



PENGARUH PENGGUNAAN VIDEO ANIMASI DAN *THREAD* TWITTER TERHADAP PENGETAHUAN GIZI SAAT PANDEMI COVID-19

THE EFFECT OF USING ANIMATION VIDEOS AND THREADS OF TWITTER THREADS ON NUTRITION KNOWLEDGE DURING COVID-19 PANDEMIC

Safira Khoirunnisa^{1*}, Ratih Kurniasari¹, Linda Riski Sefrina¹

¹Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Singaperbangsa Karawang. Jl. HS. Ronggo Waluyo, 41361, Karawang, Jawa Barat, Indonesia

*email: safirakhoirunnisa71@gmail.com

Abstract

During the Covid-19 era, the consumption of nutritious foods such as fruits and vegetables was an effort to prevent the spread of the Covid-19. However, the level of fruit and vegetable consumption of Indonesia was relatively low. The lack of nutrition knowledge was associated with the low consumption of fruits and vegetables. Nutrition education was one of the efforts to solve these problems. Hence in the Covid-19 era which prioritizes physical distancing, nutrition education needed to use modern and innovative media such as animated videos and Twitter threads. The objective of this study was to determine the effect of nutrition education on increasing knowledge of fruits and vegetables using animated videos and Twitter threads in adults aged 20-24 years. This study was a quasi-experimental study and was conducted once in April 2021 in Bekasi with a total of 30 respondents. Respondents in the intervention group were given Twitter thread media and the control group was given animated video media. We used a questionnaire to collect the knowledge. For statistic analysis, we used paired sample t-test and an independent t-test. The result of this study indicates that the knowledge of respondents in both of groups increased after receiving nutrition education (p -value = 0,03). We conclude that nutrition education using animated video media and Twitter threads had a good potential on increasing knowledge of fruits and vegetables, so it could be used as an alternatives nutrition education media on the Covid-19 era.

Keyword: Nutrition education, Covid-19, Twitter threads, Animation videos

Abstrak

Konsumsi makanan bergizi seperti buah dan sayur adalah salah satu cara yang dapat membantu seseorang untuk mencegah infeksi virus Covid-19. Namun, tingkat konsumsi buah dan sayur masyarakat di Indonesia masih rendah. Salah satu faktor penyebab dari rendahnya konsumsi tersebut adalah kurangnya pemahaman masyarakat terkait manfaat mengonsumsi buah dan sayur. Pemberian edukasi gizi mengenai buah dan sayur dapat menjadi salah satu cara untuk meningkatkan kesadaran masyarakat untuk konsumsi buah dan sayur sesuai dengan kebutuhan. Edukasi gizi selama pandemi Covid-19 yang mengutamakan jaga jarak membutuhkan media yang modern dan inovatif, seperti video animasi dan *thread* Twitter. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi gizi menggunakan video animasi dan *thread* Twitter buah dan sayur terhadap peningkatan pengetahuan buah dan sayur pada usia 20-24 tahun. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu dengan desain penelitian *pretest-posttest control group* yang dilakukan satu kali pada bulan April 2021 di Kota Bekasi menggunakan 30 responden. Responden pada kelompok intervensi diberikan media *thread* Twitter dan kelompok kontrol diberikan media video animasi. Data pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi diambil menggunakan kuesioner kemudian dianalisis menggunakan *paired sample t-test* dan *independent*



t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan responden pada kedua kelompok meningkat setelah mendapatkan edukasi gizi ($p = 0,03$). Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah edukasi gizi menggunakan media video animasi dan *thread* Twitter mampu meningkatkan pengetahuan buah dan sayur sehingga dapat dijadikan alternatif media edukasi gizi di masa pandemi Covid-19.

