



Contents lists available at [Journal IICET](#)

JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)

ISSN: 2502-079X (Print) ISSN: 2503-1619 (Electronic)

Journal homepage: <https://jurnal.iicet.org/index.php/jrti>



Analisis faktor-faktor yang berpengaruh terhadap tindakan pendidikan gizi pada siswa

Amelia Desri Junelti^{1*)}, Yuliana Yuliana², Asmar Yulastri²

¹ Fakultas Teknik, Universitas Negeri Padang, Indonesia

² Fakultas Pariwisata dan Perhotelan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Oct 18th, 2022

Revised Nov 22th, 2022

Accepted Des 27th, 2022

Keyword:

Pendidikan
Gizi

ABSTRACT

. Membangun pengetahuan dan pendidikan terhadap gizi pada usia remaja sama halnya dengan usia dini dimana sangat penting dimaksimalkan, karena perilaku pola makan di masa kanak-kanak hingga dewasa. Tujuan: Tinjauan sistematis ini bertujuan untuk menganalisa faktor-faktor yang terkait dengan keberhasilan pendidikan gizi yang dilakukan pada siswa dengan usia menuju remaja dengan menganalisa berdasarkan jurnal yang diterbitkan antara tahun 2017 dan 2022. Sumber Data studi yang relevan diidentifikasi melalui database Crossref, Google Scholar Garuda, dan Sinta (Pusat Informasi Sumber Daya Pendidikan). Seleksi Studi: Studi yang diterbitkan dalam bahasa Inggris/Indonesia antara 2017 dan 2022 yang mencakup intervensi pendidikan gizi pada siswa usia 9 hingga 19 tahun. Tinjau artikel, abstrak, studi kualitatif atau cross-sectional, dan studi yang menargetkan anak-anak dengan kebutuhan gizi khusus akan dikeluarkan. Ekstraksi Data: penulis menyaring dan menentukan kualitas studi menggunakan sistem GRADE (Grading of Recommendations Assessment, Development, and Evaluation) dan mengekstraksi data dari artikel. Dengan analisis data sepuluh studi dengan spesifikasi objek yang diteliti adalah siswa dari sekolah dasar, sekolah menengah pertama hingga siswa sekolah menengah atas yang diberikan pendidikan atau tindakan pemberitahuan terhadap pengetahuan gizi kepada objek yang ditargetkan.



© 2022 The Authors. Published by IICET.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Corresponding Author:

Junelti, A. D.,
Fakultas Teknik, Universitas Negeri Padang, Indonesia
Email: ameliade38@gmail.com

Pendahuluan

Tujuan Komunikasi Informasi dan Edukasi Gizi (KIE) yang termasuk di dalamnya adalah pendidikan gizi adalah untuk menyebarkan informasi atau pesan tentang gizi dari individu atau organisasi kepada masyarakat umum sebagai penerima pesan dengan menggunakan media tertentu. Maisyarah, dkk (2021). Kaum muda adalah sumber daya yang berharga untuk pertumbuhan di masa depan. Ada banyak elemen kontribusi yang dapat membantu meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Kesehatan dan gizi sangat penting untuk mempertahankan standar hidup yang tinggi, dan diukur dengan pertumbuhan ekonomi, usia, harapan hidup, dan pencapaian pendidikan. Tahun 2017 di Florence remaja adalah tahap antara menjadi anak-anak dan menjadi dewasa. Kondisi penting yang berpengaruh terhadap kebutuhan zat gizi kelompok ini adalah pertumbuhan cepat memasuki usia pubertas, kebiasaan jajan, menstruasi dan perhatian terhadap penampilan fisik "Body image". Perkembangan yang cepat pada awal pubertas, kebiasaan ngemil, menstruasi, dan perhatian terhadap penampilan fisik (atau "citra tubuh") merupakan faktor signifikan yang mempengaruhi

tuntutan diet kelompok ini. Remaja perlu diajari tentang keragaman makanan dan kebutuhan nutrisinya, oleh karena itu sangat penting untuk mengatur pola makannya dengan baik. Untuk dapat menurunkan prevalensi obesitas, sangat penting untuk memberikan perencanaan gizi seimbang dan pola makan yang baik pada usia perkembangan untuk terciptanya kebiasaan makan. Untuk status gizi, kesehatan, dan stamina terbaik di kemudian hari, pola makan yang baik sangat penting saat anak masih bersekolah. Kurniasih dkk. (2010) serta Sharlin & Edelstein (2011). Perubahan perilaku merupakan salah satu tujuan promosi yang dicapai melalui proses pendidikan gizi.

