

Pemberian Edukasi Gizi Media Poster Dan Kipas “Isi Piringku” Terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Siswa/I SMPN 31 Medan 2023

Lisnawati Tumanggor

Departemen gizi, Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan Sumatera Utara, Jl. Jamin ginting, Lau Cih, Medan Tuntungan, 20136

lisnawatitumanggor@gmail.com

ABSTRACT

Various nutritional and health problems can occur due to lack of knowledge about balanced nutrition, One visual form of balanced nutrition is "Fill My Plate". Providing balanced nutrition health education is one way that can be used to increase knowledge and attitudes of nutrition awareness and reduce existing nutritional problems. This study aims to determine the effect of providing educational media posters and fans "Fill My Plate" on increasing knowledge of balanced nutrition in students of SMP N 31 Medan. This study used a quantitative approach using Pre-Experimental Design with One group Pre test – Post test design. The number of samples in this study as many as 40 people were taken using the Stratified Random Sampling technique. Data collection through questionnaires and data analysis using the Paired Sample T-Test. The results showed that there was a significant increase in knowledge scores between before and after nutrition education was obtained $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ which means that there is an influence of providing nutrition education media posters and fans on increasing students' balanced nutrition knowledge. It is recommended that schools can work together by providing education to adolescents with health Education Information Communication (KIE) efforts to increase students' knowledge about nutrition Balanced.

Keywords : Nutrition Education, Fill My Plate, Knowledge

ABSTRAK

Berbagai masalah gizi dan kesehatan dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang, Salah satu bentuk visual dari gizi seimbang adalah “Isi Piringku”. Pemberian edukasi kesehatan gizi seimbang adalah salah satu cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap sadar gizi serta mengurangi permasalahan gizi yang ada. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi media poster dan kipas “Isi Piringku” terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada Siswa/I SMP N 31 Medan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan Rancangan Pra-Eksperimen (Pra-Experiment) dengan desain One group Pre test – Post test. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 40 orang diambil dengan menggunakan teknik Stratified Random Sampling. Pengumpulan data melalui kuesioner dan analisis data menggunakan Uji Paired Sampel T-Test. Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan skor pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi diperoleh $p\text{-value}=0,000 < 0,05$ yang berarti ada pengaruh pemberian edukasi gizi media poster dan kipas terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang siswa/i. Disarankan sekolah dapat bekerja sama dengan memberikan edukasi kepada remaja dengan upaya Komunikasi Informasi Edukasi (KIE) kesehatan agar meningkatkan pengetahuan siswa/i tentang gizi seimbang.

