

HUBUNGAN SEBARAN MEDIA LEAFLET GIZI SEIMBANG DENGAN PERILAKU PEMILIHAN JAJANAN SEHAT PADA ANAK SEKOLAH

Bau Kanang¹, Djilfa Rumagia² Sitti Mayang³

^{1,2,3}STIKES Persada Nabire

baukanang83@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Perilaku pemilihan jajanan pada anak sekolah masih banyak dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan kurangnya pemahaman gizi seimbang. Kurangnya pemahaman gizi seimbang pada usia sekolah berpotensi membentuk pola makan yang tidak sehat dan meningkatkan risiko masalah gizi. Edukasi gizi menjadi upaya penting untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku pemilihan jajanan sehat. Media leaflet merupakan media edukasi yang mudah didistribusikan dan dipahami oleh siswa. Namun, efektivitas sebaran leaflet gizi seimbang terhadap perubahan perilaku pemilihan jajanan sehat masih perlu dikaji. **Tujuan:** untuk mengetahui hubungan antara sebaran media leaflet gizi seimbang dengan perilaku pemilihan jajanan sehat pada anak sekolah di SMK Negeri 2 Nabire. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain analitik dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian adalah seluruh siswa SMK Negeri 2 Nabire kelas X, dengan sampel sebanyak 79 responden yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner terstruktur. Analisis data menggunakan uji statistik chi-square. **Hasil:** menunjukkan bahwa siswa yang menerima dan memahami leaflet gizi seimbang dengan baik cenderung memiliki perilaku pemilihan jajanan sehat yang lebih baik dibandingkan siswa yang kurang terpapar leaflet. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara sebaran media leaflet gizi seimbang dengan perilaku pemilihan jajanan sehat ($p < 0,04$). **Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara sebaran media leaflet gizi seimbang dengan perilaku pemilihan jajanan sehat pada anak sekolah di SMK Negeri 2 Nabire.

Kata kunci: Leaflet, Gizi;seimbang, Jajanan;sehat, Perilaku;siswa.

ABSTRACT

Background: Snack selection behavior in school children is still largely influenced by environmental factors and a lack of understanding of balanced nutrition. Lack of understanding of balanced nutrition at school age has the potential to form unhealthy eating patterns and increase the risk of nutritional problems. Nutrition education is an important effort to improve knowledge and behavior in choosing healthy snacks. Leaflets are educational media that are easy to distribute and understand by students. However, the effectiveness of distributing balanced nutrition leaflets on changing behavior in choosing healthy snacks still needs to be studied. **Objective:** To determine

*the relationship between the distribution of balanced nutrition leaflets and healthy snack selection behavior in school children at SMK Negeri 2 Nabire. **Method:** This study used an analytical design with a cross-sectional approach. The study population was all grade X students of SMK Negeri 2 Nabire, with a sample of 79 respondents selected using the total sampling technique. Data collection was carried out using a structured questionnaire. Data analysis used the chi-square statistical test. **Results:** showed that students who received and understood the balanced nutrition leaflet well tended to have better healthy snack selection behavior compared to students who were less exposed to the leaflet. The results of statistical tests showed a significant relationship between the distribution of balanced nutrition leaflet media and healthy snack selection behavior ($p < 0.04$). **Conclusion:** There is a significant relationship between the distribution of balanced nutrition leaflet media and healthy snack selection behavior among school children at SMK Negeri 2 Nabire.*

Keywords: Leaflet, Balanced Nutrition, Healthy Snacks, Student Behavior.

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah merupakan kelompok rentan terhadap masalah gizi akibat pola konsumsi makanan yang tidak sehat, termasuk dalam pemilihan jajanan sekolah yang tinggi gula, garam, dan lemak sehingga dapat berdampak buruk pada kesehatan jangka panjang.(Kogoya et al., 2024) Pengetahuan gizi yang rendah sering berujung pada pola makan yang kurang seimbang, sehingga edukasi gizi menjadi intervensi penting untuk perubahan perilaku konsumsi anak sekolah. Penelitian menunjukkan bahwa edukasi gizi berbasis media cetak seperti leaflet dapat meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pemilihan jajanan sehat serta mendukung perubahan perilaku makan yang lebih baik (Salsabila, 2023).

