



Efektivitas Edukasi Media Audio Visual Gizi Seimbang sebagai Media Edukasi Remaja Beresiko Obesitas

Endah Sri Rahayu¹, Ingrid Jessianne², Ratih Nurani Sumardi³, Dorci Nuburi⁴

^{1,2,3,4}Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Jayapura, Indonesia

E-mail: rahayuaque@gmail.com

Article Info	Abstract
Article History Received: 2022-11-22 Revised: 2022-12-20 Published: 2023-01-01 Keywords: <i>Development;</i> <i>Audiovisual Media</i> <i>Obesity;</i> <i>Adolescents;</i> <i>Media Feasibility.</i>	Factors causing adolescent obesity are multifactorial. Increased consumption of fast food (fast food), low physical activity, genetic factors, the influence of advertising, psychological factors, socioeconomic status, diet program, age, and gender are factors that contribute to changes in energy balance. Efforts to increase knowledge in adolescents need a learning media that can describe real physical concepts. One of the media that can be used is video. This research is to find out how to make, indicators used, quality as an audiovisual learning medium for obese teenagers in Jayapura City. This research was conducted in June-August 2021, the type of research used was Research and Development (R&D). The sample in this study was 31 teenagers aged 15-18 years in the city of Jayapura. In product design, the first thing to do is the preparation of materials, Making Video Scripts, Making Story Board Videos, Filming Videos, and Editing Videos. Assessment of the quality of the media tested on teenagers found that the percentage of learning aspects of the assessment was 92.74%, the material aspects 91.93%, media aspect 90.32%, and usage aspect 92.74%. This research has produced a Balanced Nutrition Audio Visual Media Product in the form of Video with MP4 format. Audio-visual media for Balanced Nutrition in Adolescents can be stated as "Very Worth it".
Artikel Info Sejarah Artikel Diterima: 2022-11-22 Direvisi: 2022-12-20 Dipublikasi: 2023-01-01 Kata kunci: <i>Pengembangan;</i> <i>Media Audio Visual</i> <i>Obesitas;</i> <i>Remaja;</i> <i>Kelayakan Media.</i>	Abstrak Faktor penyebab obesitas remaja bersifat multifaktorial. Peningkatan konsumsi makanan cepat saji (<i>fast food</i>), rendahnya aktivitas fisik, faktor genetik, pengaruh iklan, faktor psikologis, status sosial ekonomi, program diet, usia, dan jenis kelamin merupakan faktor yang berkontribusi pada perubahan keseimbangan energi. Upaya peningkatan pengetahuan pada remaja diperlukan suatu media pembelajaran yang dapat menggambarkan konsep fisik secara nyata. Salah satu media yang dapat di gunakan adalah video. Penelitian ini adalah Untuk mengetahui cara pembuatan, Indikator yang digunakan, Kualitas sebagai media pembelajaran audio visual untuk anak remaja Obesitas di Kota Jayapura. Penelitian ini dilakukan pada bulan juni – Agustus 2021, jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian dan Pengembangan (R&D) Sampel pada penelitian ini adala 31 anak remaja berusia 15-18 tahun di kota jayapura. Pada perancangan produk yang pertama dilakukan adalah penyusunan materi, Pembuatan Script Video, Pembuatan <i>Story Board</i> Video, <i>filming</i> Video, dan <i>Editing</i> Video. Penilaian Kualitas media di uji coba pada anak remaja didapatkan bahwa Aspek Pembelajaran presentase penilaian 92,74%, Aspek materi 91.93%, Aspek media 90.32%, dan Aspek penggunaan 92.74%. Penelitian ini telah menghasil Suatu Produk Media Audio Visual Gizi Seimbang berupa Video dengan format MP4. Media audio visual Gizi Seimbang pada Remaja dapat dinyatakan "Sangat Layak".

