

Pengaruh penyuluhan menggunakan media lembar balik tentang buah dan sayur pada siswa sekolah dasar

Effect of counseling using flipchart media on fruits and vegetables in elementary school students

SAGO: Gizi dan Kesehatan
2023, Vol. 5(1) 281-287
© The Author(s) 2023



DOI: <http://dx.doi.org/10.30867/gikes.v5i1.1436>
<https://ejournal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/gikes>



Poltekkes Kemenkes Aceh

Fera Ratnasari¹, Arnisam^{2*}

Abstract

Background: The prevalence of fruit and vegetable consumption among school-aged children in Indonesia is approximately 96%. A lack of fruit and vegetable consumption can lead to a decreased immune system, increase the risk of constipation, cancer, and obesity, and reduce human resource productivity. Therefore, elementary school students' knowledge of nutrition, especially fruits and vegetables, needs to be improved by providing nutrition education on the importance of fruit and vegetable consumption.

Objectives: To determine the effect of counseling using flip sheet media on increasing elementary school student's knowledge of the importance of fruit and vegetable consumption in elementary school children.

Methods: The research model used two stages. The first stage uses a media development design (R&D), and the second uses a quasi-experimental approach. The sample comprised of 44 participants. This research was conducted at SDN 62 in Banda Aceh, Lueng Bata District, Banda Aceh City. This study was conducted between April and May 2023. Data collection included primary and secondary data processed through editing, coding, processing, and cleaning. Data analysis was performed using a Dependent T-test at a 95% confidence interval (CI).

Results: Counseling increased the children's knowledge of the importance of fruit and vegetable consumption ($p=0,006$). The average knowledge of students before being given counseling using the flip sheet media was $64,55 \pm 8,19$. Then, after being given counseling, the average value of knowledge increased to $96,02 \pm 4,39$.

Conclusion: Counseling using flip-sheet media affected children's knowledge of the importance of fruit and vegetable consumption.

Keywords

School children, Fruits and vegetables, Flipchart media, Knowledge

Abstrak

Latar Belakang: Negara Indonesia, prevalensi kurangnya konsumsi buah dan sayur pada kelompok anak usia sekolah sangat tinggi yaitu 96%. Kurang konsumsi buah dan sayur dapat mengakibatkan sistem kekebalan tubuh menurun, meningkatkan risiko sembelit, kanker dan kegemukan serta dapat menurunkan produktivitas sumber daya manusia. Sehingga pengetahuan siswa sekolah dasar tentang gizi khususnya tentang buah dan sayur perlu ditingkatkan dengan cara memberikan pendidikan gizi mengenai pentingnya konsumsi buah dan sayur.

Tujuan: Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan menggunakan media lembar balik terhadap peningkatan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang pentingnya konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar.

Metode: Model penelitian yang digunakan menggunakan dua tahap. Tahap pertama menggunakan desain pengembangan media (Research and Development) dan tahap kedua dengan pendekatan Quasi eksperimental. Sampel berjumlah 44 orang. Lokasi penelitian dilakukan di SDN 62 Banda Aceh, Kecamatan Lueng Bata, Kota Banda Aceh. Penelitian telah dilakukan pada bulan April sampai Mei 2023. Pengumpulan data meliputi data primer dan sekunder, diolah melalui tahapan *editing, coding, processing, dan cleaning*. Analisis data menggunakan uji Dependent T-test pada 95% CI.

Hasil: Terdapat pengaruh penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan anak tentang pentingnya konsumsi buah dan sayur ($p=0,006$). Rata-rata pengetahuan siswa sebelum diberikan penyuluhan menggunakan media lembar balik

¹ Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh, Aceh, Indonesia. E-mail: feraratnasari01@gmail.com

² Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh, Aceh, Indonesia. E-mail: arnisamskmmkes@gmail.com

Penulis Koresponding :

Arnisam: Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh, Jl. Soekarno-Hatta, Kampus Terpadu Poltekkes Aceh, Aceh Besar 23352, Provinsi Aceh, Indonesia. E-mail: arnisamskmmkes@gmail.com

yaitu 64,55 dengan standar deviasi 8,19 kemudian setelah diberikan penyuluhan nilai rata-rata pengetahuan meningkat menjadi 96,02 dengan standar deviasi 4,39.

Kesimpulan: Penyuluhan menggunakan media lembar balik berpengaruh terhadap pengetahuan anak tentang pentingnya konsumsi buah dan sayur.

