

PENGARUH PENYULUHAN METODE SOKRATIK DAN DIDAKTIK DENGAN MEDIA FRUVEBLE CARD TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA ANAK

Helen Junitasari^{1*}, Darwis², Lisma Ningsih³,

^{1,2,3} Jurusan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu

e-mail: hellen.junitasari@gmail.com

Abstract

Obesity and the incidence of fruit and vegetable consumption are experienced by many elementary school children. The lack of consumption of fruits and vegetables is related to the poor metabolic processes in the body, causing obesity and even obesity in children. The purpose of this study was to determine the consumption of fruits and vegetables in elementary school children, the influence of socratic and didactic methods using fruveble card media on knowledge and attitudes about fruit and vegetable consumption in elementary school children. This study used an experimental design with a two-group pre-test post-test research design. The population was 178,196 people with the intervention group of SDN 18 totaling 33 people and the control group of SDN 34 totaling 33 people. Sampling using the total sampling technique. Analyzed through wilcoxon and mann whitney tests. The results of this study also showed that there was an influence on increasing the knowledge score and attitudes of students who were given socratic and didactic method counseling with p value = $0.000 < 0.05$. It is hoped that this research can be developed again with a combination of innovative learning methods that arouse more interest in learning so that the knowledge and attitudes of elementary school children about fruit and vegetable consumption can increase.

Keywords: *Socratic & Didactic, Consumption, Knowledge, Attitude, Fruveble Card*

Abstrak

Obesitas dan kejadian konsumsi buah dan sayur banyak dialami oleh anak sekolah dasar. Kurangnya konsumsi buah dan sayur berkaitan dengan kurang baiknya proses metabolisme dalam tubuh sehingga menimbulkan kegemukan bahkan obesitas pada anak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui konsumsi buah dan sayur pada anak SD, pengaruh metode sokratik dan didaktik menggunakan media *fruveble card* terhadap pengetahuan dan sikap tentang konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar. Penelitian ini menggunakan desain eksperimen dengan rancangan penelitian *two group pre-test post-test*. Populasi berjumlah 178.196 orang dengan kolompok intervensi SDN 18 berjumlah 33 orang dan kelompok kontrol SDN 34 berjumlah 33 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Dianalisis melalui uji *wilcoxon* dan *mann whitney*. Hasil penelitian ini juga menunjukkan ada pengaruh peningkatan skor pengetahuan dan sikap siswa yang diberikan penyuluhan metode sokratik dan didaktik dengan p value = $0,000 < 0,05$. Diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan lagi dengan kombinasi metode pembelajaran inovatif yang lebih membangkitkan minat belajar agar pengetahuan dan sikap anak sekolah dasar tentang konsumsi buah dan sayur dapat meningkat.

Kata Kunci: Sokratik & Didaktik, konsumsi, Pengetahuan, Sikap, *Fruveble Card*

PENDAHULUAN

Badan Kesehatan Dunia (WHO) dalam Kemenkes (2014) secara umum menganjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan 400 gram per orang setiap hari, yang terdiri dari 250 gram sayur (setara dengan 2 porsi atau 2 gelas sayur setelah di masak dan di tiriskan) dan 150 gram buah (setara dengan 3 buah pisang ambon ukuran sedang atau 1 potong pepaya ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang). Bagi masyarakat Indonesia terutama balita dan anak usia sekolah dianjurkan untuk mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan 300-400 gram per hari¹.

Data Riskeddas (2018) menunjukkan bahwa penduduk Indonesia berusia 5 tahun ke atas yang mengkonsumsi kurang dari 5 porsi buah dan sayuran mendekati (95,5%)². Sedangkan Laporan Provinsi Bengkulu (2018) mengatakan bahwa kasus tertinggi dengan konsumsi buah dan sayur kurang dari 5 porsi terdapat pada usia 5-9 tahun dengan persentase (12,20%) dan usia 10-14 tahun dengan persentase (9,35%). Penduduk dikatakan konsumsi buah dan sayur “cukup” jika makan sayur dan buah minimal 5 porsi (kombinasi sayur dan buah) per hari. Diklasifikasikan “kurang” jika konsumsi sayur dan buah di bawah ketentuan sebelumnya.