I. PENDAHULUAN

Faktor penyebab obesitas pada remaja yaitu bersifat multifactorial, berupa Peningkatan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*), rendahnya aktivitas fisik, faktor genetik, pengaruh iklan, faktor psikologis, status sosial ekonomi, program diet, usia, dan jenis kelamin merupakan faktor-faktor yang berkontribusi pada perubahan keseimbangan energi dan berujung pada kejadian obesitas. Selain itu, faktor penyebab Obesitas lainnya yaitu Pengetahuan yang rendah tentang gizi. Pengetahuan tentang gizi pada usia remaja

masih rendah. (Kurdanti Weni dkk, 2015). Prevalensi berat badan lebih atau obesitas pada anak usia 5-19 pada tahun 2016 sebesar 18%, menurut jenis kelamin Prevalensi nasional obesitas umum pada penduduk berusia diatas 15 tahun pada laki-laki sebesar 13,9% dan pada perempuan sebesar 23,8% dari jumlah anak Indonesia (Balitbangkes, 2018).

Prevalensi overweight dan obesitas pada penduduk usia 15-20 tahun di Papua tahun 2007 sebesar 10,6% sedangkan kota Jayapura merupakan kota dengan prevalensi tertinggi yaitu

sebesar 35,9% pada usia diatas 15 tahun. Terjadi peningkatan prevalensi obesitas usia 16 -18 tahun di Papua dari 1,6% tahun 2010 menjadi 1,9% pada tahun 2013 (Sri, Rahayu Endah dan Prof.dr. Mandarina Julia, Sp.A (K), MPH, PhD, 2015). Penelitian Oktira tahun 2013, diketahui bahwa media audio-visual telah berhasil membangkitkan ketertarikan siswa untuk dapat mempelajari seni budaya. Rasa ketertarikan telah membangkitkan rasa.

Kemandirian siswa itu sehingga partisipasi aktif siswa dalam proses pembelajaran juga meningkat dengan sendirinya. Cara membangkitkan kemandirian adalah dengan menggunakan media audio visual sebagai alat penunjang kemandirian siswa terhadap pembelajaran seni budaya. Peningkatan partisipasi aktif siswa dalam proses pembelajaran sebagaimana terlihat beberapa indikator seperti keinginan, perhatian dan partisipasi setelah menggunakan media audio visual mengindikasikan telah terbangkitnya motivasi siswa dalam belajar. Penelitian meidiana dkk, 2018 menunjukkan bahwa pengetahuan responden meningkat sesudah diberikan media audio visual, dilihat dari nilai rata-rata sesudah di berikan media audio visual yang lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rata-rata sebelum di berikan video, dari hasil sikap nilai rata-rata sesudah diberikan video yang lebih tinggi dibandingkan nilai sebelum di berikan video. Pembelajaran yang dapat menggambarkan konsep fisik secara nyata. Salah satu media yang dapat di gunakan adalah video. Upaya peningkatan pengetahuan pada remaja diperlukan suatu media pembelajaran yang dapat menggambarkan konsep fisik secara nyata. Salah satu media yang dapat di gunakan adalah video.

Berdasarkan latar belakang sebelumnya, dianggap perlu untuk dilakukan Edukasi dengan media pembelajaran Audio visual (video) terhadap anak Remaja (SMA) dengan Obesitas di Kota Jayapura. Dengan media pembelajaran Audio Visual tersebut diharapkan agar anak Remaja lebih mudah untuk memahami gizi yang seimbang untuk remaja, sehingga jika ketertarikan gizi meningkat maka akan meningkatkan juga pengetahuan gizi remaja.

II. METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian yang digunakan adalah penelitian dan pengembangan (research and development). Metode penelitian dan pengembangan (R&D) adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut

(sugiyono 2016). Pada Penelitian ini, akan menghasilkan produk berupa media Audio Visual dalam bentuk video MP4, Sebagai alat bantu Edukasi Gizi Remaja beresiko Obesitas.