Kata Kunci

Anak Sekolah, Buah dan Sayur, Media Lembar Balik, Pengetahuan

Pendahuluan

Permasalahan gizi yang paling mendasar disebabkan oleh pola hidup yang kurang sehat dalam pemilihan makanan yang kurang tepat termasuk buah dan sayur untuk anak anak. Hasil Riset Kesehatan (Riskesdas) tahun 2018, presentase kurangnya konsumsi buah dan sayur di Indonesia adalah sebesar 95,5%, sedangkan pada kelompok anak usia sekolah presentasinya lebih tinggi yaitu 96%. Provinsi Aceh menjadi salah satu provinsi memiliki prevalensi kurang konsumsi buah dan sayur yaitu sebesar 20,61% (Kemenkes RI, 2018).

Kurangnya konsumsi buah dan sayur pada anak-anak disebabkan oleh tingkat kesejahteraan keluarga rendah, tidak ada dukungan keluarga, dan ketersediaan buah dan sayur di rumah kurang (Hidayati et al., 2017). Hal ini berhubungan dengan persentase pengeluaran penduduk Indonesia untuk makanan pada tahun 2016 sebagian besar dialokasikan untuk makanan dan minuman jadi yang mencapai 29,05%. Pengeluaran untuk sayuran sebanyak 7,49% dan buah 4,18%. Terjadi peningkatan pengeluaran untuk makanan dan minuman jadi dan penurunan pengeluaran untuk buah-buahan (Pusat Data dan Sistem Informasi Pertanian, 2017). Dengan demikian pengeluaran penduduk Indonesia untuk makanan dan minuman jadi lebih besar dibandingkan dengan pengeluaran untuk sayur dan buah. Sehingga ketersediaan buah dan sayur di tingkat keluarga kurang (Eri & Almira, 2019).

Menurut Permenkes No 41 tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang, untuk masyarakat Indonesia bagi remaja dan orang dewasa dianjurkan mengkonsumsi buah dan sayur sebanyak 400 – 600 gram per orang per hari, dan untuk anak balita dan anak usia sekolah dianjurkan mengkonsumsi buah dan sayur 300 – 400 gram per orang per hari. Badan Kesehatan Dunia (WHO) menganjurkan balita mengkonsumsi buah dan sayur untuk hidup sehat ialah sebanyak 300 gram per orang per hari, dengan rincian 200 gram untuk sayur atau sama dengan 2 porsi atau 2 gelas

belimbing sayuran yang telah dimasak dan ditiriskan. Konsumsi buah sebanyak 100 gram atau sama dengan 2 buah pisang ambon berukuran sedang atau juga bisa disamakan dengan 1 potong papaya ukuran sedang atau 2 buah jeruk ukuran sedang (Kemenkes, 2014).

Kurang konsumsi buah dan sayur dapat mengakibatkan sistem kekebalan tubuh menurun, gangguan pengelihan, meningkatkan resiko sembelit, kanker, kegemukan dan meningkatkan kadar kolesterol darah. Dampak lain yang dapat terjadi jika permasalahan di atas tidak segera ditangani adalah dapat menurunkan produktivitas sumber daya manusia, bahkan kualitas generasi muda bangsa dan berdampak pula pada besarnya beban negara karena pembiayaan kesehatan membutuhkan biaya yang besar. Pada akhirnya, kesehatan akan sangat mempengaruhi pembangunan sosial dan ekonomi negara (Al Rahmad, 2019; Mohammad & Madaniyah, 2015).

Menurut penelitian (Dewantari & Widiani, 2011) bahwa faktor yang mempengaruhi pola konsumsi buah dan sayur pada siswa Sekolah Dasar (SD) adalah pengenalan terhadap buah dan sayur sejak dini kepada anak, ketersediaan buah dan sayur di keluarga, tingkat pengetahuan gizi (anak SD), dan tingkat kesukaan terhadap buah dan sayur. Hal ini sejalan dengan penelitian Mohammad & Madaniyah (2015) bahwa pengetahuan gizi anak dan pendidikan ayah dan ibu berhubungan signifikan positif dengan konsumsi buah dan sayur anak, demikian pula uang saku, ketersediaan buah, dan pendapatan keluarga berhubungan signifikan positif dengan konsumsi buah anak.

