



Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan

Volume 8 No 1 (2024): 113-117

P-ISSN: 2615-2851 E-ISSN: 2622-7622

Published by Tadulako University

Journal homepage: <http://jurnal.fkm.untad.ac.id/index.php/ghidza/index>

DOI: <https://doi.org/10.22487/ghidza.v8i1.1142>

Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan *Leaflet* dan Video Kementerian Kesehatan terhadap Pengetahuan tentang Isi Piringku pada Anak Usia Sekolah di SDN 21 Sanggalea Kabupaten Maros

The Effect of Nutrition Education Using Ministry of Health Leaflets and Videos on Children's Knowledge About the Contents of My Plate School Age at SDN 21 Sanggalea Regency Maros

Mar'atul Islam^{1*}, Andi Rahmaniar MB¹, Kurnia Yusuf¹, St. Masithah¹, Syafruddin¹

Correspondensi e-mail: maratulislam1120@gmail.com

¹Program Studi Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Salewangan Maros, Indonesia

ABSTRAK

Informasi pendidikan gizi merupakan peran penting dalam kehidupan sehari-hari. Kurangnya pemahaman tentang gizi seimbang dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan dan gizi. Ketidakseimbangan asupan makanan baik gizi kurang maupun gizi berlebih akan menghambat pertumbuhan dan perkembangan manusia yang merupakan salah satu permasalahan yang terjadi. Adapun tujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian edukasi gizi menggunakan *leaflet* dan Video Kementerian Kesehatan terhadap pengetahuan tentang Isi Piringku pada anak usia sekolah di SDN 21 Sanggalea Kabupaten Maros. Penelitian ini mengacu pada pendekatan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian pre-post test two group design, kelompok intervensi media *leaflet* dan kelompok pembandingan media video. Perbedaan pengetahuan pada media *leaflet* dan media video yaitu pada media *leaflet* 11,09 sedangkan pada media video 7,11. Pada nilai median pengetahuan edukasi menggunakan media *leaflet* yaitu 12,00 dan nilai media yaitu 7,00. Selain itu, nilai Sig. (2-tailed) atau nilai probabilitas dalam Uji Wilcoxon adalah 0,000 Hasil tersebut jika dibandingkan dengan taraf signifikansi 5% (0,05) maka nilai Sig. (2-tailed). Pada hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* didapatkan nilai Sig. (2-tailed) atau nilai probabilitas adalah 0,000. Oleh karena nilai p-value < α (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi mengenai isi piringku di SDN 21 Sanggalea Kabupaten Maros.

ABSTRACT

Nutritional education information plays an important role in everyday life. Lack of understanding about balanced nutrition can cause various health and nutritional problems. An imbalance in food intake, both undernutrition and excess nutrition, will hinder human growth and development, which is one of the problems that occurs. To find out whether there is an effect of providing nutrition education using leaflets and videos from the Ministry of Health on knowledge about the contents of my plate in school-age children at SDN 21 Sanggalea, Maros Regency. This study refers to a quantitative research approach with a pre-posttest two group design, the leaflet media intervention group and the video media comparison group. The difference in knowledge on leaflet media and video media is on leaflet media 11.09 while on video media 7.11. The median value of educational knowledge using leaflet media is

INFO ARTIKEL

ORIGINAL RESEARCH

Submitted: 19 02 2024

Accepted: 03 06 2024

Kata Kunci:

Leaflet, Pengetahuan, Usia Sekolah, Video

Copyright (c) 2024 Authors.

Akses artikel ini secara online



Quick Response Code



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License.

12.00 and the media value is 7.00. In addition, the value of Sig. (2-tailed) or the probability value in the Wilcoxon Test is 0.000. These results when compared with a significance level of 5% (0.05), the value of Sig. (2-tailed). On the results of the Wilcoxon Signed Ranks Test, the value of Sig. (2-tailed) or the probability value is 0.000. Because the p -value $< \alpha$ (0.05), it can be interpreted that there is an influence of knowledge before and after being given counseling about the contents of my plate at SDN 21 Sanggalea, Maros Regency.