Edukasi yang baik memiliki beberapa persyaratan seperti harus menarik, disesuaikan dengan sasaran didik, mudah ditangkap, singkat dan, jelas, sesuai dengan pesan yang disampaikan, dan sopan. Pengenalan melalui penyuluhan dan pendidikan gizi secara konvensional mungkin tidak banyak berpengaruh terhadap perubahan perilaku makan dan aktivitas fisik remaja. Pendekatan yang lebih menghibur, atraktif, dan melibatkan remaja dalam prosesnya mungkin dapat lebih berpengaruh. Remaja dibiarkan memegang kendali dalam mengambil keputusan untuk tumbuh sehat dan bahagia serta dimotivasi untuk mengembangkan perilaku makan dan aktivitas fisik yang baik (Supriasa, 2012). Tujuannya agar dapat mengedukasi para siswa sehingga memiliki kesadaran dalam pemilihan makanan serta memperhatikan kualitas dan kuantitas asupan makanannya terutama sumber energi dan protein.

Metode

Triandini (2019) Analisa yang dilakukan pada kajian ini adalah menggunakan metode literature review dengan menggunakan bahan database jurnal yang terdiri dari Sinta, Google Scholar, Garuda dan Crossref dan dengan penyeleksian GRADE (Grading of Recommendations Assessment, Development, and Evaluation) dengan menyesuaikan jurnal yang dikumpulkan dengan tema dan objek dari kajian ini, sehingga kemudian akan di analisis baik data kuantitatif ataupun kualitatif yang ada pada studi yang terpilih menjadi bahan referensi utama dari kajian ini yang akan di review menjadi sebuah pembahasan.

Hasil dan Pembahasan

Hasil temuan dari target awal yaitu 10 studi yang menargetkan edukasi ataupun pendidikan gizi terhadap target objek yaitu siswa-siswa dari Sekolah Dasar hingga SMA/SMK yang diberikan tindakan atau pendidikan terhadap pengetahuan gizi, yang mana hasil temuan dirangkum pada tabel berikut:

Penelitian yang dilakukan oleh A'ini, Z. F., & Alfy, Z. R. (2020) bertujuan untuk mengetahui hubungan Pendidikan gizi keluarga terhadap status gizi mahasiswa di Universitas Indraprasta PGRI. Dengan 103 subjek penelitian, sebuah studi tentang hubungan antara pendidikan gizi keluarga dan kesehatan gizi mahasiswa Universitas Indraprasta PGRI mengungkapkan bahwa subjek penelitian adalah wanita sebanyak 92,2%, sedangkan pria hanya 7,8%. Menurut hasil uji nonparametrik Kruskal Wallis, terdapat hubungan yang cukup besar antara status gizi dengan pendidikan gizi keluarga ($p=0,005$). Sejalan dengan hasil penelitian ini, diperlukan penyebarluasan informasi mengenai PGS serta penerapan yang sesuai terhadap kebutuhan asupan gizi mahasiswa dalam kehidupan sehari-hari termasuk di kampus. Di samping itu, edukasi dalam pengaturan menu juga perlu diketahui oleh para orang tua melalui anaknya (mahasiswa).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Fathonah, S., Cahyono, E., Sarwi, S., Wusqo, I. U., Hanifah, N., & Agustin, L. R. (2020) yang bertujuan untuk menganalisis pengaruh literasi kesehatan dan literasi gizi terhadap status gizi mahasiswa. Intervensi pendidikan gizi dan kesehatan diperlukan karena mahasiswa memiliki status gizi tinggi dan literasi gizi yang kurang. Intervensi gizi dan kesehatan perlu ditingkatkan melalui proses pembelajaran dengan paradigma pemecahan masalah yang dinamis karena tingkat literasi kesehatan, literasi gizi, dan status gizi mahasiswa UNNES belum ideal.

