

PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU KONSUMSI SAYUR BUAH PADA SISWA SEKOLAH DASAR DI KOTA SEMARANG

Intan Nurhayati^{1*}, Esti Widiastih², Yanuarita Tursinawati³, Risky Ika Riani⁴

¹⁻⁴Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

^{*}Email korespondensi: intannurhayati739@gmail.com

Abstract: The Effect of Nutrition Education on Knowledge, Attitudes, and Fruit and Vegetable Consumption Behavior in Elementary School Students.

The consumption of vegetables and fruits by Indonesians in general and school-age children in particular is still low. This is due to the lack of knowledge about nutritional health. Therefore, providing health education and nutrition education is one strategy to improve this behavior. The purpose of this study was to analyze the effect of nutrition education on the knowledge, attitudes, and behavior of vegetable and fruit consumption in elementary school students. This study was a quasi-experimental study with a group pretest and posttest design. The subjects of the study were 64 students of grade 6 MI Nashrul Fajar Semarang who met the inclusion and exclusion criteria. The sampling technique was purposive sampling. The research instruments for knowledge and attitudes were question sheets and behavior with FFQ (Food Frequency Questionnaire) questionnaires. The results showed that there were significant differences in all categories, namely between the total knowledge score before and after nutrition education ($p = 0.000$), between the total attitude score before and after nutrition education ($p = 0.000$), between vegetable consumption behavior before and after education ($p = 0.000$), and between fruit consumption behavior before and after education ($p = 0.017$).

Keywords: Attitude, Behavior, Knowledge, Nutrition Education, Vegetable and Fruit Consumption

Abstrak: Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Konsumsi Sayur Buah pada Siswa Sekolah Dasar.

Konsumsi sayuran dan buah orang Indonesia pada umumnya dan anak usia sekolah pada khususnya masih rendah. Hal ini karena kurangnya pengetahuan tentang kesehatan gizi. Oleh karena itu, pemberian pendidikan kesehatan dan edukasi gizi menjadi salah satu strategi untuk memperbaiki perilaku tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi sayur dan buah pada siswa sekolah dasar. Penelitian ini adalah penelitian *quasi experiment with one group pretest and posttest design*. Subjek penelitian yaitu siswa kelas 6 MI Nashrul Fajar Semarang yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 64 siswa. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*. Instrumen penelitian pengetahuan dan sikap dengan lembar soal dan perilaku dengan kuesioner FFQ (*Food Frequency Questionnaire*). Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan bermakna pada semua kategori yaitu antara total skor pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi gizi ($p=0,000$), antara total skor sikap sebelum dan sesudah edukasi gizi ($p=0,000$), antara perilaku konsumsi sayur sebelum dan sesudah edukasi ($p=0,000$), dan antara perilaku konsumsi buah sebelum dan sesudah edukasi ($p=0,017$).

Kata kunci: Edukasi Gizi, Konsumsi Sayur dan Buah, Pengetahuan, Perilaku, Sikap.

PENDAHULUAN

Sayur dan buah penting bagi kesehatan anak, terutama untuk anak usia sekolah (AUS) karena sayur dan buah mengandung serat yang membantu sistem pencernaan dalam melakukan tugasnya serta mengandung vitamin dan mineral untuk aktivitas metabolisme energi tubuh dan pencegahan malnutrisi (M Putri et al., 2018; Mohammad & Madanijah, 2015). Agar pertumbuhan dan perkembangannya bisa optimal, asupan gizi yang diperlukan harus baik, baik itu dari sisi kuantitas ataupun kualitas (Nuryanto et al., 2014b; Sartika, 2012).