Keywords: Leaflet, Knowledge, School Age, Video

PENDAHULUAN

Ketidakseimbangan asupan makanan baik gizi kurang maupun gizi berlebih akan menghambat pertumbuhan dan perkembangan manusia yang merupakan salah satu permasalahan yang terjadi. Permasalahan ini bisa terjadi, termasuk anak-anak yang sedang bersekolah (AUS) (Liza Apriyunisa, 2021). Masalah muncul akibat ketidaktahuan pada anak usia sekolah (Juni et al., 2021), Hal ini terkait dengan fakta bahwa generasi muda yang sudah matang di sekolah merupakan generasi terdepan yang akan membawa perubahan dan menentukan masa depan negara (Maharani & Kurniasari, 2022).

Hasil Pertemuan antara Food and Agriculture Organization (FAO), World Health Organization (WHO), dan United Nations Educational, Scientific, Cultural Organization (UNESCO) memberikan rekomendasi pendidikan gizi kepada anak setelah mereka masuk sekolah dasar (Adiba, 2020). Pendidikan gizi di sekolah perlu ditingkatkan untuk mengedukasi anak sekolah tentang pentingnya penerapan makanan seimbang. Hal ini memiliki keuntungan anak memiliki pikiran yang terbuka dan ilmu yang diterima dapat dijadikan dasar untuk membimbing makan sehari-hari (Mira Meliyant, 2021).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) Tahun 2018 di Indonesia menunjukkan bahwa masalah gizi yang sering dijumpai pada anak sekolah adalah anak yang mengalami status gizi (IMT/U) pada umur 5-12 tahun untuk anak yang mengalami gizi sangat kurus adalah 2,4 %, anak kurus sebanyak 6,8 %, anak gemuk 10,8 % dan anak yang mengalami obesitas adalah 9,2 % dari populasi anak yang tertimbang yaitu 165.682 anak. Adapun hasil Riset di provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2018 status gizi (IMT/U) pada umur anak 5-12 tahun untuk terdapat 2,97% anak yang mengalami gizi sangat kurus adalah, anak kurus sebanyak 8,64%, anak gemuk 7,83% dan anak yang mengalami obesitas adalah 6,54% dari populasi anak yang tertimbang yaitu 8.309 anak. Selain itu, data prevalensi di Kabupaten Maros bahwa anak yang mengalami status gizi (IMT/U) pada 5-12 tahun untuk anak sangat kurus adalah 2,06%, anak kurus sebanyak 9,39%, anak gemuk 5,22% dan anak yang mengalami obesitas adalah 5,83 dari populasi anak yang tertimbang yaitu 334 anak (Riskesmas Provinsi Sulawesi Selatan, 2018).

Kurangnya pengetahuan tentang manfaat dan pengaruh zat gizi pada makanan terhadap fungsi tubuh merupakan masalah gizi yang menimpa anak usia sekolah, pengetahuan gizi berkaitan dengan perubahan perilaku positif di sekolah menggunakan pedoman gizi seimbang (Jinan Nabila Aulia, 2022).

Masalah gizi di Indonesia cukup kompleks. Sejak tahun 1951, pemerintah mengeluarkan pedoman gizi "Empat Sehat Lima Sempurna" untuk mengatasi masalah ini. Slogan ini digunakan hingga lahirnya "Pedoman Gizi Seimbang" pada tahun 1995, kemudian pada tahun 2014 salah satu bentuk operasional dari pesan gizi seimbang adalah slogan "Isi Piringku", yang menggambarkan porsi yang dianjurkan untuk setiap kali makan dalam sepiring (Antun Rahmadi, Iga Mirah Widhi Sastri, 2021). Gagasan "Isi Piringku" sebagaimana tertuang dalam pedoman Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 41 Tahun 2014 menyatakan bahwa 50% porsi makanan di piring terdiri dari hasil buah dan sayur, sedangkan 50% sisanya terdiri dari karbohidrat dan protein. Selain itu, gambar yang diberi judul "Isi Piringku" ini juga menggaris bawahi empat fokus tambahan, yaitu mencuci tangan sebelum makan, melakukan aktivitas yang diperlukan, minum air yang cukup, dan menjaga berat badan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Visual Isi Piringku membuat setiap orang semakin jelas menyimak mempraktekkan gizi seimbang dalam setiap kali makan (Mardiana, Hana Yuniarti, Swirl Susanto, 2021). Selain itu, "Isi Piringku" juga menunjukkan dua pesan penting, yaitu variasi makan yang spesifik dan keseimbangan makan. Pada anak-anak usia sekolah, variasi makanan menentukan kecukupan gizi yang mempengaruhi status gizi. Hal pertama untuk meningkatkan kepedulian masyarakat yaitu dengan pelatihan gizi. Edukasi merupakan suatu cara untuk meningkatkan informasi gizi, perilaku makan dan upaya mencegah keadaan sehat untuk mencapai gizi yang ideal sesuai dengan kebutuhan setiap individu.

