

VIDEO ANIMASI SEBAGAI MEDIA PENYULUHAN DAPAT MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA TENTANG BAHAYA FAST FOOD

*Animated Video as Counseling Media Can Improve Adolescents' Knowledge
and Attitudes about the Dangers of Fast Food*

Agus Hendra Al Rahmad^{1*}, Siti Fainurryzky Annisa²

¹Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Aceh, Aceh, Indonesia

²Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes
Aceh, Aceh, Indonesia

*Email: 4605.ah@gmail.com

ABSTRACT

Nutritional problems in adolescents are due to poor nutritional intake, which results in an imbalance between intake and needs. The Western diet in adolescents is increasing, one of which is the frequent consumption of fast food. Counseling about the dangers of fast food using print media is less effective, so the use of animated videos is more likely to be utilized as a medium for counseling. The study aimed to measure the benefits of nutrition counseling using animated video media on knowledge and attitudes in adolescents about the dangers of fast food. The research used a quasi-experimental design, which was conducted on adolescents of SMA Negeri 3 Banda Aceh (Senior High School) from January to March 2023. The sample consisted of 40 adolescents in class XI, selected by purposive sampling. Data were collected through an interview using questionnaire, both before and after the intervention. The intervention was conducted through counseling using animated video media on the dangers of fast food. Data analysis was performed using Paired T-test at 95% CI. The result showed there was an increase in knowledge from (59.00) to (87.00) and an increase in attitude from (64.74) to (80.01) about the dangers of fast food. There is an effect of counseling using animated video media on increasing knowledge ($p=0.001$) and attitude ($p=0.019$) of adolescents about the dangers of fast food. In conclusion, the use of animated videos as medium for counseling has significant benefits in increasing adolescents' knowledge and attitudes about the dangers of fast food consumption.

Keywords: *adolescent nutrition, animated video, counselling media, fast food*

ABSTRAK

Masalah gizi pada remaja akibat asupan gizi yang kurang baik menyebabkan ketidakseimbangan antara asupan dengan kebutuhan. Pola makan *western* pada remaja semakin meningkat, salah satunya yaitu seringnya konsumsi *fast food*. Penyuluhan tentang bahaya *fast food* menggunakan media cetak kurang efektif, sehingga penggunaan video animasi lebih mungkin dimanfaatkan sebagai media penyuluhan. Penelitian bertujuan untuk mengukur manfaat penyuluhan gizi menggunakan media video animasi terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja tentang bahaya *fast food*. Metode penelitian menggunakan desain quasy eksperimen, telah dilakukan pada remaja SMA Negeri 3 Banda Aceh pada bulan Januari – Maret 2023. Subjek penelitian adalah remaja kelas XI sebanyak 40 orang, diambil secara purposif sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan teknik wawancara dengan bantuan baik sebelum maupun setelah intervensi. Intervensi dilakukan melalui penyuluhan menggunakan media video animasi tentang bahaya *fast food*. Analisis data menggunakan uji *Paired T-test* pada CI 95%. Hasil, terdapat peningkatan pengetahuan dari (59,00) menjadi (87,00) dan peningkatan sikap dari (64,74) menjadi (80,01) tentang bahaya *fast food*. Terdapat pengaruh penyuluhan menggunakan media

video animasi terhadap peningkatan pengetahuan ($p= 0,001$) dan sikap ($p=0,019$) remaja tentang bahaya *fast food*. Kesimpulan, penggunaan video animasi sebagai media penyuluhan mempunyai manfaat yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang bahaya konsumsi *fast food*.

Kata Kunci: *fast food*, gizi remaja, media penyuluhan, video animasi

PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan zaman dan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) yang sangat cepat membuat manusia dapat melakukan sesuatu dengan sangat mudah, cepat dan praktis. Hal ini mengakibatkan terjadinya perubahan pola dan gaya hidup masyarakat saat ini seperti contohnya semakin maraknya makanan cepat saji atau sering disebut *fast food* [1]. Perubahan gaya hidup ini terjadi karena semakin terhubungnya remaja dengan akses internet, sehingga remaja lebih banyak membuat pilihan mandiri. Pilihan yang dibuat seringkali kurang tepat, dan jika hal itu berhubungan dengan makanan secara tidak langsung dapat menyebabkan masalah gizi.

