



Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Bahaya *Fast Food* pada Siswa SMAN 21 Medan

The Influence of Health Education on Increasing Knowledge of the Danger of Fast Food among Student of SMAN 21 Medan

Aiga Nurkhalilah Pasaribu^{1*}, Zuhrina Aidha², Nadya Ulfa Tanjung³

^{1,2,3} Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

ABSTRACT

Fast food is food that is served in a short time. The habit of consuming fast food excessively will cause many health problems such as obesity commonly called overweight. The behavior of consuming fast food greatly affects a person's knowledge. Therefore, this researcher conducts health education to increase students' knowledge of the dangers of fast food. This study aims to determine the influence of health education on the level of knowledge of the dangers of fast food in adolescents, especially in students of SMAN 21 Medan. The method in this study is quantitative with an experimental approach. The population in this study is 586 students in grades 10 and 11 at SMAN 21 Medan, with a sample of 238 students. This research was carried out by providing pre-test questionnaires and education and then giving time for a week to do a post-test to see the increase in the knowledge of students before and after education. By using univariate and also bivariate analysis. This study obtained results, namely the frequency of male students as many as 79 people, and female students as many as 159 people. In the One Sample Kolmogrov-Smirnov Test, the average or mean in the pre-test was 14.9790, and the average or mean in the post-test was 18.3151. Where from these results it was found that the average increase was 3.3361. From the results of this study, it can be concluded that there is an influence of education on increasing knowledge about the dangers of fast food in SMAN 21 Medan students.

ABSTRAK

Fast food adalah makanan yang disajikan dalam waktu singkat. Kebiasaan mengonsumsi fast food secara berlebihan akan menyebabkan banyak gangguan kesehatan seperti obesitas atau secara umum disebut kegemukan. Perilaku konsumsi makanan cepat saji sangat pengaruh terhadap pengetahuan seseorang. Oleh karena itu peneliti ini melakukan edukasi kesehatan dalam upaya meningkatkan pengetahuan siswi terhadap bahaya fast food. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan terhadap tingkat pengetahuan bahaya fast food pada remaja terkhusus pada siswa SMAN 21 Medan. Metode dalam penelitian ini bersifat kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 10 dan 11 di SMAN 21 Medan berjumlah 586 siswa, dengan sampel sebanyak 238 siswa. Penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan kuesioner pre-test dan juga edukasi lalu memberikan waktu selama seminggu untuk melakukan post-test untuk melihat peningkatan pengetahuan siswi sebelum dan sesudah edukasi. Dengan menggunakan analisis univariat dan juga bivariat. Penelitian ini memperoleh hasil yaitu frekuensi siswi laki-laki sebanyak 79 orang dan siswi perempuan sebanyak 159 orang. Pada uji One Sample Kolmogrov-Smirnov Test diperoleh rata-rata atau mean pada pre-test yaitu sebesar 14.9790 dan rata-rata atau mean pada post-test sebesar 18.3151. Dimana dari hasil tersebut ditemukan peningkatan rata-rata sebesar 3.3361. Pada hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh edukasi terhadap peningkatan pengetahuan tentang bahaya fast food pada siswa SMAN 21 Medan.

Keywords : *Fast food, education, teen*

Kata Kunci : *Fast food, edukasi, remaja*

Correspondence : Aiga Nurkhalilah Pasaribu

Email : aiganurkhalilahp.31@gmail.com

• Received 23 Mei 2024 • Accepted 14 Juni 2024 • Published 02 Juli 2024

• p - ISSN : 2088-7612 • e - ISSN : 2548-8538 • DOI: <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol10.Iss2.1868>

PENDAHULUAN

Pada peraturan Permenkes No 25 tahun 2014 remaja merupakan kelompok usai dengan rentang 10-18 tahun¹. Kebutuhan nutrisi pada remaja lebih special daripada kelompok usia yang lain karena pada usia remaja terjadi kematangan secara fisiologis dan juga mengalami masa pubertas². Fast food adalah makanan yang disajikan dalam waktu singkat³. Selain cepat dan praktis, ketersediaannya yang mudah, murah dan strategi pemasaran yang menarik serta disiapkan dalam waktu yang cepat menjadi daya Tarik yang tinggi untuk remaja dalam mengonsumsi *fast food*⁴.

