

# JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

## Pengaruh Media *Short Education Movie* (SEM) Terhadap Perilaku Makan Buah dan Sayur Pada Anak Usia Sekolah

### *The Influence of Short Education Moview (SEM) Media on Fruit and Vegetable Eating Behavior in School Age Children*

Yosefina Nelista, Pembronia Nona Fembi

Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Nusa Nipa

#### Article Info

##### Article History

Received: 24 Jan 2024

Revised: 06 Feb 2024

Accepted: 12 Feb 2024

#### ABSTRACT / ABSTRAK

*Getting school-age children used to eating food with a balanced nutritional menu is important. At this age, children need adequate nutritional intake, especially fruit and vegetables, to achieve age-appropriate growth and development. The aim of this research is to analyze the influence of short educational film media on fruit and vegetable eating behavior in school-aged children. The type of research used in this research is a quasi-experiment with a one group pretest posttest design. The population in this study was all school age children in grades 4-6, totaling 45 people. The sampling technique uses purposive sampling technique. The instrument used in this research was the Food Frequency Questionnaire. The statistical test used is Wilcoxon. The results showed that the mean pretest value was 1.49 and the mean posttest was 2.56, meaning that there was an increase in fruit and vegetable eating behavior before and after being given the short education moview. The statistical test results obtained a significant value of  $0.000 < 0.05$  so it can be concluded that there is an influence of short education moview on the behavior of eating fruit and vegetables in school-aged children. It is hoped that schools can use short educational films as educational media for students and motivate students to consume fruit and vegetables.*

**Keywords:** *Short education movie, behavior, fruit, vegetable*

Membiasakan anak usia sekolah untuk mengonsumsi makanan dengan menu gizi seimbang menjadi suatu hal yang penting. Pada usia tersebut anak membutuhkan asupan gizi yang adekuat khususnya buah dan sayur untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan sesuai usia. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis pengaruh media *short education moview* terhadap perilaku makan buah dan sayur pada anak usia sekolah. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu *quasy experiment* dengan desain penelitian *one group pretest posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua anak usia sekolah kelas 4-6 sebanyak 45 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Food Frequency Questionnaire*. Uji statistik yang digunakan yaitu uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai mean *pretest* sebesar 1,49 dan mean *posttest* sebesar 2,56 artinya terjadi peningkatan perilaku makan buah dan sayur sebelum dan setelah diberikan media *short education movie*. Hasil uji statistik diperoleh nilai signifikan (*p value*) sebesar  $0.000 < 0.05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh media *short education moview* terhadap perilaku makan buah dan sayur pada anak usia sekolah. Diharapkan pihak sekolah bisa menggunakan media *short education moview* sebagai media edukasi kepada siswa dan memotivasi siswa untuk mengonsumsi buah dan sayur.

**Kata kunci:** Short education movie, perilaku, buah, sayur

#### Corresponding Author:

Name : Yosefina Nelista  
Affiliate : Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Nusa Nipa  
Address : Jl. Kesehatan No. 3, Kelurahan Beru, Kecamatan Alok Timur  
Email : nelistayosefina@gmail.com

## PENDAHULUAN

Membiasakan anak usia sekolah untuk mengonsumsi makanan dengan menu gizi seimbang menjadi suatu hal yang penting. Anak usia sekolah merupakan masa dimana perkembangan sosial, intelektual dan emosional yang pesat bagi anak. Pada usia tersebut anak membutuhkan asupan gizi yang adekuat khususnya buah dan sayur untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan sesuai usia. Sayur dan buah merupakan salah satu kebutuhan nutrisi yang jarang disukai dan seringkali diabaikan oleh anak usia sekolah, mereka cenderung lebih menyukai makanan yang menarik dan enak namun tidak memiliki kualitas gizi yang baik. Pentingnya konsumsi sayur sebagai bagian integral dari menu harian tidak boleh diabaikan, karena hal ini merupakan syarat penting dalam mencapai menu gizi yang seimbang. (Puastiningsih, S., Efendi, F., Rachmawati, P. D., & Kristiawati.,2020). Anak harus terbiasa untuk mengonsumsi buah dan sayur karena apabila menerapkan makanan sehat dan bergizi seimbang sejak dini, maka kebiasaan tersebut akan berpengaruh hingga anak tumbuh dewasa nanti (Nelista, Y., Fembi, P.N. and Elfi, T., 2023).

