

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Anak Sekolah Dasar

Anak usia sekolah (*Middle Childhood*) berada pada rentang usia 6-12 tahun, mulai masuk pada lingkungan sekolah. Pada anak usia sekolah aspek perkembangan motorik dan emosi merupakan faktor yang sangat penting untuk membentuk kepribadian dan kepercayaan diri dan merupakan proses penyempurnaan fungsi tubuh dan jiwa. Menurut Sacco (2013), tahap perkembangan usia sekolah (*Middle Childhood*) disebut potensi berkarya versus harga diri rendah (*industry versus inferiority*). Tugas perkembangan utama anak usia sekolah adalah tumbuh rasa kemandirian melalui keterampilan motorik sangat penting bagi perkembangan “*self concept*” atau kepribadian anak. Hambatan atau kegagalan dalam mencapai kemampuan tugas perkembangan dapat menyebabkan anak rendah diri dan hambatan dalam bersosialisasi (Pangaribuan *et al.*, 2022).

Anak usia sekolah memiliki karakteristik kecenderungan pola emosi seperti takut, marah, malu, cemas, khawatir, rasa ingin tahu, dan gembira. Kegagalan pada satu tahap tumbuh kembang dapat memengaruhi tahap tumbuh kembang berikutnya. Anak yang kurang mendapat kehangatan secara emosional akan mengembangkan rasa takut, tidak percaya diri, marah, dan cemas dalam beraktivitas khususnya di sekolah. Kondisi yang demikian dalam perkembangannya dapat membentuk kepribadian *Social Anxiety Disorders*

pada saat dewasa yang ditandai dengan adanya gangguan mental, gangguan kepribadian, dan gangguan tidur (Pangaribuan *et al.*, 2022).

Perkembangan kognitif merupakan pertumbuhan berpikir logis dari masa bayi hingga dewasa. Jean Piaget (1896-1980) seorang ahli psikologi berkebangsaan Swiss melakukan studi mengenai perkembangan kognitif anak, Piaget mengungkapkan teori cara kemampuan anak untuk berfikir melalui satu rangkaian tahapan (Ibda, 2015). Tahap-tahapan tersebut ialah.

a. Tahap Sensorimotor (0-1,5 tahun)

Sepanjang tahap ini mulai dari lahir hingga berusia dua tahun, bayi belajar tentang diri mereka sendiri dan dunia mereka melalui indra mereka yang sedang berkembang dan melalui aktivitas motor.

b. Tahap pra-operasional (1,5-6 tahun)

Pada tingkat ini, anak telah menunjukkan aktivitas kognitif dalam menghadapi berbagai hal di luar dirinya. Aktivitas berpikirnya belum mempunyai sistem yang terorganisasikan. Anak sudah dapat memahami realitas di lingkungan dengan menggunakan tanda-tanda dan simbol.

c. Tahap Operasional Konkrit (6-12 tahun)

Pada tahap ini, anak sudah cukup matang untuk menggunakan pemikiran logika atau operasi, tetapi hanya untuk objek fisik yang ada saat ini.

d. Tahap Operasional Formal (>12 tahun)

Pada umur 12 tahun ke atas, timbul periode operasi baru. Periode ini anak dapat menggunakan operasi-operasi konkritnya untuk membentuk operasi yang lebih kompleks. Anak-anak sudah mampu memahami bentuk

argumen dan tidak dibingungkan oleh sisi argumen dan karena itu disebut operasional formal.

2. Pengetahuan

a. Pengertian

Pengetahuan merupakan dasar dari belajar untuk meningkatkan tingkat pemikiran yang lebih tinggi. Pengetahuan adalah kemampuan seseorang dalam menghafal, mengingat kembali, atau mengulang kembali informasi yang pernah diterimanya (Aritonang, 2013). Pada hakikatnya pengetahuan merupakan segenap hasil dari kegiatan mengetahui berkenaan dengan sesuatu objek (dapat berupa suatu hal atau peristiwa yang dialami subjek). Pada dasarnya pengetahuan manusia sebagai hasil kegiatan mengetahui merupakan khazanah kekayaan mental yang tersimpan dalam benak pikiran dan benak hati manusia. Pengetahuan yang telah dimiliki oleh setiap orang tersebut kemudian diungkapkan dan dikomunikasikan satu sama lain dalam kehidupan bersama, baik melalui bahasa maupun kegiatan; dan dengan cara demikian orang akan semakin diperkaya pengetahuannya satu sama lain. Pengetahuan adalah bagian esensial dari eksistensi manusia karena pengetahuan merupakan buah dan aktivitas berpikir yang dilakukan oleh manusia (Octaviana dan Ramadhani, 2021).

b. Tingkat Pengetahuan

Tingkat pengetahuan dalam ranah kognitif menurut (Aritonang, 2013).