Terlaksananya persiapan tidak lepas dari pengaruh penggunaan media alat peraga yang dapat menunjang pelaksanaan latihan gizi secara berkesinambungan. Pemilihan leaflet sebagai media edukasi karena leaflet dapat disimpan dalam waktu yang lama untuk di baca kembali, lebih informatif, isi pesan leaflet dapat di jadikan bahan diskusi, dapat di cetak kembali dan dapat membantu media

lain seperti media video yang membutuhkan leaflet untuk mendukung kelancaran suatu proses edukasi (Herkinadiyaningsih,2021).

METODE

Penelitian ini mengacu pada pendekatan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian pre-post test two group design, kelompok intervensi media leaflet dan kelompok pembanding media video. Rancangan jenis ini yaitu kelompok subjek dengan 1 kali pretest sebelum intervensi dan 1 kali posttest setelah intervensi. Penelitian ini juga dilakukan intervensi selama 2 kali dengan jarak satu minggu. Penelitian ini dilakukan di SDN 21 Sanggalea Kabupaten Maros. Responden merupakan Siswa (i) kelas 4 dan 5 yang berstatus aktif di SDN 21 Sanggalea Kabupaten Maros sebanyak 90 siswa.

Penelitian ini menggunakan kuisioner untuk mengetahui pengetahuan responden. Untuk menguji hipotesis tersebut dilakukan uji normalitas terlebih dahulu dengan uji statistik *Shapiro-Wilk*, jika uji normalitas $\text{sig} < \alpha$ (0.05) maka dapat disimpulkan bahwa data terdistribusi tidak normal dan akan dilanjutkan dengan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

HASIL

Tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan edukasi di SDN 21 Sanggalea kabupaten Maros bahwa masih banyak siswa dengan kategori pengetahuan yang kurang di kelompok perlakuan sebanyak 41 responden (91,11%) dan kategori pengetahuan cukup 4 (9%) responden. Sedangkan di kelompok kontrol menunjukkan responded dengan kategori pengetahuan kurang sebanyak 44 (98%) dan kategori pengetahuan cukup 1 (2%) responden. Adapun hasil Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi Dengan Media Leaflet di SDN 21 Sanggalea Kabupaten Maros.

Tabel 1. Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi Dengan Media *Leaflet* dan Video di SDN 21 Sanggalea Kabupaten Maros

Dependen	N	Mean	Median	Nilai p-value	Post-test Pre-test
Leaflet					
Sebelum	45	5,60	6,00	0.000	-
Sesudah	45	7,11	7.00	0.000	5.792 ^b
Video					
Sebelum	45	5,60	6,00	0.000	-
Sesudah	45	7,11	7.00	0.000	3.654 ^b

Sementara itu, mengenai informasi setelah diberikan pendidikan di atas, cenderung terlihat adanya peningkatan informasi responden setelah mendapatkan pelatihan melalui media leaflet yaitu responden mempunyai rata-rata skor informasi sebesar 11.09, dengan sebagian besar responden sebelumnya memiliki informasi yang bagus.

Dari tabel di atas menunjukkan nilai rata-rata informasi siswa setelah edukasi yaitu antara 5,60 hingga 11,09 dan Sig. (2-tailed) atau nilai kprobabilitas dalam Tes Wilcoxon adalah 0, 000. Jika hasilnya dikontraskan dan tingkat kepentingannya 5% (0,05), maka Sig. (2-tailed) menyiratkan adanya perbedaan informasi sapaada saat sebelum dan sesudah diberikan edukasi Isi Piringku

Di sisi lain pada tabel bagian B terlihat informasi setelah edukasi harus terlihat bahwa informasi siswa setelah edukasi melalui media video adalah responden memiliki rata-rata skor informasi 7,11, yang berarti sebagian besar siswa sudah memiliki informasi yang baik. Nilai normal informasi responden setelah edukasi (pengajaran kesehatan) adalah 5,60 hingga 7,11 dan Sig. (2-diikuti) atau pada Tes Uji Wilcoxon adalah 0,000. Jika hasilnya dikontraskan dan tingkat kepentingannya 5% (0,05), maka Sig. (2-diikuti) menyiratkan perbedaan informasi saat diberikan pendidikan gizi. Bahwa dampak yang sangat besar dari pemberian mediasi instruktif dengan menggunakan media leaflet sehingga terjadi perbedaan informasi antara sebelum dan sesudah edukasi.

