

**Pengaruh Media Komik dan Poster pada Penyuluhan Gizi terhadap
Pengetahuan Gizi Seimbang Anak Panti Asuhan**
*The Influence of Comic and Poster Media on Nutrition Counseling on Balancing Nutrition
Knowledge of Orphanage Children*

Khartini Kaluku¹, Martha Puspita Sari¹, Mahmud¹

¹Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku, Jalan Laksdya Leo Wattimena, Negeri Lama,
Ambon, Maluku

E-mail Korespondensi: kalukukhartini@gmail.com

ABSTRACT

Multiple nutritional issues are currently facing school-age children, namely undernutrition and overnutrition induced by poor awareness of healthy nutrition guidelines. The research objective was to assess the effectiveness of the use of Comic book media on the healthy nutritional awareness of children relative to Poster media. This research style is a quasi-experimental design with a control pre-post examination. The research site, conducted in October 2020, was located in 2 orphanages in Ambon Region. The subjects were orphanage children with an age span of 7-17 years, with a total of 60 individuals. Children's awareness was assessed by a questionnaire at the beginning of the research. On the second day of the study, care was provided in the form of healthy nutrition therapy, divided into two classes, namely the comic group and the poster group. The paired sample t-test and separate t-test samples were used for data analysis. The findings showed that the creation of healthy nutrition awareness in the intervention and control group study subjects caused a substantial difference in the comic and poster media ($p < 0.05$). There is a significant effect of increasing knowledge of balanced nutrition in orphanage children before and after being given Comics and Posters media.

Keywords: Balanced nutrition, comic, knowledge, poster

ABSTRAK

Anak usia sekolah saat ini menghadapi masalah gizi ganda, yaitu gizi kurang dan gizi lebih yang disebabkan oleh rendahnya pengetahuan tentang pedoman gizi seimbang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penggunaan media komik dibandingkan media poster terhadap pengetahuan gizi seimbang anak. Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu dengan desain *pre-post test with control*. Lokasi penelitian di 2 Panti Asuhan di Kota Ambon, yang dilaksanakan pada bulan Oktober 2020. Subjek adalah anak panti asuhan dengan kisaran usia 7-17 tahun yang berjumlah 60 orang. Variabel bebas adalah penggunaan komik dan poster pada penyuluhan gizi seimbang, sedangkan variabel terikat yaitu pengetahuan anak. Pada awal penelitian pengetahuan anak diukur dengan kuesioner dilanjutkan dengan intervensi berupa penyuluhan tentang gizi seimbang yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok komik dan kelompok poster dan pengetahuan anak diukur dengan kuesioner. Analisis data menggunakan uji *paired sample t-test* dan *independent sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media komik dan poster menyebabkan adanya perbedaan yang signifikan pada perkembangan pengetahuan gizi seimbang subjek penelitian kelompok media komik dan poster ($p < 0,05$). Terdapat pengaruh peningkatan pengetahuan gizi seimbang yang signifikan pada anak panti asuhan sebelum dan sesudah diberikan media komik dan media poster. Peningkatan rata-rata delta pengetahuan gizi seimbang dengan media poster lebih baik dibandingkan dengan media komik yaitu nilai d sebesar 19,84. Kelompok yang diberikan media poster memiliki rentang usia yang lebih tinggi dibandingkan kelompok intervensi yang diberikan media komik. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja.

Kata kunci: Gizi seimbang, komik, pengetahuan, poster

PENDAHULUAN

Anak sekolah saat ini menghadapi masalah gizi ganda, yaitu gizi kurang yang berakibat pada tidak optimalnya pertumbuhan fisik dan kecerdasan, di sisi lain menghadapi gizi lebih yang mengancam kesehatan anak pada masa dewasa seperti timbulnya penyakit degeneratif⁽¹⁾. Secara nasional, prevalensi kurus pada anak umur 5-12 tahun adalah 11,2%, terdiri dari 4% sangat kurus dan 7,2% kurus. Prevalensi pendek secara nasional pada anak umur 5-12 tahun adalah 30,7% yang terdiri dari 12,3% sangat pendek dan 18,4% pendek. Prevalensi gemuk pada anak umur 5-12 tahun tergolong tinggi yaitu 18,8% yang terdiri dari 10,8% gemuk dan 8% sangat gemuk/obesitas⁽²⁾.