Kebiasaan mengonsumsi *fast food* secara berlebihan akan menyebabkan banyak gangguan kesehatan seperti obesitas atau secara umum disebut kegemukan⁵. Banyak makanan cepat saji yang hanya mengandung kalori yang tinggi hal ini tentunya akan menyebabkan peningkatan dalam risiko masalah kesehatan kronis ini dikemukakan oleh National Institutes Of Health⁶. *Fast food* telah muncul di seluruh dunia karena penyajiannya yang cepat dan rasanya enak. Di negara Nepal (2014) melaporkan bahwa sebanyak 59% remaja perempuan dan 71% remaja laki-laki mengalami kekurangan gizi dan sebanyak 94% melaporkan bahwa mereka sering mengonsumsi *fast food*⁷.

Data Riskesdas tercatat bahwa remaja dengan usia 13-15 tahun memiliki prevalensi obesitas sebanyak 16,0% dan pada usia 16-18 tahun sebesar 13,5 %. Dan jika hal ini terus berlanjut maka permasalahan obesitas pada anak akan berlanjut sampai dewasa⁸. Data pada World Health Organization (WHO) mengemukakan bahwa lebih dari 390 juta anak-anak dan remaja yang berusia 5-19 tahun pada tahun 2022 mengalami berat badan berlebih⁹. Di Bangladesh ditemukan sebuah penelitian yang mengungkapkan bahwa mengonsumsi fast food lebih dari 2 kali dalam seminggu lebih berisiko 2.2 kali mengalami obesitas. Dan pada penelitian lain

juga menjelsakan 90% siswa yang mengonsumsi makanan tersebut mengalami pre-obesitas sebesar 22,45% dan mengalami obesitas sebanyak 9,52% . Bahkan siswi yang sangat menyukai makanan cepat saji sebesar 54.40% dan 60% diantaranya adalah siswi yang tidak mengetahui apa bahaya dari mengonsumsi *fast food*¹⁰.

Pengetahuan mengenai bahaya dalam mengonsumsi *fast food* sangat diperlukan pada masyarakat terutama pada remaja. Karena dengan pengetahuan tersebut akan berkaitan dengan kebiasaan remaja dalam mengonsumsi makanan tersebut. Pengetahuan mengenai apa itu *fast food*, bagaimana jenisnya dan apa bahaya yang dapat ditimbulkannya. Dengan pengetahuan tersebut kita dapat mengurangi tingkat konsumsi pada makanan tersebut. Dan jika diperhatikan secara serius, terdapat hubungan antara pengetahuan dengan keinginan mengonsumsi *fast food*⁴. Landasan teori dalam penelitian ini adalah “Domain Perilaku”. Pada tahun 1908 Benyamin Bloom mengutip dari Notoatmojo pada tahun 2003 dalam buku Maulana yang ditulis pada tahun 2009 pada halaman 195 dikemukakan bahwa manusia itu terbagi atas 3 domain yaitu kognitif, afektif dan psikomotor. Dalam ketiga domain tersebut memiliki 3 urutan dalam pembentukan perilaku seseorang.

Dimana dalam urutan pertama yaitu kognitif yang artinya pengetahuan manusia adalah awal dalam menciptakan perubahan perilaku. lalu diurutkan kedua yaitu afektif yang artinya memberikan sikap atas apa yang telah diketahuinya. Dan yang terakhir yaitu psikomotor yang artinya setelah memiliki pengetahuan dan perubahan sikap maka akan melakukan tindakan dan memberikan respons dalam menghadapi sesuatu yang diketahuinya¹¹. Sebuah penelitian lain juga menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan juga sikap tentang siswa yang mengalami gizi lebih dan konsumsi *fast food* yang terlalu

sering memiliki pengaruh diantara keduanya¹².

