

THE INFLUENCE OF THE BOOKLET MEDIA ON KNOWLEDGE ABOUT THE IMPORTANCE OF EATING VEGETABLES AND IN ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS

Eri Yuliasuti*, I Made Alit Gunawan, Almira Sitasari
Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email : eriyuliasuti57@gmail.com

ABSTRACT

Background : School age (7-12 years) is the second fastest growth period after toddler. Optimal health will produce optimal growth also. Early familiarize children to eat vegetables and fruits is very important because dietary pattern that applied will affect to adult dietary pattern. One factor that affects the low consumption of vegetables and fruits caused by few knowledge about nutrition. Nutrition knowledge affect food choice. The best nutrition knowledge expected to affect to good food consumption, so it can lead to good nutritional status..

Purpose : To know increase knowledge on vegetables and fruits after being given the booklet and leaflet media, and to know effectivity of booklet compare to leaflet to increase knowledge about the importance of eating vegetables and fruits.

Method : This research is quasy experiment and designed with pre test and post test with control group design. The study samples were 37 students Class IV in SD Muhammadiyah Sangonan IV and SD Muhammadiyah Sidoarum.

Results : The research showed that there are a significant effect using booklet media on fruit knowledge ($p=0,000$), booklet on vegetable knowledge ($p=0,001$), leaflet on fruit knowledge ($p=0,001$), leaflet on vegetable knowledge ($p=0,012$). There are no significant difference in score of knowledge about fruit and knowledge about vegetable in the booklet and leaflet media ($p=0,219$).

Conclusion : The results showed that the booklet and leaflet media have an effect on increasing students' knowledge. Booklet and leaflet media have the same level of effectivity to increase knowledge on vegetables and fruits in elementary school students.

Keyword : vegetable, fruit, booklet, leaflet, knowledge, elementary school student.

PENGARUH MEDIA *BOOKLET* TERHADAP PENGETAHUAN
TENTANG PENTINGNYA MAKAN SAYUR DAN BUAH
PADA SISWA SEKOLAH DASAR

Eri Yuliasuti*, I Made Alit Gunawan, Almira Sitasari
Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email : eriyuliasuti57@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Usia sekolah (7-12 tahun) merupakan masa pertumbuhan paling pesat kedua setelah masa balita. Kesehatan yang optimal akan menghasilkan pertumbuhan yang optimal pula. Membiasakan anak untuk mengonsumsi sayur dan buah sejak dini sangat penting karena pola diet yang diterapkan pada usia anak-anak akan mempengaruhi pola diet ketika dewasa. Salah satu faktor yang mempengaruhi rendahnya konsumsi sayur dan buah pada anak-anak adalah kurangnya pengetahuan tentang gizi. Pengetahuan gizi berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan. Pengetahuan gizi yang baik diharapkan mempengaruhi konsumsi makanan yang baik, sehingga dapat menuju status gizi yang baik pula..

Tujuan Penelitian : Mengetahui peningkatan pengetahuan tentang pentingnya makan sayur dan buah sesudah diberikan media *booklet* dan *leaflet*, dan mengetahui efektifitas media *booklet* dibandingkan dengan media *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan tentang pentingnya makan sayur dan buah.

Metode Penelitian : Penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu dengan desain penelitian *pre test and post test with control group design*. Sampel penelitian adalah siswa kelas IV sebanyak 37 orang di SD Muhammadiyah Sangonan IV dan SD Muhammadiyah Sidoarum.

Hasil Penelitian : Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dengan menggunakan media *booklet* terhadap pengetahuan tentang buah ($p=0,000$), *booklet* terhadap pengetahuan tentang sayur ($p=0,001$), *leaflet* terhadap pengetahuan tentang buah ($p=0,001$), *leaflet* terhadap pengetahuan tentang sayur ($p=0,012$). Tidak ada perbedaan yang signifikan pada selisih skor pengetahuan tentang buah dan pengetahuan tentang sayur pada kelompok *booklet* dan *leaflet* ($p=0,219$).

Kesimpulan : Hasil penelitian menunjukkan bahwa media *booklet* dan *leaflet* berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan siswa. Media *booklet* dan *leaflet* memiliki tingkat efektifitas yang sama dalam meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya makan sayur dan buah pada siswa SD.

Kata Kunci : sayur, buah, *booklet*, *leaflet*, pengetahuan, siswa Sekolah Dasar