Berdasarkan hal tersebut, pengetahuan siswa Sekolah Dasar tentang gizi perlu ditingkatkan dengan cara memberikan pendidikan gizi atau penyuluhan mengenai pentingnya konsumsi buah dan sayur. Penyelenggaraan pendidikan gizi seperti penyuluhan dinilai mampu meningkatkan pengetahuan anak-anak Sekolah Dasar. Seperti yang telah diketahui bahwa penyuluhan kesehatan merupakan suatu kegiatan pendidikan yang dilakukan untuk menyebarkan pesan, meyakinkan

sasaran, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan. Keberhasilan penyuluhan kesehatan pada anak usia sekolah tergantung kepada komponen pembelajaran. Media penyuluhan kesehatan merupakan salah satu komponen yang mendukung proses pembelajaran (Badung, 2019).

Salah satu faktor yang sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan ialah dengan metode penyampaian informasi yang disesuaikan dengan kebutuhan sasaran dengan menggunakan media promosi kesehatan yang tepat. Media promosi kesehatan ialah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator, baik itu melalui media cetak, elektronik (tv, radio, komputer dan sebagainya), ataupun media luar ruangan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan merubah perilaku ibu terhadap kesehatan balita (Rahmad & Almunadia, 2017; Ardie & Sunarti, 2019).

Pendidikan kesehatan dapat dilakukan dengan berbagai macam media menyesuaikan sasaran yang akan diberikan pendidikan. Salah satu media dalam pendidikan kesehatan adalah media lembar balik. Lembar balik adalah media yang berbentuk lembaran-lembaran menyerupai album atau kalender yang berisi gambar yang dibalikinya berisi mengenai informasi kesehatan mengenai gambar tersebut. Media ini memiliki kelebihan dapat digunakan tanpa menggunakan listrik, lebih praktis, mudah untuk di bawa kemana saja, dan dapat diterima dengan baik oleh para sasaran sehingga mampu meningkatkan pengetahuan (Rahmad et al., 2022; Fatimah, 2015).

Berdasarkan kajian latar belakang dan permasalahan tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan menggunakan media lembar balik terhadap peningkatan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang pentingnya konsumsi buah dan sayur di SDN 62 Banda Aceh, Kecamatan Lueng Bata, Kota Banda Aceh

Metode

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode *Research and Development* (R&D). Model pengembangan yang menjadi acuan penelitian dalam pengembangan media Lembar Balik sebagai media edukasi gizi yaitu *ADDIE* (*Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation*). Alasan peneliti menggunakan model pengembangan ini, dikarenakan memiliki keunggulan yaitu dilihat

dari prosedur kerjanya yang sistematis yakni pada setiap Langkah yang akan dilalui selalu mengacu pada Langkah sebelumnya yang sudah diperbaiki sehingga diperoleh produk yang efektif.

Penelitian telah dilakukan di SDN 62 Banda Aceh, Kecamatan Lueng Bata, Kota Banda Aceh dari bulan April sampai Mei tahun 2023. Sampel dalam penelitian ini siswa Kelas 5 di SDN 62 Banda Aceh yang berjumlah 44 siswa.

Pengumpulan data dilakukan secara angket. Data yang dikumpulkan yaitu data pengembangan media (angket uji pakar/ ahli materi dan media untuk mendapatkan masukan terkait kelayakan media dan materi kemudian data karakteristik siswa diperoleh secara angket menggunakan kuesioner berisi 20 butir pertanyaan dalam bentuk *multiple choice* baik sebelum intervensi maupun setelah intervensi. Model intervensi penyuluhan yaitu menggunakan metode ceramah tentang pentingnya konsumsi buah dan sayur. Kuesioner pretest diberikan dihari diberikannya intervensi kemudian kuesioner posttest diberikan tujuh hari setelah intervensi.

Pengolahan data dalam penelitian ini yaitu pengkodean, pengeditan, pembersihan, dan penyajian data. Analisis data menggunakan aplikasi *statistic* menggunakan uji *T-Dependent* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$).

Hasil

Uji Pakar/ahli terhadap Media Lembar Balik Sayur dan Buah

Hasil pengembangan isi dan design/layout Media Lembar Balik dilakukan uji pakar/ahli. Pakar/ahli yang dijadikan sebagai reviewer dalam penelitian ini adalah 1 pakar/ahli materi yang berasal dari Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Aceh dan 2 pakar/ahli media yang berasal dari Dosen Poltekkes kemenkes Aceh.