Leaflet merupakan media pendidikan kesehatan yang bersifat informasi singkat, visual, mudah dibawa dan dapat dibaca berulang kali, sehingga efektif sebagai alat promosi kesehatan di sekolah (Agus

Hendra Al Rahmad, Hizir Sofyan, Said Usman, Mudatsir Mudatsir, 2023). Sebuah studi kuasi-eksperimental di SDN 020 Pombuntang menunjukkan bahwa edukasi gizi melalui leaflet signifikan meningkatkan pengetahuan siswa tentang pemilihan makanan sehat, dengan hasil $p < 0,05$ (Kogoya et al., 2024). Media ini membantu siswa memahami indikator makanan sehat yang layak dikonsumsi dan menjelaskan kandungan gizi secara sederhana (Sri et al., 2024).

Lebih jauh lagi, penelitian lain menemukan bahwa penggunaan leaflet sebagai media edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang prinsip gizi seimbang, meskipun efektivitasnya bisa dipengaruhi oleh media lain seperti food model atau audiovisual (Permadi et al., 2021). Hal ini menunjukkan bahwa leaflet memegang peran penting sebagai bagian dari strategi pendidikan gizi, terutama ketika dipadukan

dengan pendekatan pembelajaran lain yang memperkuat pemahaman siswa (Manullang et al., 2025).

Kajian empiris di beberapa sekolah juga menguatkan efektivitas leaflet dalam meningkatkan pemahaman konsumsi gizi seimbang seperti penelitian di SMP Negeri 31 Medan Tuntungan yang menunjukkan bahwa edukasi berbasis leaflet berkontribusi terhadap peningkatan perilaku makan sehat siswa (Mar'atul Islam, Andi Rahmani MB, Kurnia Yusuf , St. Masithah, 2024). (Rizki et al., 2025; Yasyfa et al., 2024) Edukasi semacam ini sangat berpotensi mengubah kebiasaan pemilihan jajanan yang cenderung tidak sehat menjadi lebih selektif.

Konsep gizi seimbang sendiri telah ditetapkan dalam pedoman nasional seperti *Isi Piringku* dari Kementerian Kesehatan RI, yang menekankan proporsi makanan sumber karbohidrat, lauk pauk, sayur dan buah sebagai prinsip dasar konsumsi sehat. Leaflet yang dirancang berdasarkan pedoman ini dapat mempermudah pemahaman siswa terhadap prinsip gizi seimbang dengan visualisasi yang menarik. (Bau Kanang, 2025; Mar'atul Islam, Andi Rahmani MB, Kurnia Yusuf , St. Masithah, 2024)

Jajanan sekolah di SMK Negeri 2 Nabire, yang masih didominasi oleh

makanan siap saji dan jajanan rendah gizi menunjukkan perlunya upaya promotif dan preventif melalui edukasi yang efektif. Hasil pengamatan awal tersebut juga menunjukkan bahwa siswa yang menyatakan membaca dan memahami isi leaflet cenderung lebih sering memilih jajanan yang lebih sehat dibandingkan siswa yang kurang memperhatikan leaflet.

Temuan awal ini mengindikasikan adanya kecenderungan hubungan antara sebaran media leaflet gizi seimbang dengan perilaku pemilihan jajanan sehat pada siswa, Namun, sedikit penelitian yang secara spesifik meneliti hubungan antara distribusi leaflet gizi seimbang dengan perilaku pemilihan jajanan sehat di sekolah menengah atas di wilayah Papua, sehingga penelitian ini diharapkan dapat mengisi kekosongan tersebut dan memberikan rekomendasi bagi pengembangan program promosi kesehatan di sekolah.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif analitik dengan rancangan cross-sectional, yaitu penelitian yang mengamati variabel independen dan variabel dependen secara simultan pada satu waktu pengukuran(Mchugh, 2021). Desain cross-sectional banyak digunakan dalam penelitian kesehatan dan pendidikan untuk menganalisis hubungan

antarvariabel tanpa memberikan intervensi langsung kepada responden.