Berdasarkan Riset kesehatan dasar tahun 2018, penduduk Indonesia usia ≥ 5 tahun memakan lebih sedikit sayuran juga buah-buahan mencapai 95,5% dari populasi (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Penduduk Jawa Tengah usia ≥ 5 tahun yang tidak mengonsumsi sayuran atau buah-buahan menunjukkan persentase sebesar 5,22%, dan khususnya di Kota Semarang menunjukkan persentase sebesar 3,28% (Risikesdas, 2018). Sedangkan konsumsi buah dan sayur dikategorikan cukup itu jika mengonsumsi minimal 5 porsi setiap harinya (Kementerian Kesehatan RI, 2019). WHO menyarankan konsumsi 400 gram sayuran dan buah-buahan setiap orang per harinya agar hidup sehat, yang berasal dari 250 gr sayuran serta 150 gr buah-buahan. Buah dan sayuran untuk AUS dan balita harus mengonsumsi 300-400 gram per hari dan usia dewasa dan remaja 400-600 gr per hari (Adriani, 2018; Fristianti, 2017).

Kebiasaan makan buah-sayur yang rendah pada anak dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya karena kurangnya pengetahuan yang dimiliki (Sophia & Madanijah, 2015). Pemberian edukasi gizi adalah contoh strategi dalam memperbaiki perilaku tersebut (Nuryanto et al., 2014a). Pengetahuan individu dapat berpengaruh terhadap sikapnya, dan sikapnya itu selanjutnya akan mendikte perilakunya (Chandio et al., 2016).

METODE

Penelitian dilakukan setelah lolos layak etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang tanggal 19 Desember 2022 dengan nomor surat No.144/EC/KEPK-FK/UNIMUS/2022. Rancangan penelitian ini yaitu *quasi experimental*/eksperimen semu dengan desainnya *pretest* dan *posttest*. Penelitian ini bertujuan mengukur pengaruh perlakuan di kelompok eksperimen pada perbandingan antara kelompok tersebut dan kelompok kontrol.

Penelitian ini bertempat di MI Nashrul Fajar Semarang pada bulan Januari 2023. Populasi penelitian ini merupakan siswa kelas 6 di MI Nashrul Fajar Semarang yang terdiri dari 135 anak. Teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling* atau yang termasuk kriteria inklusi dan eksklusi. Jumlah sampel yang memenuhi kriteria tersebut sebesar 64 sampel.

Data primer penelitian ini meliputi data identitas sampel yang didapatkan pada saat *informed consent*. Data perilaku didapatkan dari lembar FFQ (*Food Frequency Questionnaire*) melalui wawancara dan pendampingan ahli gizi kepada responden dengan hasil ukur kurang apabila mengonsumsi buah <2 & sayur <3 setiap harinya, sedangkan dikatakan cukup apabila mengonsumsi buah ≥ 2 juga sayuran ≥ 3 kali setiap harinya. FFQ dilakukan saat *pretest* & *posttest* (2 minggu setelah edukasi). Analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji normalitasnya adalah *kolmogorof-Smilnov* dan uji statistiknya dengan uji *Wilcoxon*.

HASIL

Hasil penelitian pada analisis univariat yaitu untuk mendeskripsikan dan membandingkan data sebelum dan sesudah diberi perlakuan kepada responden pada masing-masing variabel dependen (jenis kelamin dan usia, pengetahuan, sikap, perilaku konsumsi sayur, dan perilaku konsumsi buah).

Tabel 1. Hasil Analisis Univariat Jenis Kelamin dan Usia Responden

Kategori	Frekuensi	Persentase
	(n=64)	(%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	24	37,5
Perempuan	40	62,5
Usia		
11 tahun	23	35,9
12 tahun	38	59,4
13 tahun	3	4,7

Tabel 1 menunjukkan mayoritas responden jenis kelaminnya perempuan dengan frekuensi 40 orang (62,5%) dan

mayoritas memiliki umur 12 tahun yaitu dengan frekuensi 38 orang (59,4%).

Tabel 2. Hasil Analisis Univariat Pengetahuan Sebelum & Sesudah Edukasi

Skor Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
	(n=64)	(%)	(n=64)	(%)
0-4	0	0	0	0
5	3	4.7	0	0
6	8	12.5	0	0
7	6	9.4	0	0
8	17	26.6	0	0
9	23	35.9	1	1.6
10	7	10.9	7	10.9
11	0	0	23	35.9
12	0	0	33	51.6

Tabel 2 menunjukkan sebelum edukasi gizi mayoritas skor pengetahuannya 9, ada 23 anak

(35,9%) dan setelah edukasi gizi mayoritas skornya 12, ada 33 anak (51,6%).