Gambar 1. Langkah-langkah penggunaan metode Research and Development (R&D)

Tempat pelaksanaan penelitian pendahuluan yaitu di Poltekkes kemenkes Jayapura. Waktu Pelaksanaan selama 2 bulan tanggal 7 Juni - 7 Agustus 2021. Ahli Gizi sebagai ahli materi sebanyak 2 orang, Ahli Media sebanyak 1 orang. Remaja yang berusia 15-18 Tahun di kota Jayapura sebanyak 31 Responden. Pada penelitian ini dilakukan analisis Potensi dan Masalah yaitu dengan melakukan Observasi, mengamati dan melihat data yang ada. Potensi dalam penelitian ini yaitu Remaja yang merupakan Calon pemimpin dan penggerak pembangunan masa depan harus sehat dan bugar sehingga diperlukan suatu media berupa audio visual sebagai media pembelajaran untuk Remaja. Sedangkan masalah pada penelitian tersebut yaitu upaya peneliti untuk menginformasikan pesan gizi dengan menggunakan media pembelajaran audio visual kepada Remaja yang memiliki Resiko Obesitas. Dalam penelitian ini, perancangan produk diwujudkan dengan penyusunan materi, pembuatan Script, pembuatan storyboard video, pembuatan storyboard media, proses editing dilakukan dengan aplikasi Video via Android sebagai aplikasi editing dan dilakukan pemrograman agar video dapat diputar pada semua perangkat.

Validasi produk dilakukan dengan menghadirkan 2 Ahli materi dan 1 Ahli media, tenaga ahli yang sudah berpengalaman untuk menilai Media Audiovisual yang dirancang tersebut. Validasi desain produk dalam penelitian ini dilakukan oleh dosen ahli materi, dan dosen ahli media. Tahap ini dilakukan untuk memperoleh informasi mengenai kelayakan produk sehingga dapat mengetahui kelemahan dan kesalahan dalam desain produk pertama. Pada Revisi penelitian, telah diketahui kelemahan dan

kesalahan dalam media audio visual tersebut. untuk menghasilkan media yang baik maka dilakukan perbaikan desain video tersebut. Revisi dilakukan sampai produk benar-benar siap untuk diuji cobakan. Produk yang telah diperbaiki dan disempurnakan berdasarkan pendapat dan saran para ahli, kemudian diuji cobakan pada Remaja. Uji coba tersebut bertujuan untuk mengetahui keterima produk tersebut dalam segala aspek baik materi maupun media pada 31 anak remaja dikota Jayapura. Penilaian produk dilakukan dengan dua tahap, yaitu tahap pertama produk dinilai oleh dosen ahli materi dan dosen ahli media. sedangkan tahap kedua produk dinilai oleh remaja beresiko Overweight dan Obesitas

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini yaitu kuesioner atau angket. Angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2015). media audio visual tersebut dinilai oleh, dosen Ahli materi, dosen ahli media, dan Remaja beresiko obesitas dan obesitas. Kemudian menganalisis Skor dengan cara menghitung skor yang didapat dari hasil penelitian, jumlah skor ideal untuk semua item adalah 100% (sugiyono, 2015).

Tabel 1. Kategori Penilaian Pengetahuan Remaja

Tingkat Penilaian	Kategori
75,1% - 100%	Baik
50,1% - 75%	Cukup
25,1% - 50%	Kurang
0% - 25%	Sangat Kurang

Dari Tabel Kategori tersebut, diperoleh perhitungan sistematis, dengan rumus

$$\text{Persentase Penilaian} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah Soal}} \times 100\%$$

Pada Masa Pademic Covid - 19, agar dapat mencegah Virus corona maka Penelitian dilakukan Online, untuk bertemu responden secara Offline sulit. Sehingga sulit untuk memantau responden.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Pembuatan Video

Pada pembuatan video yang pertama dilakukan adalah penyusunan materi,

pembuatan Script Video, Pembuatan *Story Board* Video, *filming* Video, dan *Editing* Video. Hasil dari tahapan Desain produk sebagai berikut:

a) Penyusunan Materi

Penyusunan materi Obesitas pada Remaja disusun berdasarkan buku, jurnal, artikel ilmiah mengenai obesitas pada Remaja. Sumber yang digunakan untuk menyusun materi yaitu dari E-book, Jurnal, dan Artikel dan poster dari kementerian kesehatan RI.