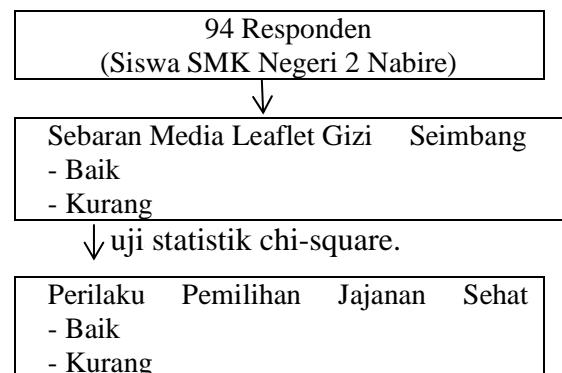
Penelitian dilaksanakan di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 2 Nabire pada tahun 2025. Lokasi ini dipilih karena merupakan salah satu institusi pendidikan menengah yang memiliki jumlah siswa tetap serta telah mendapatkan paparan edukasi kesehatan sekolah, termasuk media leaflet gizi.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMK Negeri 2 Nabire, baik laki-laki maupun perempuan, dengan jumlah total 94 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, yaitu seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel penelitian, mengingat jumlah populasi relatif kecil dan memungkinkan untuk diteliti secara keseluruhan (Taherdoost, 2020).

Data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan data primer, yang diperoleh langsung dari responden. Instrumen penelitian berupa kuesioner terstruktur yang diisi sendiri oleh responden (*self-administered questionnaire*). Kuesioner digunakan untuk mengukur variabel sebaran media leaflet gizi seimbang sebagai variabel independen serta perilaku pemilihan jajanan sehat sebagai variabel dependen.

Analisis data dilakukan melalui dua

tahap, yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel penelitian, sedangkan analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Uji statistik yang digunakan dalam analisis bivariat adalah uji chi-square, dengan tingkat signifikansi 95% ($\alpha = 0,05$). Uji chi-square digunakan karena data bersifat kategorik dan bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan yang bermakna antara dua variable (Kim, 2020).



HASIL

1. Karakteristik Responden

a. Umur

Tabel 1. Distribusi Frekuensi berdasarkan umur responden.

Umur	F	%
≤ 16	45	60,8%
> 16	29	39,2 %
Total	74	100%

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan tabel distribusi umur responden, diketahui bahwa sebagian besar responden berusia ≤ 16 tahun, yaitu sebanyak 45 orang (60,8%). Sementara itu, responden yang berusia

>16 tahun berjumlah 29 orang (39,2%).

Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini berada pada kelompok usia remaja awal, yang masih berada pada fase perkembangan perilaku dan sangat dipengaruhi oleh lingkungan, termasuk dalam pemilihan jajanan sehari-hari.

b. Jenis Kelamin

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan jenis kelamin.

Jenis Kelamin	N	%
Laki-laki	38	51,4%
Perempuan	36	48,6%
Total	74	100

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan tabel distribusi jenis kelamin responden, diketahui bahwa responden berjenis kelamin laki-laki berjumlah 38 orang (51,4%), sedangkan responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 36 orang (48,6%). Distribusi ini menunjukkan bahwa proporsi responden laki-laki dan perempuan relatif seimbang, sehingga dapat memberikan gambaran yang representatif dalam analisis perilaku pemilihan jajanan sehat pada siswa..

2. Univariat

a. Sebaran Media Leaflet Gizi Seimbang

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Sebaran Media Leaflet Gizi Seimbang

Sebaran Media Leaflet Gizi Seimbang	F	%
Baik	34	45,9%
Kurang	40	54,1%
Total	74	100

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan tabel sebaran media leaflet gizi seimbang, diketahui bahwa responden yang menerima sebaran media leaflet gizi seimbang dengan kategori baik berjumlah 34 orang (45,9%). Sementara itu, responden yang menerima sebaran media leaflet gizi seimbang dengan kategori kurang sebanyak 40 orang (54,1%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih berada pada kategori sebaran leaflet yang kurang, sehingga diperlukan peningkatan distribusi dan pemanfaatan media leaflet gizi seimbang sebagai upaya edukasi gizi di lingkungan sekolah.

b. Perilaku Pemilihan Jajanan Sehat

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Perilaku Pemilihan Jajanan Sehat