Pengetahuan gizi memegang peranan penting dalam menentukan derajat kesehatan masyarakat. Berbagai masalah gizi dan kesehatan dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang. Salah satu masalah yang muncul adalah ketidakseimbangan asupan makanan⁽³⁾. Menurut data Riskesdas tahun 2018 konsumsi pangan di Indonesia masih belum sesuai dengan pedoman gizi seimbang, yaitu konsumsi sayur, buah, dan protein masih rendah sedangkan konsumsi garam, gula, dan lemak cukup tinggi⁽²⁾. Hal ini terjadi pada berbagai kelompok usia, tidak terkecuali pada Anak Usia Sekolah (AUS). Pada usia ini anak cenderung memiliki kesukaan pada jenis makanan tertentu yang dapat membentuk kebiasaan makan anak sampai dewasa⁽³⁾.

Pendidikan tidak terlepas dari proses belajar mengajar yang membutuhkan alat bantu atau media untuk mempermudah menyampaikan pesan kepada sasaran. Pendidikan gizi sebaiknya diberikan sedini mungkin⁽⁴⁾. Usia anak yang sesuai untuk diberikan pendidikan gizi adalah anak yang berada pada periode 6 sampai 14 tahun, karena pada usia ini anak mulai matang secara seksual dan matang untuk belajar serta merupakan periode intelektual⁽⁵⁾. Dari rentang usia tersebut yang paling tepat diberikan pendidikan gizi adalah usia 11 tahun karena pada usia tersebut anak berada dalam tahapan operasional formal, yaitu mampu untuk berpikir secara abstrak, menalar secara logis, dan menarik kesimpulan dari informasi yang tersedia⁽⁶⁾. Pemilihan media belajar harus berdasarkan pada tujuan pembelajaran dan kemampuan belajar anak⁽⁷⁾. Pada penelitian ini penyampaian pesan dilakukan dengan menggunakan media komik dan media poster.

Komik merupakan media informasi kesehatan yang dijabarkan sebagai cerita yang dilukiskan dengan gambar-gambar dan dibawah gambar itu tertulis cerita sesuai dengan yang tampak dalam gambar⁽⁸⁾. Poster adalah bentuk media cetak yang bersisi pesan-pesan atau informasi Kesehatan⁽⁹⁾. Hasil studi menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tentang pengetahuan pemilihan jajanan sehat sebelum dan sesudah diberi pendidikan gizi dengan metode komik. Hasil penelitian lain juga menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan ($p < 0,01$) pada anak SD yang diberi komik tentang keanekaragaman makanan jajanan dan keamanan makanan jajanan⁽¹⁰⁾. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas penggunaan media komik dibandingkan media poster terhadap pengetahuan gizi seimbang anak di Panti Asuhan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu, dengan desain penelitian *pre test* dan *post test*. Kelompok perlakuan mendapat intervensi berupa penyuluhan gizi menggunakan media komik dan kelompok lainnya menggunakan media poster.

Data yang dikumpulkan terdiri dari data primer dan data sekunder. Data primer pada penelitian ini terdiri dari identitas dan karakteristik anak meliputi umur serta jenis kelamin yang diperoleh melalui kuesioner. Data sekunder meliputi data tentang gambaran umum lokasi

penelitian yang diperoleh melalui wawancara dan dokumentasi. Instrumen penelitian terdiri dari angket identitas responden, kuesioner gizi seimbang, komik, dan poster.