Beberapa laporan hasil riset nasional menunjukkan bahwa Indonesia mempunyai tiga beban masalah gizi (*triple burden*) yaitu kekurangan gizi (*stunting* dan *wasting*), kekurangan zat gizi mikro (sering disebut sebagai *hidden hunger*), dan kelebihan gizi (kelebihan berat badan dan obesitas). Masalah-masalah gizi tersebut yang muncul pada remaja karena asupan gizi yang belum baik serta pola makan yang salah dan tidak seimbang, sehingga terjadi ketidakseimbangan antara kebutuhan dengan kecukupan gizi [2],[3],[4]. Pola makan yang bersifat kebarat-baratan (*western*) merupakan faktor penyebab masalah gizi pada remaja, dan konsumsi *fast food* sangat dominan oleh kaum millennial. *Fast food* merupakan makanan yang praktis, mudah dikemas, mudah disajikan, dan diolah secara sederhana. Makanan *fast food* sebagian besar diproduksi dengan menggunakan teknologi tinggi dan proses pembuatannya diberikan tambahan zat aditif yang bertujuan untuk mengawetkan dan memberikan cita rasa pada produk tersebut [5]. *Fast food* mempunyai memiliki nilai gizi tinggi kalori, lemak, garam dan gula, tetapi kandungan serat, vitamin, asam askorbat, kalsium dan folat rendah sehingga sangat mungkin dapat menyebabkan terjadinya masalah gizi apabila dikonsumsi oleh remaja [6].

Sebesar 69% masyarakat perkotaan di Indonesia mengonsumsi *fast food*. Di antara mereka, sebesar 33% memilih makan siang di restoran cepat saji, 25% memilih makan malam, 9% memilih *fast food* sebagai camilan, dan sebesar 2% yang memilihnya sebagai sarapan. Hal ini menunjukkan peningkatan konsumsi *fast food* di Indonesia [7]. Penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa remaja yang sering mengonsumsi *fast food* memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan masalah gizi [8]. Untuk mencegah masalah ini, pendidikan gizi perlu ditingkatkan, Maka dari itu, pendidikan gizi untuk mencegah masalah ini perlu ditingkatkan dengan fokus pada pengetahuan dan sikap remaja terhadap makanan cepat saji melalui media dalam mendukung edukasi gizi [9].

Media audiovisual merupakan alat pendidikan kesehatan yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat. Penyampaian informasi melalui media ini lebih menarik dan tidak membosankan karena menggunakan gerak, gambar, dan suara. Kelebihan media video animasi adalah kemampuannya menyajikan pesan dengan cara yang menarik, memudahkan audiens dalam mengingat informasi, serta dapat diulang-ulang [10],[11].

Oleh karena itu, mengingat perubahan gaya hidup masyarakat modern, terutama remaja, semakin dipengaruhi oleh kemudahan dan kepraktisan teknologi, memunculkan tren meningkatnya konsumsi *fast food*. Masalah gizi kompleks seperti *triple burden* (kekurangan gizi, kekurangan zat gizi mikro, dan kelebihan gizi)

memengaruhi remaja, disebabkan oleh asupan gizi yang tidak memadai dan pola makan yang tidak seimbang [12],[13]. Konsumsi *fast food*, yang tinggi kalori dan rendah nutrisi, menjadi salah satu faktor utama dalam masalah akan digali dalam studi ini. Dengan demikian, penelitian ini memberikan penekanan pada penggunaan media video animasi sebagai alat penyuluhan gizi yang inovatif. Dengan memanfaatkan keunggulan media audiovisual yaitu berupa video animasi, penyampaian informasi tentang bahaya *fast food* menjadi lebih menarik dan efektif [14], [15]. Pendekatan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baru dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap makanan cepat saji, sehingga dapat mengurangi dampak negatif konsumsi *fast food* terhadap kesehatan mereka.

