

[ISSN 2597- 6052](#)

MPPKI

Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia

The Indonesian Journal of Health Promotion

Research Articles

Open Access

Pengaruh Media Poster, Video Boneka Tangan, dan Buku Cerita terhadap Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar tentang Gizi Seimbang

Media Poster, Hand Puppet Videos, and Storybooks on Balanced Nutrition Education for Elementary School Student

Annisa Nabila Salma^{1*}, Ratih Kurniasari²^{1,2}S1 Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Singaperbangsa Karawang, Indonesia*Korespondensi Penulis : nabilaannisa90@gmail.com

Abstrak

Latar belakang: Anak sekolah dasar masih kurang pengetahuan mengenai gizi seimbang. Anak sekolah dasar lebih mengetahui 4 sehat 5 sempurna dibandingkan Pedoman Gizi Seimbang (PGS).

Tujuan: Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh dari ketiga media mengenai gizi seimbang.

Metode: Penelitian ini berjenis eksperimental dengan sampel murid kelas 4 dan 5. Saat edukasi dibedakan menjadi *offline* dan *online* dikarenakan keadaan COVID-19 masih diberlakukan pembatasan. Sampel dipilih dengan metode *purposive samplin* yang berjumlah 69 orang.

Hasil: Hasil uji *Wilcoxon* dan *Paired t-test* dengan menganalisis data dari *pre-test* dan *post-test* didapatkan nilai $p = 0,001$ untuk media poster, nilai $p = 0,006$ untuk media video boneka tangan, dan nilai $p = 0,003$ untuk media buku cerita.

Kesimpulan: Media poster memiliki nilai signifikan yang paling baik dibandingkan kedua media lainnya, namun ketiga media tersebut dapat meningkatkan pengetahuan anak sekolah dasar kelas 4 dan 5 di SDN Margahayu 19 Bekasi.

Kata Kunci: Anak Sekolah Dasar; Gizi Seimbang; Media Poster; Boneka Tangan Buku Cerita

Abstract

Introduction: Elementary school children still lack knowledge about balanced nutrition. Elementary school children know more about "4 sehat 5 sempurna" compared to the Balanced Nutrition Guidelines (PGS).

Objective: The purpose of this study was to determine the effect of the three media on balanced nutrition.

Methods: This research is an experimental type with a sample of 4th and 5th grade students. When education is divided into offline and online due to the COVID-19 situation, restrictions are still being applied. The sample was selected by the purposive sampling method, totaling 69 people.

Results: The results of the Wilcoxon and Paired t-test by analyzing the data from the pre-test and post-test obtained p value = 0.001 for poster media, $p = 0.006$ for hand puppet video media, and $p = 0.003$ for story book media.

Conclusion: Poster media has the best significant value compared to the other two media, but the three media can increase the knowledge of elementary school children in grades 4 and 5 at SDN Margahayu 19 Bekasi.

Keywords: Elementary School Children; Balanced Nutrition; Poster Media; Hand Puppet Story Book

PENDAHULUAN

Masalah gizi di Indonesia banyak namun menurut umur 5-19 tahun terdapat masalah pendek dan gemuk. Prevalensi anak usia 5-19 tahun berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2018 sebesar 23,6% hingga 26,9% mengalami pendek dan anak gemuk dengan prevalensi 13,5-20% (1). Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang ditulis oleh Prihatmoko, *et al* 2019 yang mengatakan terdapat 155 anak sekolah dasar yang berstatus gizi gemuk (9,1%) dan obesitas (10,3%) (2).