Penelitian ini dilaksanakan di Panti Asuhan Kota Ambon. Pengambilan data dilakukan pada bulan Oktober 2020. Populasi penelitian adalah anak usia sekolah di Panti Asuhan Kota Ambon. Untuk kepentingan pengambilan sampel ditentukan kriteria inklusi yaitu anak sekolah berusia 7-17 tahun, berada di lokasi penelitian saat dilakukan pengambilan data, bersedia mengikuti penelitian dengan mendapatkan persetujuan dari Ketua Yayasan Panti Asuhan atau wali subjek (*informed consent*) sedangkan kriteria eksklusi yaitu mengalami sakit dan kriteria *drop out* yaitu Ketua Yayasan atau wali subjek penelitian tidak bersedia meneruskan keterlibatan dalam penelitian.

Besar sampel ditentukan dengan rumus Lemeshow⁽¹¹⁾ berikut :

$$\frac{2\sigma^2 (Z_{(1-\alpha/2)} + Z_{(1-\beta)})^2}{(\mu_1 - \mu_2)}$$

Keterangan:

- n : Besar subjek tiap kelompok
- σ : Standar variasi kedua kelompok: 0,79⁽¹²⁾
- α : Kesalahan tipe 1 sebesar 5% sehingga tingkat konfidensi 95%, $Z_{1-\alpha/2}=1,96$
- β : Kesalahan tipe 2 sebesar 10% sehingga power 90%, dan $Z_{\beta}=1,28$
- μ_1 : Rata-rata skor pengetahuan dengan media poster: 18,46⁽¹²⁾
- μ_2 : Rata-rata skor pengetahuan dengan media papan petak: 25,38⁽¹²⁾

Dengan estimasi *drop out* 10% maka jumlah anak dalam satu kelompok yaitu 30 anak, sehingga total sampel pada kedua kelompok sejumlah 60 anak. Pengambilan sampel (*sampling*) dilakukan menggunakan metode *purposive sampling*, yaitu prosedur memilih sampel yang mudah dijumpai atau diakses. Variabel yang diteliti meliputi variabel bebas yaitu penggunaan media komik dan media poster pada penyuluhan gizi. Variabel terikat yaitu pengetahuan anak tentang gizi seimbang. Alat yang digunakan yaitu kuesioner, lembar penjelasan penelitian, *informed consent*, kuesioner karakteristik responden dan orang tua/wali, media komik serta poster.

Analisis data pada penelitian ini menggunakan program Stata versi 13 (*IBM Company*) dengan nilai $p < 0,05$. Sebelum melakukan analisis statistik untuk menguji hipotesis, keseluruhan data akan dilakukan pemeriksaan adanya *outlier* menggunakan *Dixon test* dan *Grubbs test*⁽¹³⁾.

Sebelum melakukan analisis terhadap variabel penelitian akan dilakukan pengujian menggunakan uji Shapiro-Wilk karena jumlah sampel kurang dari 50 dan uji homogenitas data menggunakan *Levene's test* sebagai syarat uji parametrik⁽¹⁴⁾. Pengaruh media edukasi pada masing-masing kelompok akan diuji menggunakan *paired sample t Test* sedangkan perbedaan media edukasi pada kedua kelompok akan diuji menggunakan *independent t test*⁽¹⁵⁾. Data akan disajikan menggunakan *p-value*.

Penelitian ini telah mendapatkan surat layak etik dari komisi etik Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku yaitu dengan nomor LB.02.01/6.2/4558/2020.

HASIL

Karakteristik subjek penelitian

Karakteristik subjek penelitian yaitu usia dan jenis kelamin diperoleh dari data kuesioner (Tabel 1). Karakteristik subjek penelitian diperoleh sebelum subjek mendapat perlakuan.