Berdasarkan uraian di atas, maka telah jelas bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengukur manfaat penyuluhan gizi menggunakan media video animasi tentang bahaya *fast food* terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja SMA Negeri 3 Banda Aceh. Hal ini disebabkan oleh hasil observasi yang diamati oleh penulis yaitu SMA Negeri 3 Banda Aceh berada di lokasi yang strategis dan di pusat kota, sehingga di lingkungan sekitar SMA ini terdapat banyak sekali restoran *franchise* yang menjual dan menyediakan makanan *fast food*. Seperti contohnya adalah bakso, ayam goreng tepung, kebab, mie, *hamburger*, pizza, dan sebagainya. Dengan alasan tersebut penelitian tentang *fast food* ini sangat relevan dan efektif dilakukan di SMA Negeri 3 Banda Aceh.

METODE

Penelitian kuantitatif menggunakan desain *Quasi Experiment* (Eksperimen Semu) dengan rancangan *one group pre-test* dan *post-test design*, telah dilakukan di SMA Negeri 3 Banda Aceh, sejak pada bulan Januari hingga Maret 2023. Besar sampel dihitung menggunakan persamaan uji hipotesis rata-rata satu kelompok populasi, dan diperoleh sebanyak 40 orang, dengan teknik pengambilannya dilakukan secara *purposive sampling*. Kriteria inklusi yaitu siswa berusia >15 tahun, bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian (*informed consent*), berada di kelas X dan XI, dapat memberikan informasi identitas yang lengkap dan akurat pada kuesioner, dan secara fisik hadir pada saat pengambilan data, sedangkan yang tidak memenuhi kriteria inklusi yang tidak bisa diikutkan dalam penelitian ini seperti siswa tidak memberikan persetujuan atau tidak bersedia untuk berpartisipasi, tidak mengisi kuesioner dengan lengkap, tidak hadir pada saat pengambilan data, memiliki kondisi fisik atau kesehatan yang memengaruhi kemampuan mereka untuk mengikuti intervensi.

Pengumpulan data dalam penelitian terdiri data identitas responden, pengetahuan, dan sikap responden dikumpulkan melalui kuesioner yang diisi oleh responden. Pengumpulan data dilakukan sebelum dan sesudah intervensi penyuluhan. Data identitas responden meliputi informasi seperti nama, dan tanggal lahir. Data pengetahuan (25 butir) dan sikap (25 butir) terkait bahaya *fast food* dikumpulkan melalui pertanyaan yang disesuaikan dengan variabel penelitian. Kuesioner belum dilakukan uji validasi dan reliabilitas.

Data pengetahuan dan sikap yang telah diperoleh jawabannya dari kuesioner dikodekan sesuai dengan skala penilaian yang telah ditentukan sebelumnya. Setiap jawaban yang tepat akan diberi skor sesuai dengan kriteria penilaian. Skor dari setiap responden akan dijumlahkan untuk mendapatkan skor total pengetahuan dan sikap, antara sebelum dengan setelah intervensi.

Penelitian dimulai dengan persiapan yang meliputi perencanaan tujuan, materi, durasi, dan metode penyuluhan. Materi penyuluhan dirancang sesuai dengan tujuan penelitian dan informasi yang perlu disampaikan tentang bahaya *fast food* kepada remaja. Media video animasi dipersiapkan dengan teliti untuk memastikan kualitasnya. Pelaksanaan penyuluhan dilakukan di SMA Negeri 3 Banda Aceh dengan peserta dari

siswa kelas XI. Penyuluhan dimulai dengan pengenalan materi dan tujuan penyuluhan, diikuti dengan pemutaran media video animasi tentang bahaya *fast food*. Penayangan video animasi dilakukan sebanyak 2 kali yaitu pada hari pertama setelah *pretest* dan hari ke tujuh saat sebelum *posttest*, dengan durasi 6 menit. Selama sesi penayangan video, fasilitator memberikan penjelasan tambahan dan contoh kasus serta menyelenggarakan diskusi dan sesi tanya jawab. Evaluasi singkat dilakukan setelah sesi (*post test*) untuk mengukur pemahaman peserta dan menilai efektivitas penyuluhan. Hasil evaluasi digunakan untuk membuat rekomendasi dan perbaikan pengetahuan dan sikap remaja. Intervensi ini diharapkan meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap bahaya konsumsi *fast food*.