Perilaku Pemilihan Jajanan Sehat	F	%
Baik	44	59,4%
Kurang	30	40,5%
Total	74	100

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan tabel perilaku pemilihan jajanan sehat, diketahui bahwa responden dengan perilaku pemilihan jajanan sehat kategori baik berjumlah 44 orang (59,4%), sedangkan responden dengan perilaku pemilihan jajanan sehat kategori kurang sebanyak 30 orang (40,5%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah memiliki perilaku pemilihan jajanan sehat yang

baik, meskipun masih terdapat sebagian siswa yang perlu mendapatkan penguatan edukasi gizi untuk meningkatkan kebiasaan memilih jajanan yang lebih sehat.

3. Analisis Bivariat

Analisis ini bertujuan menunjukkan Hubungan Sebaran Media Leaflet Gizi Seimbang Dengan Perilaku Pemilihan Jajanan Sehat Pada Anak Sekolah. Uji digunakan yaitu uji chi-square dikarenakan memiliki skala data ordinal Tabel 5. Hubungan Sebaran Media Leaflet Gizi Seimbang Dengan Perilaku Pemilihan Jajanan Sehat Pada Anak Sekolah Di SMK Negeri 2 Nabire

Sebaran Media Leaflet Gizi Seimbang	Perilaku Pemilihan Jajanan Sehat			p-value			
	Baik		Kurang		Total	F	%
	F	%	F	%	F		
Baik	28	43,2	12	16,2	44	1,4	0,040
Kurang	2	2,7	28	37,8	30	1,5	
Jumlah	30	40,5	44	59,5	74	0,0	

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan hasil analisis hubungan antara sebaran media leaflet gizi seimbang dengan perilaku pemilihan jajanan sehat, diketahui bahwa dari responden yang menerima sebaran media leaflet gizi seimbang dengan kategori baik, sebanyak 28 orang (43,2%) memiliki perilaku pemilihan jajanan sehat kategori baik, sedangkan 12 orang (16,2%) memiliki

perilaku pemilihan jajanan sehat kategori kurang.

Sementara itu, pada responden dengan sebaran media leaflet gizi seimbang kategori kurang, sebagian besar yaitu 28 orang (37,8%) memiliki perilaku pemilihan jajanan sehat kategori kurang, dan hanya 2 orang (2,7%) yang memiliki perilaku pemilihan jajanan sehat kategori baik.

Hasil uji statistik menggunakan uji chi-square menunjukkan nilai p-value = 0,040, yang berarti $p < 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara sebaran media leaflet gizi seimbang dengan perilaku pemilihan jajanan sehat pada anak sekolah di SMK Negeri 2 Nabire. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik sebaran media leaflet gizi seimbang, maka semakin baik pula perilaku siswa dalam memilih jajanan sehat.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia ≤ 16 tahun (60,8%) dibandingkan yang berusia > 16 tahun (39,2%). Kelompok usia remaja awal ini merupakan fase perkembangan penting di mana perubahan perilaku makan dan kebiasaan konsumsi mulai terbentuk. Pada usia ini, remaja sangat dipengaruhi oleh

lingkungan sekolah, teman sebaya, serta informasi yang diperoleh di lingkungan sekitarnya, termasuk media edukasi gizi. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa pemahaman gizi pada usia sekolah berpengaruh terhadap pola konsumsi makanan dan snack sehat di sekolah, terutama ketika informasi disampaikan melalui media edukasi yang efektif seperti leaflet atau materi visual lainnya (Ifdar et al., 2025). Distribusi jenis kelamin responden relatif seimbang antara laki-laki (51,4%) dan perempuan (48,6%). Proporsi yang seimbang ini penting untuk menjamin bahwa hasil penelitian mencerminkan perilaku kedua jenis kelamin secara representatif. Penelitian lain juga menemukan bahwa perbedaan jenis kelamin tidak selalu signifikan dalam pemilihan makanan sehat ketika informasi gizi diperoleh secara merata melalui media edukasi yang tepat. (Rizki et al., 2025)