Menurut data World Health Organization (WHO) dan Food and Agriculture Organization (FAO) menyatakan bahwa kurang mengonsumsi buah dan sayur dapat menyebabkan penyakit kanker saluran pencernaan sebesar 14%, penyakit jantung coroner (PJK) sebanyak 11% dan stroke sebesar 9% (WHO, 2019). Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 diperoleh data bahwa konsumsi sayur per hari dalam seminggu yaitu sebanyak  $\leq 10\%$ , yang berarti bahwa sebanyak 90% penduduk di Indonesia tidak mengonsumsi sayur dan buah (KEMENKES RI, 2018). Hasil survei konsumsi buah dan sayur nasional yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik, ditemukan nilai rata-rata konsumsi buah individu menurun selama 2 tahun dari 35,64 Kkal menjadi 30,39 Kkal pada 2013 dan 37,76 Kkal menjadi 36,15 Kkal pada 2014 (BPS, 2014). Kementerian Kesehatan Indonesia telah membentuk Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) dengan tujuan untuk menghasilkan derajat dan kesehatan masyarakat yang lebih baik salah satunya ialah membiasakan diri untuk memakan buah dan sayur yang berlaku untuk seluruh masyarakat tanpa batasan umur.

Hasil studi pendahuluan di SDI SATAP Wolomapa terhadap 10 orang anak sekolah dasar, 4 orang (40%) menyatakan bahwa mereka hanya mengonsumsi buah dan sayur 1 porsi saja dalam sehari, hal ini tidak sesuai dengan porsi konsumsi buah dan sayur yang direkomendasikan oleh WHO, yaitu 400 g (5 porsi) per hari, 2 orang (20%) menyatakan suka makan sayur dan buah walaupun dalam jangka waktu konsumsi yang jarang, 4 orang (40%) menyatakan tidak mau mengonsumsi buah dan sayur dengan alasan tidak enak dan bau. Pada saat ditanya mengenai pencernaan, kebanyakan dari anak-anak menjawab buang air besar dengan jangka waktu 2 hari sekali hal tersebut yang menyebabkan pencernaan menjadi tidak lancar akibat kekurangan serat dan cairan. (Sumber: Data Primer SDI SATAP Wolomapa, 2023).

Banyak faktor yang menjadi penyebab anak-anak kurang terbiasa mengonsumsi sayur dan buah, diantaranya adalah dari factor karakteristik anak/individu, karakteristik orang tua dan factor lingkungan. Anak-anak lebih menyukai makanan *junk food* yang mayoritas tidak menyediakan menu sayur dan buah. Orang tua memiliki peran yang penting dalam menu makanan yang dikonsumsi oleh anak, selain orang tua juga perlu adanya keseimbangan dengan perilaku anak. Perilaku anak dalam mengonsumsi sayur dan buah perlu ditingkatkan dengan cara meningkatkan kapasitas pengetahuan anak usia sekolah tentang pentingnya sayur dan

buah melalui pendidikan kesehatan. namun, pendidikan kesehatan jarang yang mampu menarik perhatian anak-anak jika dengan metode yang kurang tepat (Puastiningsih, S, Efendi, F, Rachmawati, PD & Kristiawati, 2020).

Pendidikan kesehatan dengan metode yang tepat akan mampu menarik perhatian anak dan nantinya mampu menjadi fasilitas bagi anak untuk belajar tentang perilaku mengkonsumsi buah dan sayur. Salah satu metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah Short Education Movie (SEM). Menurut penelitian sebelumnya oleh Kabadayi (2012) di Ege University, İzmir, Turkey, mengatakan bahwa Belajar dengan menggunakan film memperoleh arti penting yang signifikan untuk menarik perhatian untuk waktu yang lama dan juga memberi siswa keterampilan bercerita, yang memungkinkan mereka memiliki kompetensi untuk melihat lingkungan dan kejadiannya. *Short education movie* berdampak pada perubahan atau meningkatkan pengetahuan karena cepat dan mudah dipahami serta mendorong kreativitas siswa (Suhailah, 2019). Penggunaan SEM melibatkan media audio-visual dapat menstimulasi indra penglihatan dan indra pendengaran secara bersamaan. dimana 83% pengetahuan seseorang dapat diperoleh melalui indra penglihatan dan 11% lainnya dipengaruhi oleh indra pendengaran (Febriyanti, H.N., Rizqiea, N.S. and Wulanningrum, D.N., 2023).