Kata kunci : Edukasi Gizi, Isi Piringku, Pengetahuan

I. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Saat ini, remaja di Indonesia mengalami beban masalah gizi ganda yaitu peningkatan prevalensi kelebihan dan kekurangan gizi (Ma'arif *et al.*, 2021). Beban gizi ganda atau *Double Burden of Malnutrition* (DBM) adalah suatu keadaan antara kekurangan gizi dan kelebihan gizi *makronutrien* maupun *mikronutrien* di sepanjang kehidupan. Masalah gizi pada remaja merupakan langkah awal dan langkah penting untuk mendapatkan suatu generasi emas. Laporan hasil Riset Kesehatan Dasar Riskesdas, RI (2018), menunjukkan bahwa remaja kurus berusia 13-15 tahun prevalensinya yakni 6,8% sedangkan, remaja gemuk prevalensinya sebesar 11,2% serta 25,7% remaja usia 13-15 tahun dan 26,9% remaja usia 16-18 tahun dengan status gizi pendek dan sangat pendek. Menurut ambang batas terbaru yang sudah ditetapkan oleh *United Nations Children's Fund* (UNICEF) tahun 2018, Indonesia memiliki angka yang tergolong cukup tinggi (5-10%) pada persentase kurus, obesitas, dan pendek. Sedangkan, masalah gemuk tergolong tinggi (10-15%). Gizi pada remaja merupakan hal yang menjadi perhatian dalam perbaikan masalah gizi masyarakat, sehingga untuk mengatasinya dibutuhkan intervensi gizi (Ma'arif *et al.*, 2021). Salah satu upaya yang dilakukan pemerintah untuk mengatasi masalah gizi pada remaja tersebut yaitu dengan mengkampanyekan Isi Piringku. Angka kecukupan gizi (AKG) yang harus dipenuhi oleh remaja dapat mengikuti pedoman “Isi Piringku” ini yang disusun oleh Kemenkes RI, 2019. Adapun pedoman dari “Isi Piringku” adalah mengonsumsi makanan pokok, beraneka ragam lauk pauk, sayuran, dan buah-buahan, serta dilengkapi dengan aktivitas fisik selama 30 menit dalam sehari, Cuci tangan sebelum makan, dan minum 8 gelas air dalam sehari (Ramadhani & Khofifah, 2021). Budaya gizi seimbang perlu dilakukan secara berkelanjutan, terutama dalam mengatasi gizi remaja. Salah satu masalah yang masih terjadi di Indonesia saat ini ialah tingkat pengetahuan yang masih kurang terhadap pentingnya perilaku dalam menjalankan gaya hidup yang sehat (Lestari *et al.*, 2021), sehingga diperlukan edukasi gizi untuk meningkatkan pengetahuan gizi. Edukasi Gizi "Isi Piringku" penting bagi remaja untuk menerapkan pola makan sehat dan mencukupi kebutuhan nutrisi harian dan mencegah terjadinya stunting, berbagai metode dan alat telah dikembangkan dalam menyampaikan pesan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja (Atasasih & Mulyani, 2022). Edukasi gizi yang tepat diperlukan untuk mengoptimalkan penyampaian pesan gizi seimbang kepada remaja dengan menggunakan media yang efektif dan efisien dalam menunjang edukasi gizi agar informasi yang disampaikan dapat diterima dengan baik oleh sasarannya. Pemberian edukasi kesehatan gizi seimbang adalah salah satu cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap sadar gizi serta mengurangi permasalahan gizi yang ada (Indraswari, 2019). Proses tercapainya tujuan edukasi gizi dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya, yaitu alat bantu atau media yang digunakan dalam menyampaikan pesan. Media edukasi gizi harus disesuaikan dengan karakteristik sasaran agar tujuan dapat tercapai. Pemanfaatan media kreatif edukasi gizi diharapkan dapat mempermudah penyampaian informasi di kalangan remaja. Slogan “Isi Piringku” yang tersedia saat ini sebagian besar dicetak dalam bentuk poster dan leaflet karena itu perlu diwujudkan dalam bentuk media lain yang lebih praktis seperti kipas, sehingga pemenuhan porsi makan dan jenis makanan dapat langsung diterapkan dalam mengisi “Isi Piringku” (Baroroh *et al.*, 2022). Menggunakan poster karena salah satu media edukasi visual yang didesain secara menarik sehingga efektif digunakan dalam proses pembelajaran. Media bentuk kipas selain berfungsi sebagai cinderamata, namun dapat dikemas sebagai promosi dan informasi. Dengan demikian, modifikasi ini menghasilkan media yang tepat, layak, awet dan efektif dalam proses pendidikan kesehatan (Fatima & Lestari, 2021). Dalam studi penelitian sebelumnya di SMP N 31 Medan menunjukkan adanya pola makan remaja yang

tidak teratur serta kebutuhan asupan makanan tidak berstandar kesehatan sebagaimana yang telah ditetapkan. Berdasarkan hasil penelitian Waluyani *et al.* (2022) menunjukkan banyak remaja di SMPN 31 Medan yang sering memakan jajanan, jarang memakan nasi, serta makan 1-2 kali sehari. Banyak juga dari mereka yang jarang memakan sayur dan buah-buahan. Hasil temuan observasi mini riset yang telah dilakukan pada siswa/i SMP Negeri 31 Medan masih ada yang mengalami malnutrisi. Dari permasalahan gizi tersebut, diperlukan adanya edukasi mengenai gizi seimbang “Isi Piringku” sebagai pedoman hidup sehat pada siswa guna meningkatkan derajat kesehatan siswa dan mampu merubah pola hidup sehat pada siswa. Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengetahui pengaruh dari pemberian edukasi media poster dan kipas “Isi Piringku” terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada Siswa/I SMP N 31 Medan..

