

PENGARUH EDUKASI MELALUI MEDIA AUDIOVISUAL (ANIMASI) TERHADAP PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK SEKOLAH DASAR

Suci Andriyani¹, Ratih Kurniasari²

Program Studi S1 Ilmu Gizi

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Singaperbangsa Karawang

scandriyani@gmail.com¹, ratih.kurniasari@fkes.unsika.ac.id²

ABSTRACT

Elementary school-age children are more at risk of experiencing nutritional problems related to diet and growth and development. Good nutritional status will affect the increase of knowledge in children through education, nutrition education is provided with the media in order to attract the attention of elementary school children. Learning media using audio-visual was chosen because it has benefits for elementary school children in activating the students' sense of sight and hearing to focus on the teaching and learning process. The purpose of this study was to determine the effect of providing animated audio-visual media on the knowledge of balanced nutrition in elementary school children. The research design used was a quasi-experimental pre-test and post-test control group design. The study was conducted in Cikarang City with a sample of 15 elementary school children. Paired Sample t-test was used to see the difference in knowledge before and after being given animated audio-visual media. The results of the study show that most elementary school children are 12 years old (46.7%), male primary school children are dominant (53.3%) and the nutritional status of elementary school children is mostly normal (80%).). In this study, it can be seen that there is a significant difference in knowledge in elementary school children ($p < 0.05$), after being given intervention, elementary school children experience a change in knowledge from good category (66.7%) to very good (86.7%). It can be concluded that the provision of animated audio-visual media can affect the knowledge of balanced nutrition in elementary school children.

Keywords : animation media, knowledge, nutrition education, primary school children

ABSTRAK

Anak usia sekolah dasar lebih berisiko mengalami masalah gizi yang berhubungan dengan pola makan dan tumbuh kembang. Status gizi yang baik akan mempengaruhi peningkatan pengetahuan pada anak melalui pendidikan, pendidikan gizi diberikan dengan media agar dapat menarik perhatian anak sekolah dasar. Media pembelajaran menggunakan *audio visual* dipilih karena memiliki manfaat untuk anak sekolah dasar dalam mengaktifkan indera penglihatan dan pendengaran siswa agar fokus dalam proses belajar mengajar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian media audio visual animasi terhadap pengetahuan gizi seimbang anak sekolah dasar. Desain penelitian yang digunakan adalah *Quasi Eksperimental* rancangan *pre-test and post-test control group*. Penelitian dilakukan di Kota Cikarang dengan sampel anak sekolah dasar sebanyak 15 orang. *Paired Sample t-test* digunakan untuk melihat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikannya media audio visual animasi. Hasil pada penelitian menunjukkan paling banyak anak sekolah dasar memiliki usia 12 tahun (46,7%), anak sekolah dasar dominan berjenis kelamin laki-laki (53,3%) dan status gizi pada anak sekolah dasar paling banyak memiliki kategori normal (80%). Pada penelitian ini dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan pada anak sekolah dasar ($p < 0,05$), sesudah diberikan intervensi anak sekolah dasar mengalami perubahan pada pengetahuan dari kategori baik (66,7%) menjadi sangat baik (86,7%). Dapat disimpulkan bahwa pemberian media audio visual animasi dapat mempengaruhi pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar.

Kata kunci : anak sekolah dasar, media animasi, pendidikan gizi, pengetahuan

PENDAHULUAN

Sasaran tepat dalam membentuk perbaikan gizi yang baik dimulai pada anak

sekolah dasar karena perkembangan yang cepat terjadi pada masa usia sekolah dasar (Seprianty *et al.*, 2015). Perlu adanya

perhatian terhadap asupan gizi dan kesehatan pada anak sekolah dasar karena anak usia sekolah dasar sering mengalami masalah pada perilaku dan pola konsumsi kebiasaan makan di sekolah ataupun di rumah (Nuryanto *et al.*, 2014).