Sebuah edukasi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, Hal ini terbukti dalam penelitian amelia lorensia yang berjudul “Efektivitas Edukasi Untuk Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Dalam Penanganan Rinitis Alergi” Ada peningkatan pengetahuan secara signifikan setelah pemberian edukasi rinitis alergi (RA) dengan membandingkan antara pengetahuan sebelum diberi edukasi (pre-test) dan setelah pemberian edukasi (post-test) dan peningkatan lebih tinggi dicapai setelah 1 bulan sesudah pemberian edukasi (follow-up test)¹³.

Melihat banyaknya bahaya yang disebabkan akibat mengonsumsi fast food pada remaja dan juga pengaruh pengetahuan remaja terkait bahaya yang dapat disebabkan jika mengonsumsi fast food membuat peneliti tertarik mengambil judul penelitian ini. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti “Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Bahaya Makanan Cepat Saji Pada Siswa SMAN 21 Medan” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan terhadap tingkat pengetahuan bahaya makanan cepat saji pada remaja terkhusus pada siswa SMAN 21 Medan.

METODE

Metode dalam penelitian ini bersifat kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 10 dan 11 di SMAN 21 Medan berjumlah 586 siswa. Sampel pada penelitian ini berjumlah 238 menggunakan probability sampling yaitu menggunakan rumus lemeshow. Adapun rumus lemeshow adalah :

$$n = \frac{Z_{1-\alpha/2}^2 p(1-p)N}{d^2(N-1) + Z_{1-\alpha/2}^2 p(1-p)} \quad 14$$

Keterangan :

n = Jumlah sampel minimal yang di perlukan

N = Perkiraan besar populasi

α = Derajat kepercayaan ($Z_{2} = 1,962$ atau di bulatkan menjadi 4) p = Proporsi (0,5)

d = limit dari eror (0,05)

Dalam peningkatan pengetahuan peneliti menggunakan pengisian angket/kuesioner berupa pre-test sebelum edukasi dan post test setelah edukasi. Kuesioner yang digunakan terdapat 23 pertanyaan yang telah diuji validitas dan reliability nya. Kuesioner ini berdasarkan dari penelitian terdahulu, yang berjudul “Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Mahasiswa Boga Universitas Negeri Yogyakarta Tentang Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food)” oleh Arum Widyastuti¹⁵.

Dimana edukasi kesehatan yang dilakukan adalah menggunakan slide power point. Dalam penelitian sari saripah, dkk mengemukakan berdasarkan penelitian yang mereka lakukan menunjukkan hasil p-value $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa penyuluhan kesehatan dengan menggunakan slide power point terbukti efektif terhadap peningkatan pengetahuan. Oleh karena itu dalam penelitian ini peneliti mengambil slide power point sebagai metode yang digunakan dalam edukasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan¹⁶.

HASIL

Penelitian ini menemukan ada pengaruh edukasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan bahaya fast food pada siswa SMAN 21 Medan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di SMAN 21 Medan

Jenis Kelamin	Frekuensi (%)
Perempuan	159 (66,8%)
Laki-laki	79 (33,2)
Total	238 (100%)

Sumber : Data Primer Tahun 2024

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa frekuensi berdasarkan jenis kelamin yaitu pada perempuan berjumlah sebanyak 159 siswa dan laki-laki berjumlah sebanyak 79 siswa.

Tabel 2. Hasil Uji One Sample Kolmogrov-Smirnov Test

One Sample Kolmogrov-Smirnov Test	Mean
Pre-test	14.979
Post-test	18.315
<i>P value</i>	0.000

Sumber : Data Primer Tahun 2024

Pada uji One Sample Kolmogrov-Smirnov Test diperoleh rata-rata atau mean pada pre test yaitu sebesar 14.9790 dan rata-rata atau mean pada post test sebesar 18.3151. Dimana dari hasil tersebut ditemukan peningkatan rata-rata sebesar 3.3361. Hasil *p value* yang dibawah 0.05 yaitu 0.000 juga menunjukkan adanya pengaruh dalam penelitian ini. Hal ini membuktikan bahwasannya terdapat pengaruh edukasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan pada siswi-siswi SMAN 21 Medan.