Adapun penelitian yang dilakukan oleh Darmayanti Waluyo, Healthy Hidayanty, Arifin Seweng (2018) Penelitian ini bertujuan untuk menilai perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi pendidikan gizi anemia pada remaja kelas X di SMA Negeri 21 Makassar. Dalam penelitian ini disimpulkan bahwa ada perbedaan tingkat pengetahuan yang dapat dilihat dari selisih nilai rata-rata (delta) pada kedua kelompok dengan p value $0,005 < 0,05$, dimana kelompok intervensi lebih tinggi peningkatan pengetahuan dengan rata-rata pengetahuan meningkat 2,88 dibandingkan pada kelompok kontrol. Untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk memberikan jenis pendidikan gizi anemia lain, sehingga dapat di ketahui jenis-jenis pendidikan gizi anemia yang lebih baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Usman, M. A., Mulyo, G. P. E., Hastuti, W., Hapsari, A. I., & Kaffah, Z. S. (2019) bertujuan untuk mengetahui efek penggunaan media kalender dan leaflet dalam pendidikan gizi

terhadap pengetahuan dan perilaku makan remaja gizi lebih. Pada penelitian ini kalender digunakan sebagai media kesehatan tentang tatalaksana obesitas pada remaja berisi tentang pengertian, penyebab dan dampak gizi lebih dan obesitas, penentuan gizi lebih dan obesitas, kebutuhan gizi pada remaja, dan tatalaksana penanggulangan gizi lebih dan obesitas. Kelebihan pada media kalender yang digunakan yaitu penyampaian materi secara menarik karena terdapat daily target dalam kalender sehingga memberikan kesempatan pada sasaran untuk berinteraksi langsung dengan media, serta materi berbeda setiap tanggal membuat sasaran membacanya secara berkala. Sehingga dalam satu bulan intervensi siswa disarankan untuk melihat tanggal kalender sembari membaca informasi dan mengisi daily target yang ada di kalender.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dian Agnesia (2019) perilaku dan pengetahuan terhadap gizi seimbang diharapkan dapat mengurangi masalah gizi di kalangan remaja dan hal ini akan terlihat dari pola makan remaja sehari-hari. Dari hasil penelitian didapatkan status gizi partisipan sebagian besar normal (63%), namun masih ditemukan partisipan dengan status gizi obes (4%), overweight atau kelebihan berat badan (21%) dan kurus (12%). Pengetahuan partisipan mengalami peningkatan setelah dilakukan Pendidikan Gizi. Pada saat dilakukan pre- test jumlah partisipan yang tergolong kategori baik sebanyak 28% dan meningkat menjadi 38% setelah dilakukan Pendidikan Gizi. Sikap partisipan terkait dengan PGS sebagian besar berada pada kategori kurang (58%). Demikian pula dengan perilaku partisipan tentang PGS juga masih masuk dalam kategori kurang, terutama dalam hal menjaga berat badan ideal (58%) dan pola hidup aktif dan berolahraga (83%). Pola makan merupakan perilaku paling penting yang akan mempengaruhi status gizi remaja. Gizi yang optimal akan meningkatkan pertumbuhan, perkembangan fisik, kecerdasan serta mencegah terjadinya penyakit kronis, penyakit tidak menular terkait gizi, dan kematian dini.