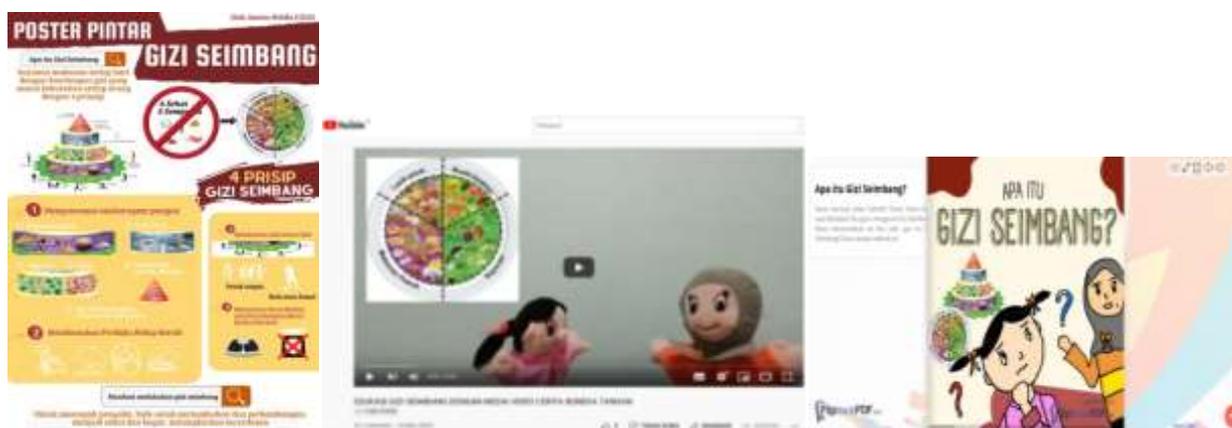
Status gizi yang lebih ataupun kurang terjadi dikarenakan kurangnya pengetahuan. Pengetahuan yang kurang dapat mengurangi kemampuan seseorang untuk menerapkannya di kehidupan sehari-hari (3). Pengetahuan mengenai pola makan yang mengacu Pedoman Gizi Seimbang (PGS). PGS berisi mengenai paduan konsumsi makanan sehari, perilaku hidup bersih dan sehat, aktivitas fisik, dan memantau berat badan. Paduan tersebut juga menggantikan 4 sehat 5 sempurna yang lebih banyak diketahui dibandingkan PGS (4). Hal tersebut dikatakan oleh Rosadi *et al* 2021, anak sekolah dasar kelas 4 baru mengetahui PGS dibandingkan 4 sehat 5 sempurna yang sudah diajarkan dalam pelajaran (5).

Cara untuk meningkatkan pengetahuan anak usia sekolah dengan media yang menarik. Tidak hanya berisi bacaan dan dijelaskan lalu dilupakan. Pemberian edukasi dengan menggunakan media poster, video dan permainan kuartet dapat meningkatkan pengetahuan mengenai gizi (6). Anak usia sekolah lebih banyak menggunakan indera agar menghasilkan yang lebih bermakna (7). Berdasarkan latar belakang diatas dan peneliti sudah survey sekolah dasar di Bekasi maka peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh edukasi dengan media yang dipilih peneliti yaitu media poster, video boneka tangan, dan buku cerita.

METODE

Jenis penelitian ini adalah eksperimental dengan rancangan *pre-post test design*. Sampel diambil dengan metode *purposive sampling* dengan memilih kelas yang tidak sedang mempersiapkan ujian, aktif, dan partisipatif. Penelitian ini dilakukan pada anak sekolah dasar di SD Negeri Margahayu 19 Bekasi kelas 4 dan 5. Setiap kelas memiliki jumlah murid yang berbeda. Pembagian kelompok intervensi dibagi perkelas melalui *offline* dan *online*. Hal tersebut dikarenakan terdapat pembatasan kegiatan pembelajaran saat Pandemi COVID-19. Hanya kelompok media poster yang diberikan secara langsung. Media boneka tangan dan buku cerita dilaksanakan *online*.

Ketiga media dibuat oleh peneliti dengan bantuan aplikasi Canva, Youtube, dan *website* Flipbook. Setiap media membahas hal yang sama dan tidak ada perbedaan. Pembahasan yang terdapat di media yaitu pengertian gizi seimbang, perubahan 4 sehat 5 sempurna ke gizi seimbang, 4 prinsip gizi seimbang, dan manfaat gizi seimbang. Pengambilan data *pre-test* di ruang kelas 4 dan 5 SD Negeri Margahayu 19 Bekasi oleh peneliti langsung. Kuesioner yang digunakan sudah diuji validasi oleh peneliti sebelum diberikan ke murid. Setelah di uji validasi, kuesioner yang valid berjumlah 10 soal. Kuesioner berisi mengenai tingkat pengetahuan gizi seimbang. *Pre-test* dilakukan 30 menit setelah itu murid diberikan pengetahuan mengenai gizi seimbang. Media poster diberikan pada murid kelas 5B, video boneka tangan pada murid kelas 4A, dan buku cerita pada murid kelas 4B. Media video dapat dilihat melalui *youtube* sedangkan buku cerita dapat dilihat di *website* Flipbook. Setelah diberikan intervensi, murid diberikan *post-test* yang mempunyai pertanyaan yang sama dengan *pre-test* namun nomor diacak.