Kata kunci: Edukasi gizi, Covid-19, *Thread twitter*, Video animasi

PENDAHULUAN

Virus *Severe Accute Respiratory Syndrome Coronavirus - 2* (SARS-Cov-2) atau yang lebih dikenal dengan virus Covid 19 yang menyebar pada masyarakat pada akhir tahun 2019 menyebabkan gangguan pernapasan mulai menyebar ke seluruh dunia dan dinyatakan sebagai “*emergency of public health*” atau pandemi global oleh organisasi kesehatan dunia (WHO). Seluruh negara di dunia mengalami dampak dari adanya pandemi baik dari segi kesehatan, ekonomi, politik, dan lainnya termasuk Indonesia (Hapsari, *et al.*, 2020). Pada masa pandemi Covid-19, konsumsi makanan yang bergizi yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh sangatlah penting. Hal ini berkaitan dengan kemampuan tubuh dalam mencegah virus masuk ke dalam tubuh dan menjaga stamina tubuh apabila virus tersebut pun sudah masuk ke dalam tubuh. Adapun makanan yang mampu meningkatkan imunitas adalah buah dan sayur (Kemenkes, 2020).

Buah dan sayur merupakan bahan pangan yang mudah ditemukan di Indonesia (Sagita *et al.*, 2020). Namun, hal tersebut bertolak belakang dengan tingkat konsumsi buah dan sayur di Indonesia yang masih rendah dimana konsumsi masyarakat kurang dari rekomendasi yaitu 5 porsi dalam satu hari. Berdasarkan Riskesdas (2018), persentase penduduk Indonesia berusia ≥ 5 tahun yang mengkonsumsi buah dan sayur sesuai dengan rekomendasi hanya 4,6% dan di Provinsi Jawa Barat hanya sebesar 1,9%. Hal ini menandakan bahwasannya konsumsi buah dan sayur penduduk Indonesia masih kurang (Balitbangkes, 2018).

Konsumsi buah dan sayur memiliki manfaat yang penting karena buah dan sayur mengandung banyak vitamin, mineral, serta serat pangan yang berguna untuk mencegah terjadinya masalah gizi (Widani, 2019). Kurangnya konsumsi buah dan sayur berkorelasi dengan meningkatnya resiko terjadi *overweight* hingga obesitas sehingga akan memicu timbulnya penyakit kardiovaskular dan penyakit kronis lainnya seperti tekanan darah tinggi, hiperkolesterolemia, osteoporosis, berbagai jenis kanker, penyakit paru obstruktif kronik,

masalah pernapasan serta kesehatan mental (Dhandevi dan Rajesh, 2015).

Terdapat banyak faktor yang berkaitan dengan rendahnya konsumsi buah dan sayur. Salah satunya yaitu kurangnya pengetahuan gizi mengenai manfaat mengkonsumsi buah dan sayur (Mohammad, 2015). Hasil penelitian Rachman *et al.*, (2017) juga menunjukkan bahwa pengetahuan gizi berhubungan signifikan dengan tingkat konsumsi. Hal ini dikarenakan pengetahuan gizi yang dimiliki oleh seseorang akan mempengaruhi sikap serta perilaku terkait gizi termasuk dalam hal pemilihan makanan (Azhari dan Fayasari, 2020). Dalam meningkatkan pengetahuan terkait gizi, kegiatan edukasi gizi dapat menjadi suatu upaya yang dapat dilakukan. Edukasi gizi dapat berdampak pada meningkatnya pengetahuan gizi dan akan memicu terjadinya perubahan perilaku positif terhadap pemilihan makanan yang bergizi dalam diri seseorang (Sekti dan Fayasari, 2019).

Seiring perkembangan zaman yang semakin canggih, edukasi gizi dapat dilakukan dengan bantuan media yang modern, inovatif, dan edukatif. Hal ini merupakan peluang yang dapat digunakan pada saat pandemi Covid-19 yang membatasi interaksi tatap muka secara langsung untuk mengurangi resiko penularan penyakit. Edukasi gizi dapat dilakukan dengan baik jika didukung oleh media serta metode yang tepat (Ferwanda dan Muniroh, 2017). Media edukasi secara singkat dikelompokkan menjadi 3, yaitu media visual, audio, dan audio-visual (Sekti dan Fayasari, 2019). Media audio-visual yaitu media yang memberikan informasi berupa suara dan tampilan bergambar seperti video animasi yang disebar melalui kanal *YouTube* dan media visual yaitu media yang hanya berupa tulisan yang dapat berupa tulisan informatif di kanal *Twitter* atau dikenal dengan *thread*.