Tabel 3. Hasil Analisis Univariat Sikap Sebelum & Sesudah Edukasi

Skor Sikap	Sebelum		Sesudah	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
	(n=64)	(%)	(n=64)	(%)
12-32	0	0	0	0
33	3	4.7	0	0
34	1	1.6	0	0
35	2	3.1	0	0
36	1	1.6	0	0
37	5	7.8	0	0
38	9	14.1	0	0
39	6	9.4	1	1.6
40	7	10.9	2	3.1
41	9	14.1	2	3.1
42	7	10.9	6	9.4
43	9	14.1	5	7.8
44	2	3.1	14	21.9
45	0	0	11	17.2
46	3	4.7	8	12.5

47	0	0	8	12.5
48	0	0	7	10.9

Tabel 3 menunjukkan sebelumnya edukasi gizi mayoritas yang punya skor sikap dengan nilai 38, 41, dan 43 ada 9

anak (9,6%) dan sesudah edukasi gizi mayoritas punya skor 44 yaitu sebanyak 14 anak (21.9%).

Tabel 4. Hasil Analisis Univariat Perilaku Konsumsi Sayur Sebelum & Sesudah Edukasi

Perilaku Konsumsi Sayur	Sebelum		Sesudah	
	Frekuensi (n=64)	Persentase (%)	Frekuensi (n=64)	Persentase (%)
Kurang	60	93.8	52	81.2
Cukup	4	6.2	12	18.8

Tabel 4 menunjukkan sebelum edukasi sebagian besar memiliki perilaku kurang dalam mengonsumsi sayur yaitu ada 60 anak (93,8%) dan setelah edukasi yang

memiliki perilaku kurang dalam mengonsumsi sayur menurun menjadi 52 anak (81,3%).

Tabel 5. Hasil Analisis Univariat Perilaku Konsumsi Buah Sebelum & Sesudah Edukasi

Perilaku Konsumsi Buah	Sebelum		Sesudah	
	Frekuensi (n=64)	Persentase (%)	Frekuensi (n=64)	Persentase (%)
Kurang	49	76.6	36	56.2
Cukup	15	23.4	28	43.8

Tabel 5 menunjukkan sebelum edukasi sebagian besar memiliki perilaku kurang dalam mengonsumsi buah yaitu sebanyak 49 anak (76.6%) dan setelah

edukasi yang memiliki perilaku kurang dalam mengonsumsi buah menurun menjadi 36 anak (56,3%).

Tabel 6. Hasil Analisis Bivariat Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Siswa

Pengetahuan	n	Min-Max	Mean	p-value
Sebelum	64	5-10	8.09	0.000
Sesudah	64	9-12	11.37	

Hasil penelitian pada analisis bivariat yaitu untuk mendeskripsikan hubungan antara variabel independen (edukasi gizi) dan variabel dependen. Tabel 6 menunjukkan bahwa berdasarkan uji statistik *Wilcoxon*

dengan *p-value* 0,000 ($p < 0,05$), artinya adanya perbedaan signifikansi nilai sebelum dan sesudah edukasi gizi pada tingkat pengetahuan siswa SD kelas 6 terkait konsumsi sayur & buah di MI Nashrul Fajar Semarang.

Tabel 7. Hasil Analisis Bivariat Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Sikap Siswa

Sikap	n	Min-Max	Mean	p-value
Sebelum	64	33-46	39.94	0.000
Sesudah	64	39-48	44.67	

Tabel 7 menunjukkan bahwa berdasarkan uji statistik *Wilcoxon* dengan *p-value* 0,000 ($p < 0,05$), artinya adanya perbedaan signifikan nilai

sebelum dan sesudah edukasi gizi terhadap sikap siswa SD kelas 6 berkaitan dengan konsumsi sayur dan buah di MI Nashrul Fajar Semarang.