PEMBAHASAN

Pendidikan kesehatan adalah sesuatu yang dapat menegakkan program kesejahteraan dan dapat memberikan perubahan dan peningkatan informasi dalam berbagai kondisi medis. Rendahnya informasi siswa disebabkan karena tidak adanya edukasi gizi dan data tentang makanan yang ada di piring saya. Sesuai (Budiono dkk., 2022) hal ini terjadi karena aturan keberlanjutan yang layak tidak disertakan dalam rencana pendidikan sekolah dasar. Terbatasnya waktu pembelajaran mengingat tidak semua poin gizi dan kesejahteraan dapat dicakup di sekolah dasar menjadi salah satu yang dapat

menunjang program - program kesehatan serta dapat menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan dalam berbagai masalah kesehatan. Rendahnya pengetahuan siswa dikarenakan masih rendahnya Pendidikan gizi dan informasi mengenai isi piringku. Menurut (Budiono et al., 2022) hal ini disebabkan karena pedoman gizi seimbang tidak masuk dalam kurikulum pendidikan sekolah dasar.

Menurut (Notoatmodjo, 2010) dalam penelitian (Hanifah H et,al 2023) bahwa pendidikan kesehatan adalah suatu gerakan atau upaya untuk memberikan pesan-pesan kesehatan secara Individu, kelompok dan masyarakat. Tujuannya adalah memperbanyak informasi, mengubah mentalitas dan mengarahkan cara berperilaku untuk kesejahteraan dan daya tahan tubuh yang baik. Salah satu upaya untuk membangun informasi individu adalah dengan memberikan instruksi pendidikan sedini mungkin (Putri Millenia dan Herdhianta, 2022).

Temuan penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan siswa diberikan leaflet pendidikan dan materi video, tingkat pengetahuan mereka meningkat. Nilai pengetahuan rata-rata siswa lebih tinggi dibandingkan dengan nilai pengetahuan sebelum intervensi isi piringku menggunakan media pemutaran video edukasi.

Dari hasil pengamatan, terlihat bahwa setiap siswa memiliki pemahaman dan rasa bosan yang berbeda serta beberapa siswa tidak tenang memperhatikan media video yang sedang diputar. Hal ini sejalan pada penelitian (Nabila Salma & Ratih Kurniasari, 2022) terdapat hasil bahwa Rata-rata yang kurang kenaikan pengetahuannya yaitu pada media video, kemungkinan ini terjadi karena rasa bosan. Kemudian pada hasil penelitian (Yusriani & Agustini, 2020) menggunakan media video mengemukakan bahwa media video mengandung sedikit daya berpikir kritis dan sangat sulit mengendalikan sejauh mana pemahaman setiap individu karena setiap peserta didik memiliki tipe belajar masing-masing.

Pengetahuan siswa bertambah pada edukasi media leaflet dan media video ini disebabkan karena faktor penggunaan media. Pada penelitian Andriyani, S., & Kurnisari, R (2022) bahwa anak usia sekolah sangat menyukai hal-hal yang baru maka dari itu, edukasi gizi harus diberikan melalui media yang menarik agar mereka dapat dengan mudah mendapatkan informasi tentang makanan yang seimbang dan tentunya cukup menonjol untuk diperhatikan oleh anak-anak sekolah dasar. Sejalan dengan penelitian Hikmawan Suryanto dan Supaati (2021) bahwa peningkatan pengetahuan pada siswa dikarenakan adanya media yang mampu menarik perhatian siswa dalam menyimak pesan yang disampaikan

Penggunaan media leaflet dan media video ini sejalan dengan penelitian (Herlinadiyaningsih dan Greiny Arisan, 2022) yang menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi menggunakan media leaflet rata-rata yang didapatkan sebelum edukasi yaitu 69,38 menjadi 86,25 setelah diberikan edukasi, sedangkan pemberian edukasi menggunakan media video rata-rata pengetahuan siswa yaitu 68,75 sebelum edukasi dan mendapatkan rata-rata 88,59 setelah pemberian edukasi.