*Short education movie* mempunyai kemampuan yang baik dan jelas karena kemampuannya untuk menampilkan gambar secara langsung dan didukung dengan kemampuan menghasilkan suara (Kristanto et al., 2023). Media audio-visual yang digunakan pada penelitian ini berupa film yang diperankan oleh tokoh anak. Alur cerita yang disampaikan menggambarkan kisah kehidupan sehari-hari seorang anak sekolah dasar sehingga dapat lebih mudah dipahami oleh anak dan didalam film ini membahas pula tentang jenis buah dan sayur, manfaat mengkonsumsi buah dan sayur serta efek yang terjadi apabila tidak mengkonsumsi buah dan sayur. Berdasarkan permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh media *short education moview* terhadap perilaku makan buah dan sayur pada anak usia sekolah. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis pengaruh media *short education moview* terhadap perilaku makan buah dan sayur pada anak usia sekolah.

## BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu *quasy experiment* dengan desain penelitian *one group pretest posttest design*. Desain penelitian ini hanya memberikan intervensi pada satu kelompok anak usia sekolah, tanpa pembandingan. Populasi dalam penelitian ini adalah semua anak usia sekolah kelas 4-6 sebanyak 45 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi: anak usia sekolah kelas 4–6 yang masih aktif sekolah, para siswa yang dengan sukarela setuju untuk menjadi responden dan memberi tanda tangan pada lembar *informed consent*, serta mengikuti proses penelitian secara menyeluruh. Sedangkan kriteria eksklusi antara lain murid yang absen atau alpa serta murid yang tidak kooperatif saat penelitian berlangsung. Variabel dalam penelitian ini variabel independen: penerapan *short education moview* dan variabel dependen: perilaku makan buah dan sayur pada anak.

Instrumen perilaku makan buah dan sayur anak prasekolah diukur dengan menggunakan FFQ (*Food Frequncy Questionnaire*). Penelitian dilaksanakan setelah peneliti mendapatkan surat kelayakan Etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Nusa Nipa. Pengumpulan data pada penelitian ini meliputi:

1) *Pretest*. Peneliti memberikan informasi kepada responden terkait penelitian dan meminta persetujuan responden. Apabila responden setuju maka diberikan kesempatan untuk menandatangani *informed consent*. Peneliti melakukan pretest dengan mengukur perilaku makan sayur buah dan sayur pada anak sekolah sebelum penerapan *short education movie*. 2) *Intervensi*. Memberikan pendidikan Kesehatan dengan media *short education movie* memakai laptop dan LCD. Pemutaran film pertama dilakukan dengan durasi waktu 15 menit. Selanjutnya, dilakukan sesi diskusi atau tanya jawab antara peneliti dan responden selama 10 menit. Hari kedua dilakukan pemutaran tahap ke 2 *short education movie* (SEM) dengan durasi waktu 15 menit dan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. 3) *Posttest*. Setelah pemberian intervensi selama 2 hari, peneliti mengukur kembali perilaku makan sayur buah dan sayur pada anak sekolah. Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat serta bivariat. Uji normalitas data dilakukan untuk menentukan data berdistribusi normal atau tidak. Hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansinya  $0.000 < 0.05$  yang artinya bahwa data tidak berdistribusi normal, sehingga uji yang digunakan adalah uji Wilcoxon. Etika penelitian meliputi *informed consent, anonymity, confidentiality, justice, beneficence dan nonmaleficence*.

## HASIL

**Tabel 1.** Karakteristik responden

Variabel	Karakteristik responden		
	Frekuensi	%	
Usia (tahun)	9	18	40
	10	15	33,3
	11	8	17,8
	12	4	8,9
Jenis kelamin	Laki-laki	24	53,3
	Perempuan	21	46,7

Sumber: Data Primer, 2023

Karakteristik responden berdasarkan usia, paling banyak berusia 9 tahun yaitu sebesar 18 orang (40%) dan jenis kelamin paling banyak laki-laki yaitu sebanyak 24 orang (53,3%).