Penelitian yang dilakukan oleh Farida, Hesti Permata Sari, Afina Rachma Sulistyning, Ibnu Zaki (2019) yang bertujuan untuk menganalisis pengaruh pendidikan gizi terhadap perubahan sikap dan peningkatan asupan zat gizi makro dan air pada remaja pramuka. Model pendidikan gizi yang diterapkan dalam penelitian ini menggunakan beberapa model metode dan media yang dikombinasikan. Penggunaan kombinasi metode ini efektif meningkatkan sikap terhadap gizi dan peningkatan asupan zat gizi makro (energi, protein, lemak, dan karbohidrat). Akan tetapi, tidak terdapat pengaruh terhadap peningkatan asupan air. Berdasarkan hasil evaluasi penggunaan media dalam penelitian ini, diketahui bahwa modul masih perlu dievaluasi. Modul bergambar belum terlalu komunikatif dan cenderung agak membosankan oleh para remaja. Oleh karena itu, perlu dilakukan studi lanjutan dalam penggunaan media yang komunikatif dan cocok dengan karakteristik responden seperti komik.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Riva Mustika Anugrah, Dyah Kartika Wening, Yolana Fatkhis Anisya (2018) untuk mengetahui pengaruh ular tangga terhadap pengetahuan gizi remaja. Secara umum pengetahuan gizi siswa sudah termasuk dalam kategori baik, pemberian materi gizi melalui permainan ular tangga memberikan pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan yang lebih besar. Media pendidikan berfungsi untuk mengerahkan indera sebanyak mungkin kepada suatu objek sehingga mempermudah persepsi. Media Pendidikan membuat individu dapat lebih memahami informasi atau materi yang dianggap rumit menjadi lebih mudah. Permainan ular tangga secara signifikan meningkatkan pengetahuan gizi remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh Pakhri, A., Sukmawati, S., & Nurhasanah, N. (2018) bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan gizi, asupan energi, protein, dan zat besi pada remaja di SMP Negeri 35 Makassar. Pengetahuan gizi sebelum diberi edukasi gizi yaitu yang tergolong baik sebesar 32,4%, dan setelah edukasi gizi yaitu 97,1%. Asupan energi dan protein sebelum diberi edukasi gizi yaitu yang tergolong baik sebesar 47,1% dan 55,9%, setelah edukasi gizi menjadi 52,9% dan 82,4%. Sedangkan pada asupan zat besi tidak terjadi peningkatan asupan setelah diberi edukasi gizi dimana 100% sampel tetap tergolong kurang asupan zat besi.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Marfuah, D., & Kusudaryati, D. P. D. (2016). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas edukasi gizi terhadap asupan zat besi pada remaja putri. Dari hasil penelitian didapatkan mayoritas umur remaja putri adalah 16 tahun (71,43 %). Asupan zat besi remaja putri sebelum diberikan edukasi gizi termasuk kategori kurang (82,14%) dan setelah diberikan edukasi gizi mayoritas kategori cukup (75%).

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmiati, B. F., Naktiany, W. C., & Ardian, J. (2019). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian pendidikan gizi pada siswa terkait pengetahuan, sikap dan perilaku terhadap suplementasi tablet tambah darah. Remaja putri sebagai subjek dalam penelitian ini mengalami peningkatan pengetahuan dan sikap terkait suplementasi tablet tambah darah setelah pemberian intervensi. Praktik konsumsi tablet tambah darah sebagian besar dalam kategori kurang patuh.

Adapun penelitian yang dilakukan oleh Puspareni, L. D., & Wardhani, S. (2022) yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang pola makan yang baik untuk mencegah dyspepsia di SMK Lingga Kencana di Kota Depok, Jawa barat. Kegiatan pendidikan gizi tentang pola makan yang baik untuk dyspepsia dilakukan melalui tahapan pre-test, pendidikan gizi dan post-test. Pendidikan gizi ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta sebesar 17% secara signifikan ($p < 0,05$).