Buah dan sayur adalah sumber berbagai vitamin, mineral, yang terkandung dalam sayuran dan buah-buahan berperan sebagai antioksidan atau penangkal senyawa jahat dalam tubuh. Kurangnya konsumsi buah dan sayur berkaitan dengan kurang baiknya proses metabolisme dalam tubuh sehingga menimbulkan kegemukan bahkan obesitas pada anak dan dapat menyebabkan gangguan penglihatan pada mata serta dapat menyebabkan sembelit atau susah BAB. Berdasarkan Data Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (2019) menunjukkan bahwa kurangnya konsumsi buah dan sayur pada kelurahan kebun beler (25%).

Angka tertinggi siswa sekolah dasar yang mengalami obesitas berada di wilayah

kerja Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu,

yaitu sebanyak 18 orang siswa (13,5%). Hasil survey pemeriksaan berkala pada tahun 2019 pada anak sekolah dasar di wilayah kerja Puskesmas Nusa Indah menyebutkan bahwa kejadian gemuk (*over weight*) pada anak sebanyak 28 orang siswa. Jumlah siswa yang mengalami berat badan berlebih (*over wight*) dan siswa obesitas yang tinggi berada di SDN 18 Kota Bengkulu.

Penelitian Madanijah *et al.*, (2015) mengatakan bahwa pengaruh dapat dibedakan menjadi dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor intrtternal terdiri dari faktor-faktor yang berpengaruh positif dan negatif terhadap asupan buah dan sayur berdasarkan pengetahuan dan sikap³. Penelitian (Raharto *et al*, 2008) mengatakan bahwa faktor eksternal adalah peluang dan hambatan yang mempengaruhi konsumsi sayur dan buah dari luar⁴. Pada penelitian (Siagian, 2017) menunjukkan bahwa beberapa faktor yang mempengaruhi konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah adalah kesukaan, pengetahuan dan sikap tentang konsumsi buah dan sayur, ketersediaan dirumah dan lingkungan sekolah, pengaruh lingkungan keluarga dan teman sekolah, serta peran media masa⁵.

Penyelenggaraan penyuluhan kesehatan dikenal dengan dua metode yang banyak di gunakan, yaitu metode sokratik dan metode didaktik. Metode Sokratik adalah metode kedua pendidikan kesehatan, prosedur ini dilakukan dalam proses dua arah atau *two way-method*. Melalui metode ini, pendidik dan peserta didik menjadi aktif dan kreatif. Keunggulan metode ini selain dapat di gunakan dalam proses pembelajaran yang bervariasi juga dapat digunakan dengan metode lain seperti penyuluhan. Metode didaktik merupakan metode berbasis dan direalisasikan satu arah atau *one way method*, pada metode didaktik yang aktif adalah orang yang melakukan penyuluhan kesehatan, sedangkan sasaran bersifat pasif dan tidak diberikan kesempatan untuk ikut serta mengemukakan pendapatnya atau mengajukan pertanyaan-pertanyaan apapun. Keberhasilan metode didaktik sulit dievaluasi karena siswa

bersifat pasif dan hanya pendidik yang aktif. Ceramah merupakan salah satu contoh metode ini.