Hasil univariat menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori sebaran media leaflet gizi seimbang yang kurang (54,1%), sementara 45,9% responden menerima sebaran dengan kategori baik. Distribusi ini mengindikasikan bahwa sebaran media cetak seperti leaflet belum sepenuhnya maksimal diterima atau dipahami oleh siswa. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa media edukasi gizi berbasis leaflet

dapat membantu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa terhadap pemilihan makanan sehat, namun efektivitasnya dipengaruhi oleh kualitas penyampaian serta pemahaman siswa terhadap isi materi. (Nirma Marcelina Zares, 2021)

Sebagian besar responden menunjukkan perilaku pemilihan jajanan sehat yang baik (59,4%), sementara 40,5% responden masih memiliki perilaku kurang sehat dalam memilih jajanan. Temuan ini sejalan dengan beberapa penelitian yang menyatakan bahwa pengetahuan mengenai gizi seimbang, ketika diarahkan dengan strategi edukasi yang tepat, dapat mendukung perubahan perilaku siswa dalam memilih makanan yang lebih (Nirma Marcelina Zares, 2021). Meskipun demikian, masih terdapat siswa yang perlu mendapatkan penguatan edukasi gizi secara terus-menerus untuk mempertahankan dan memperbaiki kebiasaan sehatnya.

Analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sebaran media leaflet gizi seimbang dengan perilaku pemilihan jajanan sehat ($p\text{-value} = 0,040 < 0,05$). Responden yang menerima sebaran leaflet gizi seimbang dengan kategori baik cenderung memiliki perilaku pemilihan jajanan sehat yang baik pula. Sebaliknya, responden yang

menerima sebaran leaflet yang kurang banyak ditemukan memiliki perilaku pemilihan jajanan kurang sehat. Hal ini menunjukkan bahwa paparan informasi gizi melalui leaflet dapat memengaruhi pemahaman siswa terhadap pentingnya pilihan jajanan sehat. Beberapa penelitian sebelumnya juga mendukung temuan ini, misalnya penelitian yang menunjukkan bahwa edukasi gizi melalui media leaflet terbukti efektif meningkatkan pengetahuan tentang pemilihan jajanan yang lebih sehat pada siswa sekolah dasar. (Rizki et al., 2025). Selain itu, edukasi gizi berbasis media visual seperti leaflet juga mampu meningkatkan pemahaman siswa tentang prinsip gizi seimbang dan keterkaitannya dengan pola konsumsi sehat dalam kehidupan sehari-hari. (Mar'atul Islam, Andi Rahmani MB, Kurnia Yusuf , St. Masithah, 2024).

KESIMPULAN

Mayoritas responden dalam penelitian ini berada pada kelompok usia ≤ 16 tahun dan memiliki distribusi jenis kelamin yang relatif seimbang antara laki-laki dan perempuan. Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa sebagian besar responden menerima sebaran media leaflet gizi seimbang dalam kategori kurang, namun lebih dari setengah responden telah memiliki perilaku

pemilihan jajanan sehat kategori baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa perilaku pemilihan jajanan sehat pada siswa sudah mulai terbentuk, meskipun penyebaran media edukasi gizi masih perlu ditingkatkan.

Hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara sebaran media leaflet gizi seimbang dengan perilaku pemilihan jajanan sehat pada anak sekolah di SMK Negeri 2 Nabire, dengan nilai p -value = 0,040 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik sebaran media leaflet gizi seimbang, maka semakin baik pula perilaku siswa dalam memilih jajanan sehat, sehingga media leaflet dapat dimanfaatkan secara optimal sebagai sarana edukasi gizi di lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Hendra Al Rahmad, Hizir Sofyan, Said Usman, Mudatsir Mudatsir, S. B. F. (2023). Pemanfaatan Leaflet Dan Poster Sebagai Media Edukasi Gizi Seimbang Terhadap Peningkatan Utilization of Leaflets and Posters as a Balanced Nutrition Education Media to. *Jurnal Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 33(1).<https://doi.org/10.34011/jmp2k.v33i1.1863>
- Bau Kanang, S. A. (2025). Profil pengetahuan berdasarkan suku (etnik) tentang 5 unsur komponen gizi pada anak remaja. *Journal of Midwifery and Nursing Studies*, 7(1), 100–107. <https://www.ejournal.aktabe.com/index.php/jmns/article/view/171>