Menurut data Kemenkes RI (2018), menunjukkan bahwa status gizi pada anak sekolah dasar memiliki prevalensi kurus dengan perhitungan Indeks Massa Tubuh menurut Usia berjumlah 9,3% yang terdiri dari 2,5% sangat kurus dan 6,8% kurus lalu status gizi anak sekolah dasar pada prevalensi gemuk dengan perhitungan Indeks Massa Tubuh menurut Usia yaitu sebesar 20,6% yang terbagi menjadi sangat gemuk 9,5% dan gemuk 11,1%. Status gizi yang baik menjadi salah satu kunci dalam pertumbuhan dan perkembangan anak sekolah dasar karena jika tidak ditangani dengan cepat dan tepat akan mengakibatkan dampak yang buruk dan akan berkelanjutan pada usia dewasa. Pengetahuan, aktivitas fisik, pola konsumsi dan kebiasaan makan anak sekolah dasar bisa menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi anak pada usia tersebut (Wicaksana & Hida, 2019).

Belajar mengetahui sumber - sumber makanan yang mengandung zat gizi, belajar hidup sehat dan mengetahui agar kandungan zat gizi tidak hilang pada saat proses pengolahan makanan merupakan pengertian dari pengetahuan gizi (Lestari, 2020). Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan yaitu dengan cara memberikan pendidikan yang tepat, apabila pendidikan yang diberikan kepada anak sekolah dasar didasari dengan pendidikan yang baik maka anak sekolah dasar akan memiliki pengetahuan yang luas dan mengetahui bagaimana cara mendapatkan kebiasaan makan yang baik (Fitriani & Andriyani, 2015). Anak usia sekolah dasar sangat menyukai hal yang baru sehingga pendidikan gizi harus diberikan melalui media yang menarik supaya mudah dapat menerima informasi mengenai gizi seimbang dan menjadi perhatian anak sekolah dasar (Mahmudah, 2019). Menurut Setiyawan (2020), media pembelajaran menggunakan audio visual memiliki manfaat dalam indera

penglihatan dan pendengaran siswa agar membangkitkan kemampuan minat siswa serta siswa dapat lebih fokus dalam proses belajar mengajar. Media audio visual menampilkan persatuan gambar dan suara sehingga dapat menampilkan beberapa objek yang bergerak seperti pada televisi, video dan lainnya (Setiyawan, 2020). Video animasi merupakan sebuah gambar yang dibuat berurutan menyerupai karakter kartun kemudian disatukan sehingga menjadi gambar yang bergerak, biasanya video animasi banyak digemari oleh anak usia sekolah karena memiliki penampilan gambar yang menarik sehingga dapat meningkatkan daya tarik belajar siswa (Agustien *et al.*, 2018).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh media audio visual (animasi) terhadap pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar.

METODE

Desain penelitian menggunakan desain *Quasi Eksperimental* dengan rancangan *pre test – post test control group*. Penelitian dilakukan di kota Cikarang pada bulan April 2021. Sampel dari penelitian ini adalah anak sekolah dasar usia 10 – 12 tahun berjumlah 15 orang. Pada hari pertama diberikan *pre test*, lalu diberikan intervensi melalui media audio visual animasi mengenai informasi tentang gizi seimbang dan pada hari selanjutnya diberikan *post test*.

Data yang diambil pada penelitian ini menggunakan data primer meliputi karakteristik responden (usia dan jenis kelamin), status gizi Z-Score menggunakan Indeks Massa Tubuh menurut Usia dan kategori tingkat pengetahuan. Instrumen pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner pengetahuan yang berisi 20 pertanyaan mengenai gizi seimbang. Hasil skor pengetahuan menurut Arikunto & Suharsimi (2014), dikategorikan menjadi empat tingkat, yaitu kurang (<45), cukup (46 – 65), baik (66 – 85) dan sangat baik (86 – 100) dan pada hasil skor Z-Score IMT/U menurut Kemenkes (2020), dikategorikan menjadi gizi buruk (<-3 SD), gizi kurang (-3 SD sampai

dengan <-2 SD), normal (-2 SD sampai dengan +1 SD), gizi lebih (+1 SD sampai dengan +2 SD) dan obesitas (>+2 SD). Data di olah (*editing, coding, entry, cleaning*) setelah itu diuji menggunakan uji normalitas *Shapiro-Wilk*, apabila data terdistribusi normal maka dilanjutkan menggunakan uji statistik *Paired Sample t-test* untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan setelah diberikan penyuluhan gizi melalui media audio visual animasi.