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

| Karakteristik | Kelompok Komik (n=31) | Kelompok Poster (n=31) |
|----------------------|-----------------------------|------------------------------|
| Usia | | |
| Mean±SD | 10,84±1,881 | 13,38±1,361 |
| Min - Max | 7 - 14 | 10 - 16 |
| Jenis Kelamin | | |
| Laki-laki | 15 (48.00%) | 14 (45.00%) |
| Perempuan | 16 (52.00%) | 17 (55.00%) |

Dari Tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar subjek penelitian berusia 10 tahun, dengan usia minimal 7 tahun dan maksimal 14 tahun pada kelompok komik sedangkan pada kelompok poster sebagian besar berusia 13 tahun, dengan usia minimal 10 tahun dan maksimal 16 tahun. Sebagian besar subjek penelitian berjenis kelamin perempuan pada kedua kelompok (>50%).

Pengetahuan Gizi Seimbang

Pengetahuan gizi seimbang subjek penelitian diukur pada saat sebelum dan sesudah pemberian perlakuan. Sebelum pengukuran pengetahuan gizi seimbang dilakukan penyamaan persepsi dan koordinasi dengan enumerator. Pengetahuan gizi seimbang pada subjek penelitian terdapat pada Tabel 2 sedangkan perubahan pengetahuan gizi seimbang pada subjek penelitian terdapat pada Tabel 3.

Tabel 2. Perubahan Pengetahuan Gizi Seimbang pada Kelompok Perlakuan dan Poster

| Variabel | Kelompok Komik (n=31) | Kelompok Poster (n=31) | <i>p-value</i> ^a |
|------------------------------------|-----------------------------|------------------------------|-----------------------------|
| Pengetahuan Gizi Seimbang | | | |
| Sebelum | | | |
| Mean±SD | 38,06±11,809 | 39,10±16,026 | <0,001* ^a |
| Min - Max | 20-70 | 5-70 | |
| Setelah | | | |
| Mean±SD | 49,84±16,252 | 70,81±11,839 | <0,001* ^a |
| Min - Max | 30-85 | 35-85 | |
| Δ Pengetahuan Gizi Seimbang | 11,77±12,148 ¹ | 31,61±15,884 ¹ | <0,001* ^b |

^aUji *Paired t-test*

^bUji *Independent t-test*

Δ , perubahan

¹Data disajikan dalam rata-rata±SD

**p-value* signifikan

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu, dengan desain penelitian *pre test* dan *post test* pada dua kelompok intervensi. Kelompok intervensi mendapat penyuluhan gizi menggunakan media komik dan kelompok lainnya menggunakan media poster.

Intervensi media komik dan poster pada penelitian ini ditujukan untuk mengetahui pengaruh terhadap pengetahuan gizi seimbang anak panti asuhan. Pengetahuan gizi seimbang responden diukur pada saat sebelum dan akhir periode intervensi. Sebelum intervensi berlangsung rata-rata pengetahuan gizi seimbang kelompok intervensi adalah 38,06 sedangkan

setelah intervensi menjadi 49,84. Selanjutnya diketahui bahwa sebelum intervensi berlangsung, rata-rata pengetahuan gizi seimbang kelompok intervensi yang diberikan media poster adalah 39,10 sedangkan setelah intervensi menjadi 70,81. Selain itu, pengetahuan gizi seimbang kelompok intervensi yang diberikan media komik berbeda signifikan dengan kelompok poster. Pengetahuan gizi seimbang setelah intervensi antar kelompok juga menunjukkan perbedaan yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa media komik dan poster menyebabkan adanya perbedaan yang signifikan pada perkembangan pengetahuan gizi seimbang subjek penelitian kelompok media komik dan poster ($p < 0,05$). Namun, peningkatan rata-rata delta pengetahuan gizi seimbang dengan media poster lebih baik dibandingkan dengan media komik yaitu dengan nilai d sebesar 19,84.

BAHASAN

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan hasil tersebut didapatkan dari hasil penginderaan terhadap objek tertentu. Sebagian besar pengetahuan didapatkan dari mata dan telinga⁽¹⁶⁾. Tingkat pengetahuan seseorang tentang gizi dapat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam hidup sehat⁽¹⁷⁾. Terdapat 2 faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berasal dari diri manusia yaitu usia, pendidikan, dan pekerjaan sedangkan faktor eksternal berasal dari luar yaitu lingkungan dan sosial budaya⁽¹⁸⁾.