2. Perumusan Masalah

Dari uraian di atas, rumusan penelitian ini adalah bagaimana penelitian dengan judul Pemberian Edukasi Gizi Media Poster Dan Kipas “Isi Piringku” Terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Siswa/I SMPN 31 Medan 2023 dapat terlaksana dengan baik sesuai prosedur dan tepat waktu.

3. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mendapatkan hasil penelitian dari judul Pemberian Edukasi Gizi Media Poster Dan Kipas “Isi Piringku” Terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Siswa/I SMPN 31 Medan 2023..

4. Manfaat Penelitian

Penelitian dengan judul Pemberian Edukasi Gizi Media Poster Dan Kipas “Isi Piringku” Terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Siswa/I SMPN 31 Medan 2023 ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi dunia pendidikan terutama guru kelas.

II. METODE PENELITIAN

Desain, Waktu, dan Tempat

Desain penelitian yang digunakan Pra-Eksperimen *One group Pre test – Post test*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Februari 2023 di SMP Negeri 31 Medan. Sekolah ini berlokasi Jl. Jamin Ginting No.KM. 13, Lau Cih, Kecamatan Medan Tuntungan, Kota Medan, Sumatera Utara 20137.

Jumlah dan Cara Pengambilan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII dan VIII yang berjumlah 450 siswa . Jumlah sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah 40 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian adalah *Stratified Random Sampling*. Adapun kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian sampai selesai. responden merupakan anak usia remaja SMP 10-18 tahun dan responden merupakan siswa dan siswi kelas VII-VIII yang berstatus aktif di SMP N 31 Medan. Sedangkan kriteria eksklusinya adalah responden yang sedang sakit dan tidak mampu untuk mengikuti rangkaian penelitian sampai selesai. Komisi Etik Penelitian Institut Kesehatan Sumatera Utara No. 307/FIKES-INKESSUMUT/II/2023 tanggal 08 Februari 2023.

Tahapan Penelitian

Proses pembuatan media. Pengembangan media edukasi gizi untuk anak sekolah menengah pertama harus memerhatikan beberapa kriteria seperti isi materi, ukuran tulisan, gambar, dan warna sehingga akan meningkatkan tingkat kesukaan dan daya terimanya. Jenis media edukasi gizi yang digunakan adalah poster dan kipas. Media poster dan kipas ini merupakan pengembangan dari media yang sudah ada dan penambahan pada desain dengan menggunakan *Canva Pro*. Tema yang dipilih yaitu gizi seimbang “Isi Piringku”.

Strategi intervensi. Intervensi edukasi gizi diberikan pada *One group Pre test – Post test*. Sebelum intervensi peneliti melakukan *pre test* dengan membagikan kuesioner tingkat pengetahuan tentang Gizi Seimbang “Isi Piringku” kemudian menjelaskan cara pengisian kuesioner dimulai dari pengisian identitas dan cara menuliskan jawaban. Pengisian kuesioner dikerjakan oleh responden secara mandiri selama 30 menit. Selanjutnya, peneliti melakukan intervensi berupa pemberian edukasi gizi menggunakan media poster dan kipas. 1 minggu kemudian dilakukan *post test* selama 30 menit dengan menggunakan kuesioner yang sama pada saat *pre test*.

Jenis dan Cara Pempulan Data

Jenis data yang dikumpulkan berupa data primer dan data sekunder. Data primer meliputi data identitas dan data pengetahuan dari hasil kuesioner. Data pengetahuan diukur 2 kali, yaitu sebelum intervensi (*pre test*) dan sesudah intervensi (*post test*). Data sekunder meliputi keadaan umum lokasi penelitian dari jurnal dan *website*. Data dikumpulkan melalui formulir kuesioner.