PEMBAHASAN

Makanan cepat saji atau *fast food* adalah makanan yang dapat dihidangkan dalam waktu yang cepat dan langsung siap santap, seperti gorengan, kentang goreng, nugget, dll¹⁷. Makanan cepat saji sangat banyak diperjual belikan terutama dalam ruang lingkup sekolah. Pada kantin sekolah banyak

menjual makanan fast food sehingga banyak siswi siswi disekolah yang mengonsumsi makanan tersebut.

Di era modern saat ini makanan cepat saji sangat digemari terutama pada remaja. Namun, hal yang harus diperhatikan adalah zat tambahan atau zat adiktif nya, yang mana merupakan bahan organik dan bahan anorganik yang perlu diperhatikan dalam makanan instan, karena dapat memengaruhi sifat dan kualitas dari makanan itu sendiri, dan bahkan dapat memberikan dampak yang kurang baik kedepannya¹⁸.

Mengonsumsi makanan cepat saji secara sering pastinya berdampak pada kesehatan yaitu obesitas atau kegemukan, meningkatkan faktor risiko hipertensi, meningkatkan risiko diabetes, faktor risiko kanker, faktor risiko jantung, risiko stroke dan masih banyak lagi. Semua penyakit tersebut tidak memandang usia dan bisa saja menyerang remaja jika pola hidup remaja tidak sehat dan juga terlalu sering mengonsumsi *fast food*¹⁹.

Untuk meningkatkan pengetahuan remaja terkait bahaya fast food tentunya sangat diperlukan edukasi. Secara umum, edukasi adalah sebuah proses pembelajaran yang dilakukan baik secara formal maupun non formal dalam upaya peningkatan pengetahuan, mengembangkan potensi dalam diri, mendidik, dan mewujudkan perubahan yang jauh lebih baik pada setiap individu²⁰.

Proses pembelajaran edukasi kesehatan adalah proses dimana terjadinya perubahan kemampuan pada subjek belajar dengan hasil yang diharapkan yaitu adanya perubahan perilaku pada sasaran didik²¹. Penyuluhan atau edukasi tentang bahaya makanan cepat saji ini dapat membantu siswa/i untuk dapat memilah milih makanan yang lebih sehat dan mencoba menghindari makanan cepat saji yang tidak baik bagi kesehatan dan juga dapat mencegah penyakit yang disebabkan oleh

fast food seperti obesitas, hipertensi, diabetes, kanker, dan lainnya²².

Sama seperti pada penelitian Alfiatun Wahidah, dkk yang berjudul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Video terhadap Pengetahuan Masyarakat tentang Pencegahan Penularan Covid-19” disitu dijelaskan bahwa kurangnya pengetahuan seseorang itu disebabkan karena kurangnya informasi yang yang didapatkan sebelumnya. Pengetahuan memiliki hubungan yang erat dengan Pendidikan, rerata makin meningkat Pendidikan sehingga manusia akan memiliki wawasan yang makin luas dan mudah menerima informasi²³.

Dan pada penelitian lain mengungkapkan edukasi sangat berguna untuk menyajikan informasi, dengan memaparkan proses dan mengajarkan keterampilan dalam waktu singkat. Hal ini dikemukakan dalam penelitian Desi Apriani yang berjudul “Pengaruh Edukasi Perawatan Kaki Menggunakan Media Video Terhadap Perilaku Pencegahan Terjadinya Luka Diabetik Pada Pasien Diabetes Melitus”²⁴.

Bahkan pada jurnal internasional juga dikemukakan bahwa Setelah dilakukan pendidikan kesehatan, peneliti melakukan post test untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan responden tentang anemia. Uji statistik yang dilakukan pada penelitian ini adalah Wilcoxon Signed Rank Test dengan taraf signifikan $\dot{y} < 0,05$. Ini diungkapkan pada penelitian Kusuma Wijaya Ridi Putra yang berjudul “The Effect of Health Education on Adolescent Knowledge about Anemia”²⁴.