Tabel 8. Hasil Analisis Bivariat Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Perilaku Konsumsi Sayur

Perilaku Konsumsi Sayur	n	Min-Max	Mean	p-value
Sebelum	64	0-3	1.22	0.000
Sesudah	64	1-5	1.92	

Tabel 8 menunjukkan bahwa berdasarkan uji statistik *Wilcoxon* dengan *p-value* 0,000 ($p < 0,05$), artinya adanya perbedaan signifikan nilai

sebelum dan sesudah edukasi gizi terhadap perilaku konsumsi sayur siswa SD kelas 6 di MI Nashrul Fajar Semarang.

Tabel 9. Hasil Analisis Bivariat Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Perilaku Konsumsi Buah

Perilaku Konsumsi Buah	n	Min-Max	Mean	p-value
Sebelum	64	0-5	1.50	0.017
Sesudah	64	0-5	1.96	

Tabel 9 menunjukkan bahwa berdasarkan uji statistik *Wilcoxon* dengan *p-value* 0,017 ($p < 0,05$), artinya adanya perbedaan signifikan nilai sebelum dan sesudah edukasi gizi terhadap perilaku konsumsi buah pada siswa SD kelas 6 di MI Nashrul Fajar Semarang.

PEMBAHASAN

Pengetahuan merupakan hasil dari mengetahui, terjadi sesudah individu merasakan objek tertentu. Mirip dengan ini, pemahaman anak sekolah tentang gizi berasal dari penggunaan indera mereka. Pengetahuan yang didapat dari penginderaan gizi pada periode tertentu akan membantu membentuk pemahaman anak sekolah tentang gizi (Nirmala, 2018a).

Edukasi gizi dapat digunakan untuk menyebarluaskan pengetahuan tentang gizi. Media edukasi pada penelitian ini menggunakan *powerpoint*, poster, dan film animasi yang tujuan akhirnya untuk mengubah perilaku individu dengan cara positif (Nirmala, 2018a).

Merujuk pada hasil penelitian ini,

sebelum menerima pendidikan gizi, diketahui bahwa tingkat pemahaman sampel masih rendah. Banyak siswa yang tidak menyadari pentingnya makan buah dan sayur dan tidak mengetahui jumlah buah dan sayur harian yang disarankan.

Pemahaman sampel tentang gizi berubah setelah menerima edukasi gizi. Rerata skor pengetahuan sampel terdapat peningkatan dan dilihat dari hasil uji statistik *Wilcoxon* pada Tabel 6 terdapat beda signifikan nilai sebelum dan sesudah edukasi gizi pada tingkat pengetahuan siswa SD kelas 6 mengenai konsumsi sayur dan buah.

Selarsa dengan penelitian Grani Nirmala (Nirmala, 2018b), bahwasanya kesadaran anak terhadap sayur dipengaruhi oleh pendidikan gizi. Begitu juga penelitian Devi., (Iryanti, 2019a) dimana didapatkan hasil uji *Wilcoxon* $p < 0,001$ yang berarti adanya beda signifikansi skor pengetahuan *pre-post* pendidikan.

Dalam penelitian ini, anak sekolah dapat belajar lebih banyak tentang sayuran putih & hijau, vitamin A, D, & C dengan menerima pendidikan gizi (Iryanti, 2019b). Hal itu sejalan dengan

penelitian Adani Ladiba dkk.,(Ladiba et al., 2021) bahwa setelah pemberian edukasi gizi sayur-buah, 85,7% anak meningkat pengetahuannya. Sama dengan penelitian Nuryanto et al.,(Nuryanto et al., 2014b) menunjukkan setelah mendapatkan pendidikan gizi, terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan gizi dari $66.46 \pm 9,6\%$ jadi $71.61 \pm 9,3\%$ yang berarti pendidikan gizi berdampak kepada pemahaman siswa SD tentang gizi sekolah.