Pada penelitian Tutiasri *et al.*, (2020), didapati bahwa penggunaan *YouTube* sebagai wadah pembelajaran secara audio-visual dapat menjadi alternatif yang tepat untuk digunakan. Selain itu, penelitian Krisdiani *et al.*, (2020) mengenai edukasi gizi seimbang menyebutkan bahwa edukasi melalui *thread Twitter* dapat berpengaruh pada meningkatnya pengetahuan

responden terkait gizi seimbang ($p < 0,001$). Berdasarkan latar belakang diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari edukasi gizi menggunakan video animasi dan *thread* Twitter mengenai buah dan sayur terhadap peningkatan pengetahuan buah dan sayur.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen quasi dengan menggunakan desain *pretest – posttest control group*. Penelitian ini dilakukan pada bulan April 2021 di Kota Bekasi dengan kriteria inklusi wanita atau pria berusia 20-24 tahun yang berdomisili di Kota Bekasi.

Subjek penelitian berjumlah 30 responden dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Responden dikelompokkan menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Jumlah responden masing – masing kelompok adalah 15 responden. Kelompok intervensi diberikan edukasi gizi menggunakan *thread Twitter*, dan kelompok kontrol diberikan edukasi menggunakan media video animasi yang masing-masing diberikan sebanyak 1 kali. Pemberian intervensi sebanyak 1 kali pada masing-masing media didasarkan pada adanya keterbatasan peneliti yakni kurangnya sumber daya untuk melakukan intervensi lebih dari 1 kali.

Sumber data pada penelitian ini adalah data primer berupa data pengetahuan *pretest* dan data pengetahuan *posttest* dengan kuesioner yang sudah divalidasi. Kuesioner yang digunakan terdiri dari 20 pertanyaan seputar kandungan yang terdapat pada buah dan sayur, anjuran konsumsi buah dan sayur, manfaat serta akibat dari tidak mengkonsumsi buah dan sayur. Data *pretest* diambil sebelum intervensi diberikan dan data *posttest* diambil 7 hari setelah intervensi diberikan.

Analisis data pada penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat ditampilkan dalam distribusi frekuensi dan persentase pada karakteristik responden. Analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan *uji paired sample t-test* untuk melihat adanya pengaruh edukasi gizi yang dilakukan dan uji *independent t-test* untuk menguji perbedaan pada kedua kelompok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi, responden pria berjumlah 53,3% dan wanita 46,7%. Pada kelompok kontrol, responden pria berjumlah 40,0% dan wanita 60,0%. Menurut Selaindoong *et al.*, (2020), pengetahuan gizi dipengaruhi oleh jenis kelamin. Hal ini dipengaruhi oleh tingkat kemauan dalam mencari informasi dan berdasarkan hasil penelitian, perempuan memiliki tingkat kemauan yang lebih besar dalam mencari informasi sehingga tingkat pengetahuan gizi wanita lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

Berdasarkan usia, responden yang mendominasi adalah responden berusia 20 tahun yaitu sebanyak 40,0% pada kelompok intervensi dan 53,3% pada kelompok kontrol. Berdasarkan pekerjaan, responden yang digunakan sebagian besar adalah mahasiswa yaitu sebanyak 86,7% pada kelompok intervensi dan 73,3% pada kelompok kontrol.

Menurut Jayanti dan Novananda (2017), pengetahuan gizi dapat dipengaruhi oleh usia, berkaitan dengan meningkatnya kematangan berpikir dan emosi seseorang sehingga pemahaman terhadap sesuatu pun akan bertambah seiring dengan bertambahnya usia seseorang. Dalam hal ini, usia 20-24 tahun merupakan kelompok usia yang termasuk kategori dewasa sehingga secara pemahaman akan lebih baik berkaitan dengan kematangan berpikir seiring bertambah usia.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kelompok				Jumlah	
	Intervensi (n=15)		Kontrol (n=15)			
	n	%	n	%	n	%
Jenis Kelamin						
Wanita	7,0	46,7	9,0	60,0	16,0	53,3
Pria	8,0	53,3	6,0	40,0	14,0	46,7
Usia						
20 th	6,0	40,0	8,0	53,3	14,0	46,7
21 th	5,0	33,3	5,0	33,3	10,0	33,3
22 th	3,0	20,0	0,0	0,0	3,0	10,0
23 th	0,0	0,0	2,0	13,3	2,0	6,7
24 th	1,0	6,7	0,0	0,0	1,0	3,3
Pekerjaan						
Mahasiswa	13,0	86,7	11,0	73,3	24,0	80,0
Bekerja	2,0	13,3	4,0	26,7	6,0	20,0