b) Pembuatan Script Video

Pembuat *Script* Video, Disusun sesuai dengan durasi Video yaitu 7-8 menit, dalam *Script* Video disertai dengan Adegan dan Narasi dimulai dari *Opening*, *Penyampaian Materi*, dan *Closing*.

c) Pembuatan Story Board Video

Story Board adalah papan cerita, disusun dari setiap bagian-bagian cerita dengan gambar. sehingga menjadi rangkaian cerita bergambar yang berurutan. *Story Board* dipakai pada saat *Filming* Video, Sebagai pemandu di balik layar.

d) Filming Video

Proses *Filming* dilakukan bertahap, yang pertama yaitu Pengaturan tempat untuk filming, pengaturan Cahaya atau Lampu Bantuan, Pengaturan Kamera, Proses *Filming* yaitu dilakukan ± 5 jam dengan 10 kali Pengambilan.

e) Editing Video

Setelah selesai dilakukannya *Filming* Video, Hasil *Filming* di olah dan digabungkan dengan Video Animasi yang telah di buat dengan aplikasi editing Video dengan Format MP4, proses editing dilakukan selama ± 2 hari. Setelah itu Video di bagikan melalui aplikasi media sosial *Youtube*.

f) Validasi Ahli Materi

Ahli Materi pada penelitian ini yaitu, yang pertama merupakan dosen Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Jayapura. Ahli Materi yang kedua merupakan Ahli Gizi Puskesmas Waena. Validasi dari Ahli Materi dilaksanakan 1 kali pada tanggal 6-7 Juli 2021 dengan 5 Indikator penilaian.

g) Validasi Ahli Media

Ahli Media pada penelitian ini memiliki keahlian dibagian komunikasi dan editor, ahli media juga mempunyai pengalaman kerja sebagai editor di

stasiun televisi dan tertarik pada photorhaper. Validasi dari Ahli Media dilaksanakan 1 kali pada tanggal 6 Juli 2021 dengan 14 Indikator penilaian.

h) Revisi Ahli Media

Berikut adalah tanggapan dan saran dari Ahli Materi untuk perbaikan Materi agar semakin baik.

- 1) Pada materi IMT harus disebut kepanjangannya dan dijelaskan pengertian IMT.
- 2) Pada Materi penyebab Obesitas ditambahkan Faktor Stress
- 3) Pada materi penyakit degenerative dapat diganti antara lain Diabetes Miletus, Hipertensi, Penyakit Jantung Koroner, dll.
- 4) Jumlah kebutuhan E,P,L dibuat setara dengan porsi makan
- 5) Pada Materi Tips dan Tricks dibantu Gambar, dan latar suara (materi).

i) Revisi Ahli Materi

Berikut adalah tanggapan dan saran dari Ahli Media untuk Perbaikan Media agar semakin baik.

- 1) Kualitas Suara lebih diperjelas
- 2) Narasi saat Opening dan Closing

Proses Revisi produk, dilakukan *Filming* Video ulang, dan *Editing* Video ulang, mengenai bagian-bagian materi, kualitas Suara dan Narasi saat Opening dan Closing.

j) Kualitas Media oleh Ahli Media

Berdasarkan Kuesioner Kualitas Media yang sudah diisi oleh Ahli media didapatkan hasil berikut: Hasil Penilaian Ahli media, presentase skor yaitu 91,42% termasuk kategori "Sangat Baik". Sehingga dapat dilihat bahwa kualitas media audio visual sangat baik sehingga dinyatakan "sangat Berkualitas" sehingga dapat digunakan dan diujicobakan.

k) Kualitas Materi oleh Ahli Materi

Ada dua nilai diperoleh berbeda yaitu penilaian pertama 92% masuk pada kategori "Sangat Baik", dan penilaian kedua yaitu 80% masuk pada kategori "Baik". Dapat dilihat bahwa Hasil penilaian dari Ahli Materi menunjukkan materi pada video berkualitas sehingga dapat digunakan dan diujicoba.

