

THE EFFECT OF TRAFFIC LIGHT CARD MEDIA ON KNOWLEDGE OF CHOOSING OF PACKAGING FOOD PRODUCTS

Monica Theresia Sibarani¹, Isti Suryani², Rini Wuri Astuti³

¹) Student of Department Nutrition Health Politechnic of Health Ministry Yogyakarta, Tata Bumi's Street Number. 3, Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55293 ^{2,3}) Lecturer of Health Politechnic of Health Ministry

Yogyakarta

email: monica.theresias@gmail.com

ABSTRACT

Background: One of the causes of nutritional problems and changes in eating habits in adolescence is a low knowledge of nutrition. Knowledge of nutrition includes knowledge about the selection of food ingredients and nutrients needed for normal functioning of the body. One way that can be done to increase knowledge is to provide nutrition education through the media.

Objective: To know the effect of using Traffic Light Card media on knowledge of choosing packaged food products.

Research Methods: This study was a quasi-experimental design with two groups of research with pre and post-test. The independent variable in this study was the Traffic Light Card media, while the dependent variable was the knowledge of choosing packaged food products. Hypothesis test used paired t-test and independent t-test.

Results: There is an increase in the average score of 25.02 in the knowledge of choosing packaged food products with Traffic Light Card media (treatment groups). Statistically the increase has significant significance during the pre-test and after the post-test ($p = 0.000$). Whereas in the control group, an increase in the average score also occurred even though it was lower than the treatment group. The increase in the control group was 19.95 and was statistically significant ($p = 0.000$). The difference in the increase in the average score of the post-test in the treatment group and the control group was only 3.70 with a p-value of 0.110, so that there was no significant effect between the Traffic Light Card media and the knowledge of choosing packaged food products.

Conclusions: There was no significant effect of the Traffic Light Card media on the knowledge of choosing packaged food products.

Keywords: Traffic Light Card media, knowledge of choosing, packaging food products

PENGARUH MEDIA *TRAFFIC LIGHT CARD* TERHADAP PENGETAHUAN PEMILIHAN PRODUK PANGAN BERKEMASAN

Monica Theresia Sibarani¹, Isti Suryani², Rini Wuri Astuti³

¹Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Jalan Tata Bumi
Nomor 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55293 ^{2,3}Dosen
Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
email: monica.theresias@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Salah satu penyebab timbulnya masalah gizi dan perubahan kebiasaan makan pada masa remaja adalah pengetahuan gizi yang rendah. Pengetahuan gizi meliputi pengetahuan tentang pemilihan bahan makanan dan zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan adalah memberikan pendidikan gizi melalui media.

Tujuan penelitian: Mengetahui pengaruh penggunaan media *Traffic Light Card* terhadap pengetahuan pemilihan produk pangan berkemasan.

Metode Penelitian: Penelitian ini bersifat eksperimen semu dengan desain penelitian dua grup dengan pra dan pasca pengujian. Variabel bebas pada penelitian ini adalah media *Traffic Light Card*, sedangkan variabel terikat adalah pengetahuan pemilihan produk pangan berkemasan. Uji hipotesis menggunakan uji t-test berpasangan dan uji t-test independen.

Hasil Penelitian: Ada peningkatan skor rata-rata sebesar 25.02 pada pengetahuan pemilihan produk pangan berkemasan dengan media *Traffic Light Card* (kelompok perlakuan). Secara statistik peningkatan tersebut memiliki makna yang signifikan pada saat *pre-test* dan sesudah *post-test* ($p = 0.000$). Sedangkan pada kelompok kontrol, kenaikan skor rata-rata juga terjadi meskipun lebih rendah dibandingkan kelompok perlakuan. Kenaikan pada kelompok kontrol tersebut sebesar 19.95 dan secara statistik bermakna signifikan ($p = 0.000$). Selisih peningkatan skor rata-rata *post-test* pada kelompok perlakuan dan Kelompok kontrol hanya sebesar 3,70 dengan nilai *p-value* sebesar 0.110, sehingga tidak ada pengaruh yang bermakna antara media *Traffic Light Card* terhadap pengetahuan pemilihan produk pangan berkemasan.

Kesimpulan: Tidak ada pengaruh yang bermakna media *Traffic Light Card* terhadap pengetahuan pemilihan produk pangan berkemasan.

Kata kunci: media *Traffic Light Card*, pengetahuan pemilihan, produk pangan berkemasan