**Tabel 2.** Distribusi perilaku makan buah dan sayur sebelum dan setelah diberikan media *short education movie*

Kategori	Pretest		Posttest	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Baik	5	11,1	28	62,2
Cukup	12	26,7	14	31,1
Kurang	28	62,2	3	6,7
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100</b>	<b>45</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer (diolah), 2023

Hasil menunjukkan bahwa perilaku makan buah dan sayur sebelum diberikan intervensi paling banyak berada pada kategori kurang yaitu sebanyak 28 orang (62,2%) dan paling sedikit berada pada kategori baik yaitu sebesar 5 orang (11,1%). Setelah diberikan

intervensi perilaku makan buah dan sayur paling banyak berada pada kategori baik yaitu sebanyak 28 orang (62,2%) dan paling sedikit berada pada kategori kurang yaitu sebanyak 3 orang (6,7%). Tabel di atas menunjukkan terjadi peningkatan perilaku makan buah dan sayur sebelum dan setelah diberikan intervensi media *short education movie*.

**Tabel 3.** Normalitas data

Variabel	Statistik	Shapiro-Wilk	
		Df	Sig
<b>Perilaku makan buah dan sayur</b>			
Pretest	0,688	45	0,000
Posttest	0,685	45	0,000

Sumber: Data Primer (diolah), 2023

Hasil uji normalitas diperoleh nilai *p value* sebelum dan sesudah diberikan media *short education movie* masing-masing 0,000 yang berarti data tidak terdistribusi normal, sehingga uji statistic yang digunakan yaitu non-parametrik dengan uji Wilcoxon.

**Tabel 4.** Analisis Pengaruh Media *Short Education Movie* Terhadap Perilaku Makan Buah dan Sayur Pada Anak Usia Sekolah

Metode	Variabel	Mean		SD		Z hitung	Z tabel	P value
		Pre	Post	Pre	Post			
<i>Short education movie</i>	Perilaku makan buah dan sayur	1,49	2,56	0,695	0,624	5,355	1,96	0,000

Sumber: Data Primer (diolah), 2023

Tabel di atas menunjukkan bahwa mean *pretest* sebesar 1,49 dan mean *posttest* sebesar 2,56 artinya terjadi peningkatan perilaku makan buah dan sayur sebelum dan setelah diberikan media *short education movie*. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon pada tabel di atas diperoleh nilai Z hitung 5,355 dan Z tabel untuk sampel kurang dari 1000 sebesar 1.96, karena Z hitung > Z tabel (5.855>1.96) dan nilai signifikan (*p value*) sebesar 0.000 < 0.05 maka H0 ditolak dan Ha diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh media *short education movie* terhadap perilaku makan buah dan sayur pada anak usia sekolah.

## PEMBAHASAN

Buah dan sayur diperlukan tubuh sebagai zat gizi mikro dan sumber berbagai vitamin, mineral, dan serat pangan yang penting bagi pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan tubuh. Sebagian vitamin dan mineral yang terdapat dalam sayur dan buah mempunyai fungsi sebagai antioksidan sehingga dapat mengurangi kejadian penyakit tidak menular terkait gizi, sebagai dampak dari kelebihan atau kekurangan gizi (Widani, N.L., 2019). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan media *short education movie* dari 45 responden, paling banyak terdapat 28 responden (62,2%) yang memiliki perilaku makan buah dan sayur yang kurang. Hal ini menunjukkan bahwa banyak anak usia sekolah yang tidak mau mengonsumsi buah dan sayur. Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa pertumbuhan yang cepat saat masa emas (*golden age*) berangsur-angsur melambat pada saat anak memasuki usia sekolah. Seiring dengan penurunan kecepatan pertumbuhan ini, perilaku

makan menjadi berubah. Hal ini membuat anak mengalami penurunan nafsu makan dan hanya mau makan makanan yang disukai (Sari, N. and Budiono, I., 2021).

Selanjutnya setelah diberikan media *short education moview* terjadi peningkatan perilaku mengkonsumsi buah dan sayur yang ditandai dengan sebanyak 28 responden (62,2%) memiliki perilaku yang baik dalam mengkonsumsi buah dan sayur. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan yang signifikan dalam hal perilaku mengkonsumsi buah dan sayur setelah diberikan media *short education moview*. Penemuan ini selaras dengan hasil yang dilaporkan oleh Anitasari & Ramadhan (2020), yang menyatakan bahwa sebelum penerapan pendidikan kesehatan, dalam penelitian ini ditemukan bahwa sebanyak 25% mendapati tingkat pengetahuan yang baik mengenai topik yang dibahas. Setelah penerapan pendidikan kesehatan, mendapati perkembangan yang signifikan pada jumlah responden yang mendapati tingkat pengetahuan baik, dengan jumlah meningkat menjadi 39 orang (95,1%) (Anitasari & Ramadhan, 2020).