Sumber data: data primer

Pengetahuan Responden Terkait Buah dan sayur

Pada penelitian ini, penilaian tingkat pengetahuan responden dikategorikan berdasarkan Budiman dan Riyanto (2013) dimana terdapat tiga kategori pengetahuan yaitu baik, cukup, dan kurang baik. Kategori ini dikategorikan berdasarkan persentase jumlah jawaban benar pada pengisian kuesioner yaitu $\geq 75\%$ dari total soal maka terkategori baik, $56 - 74\%$ terkategori cukup, dan $\leq 55\%$ terkategori kurang baik.

Hasil analisis yang dipaparkan pada Tabel 2 menandakan bahwa ada peningkatan pengetahuan responden pada kedua kelompok baik pada *pretest* maupun *posttest*. Sebelum diberikan edukasi gizi, responden pada kelompok intervensi yang terkategori berpengetahuan baik terdapat 11 responden (73,3%) dan pengetahuan cukup terdapat 4 responden (26,7%). Sedangkan, responden yang berpengetahuan baik di kelompok kontrol yaitu 10 orang (66,7%) dan berpengetahuan cukup yaitu 5 orang (33,3%). Sesudah diberikan edukasi gizi, pengetahuan responden pada kedua kelompok mengalami peningkatan yaitu menjadi terkategori baik seluruhnya ($n = 30$).

Tabel 2. Sebaran Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Dilakukan Edukasi Gizi

Pengetahuan	Kelompok				Jumlah	
	Intervensi (n=15)		Kontrol (n=15)			
	n	%	n	%	n	%
<i>Pretest</i>						
Baik	11,0	73,3	10,0	66,7	21,0	70,0
Cukup	4,0	26,7	5,0	33,3	9,0	30,0
<i>Posttest</i>						
Baik	15,0	100,0	15,0	100,0	15,0	100,0
Cukup	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0

Sumber data: data primer

Peningkatan pengetahuan terbesar terjadi pada topik pertanyaan mengenai kandungan gizi yang terdapat pada buah dan sayur serta porsi anjuran dalam mengonsumsi buah dan sayur menurut Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS). Dalam topik pertanyaan mengenai kandungan gizi buah dan sayur, responden masih kurang dalam memahami bahwa buah dan sayur merupakan sumber vitamin dan mineral. Sedangkan, dalam topik pertanyaan mengenai porsi anjuran konsumsi buah dan sayur, sebagian besar responden menjawab porsi anjuran

konsumsi buah dan sayur adalah 1-2 porsi dalam sehari dimana anjuran konsumsi buah dan sayur menurut PUGS adalah 3-4 porsi dalam sehari (Selaindoong *et al.*, 2020). Hal ini dapat disebabkan akibat dari kurangnya paparan informasi yang didapatkan oleh responden mengenai buah dan sayur sehingga dalam hasil *posttest* didapatkan hasil peningkatan yang signifikan.

Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Responden

Hasil analisis penelitian pada Tabel 3 menunjukkan, rata-rata nilai *pretest* pada kelompok intervensi sebesar 16,33 dan pada kelompok kontrol sebesar 14,87. Setelah dilakukan edukasi gizi, hasil rata-rata nilai *posttest* pada kedua kelompok mengalami peningkatan menjadi 17,67 pada kelompok intervensi dan 16,53 pada kelompok kontrol sehingga terdapat selisih sebesar 1,34 pada kelompok intervensi dan 1,66 pada kelompok kontrol dengan $p = 0,01$. Berdasarkan uji statistik, nilai signifikansi yang diperoleh adalah sebesar 0,03 ($p < 0,05$) sehingga ada perbedaan yang signifikan pada nilai pengetahuan mengenai buah dan sayur pada kedua kelompok tersebut sesudah dilakukan intervensi menggunakan media video animasi dan *thread Twitter* atau dengan kata lain, media video animasi dan *Twitter* berpengaruh dalam peningkatan pengetahuan buah dan sayur pada responden.