Pendidikan gizi juga diberikan kepada anak Sekolah Dasar berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Witri Priawantiputri, Mamat Rahmat, Asep Iwan Purnawan (2019) yang bertujuan untuk meneliti lebih lanjut tentang efektivitas pendidikan gizi dengan media kartu edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku makanan jajanan anak Sekolah Dasar. Pengamatan yang dilakukan di SDN 154 Citepus banyak minuman dan makanan jajanan yang dijual di sekitar sekolah. Makanan jajanan di sekitar sekolah berupa aneka minuman kemasan dan seduh, aneka gorengan, makanan dengan warna-warna mencolok. Dengan menggunakan kartu edukasi gizi sebagai media kreatif dalam memberikan pendidikan gizi di sekolah khususnya mengenai makanan jajanan. Pemberian edukasi jajanan sehat bagi siswa lainnya sebaiknya terus dilakukan secara berkelanjutan dan bertahap sehingga dicapai perubahan pengetahuan, sikap dan sampai praktik keseharian siswa.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Verarica Silalahi, Ronasari Mahaji Putri, Nia Lukita Ariani (2018) bertujuan untuk menganalisis peningkatan sayur dan buah pada anak melalui pendidikan gizi pada guru. Rerata hasil pengetahuan gizi guru sebelum dilakukan tindakan sebesar $75,00 \pm 14,142$ dengan skor minimal 50 dan maksimal 55. Setelah dilakukan intervensi, rerata pengetahuan gizi guru meningkat menjadi $85,83 \pm 15,623$ dengan skor minimal 90 dan maksimal 95. Direkomendasikan perlu pemberian pendidikan gizi kepada seluruh guru yang ada di Sekolah Dasar sehingga dapat menjangkau seluruh siswa/i, perlu penambahan waktu intervensi kepada guru sehingga guru dapat menggali lebih dalam tentang sayur dan buah, perlu penjadwalan khusus dan pengawasan secara langsung ketika guru memberikan pendidikan gizi terkait sayur dan buah pada siswa/i, perlu melihat pengetahuan siswa/i tentang sayur dan buah setelah intervensi pendidikan gizi diberikan kepada guru, intervensi pendidikan gizi kepada orang tua/wali murid pada penelitian mendatang akan membantu meningkatkan asupan sayur pada anak sekolah.

Penelitian juga dilakukan oleh Prastika Yulianasari, Sri Achadi Nugraheni, Apoina Kartini (2019) Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh pendidikan gizi menggunakan booklet media tentang perubahan perilaku remaja terkait pencegahan KEK. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pendidikan gizi dengan media booklet cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik, akan tetapi kurang berpengaruh terhadap sikap remaja. Saran penelitian ini adalah diharapkan remaja lebih memperhatikan kualitas dan kuantitas asupan makanannya terutama sumber energi dan protein.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syawitri, W. A., & Sefrina, L. R. (2022) yang bertujuan untuk untuk mengetahui adanya pengaruh media, pendidikan gizi, dan lingkungan sebagai penunjang kesadaran dalam pemilihan makanan. Dengan adanya media, pendidikan, dan lingkungan semuanya berdampak pada cara orang memilih makanan mereka. Berbagi konten audio dan visual, serta menonton video terkait makanan, semuanya berdampak pada media. Edukasi, sementara itu, berdampak pada bagaimana standar gizi harian dikaitkan dengan pemahaman gizi. Peran keluarga, peran teman sebaya, dan emosi individu termasuk dalam lingkungan yang merupakan komponen selanjutnya yang mempengaruhi kesadaran pangan.

Berdasarkan penelitian dari Femyliati, R., & Kurniasari, R. (2021) yang bertujuan untuk menyajikan gambaran pemanfaatan media kreatif untuk edukasi gizi pada remaja. Pemanfaatan media kreatif edukasi gizi diharapkan dapat mempermudah penyampaian informasi di kalangan remaja. Media kreatif sebagai alat bantu dalam penyampaian edukasi gizi pada remaja terbukti meningkatkan pengetahuan gizi. Pemanfaatan media kreatif edukasi gizi diharapkan dapat mempermudah penyampaian informasi di kalangan remaja. Media kreatif sebagai alat bantu dalam penyampaian edukasi gizi pada remaja terbukti meningkatkan pengetahuan gizi. Mulai dari media kreatif permainan ular tangga, poster, cakram gizi, leaflet, buku saku hingga audio visual semuanya telah menunjukkan hasil yang positif. Semua penelitian pengaruh edukasi gizi melalui media kreatif memiliki hasil selalu ada peningkatan pengetahuan gizi dari responden.