HASIL

Tabel 1. Gambaran Karakteristik Anak Sekolah Dasar

Karakteristik	Audiovisual Animasi (n=15)	
	n	%
Usia		
10 tahun	4	26,7
11 tahun	4	26,7
12 tahun	7	46,7
Jenis Kelamin		
Laki – Laki	8	53,3
Perempuan	7	46,7
Kategori z-score IMT/U		
Gizi Buruk	1	6,7
Gizi Kurang	1	6,7
Normal	12	80,0
Gizi Lebih	1	6,7

Sesuai dengan hasil penelitian pada Tabel 1 diketahui bahwa paling banyak usia sampel dari 15 responden yaitu 12 tahun (46,7%). Responden yang berjenis kelamin laki – laki adalah sebanyak 8 orang (53,3%) sedangkan responden yang berjenis kelamin perempuan yaitu berjumlah 7 orang (46,7%). Kategori Z-score IMT/U pada responden dapat diketahui bahwa sebanyak 1 responden (6,7%) termasuk ke dalam kategori gizi buruk, sebanyak 1 responden (6,7%) memasuki kategori gizi kurang, sebanyak 12 responden (80%) memiliki kategori normal, sebanyak 1 responden (6,7%) termasuk ke dalam kategori gizi lebih. Mayoritas responden dalam penelitian ini pada usia 10-12 tahun memiliki status gizi dalam kategori normal.

Tabel 2. Kategori Tingkat Pengetahuan Anak

Pengetahuan	Sekolah Dasar Sebelum dan Sesudah Intervensi	
	Audiovisual Animasi (n=15)	
	n	%
Sebelum		
Sangat Baik	4	26,7
Baik	10	66,7
Cukup	1	6,7
Sesudah		
Sangat Baik	13	86,7
Baik	2	13,3

Pada Tabel 2 menggambarkan pengetahuan responden tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikannya penyuluhan menggunakan media audio visual animasi. Adanya peningkatan pengetahuan pada responden sebelum diberikannya intervensi dari kategori baik sebanyak 10 responden (66,7%) menjadi sangat baik dengan jumlah 13 responden (86,7%).

Tabel 3. Uji Statistik Paired Sample t-test Pengaruh Pengetahuan Gizi

	Mean	t	df	p-value
Nilai pre test - nilai post test	-10,333	-4,928	14	.000

Hasil uji statistik *Paired Sample t-test* pada Tabel 3 menggunakan *Statistical Program for Social Science (SPSS)* mengenai pengaruh penggunaan media audio visual animasi. Pada hasil dari *pre test* dan *post test* terhadap pengetahuan gizi seimbang anak sekolah dasar yang diuji menggunakan *Paired Sample t-test* dapat disimpulkan untuk nilai Sig. (2-tailed) pada hasil output di peroleh *p-value* 0,000 dimana nilai $p < 0,05$ yang berarti adanya pengaruh penggunaan media audio visual animasi dengan pengetahuan gizi seimbang anak sekolah dasar.

PEMBAHASAN

Prinsip dalam penyusunan media dalam mempelajari pengetahuan diketahui bahwa panca indra yang berada pada tubuh manusia ditugaskan untuk menangkap atau menerima

pengetahuan yang berada di luar tubuh, semakin banyak indra yang digunakan untuk menerima sesuatu maka semakin banyak pengetahuan yang akan diperoleh (Rahmad & Almunadia, 2017). Perilaku serta sikap dalam penerapan hidup sehat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan siswa tentang gizi contohnya adalah siswa dapat mengerti manfaat dari suatu bahan makanan seperti mengetahui manfaat kandungan gizi yang berada pada makanan tersebut. Pengetahuan gizi diharapkan dapat mempengaruhi konsumsi makanan siswa tersebut sehingga akan berdampak pada status gizinya (Siregar & Sondang, 2014).

Adanya peningkatan pengetahuan pada responden melalui audio visual animasi kemungkinan dikarenakan pemberian media tersebut untuk proses belajar mengajar lebih kreatif dan siswa dengan mudah dapat mengerti inti dari pembelajaran gizi seimbang melalui media audio visual. Pada penelitian ini diketahui bahwa adanya pengaruh menggunakan media audio visual animasi terhadap pengetahuan gizi seimbang anak sekolah dasar dan dibuktikan bahwa pesan visual berupa gambar akan lebih mudah tertanam dalam pikiran responden dibandingkan dengan kata – kata, sehingga pendidikan atau pembelajaran melalui media audio visual animasi dapat dikatakan lebih efektif pada anak sekolah dasar (Siregar & Sondang, 2014).

Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa adanya pengaruh penyuluhan dengan media promosi puzzle gizi terhadap pengetahuan responden tentang gizi seimbang, karena dengan memainkan puzzle gizi siswa sekolah dasar dapat meningkatkan perhatian, konsentrasi dan imajinasi sehingga akhirnya dapat membentuk pengetahuan yang baik (Hikmawati *et al*, 2014). Hal ini sejalan dengan media pendidikan yang diberikan sehingga responden dapat lebih mengerti informasi atau materi yang dianggap rumit menjadi lebih mudah. Penggunaan media audio visual animasi sangat berpengaruh terhadap pengetahuan seseorang, terlebih lagi bagi anak sekolah karena anak usia sekolah merupakan masa yang paling optimal untuk

menanamkan perilaku yang baik terhadap dirinya sehingga perilaku dapat diajarkan pada anak usia sekolah agar bisa meningkatkan pengetahuan, sikap dan pendidikan.

KESIMPULAN

Adanya peningkatan pengetahuan terhadap gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan intervensi dalam kategori baik menjadi sangat baik. Terdapat pengaruh penggunaan media audio visual animasi terhadap pengetahuan gizi seimbang anak sekolah dasar. Diharapkan media audio visual animasi ini dapat di terima oleh anak sekolah dasar sebagai media pembelajaran yang baru untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang. Penggunaan media audio visual animasi sebaiknya diaplikasikan di sekolah agar seluruh siswa dapat mengerti tentang gizi seimbang dan menerapkan pola makan gizi seimbang.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis berterimakasih kepada responden yang telah memberikan kesempatan waktunya untuk melakukan penelitian ini sehingga dapat menyelesaikannya tanpa ada kendala.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustien, R., Umamah, N., & Sumarno. (2018). Pengembangan Media Pembelajaran Video Animasi Dua Dimensi Situs Pekauman di Bondowoso Dengan Model Addie Mata Pelajaran Sejarah Kelas X IPS. *Jurnal Edukasi*, 1, 19–23.
- Arikunto, Suharsimi. (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fitriani, N. L., & Andriyani, S. (2015). Hubungan Antara Pengetahuan dengan Sikap Anak Usia Sekolah Akhir (10-12 Tahun) tentang Makanan Jajanan di SD Negeri II Tagog Apu Padalarang Kabupaten Bandung Barat Tahun 2015. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 1 (1), 1–20.

- Hikmawati, Z., Yasnani, & Sya'ban, A. R. (n.d.). Pengaruh Penyuluhan dengan Media Promosi Puzzle Gizi terhadap Perilaku Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas V di SD Negeri 06 Poasia Kota Kendari Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat, 1*, 1–9.
- Kemendes RI. (2018). Hasil Utama RISKESDAS 2018.
- Lestari, P. (2020). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Asupan Makanan dengan Status Gizi Siswi MTS Darul Ulum. *Sport and Nutrition Journal, 2* (2), 73–80.
- Mahmudah, U. (2019). Pengaruh Media Teka - Teki Silang terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Anak Sekolah Dasar. *Ilmu Gizi Indonesia, 2* (2), 107–114.
- Nuryanto, Pramono, A., Puruhita, N., & Muis, S. F. (2014). Pengaruh Pendidikan Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition), 3* (1), 32–36.
- Rahmad, A. H. Al, & Almunadia. (2017). Pemanfaatan Media Flipchart dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu tentang Konsumsi Sayur dan Buah. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala, 17* (3), 140–146.
- Kemendes RI. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan No. 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Seprianty, V., Tjekyan, R. M. S., & Thaha, M. A. (2015). Status Gizi Anak Kelas III Sekolah Dasar Negeri 1 Sungaililin. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan, 2* (1), 129–134.
- Setiyawan, H. (2020). Pemanfaatan Media Audio Visual dan Media Gambar Pada Siswa Kelas V. *Jurnal Prakarsa Paedagogia, 3* (2), 198–203.
- Siregar, R., & Sondang. (2014). Pengaruh Penyuluhan dengan Media Poster terhadap Peningkatan Pengetahuan tentang Kebersihan Gigi pada Siswa/i Kelas III dan IV di SDN 104186 Tanjung Selamat Kecamatan Sunggal Tahun 2014. *Jurnal Ilmiah PANNMED, 9* (2), 166–169.
- Wicaksana, D. A., & Hida, N. R. (2019). Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah di SDN Bedahan 02 Cibinong Kabupaten Bogor Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat, 11* (1), 35–48.