Sikap merupakan reaksi atau respons terhadap rangsangan atau hal yang belum dicadangkan (Notoatmodjo, 2012). Berbagai pendekatan dapat digunakan untuk edukasi gizi. Strategi edukasi di penelitian ini ialah contoh pendekatan yang dapat dipakai seperti presentasi *powerpoint*, poster, dan film animasi digunakan untuk merangsang anak sekolah dengan informasi atau pendidikan gizi. Pendidikan gizi ini diberikan untuk melihat adanya perubahan pandangan anak sekolah tentang gizi (Nuryanto et al., 2014a). Sesudah diberikan edukasi gizi di penelitian ini, sikap responden tentang konsumsi sayur dan buah berubah. Tetapi sikap yang diterima berbeda-beda. Hal ini disebabkan oleh beberapa keadaan, antara lain penerimaan setiap anak yang bervariasi dan ruang kelas yang kurang kondusif (Nirmala, 2018a). Berdasarkan uji *Wilcoxon* pada Tabel 7, adanya perbedaan signifikan sikap siswa sebelum dan sesudah edukasi gizi terhadap konsumsi sayur dan buah dimana skor rata-rata sikap responden mengalami perubahan.

Hal ini sama dengan penelitian Yuliargie (Harfiyanto, 2019) didapatkan rerata sikap sebelum penyuluhan itu nilainya 6 & setelahnya meningkat menjadi 10. Berdasar hasil analisis uji *Wilcoxon* ada perbedaan sikap yang signifikan diantara *pre-post* edukasi, dengan $p=0,000(<0,05)$. Penelitian Muhammad Arif Azhari dan Adhila Fayasari.,(Azhari & Fayasari, 2020a) menunjukkan perbedaan rerata sikap *pre-post* pendidikan gizi melalui media ceramah & video animasi dengan $p<0,05$. Peneliti Nurul Riau Dwi Safitri &

Deny Yudi Fitranti., (Safitri & Fitranti, 2016) menemukan ada beda rerata sikap sebelum dan sesudah penyuluhan dikelompok ceramah dengan *p-valuenya* $0,018(<0,05)$, bahwasanya peningkatan sikap gizi remaja dapat dikaitkan dengan pendidikan gizi. Begitu juga penelitian Nuryanto dkk.,(Nuryanto et al., 2014b) yang menunjukkan bahwa sebelum intervensi, rata-rata sikap terhadap gizi anak sekolah itu 70,31%; setelah penyuluhan meningkat menjadi 73%. Ini menunjukkan bahwa sikap seseorang tentang gizi berubah akibat pendidikan gizi.

Kurangnya pendidikan gizi berkontribusi terhadap pandangan tentang gizi yang tidak memadai di kalangan siswa sekolah dasar. Sikap anak sekolah, terutama bagaimana mereka bereaksi terhadap instruksi gizi, sangat dipengaruhi oleh pengetahuan mereka dan sangat berperan dalam menentukan sikap tersebut. Intervensi gizi dilakukan, khususnya dengan memberikan pendidikan gizi, sampai pada tahap mengubah sikap tentang kesadaran gizi dan meminimalkan masalah gizi saat ini. Oleh sebab itu, jelas dari penelitian ini bahwa pendidikan gizi secara umum dapat berdampak pada sikap siswa sekolah dasar (Nirmala, 2018a).

Perilaku seseorang adalah reaksi terkait input eksternal. Pengetahuan memiliki kekuatan untuk mempengaruhi perilaku baik tidak langsung maupun langsung dengan mediator seperti sikap. Suatu sikap tidak selalu memanifestasikan dirinya dalam praktik. Harus ada variabel atau situasi yang memungkinkan agar sikap menjadi tindakan nyata (praktik) (Rahmatunisa, 2020a).

Pemberian pendidikan gizi kepada anak sekolah dapat menjadi salah satu faktor pemungkin. Terlihat jelas dalam penelitian ini bahwa konsumsi buah dan sayur mengalami perubahan setelah mendapat edukasi gizi. Analisa uji statistik *Wilcoxon* melihat adanya perbedaan signifikan antara nilai *pre-post*

pendidikan gizi terhadap perilakunya dalam konsumsi buah sayur, terlihat di Tabel 8 dan Tabel 9, dimana rerata konsumsi sayuran dan buah mengalami peningkatan.

