

## **Analisis Respon Siswa Terhadap Media Cakram Gizi “BUSA” pada Remaja Sekolah Menengah Atas Negeri dan Swasta Di Kota Yogyakarta**

*Analysis of Student Responses to "BUSA" Nutrition Disc Media in Public and Private  
High School Teenagers in Yogyakarta City Kota*

**Umi Mahmudah<sup>1\*</sup>, Siska Puspita Sari<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Universitas Respati Yogyakarta

\*Email : mahmudah\_umi@ymail.com

### **Abstrak**

**Latar Belakang:** konsumsi buah dan sayur merupakan salah satu komponen penerapan gizi seimbang. Remaja merupakan kelompok usia paling rendah konsumsi buah dan sayur. Kurangnya konsumsi buah dan sayur pada remaja berkaitan dengan kejadian obesitas. Salah satu upaya untuk meningkatkan konsumsi buah dan sayur dengan edukasi gizi. Proses edukasi gizi tidak terlepas dari penggunaan media yang digunakan. Media cakram gizi “BUSA” merupakan suatu alat edukasi gizi. Perlu adanya analisis respon siswa terhadap media tersebut. **Tujuan :** untuk mengetahui respon siswa terhadap media cakram gizi “BUSA” pada remaja sekolah menengah atas negeri dan swasta di Kota Yogyakarta. **Metode :** penelitian ini merupakan penelitian *cross sectional*. Penelitian dilakukan pada remaja di SMA Negeri (SMAN 6 Yogyakarta, SMAN 9 Yogyakarta) dan SMA Swasta (SMA Muhammadiyah 3, SMA Muhammadiyah 4 Yogyakarta) dengan total responden 128 siswa. Media cakram gizi “BUSA” terdiri dari 2 cakram gizi yaitu cakram gizi buah dan cakram gizi sayur. Penelitian dilakukan dengan mengirimkan media cakram gizi “BUSA” ke alamat rumah masing-masing responden kemudian responden mengisi data kuesioner respon melalui *google form*. Data respon siswa dianalisis dan dilakukan uji perbandingan antara SMA Negeri dan Swasta menggunakan analisis *Chi Square*. **Hasil :** media cakram gizi buah mendapatkan respon positif dan negatif sama banyak yaitu masing-masing 32 siswa (50%) pada sekolah negeri, dan mendapat respon positif 39 siswa (60,9%), respon negatif 25 siswa (39.1%) pada sekolah swasta. Sedangkan media cakram gizi sayur mendapat respon positif 34 siswa (53.1%), respon negatif 30 siswa (46.9%) pada sekolah negeri dan mendapat respon positif 41 siswa (64.1%), respon negatif 23 siswa (35.9) pada sekolah swasta. **Kesimpulan:** tidak terdapat perbedaan respon siswa terhadap media cakram gizi “BUSA” pada sekolah menengah atas negeri dan swasta di Kota Yogyakarta.

**Kata kunci:** respon siswa; remaja; cakram gizi; buah dan sayur

### **Abstract**

**Background:** consumption of fruits and vegetables is one component of the application of balanced nutrition. Adolescents are the age group with the lowest consumption of fruits and vegetables. Lack of fruit and vegetable consumption in adolescents is associated with obesity. One of the efforts to increase fruit and vegetable consumption is nutrition education. The nutritional education process cannot be separated from the use of the media. Media cakram gizi "BUSA" is a nutrition education tool. **Objective:** there needs to be an analysis of student responses to the media. **Objective:** To determine of student responses to media cakram gizi "BUSA" in public and private high school adolescents in Yogyakarta City. **Methods:** this study was a cross sectional study. The research was conducted on adolescents in State Senior High School (SMAN 6 Yogyakarta, SMAN 9

Yogyakarta) and Private High School (SMA Muhammadiyah 3, SMA Muhammadiyah 4 Yogyakarta) with a total of 128 students as respondents. Media cakram gizi "BUSA" consists of 2 nutrition discs, namely "cakram gizi buah" and "cakram gizi sayur". The research was conducted by sending media cakram gizi "BUSA" to the home address of each respondent and then the respondents filled out the response questionnaire data via google form. Student response data were analyzed and a comparison test between public and private high schools was carried out using Chi Square analysis. **Results:** the media "cakram gizi buah" received the same number of positive and negative responses, 32 students (50%) in public schools respectively, and received a positive response from 39 students (60.9%), 25 students (39.1%) had a negative response at school. private. While media "cakram gizi sayur" received a positive response from 34 students (53.1%), a negative response from 30 students (46.9%) in public schools and a positive response from 41 students (64.1%), a negative response from 23 students (35.9) in private schools. **Conclusion:** there is no difference in student responses to media cakram gizi "BUSA" in public and private senior high schools in Yogyakarta City.

