkin yang paling berkaitan adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan dan gizi.

## **SIMPULAN**

Kegiatan edukasi dengan media video terbukti berpengaruh pada skor pengetahuan siswa sekolah dasar. Hendaknya kegiatan edukasi yang melibatkan anak-anak sebagai kelompok sasaran dapat melakukan pendekatan yang lebih menyenangkan seperti video atau permainan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Achadi et al., (2010), Pujonarti, S. A., Sudiarti, T., Rahmawati, Kusharisupeni, Mardatillah, & Putra, W. K. Y. (2010). Sekolah Dasar Pintu Masuk Perbaikan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Gizi Seimbang Masyarakat (Entrance Primary School Improvement Knowledge, Attitudes, and Behavior Balanced Nutrition Society). *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 5(1), 42–47.  
<http://jurnalkesmas.ui.ac.id/index.php/kesmas/article/download/161/162>
- Brame, C.J (2016) "Effective education vidios:Princip and guidelines for Maximising student learning from vidio content", *CBE Life Sciences Education* 15(4).
- Dinas Kesehatan Donggala. "Data Status Gizi anak Sekolah". Kabupaten Donggala
- Edyati, L. (2015). Pengaruh penyuluhan dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap personal hygiene siswa di SD negeri 1 Kepek pengasih kulonprogo. *Jurnal kepetawatan sikes aisyyiah*. 3-19.
- Fitri, Y., Hendra, A., & Rahmad, A. (2020). Perilaku Jajanan Anak Sekolah ( Effect of nutritional counseling about traditional food for children knowledge and attitude ). 2020(5), 13–18.
- Firdaus A., Sukarno A., dan Sary RM. 2016. Penerapan Media Audio Visual Pada Hasil Belajar Matematika Materi Operasi Hitung Campuran Kelas IV SD Negeri 02 Doro. *Prodising Seminar Nasional Universitas PGRI Semarang, FIP*.  
[http://prosiding.upgris.ac.id/index.php/fip\\_2016/fip\\_2016/paper/view/1392](http://prosiding.upgris.ac.id/index.php/fip_2016/fip_2016/paper/view/1392)
- Notoatmodjo, S (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Putri, T. A. 2017. Efektifitas Media Audio Visual Dan Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Dan Tindakan Tentang Pencegahan Penyakit Gastritis Pada Santriwati Di Pondok Pesantren

- Hidayatullah Putrid Dan Ummusshabri Kota Kendari Tahun 2017. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Volume 2 Nomor 6.
- Irnani, Hayda and Tiurma Sinaga.2017."Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan,Praktik Gizi Seimbang dan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar"Journal Gizi Indonesia(The indonsein Journal Of Nutrition) 6(1):58-64
- Kamsiah, Emy Yuliantini, A. E. Y. (2020) "Nutritional Education Model Through Crossword Puzzel Toward Knowledge And Macro Nutrient Intake Of Primary School Student In Bengkulu City"11(10),pp.722-725.
- Kholishah, Z., Isnaeni, Y., & Suratini.(2017). Pengaruh pendidikankesehatan denganvideo animasiterhadap praktek gosok gigi padaanak kelas iv dan v di sdn lbendungan temanggung. JurnalUniversitas 'AisyiyahYogyakarta.
- Listyarini, A. D. (2017). Penyuluhan dengan media audio visual meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia sekolah. Jurnal stikes cendekia utama kudas.112-117
- Masitah, R., Pamungkasari,E. P . and Sumina, S. (2020)"The Effectiveness of Animation Video To Increase Adolescents Nutritional Knowledge" Media Gizi indonesia 15(3): 199-204
- Maulana, H. D. (2014). Promosi Kesehatan. Jakarta: EGC
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Riset Kesehatan Dasar Riskesdas. (2018) Laporan\_Nasional\_RKD2018-Final.Pdf.