Buku ajar kimia kelas X berbasis reduksi didaktik (ceramah tanya jawab) yang dihasilkan dalam penelitian Sholahuddin (2011) layak di gunakan dalam pembelajaran berdasarkan indikator: validitas buku ajar oleh validator dalam kategori sangat baik, respon siswa terhadap buku ajar dalam kategori baik, dan ketuntasan belajar siswa secara kalisikal meningkat dari (71,4%) menjadi (80,2%)⁶. Hasil penelitian Diana (2018) menyatakan bahwa terdapat peningkatan sebelum dan sesudah diberikan promosi kesehatan demonstrasi praktik cuci tangan pakai sabun. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan promosi kesehatan tentang praktek cuci tangan pakai sabun, terdapat 33 siswa yang mengalami peningkatan pengetahuan baik. Dari 33 siswa tersebut, 1 di antaranya mengalami peningkatan yang tinggi (peningkatan skor 17) sedangkan yang 1 orang mengalami peningkatan skor terendah (peningkatan skor 3). Setelah dilakukan *pre-test* praktik dan terdapat 7 siswa (20,6%) dengan praktek baik dan 27 siswa (79,4%) dengan praktek kurang. Setelah diberikan promosi kesehatan dilakukan *post-test* dengan hasil praktik baik menjadi 33 siswa (97,1%) dan praktek kurang menjadi 1 siswa (2,9%), sehingga diketahui terdapat peningkatan praktek baik sebanyak 26 responden (78,7%)⁷.

Penyuluhan konsumsi buah dan sayur dengan menggunakan metode sokratik dan didaktik menggunakan media *fruveble card* diharapkan dapat menjadi faktor penguat (*reinforcing factor*) dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa SD. Diketahui konsumsi sayur dengan kategori cukup pada siswa laki-laki sebesar 70,59% dan 61,11% pada siswa perempuan. Sedangkan pada konsumsi buah terjadi peningkatan dengan kategori cukup pada siswa laki-laki sebesar 52,94% dan terjadi peningkatan pada siswa perempuan yaitu sebesar 33,33% dengan kategori cukup.

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa padas siswa laki-laki dan perempuan meningkat setelah adanya intervensi media *fruveble card*.

Penelitian Rochadi (2020) menunjukkan bahwa tidak ada anak dalam kategori baik (0%) pada kelompok media kartu gambar. Setelah perlakuan, pengetahuan kategori baik meningkat pada 8 anak (40%) dan sebelum perlakuan dengan kategori sedang memiliki 12 anak (60%), tetapi perubahan pada anak yang kurang baik setelah perlakuan meningkat sebanyak 14 anak (70%)⁸. Penelitian Budiman (2012) mengatakan bahwa ada 68,8% responden dengan pengetahuan baik tentang sayuran dan buah-buahan dan 31,2% responden dengan pengetahuan kurang baik tentang sayuran dan buah-buahan. Dapat di lihat bahwa semakin banyak responden yang berpengetahuan baik tentang buah dan sayuran dan dapat dilihat bahwa 92,5% responden memiliki sikap yang baik terhadap buah dan sayuran⁹.

METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode yang digunakan adalah eksperimen quasi (*quasy experimental design*) dengan rancangan penelitian *two group pre-test post-test*. Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri 18 kota Bengkulu dan Sekolah Dasar Negeri 34 Kota Bengkulu. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui Pengaruh Penyuluhan Metode Sokratik dan Didaktik Menggunakan Media *Frueble Card* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Buah dan Sayur Pada Anak SDN 18 dan SDN 34 Kota Bengkulu. Penelitian ini telah mendapatkan pernyataan layak etik atau Pembebasan Etik dari Komite Etik Riset Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu dengan No.KEPK/241/06/2022. Populasi pada penelitian ini seluruh siswa/i Sekolah Dasar Kota Bengkulu yang berjumlah 178.196 dari data Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan teknologi. Analisis *Univariat* digunakan untuk mendeskripsikan karakter dari variable *independen* dan *dependen*, data yang ditampilkan dalam bentuk tabel frekuensi

dan presentase untuk menganalisis rata-rata pengetahuan, sikap dan penerapan siswa pada *pre test* dan *post test*. Analisis bivariat digunakan untuk menguji signifikansi pengaruh metode sokratik dan didaktik menggunakan media *fruveble card* tentang buah dan sayur pada anak SDN 18 dan SDN 34 Kota Bengkulu. Untuk menguji hipotesis tersebut dilakukan uji normalitas terlebih dahulu dengan *Kolmogorov smirnov*. Dikarenakan data berdistribusi tidak normal maka uji yang digunakan adalah *Wilcoxon* dan *Mann Whitney*.