Tabel 1. Statistik deskriptif berdasarkan aspek penilaian uji pakar materi dan media

Variabel Penilaian	Rerata	Maksimum	%	Katagori
Pakar materi	187	230	81,3	Sangat Layak
Pakar media	50	55	90,9	Sangat Baik

Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa aspek materi yang disajikan dalam

media Lembar Balik pada kedua responden (Baik) dengan persentase 81,3% dengan kategori sangat layak. Secara data statistik deskriptif terlihat bahwa aspek media meliputi warna, tulisan, kalimat, gambar, dan format sajian yang disajikan dalam media lembar balik sayur dan buah hampir semua nilai mendekati 5 (sangat baik) dengan persentase 90,9% dengan kategori sangat layak.

Masukan dari Pakar atau Ahli

Masukan dari ahli materi yaitu isi materi harus lebih tajam, ada beberapa materi yang tidak dimasukkan, dan urutan materi harus sesuai. Sedangkan masukan dari ahli media yaitu font dan gambarnya diperbesar, ada beberapa kesalahan penulisan.

Karakteristik Sampel

Setelah dilakukan pengumpulan data dari 44 orang, sampel yang diberikan penyuluhan

menggunakan media lembar balik, berdasarkan tabel diatas umur lebih banyak pada usia 11 tahun (63,6%) sebanyak 28 sampel.

Tabel 2. Karakteristik responden

Karakteristik Responden	n	%
Umur		
10 tahun	4	9,1
11 tahun	28	63,6
12 tahun	11	25,0
13 tahun	1	2,3
Jenis kelamin		
Laki-laki	16	36,4
Perempuan	28	63,6
Total	44	100,0

Banyaknya responden yang berjenis kelamin perempuan (63,6%) lebih mendominasi dibandingkan responden berjenis kelamin laki-laki (36,4%).

Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Media Lembar Balik terhadap Pengetahuan

Tabel 3. Pengaruh penyuluhan menggunakan media lembar balik terhadap pengetahuan

Pengetahuan	n	Rata-rata	Standar Deviasi	Selisih Rata-rata \pm Deviasi	Nilai p
Sebelum edukasi	44	64,55	8,19	31,48 \pm 3,804	0,006
Sesudah edukasi	44	96,02	4,39		

Berdasarkan hasil analisis data, dapat diketahui adanya peningkatan pengetahuan yang sebelumnya sebesar 64,55 menjadi 96,02, dengan selisih skor 31,43 dan standar deviasi 8,04. Secara statistik terbukti bahwa terdapat perbedaan signifikan (p -value $<$ 0,05) antara pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan menggunakan media lembar balik pada anak SD, (p = 0,006).

Pembahasan

Pengetahuan tentang Konsumsi Buah dan Sayur Sebelum Penyuluhan Menggunakan Media Lembar Balik

Nilai pretest yang didapat dari beberapa responden dengan skore terendah 40 dan nilai tertinggi yang dicapai dari beberapa responden adalah 85 dari 100, jadi rata rata pengetahuan responden adalah 64,55, dan termasuk kategori kurangnya pengetahuan tentang pentingnya konsumsi buah dan sayur.

Menurut penelitian Dewantari & Widiani (2011) bahwa faktor yang mempengaruhi pola

konsumsi buah dan sayur pada siswa Sekolah Dasar (SD) adalah pengenalan terhadap buah dan sayur sejak dini kepada anak, ketersediaan buah dan sayur di keluarga, tingkat pengetahuan gizi pada anak SD, dan tingkat kesukaan terhadap buah dan sayur. Hal ini senada dengan penelitian Mohammad & Madanijah (2015) bahwa pengetahuan gizi anak dan pendidikan ayah dan ibu berhubungan signifikan positif dengan konsumsi buah dan sayur anak, demikian pula uang saku, ketersediaan buah, dan pendapatan keluarga berhubungan signifikan positif dengan konsumsi buah anak.

Pengetahuan tentang Konsumsi Buah dan Sayur Sesudah Penyuluhan Menggunakan Media Lembar Balik

Pengetahuan dapat diperoleh dengan berbagai cara, seperti mengikuti pendidikan, pelatihan, penyuluhan, seminar atau membaca. Berdasarkan hasil penelitian pengetahuan anak sekolah setelah dilakukan penyuluhan menggunakan media lembar balik

tentang pentingnya konsumsi buah dan sayur meningkat.