Ada peningkatan pengetahuan gizi seimbang signifikan sebelum dan sesudah diberikan media poster sebesar 31,61. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian lain yaitu Hasanica N,dkk (2020) dan Indraswari SH (2019), yang menunjukkan ada pengaruh penyuluhan gizi dengan cara pemajangan poster berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan gizi^{(19),(20)}. Menurut Pedoman Strategi KIE Keluarga Sadar Gizi (KADARZI), media poster yang dipergunakan memberikan dampak yang positif terhadap peningkatan pengetahuan terhadap jajananan sehat⁽²¹⁾. Poster yang terdiri gambar-gambar dan warna yang mencolok memberikan daya tarik siswa sebagai responden untuk melihat dan memperhatikan materi yang diberikan oleh peneliti, penggunaan gambar yang familiar dengan kondisi mereka sehari-hari merupakan salah satu nilai tambah dalam penggunaan media poster dalam peningkatan pengetahuan mengenai jajanan yang sehat⁽²²⁾.

Penggunaan media gambar dalam hal ini adalah poster sebagai sarana penyuluhan sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa media gambar yang sesuai dengan kondisi yang dihadapi sehari-hari oleh siswa akan mempercepat pemahaman siswa terhadap penyuluhan yang dilakukan⁽²³⁾.

Media poster yang dipergunakan memberikan dampak yang positif terhadap peningkatan pengetahuan terhadap jajananan sehat⁽²¹⁾. Poster yang terdiri gambar-gambar dan warna yang mencolok memberikan daya tarik siswa sebagai responden untuk melihat dan memperhatikan materi yang diberikan oleh peneliti, penggunaan gambar yang familiar dengan kondisi mereka sehari-hari merupakan salah satu nilai tambah dalam penggunaan media poster dalam peningkatan pengetahuan mengenai jajanan yang sehat⁽²²⁾. Terjadinya peningkatan pengetahuan gizi seimbang karena media pendidikan yang digunakan dan cara penyampaian materi pendidikan. Media pendidikan berfungsi untuk menggerakkan indera sebanyak mungkin kepada suatu objek sehingga mempermudah persepsi.

Ada peningkatan pengetahuan gizi seimbang signifikan sebelum dan sesudah diberikan media komik sebesar 11,77. Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yaitu terjadi peningkatan skor pengetahuan pada *pre test* dan *post test* 1 meningkat sebesar 3,72 poin, peningkatan ini memiliki perbedaan yang signifikan antara *pre test* dan *post test* 1 ($p < 0,05$) lalu antara *pre test* dan *post test* 2 terjadi peningkatan skor pengetahuan sebesar 2,44 poin. Peningkatan pengetahuan antara *pre test* dan *post test* 2 ini memiliki perbedaan yang signifikan

($p < 0,05$)⁽²⁴⁾. Penelitian lain menunjukkan pengetahuan gizi pada sampel mengalami peningkatan (17,44 poin)⁽²⁵⁾. Sejalan juga dengan penelitian lain yaitu terdapat peningkatan pengetahuan yang menunjukkan nilai *pre test* 56 dan *post test* 72 dengan nilai $p=0.000$ yang artinya ada pengaruh media komik terhadap media komik terhadap peningkatan pengetahuan pada siswa SDN Bendungan Semarang⁽²⁶⁾. Hasil penelitian lain (Nuryanto et al., 2014) tentang pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan anak didapatkan hasil bahwa ada perbedaan rerata persen pengetahuan gizi anak SD antara sebelum dengan setelah pendidikan gizi ($p=0,001$)⁽²⁷⁾.