HASIL

A. Analisis Univariat

1. Konsumsi Buah dan Sayur Anak Sekolah Dasar

Tabel 4.1 Gambaran Konsumsi Buah dan Sayur Pada Anak SD

No	Konsumsi	Frekuensi	Persentase %
Buah			
1.	Tidak baik	19	58
	Baik	14	42
Sayur			
2.	Tidak baik	20	60
	Baik	13	40

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa konsumsi buah pada anak SDN 18 Kota Bengkulu sebagian besar tidak baik (58%) sedangkan konsumsi sayur pada anak SDN 18 Kota Bengkulu sebagian besar tidak baik (60%).

2. Pengetahuan Anak SD Terhadap Konsumsi Buah dan Sayur

Tabel 4.2 Rerata Pengetahuan Anak Tentang Konsumsi Buah dan Sayur Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Metode Sokratik dan Didaktik

No	Variabel Pengetahuan	N	Mean ± SD	ΔMean Rank	Min-Max	CI 95%
1	Metode Sokratik					
	Sebelum	33	7.33 ± 0.73		5-8	7.07; 7.59
	Sesudah	33	14.09 ± 0.84	6.76	13-15	13.7; 14.3
2	Metode Didaktik					
	Sebelum	33	7.52 ± 0.61		6-8	7.30; 7.73
	Sesudah	33	10.91 ± 1.04	3.45	9-13	10.5; 11.2

Berdasarkan hasil analisis pada table 4.2 rerata skor pengetahuan pada kelompok metode sokratik media *fruveble card* sebelum diberikan intervensi sebesar 7.33 menjadi 14.09, sedangkan rerata skor pengetahuan pada kelompok metode didaktik media *fruveble card* sebelum diberikan intervensi sebesar 7.52 menjadi 10.91.

3. Pengetahuan Anak SD Terhadap Konsumsi Buah dan Sayur

Tabel 4.5 Rerata sikap Anak Tentang Konsumsi Buah dan Sayur Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Metode Sokratik dan Metode Didaktik

No	Variabel Sikap	N	Mean ± SD	ΔMean Rank	Min Max	CI 95%
1	Metode Sokratik					
	Sebelum	3	36.84 ± 2.92		31-46	35.81; 37.88
	Sesudah	3	58.21 ± 1.59	21.37	56-60	57.64; 58.77
2	Metode Didaktik					

Sebelum	3	36.85 ±	11.51	32-	36
	3	1.97		41	37
Sesudah	3	48.36 ±		46-	47
	3	1.08		50	48

Tabel 4.5 rerata skor sikap anak pada kelompok intervensi sebelum dilakukan penyuluhan menggunakan metode sokratik tentang konsumsi buah dan sayur sikap anak sebesar 36.84 menjadi 58.21 sedangkan rerata skor sikap pada kelompok kontrol setelah dilakukan penyuluhan menggunakan metode didaktik sebesar 36.85 menjadi 48.36.

B. Analisis Bivariat

Tabel 4.9 Perbedaan Pengaruh Metode pada Kelompok metode Sokratik dengan media *Fruveble Card* dan Kelompok metode Didaktik dengan media *Fruveble Card*

Pengetahuan	N	ΔMean Rank	Mean Rank	P**
Intervensi	33	32.7	49.85	0,000
Kontrol	33		17.15	0,000
Sikap	N	ΔMean Rank	Mean Rank	P*
Intervensi	33	33	50.00	0,000
Kontrol	33		17.00	0,000

P**(Mann Whitney)

Berdasarkan tabel 4.9 hasil uji statistik menggunakan uji *Mann Whitney* terjadi peningkatan skor pengetahuan dan skor sikap menunjukkan *P Value* sebesar $0.000 < 0.05$.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di SDN 18 Kota Bengkulu dan SDN 34 Kota Bengkulu. Sebelum melakukan pre test, peneliti melakukan wawancara terhadap anak SDN 18 untuk mengetahui konsumsi buah dan sayur. Berdasarkan hasil penelitian ini yang didapatkan bahwa konsumsi buah pada anak SDN 18 Kota Bengkulu sebagian besar tidak baik. Pada saat wawancara buah yang tidak disukai anak SD yaitu pisang, durian, salak, sawo, duku dan rambutan.