Pemberian penyuluhan dengan menggunakan media lembar balik ternyata mampu mempengaruhi pengetahuan siswa tentang konsumsi buah dan sayur. Dengan pendekatan penyuluhan dapat merubah pengetahuan, Salah satu faktor masukan adalah metode yang diberikan pada waktu penyuluhan seperti ceramah dan dengan alat bantu media lembar balik serta tanya jawab sehingga siswa secara aktif mengikuti proses penyuluhan tersebut. Proses perubahan perilaku sendiri yang menyangkut aspek pengetahuan keterampilan dan sikap mental, sehingga mereka tahu, mau dan mampu melaksanakan (secara sadar dan tanpa paksaan dari orang lain) perubahan-perubahan dalam usaha peningkatan kualitas kesehatan (Yazmi & Puspowati, 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan pernyataan WHO yang dikemukakan dalam Notoatmodjo (2014), salah satu strategi untuk perubahan perilaku adalah pemberian informasi guna meningkatkan pengetahuan sehingga timbul kesadaran yang pada akhirnya orang akan berperilaku sesuai dengan pengetahuan tersebut.

Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Media Lembar Balik terhadap Pengetahuan tentang Pentingnya Konsumsi Buah dan Sayur

Berdasarkan hasil penelitian di SDN 62 Banda Aceh, tingkat pengetahuan tentang pentingnya konsumsi buah dan sayur menggunakan media lembar balik terdapat peningkatan, dan dapat diketahui bahwa ada peningkatan sebelum dan sesudah penyuluhan. Penyuluhan menggunakan media lembar balik menjadi efektif dengan rata-rata peningkatan yang signifikan pada pengetahuan siswa di SDN 62 Banda Aceh.

Hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Molla & Yang (2019) menunjukkan bahwa media lembar balik memberikan pengaruh terhadap pengetahuan buah dan sayur ibu balita di Desa Mudal Kecamatan Boyolali Kabupaten Boyolali. Media lembar balik memiliki kelebihan, yaitu dapat digunakan tanpa menggunakan listrik, lebih praktis, mudah untuk di bawa kemana saja, dan dapat diterima dengan baik oleh para sasaran sehingga mampu meningkatkan pengetahuan dan memudahkan untuk memahami pesan yang disampaikan (Fatimah, 2015).

Peningkatan nilai rata-rata pengetahuan responden disebabkan karena media Lembar Balik yang digunakan dalam bentuk gambar dan tulisan yang menarik, sehingga penyampaian materi mudah dipahami oleh responden. Penyuluhan menggunakan media lembar balik merupakan hal baru di lingkungan responden sehingga responden menerima penyuluhan gizi yang disampaikan. Lembar balik adalah media yang berbentuk lembaran-lembaran menyerupai album atau kalender yang berisi gambar yang dibaliknya berisi mengenai informasi kesehatan mengenai gambar tersebut. Kelebihan media ini yaitu cukup mudah digunakan dan dapat dimengerti dengan baik oleh para sasaran sehingga mampu meningkatkan pengetahuannya (Nugrahaeni, 2018). Peningkatan pengetahuan pada responden dalam hal ini salah satu faktornya adanya penyuluhan dengan media lembar balik, adanya peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan dapat merubah perilaku dalam mengkonsumsi buah dan sayur pada kehidupan sehari-hari (Masthura et al., 2019; Yazmi & Puspowati, 2019).

Penelitian dari Kusmawardani (2019), menyebutkan bahwa pemberian penyuluhan menggunakan media lembar balik secara signifikan mempunyai pengaruh peningkatan pengetahuan seseorang sebesar 17,6%. Pemberian pengetahuan gizi tentang buah dan sayur, manfaat, akibat tidak mengkonsumsi, serta nilai gizinya dapat berdampak positif pada perilaku balita setelah ibu balita mendapatkan penyuluhan (Yazmi & Puspowati, 2019).

Oleh karena itu, jelas bahwa penggunaan media lembar balik efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang pentingnya konsumsi buah dan sayur. Peningkatan ini konsisten dengan hasil-hasil penelitian sebelumnya dan juga didukung oleh kelebihan media lembar balik, seperti kemudahan penggunaan tanpa listrik, portabilitas, dan daya terima yang baik oleh sasaran. Peningkatan pengetahuan ini disebabkan oleh kecanggihan media lembar balik yang menggunakan gambar dan tulisan menarik, memudahkan pemahaman materi. Tentunya, peningkatan pengetahuan ini akan mengubah perilaku siswa dalam mengonsumsi buah dan sayur secara teratur, memberikan dampak positif pada kesehatan mereka, sesuai dengan temuan penelitian sebelumnya yang mengindikasikan peningkatan pengetahuan dapat memengaruhi perilaku konsumsi makanan sehat.