2. Uji Coba Video

Media Audio Visual (Video) dengan format MP4 di uji cobakan kepada 31 Responden yaitu anak remaja usia 15 - 18 Tahun di Kota Jayapura. Uji Coba dilakukan untuk mengetahui video tersebut layak, dengan menyebarkan link video kepada Responden yang bersedia. Link tersebut langsung mengarah pada video Resiko Obesitas pada Remaja di Youtube. hasil penilaian Video oleh Remaja menurut jenis kelamin, diketahui bahwa responden anak remaja perempuan lebih banyak yaitu 19 orang dengan presentase 61,3% daripada Responden anak remaja laki-laki yaitu 12 orang dengan presentase 38,7%. Pada Kategori penilaian Seluruh anak Remaja Perempuan dan laki-laki memilih kategori "Sangat Layak" dan "Cukup layak". hasil penilaian Video yang diujikan kepada anak remaja, variabel umur dikategorikan menjadi 2 kategori. Kategori umur 15 - 16 tahun yang menyatakan "Sangat layak dan cukup layak" sebanyak 48.4% Kategori umur 17-18 Tahun menyatakan "Sangat layak dan cukup layak" sebanyak 51.6% Sedangkan "Tidak layak dan sangat tidak layak" Kedua kategori umur 0% atau tidak ada yang menyatakan.

Tabel 2. Hasil penilaian uji coba video

Aspek yang dinilai	Indikator	Skor	Rata-rata	%
Aspek Pembelajaran	Penyampaian materi menarik anak remaja	118	115	92.74
	Penyajian materi menarik anak remaja	112		
Aspek Materi	Materi pada media mudah untuk dipahami	114	114	91.93
Aspek Media	Teks mudah dibaca	110	112	90.32
	Kualitas suara	111		
	Kesesuaian Background	115		
Aspek Penggunaan	Media mudah digunakan	115	115	92.74
Total		795	456	367.73
Rata-rata skor		113.57	114	91.93
Keterangan		Sangat Layak		

Hasil penilaian Kelayakan media di uji cobakan kepada anak remaja pada tabel 13. diketahui bahwa Aspek Pembelajaran presentase skor penilaian 92,74%, Aspek

materi 91.93%, Aspek media 90.32%, dan Aspek penggunaan 92.74%. sehingga, jika ditotalkan dari hasil presentase seluruh Aspek "Sangat layak"

B. Pembahasan

Pada Penelitian ini, digunakan metode Pengembangan *Research and Development* (R&D) yang dimaksud pengembangan R&D yaitu metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut. Produk yang dikembangkan berupa media Audio Visual yaitu video dengan aktor, berdurasi 5-7 menit dengan format video tersebut yaitu MP4 video tersebut bertujuan untuk memberikan informasi gizi seimbang kepada anak remaja di kota Jayapura. Langkah-langkah dari penelitian pengembangan ini adalah yang pertama penyusunan materi yang up to date, dan materi- materi menurut pakar dan sumber – sumber yang terpercaya, selanjutnya yaitu Pembuatan *Script* video disusun semenarik mungkin dan menggunakan bahasa yang dapat dimengerti dan bahasa yang mudah di pahami remaja, tahap selajutnya adalah Pembuatan *Story Board* Video pembuatan story board video disusun berdasarkan pengenalan awal materi penyebab obesitas dan dampak dari obesitas serta cara menangani obesitas, kemudian Validasi dari Ahli materi/ Ahli media mengisi kuesioner yang telah diberikan, Revisi Produk dari Ahli Materi/ Ahli Media, dan dilakukan Uji Coba media Audio visual Video Resiko Obesitas kepada Anak Remaja di kota Jayapura.