Pada penelitian ini juga didapatkan bahwa konsumsi sayur pada anak SDN 18 Kota Bengkulu sebagian besar tidak baik. Pada saat wawancara sayur yang tidak disukai anak SD yaitu terong, ketimun, labu siam, buncis dan kubis. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Mohammad & Madanijah (2015) pada penelitian siswa SDN Cibanteng mengenai konsumsi buah dan sayur didapatkan jenis buah yang paling sering dikonsumsi siswa adalah jambu biji, jambu air, anggur, mangga pepaya dan untuk jenis sayuran yang paling sering dimakan adalah wortel, kangkung, tomat, kacang panjang dan ketimun. Sedangkan pada siswa Papandayan jenis buah yang sering dikonsumsi siswa adalah pepaya, anggur, rambutan, mangga, semangka dan untuk jenis sayur yang paling sering dikonsumsi adalah bayam, wortel, kangkung, tauge dan kacang panjang.

Rekomendasi Pedoman Gizi Seimbang (Kemenkes, 2014) WHO menganjurkan konsumsi buah dan sayur sejumlah 400 gram per hari, yang terdiri dari 150 gram buah (setara dengan 3 buah pisang ambon ukuran sedang atau 1½ potong pepaya ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang) dan 250 gram sayur (setara dengan 2½ porsi gelas sayur setelah dimasak dan ditiriskan)¹⁰.

Pada penelitian kelompok intervensi metode sokratik terjadi peningkatan pengetahuan konsumsi buah dan sayur setelah intervensi sebesar 6.76. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Indraswari, 2019) menunjukkan bahwa hasil pengukuran pengetahuan menggunakan metode demonstrasi dengan media kartu gizi terjadi peningkatan sebesar 4.46. Sedangkan kelompok kedua juga terdapat peningkatan pengetahuan konsumsi buah dan sayur setelah intervensi sebesar 3.39¹¹. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Sibagariang dkk, 2016) menunjukkan bahwa hasil pengukuran pengetahuan menggunakan metode ceramah terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan 3.54¹².

Sikap anak pada kelompok intervensi memiliki peningkatan rerata skor setelah diberikan intervensi sebesar 21.37. Hal ini

sejalan dengan penelitian (Indraswari, 2019) yang menunjukkan nilai rata-rata skor sikap anak tentang konsumsi buah dan sayur sebelum diberikan pendidikan gizi mengalami peningkatan setelah diberikan pendidikan gizi menggunakan media kartu gizi sebesar 7.00. Artinya bahwa ada peningkatan sikap anak tentang gizi seimbang setelah mendapatkan pendidikan gizi dengan kartu. Sedangkan sikap anak pada kelompok kontrol juga memiliki peningkatan sebesar (11.51). Hasil ini sejalan dengan penelitian (Sibagariang dkk, 2016) menunjukkan bahwa hasil pengukuran sikap menggunakan metode ceramah menghasilkan rata-rata sikap kurang mendukung menjadi mendukung sebesar (3.38).

Hasil penelitian menunjukkan nilai $P \text{ value} = 0.000 \leq 0.05$ dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95% yaitu berarti ada Pengaruh Penyuluhan Metode Sokratik dan Didaktik Dengan Media *Fruveble Card* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Konsumsi Buah dan Sayur Pada Anak SDN 18 Kota Bengkulu.

Pada penelitian ini dilakukan uji *mann whitney* dilakukan untuk mengetahui perbedaan kelompok intervensi dan kelompok kontrol terhadap perubahan pemahaman meliputi pengetahuan dan sikap buah dan sayur pada anak sekolah dasar sehingga diperoleh nilai rata-rata peringkat kelompok penyuluhan metode sokratik dengan media *fruveble card* adalah 49.85 sedangkan nilai rata-rata peringkat kelompok penyuluhan metode didaktik dengan media *fruveble card* adalah 17.15 yang berarti penyuluhan metode sokratik lebih efektif dibandingkan penyuluhan metode didaktik terhadap pengetahuan makan buah dan sayur pada anak SDN 18 Kota Bengkulu.