Media pendidikan membuat seseorang dapat lebih mengerti informasi atau materi yang dianggap rumit menjadi lebih mudah⁽²⁸⁾. Media pendidikan gizi yang digunakan adalah komik yang bertema gizi seimbang. Komik memiliki karakteristik yang memenuhi syarat-syarat pemilihan media pendidikan yang baik bagi siswa, yaitu menarik minat dan perhatian siswa, sesuai dengan tujuan pembelajaran dan kebutuhan serta kondisi siswa, mampu menimbulkan rasa percaya pada siswa bahwa mereka mampu dalam menyerap informasi yang diberikan dan tidak hanya memberikan pengetahuan kepada siswa tetapi juga mampu menimbulkan rasa senang⁽²⁹⁾.

Sebagai media pendidikan yang telah banyak digunakan beberapa kelebihan komik, yaitu mampu menambah perbendaharaan kata, mempermudah merumuskan hal-hal abstrak, dan mengembangkan minat baca pembaca⁽³⁰⁾. Sementara itu, komik sebagai media grafis memiliki keunggulan, yaitu mampu menarik perhatian, memperjelas penyampaian ide, dan mengilustrasikan informasi sehingga mudah diingka⁽³¹⁾.

Berdasarkan hasil penelitian terdapat peningkatan pengetahuan gizi pada kelompok intervensi yang diberikan media komik maupun media poster. Hal tersebut menunjukkan bahwa pendidikan gizi menggunakan media komik maupun poster efektif meningkatkan pengetahuan gizi subjek penelitian. Hal ini karena pendidikan gizi menggunakan metode dan media yang tepat bagi subjek penelitian, sehingga materi dapat tersampaikan dengan baik. Faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan pengetahuan pada proses penyuluhan adalah metode, media, dan waktu penyuluhan⁽³²⁾. Selain itu, pesan visual berupa gambar lebih mudah tertanam dalam pikiran dibandingkan dengan kata-kata sehingga penyuluhan kesehatan pada sasaran anak sekolah lebih efektif menggunakan media bergambar⁽³³⁾.

Pada penelitian ini, peningkatan rata-rata delta pengetahuan gizi seimbang dengan media poster lebih baik dibandingkan dengan media komik yaitu dengan nilai d sebesar 19,84. Hal tersebut terjadi karena rentang usia antar kelompok berbeda. Kelompok yang diberikan media poster memiliki rentang usia yang lebih tinggi dibandingkan kelompok intervensi yang diberikan media komik. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja⁽¹⁸⁾. Selain itu, menurut Piaget perkembangan kognitif merupakan suatu proses genetik yaitu suatu proses yang didasarkan atas mekanisme biologis perkembangan sistem saraf. Semakin bertambah umur seseorang, maka semakin kompleks susunan sel saraf dan kemampuan meningkat. Ketika individu berkembang menuju kedewasaan, akan mengalami adaptasi biologis dengan lingkungan yang akan menyebabkan adanya perubahan-perubahan kualitatif dalam struktur kognitif. Piaget tidak melihat perkembangan kognitif sebagai sesuatu yang dapat didefinisikan secara kuantitatif, namun Piaget menyimpulkan bahwa daya pikir atau kekuatan mental anak yang berbeda usia akan berbeda pula secara kualitatif⁽³⁴⁾.

SIMPULAN

Terdapat pengaruh peningkatan pengetahuan gizi seimbang yang signifikan pada anak Panti Asuhan sebelum dan sesudah diberikan media komik dan media poster. Pendidikan gizi menggunakan media komik maupun poster efektif meningkatkan pengetahuan gizi.

Peningkatan rata-rata delta pengetahuan gizi seimbang dengan media poster lebih baik dibandingkan dengan media komik yaitu dengan nilai d sebesar 19,84. Hal tersebut terjadi karena rentang usia antar kelompok berbeda. Kelompok yang diberikan media poster memiliki rentang usia yang lebih tinggi dibandingkan kelompok intervensi yang diberikan media komik.