**Keywords:** student response; adolescents; nutrition disc; fruit and vegetables

## PENDAHULUAN

Buah dan sayur merupakan sumber vitamin dan mineral yang kaya serat makanan dan sejumlah zat gizi yang bermanfaat, seperti sterol, flavonoid dan antioksidan lainnya. Buah dan sayur merupakan komponen penting dari pola makan yang sehat. Kurangnya konsumsi buah dan sayur berkaitan dengan kesehatan yang buruk dan peningkatan resiko penyakit tidak menular (PTM), salah satunya adalah kelebihan berat badan atau obesitas (WHO, 2019). Obesitas pada remaja berkaitan dengan konsumsi buah dan sayur yang rendah (Wati et al., 2017; Ziaei et al., 2019).

Rerata konsumsi sayur dan buah penduduk Indonesia masih rendah bila dibandingkan dengan anjuran kecukupan konsumsi sayur dan buah. Kekurangan konsumsi sayur dan buah paling banyak pada kelompok usia remaja (Hermina & Prihatini 2016). Berdasarkan penelitian di Indonesia, 93,5% penduduk usia di atas 10 tahun mengkonsumsi buah dan sayur masih di bawah anjuran pada tahun 2013 (Riskesdas, 2013). Sedangkan pada tahun 2018 menunjukkan peningkatan menjadi 95,5% penduduk Indonesia usia >5th konsumsi buah dan sayur kurang dari 5 porsi per hari (Riskesdas, 2018). Anjuran mengkonsumsi buah dan sayur di Indonesia sebesar 3-5 porsi sayur atau setara dengan 250 gram sayur dan 2-3 porsi buah atau setara dengan 150 gram buah (Kemenkes, 2014).

Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan remaja yaitu dengan cara edukasi gizi. Edukasi gizi sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan gizi guna membentuk sikap positif terhadap makanan bergizi dalam rangka membentuk kebiasaan makan yang baik. Semakin memiliki pengetahuan gizi yang baik, seorang individu akan semakin mempertimbangkan jenis dan kualitas makanan yang akan dipilih untuk dikonsumsi (Farisa, 2012).

Proses edukasi gizi tidak terlepas dari pengaruh penggunaan alat peraga atau media yang mampu mendukung berlangsungnya kegiatan edukasi tersebut. Media edukasi dibuat dengan menganut pada prinsip bahwa pengetahuan yang ada pada setiap orang diterima atau ditangkap melalui pancaindera. Semakin banyak pancaindera yang digunakan semakin banyak dan semakin jelas pula pengertian atau pengetahuan yang diperoleh (Kapti, 2010).

Jenis media edukasi secara umum dibagi menjadi tiga, yaitu visual, audio, dan audiovisual. Cakram gizi "BUSA" adalah salah satu alat media edukasi gizi yang bersifat

visual. Cakram gizi “BUSA” dibuat pada tahun 2019. Cakram ini berisikan tentang nilai gizi buah, nilai gizi sayur, porsi buah sayur dan angka kecukupan gizi remaja, manfaat dan fungsi vitamin mineral beserta dengan sumber bahan pangannya. Cakram gizi “BUSA” berfungsi untuk memberikan informasi yang lebih cepat dalam penyampaian mengenai buah dan sayur khususnya pada remaja, sehingga diharapkan dapat meningkatkan konsumsi buah dan sayur. Perlu adanya analisis respon siswa terhadap media cakram ini, sehingga media cakram ini dapat digunakan sebagai media edukasi gizi yang bisa diterima oleh masyarakat, khususnya pada remaja. Sehingga tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui analisis respon siswa terhadap media cakram gizi “BUSA” pada remaja sekolah menengah atas negeri dan swasta di Kota Yogyakarta.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian cross sectional, dengan lokasi penelitian di sekolah negeri dan swasta di Kota Yogyakarta. Sekolah menengah atas yang digunakan adalah SMAN 6 Yogyakarta, SMAN 9 Yogyakarta untuk sekolah negeri dan SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta dan SMA Muhammadiyah 4 Yogyakarta untuk sekolah swasta. Total jumlah responden pada penelitian ini adalah 128 siswa yang terdiri dari 64 siswa sekolah negeri dan 64 siswa sekolah swasta. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah simple random sampling. Cakram gizi “BUSA” terdiri dari 2 cakram, yaitu cakram gizi “BUSA” Buah dan Cakram gizi “BUSA” sayur.