Berdasarkan temuan-temuan studi yang dicari dengan bantuan database kajian ilmiah yaitu, Sinta, Google Scholar, Crossref serta Garuda, yang mana jurnal yang penulis temui ada 52 total jurnal dan studi lalu kemudian diekstraksi terlebih dahulu dengan menggunakan metode GRADE yang disesuaikan dengan tema awal bahasan dari tulisan ini sehingga penulis menyisihkan beberapa jurnal yang tidak signifikan dengan tema dan judul yang penulis tentukan, sehingga hasil akhir dari kajian yang dipaparkan adalah berjumlah 10 jurnal yang membahas tentang pendidikan atau tindakan pengetahuan gizi terhadap siswa.

Analisa daripada studi yang telah diambil dan diputuskan untuk menjadi kajian utama pada tulisan ini ialah bahwasanya tindakan terhadap sebuah pengetahuan terutama gizi kepada siswa baik dari sekolah dasar ataupun sekolah menengah atas sangat penting untuk dilakukan, dikarenakan pendidikan gizi itu sendiri adalah suatu hal yang harus disosialisasikan terutama terhadap siswa yang pada kajian yang telah penulis review, itu adalah diatas 50% siswa tidak peduli terhadap kesehatan dikarenakan ketidaktahuan mereka tentang pentingnya asupan gizi, serta pola atur gizi terhadap tubuh mereka. Sehingga berdasarkan kajian-kajian yang telah penulis review, setelah diberikannya tindakan dengan memberikan pendidikan gizi, baik dengan media pembelajaran, media aplikasi maupun media sosialisasi berdasarkan kajian-kajian pada tabel yang telah ditelaah, 38% angka rata-rata terhadap siswa yang awalnya tidak peduli terhadap gizi, menjadi lebih aware dan mulai memikirkan strategi-strategi bagaimana asupan gizi terhadap tubuh mereka.

Simpulan

Pendidikan gizi tidak hanya penting bagi kalangan siswa, baik anak-anak maupun remaja, namun bagi semua golongan masyarakat. Tetapi remaja adalah termasuk usia dengan tingkat kesadaran yang lebih rendah dan usia yang paling penting untuk diberikan dan ditunjukkan pengetahuan yang baik terhadap diri mereka sendiri, terutama pada gizi yang mana faktor utama sirkulasi pikiran manusia akan berpengaruh pada asupan gizi yang masuk kedalam tubuh mereka. Sehingga remaja menjadi tujuan utama dari kajian ini agar kedepannya para siswa-siswa dapat memikirkan lebih rinci terhadap asupan tubuh mereka, serta juga diharapkan dapat menjadi tinjauan atau bacaan oleh orang tua agar lebih memperhatikan gizi anak-anak mereka yang sedang menempuh jenjang Pendidikan agar dapat dipandu bagaimana asupan gizi mereka. Dan juga diharapkan kajian ini bisa menjadi bahan referensi utama untuk pembaca atau peneliti yang kemungkinan tertarik dengan pembahasan dalam kajian ini.