Pengolahan dan Analisis Data

Data diolah dan dianalisis menggunakan SPSS versi 22. Variabel pengetahuan diolah menggunakan skor penilaian, jawaban benar nilai 1 dan jawaban salah nilai 0. Kategori pengetahuan yaitu kategorikan kurang jika < 60% benar, cukup jika 60%-80% benar, dan baik jika > 80% benar (Khomsan, 2000). Uji normalitas data dilakukan dengan menggunakan *One Sample Kolmogorov-Sminorv* yang memiliki nilai *sig p*>0,05. Setelah itu, dilakukan analisis data dengan *Uji Paired Sampel T-Test* yang memiliki nilai *p-value*< 0,05

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kategori pengetahuan

Pengetahuan dalam penelitian ini adalah gambaran mengenai informasi yang diketahui sampel sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan poster dan kipas yang didapatkan melalui kuisisioner pengetahuan *pre-test* dan *post-test* dengan pertanyaan tertutup dan dikategorikan menjadi kurang, cukup, dan baik.

Tabel 1. Kategori Tingkat Pengetahuan

Tingkat Pengetahuan	Pre test		Post test	
	n	%	n	%
Baik	4	10	30	75
Cukup	28	70	10	25
Kurang	8	20	0	0
Total	40	100 %	40	100 %

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa dari 40 siswa yang memiliki tingkat pengetahuan kategori baik pada saat *pre test*, mengalami peningkatan sesudah dilakukan *post test* sebanyak 65% dari 10% menjadi 75%. Kategori tingkat pengetahuan cukup pada saat *pre test*, mengalami penurunan sesudah dilakukan *post test* sebanyak 45% dari 70% menjadi 25%. Sedangkan kategori tingkat pengetahuan kurang pada saat *pre test*, mengalami penurunan sesudah dilakukan *post test* sebanyak 20% dari 20% menjadi 0%. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dachi (2018) menunjukkan bahwa sebagian besar responden sebelum dilakukan edukasi gizi dengan skor pengetahuan 31,6%, setelah dilakukan edukasi gizi dengan skor pengetahuan baik meningkat menjadi 86,8%. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Baroroh *et al.*, (2022) berdasarkan hasil *pre* dan *post test* tentang materi Gizi Seimbang Isi Piringku bahwa pengetahuan remaja sebelum edukasi sebagian besar memiliki pengetahuan tentang gizi seimbang isi piringku kurang yaitu 50% dan setelah edukasi sebagian besar memiliki

pengetahuan baik yaitu 80%. Sejalan dengan penelitian Nurdin *et al.*, (2019) dimana promosi kesehatan diketahui berpengaruh pada peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang pada siswa SMP.

Edukasi gizi sebaiknya diberikan sedini mungkin karena anak-anak umumnya mempunyai keinginan tinggi untuk mengetahui dan mempelajari sesuatu lebih jauh. Usia anak yang sesuai untuk diberikan edukasi gizi adalah anak yang berada pada usia 6 sampai 15 tahun. Anak Indonesia pada umumnya belum memiliki sikap kritis dan hati-hati dalam memilih makanan. Oleh karena itu, perlu adanya peningkatan edukasi gizi melalui kegiatan edukasi Pedoman Gizi Seimbang (PGS) untuk anak (Kurdanti *et al.*, 2019). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Puspita (2021) yang menyatakan bahwa paparan informasi dan media merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang sehingga perlunya edukasi gizi yang disampaikan kepada siswa untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi dan makanan.

Skor Rerata Pengetahuan

Pengetahuan responden berdasarkan skor rerata pengetahuan sebelum dan sesudah dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini.

Tabel 2. Skor Rerata Pengetahuan Responden

Kategori Pengetahuan	n	Min	Max	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Sebelum Intervensi (<i>Pre Test</i>)	40	50	80	64,13	8,835	1,397
Sesudah Intervensi (<i>Post Test</i>)	40	65	100	84,38	10,753	1,700