Gambar 1. Media Poster, Video Boneka Tangan, dan Buku Cerita

Kuesioner yang sudah diisi oleh murid, penulis analisis data menggunakan SPSS. Analisis data berawal dari uji normalitas dengan menggunakan uji *Shapiro Wilk*. Untuk melihat perbedaan pengetahuan sebelum dan

setelah edukasi gizi menggunakan uji *Paired t-Test* untuk data yang normal, sedangkan uji *Wilcoxon* untuk data yang tidak normal.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	N	%
Jenis Kelamin :		
Laki-laki	40	58%
Perempuan	29	42%
Umur :		
9 tahun	6	8,7%
10 tahun	45	65,3%
11 tahun	18	26%
Status Gizi :		
Gizi Kurang		
Gizi Baik	1	1,5%
Gizi Lebih	48	69,5%
Obesitas	9	13%
	11	16%

Tabel 1 menunjukkan responden paling banyak berjenis kelamin laki-laki. Usia terbanyak murid berumur 10 tahun yaitu 45 anak (65,3%). Murid paling banyak berstatus gizi baik dengan jumlah 48 anak (69,5%).

Tabel 2. Perbedaan Rerata Pengetahuan Sebelum dan Setelah Edukasi

	Poster (n=25)	Boneka Tangan (n=21)	Buku Cerita (n=22)
<i>Pre-test</i>	6,16±1,03	6,19±1,25	6,05±1,46
<i>Post-test</i>	7,24±1,01	7,09±0,62	7,27±0,83
<i>p value</i>	0,001 ^a	0,006 ^a	0,003 ^b

Hasil uji *Shapiro Wilk* menunjukkan bahwa data media poster dan boneka tangan normal maka menggunakan uji *Paired T-test* sedangkan media buku cerita tidak normal jadi menggunakan uji *Wilcoxon*. Tabel 2 menunjukkan rerata nilai pengetahuan *post-test* pada media buku cerita lebih tinggi (7,24) dibandingkan kelompok dengan media boneka tangan (7,09) dan poster (7,27). Namun, hasil uji statistik yang paling kecil atau paling berpengaruh adanya perubahan pengetahuan gizi seimbang yaitu media poster (0,001). Terlihat jelas jika *pre-test* dan *post-test* terjadi perubahan. Sebelumnya semua media berada di rerata ± 6 yang berubah menjadi ± 7 .

PEMBAHASAN

Pengetahuan gizi seimbang masih kurang diketahui oleh anak-anak. Butuh adanya pendidikan gizi yang diberikan ke anak-anak. Hal tersebut dikarenakan adanya hubungan pendidikan gizi dengan *stunting* di anak usia sekolah dasar (8). Pengetahuan yang kurang dapat menyebabkan masalah gizi lainnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan ketiga media yang digunakan untuk intervensi yaitu poster, video boneka tangan, dan buku cerita mampu meningkatkan pengetahuan siswa mengenai gizi seimbang. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian lain yang menggunakan poster, buku cerita, dan boneka tangan. Media poster dapat meningkatkan pengetahuan yang baik dalam edukasi (9). Media boneka tangan dapat meningkatkan perhatian anak jadi lebih paham saat penjelasan materi (10). Media buku cerita juga dapat meningkatkan pengetahuan saat edukasi gizi sehingga lebih efektif dibandingkan melalui metode ceramah (11).

Terdapat perbedaan rata-rata saat *pre-test* dengan *post-test* media poster. Poster merupakan media berbentuk dua dimensi berupa selebaran. Poster memiliki warna yang menarik sehingga responden menyukai dan mengerti dalam penyampaian pesan. Namun, terdapat sebagian kecil responden dalam jurnal lain yang tidak dapat memahami pesan atau materi. Hal tersebut dikarenakan kurangnya waktu atau hanya sekali penyampaiannya (12).

Video boneka tangan terdapat cerita yang menggambarkan seorang anak sekolah dasar yang mengobrol dengan ibunya. Anak tersebut bercerita jika di sekolahnya diajarkan ibu gurunya tentang gizi seimbang. Cerita atau dongeng tersebut dapat merangsang emosi anak jadi dapat mendorong komunikasi, fantasi, khayalan, dan mengembangkan kecerdasannya (13).

Perbedaan rata-rata juga terlihat dan mempunyai signifikan yang baik pada media buku cerita. Hal tersebut sejalan dengan penelitian lain yang mengatakan buku cerita dapat meningkatkan pengetahuan anak sekolah dasar (14) Buku cerita dapat menjadi pembelajaran bagi siswa sekolah dasar dikarenakan anak seusia tersebut menyukai gambar dibandingkan teks cerita (15).