Data yang diambil adalah data respon siswa terhadap media cakram gizi “BUSA”. Data diambil secara online dengan menggunakan kuesioner yang diisi melalui google form. Sebelum siswa mengisi google form, dilakukan apersepsi penelitian melalui zoom meeting, siswa yang bersedia menjadi responden, maka media cakram gizi “BUSA” beserta informed consent dikirimkan ke alamat rumah masing-masing responden. Untuk memastikan media cakram gizi “BUSA” sudah benar sampai kepada responden, maka responden mengirimkan bukti foto media cakram gizi “BUSA” beserta dengan informed consent yang sudah di tandatangani, kemudian responden mengisi kuesioner respon.

Kuesioner respon terdiri dari 11 pertanyaan yang terdiri dari respon kognitif, afektif dan konatif. Kuesioner dibuat dalam bentuk skor 5 point dengan model skala likert yang sudah disederhanakan. Kuesioner sudah dilakukan uji validasi dengan nilai uji reliabilitas Cronbach`s Alpha  $>0,6$ . Data diolah menggunakan analisis chi square dengan membandingkan antara SMA negeri dengan SMA swasta. Penelitian ini mendapatkan ethical clearance dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta dengan nomor surat : 145.3/FIKES/PL/VII/2020.

## **HASIL**

Hasil penelitian respon cakram gizi “BUSA” dibagi menjadi 3 yaitu respon kognitif, respon afektif dan respon konatif. Berikut merupakan data masing-masing respon dari cakram gizi “BUSA” Buah

**Tabel 1. Respon Kognitif, Afektif dan Konatif pada cakram gizi “BUSA” Buah**

Kriteria Respon		SMA Negeri		SMA Swasta		p value
		n	%	n	%	
Kognitif	Positif	31	48.4	35	54.7	0.596
	Negatif	33	52.6	29	45.3	
Afektif	Positif	40	62.5	43	67.2	0.711
	Negatif	40	37.5	21	32.8	
Konatif	Positif	36	56.2	44	68.8	0.201
	Negatif	28	43.8	20	31.2	
	Total	64	100	64	100	

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan respon kognitif, afektif dan konatif terhadap media cakram gizi “BUSA” pada siswa SMA negeri dan swasta di Kota Yogyakarta, dengan nilai p value respon kognitif 0.596, respon afektif 0.711, respon konatif 0.201 (p value > 0.05).

**Tabel 2. Respon Kognitif, Afektif dan Konatif pada cakram gizi “BUSA” Sayur**

Kriteria Respon		SMA Negeri		SMA Swasta		p value
		n	%	n	%	
Kognitif	Positif	34	53.1	41	64.1	0.282
	Negatif	30	46.9	23	35.9	
Afektif	Positif	43	67.2	46	71.9	0.701
	Negatif	21	32.8	18	28.1	
Konatif	Positif	37	57.8	41	64.1	0.587
	Negatif	27	42.2	23	35.9	
	Total	64	100	64	100	

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan respon kognitif, afektif dan konatif terhadap media cakram gizi “BUSA” pada siswa SMA negeri dan swasta di Kota Yogyakarta, dengan nilai p value respon kognitif 0.282, respon afektif 0.701, respon konatif 0.587 (p value > 0.05).

**Tabel 3. Respon cakram gizi “BUSA” secara keseluruhan**

Jenis cakram gizi “BUSA”		SMA Negeri		SMA Swasta		p value
		n	%	n	%	
Cakram gizi buah	Positif	32	50.0	39	60.9	0.286
	Negatif	32	50.0	25	39.1	
Cakram gizi sayur	Positif	34	53.1	41	64.1	0.282
	Negatif	30	46.9	23	35.9	
	Total	64	100	64	100	

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa respon secara keseluruhan cakram gizi “BUSA” dibagi menjadi 2 yaitu respon positif dan respon negative. Berdasarkan hasil diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan respon secara keseluruhan terhadap media cakram gizi “BUSA” pada siswa SMA negeri dan swasta di Kota Yogyakarta, dengan

nilai p value 0.286 pada cakram gizi buah dan 0.282 pada cakram gizi sayur (p value > 0.05).