SIMPULAN

Berdasarkan dari tujuan penelitian dan hasil penelitian yang diperoleh dari pengaruh penyuluhan metode sokratik dan didaktik dengan media *fruveble card* terhadap pengetahuan dan sikap konsumsi buah dan sayur pada anak SDN 18 Kota

Bengkulu, maka peneliti mengambil kesimpulan :

1. Konsumsi buah dan sayur anak sekolah dasar kurang baik.
2. Siswa SDN 18 dan SDN 34 Kota Bengkulu sebelum di berikan intervensi metode sokratik dan didaktik dengan media *fruveble card* memiliki rerata pengetahuan cukup dan setelah diberikan intervensi metode sokratik dan didaktik dengan media *fruveble card* rerata pengetahuan baik.
3. Siswa SDN 18 dan SDN 34 Kota Bengkulu sebelum di berikan intervensi metode sokratik dan didaktik dengan media *fruveble card* memiliki rerata sikap tidak mendukung dan setelah diberikan intervensi metode sokratik dan didaktik dengan media *fruveble card* rerata sikap mendukung.
4. Metode sokratik lebih dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap anak tentang konsumsi buah dan sayur dibandingkan metode didaktik.

SARAN

1. Bagi Puskesmas

Memberikan masukan kepada puskesmas yang bersangkutan di Kota Bengkulu agar dapat memberikan penyuluhan tentang konsumsi buah dan sayur terhadap anak sekolah dasar.

2. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan terhadap pengelola sekolah untuk meningkatkan kualitas Siswa/i di Sekolah Dasar Kota Bengkulu tentang konsumsi buah dan sayur.

3. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan terhadap pengelola sekolah untuk meningkatkan kualitas Siswa/i di SDN 18 Kota Bengkulu tentang konsumsi buah dan sayur.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan lagi dengan kombinasi metode pembelajaran inovatif yang lebih

membangkitkan minat belajar agar pengetahuan dan sikap anak sekolah dasar tentang konsumsi buah dan sayur dapat meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Infodatin Pusat Data dan Informasi Konsumsi Makanan Penduduk Indonesia* (p. 2).
2. RISKESDAS Provinsi Bengkulu 2018. *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*, 1–527.
3. Mohammad, A., & Madanijah, S. (2015). Konsumsi Buah Dan Sayur Anak Usia Sekolah Dasar Di Bogor.
4. Raharto, A., Noveria, M., & Fitranita, N. F. N. (2008). Konsumsi Sayur Dan Buah Di Masyarakat Dalam Kontekss Pemenuhan Gizi Seimbang. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 3(2), 97-119.
5. Siagian, D. M. (2017). *Hubungan Konsumsi Sayur dan Buah dengan Obesitas pada Anak SD Kelas IV – VI di SD Pantekosta Magelang Tahun 2017*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
6. Sholahuddin, A. (2011). Pengembangan buku ajar kimia kelas x berbasis reduksi didaktik: uji kelayakan di sma negeri kota banjarmasin. *Jurnal pendidikan dan kebudayaan*, 17(2), 166-177.
7. Diana, S. A. D. A. (2018). Pengaruh Promosi Kesehatan terhadap Pengetahuan dan Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun Siswa Kelas V. *J-HEST Journal of Health, Education, Economics, Science, and Technology*, 1(1), 96-105.
8. Rochadi, K. (2020). Efektivitas Media Kartu Bergambar dan Video Terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak Pra Sekolah dalam Konsumsi Sayur dan Buah di Kota Matsum.
9. Budiman, H. (2012). *Hubungan Sikap, Pengetahuan, Ketersediaan Dan Keterpapara Media Massa Dengan Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Siswa Smpn 8 Depok Tahun 2012 Skripsi*.
10. Kemenkes RI, K. R. (2019). Pedoman Gizi Seimbang.
11. Indraswari, S. H. (2019). 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*, 14(2), 216-227.