Setiap media mempengaruhi perubahan pengetahuan. Murid lebih menyukai poster kemungkinan dikarenakan sederhana, menarik warnanya, dan mudah dimengerti. Rata-rata yang kurang terlihat kenaikannya yaitu media video boneka tangan. Murid yang berada di kelompok video boneka tangan kemungkinan merasa bosan dikarenakan waktu video hampir 8 menit. Video dapat membuat tertarik yang disampaikan dan lebih baiknya dilengkapi dengan merasa bosan. Anak sekolah dasar cenderung belajar melalui indera pendengar dan penglihatan (7).

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada pemberian media poster, video boneka tangan, dan buku cerita. Media yang paling berpengaruh yaitu media poster dengan nilai rerata 7,24 sedangkan media video boneka tangan sebesar 7,09 dan media buku cerita sebesar 7,27. Sehingga ketiga media tersebut dapat menjadi salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan gizi seimbang pada anak usia sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI. 2018.
2. Prihatmoko, Agung Dwi. Survei Status Gizi Berdasarkan TB/U dan IMT/U pada Siswa Kelas I (Satu) sd Se-Kecamatan Pacita. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 2019;9(1):33–37.
3. Nuryanto, Pramono Adriyan, Puruhita Niken, Muis Siti Fattmah. Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia*. 2014 Des;3(1):32–36.
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman Gizi Seimbang Permenkes RI 2014.
5. Rosadi, T.A.P., Setiawan R. Media Promosi Kesehatan Scrapbook tentang Gizi Seimbang Bagi Siswa Kelas 4. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*. 2021; 2(1): 206–213.
6. Tuzahroh, Fatima. Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media Video, Poster, dan Perimanan Kwartet Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Siswa di Sekolah Dasar Negeri Karangasem II Kota Surakarta. Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta:2015.
7. Minarni. Pemanfaatan Media Pembelajaran Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) Berbasis Video menggunakan Aplikasi Video Scribe untuk Anak Kelas 2 Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian Dosen FIKUM (UNDA)*;2016:5(1).
8. Lestari W, Rezeki SHI, Siregar DM, Manggabarani S. Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Suntung pada Anak Sekolah Dasar Negeri 014610 Sei Renggas Kecamatan Kisaran Barat Kabupaten Asahan. *Jurnal Dunia Gizi*. 2018;1(1):59–64.
9. Sonya HI. Pengaruh Pendidikan Gizi dengan Poster dan Kartu Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Anak Tentang Gizi Seimbang di SDN Ploso I–172 Surabaya. *The Indonesian Journal Public Health*. 2019 Des; 14(2): 210–220.
10. Ainur BM, Meiliati A, Nurul H. Pengaruh Media Edukasi BOGIMBA (Boneka dan Dongeng Gizi Seimbang) terhadap Tingkat Pengetahuan Anak tentang Gizi di TK Islam Silmi Samarindah. *J Sains Kes*. 2021;3(2): 94–100.
11. Rohim Azizah Nur, Zulaekah S, Kusumawati Y. Perbedaan Pengetahuan Anemia pada Remaja Putri Setelah diberi Pendidikan dengan Metode Ceramah Tanpa Media dan Ceramah dengan Media Buku Cerita. *Jurnal Kesehatan*. 2016 Des; 1(2): 60–71.
12. Herimana, Prihatini S. Pengembangan Media Poster dan Strategi Edukasi Gizi untuk Pengguna Posyandu dan Calon Pengantin. *Buletin Penelitian Kesehatan*. 2015 Sep;43(3):195–206.
13. Oktiawati A, Widodo YP, Istianah N. *Storytelling* Media Boneka Jari Kain Flanel Meningkatkan Kecerdasan Emosional Anak Usia Prasekolah. *JITK Bhamada*. 2020 Okt; 11(2): 9–17.
14. Oktariani ND, Liyanovitasari. 2019. Pengaruh Media Cerita Bergambar terhadap Pengetahuan tentang Seks Dini pada Anak. *J Kesehatan Perintis*. 2019;6(2).
15. Padmiswari AAIM, Wulandari NT, Antari NWS. Efektivitas Edukasi Gizi Seimbang Melalui Media Buku Cerita Bergambar. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*. 2022 Apr; 6(1):19–24.