Uji statistik yang digunakan adalah uji Paired T-test untuk mengukur perbedaan antara sebelum dan sesudah intervensi penyuluhan. Nilai signifikansi (*p-value*) akan dihitung untuk menentukan apakah perbedaan tersebut signifikan atau tidak, pada CI 95%. Penelitian telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Poltekkes Kemenkes Aceh, dengan nomor: Dp.04.03/12.7/060/2023.

HASIL

Berdasarkan karakteristik subjek penelitian pada tabel 1 mendeskripsikan bahwa jenis kelamin subjek lebih dominan berjenis kelamin perempuan (80%) dan remaja yang terlibat sebagai subjek penelitian lebih dominan berusia 15 tahun (52,5%).

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Remaja	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	8,0	20,0
Perempuan	32,0	80,0
Umur		
15 Tahun	21,0	52,5
16 Tahun	19,0	47,5

Tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata tingkat pengetahuan remaja sebelum dilakukan penyuluhan adalah 59,00 dengan standar deviasi 15,123 dan setelah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan remaja yaitu meningkat menjadi 87,00 dengan standar deviasi 8,956. Perubahan juga terjadi pada sikap remaja tentang makanan cepat saji (*fast food*). Hasil penelitian rata-rata tingkat sikap remaja sebelum dilakukan penyuluhan adalah 64,74 dengan standar deviasi 10,678 dan terjadi peningkatan setelah dilakukan penyuluhan yaitu sebesar 80,01 dengan standar deviasi 10,256 pada remaja di SMA Negeri 3 Banda Aceh.

Tabel 2. Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Makanan Cepat Saji (Fast Food).

Variabel Penelitian	n	Rata-rata	Standar Deviasi
Pengetahuan			
Sebelum Penyuluhan	40	59,00	15,123
Setelah Penyuluhan	40	87,00	8,956
Sikap			
Sebelum Penyuluhan	40	64,74	10,678
Setelah Penyuluhan	40	80,01	10,256

Hasil analisis secara bivariat (Tabel 3) menggunakan uji *Dependen T-Test*. Hasil uji statistik pada variabel pengetahuan dengan CI 95% diperoleh *p-value* = 0,000 (*p-value* < 0,05). Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima dapat disimpulkan bahwa penyuluhan gizi tentang makanan makanan cepat saji dengan menggunakan media video animasi secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan remaja di SMA Negeri 3 Banda Aceh kelas X. Selanjutnya, hasil uji statistik pada variabel sikap dengan CI 95% diperoleh *p-value* = 0,000 (*p-value* < 0,05). Hal ini menunjukkan bahwa

Ho ditolak dan Ha diterima dapat disimpulkan bahwa penyuluhan gizi tentang makanan makanan cepat saji (*fast food*) dengan menggunakan media video animasi secara signifikan dapat meningkatkan sikap remaja di SMA Negeri 3 Banda Aceh kelas XI.

Tabel 3. Pengaruh Penyuluhan Gizi Tentang Makanan Cepat Saji (Fast Food) Dengan Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Remaja

Variabel Penelitian	n	Selisih Rerata \pm SD	CI : 95%	Nilai P
Pengetahuan				
Sebelum Penyuluhan	40	18,094 \pm 2,86	22,2 ; 33,7	0,001
Sesudah Penyuluhan				
Sikap				
Sebelum Penyuluhan	40	16,572 \pm 3,49	9,97 ; 20,57	0,019
Sesudah Penyuluhan				

*uji *Paired T-test* dengan CI 95%.

PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa penyuluhan gizi tentang makanan makanan cepat saji (*fast food*) dengan menggunakan media video animasi secara signifikan dapat meningkatkan sikap remaja di SMA Negeri 3 Banda Aceh kelas XI. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ayu Wulandari (2021) dengan hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata pengetahuan siswa-siswi kelas XI tentang fast food sebelum dan sesudah pada kelompok dengan media video yaitu didapatkan nilai sebesar 4,85 dan sesudah diberikan edukasi menjadi 9,70 dan pada media leaflet yaitu didapatkan nilai sebesar 4,60 dan sesudah diberikan edukasi fast food sebesar 8,20 setelah diberikan edukasi melalui media leaflet. Dapat diketahui bahwa edukasi gizi dengan menggunakan media video dapat lebih meningkatkan pengetahuan dibandingkan dengan menggunakan media leaflet [16]. Pengetahuan dan sikap remaja dapat meningkat setelah diberikan edukasi dikarenakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi pengetahuan dan sikap adalah pendidikan. Dalam penelitian ini diberikan pendidikan kesehatan dengan memberikan penyuluhan, dimana hal ini tentunya dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja setelah diberikan penyuluhan.