## **PEMBAHASAN**

Respon adalah tanggapan, sesuatu yang muncul akibat adanya suatu gejala atau peristiwa (Peter, 1991). Respon merupakan suatu tingkah laku yang dipengaruhi karena adanya tanggapan dan rangsangan dari lingkungan. Respon siswa adalah tingkah laku atau reaksi siswa selama mengikuti kegiatan pembelajaran. Suatu respon bisa muncul apabila melibatkan panca indra dalam mengamati dan memperhatikan suatu obyek pengamatan. Terdapat beberapa factor yang mempengaruhi adanya suatu respon, yakni pengalaman, proses belajar, dan nilai kepribadian (Arini & Lovisia, 2019).

Respon dibagi menjadi 3 yaitu respon kognitif, afektif dan konatif. Respon kognitif berkaitan dengan pengetahuan, ketrampilan dan informasi seseorang mengenai sesuatu. Respon afektif berhubungan dengan emosi, sikap dan nilai seseorang terhadap sesuatu. Sedangkan respon konatif berhubungan dengan perilaku nyata, meliputi tindakan, kegiatan atau kebiasaan berperilaku (Rahmat, 1999; Amir, 2015). Respon muncul apabila ada objek yang diamati, ada perhatian terhadap suatu objek pengamatan dan adanya panca indera sebagai penangkap objek yang diamati, selain itu dalam pemunculannya respon ada beberapa faktor yang mempengaruhi yaitu pengalaman, proses kerja, proses belajar, tingkat pengalaman individu, dan nilai kepribadiannya. respon dapat berupa persyaratan dalam bentuk pendapat yang dianggap baik memenuhi syarat secara rasional dapat dikemukakan sehingga dapat disimpulkan bahwa respon adalah kesan atau reaksi setelah kita mengamati aktifitas mengindra, menilai, objek terbentuknya sikap terhadap objek tersebut dapat berupa sikap negatif atau positif (Hidayati, 2013).

Kuesioner respon yang diberikan kepada siswa dalam bentuk skala likert. Data yang diperoleh melalui angket dianalisa dengan menerapkan skala likert untuk mengukur pendapat. Instrumen yang digunakan untuk mengetahui respon mahasiswa terhadap berupa angket tertutup. Respon mahasiswa dikatakan positif apabila persentase yang diperoleh lebih dari 80% dari rata-rata persentase setiap indikator (Hobri, 2010).

Berdasarkan respon siswa diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan respon siswa (kognitif, afektif dan konatif) terhadap media cakram gizi "BUSA" pada SMA Negeri dan SMA Swasta di Kota Yogyakarta (Tabel 1 & 2). Cakram gizi "BUSA" termasuk dalam media grafis. Media grafis merupakan media dua dimensi, contoh media grafis seperti gambar, foto, grafik, bagan atau diagram, poster, kartun, komik dan lain-lain (Harjanto, 2011)

Media cakram gizi buah mendapatkan respon positif dan negatif sama banyak yaitu masing-masing 32 siswa (50%) pada sekolah negeri, dan mendapat respon positif 39 siswa (60,9%), respon negatif 25 siswa (39.1%) pada sekolah swasta. Sedangkan media cakram gizi sayur mendapat respon positif 34 siswa (53.1%), respon negatif 30 siswa (46.9%) pada sekolah negeri dan mendapat respon positif 41 siswa (64.1%), respon negatif 23 siswa (35.9) pada sekolah swasta. Respon cakram gizi "BUSA" secara keseluruhan diketahui bahwa respon positif lebih banyak dibandingkan dengan respon negative, baik pada SMA Negeri maupun pada SMA swasta (Tabel 3). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa komik dapat menumbuhkan minat belajar siswa pada materi sistem pencernaan dengan memperoleh nilai sebesar 100% siswa

merespon positif (Akbar, 2015). Tidak terdapat perbedaan respon siswa terhadap media cakram gizi "BUSA" secara keseluruhan antara SMA negeri dan SMA swasta, hal ini dikarenakan karakteristik siswa pada sekolah negeri dan swasta tidak jauh berbeda. Selain itu, kondisi demografi antara SMA negeri dan SMA swasta sama yaitu terletak dalam satu kota dengan karakteristik dan lokasi yang hampir sama. Kemudahan akses informasi pada SMA negeri dan SMA swasta juga tidak terdapat perbedaan, sehingga respon siswa terhadap media cakram "BUSA" antara SMA negeri dan SMA swasta adalah sama.