Sesuai penelitian Annisa Fitryadi et al., (Fitryadi et al., 2020) menemukan bahwa membacakan cerita buah dan sayur berdampak terhadap kebiasaan membaca siswa kelas V SDIT Thariq Bin Ziyad tahun 2019. Uji statistik *Wilcoxon* menghasilkan nilai-p $0,000 < 0,05$. Mendidik masyarakat tentang gizi dengan penggunaan buku anak bisa meningkatkan pengetahuannya dan sikap mereka, yang pada gilirannya mempengaruhi perilaku mereka. Dalam Penelitian Grani Nirmala., (Nirmala, 2018b) didapatkan hasil analisa konsumsi sayur dalam gram melalui statistik *Paired T-test* melihat bahwa rata-rata konsumsi sayur responden mengalami peningkatan, dan nilai $p < 0,05$ menunjukkan adanya pengaruh pendidikan gizi menggunakan media *leaflet* tentang sayur pada perilaku konsumsi sayur anak. Menurut penelitian Adelia Rahmatunisa., (Rahmatunisa, 2020b) skor praktik sampel *pre and post* diberi penyuluhan gizi menggunakan metode audio visual berbasis *edutainment* di kelompok intervensi diperoleh nilai-p $0,000$ ($p < 0,05$), memperlihatkan adanya pengaruh penyuluhan gizi terhadap peningkatan nilai perilaku. Penelitian Fitria Laras Azadirachta dan Sri Sumarmi., (Azadirachta & Sumarmi, 2017) mendukung hal tersebut, karena hasil uji-t sampel berpasangan grup perlakuan yang mendapatkan pendidikan gizi melalui media buku saku punya nilai-p $0,000$ ($p < 0,05$) memperlihatkan adanya pengaruh pendidikan gizi dengan buku saku untuk menaikkan praktik pentingnya konsumsi sayur buah pada kelompok perlakuan.

Konsumsi buah dan sayur oleh anak sekolah merupakan praktik, aktivitas, atau tindakan yang dikaji dalam penelitian ini. Jika ada faktor pendorong AUS bisa makan buah dan

sayur, pemberian pendidikan gizi merupakan salah satu aspek pemungkin. Untuk meningkatkan kesadaran gizi anak sekolah diperlukan pendidikan gizi. Pengetahuan individu dapat mempengaruhi sikapnya, dan sikapnya itu selanjutnya akan mendikte tindakannya (Azhari & Fayasari, 2020).

Penelitian ini memiliki keterbatasan antara lain kemungkinan antara siswa satu dan yang lain bisa saling mencontek jawaban dan kebingungan atau lupa saat menentukan kuantitas makan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, disimpulkan adanya perbedaan signifikan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku konsumsi sayur dan buah sebelum dan sesudah edukasi gizi pada siswa SD kelas 6 di MI Nashrul Fajar Semarang.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, S. (2018). *Edukasi Konsumsi Sayur dan Buah Pada Remaja Putri Menggunakan Metode Emotional Demonstration di Kecamatan Ajangale Kabupaten Bone* [Skripsi]. Universitas Hasanuddin Makassar.
- Azadirachta, F. L., & Sumarmi, S. (2017). Pendidikan Gizi Menggunakan Media Buku Saku Meningkatkan Pengetahuan Dan Praktik Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Siswa Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia*, 12(2), 107–115. <https://doi.org/10.20473/mgi.v12i2.107-115>
- Azhari, M. A., & Fayasari, A. (2020). Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Ceramah dan Video Animasi Terhadap Pengetahuan Sikap dan Perilaku Sarapan Serta Konsumsi Sayur Buah. *Jurnal AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 1(5), 55–61. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30867/action.v5i1.203>
- Chandio, M. T., Pandhiani, S. M., & Iqbal, R. (2016). Bloom's Taxonomy: Improving Assessment and Teaching-Learning Process. *Journal of Education and*