SARAN

Penelitian selanjutnya perlu menyamakan usia antar kelompok sebelum dan sesudah intervensi. Selain itu, diperlukan pendidikan gizi secara berkelanjutan dengan media komik maupun poster sehingga menjadi kebiasaan anak dan bermanfaat bagi kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia sebagai pemberi dana penelitian dalam DIPA anggaran tahun 2020.

RUJUKAN

1. Devi N. Gizi anak sekolah. Jakarta: Kompas; 2012.
2. Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta; 2018.
3. Almatier, S; Soetardjo, S; Soekatri M. Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama; 2019.
4. Wulandari A. Peningkatan Pengetahuan Gizi Pada Anak sekolah Dengan Metode Ceramah dan Metode Role Play [Internet]. Universitas Diponegoro; 2007. Available from: <http://eprints.undip.ac.id/26099/>
5. Hapsari, Iriani Indri; Suminar DR. Efektifitas Ludo Words Game (LWG) terhadap Peningkatan Kosakata Bahasa Inggris pada Anak Studi Kasus Pada Siswa Kelas IV SD Muhammadiyah 4 Pucang. Insa Media Psikol [Internet]. 2003;5(1). Available from: <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers/01IrianiIndriHapsari,EfektifitasLudoWords0Game.pdf>
6. Patterson CJ. Child Development. Boston: McGraw-Hill Higher Education; 2008.
7. Moerdiyanto. Bahan Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG): Pengembangan Model Pembelajaran Kewirausahaan [Internet]. Yogyakarta; 2008. Available from: <http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/pendidikan/Dr.Moerdiyanto,M.Pd./DIKTATSTRATEGI BELAJARKWU08.pdf>
8. Badudu, Jusuf S; Zain SM. Kamus Umum Bahasa Indonesia (KUBI). Jakarta: Pustaka Sinar Harapan; 2001.
9. Purwanto; Sari, Ika Mustika; Husna HN. Implementasi permainan monopoli, fisika sebagai media pembelajaran, dalam kooperatif tipe tgt untuk meningkatkan prestasi belajar dan mengetahui profil kemampuan berpikir kritis siswa smp. J Math Sci Teach or J Pengajaran Mat dan Ilmu Pengetah Alam. 2012;17(1):69–76.
10. Widajanti L, Suryawati C, Sugihantono A. Pengaruh Komik Makanan Jajanan Sehat dan Bergizi untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Anak Sekolah Dasar. Indones J Public Heal [Internet]. 2009;6(1):19–23. Available from: journal.lib.unair.ac.id/index.php/IJPH/article/view/989
11. Lemeshow, Stanley; Hosmer Jr., David W.; Klar, Janelle; Lwanga SK. Adequacy of Sample Size in Health Studies. Vol. 36, Technometrics. New York: World Health Organization; 1994. p. 232–232.
12. Trianasari S, Herawati H, Gunawan IMA. Media papan petak PGS dan Poster pada Penyuluhan Gizi terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Siswa Sekolah Dasar. J Nutr [Internet]. 2018;20(2):61–6. Available from: <https://www.nutrisiajournal.com/index.php/JNUTRI/article/download/102/57/>