Hal ini dapat dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Puja Indah Lestari (2021) tentang pengaruh penyuluhan gizi melalui media animasi dan leaflet terhadap pengetahuan dan sikap tentang makanan cepat saji pada remaja di Desa Binjai dengan hasil penelitian ada perbedaan skor pengetahuan dan sikap pada remaja sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi melalui media animasi dan media leaflet ($p < 0,05$) dan penyuluhan gizi melalui media animasi dan leaflet berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja tentang makanan cepat saji [17].

Pengetahuan merupakan hasil penginderaan seseorang terhadap obyek tertentu yang didapatkan oleh seseorang setelah melakukan pengindraan terhadap objek tertentu. Pengindraan ini dapat terjadi melalui panca indra manusia seperti: indra pendegaran, penglihatan, penciuman, perabaan dan perasaan. Pengetahuan manusia sebagian besar diperoleh dengan melalui telinga dan mata. Pengetahuan yang telah diperoleh oleh seseorang tentu saja tidak terlepas dari pendidikan, pengetahuan gizi yang didapat oleh seseorang dengan suatu pendidikan akan menanamkan pengetahuan, sikap, perilaku dan kebiasaan yang baik. Ada berbagai cara dalam memperoleh pengetahuan seperti melalui penyuluhan, pendidikan, pelatihan, seminar dan membaca [18],[19].

Sikap adalah suatu reaksi yang bersifat tertutup dari diri seseorang terhadap objek atau stimulus [20]. Sikap merupakan pendapat, tanggapan, pandangan, penilaian, dan perasaan seseorang terhadap suatu objek atau stimulus yang disertai dengan sifat kecenderungan untuk melakukan suatu tindakan [21]. Hal ini terjadi dikarenakan sikap ialah predisposisi atau penentu yang dapat memunculkan suatu perilaku yang sesuai

dengan sikap. Sikap dapat muncul tentunya diawali dari pengetahuan yang dikemudian dipersepsikan sebagai suatu hal yang positif atau baik dan hal yang negatif atau tidak baik yang kemudian direalisasikan kedalam dirinya [22]. Dari penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa perubahan sikap seseorang dapat dipengaruhi oleh pengetahuan dan pendidikan yang dimiliki oleh seseorang. Dalam perubahan perilaku harus dilakukan dengan strategi dengan memberikan informasi untuk meningkatkan pengetahuan agar timbul kesadaran yang akan merubah perilaku seseorang sesuai dengan pengetahuannya. Pengetahuan dan pendidikan tersebut didapatkan dengan berbagai macam cara salah satunya yaitu dengan melalui proses penyuluhan [23].

Penyuluhan dengan menggunakan media video animasi memiliki kelebihan yaitu menarik untuk dilihat oleh sasaran, dapat menghemat waktu dan dapat diputar berulang-ulang, sehingga hal ini dapat memudahkan proses penyerapan pengetahuan atau informasi tentang materi yang disampaikan [24]. Video animasi ini termasuk ke dalam media audio visual dikarenakan melibatkan indra penglihatan dan indra pendengaran, sehingga mempermudah dalam mengenali dan mengingat kembali apa yang telah disampaikan [25],[26],[27]. Sehingga dengan melakukan penyuluhan dengan menggunakan media video animasi dapat lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap pada remaja. Berikut ini adalah gambar cuplikan dari video animasi tentang *fast food* yang menjadi media pada penelitian ini. Pada video animasi tentang makanan cepat saji (*fast food*) yang dapat dilihat pada gambar 1 terdapat berbagai penjelasan terkait *fast food* seperti pengertian dari makanan cepat saji (*fast food*), ciri-ciri dari makanan cepat saji (*fast food*), makanan yang termasuk dalam makanan cepat saji (*fast food*), jenis dari makanan cepat saji (*fast food*), perbedaan dari *fast food western* dan *fast food tradisional*, dampak negatif yang ditimbulkan dari makanan cepat saji (*fast food*), dan upaya yang dapat dilakukan untuk meminimalisir terjadi dampak negatif dari makanan cepat saji (*fast food*) seperti yang terdapat pada gambar dibawah ini.