Gizi yang cukup akan memengaruhi hormon seseorang maka dari itu penting menjaga asupan gizi yang baik dan benar. Hal ini sesuai dengan penelitian desi ratna sari yang berjudul “*The Role of Nutrition in Maintaining Hormone Balance: Impact on Emotional Wellbeing*” pada penelitian tersebut dikemukakan bahwa Konsumsi makanan cepat saji berkorelasi dengan

tingkat stres yang lebih tinggi, sedangkan peningkatan asupan buah dan sayur dikaitkan dengan tingkat stres yang lebih rendah²⁵.

Penelitian ini menggambarkan karakteristik responden, dengan mayoritas perempuan dengan jumlah lebih banyak dengan jumlah presentasi perempuan sebesar 67% dan jumlah laki-laki sebesar 33%. Dan responden pada penelitian ini yaitu siswa dan siswi yang masih menempuh Pendidikan SMA pada kelas 10 dan 11 di SMAN 21 Medan.

Penelitian ini memperlihatkan perbedaan saat sebelum diberikan edukasi dan sesudah diberikan edukasi dimana hasilnya cukup signifikan dan menunjukkan adanya peningkatan setelah pemberian edukasi kepada siswa siswi tersebut.

Dan dari penelitian yang dilakukan didapatkan hasil selaras dengan penelitian sebelumnya yang mengemukakan bahwa pengaruh edukasi menggunakan slide power point termasuk efektif dikarenakan adanya pengaruh pengetahuan pada siswa siswi setelah diberikan pemaparan materi.

Oleh karena itu pengaruh edukasi pada peningkatan pengetahuan remaja yang dilakukan di SMAN 21 Medan, mendapatkan hasil sangat berpengaruh oleh karena itu penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdahulu. Dimana edukasi dapat meningkatkan pengetahuan pada suatu individu. Dengan pengetahuan maka remaja akan mengetahui apa bahaya dari mengonsumsi fast food dari edukasi yang telah dilakukan.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan diperoleh frekuensi siswi laki-laki sebanyak 79 orang dan siswi perempuan sebanyak 159 orang. Dan pada uji One Sample Kolmogorov-Smirnov Test diperoleh rata-rata atau mean pada pre test yaitu sebesar 14.9790 dan rata-rata atau mean pada post test sebesar 18.3151. Dimana dari hasil tersebut

ditemukan peningkatan rata-rata sebesar 3.3361. Hal ini membuktikan bahwasannya terdapat pengaruh edukasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan pada siswi-siswi SMAN 21 Medan.