Tabel 3. Pengaruh Intervensi dengan Video Animasi dan Thread Twitter Pada Peningkatan Pengetahuan Buah dan Sayur

Pengetahuan responden	Kelompok		p
	Intervensi Rerata \pm SD	Kontrol Rerata \pm SD	
<i>Pretest</i>	16,33 \pm 1,67	14,87 \pm 1,50	0,42 ^a
<i>Posttest</i>	17,67 \pm 1,39	16,53 \pm 1,45	0,03 ^{a*}
Selisih	1,34	1,66	0,01 ^{b*}

^aUji Chi-square, ^bUji Independent t test

*signifikansi pada $p < 0,05$

Berdasarkan hasil selisih antara hasil *pretest* dan *posttest* pada kedua kelompok, didapati bahwa edukasi gizi menggunakan media video animasi dan *thread Twitter* menghasilkan perbedaan yang signifikan dalam peningkatan pengetahuan gizi tentang buah dan

sayur pada responden. Namun, dapat dilihat pula bahwa penggunaan media video animasi menunjukkan peningkatan pengetahuan lebih tinggi daripada edukasi gizi menggunakan *thread Twitter* sehingga dapat dikatakan bahwa edukasi gizi menggunakan media video animasi lebih berpengaruh daripada media *thread Twitter* (Tabel 4).

Tabel 4. Hasil Uji Beda Kedua Kelompok

Pengetahuan Kelompok	Mean	t	df	p value
Intervensi				
<i>Pretest</i>				
<i>Posttest</i>	17,0	2,420	28	0,02**
Kontrol				
<i>Pretest</i>				
<i>Posttest</i>	15,7	3,108	28	0,00**

^a*Uji Independent t test signifikansi pada $p < 0,05$*

Peningkatan ini terjadi karena penggunaan media audio visual melibatkan lebih banyak indera responden dibandingkan dengan menggunakan media visual. Penggunaan banyak indera dalam menerima informasi akan menyebabkan pemahaman seseorang semakin baik terkait informasi yang didapatkan (Al Rahmad, 2017). Menurut Meidiana *et al.*, (2018), informasi yang diterima seseorang dengan menggunakan media audio-visual lebih baik dan lebih membekas di dalam ingatan responden karena media audio-visual mempermudah informan dalam penyampaian sebuah informasi kepada sasaran karena indera yang terlibat lebih banyak dibanding dengan media visual ataupun audio saja.

Menurut Kapti *et al.*, (2013), indera penglihatan berperan sebesar 75 – 87% dalam proses penyaluran informasi ke otak dan indera lain, seperti indera pendengaran, penciuman, peraba, dan perasa hanya memiliki peran sebesar 13 - 25%. Hasil ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pemberian edukasi gizi dengan menggunakan media video animasi memiliki nilai hasil yang signifikan ($p < 0,001$) terhadap peningkatan pengetahuan responden (Seki dan Fayasari, 2019; Rahman *et al.*, 2019; Salsabila, 2019)

Namun demikian, hasil perubahan tingkat pengetahuan dari edukasi gizi tidak hanya dipengaruhi oleh media penyampaian saja, melainkan juga dari faktor lain seperti

lingkungan, waktu, dan situasi saat pemberian edukasi gizi tersebut berlangsung sehingga nantinya dapat berpengaruh terhadap kemampuan responden dalam menerima dan memahami pesan yang diberikan. Kemampuan respon ini selanjutnya yang akan menjadi bekal yang secara kesinambungan akan mempengaruhi perilaku seseorang (Martos, 2019; De Leeuw, 2015).