Skor pengetahuan siswa dari 40 responden dengan nilai minimal 50 dan nilai maksimal 100. Skor rerata pengetahuan responden sebelum pemberian edukasi gizi adalah 64,13 dengan standar deviasi (8,835) sedangkan rerata pengetahuan siswa sesudah pemberian edukasi gizi 84,38 dengan standar deviasi (10,753). Sehingga dapat diartinya adanya peningkatan skor pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Atasih & Mulyani (2022) adanya perbedaan rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi yaitu skor rata-rata *pre test* 40,5 dan skor rata-rata *post test* 78,5 terkait “Isi Piringku”. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Ramadhani & Khofifah (2021) menunjukkan peningkatan pengetahuan gizi seimbang dilihat dari hasil *pre test* yang memperoleh rata-rata nilai 51,43 dan hasil *post test* 71,14. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Amalia & Putri (2022) didapatkan dari hasil uji statistik diperoleh hasil rata-rata skor saat *pre test* yaitu 5,95 menjadi 7,50 saat *post test* sehingga dapat disimpulkan jika terjadi kenaikan pengetahuan anak-anak RT 1 Desa Bawuran terkait gizi seimbang. Hal ini sesuai dengan penelitian Rahmy *et al.*, (2020) bahwa terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi tentang pedoman gizi seimbang dan isi piringku. Rata-rata skor pengetahuan siswa sebelum edukasi adalah 86,1 dan meningkat menjadi 91,7.

Hasil Analisis Pada Pengaruh Pengetahuan Siswa/I

Hasil uji statistik diperoleh *p-value* = 0,000 dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95% maka H_0 diterima. Nilai $p < 0,05$ artinya terdapat peningkatan skor pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah edukasi gizi. Dengan demikian, dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian edukasi dengan media poster dan kipas “Isi Piringku” terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang siswa-siswi SMP N 3 Medan.

Tabel 3. Pengaruh Edukasi Dengan Media Poster Dan Kipas “Isi Piringku” Terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang

Kategori Pengetahuan	Paired Sampel T Test					
	n	Mean	SD	t	df	p-value Sig. (2-tailed)
Sebelum Intervensi (<i>Pre Test</i>)	40	20,250	9,604	-13,335	39	,000

Sesudah Intervensi (<i>Post Test</i>)						
---	--	--	--	--	--	--

Peningkatkan pengetahuan yang signifikan ini dikarenakan edukasi gizi diberikan dengan media yang menarik yaitu poster dan kipas “Isi Piringku”. Media tersebut terbukti dapat meningkatkan pengetahuan siswa. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Apriyunisa (2021) menunjukkan hasil uji statistik didapatkan nilai Sig. (*2-tailed*) adalah 0,000. Oleh karena nilai $p\text{-value} < \alpha$ (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi mengenai isi piringku sebagai panduan sekali makan di SDN 27 Bengkulu Tengah. Amalia & Putri (2022) sebanyak 29 dari 30 anak mengalami peningkatan pengetahuan setelah dilakukan edukasi gizi serta terdapat pengaruh antara pengetahuan anak-anak RT 1 Desa Bawuran sebelum dan sesudah diberikan edukasi terkait gizi seimbang ($p < 0,05$). Penggunaan media poster dan kipas ini menjadi salah satu media edukasi visual yang dapat didesain secara menarik menggunakan warna dan simbol sehingga efektif digunakan dalam proses edukasi kepada remaja. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan Fatima & Lestari (2021) dengan hasil validasi oleh ahli media menyatakan pengembangan media promosi kesehatan merchandise kipas sangat layak digunakan sebagai media edukasi gizi seimbang bagi remaja.

IV. KESIMPULAN

Terdapat perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi dengan media poster dan kipas yaitu tingkat pengetahuan baik responden meningkat dari 10% menjadi 75%, tingkat pengetahuan cukup menurun dari 70% menjadi 25%, dan tingkat pengetahuan kurang menurun dari 20 menjadi 0%. Pemberian edukasi media poster dan kipas secara signifikan meningkat dengan rata-rata skor pengetahuan responden yaitu dari 64,13 sebelum pemberian edukasi menjadi 84,38 sesudah pemberian edukasi gizi. Hasil uji statistik didapatkan $p\text{-value} = 0,000$. Nilai $p < 0,05$ artinya terdapat peningkatan skor pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah edukasi gizi.