1. Hasil penilaian Ahli Materi

Validasi dilakukan oleh dua Ahli materi, dari hasil penilaian yang dilakukan oleh dua Ahli materi dihitung dan rata-rata penilaian yaitu 86%. hasil rata-rata presentase masuk pada kategori materi "Sangat baik". Revisi materi tetap ada oleh Ahli materi, agar isi materi dari produk Media Audio Visual tersebut semakin baik.

2. Hasil penilaian Ahli Media

Hasil Validasi penilaian dari ahli Materi dilakukan oleh seorang Ahli media dari Universitas IAIN Papua, Presntase yang di dapat dari penilaian Kualitas media oleh Ahli Media yaitu 91.42% hasil presentase tersebut masuk pada kategori "Sangat Baik" artinya media Audio visual video dalam format MP4 dengan judul Resiko Obesitas pada Remaja "Sangat berkualitas". Hasil

Validasi dari ketiga Ahli dinyatakan bahwa Materi Pada media Audio Visual "Video Gizi Seimbang" "Sangat berkualitas". Sehingga, dilakukan sekali revisi lalu di Uji Coba kepada Anak Remaja di Kota Jayapura dengan total Responden 31 anak.

3. Uji Coba Produk

Pada Tahap Uji Coba produk, Lembar indikator penilai dibuat dalam format Google Form dan Video diunggah dengan Aplikasi youtube, kemudian disebar kepada Anak remaja yang bersedia untuk menjadi Responden. tahap ini dilakukan selama 2 hari. setelah itu data dan Formulir penilaian diolah. pertama Hasil penilaian Uji coba kualitas media menurut jenis kelamin laki-laki berjumlah 12 orang dengan presentase 38,7% dan perempuan berjumlah 19 orang 61,3%. menurut jenis kelamin. Sedangkan hasil penilaian kualitas media yang diujikan kepada anak remaja, variabel umur dikategorikan menjadi 2 kategori. Kategori umur 15 – 16 tahun yang menyatakan "Sangat layak dan cukup layak" sebanyak 48.4% Kategori umur 17 – 18 Tahun menyatakan "Sangat layak dan cukup layak" sebanyak 51.6% Sedangkan "Tidak layak dan sangat tidak layak" Kedua kategori umur 0% atau tidak ada yang menyatakan. Hasil penilaian kelayakan media anak remaja menurut IMT pada tabel 12 dapat dilihat bahwa IMT di kategorikan menjadi yang pertama yaitu underweight dan Normal sebanyak 38.7% "Sangat Layak & cukup layak". sedangkan Overweight dan Obesitas sebanyak 61.3% yang "Sangat Layak & Cukup layak". Sedangkan pada kategori "Tidak Layak dan Sangat Tidak Layak" nihil.

Hasil penilaian Kelayakan media yang di uji cobakan kepada anak remaja diketahui bahwa Aspek Pembelajaran presentase skor penilaian 92,74%, Aspek materi 91.93%, Aspek media 90.32%, dan Aspek penggunaan 92.74%. sehingga, jika ditotalkan dari hasil presentase kelayakan media Audio Visual "Sangat layak". Dari hasil presentase penilaian Uji coba media audio visual kepada anak remaja dapat dinyatakan Sangat layak sebagai media Audio Visual Video Gizi seimbang untuk anak Remaja.

IV. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Kesimpulan dari Penelitian Pengembangan ini, yaitu;