Media cakram "BUSA" merupakan inovasi media pembelajaran bersifat edutainment dalam menambah pengetahuan remaja terkait konsumsi buah dan sayur. media cakram "BUSA" mempunyai banyak keunggulan yaitu mudah dibawa, tidak memakan banyak tempat, desain menarik, pesan yang disampaikan informatif, sehingga siswa dalam belajar tidak membosankan, lebih menyenangkan kemudian dengan rasa ingin tahu akan mengeksplorasi media cakram "BUSA" dengan berkonsentrasi, mempermudah dalam memahami materi gizi remaja dalam media cakram "BUSA" tersebut.

Media cakram "BUSA" lebih menyenangkan karena belajar menjadi tidak monoton, tidak menimbulkan kebosanan dengan memutar media cakram "BUSA" untuk mendapatkan informasi gizi yang ingin diketahui. Dengan adanya pembelajaran melalui media cakram "BUSA" ini siswa mempunyai pengalaman baru dalam belajar, terinspirasi sehingga yakin dan percaya diri. Siswa merasa tertarik dengan media tersebut, sehingga lebih senang dilihat dari perpaduan warna, jenis huruf, padat informasi gizi dalam media yang mudah dibawa dan tidak bervolume. Siswa bersemangat dalam belajar mengenai gizi terutama kandungan gizi buah dan sayur, fungsi sayur, dan kebutuhan buah, sayur, gizi makro dan gizi mikro remaja sesuai dengan jenis kelamin dan umurnya. Media yang baik jelas dan rapi dalam penyajiannya. Jelas dan rapi mencakup kesesuaian warna background pada gambar maupun tulisan (Savitri et al., 2016).

Siswa mengeksplorasi media cakram dengan melihat kebutuhan porsi sehari buah, sayur, gizi makro dan gizi mikro remaja sesuai dengan jenis kelamin dan umurnya. Dapat juga mencari tahu mengenai kebutuhan gizi teman lainnya atau keluarga sesuai usia yang terdapat di media cakram "BUSA" sehingga lebih mudah memahami materi tersebut.

Penggunaan media cakram "BUSA" dengan memusatkan perhatian siswa, berkonsentrasi dengan baik agar memahami informasi gizi yang dicarinya. Siswa lebih aktif dalam mempelajari media. Pembelajaran yang menyenangkan menyebabkan tunbuhnya respon positif dari siswa yang secara langsung berdampak pada peningkatan minat belajar, aktifitas mengikuti kegiatan pembelajaran dan peningkatan hasil belajar (Wahyuningsih, 2011).

Penggunaan media dalam proses pembelajaran memiliki kegunaan antara lain memperjelas pesan, mengatasi keterbatasan ruang, waktu tenaga dan daya indra serta memungkinkan siswa belajar mandiri. Lebih lanjut penggunaan media dalam pembelajaran yang lainnya adaah penyampaian pesan lebih terstandar, pembelajaran lebih menarik, lebih interaktif, kualitas pembelajaran meningkat, proses pembelajaran tak terbatas raung dan waktusikap positif siswa (Riyana, 2007).

Siswa tertarik menggunakan media pembelajaran sejenis karena mempermudah dalam memahami materi. Indikator respon yaitu relevansi. Aspek relevansi yaitu menghubungkan materi dengan kehidupan sehari-hari siswa (Maidiyahm, 2013).

Relevansi media cakram “BUSA” dapat berhubungan dengan aktifitas konsumsi sayur siswa.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Tidak terdapat perbedaan respon siswa terhadap media cakram gizi “BUSA” pada SMA Negeri dan Swasta di Kota Yogyakarta.