Referensi

- Agnesia, D. (2020). Peran pendidikan gizi dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku gizi seimbang pada remaja di SMA YASMU Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik. *Academics In Action Journal of Community Empowerment*, 1(2), 64-76.
- Anugrah, R. M., Wening, D. K., & Anisya, Y. F. The Effect of Nutritional Education Through Ladder Snake Game on Nutritional Knowledge of Adolescent.
- A'ini, Z. F., & Alfy, Z. R. (2020, July). Hubungan Pendidikan Gizi Keluarga Dengan Status Gizi Mahasiswa di Universitas Indraprasta PGRI. In *SINASIS (Seminar Nasional Sains)* (Vol. 1, No. 1).
- Farida, F., Sari, H. P., Sulistyning, A. R., & Zaki, I. (2020). Pengaruh Pendidikan Gizi terhadap Sikap, Asupan Zat Gizi Makro, dan Air pada Anggota Pramuka. *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan dan Aplikasinya*, 3(2), 60-72.
- Fathonah, S., Cahyono, E., Sarwi, S., Wusqo, I. U., Hanifah, N., & Agustin, L. R. (2020). Pengaruh Literasi Kesehatan dan Literasi Gizi Terhadap Status Gizi Mahasiswa Unnes. In *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana (PROSNAMPAS)* (Vol. 3, No. 1, pp. 1063-1070).
- Femyliati, R., & Kurniasari, R. (2021). Pemanfaatan Media Kreatif Untuk Edukasi Gizi Pada Remaja (Literature Review). *HEARTY: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 16-22.
- Kurniasih, D., Hilmansyah, H., Astuti, M. P., & Imam, S. (2010). Sehat dan bugar berkat gizi seimbang. *Jakarta: Kompas Gramedia*, 934.
- Maisyarah, M., Salman, S., Sianturi, E., Widodo, D., Djuwadi, G., Simanjuntak, R. R., ... & Argaheni, N. B. (2021). *Dasar Media Komunikasi, Informasi, Edukasi (KIE) Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Marfuah, D., & Kusudaryati, D. P. D. (2016). Efektifitas edukasi gizi terhadap perbaikan asupan zat besi pada remaja putri. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 14(1), 5-9.
- Pakhri, A., Sukmawati, S., & Nurhasanah, N. (2018). Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Gizi dan Asupan Energi, Protein dan Besi Pada Remaja. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 13(1), 39-43.
- Priawantiputri, W., Rahmat, M., & Purnawan, A. I. (2019). Efektivitas Pendidikan Gizi dengan Media Kartu Edukasi Gizi terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Makanan Jajanan Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 374-381.
- Puspareni, L. D., & Wardhani, S. (2022). Pendidikan Gizi tentang Pola Makan untuk Mencegah Dispepsia pada Remaja. *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI)*, 3(1), 56-61.
- Rahmiati, B. F., Naktiany, W. C., & Ardian, J. (2019). Efektivitas Intervensi Pendidikan Gizi Pada Program Suplementasi Besi Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Perilaku. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 3(2), 47-51.

-
- Silalahi, V., Putri, R. M., & Ariani, N. L. (2018). Peranan Pendidikan gizi pada guru dalam meningkatkan asupan sayur dan buah anak sekolah. *J. Ilm. Ilmu Kesehat*, 6, 253-266.
- Supariasa, I. (2012). Pendidikan & Konsultasi Gizi. EGC.
- Syawitri, W. A., & Sefrina, L. R. (2022). Pengaruh Media, Pendidikan Gizi, dan Lingkungan Sebagai Penunjang Kesadaran Dalam Pemilihan Makanan. *Journal of Nutrition College*, 11(3), 197-203.
- Triandini, E., Jayanatha, S., Indrawan, A., Putra, G. W., & Iswara, B. (2019). Metode Systematic Literature Review Untuk Identifikasi Platform Dan Metode Pengembangan Sistem Informasi di Indonesia. *Indonesian Journal of Information Systems*, 1(2), 63-77.
- Usmaran, M. A., Mulyo, G. P. E., Hastuti, W., Hapsari, A. I., & Kaffah, Z. S. (2019). Media Kalender dan Leaflet dalam Pendidikan Gizi terhadap Pengetahuan dan Perilaku Makan Remaja Overweight. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 11(1), 76-87.
- Waluyo, D., Hidayanty, H., & Seweng, A. (2018). Pengaruh Pendidikan Gizi Anemia Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Anak Remaja SMA Negeri 21 Makassar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Maritim*, 1(3).
- Yulianasari, P., Nugraheni, S. A., & Kartini, A. (2019). Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Media Booklet Terhadap Perubahan Perilaku Remaja Terkait Pencegahan Kekurangan Energi Kronis (Studi Pada Remaja Putri SMA Kelas XI di SMA Negeri 14 dan SMA Negeri 15 Kota Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 7(4), 420-428.