Kesimpulan

Pemberian penyuluhan menggunakan media lembar balik berpengaruh terhadap pengetahuan siswa tentang pentingnya konsumsi buah dan sayur di SDN 62 Banda Aceh, Kecamatan Lueng Bata, Kota Banda Aceh.

Saran, dapat dijadikan sebagai acuan dalam perancangan media pembelajaran untuk sasaran anak sekolah dasar dalam memberikan promosi kesehatan.

Deklarasi Konflik Kepentingan

Penulis telah menyatakan tidak terdapat potensi konflik kepentingan baik dari penulis maupun instansi sehubungan dengan penelitian yang telah dilakukan, baik berdasarkan kepengarangan, maupun publikasi.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Sekolah Dasar Negeri 62 Banda Aceh, yang telah memberikan izin penelitian, sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

Daftar Rujukan

- Al Rahmad, A. H. (2019). Keterkaitan Asupan Makanan dan Sedentari dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar di Kota Banda Aceh. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 47(1), 67–76. <https://doi.org/10.22435/bpk.v47i1.579>
- Ardie, H. F., & Sunarti, S. (2019). Pengaruh media video terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa kelas V di SDN 016 Samarinda Seberang. *Borneo Studies and Research*, 1(1), 284–289.
- Badung, M. M. D. I. K. (2019). Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Menggunakan Media Audiovisual Terhadap Perubahan Sikap Siswa Sekolah Dasar Dalam Memilih Makanan Di Kabupaten Badung. Skripsi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bali
- Dewantari, N. M., & Widiani, A. (2011). Fruits and vegetables consumption pattern in school children. *Jurnal Skala Husada*, 8(2), 119–125.
- Eri, Y., & Almira, S. (2019). Pengaruh Media Booklet Terhadap Pengetahuan Tentang Pentingnya Makan Sayur Dan Buah Pada Siswa Sekolah Dasar. Skripsi. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Fatimah, E. N. (2015). *Strategi Pintar Menyusun SOP*. Penerbit: Pustaka Baru Press. Yogyakarta.
- Hidayati, D., Suyatno, S., Aruben, R., & Pradigdo, S. F. (2017). Faktor Risiko Kurang Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak Usia Sekolah Dasar (Studi Kasus-Kontrol Pada Siswasdn Sendangmulyo 03 Semarang Tahun 2017). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 5(4), 638–647.
- Kemenkes, R. I. (2014). Pedoman Gizi Seimbang Kementerian Kesehatan RI 2014.
- Kemenkes, R. I. (2018). Hasil riset kesehatan dasar tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI, 53(9), 1689–1699.
- Masthura, R., Yuniwati, C., & Ramli, N. (2019). Efektivitas lembar balik dan leaflet terhadap pengetahuan ibu hamil tentang pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI). *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 1(1), 9–16.
- Mohammad, A., & Madanijah, S. (2015). Konsumsi buah dan sayur anak usia sekolah dasar di Bogor. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 10(1), 71–76.
- Molla, K. A., & Yang, Y. (2019). CRISPR/Cas-mediated base editing: technical considerations and practical applications. *Trends in Biotechnology*, 37(10), 1121–1142.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. Biomass Chem Eng, 49(23–6).
- Nugrahaeni, D. E. (2018). Pencegahan Balita Gizi Kurang Melalui Penyuluhan Media Lembar Balik Gizi. *Amerta Nutrition*, 2(1), 113–124.
- Rahmad, A. H. Al, & Almunadia, A. (2017). Pemanfaatan media flipchart dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang konsumsi sayur dan buah. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 17(3), 140–146. <https://doi.org/10.24815/jks.v17i3.9062>
- Rahmad, A. H. Al, Khazanah, W., Erwandi, E., Novita, R., Iskandar, I., & Hijriah, U. (2022). Media booklet sebagai media edukasi gizi terhadap peningkatan perilaku ibu dalam penanganan bayi Berat Badan Lahir Rendah. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 6(1), 47–55. <https://doi.org/10.22487/ghidza.v6i1.370>
- Yazmi, M. K., & Puspawati, S. D. (2019). Pengaruh Penyuluhan dengan Media Lembar Balik Terhadap Pengetahuan Ibu Balita dan

Perilaku Tentang Konsumsi Buah Dan Sayur
Balita di Desa Mudal Kecamatan Boyolali
Kabupaten Boyolali. Skripsi. Universitas
Muhammadiyah Surakarta.