Selain itu, karakteristik responden seperti usia dan jenis kelamin responden juga memiliki peran dalam proses menerima dan memahami materi edukasi yang diberikan. Usia berkaitan dengan daya tangkap seseorang saat mendapatkan informasi tertentu. Hal ini berkaitan dengan adanya pengalaman yang didapa serta tingkat intelektualitas seseorang yang semakin matang seiring dengan bertambahnya usia (Yeni, 2015). Kemudian, jenis kelamin juga berpengaruh terhadap pengetahuan gizi seseorang. Hal ini disebabkan karena adanya aktivitas, kemampuan bersosialisasi, serta kemauan dan kemampuan mencari informasi yang dimana hal ini berbeda pada laki-laki dan perempuan. Perempuan biasanya memiliki rasa ingin tahu yang lebih tinggi daripada laki – laki (Selaindoong, 2020). Oleh karena itu, perlu adanya observasi terkait sasaran baik terkait usia, jenis kelamin, dan bahasa pada saat menyalurkan informasi dengan bantuan media sehingga nantinya dapat mudah dimengerti oleh sasaran (Mahmudah, 2020).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Hasil perlakuan edukasi gizi buah dan sayur menggunakan video animasi dan *thread Twitter* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan terkait buah dan sayur pada dewasa berusia 20-24 tahun di Kota Bekasi. Namun, jika dibandingkan antara media yang digunakan tersebut, edukasi gizi menggunakan media video animasi memiliki pengaruh yang lebih baik terhadap peningkatan pengetahuan mengenai buah dan sayur dibandingkan dengan menggunakan media *thread Twitter*.

Saran

Saran, perlu adanya kegiatan lain yang proaktif dari daerah setempat serta koordinasi dengan Puskesmas atau Dinas Kesehatan Daerah agar penyampaian edukasi gizi mengenai buah dan sayur dapat dilakukan lebih luas kepada

seluruh kelompok usia dan peningkatan pengetahuan yang terjadi dapat bersifat jangka panjang (kontinyu). Dalam penyampaian edukasi gizi mengenai buah dan sayur, penggunaan media audio-visual dapat digunakan menjadi media alternatif yang tepat untuk digunakan.