### **Saran**

Perlu dilakukan sosialisasi dan penyuluhan terkait konsumsi buah dan sayur pada remaja, dengan menggunakan media cakram gizi “BUSA” guna meningkatkan konsumsi buah dan sayur pada remaja serta mencegah kejadian obesitas pada remaja.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Akbar, O.A. dan Raharjo, I. 2015. Minat Belajar Siswa Terhadap Media Komik Berbasis Pendekatan Saintifik pada Materi Sistem Pencernaan Kelas XI SMA. *Bioedu*. 4 (1): 750-754.
- Amir, M.T. 2015. Merancang Kuesioner. Prenadamedia Group. Jakarta.
- Arini, W & Lovisia, E. 2019. Respon Siswa Terhadap Alat Pirolisis Sampah Plastik Sebagai Media Pembelajaran Berbasis Lingkungan di SMP Musi Rawas. *JURNAL THABIEA Journal of Natural Science Teaching* Vol. 02 No. 02 Tahun 2019 | 95-104.
- Farisa, S. 2012. Hubungan sikap, pengetahuan, ketersediaan dan keterpaparan media massa dengan konsumsi buah dan sayur pada siswa SMPN 8 Depok Tahun 2012. Skripsi. Universitas Indonesia.
- Harjanto. 2011. Perencanaan Pengajaran. Rineka Cipta. Jakarta.
- Hermina & Prihatini. 2016. Gambaran Konsumsi Sayur dan Buah Penduduk Indonesia dalam Konteks Gizi Seimbang: Analisis Lanjut Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) 2014. *Buletin Penelitian Kesehatan*, Vol. 44, No. 3, September 2016 : 205 – 218.
- Hidayati, N., 2013. Respon Guru dan Siswa terhadap Pembelajaran Permainan Bolavoli yang Dilakukan dengan Pendekatan Modifikasi (Pada Siswa Kelas V SDN Wateswinangun I Lamongan). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 1 (1): 104-106.
- Hobri. 2010. Metodologi Penelitian Pengembangan (Aplikasi Pada Penelitian Pendidikan Matematika). Pena Salsabila, Jember.
- Kapti R.E., 2010. Efektifitas Audiovisual Sebagai Media Penyuluhan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Tatalaksana Balita dengan Diare di Dua Rumah Sakit Kota Malang, [Tesis] Program Studi Magister Ilmu Keperawatan FIK UI Depok.
- Kemenkes. 2014. Pedoman Gizi Seimbang. Direktorat Jendral Bina Gizi dan KIA.
- Maidiyahm, E dan Fonda, C. Z. 2013. Penerapan model pembelajaran ARCS pada materi statistika di kelas XI SMA Negeri 2 RSBI Banda Aceh. *Jurnal peluang*. 1(2): 12-21.
- Peter, Salim. 1991. Kamus Besar Bahasa Indonesia Kontemporer. Jakarta : English modern press, 1991 h.43.

- Rakhmat, Jalaludin. 1999. Psikologi Komunikasi. Bandung : PT Rosdakarya. 1999.
- Riskesdas. 2013. Riset Kesehatan Dasar. Kementerian Kesehatan, Badan penelitian dan pengembangan Kesehatan.
- Riskesdas. 2018. Hasil Utama Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan, Badan penelitian dan pengembangan Kesehatan.
- Riyana, C, Rudi S. 2007. Media pembelajaran. Bandung: CV Wacana Prima. 1-10.
- Savitri, E., Panjaitan, R.G.P., Titin. 2016. Respon siswa terhadap E-comic bilingual saluran dan kelenjar pencernaan. Jurnal pendidikan dan pembelajaran. 5(8):1-10.
- Wahyuningsih, A. N. 2011. Pengembangan media komik bergambar materi sistem saraf untuk pembelajaram yang menggunakan strategi PQ4R. Jurnal Penelitian Pendidikan. 1 (2): 102-110.
- Wati, E., Poncorini, E., Dharmawan, R. 2017. Effects of Fruit and Vegetable Consumption, a Socio-Economic Factor of Adolescent Obesity in Surakarta City. Journal of Health Promotion and Behavior, 2(1): 55-64  
<https://doi.org/10.26911/thejhp.2017.02.01.05>.
- WHO. 2019. Increasing fruit and vegetable consumption to reduce the risk of noncommunicable diseases. e-Library of Evidence for Nutrition Actions (eLENA). Tersedia di [https://www.who.int/elena/titles/fruit\\_vegetables\\_ncds/en/#:~:text=Fruits%20and%20vegetables%20are%20important%20components%20of%20a%20healthy%20diet.&text=More%20limited%20evidence%20suggests%20that,independent%20risk%2Dfactor%20for%20NCDs](https://www.who.int/elena/titles/fruit_vegetables_ncds/en/#:~:text=Fruits%20and%20vegetables%20are%20important%20components%20of%20a%20healthy%20diet.&text=More%20limited%20evidence%20suggests%20that,independent%20risk%2Dfactor%20for%20NCDs).
- Ziaei, R., Shahi, H., Datsgiri, S., Mohammadi, R., Viitasara, E. 2019. Fruit and vegetable intake and its correlates among high-school adolescents in Iran: a cross-sectional study. Journal of Public Health. Tersedia di <https://doi.org/10.1007/s10389-019-01084-2>.