Saran yang dapat diberikan oleh peneliti adalah diharapkan para siswi dapat mencari informasi mengenai bahaya fast food agar siswi-siswi di SMAN 21 Medan dapat teredukasi dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes. Kelompok Usia Remaja 10-18 Tahun. (2014).
2. Yulyanti, D., Fauzi, M., Sugiarto, H., Rudiansyah, R. & Andriyani, R. Pengaruh Konsumsi Fast Food Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Indramayu. *J. Kesehat. Indra Husada* 9, 18–22 (2021).
3. Ufrida, K. & Harianto, S. Konsumerisme Makanan Siap Saji Sebagai Gaya Hidup Remaja Di Kota Surabaya: Studi Kasus Siswi Sma Muhammadiyah 4 Kota Surabaya. *J. Anal. Sociol.* 11, 137–156 (2022).
4. Adekayanti, P. & Safitri, L. E. Health Education About The Dangers Of Consuming Junk Food To Students At Sman 1 Moyo Utara. *J. Kabar Masy.* 1, 114–121 (2023).
5. Laksono, R. A., Mukti, N. D. & Nurhamidah, D. Dampak Makanan Cepat Saji Terhadap Kesehatan Pada Mahasiswa Program Studi “X” Perguruan Tinggi “Y”. *J. Ilm. Kesehat. Masy. Media Komun. Komunitas Kesehat. Masy.* 14, 35–39 (2022).
6. Dinas Kesehatan. Junk Food Is Not Good. *Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta* <https://dinkes.jogjapro.go.id/Berita/Detail/Junk-Food-Makanan-Cepat-Saji-Diabetes-Pencernaan-Depresi-Obesitas-Kegemukan-Jantung-Junk-Food-Is-Not-Good> (2017).
7. Arisandi, Y. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Siap Saji Pada Remaja. *J. 'Aisyiyah Med.* 8, 70–77 (2023).
8. Nurlan, Rachman, M. E., Karim, M., Safei, I. & Syamsu, R. F. Fakumi Medical Journal. *J. Mhs. Kedokt.* 2, 359–367 (2022).
9. Who. Obesity And Overweight. (2024).
10. Pamela, I. Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada Remaja Dan Dampaknya Bagi Kesehatan. 144–153 (2019).
11. Yusri, A. Z. Dan D. Penggunaan Media Pembelajaran Untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa Pada Pelajaran Pkn Di Sma Swasta Darussa'adah Kec. Pangkalan Susu. *J. Ilmu Pendidik.* 7, 809–820 (2020).
12. Rizona, F. & Yuliana. Pengaruh Edukasi Terhadap Peningkatan Sikap Jajanan Sehat Pada Anak Sekolah. *J. Keperawatan Sriwij.* 5, 2–31 (2019).
13. Lorensia, A., Sari, N. P., Klinis-Komunitas, D. F. & Apoteker, P. S. Kreis R, Ross Bd, Farrow Na, Et Al. Metabolic Disorders Of The Brain In Chronic Hepatic Encephalopathy Detected With H-1 Mr Spectroscopy. *Radiology* 1992; 182(1):19–27. 3, 122–132 (2017).
14. Suyatno. Menghitung Besar Sampel Penelitian Kesehatan Masyarakat. *Fak. Kesehat. Masyarakat-Undip Semarang* 2, 1 (2013).
15. Widyastuti, A. *Fast Food [2]. New Scientist* Vol. 181 (2017).
16. Saripah, S., Putri, R. & Lisca, S. M. Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Dengan Media Power Point Dan Audio Visual Terhadap Peningkatan Pengetahuan Wanita Usia Subur Tentang Kanker Serviks Di Wilayah Kerja Puskesmas Bayongbong Kabupaten Garut Tahun 2023. *Sentri J. Ris. Ilm.* 2, 4387–4400 (2023).
17. Susanti, E. Beberapa Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) Siswa Sman 2 Jember. 4–14 (2015).
18. Alfora, D., Saori, E. & Fajriah, L. N. Pengaruh Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Gizi Remaja. *J. Ilm. Kesehat.* 2, 43–49 (2023).
19. Siti Rara Oyi Pinasti. Pengaruh Media Sosial Instagram Dalam Mengiklankan

- Makanan Cepat Saji Dan Dampak Bagi Kesehatan Pada Remaja. *Infotech J.* 36–39 (2021)
Doi:10.31949/Infotech.V7i1.1064.
20. Fitriani, D. A. Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang Pola Hidup Sehat Pada Anggota Keluarga Dengan Hipertensi Di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya. 8–25 (2020).
 21. Luthfi, A. H., Khairunnas, Siregar, M. F. & Zakiyuddin. Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Peningkatanpengetahuan Pencegahan Covid-19 Pada Siswa Sdn Peunagakec. Meureubo Kab. Aceh Barat. *J. Jurmakemas* 01, 97–109 (2021).
 22. Alkhair *Et Al.* Penyuluhan Edukasi Bahaya Makanan Siap Saji (Junk Food) Di Man 1 Kota Bima. *J. Pengabdi. Kpd. Masy. Mapalus* 1, 1–7 (2023).
 23. Wahidah, A., Saputra, B. & Indra, R. L. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap The Effect Of Health Education With Video Media On Public Knowledge About The Prevention Of Covid-19 Transmission. 10, 8–14 (2024).
 24. Ishak, F., Sondakh, L. & Kadir, B. S. The Effect Of Health Education On Adolescent Knowledge About Cervical Cancer Prevention In Smp Muhammadiyah Pone. *J. Community Heal. Provis.* 1, 23–28 (2021).
 25. Sari, D. R. The Role Of Nutrition In Maintaining Hormone Balance : Impact On Emotional Wellbeing. *J. Nawala Educ.* 1–7 (2020).