13. Boyd DM, Ellison NB. Social network sites: Definition, history, and scholarship. *J Comput Commun* [Internet]. 2007;13(1):210–30. Available from: <https://academic.oup.com/jcmc/article/13/1/210/4583062>
14. Dahlan MS. *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Salemba Medika: Jakarta. Jakarta: Salemba Medika; 2011.
15. Field A. *Discovering Statistics Using SPSS, 3rd Edition (Introducing Statistical Methods)*. London: SAGE Publications; 2009.
16. Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan & Perilaku*. Vol. 1, Jakarta: Rineka Cipta. Jakarta: Rineka Cipta; 2007.
17. Azwar S. *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2007.
18. Wawan A, M D. *Teori dan pengukuran pengetahuan sikap dan perilaku manusia* [Internet]. Yogyakarta: Nuha Medika; 2011. viii, 132 p. : il.; 20 cm. Available from: <http://library.usd.ac.id/web/index.php?pilih=search&p=1&q=0000127353&go=Detail>
19. Hasanica N, Catak A, Mujezinovic A, Begagic S, Galijasevic K, Oruc M. The Effectiveness of Leaflets and Posters as a Health Education Method. *Mater Socio Medica* [Internet]. 2020;32(2):135. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7428890/pdf/MSM-32-135.pdf>
20. Indraswari SH. Pengaruh pendidikan gizi dengan poster dan kartu gizi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap anak tentang gizi seimbang di sdn plosa I-172 Surabaya. *Indones J Public Heal* [Internet]. 2019;14(2). Available from: <https://e-journal.unair.ac.id/IJPH/article/view/6043>
21. RI Direktorat Jendral Bina Kesehatan Masyarakat. *Pedoman Strategi KIE Keluarga Sadar Gizi (KADARZI)*. Jakarta: Direktorat Jendral Bina Kesehatan Masyarakat. Direktorat Bina Gizi Masyarakat; 2007.
22. Food and Nutrition Service. *Nutrition education and promotion : The role of FNS in helping low-income families make healthier eating and lifestyle choices; A report to Congress* [Internet]. Food and Nutrition Service. Alexandria; 2010. Available from: <https://fns-prod.azureedge.net/sites/default/files/NutritionEdRTC.pdf>
23. Khomsan A. *Teknik pengukuran pengetahuan gizi*. Bogor: Rineka Cipta; 2019.
24. Pratiwi Hartono N, Saptaning Wilujeng C, Andarini S. Pendidikan Gizi tentang Pengetahuan Pemilihan Jajanan Sehat antara Metode Ceramah dan Metode Komik. *Indones J Hum Nutr* [Internet]. 2015;2(2):76–84. Available from: <https://ijhn.ub.ac.id/index.php/ijhn/article/view/121/130>
25. Zulaekah S. Pendidikan gizi dengan media booklet terhadap pengetahuan gizi. *J Kesehat Masy* [Internet]. 2012;7(2):37–43. Available from: <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas/article/view/2808>
26. Marisa; Nuryanto. Pengaruh pendidikan gizi melalui komik gizi seimbang terhadap pengetahuan dan sikap pada siswa sdn bendungan di semarang. *J Nutr Coll* [Internet]. 2014;3(4):988–93. Available from: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/article/view/6911>
27. Nuryanto N, Pramono A, Puruhita N, Muis SF. Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi anak Sekolah Dasar. *J Gizi Indones (The Indones J Nutr* [Internet]. 2014;3(1):32–6. Available from: <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jgi/article/view/8751>
28. Fitriani S. *Promosi kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2011.
29. Supardi. *Optimalisasi penggunaan dan pengembangan media pembelajaran untuk profesionalisasi guru*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta; 2009.
30. Lestari, Suci; C SPY. *Media Grafis : Media Komik*. Bandung: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia; 2009.
31. Indriana D. *Ragam alat bantu media pengajaran : mengenal, merancang dan mempraktikkannya*. Yogyakarta: Diva Press; 2011.
32. Tuzzahroh F. *Pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media video, poster dan permainan kwartet gizi terhadap pengetahuan gizi dan status gizi siswa di sekolah dasar negeri karangasem iii kota surakarta*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2015.
33. Siregar R, Sondang S. Efektifitas penyuluhan dengan media poster terhadap peningkatan pengetahuan tentang kebersihan gigi pada siswa/i kelas iii dan iv di sdn 104186 tanjung selamat kecamatan sunggal tahun 2014. *J Ilm PANNMED (Pharmacist, Anal Nurse, Nutr Midwivery, Environ Dent*. 2019;9(2):166–9.

34. Wong, Donna L; Hockenberry-Eaton, Marilyn; Wilson, David; Winkelstein, Marilyn; L SP. Buku Ajar Keperawatan Pediatrik. Jakarta: EGC; 2009.