1. Penelitian ini telah menghasilkan Suatu Produk Media Audio Visual Gizi Seimbang berupa Video dengan format MP4.
2. Hasil dari Validasi Ahli Materi untuk kualitas Materi pertama 92% masuk pada kategori "Sangat Baik", dan penilaian kedua yaitu 80% masuk pada kategori "Baik". Dapat dilihat bahwa Hasil penilaian dari Ahli Materi menunjukkan materi pada video "sangat berkualitas" untuk digunakan dan diuji coba.
3. Hasil Validasi Ahli Media untuk mengetahui kualitas Media diketahui presentase skor yaitu 91,42% termasuk kategori "Sangat Baik". Sehingga dapat dilihat bahwa kualitas media audio visual sangat baik sehingga dinyatakan "sangat Berkualitas" dapat digunakan dan diujicobakan.
4. Uji Coba kepada Anak Remaja penilaian Kelayakan media di uji cobakan kepada anak remaja diketahui bahwa Aspek Pembelajaran presentase skor penilaian 92,74%, Aspek materi 91,93%, Aspek media 90,32%, dan Aspek penggunaan 92,74%. sehingga, jika ditotalkan dari hasil presentase Kelayakan media Audio Visual "Sangat layak". Dari hasil presentase penilaian Uji coba Media audio visual Gizi Seimbang pada Remaja dapat dinyatakan "Sangat layak".

B. Saran

Penelitian Pengembangan Media Audio Visual Video format MP4 dari hasil Kelayak Materi Sangat Layak dan Dari Uji Coba Kualitas media sangat berkualitas, Sehingga peneliti menyarankan:

1. Bagi anak remaja dapat di sebar luaskan kepada anak remaja yang lain sehingga dapat menambah pengetahuan kepada anak remaja.
2. Peneliti dapat mengembangkan produk lebih lanjut dan berinovasi dengan materi-materi yang dikembangkan.
3. Durasi Video agak panjang, sehingga disarankan video di bagi menjadi beberapa bagian.

DAFTAR RUJUKAN

- Ani Cahyadi. (2019). Pengembangan Media Dan Sumber Belajar: Teori Dan Prosedur. Serang: Laksita Indonesia, January 2018, 153.
- Fatmawaty, R. (2017). Memahami Psikologi Remaja. *Jurnal Reforma*, 2(1), 55–65. <https://doi.org/10.30736/Rfma.V6i2.33>
- Kandinasti, S., & Farapti. (2018). Obesitas: Pentingkah Memperhatikan Konsumsi Makanan Di Akhir Pekan? Obesity: Is It Important To Concern About Food Intake In The Weekend? *Jurnal Amerta Nutrition*, 2(4), 307–316. <https://doi.org/10.20473/Amnt.V2.I4.2018.307-316>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Epidemi Obesitas. In *Jurnal Kesehatan* (Pp. 1–8). <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/dokumen-ptm/factsheet-obesitas-kit-informasi-obesitas>
- Meidiana, R., Simbolon, D., & Wahyudi, A. (2018). Pengaruh Edukasi Melalui Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Overweight. *Jurnal Kesehatan*, 9(3), 478. <https://doi.org/10.26630/jk.v9i3.961>
- Rahayu Mahmud, M., Ambarwati, R., Noor Mintarsih, S., Prihatin, S., Jaelani, M., D-iv Gizi Poltekkes Semarang, M., & Jurusan Gizi Poltekkes Semarang, D. (N.D.). Efektifitas Edukasi Dengan Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Gizi Seimbang Effectiveness Of Education With Audiovisual Media To Knowledge And Attitudes About Nutrition Balanced.
- Wegiarti Sikalak, Laksmi Widajanti, R. A. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Obesitas Pada Karyawati Perusahaan Di Bidang Telekomunikasi Jakarta Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (E-Journal)*, 5(3), 193–201.
- Rumina. (2018). *Building brand image perguruan tinggi*. 4(2), 115–126.
- S.Martono. (2013). *Strategi Peningkatan Kinerja Program Studi Melalui Optimalisasi Peran Pimpinan*. 4(1), 30–45.

Sugiono. (2016). *Metode Penelitian (Kuantitatif, kualitatif dan R&D)*. Alfabeta.

Yulk.G. (2000). *Leadirship in Organization 5th Edition*. Prentice Hall.Inc.

Warlizasusi, J., & Susilawati. (2020). *Pengaruh Kinerja Lulusan PGMI/AIN Curup Terhadap Kepuasan Kerja Alumni Di SD/MI Se Kabupaten Rejang Lebong*. 09, 298–324.