DAFTAR RUJUKAN

- 1] Al-Rahmad and Almunadia (2017) Pemanfaatan Media Flipchart dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu Tentang Konsumsi buah dan sayur. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala* 17(No. 3): 140-146.
- 2] Azhara A, Aritonang I and Suryani I (2015) Pengaruh Penyuluhan Tentang Gizi Masa Hamil terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil dalam Pencegahan Kekurangan Energi Kronis (KEK) di Desa Sumpasari, Moyudan, Sleman. *Jurnal Nutrisia* 17(No. 1): 6-9.
- 3] Azhari M A and Fayasari A (2020) Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Ceramah dan Video Animasi Terhadap Pengetahuan Sikap dan Perilaku Sarapan serta Konsumsi Buah dan Sayur. *Jurnal AcTion: Aceh Nutrition Journal* 5(No. 1): 55-61.
- 4] Budiman and Riyanto A (2013) *Kapita Selekta Kuisisioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- 5] De-Leeuw A, Valois P, Ajzen I and Schmidt P (2015) Using the theory of planned behavior to identify key beliefs underlying proenvironmental behavior in high-school students: Implications for educational interventions. *Journal of environmental psychology* 4.
- 6] Dewantari N M and Desak P S (2020) Efek Konseling Germas Terhadap Implementasi Germas dan Indeks Massa Tubuh Wanita Dewasa Di Pusat Kebugaran. *AcTion: Aceh Nutrition Journal* 5(No. 1): 62-70.
- 7] Dhandevi P and Rajesh J (2015) Fruit and Vegetable Intake: Benefits and Progress of Nutrition Education Interventions-Narrative Review Article. *Iran J Public Health* 44(No. 10): 1309-1321.
- 8] Ferwanda A F and Muniroh L (2017) Efektivitas Buku Edukatif Berbasis Games Terhadap Perubahan Pengetahuan Serta Sikap Tentang Buah dan sayur (Studi Di SDN Suko 1 Kabupaten Sidoarjo). *Amerta Nutrition* 1(No. 4): 389-397.
- 9] Jayanti Y D and Novananda N E (2017) Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Kelas XI Akuntansi 2 (di SMK PGRI 2 Kota Kediri). *JURNAL KEBIDANAN* 6(No. 2): 100-108.
- 10] Kapti R E, Rustina Y and Widyatuti (2013) Efektifitas Audiovisual sebagai Media Penyuluhan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Tatalaksana Balita dengan Diare di Dua Rumah Sakit Kota Malang. *Jurnal Ilmu Keperawatan* 1(No. 1): 53-60.
- 11] Kemenkes RI (2020) *Final Panduan Gizi Seimbang Pada Masa Covid 19*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- 12] Krisdiani A F, Sufyan D L, Ilmi I M B and Syah M N H (2020) Pengaruh Edukasi Melalui Twitter Thread terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Remaja Di SMP Harjamukti Depok. *Jurnal Ikesma* 16(No. 2): 95-120.
- 13] Mahmudah U and Sari (2020) Pengaruh Penggunaan Media Cakram Gizi Terhadap Pengetahuan Remaja Mengenai Konsumsi Buah dan Sayur. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia* 3(No. 2): 155-162.
- 14] Martos-Cabrera M (2019) Hand Hygiene Teaching Strategies among Nursing Staff: A Systematic Review. *International Journal Of Environmental Research And Public Health* 16(No. 17): 30-39.
- 15] Meidiana R, Simbolon D and Wahyudi A (2018) Pengaruh Edukasi melalui Media Audio Visual terhadap Pengetahuan. *Jurnal Kesehatan* 9(No. 3): 478-484.
- 16] Mohammad A and Madanijah S (2015) Konsumsi Buah dan Sayur Anak Usia Sekolah Dasar di Bogor. *Jurnal Gizi Pangan* 10(No. 1): 71-76.
- 17] Mujiyanto H (2019) Pemanfaatan Youtube Sebagai Media Ajar Dalam Meningkatkan Minat Dan Motivasi Belajar. *Jurnal Komunikasi Hasil Pemikiran dan Penelitian* 5(No. 1): 135-159.
- 18] Rachman B, Mustika I and Kusumawati I (2017) Faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur siswa SMP di Denpasar. *Jurnal Gizi Indonesia* 6(No. 1).

- 19] Rahman, Setyowati and Ifroh (2019) Effectif Health Education of Safety Riding Using Audiovisual Media on Knowledge, Attitudes and Subjective Norms of Junior High School Students in Samarinda Indonesia. *Public Health of Indonesia* 5(No. 3): 54-62.
- 20] Riskesdas and Balitbang (2018) *Riset Kesehatan Daerah*. Jakarta: Riset Kesehatan Dasar Indonesia.
- 21] Sagita Y D, Sanjaya R, Fara Y D and Maesaroh S (2020) Peningkatan Pengetahuan Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat UAP (ABDI KE UAP)* 2(No. 1).
- 22] Salsabila S, Mamat R and Suprihartono A (2019) Edukasi dengan Media Video Animasi dan Powerpoint Meningkatkan Pengetahuan dan Asupan Konsumsi buah dan sayur. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bandung* 11(No. 1).
- 23] Selaindoong S J, Amisi M D and Kalesaran A F C (2020) Gambaran Pengetahuan Gizi Mahasiswa Semester IV Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal KESMAS* 9(No. 6): 8-16.
- 24] Sekti R M and Fayasari A (2019) Edukasi Gizi dengan Media Audiovisual terhadap Pola Konsumsi Sayur Buah pada Remaja SMP di Jakarta Timur. *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 1(No. 2): 77-88.
- 25] Widani N L (2019) Penyuluhan Pentingnya Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di Sos Desataruna Jakarta. *Jurnal PATRIA* 1(No. 1): 57-68.
- 26] Yeni P S I (2017) *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan Penggunaan Obat Generik Pada Masyarakat Di Wilayah Kerja Puskesmas Padang Panyang Kabupaten Nagan Raya Tahun 2015*. Universitas Teuku Umar.