DAFTAR PUSTAKA

- Almira, R., Melani, V., Angkasa, D., Dewanti, L. P. Pengaruh Media Nutrition Bingo Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Gizi Seimbang Serta Keanekaragaman Pangan Pada Anak Usia 10-12 Tahun Di Jakarta Timur. *Journal of Nutrition College*, 2022; 11(4): 310-321.
- Amalia, J. O., Putri, T. A. Edukasi Gizi Seimbang Pada Anak-Anak Di Desa Bawuran, Kecamatan Pleret, Kabupaten Bantul. *Jurnal Pasopati*, 2022; 4(1): 65-70.
- Apriyunisa, L. Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Tentang Isi Piringku Sebagai Panduan Sekali Makan Pada Anak Usia Sekolah Di SDN 27 Bengkulu Tengah Tahun 2021. Skripsi. Poltekkes Kemenkes Bengkulu. 2021.
- Arza, P. A., Masnarivan, Y., Dewi, R. K., Fitriyani, Rahmah, D. F., Ananda, A. K. Edukasi Gizi Seimbang Dan Makanan Jajanan sehat Di SDN 39 Pasar Ambacang Kota Padang. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 2020; 3(1): 30-37.
- Atasasih, H., Mulyani, S. Sosialisasi “Isi Piringku” Pada Remaja Putri Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2022; 6(1): 116-121.
- Baroroh, U., Latifah, U., Hidayah, S. N. Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Remaja Tentang Gizi Isi Piringku Sebagai Upaya Menurunkan *Triple Burden Malnutrition*. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 2022; 6(5): 3561-3571. Available from: <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm>

Tumanggor L : Pemberian Edukasi Gizi Media Poster Dan Kipas “Isi Piringku” Terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Siswa/I SMPN 31 Medan 2023

- Dachi, Y. Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Ibu Dan Berat Badan (BB) Anak Gizi Kurang Usia 12-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Petumbukan. Skripsi. Politeknik Kesehatan Medan. 2018.
- Fatima, M. N., Lestari, F. S. Pengembangan Media Promosi Kesehatan *Merchandise* Kipas Mengenai Gizi Seimbang Bagi Remaja. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2021; 2(1): 223-230.
- Fitria, Musniati, N., Mulyawati, D. A. Gambaran Tingkat Pengetahuan tentang Gizi Seimbang pada Siswa SMA Muhammadiyah 13 Jakarta. *Muhammadiyah Journal of Nutrition And Food Science*, 2022; 3(1): 11-16.
- Hermina, Prihatini, S. Pengembangan Media Poster dan Strategi Edukasi Gizi untuk Pengguna Posyandu dan Calon Pengantin. *Buletin Penelitian Kesehatan*, (2015); 43(3): 195-206.
- Indraswari, S. H. Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Poster Dan Kartu Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Anak Tentang Gizi Seimbang Di SDN Ploso I-172 Surabaya. *The Indonesian Journal of Public Health*, 2019; 14(2): 210-220.
- Kurdanti, W., Khasana, T. M., Fatimah, A. S. Pengaruh Media Promosi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar. *Journal of The Indonesian Nutrition Association*, 2019; 42(2): 61-70.
- Lestari, D. A., Hartono, R., Rauf, S. Edukasi Virtual Isi Piringku Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Berat Badan Balita. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 2021; XVI(2): 199-206.
- Ma'arif, M. Z., Ristanti, I. K., Nafies, D. A. Kegiatan Edukatif “Tim Aksi Bergizi” Pada Remaja Di Kabupaten Tuban. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2021; 1(3): 55-59.
- Nurdin, N. N., Rattu, A., Punuh, M. I. Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Peserta Didik Tentang Gizi Seimbang Di SMP Muhammadiyah Ratatotok Kabupaten Minahasa Tenggara. *Jurnal Kesmas*, 2019; 8(6): 146-153.
- Puspita, E. T. 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. Poltekkes Kemenkes Bengkulu. 2021.

Accepted Date	Revised Date	Decided Date	Accepted to Publish
18 Juli 2025	25 Juli 2025	02 Agustus 2025	Ya