- Ifdar, R. A., Desreza, N., & Mardalena, E. (2025). *Perbandingan Media Leaflet Dengan Media Flashcard Terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak Usia Sekolah Tentang Pemilihan Jajanan Sehat di SD Negeri Bueng Cala Aceh Besar.* 3, 740–750. <https://doi.org/10.61579/future.v3i2.469>
- Kim, H. (2020). Statistical notes for clinical researchers : Chi-squared test and Fisher ' s exact test. *Restorative Dentistry and Endodontics, Lecture Ano Statistic,* 7658, 152–155. <https://PMC5426219>
- Kogoya, I., Susan, N., Ibrahim, I., & Pratama, G. (2024). The Effect of Giving Education with Power Point Leaflet Media and Isi Piningku Video on Increasing Knowledge of Balanced Nutrition in Students at SMP Negeri 7 Nabire Province Central Papua. *International Journal of Medicine and Health,* 3, 86–102. <https://journal.amikveteran.ac.id/index.php/ijmh/article/view/4546>
- Manullang, M. A., Sofianita, N. I., Amar, M. I., Nur, M., & Syah, H. (2025). The Effect of Nutrition Education Using Leaflet and Video Media on Increasing Knowledge of Balanced Nutrition in Adolescents at SMA Negeri 2 Lintongnihuta. *Indonesian Journal Of Nutritional Science,* 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.52023/ijns.v2i1.4736>
- Mar'atul Islam, Andi Rahmiah MB, Kurnia Yusuf , St. Masithah, S. (2024). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Leaflet dan Video Kementerian Kesehatan terhadap Pengetahuan tentang Isi. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan Volume,* 8(1), 113–117. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/4078466>
- Mchugh, M. L. (2021). Lessons in biostatistics The Chi-square test of independence. *Lessons in Biostatistics The,* 23(2), 143–149. <http://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23894860/>
- Nirma Marcelina Zares, S. F. S. (2021). Effect of Nutrition Education Based on Video and Leaflet Towards Nutritional Knowledge of 14 th Junior High School Bekasi Student. *Indonesian Journal of Nutritional Science,* Vol.01, 8, 8–16. <https://ejournal.upnvj.ac.id/IJNS/article/view/2519>
- Permadi, M. R., Ayu, I., Adnyani, M., & Astari, R. (2021). Pengaruh Media Booklet terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa SMP dalam Memilih Jajanan Sehat The Influence of Booklet Media on Knowledge Improvement of Junior High School Students in Choosing Healthy Snacks. *Journal Of Nutrition Dietetic,* 1(1), 16–21. <https://jurnal.unigo.ac.id/index.php/gjnd/article/view/1400>
- Rizki, A. S., Sarifin, G., Kasmad, M. R., & Utara, K. L. (2025). Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Pemilihan Jajanan Sehat di SDN 020 Pombuntang. *Healthcare: Journal of Public Health ORIGINAL,* 1(1). <https://doi.org/10.56003/Healthc.>
- Salsabila, R. (2023). Efektivitas Edukasi Gizi Menggunakan Leaflet dan Food Model Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Sarapan Sehat. *Advances In Social,* 1(8), 954–965. <https://adshr.org/index.php/vo/article/view/111>
- Sri, I., Hasibuan, M., Humaira, A., Siregar, M. S., & Harahap, R. A. (2024). Literatur Review Penggunaan Poster Sebagai Media Komunikasi Kesehatan Literatur Review Use of Posters as a Health Communication Medium. *Jurnal Kolaboratif Sains,*

7(8), 3347–3352.
<https://doi.org/10.56338/jks.v7i8.5895>

Taherdoost, H. (2020). Sampling Methods in Research Methodology; How to Choose a Sampling Technique for Research Hamed Taherdoost To cite this version : HAL Id : hal-02546796 Sampling Methods in Research Methodology; How to Choose a Sampling Technique for. *International Journal of Academic Research in Management*.

Yasyfa, A., Azizah, N., Masyarakat, P. K., & Semarang, U. N. (2024). Penyuluhan Gizi Seimbang Dengan Media Leaflet Pada Siswa Sma Al-Fattah Terboyo. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 17–24. <https://journal.unusia.ac.id/praxis/article/view/1122>