- Educational Development*, 3(2), 203–221.
- Fitryadi, A., Asna, A. F., & Noerfitri. (2020). Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Buku Cerita Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah pada Anak Kelas 5 SDIT Thariq Bin Ziyad Tahun 2019. *Viva Medika Jurnal Kesehatan, Kebidanan, Dan Keperawatan*, 13, 152–168.
- Fristianti, V. L. (2017). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Anak Sekolah Dengan Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Anak Sekolah Dasar Negeri Godean 1 Kabupaten Sleman.
- Harfiyanto, Y. D. (2019). Pengaruh Media Permainan Lintasan Arus Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Tentang Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa di SDN 01 Tawangrejo Madiun [SKRIPSI]. Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Iryanti, D. A. (2019a). Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap anak sekolah tentang manfaat sayur dan buah di sd inpres 26 kabupaten sorong [SKRIPSI]. In *Food and Nutrition Bulletin*. Fakultas Kedokteran.
- Iryanti, D. A. (2019b). Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap anak sekolah tentang manfaat sayur dan buah di sd inpres 26 kabupaten sorong. In *Food and Nutrition Bulletin*. Fakultas Kedokteran.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Infodatin Hari Bawa Bekal Nasional. In *Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI*.
- Ladiba, A., Zulfaa, A., Djasmin, A., Mevya, A., Safitri, A., Akifah, A., & Purwanti, R. (2021). Pengaruh edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan dan asupa sayur buah pada siswa sekolah dasar dengan status gizi lebih. *Darussalam Nutrition Journal*, 5(2), 110. <https://doi.org/10.21111/dnj.v5i2.6250>
- M Putri, R., Silalahi, V., & L Ariani, N. (2018). Pendidikan Gizi Sebagai Suatu Upaya Pemenuhan Zat Gizi Dari Sayur Dan Buah Pada Anak Sekolah Dasar. *Prosiding Seminar Nasional 2018 Peran Dan Tanggung Jawab Tenaga Kesehatan Dalam Mendukung Program Kesehatan Nasional*, 29–37. <https://doi.org/10.32528/psn.v0i0.1727>
- Mohammad, A., & Madanijah, S. (2015). Konsumsi Buah Dan Sayur Anak Usia Sekolah Dasar Di Bogor. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 10(1), 71–76. <https://doi.org/10.25182/jgp.2015.10.1.%p>
- Nirmala, G. (2018a). Pengaruh Pendidikan Gizi tentang Sayur Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Porsi Konsumsi Sayur Anak di SD Negeri 105349 Paluh Kemiri. In *Skripsi*. KKementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Medan.
- Nirmala, G. (2018b). Pengaruh Pendidikan Gizi tentang Sayur Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Porsi Konsumsi Sayur Anak di SD Negeri 105349 Paluh Kemiri [SKRIPSI]. In *Skripsi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Medan.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nuryanto, N., Pramono, A., Puruhita, N., & Muis, S. F. (2014a). Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 3(1), 32–36. <https://doi.org/10.14710/jgi.3.1.121-125>
- Nuryanto, N., Pramono, A., Puruhita, N., & Muis, S. F. (2014b). Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 3(1), 32–36. <https://doi.org/10.14710/jgi.3.1.121-125>
- Rahmatunisa, A. (2020a). Pengaruh Edukasi Gizi Berbasis Eduitainment Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik

- Tentang Pemilihan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) di SD Negeri 11Kota Bengkulu. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 21, Issue 1).
- Rahmatunisa, A. (2020b). Pengaruh Edukasi Gizi Berbasis Edutainment Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Tentang Pemilihan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) di SD Negeri 11Kota Bengkulu. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 21, Issue 1).
- Riskesdas. (2018). Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskesdas 2018. In *Badan penelitian dan pengembangan kesehatan 2019*.
- Safitri, N. R. D., & Fitranti, D. Y. (2016). Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Ceramah dan Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Gizi Remaja Overweight. *Journal of Nutrition*, 5(4), 374–380.
- Sartika, R. A. D. (2012). Penerapan Komunikasi , Informasi , dan Edukasi Gizi terhadap Perilaku Sarapan Siswa Sekolah Dasar Implementation of Communication , Information , and Education on Nutrition towards Primary School Students Breakfast Behavior. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 7 No 2, 76–82.
- Sophia, A., & Madanijah, S. (2015). Pola Asuh Makan Ibu Serta Preferensi Dan Konsumsi Sayur Dan Buah Anak Usia Sekolah Di Bogor. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 9(3), 151–158.