Pemberian media *short education moview* atau *short movie* atau biasa yang disebut dengan film pendek yang berisi tentang Pendidikan, ini merupakan film yang memiliki durasi di bawah 50 menit. Proses pembelajaran dengan menggunakan media SEM (*Short Education Movie*) ini dapat berlangsung selama 20-30 menit, dimana terdapat sesi pemutaran film pendek dan sesi diskusi setelah menonton film (Blasco, P.G., et al, 2015). Siswa sangat antusias untuk menonton film yang ditayangkan, film yang ditayangkan berisi pengenalan macam-macam sayur dan buah, manfaat mengkonsumsi buah dan sayur serta efek yang ditimbulkan apabila tidak mengkonsumsi buah dan sayur. Sayur dan buah merupakan pangan yang mudah diperoleh di Indonesia, dan sangat bermanfaat bagi tubuh, karena kaya akan zat gizi, seperti vitamin, mineral, dan serat untuk mengatur proses pencernaan dalam tubuh. Di Indonesia menyarankan untuk mengkonsumsi sayur sebanyak 3-5 porsi dan buah-buahan 2-3 porsi dalam sehari. WHO menyarankan konsumsi sayur dan buah-buahan sebanyak 400 gram setiap hari (Al Rahmad, A.H. and Almunadia, A., 2017).

Sayur dan buah sangat bermanfaat bagi kesehatan, perkembangan dan pertumbuhan, terutama sangat penting dikonsumsi untuk anak-anak khususnya anak usia sekolah dasar, Zat Gizi yang terkandung dalam sayur dan buah dibutuhkan tubuh untuk digunakan dalam proses metabolisme. Diantara manfaat sayur dan buah sangat kaya akan kandungan vitamin, mineral dan zat gizi lain yang dibutuhkan oleh tubuh manusia. Selain itu juga sayur dan buah mengandung enzim aktif yang dapat mempercepat reaksi-reaksi kimia dalam tubuh (Lestari, A.D., 2013).

Kurangnya konsumsi sayur dan buah pada anak dipengaruhi banyak faktor antara lain pengetahuan dan sikap dari ibu maupun anak. Selain itu terdapat faktor dari luar antara lain ketersediaan sayur dan buah, pendidikan ibu (orangtua), serta pendapatan keluarga (Mohammad, A. and Madaniyah, S., 2015). Kurangnya konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah dapat mengakibatkan peningkatan risiko penyakit pada mata, obesitas, diabetes, kanker, anemia dan gejala seperti lemah, lesu, letih, malas, juga kurang konsentrasi serta konstipasi akan dialami apabila kurang mengkonsumsi buah dan sayur (Aprilla, Q.A., 2021). Faktor yang mempengaruhi konsumsi dari sayur dan buah ada berbagai macam, yaitu dapat dari pengetahuan anak, dukungan keluarga atau lingkungan, ketersediaan pangan, sosial ekonomi dan atau preferensi anak akan sayur dan buah itu sendiri.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pengaruh media *short education moview* terhadap perilaku makan buah dan sayur pada anak usia sekolah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh vita Sari, D., (2023) dengan judul Pengaruh Metode Pendidikan Kesehatan dengan Menggunakan Media *Short Education Movie* Terhadap Perilaku Perawatan Luka Ringan Pada Anak Usia Sekolah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dengan menggunakan media *Short Education Movie* (SEM) berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap terhadap perawatan luka ringan pada anak usia sekolah.

Media audio-visual dapat menstimulasi indra pengelihatan dan indra pendengaran secara bersamaan. Dimana 83% pengetahuan seseorang dapat diperoleh melalui indra pengelihatan dan 11% lainnya dipengaruhi oleh indra pendengaran (Norazizah, 2016). *Short Education Movie* (SEM) mempunyai kemampuan yang baik dan jelas karena kemampuannya untuk menampilkan gambar secara langsung dan didukung dengan kemampuan menghasilkan suara (Kristanto et al., 2023). Media audio-visual yang digunakan pada penelitian ini berupa film yang diperankan oleh tokoh anak. Alur cerita yang disampaikan menggambarkan kisah kehidupan sehari-hari seorang anak sekolah dasar sehingga dapat lebih mudah dipahami oleh anak dan didalam film ini membahas pula pesan tentang konsumsi buah dan sayur yang disampaikan oleh pemeran dalam film.