Gambar 1. Cuplikan Video Animasi Tentang Makanan Cepat Saji (*Fast Food*)

SIMPULAN

Penyuluhan dengan menggunakan media video animasi secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang bahaya konsumsi *fast food* yang tidak benar di SMA Negeri 3 Banda Aceh. remaja tentang bahaya konsumsi *fast food* di SMA Negeri 3 Banda Aceh. Saran, perlu dilakukan promosi kesehatan dari pihak dinas kesehatan dengan dalam membatasi *trend* konsumsi makanan cepat saji melalui penyuluhan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Aceh yang telah berkontribusi dalam penelitian ini dan kepada SMA Negeri 3 Banda Aceh telah memberikan izin untuk melaksanakana penelitian ini.

DAFTAR RUJUKAN

- [1] S. Sutrisno, D. C. Pratiwi, I. Istiqomah, K. J. Baba, L. E. Rifani, and M. A. Ningtyas, "Edukasi Bahaya Junk Food (Makanan dan Snack) dan Jajan Sembarangan dikalangan Remaja," *J. Community Engagem. Heal.*, vol. 1, no. 1, pp. 7–10, 2018.
- [2] Kemenkes RI, *Buku Saku: Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021*, Edisi 1. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021.
- [3] Kemenkes RI, *Survei Status Gizi SSGI 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2022.
- [4] O. I. Najahah, P. Kementrian, and K. Mataram, "Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Pada Remaja Putri Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Di Pondok Pesantren Islam Nw Penimbung," *MEDIA BINA Ilm.*, vol. 12, no. 10, pp. 467–474, May 2018, doi: 10.33758/MBI.V12I10.79.
- [5] A. D. Valoka and H. Reinaldi, "Dampak Negatif Makanan Cepat Saji Terhadap Kesehatan Tubuh Manusia Di Kota Bandung Melalui Still Life Photography.," *Fotografi & Film*, 2017.
- [6] T. Shah, G. Purohit, S. P. Nair, B. Patel, Y. Rawal, and R. M. Shah, "Assessment of obesity, overweight and its association with the fast food consumption in medical students," *J. Clin. diagnostic Res. JCDR*, vol. 8, no. 5, p. CC05, 2014.
- [7] N. M. Sihaloho, "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Pemilihan Makanan Cepat Saji Modern (Fast Food) pada Pelajar di SMA Swasta Cahaya Medan," *Prodi Kesehat. Masyarakat, Univ. Sumatera Utara, Medan*, 2012.
- [8] T. S. L. Hanum and A. P. Dewi, "Hubungan antara Pengetahuan dan Kebiasaan Mengkonsumsi Fast Food dengan Status Gizi pada Remaja." Riau University, 2015.
- [9] Y. Fitri, A. H. Al Rahmad, S. Suryana, and N. Nurbaiti, "Pengaruh penyuluhan gizi tentang jajanan tradisional terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku jajan anak sekolah," *AcTion Aceh Nutr. J.*, vol. 5, no. 1, pp. 13–18, 2020, doi: 10.30867/action.v5i1.186.
- [10] R. E. Kapti, "Efektifitas Audiovisual Sebagai Media Penyuluhan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Tatalaksana Balita Dengan Diare Di Dua Rumah Sakit Kota Malang," 2013.
- [11] S. E. D. Jatmika, M. Maulana, Kuntoro, and S. Martini, *Buku Ajar Pengembangan Media Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: K-Media, 2019.
- [12] G. S. Jonatan, J. Februhartanty, and S. Bardosono, "The role of food and beverage marketing on adolescents' food choices: A qualitative study," *Int. Public Heal. J.*, vol. 14, no. 1, pp. 85–94, 2022.
- [13] H. G. Janssen, I. G. Davies, L. D. Richardson, and L. Stevenson, "Determinants of takeaway and fast food consumption: a narrative review," *Nutr. Res. Rev.*, vol. 31, no. 1, pp. 16–34, 2018, doi: DOI: 10.1017/S0954422417000178.
- [14] S. Berney and M. Bétrancourt, "Does animation enhance learning? A meta-analysis," *Comput. Educ.*, vol. 101, pp. 150–167, 2016, doi:

- <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2016.06.005>.
- [15] P. Knapp, N. Benhebil, E. Evans, and T. Moe-Byrne, "The effectiveness of video animations in the education of healthcare practitioners and student practitioners: a systematic review of trials," *Perspect. Med. Educ.*, vol. 11, no. 6, pp. 309–315, 2022, doi: 10.1007/s40037-022-00736-6.
- [16] A. Wulandari, K. Kamsiah, M. Haya, M. Meriwati, and A. Rizal, "Perbedaan Edukasi Gizi tentang Fast Food melalui Video dan Leaflet terhadap Pengetahuan pada Remaja di SMA Negeri 2 Kota Bengkulu Tahun 2021." Poltekkes Kemenkes Bengkulu, 2021.
- [17] P. I. Lestari, "Pengaruh Penyuluhan Gizi Melalui Media Animasi Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Makanan Cepat Saji Pada Remaja Di Desa Binjai." Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2021.
- [18] S. Notoatmodjo, H. Anwar, N. H. Ella, and K. Tri, "Promosi kesehatan di sekolah," *Jakarta: rineka cipta*, vol. 21, p. 23, 2012.
- [19] D. Ningrum, D. K. Setiadi, A. P. Sejati, and R. N. Fauziyah, "Pengaruh Pendidikan Berbasis Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Protein Hewan Untuk Mencegah Balita Stunting," *J. Ris. Kesehat. Poltekkes Depkes Bandung*, vol. 16, no. 1, pp. 238–251, 2024, doi: 10.34011/juriskesbdg.v16i1.2411.
- [20] N. A. Putri and A. Setianingsih, "Hubungan pengetahuan dan sikap terhadap perilaku personal hygiene mentruasi," *J. Ilmu Kesehat. Masy.*, vol. 5, no. 1, pp. 15–23, 2016.
- [21] Y. Suharyat, "Hubungan antara sikap, minat dan perilaku manusia," *J. Reg.*, vol. 1, no. 3, pp. 1–19, 2009.
- [22] A. Rinaldi, "Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Personal Hygiene dengan Terjadinya Diare pada Anak di Puskesmas Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar," *Skripsi Fak. Kedokt. Syiah Kuala. H*, pp. 40–49, 2016.
- [23] D. E. Nugrahaeni, "Pencegahan Balita Gizi Kurang Melalui Penyuluhan Media Lembar Balik Gizi Prevention Of Undernourished Children Through Nutrition Education Using Nutrition Flipchart," *Amerta Nutr*, vol. 2, no. 1, pp. 113–124, 2018, doi: 10.20473/amnt.v2i1.2018.113-124.
- [24] Y. Herliani, H. Isnaini, and P. Puspitasari, "Penyuluhan Pentingnya Literasi di Masa Pandemi pada Siswa SMK Profita Bandung Tahun Ajaran 2020/2021," *Community Dev. J.*, vol. 1, no. 3, pp. 277–283, 2020.
- [25] D. Maryam, F. Febiola, S. D. Agami, and U. Fawaida, "Inovasi Media Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Melalui Media Audiovisual," *Terampil J. Pendidik. Dan Pembelajaran Dasar*, vol. 7, no. 1, pp. 43–50, 2020.
- [26] W. Priawantiputri, U. Mahmudah, M. Rahmat, and I. Rahmawati, "Video Animasi dan PPT dapat Meningkatkan Pengetahuan tentang Konsumsi Sayur dan Buah pada Siswa Sekolah Dasar," *Media Penelit. dan Pengemb. Kesehat.*, vol. 33, no. 4, pp. 268–275, 2023.
- [27] A. I. Ramadhani, T. R. Andayani, and N. H. Hikmayani, "Media Video Animasi Mindful Eating Dapat Digunakan untuk Membantu Mengatasi Disordered Eating pada Mahasiswa," *Media Penelit. dan Pen.*, vol. 34, no. 3, pp. 641–653, 2024.