Pengetahuan siswa juga meningkat ini disebabkan latar belakang responden yaitu jenis pekerjaan orang tua yang memengaruhi pengetahuan setiap individu. Sejalan dengan penelitian Abduh et al., (2023) yang mengemukakan bahawa ada pengaruh Pendidikan (Informal) yaitu pendidikan awal mereka yaitu pendidikan dari orang tua. Kemudian, pendapat ini diperkuat oleh penelitian A. Handayu, (2023) bahwa ada pengaruh pengetahuan terhadap pekerjaan dan Pendidikan orang tua dimana hasil dari uji T variable sebesar 1,327 dengan nilai signifikan 0,006.

KESIMPULAN

Pengetahuan siswa di SDN 21 Sanggalea kabupaten Maros sebelum di berikan edukasi masih banyak siswa dengan kategori pengetahuan yang kurang di kelompok perlakuan sebanyak 41 responden (91,11%) dan kategori pengetahuan cukup 4 (9%) responded. Selain itu dari skor pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi menggunakan media leaflet di SDN 21 Sanggalea Kabupaten Maros menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan siswa tentang isi piringku sebelum diberikan edukasi yaitu 5,60 kemudian meningkat menjadi 11,09 ini terlihat bahwa sebagian besar responden sudah memiliki pengetahuan yang baik dan dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang isi piring seseorang memiliki dampak baik sebelum dan setelah menerima pendidikan di SDN 21 Sanggalea Kabupaten Maros.

SUMBER DANA PENELITIAN: Penelitian ini tidak menerima pendanaan eksternal.

KONFLIK KEPENTINGAN: Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, S., & Kurniasari, R. (2022). Pengaruh Edukasi Melalui Media Audiovisual (Animasi) Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 1686–1690. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v6i2.4414>
- Budiono, I., Putriningtyas, N. D., Indrawati, F., Kasman, K., & Kurniawan, F. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Melalui Edukasi dengan Media Permainan Ular Tangga pada Siswa Sekolah Dasar. 2(2), 87–95.
- Hanifah H et, al (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Kertas Gantung Terhadap Pengetahuan Anak Sekolah Dasar Tentang Jajanan Sehat. *Jurnal Ners Volume 7 Nomor 1 Tahun 2023* Halaman 501 – 505
- Herlinadiyaningsih et,al (2022). Efektivitas Media Video Dan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Tentang Menstrual Hygiene Di Ma Darul Ulum Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, Vol 8 No 2 Agustus 2022, Page 193 – 207 p-ISSN: 2460-7266; e-ISSN: 2655-2051
- Jihan Oktaviani Amalia . Tyas A. P. (2022). Edukasi Gizi Seimbang Pada Anak-Anak Di Desa Bawuran, Kecamatan Pleret, Kabupaten Bantul. *JURNAL PASOPATI - Vol. 4, No. 1 Tahun 2022*
- Juni, N., Ariska, A., Puspita, A. F., Talia, M., & Kurniawati, N. P. (2022). *HIPPOCAMPUS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Sosialisasi Tentang Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 12 Sungai Pinang Kecamatan Sambas Socialization about Balanced Nutrition in State Elementary School Children 12 Sungai Pinang , Sambas District HIPPOCAMPUS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. 1(1), 16–20.*
- Kemenkes RI (2018). Laporan Riskesdas Sulawesi Selatan : Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI (2018). Riskesdas Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Liza Apriyunisa.(2021). Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Tentang Isi Piringku Sebagai Panduan Sekali Makan Pada Anak Usia Sekolah Di Sdn 27 Bengkulu Tengah. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Poltekkes Kemenkes Bengkulu.*
- Mardiana .Hana Yuniarti .Eddy Susanto (2021). Improvement Of Balanced Nutritional Knowledge And Skills Through The Demonstration Of Isi Piringku In Basic School Children. *JCES (Journal Of Character Education Society) Vol. 4, No. 2, April 2021, Hal. 495-503*
- Mira Meliyanti (2021). Pengaruh Edukasi Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Bahaya Tidak Sarapan Pagi Pada Siswa Sekolah Dasar Sdn Gatotsubroto Kota Bandung. *Jurnal Sehat Masada Volume Xv Nomor 1 Januari 2021 ISSN : 1979-2344*
- Putri Milenia, E., & Herdhianta, D. (2022). Pengaruh Pemberian Media Flashcard Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Konsumsi Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(1), 19–26. <https://doi.org/10.34011/jks.v3i1.1039>
- Yusriani, & Agustini, T. (2020). Edukasi Melalui Media Video Meningkatkan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Siswa dalam Mencegah Penularan COVID-19. *Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 535–544