Pendidikan kesehatan dengan memanfaatkan media Short Education Movie (SEM) yang menggabungkan elemen audio dan visual membuat proses pembelajaran menjadi lebih menyenangkan bagi anak-anak usia sekolah, sehingga mereka lebih tertarik dan mampu dengan lebih mudah menerima informasi yang disampaikan sesuai dalam penelitian. Menggunakan film dalam pengajaran adalah cara yang efektif untuk menjangkau ranah afektif seseorang, mempromosikan sikap reflektif dan menghubungkan pembelajaran dengan pengalaman (Blasco, P.G.,et al, 2015).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh media *short education moview* terhadap perilaku makan buah dan sayur pada anak usia sekolah. Diharapkan petugas Kesehatan dan pihak sekolah bisa menggunakan media *short education moview* sebagai salah satu media edukasi kepada siswa dan memotivasi siswa untuk mengkonsumsi buah dan sayur.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al Rahmad, A.H. and Almunadia, A., 2017. Pemanfaatan media flipchart dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang konsumsi sayur dan buah. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 17(3), pp.140-146.
- Aprilla, Q.A., 2021. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Lansia Selama Pandemi Covid-19 Di 3 Posyandu Lansia Kota Padang Tahun 2021* (Doctoral dissertation, Kesehatan Masyarakat).
- Badan Pusat Statistik, "Rata-rata Konsumsi Kalori per Kapita Sehari Menurut Kelompok Makanan (KKal), 2013-2014." <https://www.bps.go.id/indicator/5/55/1/rata-rata-konsumsi-kalori-per-kapita-sehari-menurut-kelompok-makanan.html> (accessed Oct. 25, 2023).

- Blasco, P.G., Moreto, G., Blasco, M.G., Levites, M.R. and Janaudis, M.A., 2015. Education through Movies: Improving teaching skills and fostering reflection among students and teachers. *Journal for Learning through the Arts*, 11(1), p.n1.
- Febriyanti, H.N., Rizqiea, N.S. and Wulanningrum, D.N., 2023. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Short Education Movie (SEM) Terhadap Perubahan Pengetahuan Mengenai Perawatan Gigi Pada Anak Kelas 4-6 Di SDN II Waleng. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 6(2), pp.26-32.
- Kabadayi, L., 2012. The role of short film in education. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 47, pp.316-320.
- Kristanto, W., MUSTAJI, M. and BACHRI, B., 2023. Developing Short Movie for Increase Character of Patriotism in Childhood. *International Journal of Educational Research Review*, 8(3), pp.381-384.
- Lestari, A.D., 2013. Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa SMP Negeri 226 Jakarta Selatan Tahun 2012.
- Mohammad, A. and Madanijah, S., 2015. Konsumsi buah dan sayur anak usia sekolah dasar di Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 10(1).
- Nelista, Y., Fembi, P.N. and Elfi, T., 2023. Penerapan Model Peers Modeling Motivation Terhadap Motivasi dan Perilaku Makan Sayur pada Anak Usia Pra Sekolah. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), pp.99-105.
- Puastiningsih, S, Efendi, F, Rachmawati, PD & Kristiawati 2020, 'Think pair share (TPS) method improves knowledge and attitude of school-age children in vegetable consumption', *Journal of Global Pharma Technology*, vol. 12, no. 2, pp. 774-779.
- Sari, N. and Budiono, I., 2021. Pengaruh Pemberian Fruitable Card Untuk Meningkatkan Konsumsi Sayur dan Buah Aanak Usia Prasekolah. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(2), pp.265-272.
- Suhailah, Z., Kusumaningrum, T. and Nastiti, A.A., 2019. Pendidikan Kesehatan Media Short Education Movie (SEM) Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Seks Bebas. *Nursing Journal*, 5(1).
- Vita Sari, D., 2023. Pengaruh Metode Pendidikan Kesehatan Dengan Menggunakan Media Short Education Movie Terhadap Perilaku Perawatan Luka Ringan Pada Anak Usia Sekolah:-. *Jurnal Kesehatan Akimal*, 2(1), pp.22-30.
- Widani, N.L., 2019. Penyuluhan pentingnya konsumsi buah dan sayur pada remaja di sos desataruna jakarta. *Patria: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), pp.57-68.
- World Health Organization. (2019). The top 10 causes of death <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death>. Last consultation: November