1) Pengetahuan/*Knowledge*

Pengetahuan atau recall data, diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam menghafal atau mengingat kembali atau mengulang kembali pengetahuan yang pernah diterimanya, atau mengungkapkan dorongan alami untuk mengingat materi belajar sebelumnya. Jadi pengetahuan, atau diberitahu, bisa menjadi dasar untuk belajar sangat banyak, memberikan dasar untuk tingkat lebih tinggi dari pemikiran

2) Pemahaman/*Comprehension*

Pemahaman diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam mengartikan, menafsirkan, menerjemahkan atau menyatakan sesuatu dengan caranya sendiri tentang pengetahuan yang pernah diterimanya. Kemampuan untuk memahami makna, menjelaskan, menyatakan kembali gagasan, berarti memahami informasi dasar dan menerjemahkan, menafsirkan dan ekstrapolasi.

3) Penerapan/*Application*

Penerapan diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam menggunakan pengetahuan dalam memecahkan berbagai masalah yang timbul dalam kehidupan sehari-hari. Menggunakan bahan belajar dalam situasi baru, melibatkan menggunakan informasi, ide, dan keterampilan untuk memecahkan masalah, kemudian memilih dan menerapkan mereka secara tepat.

4) Analisis/*Analysis*

Analisis diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam menggunakan Pengetahuan dalam memecahkan berbagai masalah yang timbul dalam kehidupan sehari-hari. Menunjukkan item dan memisahkannya, atau bahan yang terpisah menjadi bagian-bagian dan hubungan antara bagian-bagian. Ini juga berarti menjadikan informasi dan ide-ide menjadi bagian-bagiannya.

5) Sintesis/*Synthesis*

Sintesis diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam mengaitkan dan menyatukan berbagai elemen dan unsur pengetahuan yang ada sehingga terbentuk pola baru yang lebih menyeluruh. Menunjukkan kemampuan untuk mengumpulkan ide-ide yang terpisah untuk membentuk keutuhan baru, atau membangun hubungan baru. Sintesis melibatkan menyusun ide- ide dan pengetahuan dalam bentuk baru dan unik, yang mana inovasi yang benar-benar terjadi.

6) Evaluasi/*Evaluation*

Evaluasi diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam membuat perkiraan atau keputusan yang tepat berdasarkan kriteria atau pengetahuan yang dimilikinya. Di sini berarti kemampuan untuk menilai materi terhadap kriteria. Evaluasi melibatkan, meninjau dan menegaskan bukti, fakta, dan ide-ide, kemudian membuat pernyataan yang tepat dan *judgments*.

c. Faktor-faktor yang Memengaruhi

Menurut Notoatmodjo yang dikutip dari buku Metodologi Penelitian PPSDMK (2018), pengetahuan baik yang dimiliki seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya faktor internal dan faktor eksternal yaitu (Wulandari, Aizah dan Wati, 2022).

1) Faktor Internal

- a) Umur. Umur merupakan rentang waktu seseorang yang dimulai sejak dia dilahirkan hingga berulang tahun. Jika seseorang itu memiliki umur yang cukup maka akan memiliki pola pikir dan pengalaman yang matang pula.
- b) Pendidikan. Pendidikan merupakan seluruh proses kehidupan yang dimiliki oleh setiap individu berupa interaksi individu dengan lingkungannya, baik secara formal maupun informal. Pengetahuan erat hubungannya dengan pendidikan, seseorang dengan pendidikan yang tinggi maka semakin luas pula pengetahuan yang dimiliki.
- c) Pekerjaan. Pengalaman bekerja akan memberikan pengetahuan dan keterampilan serta pengalaman belajar dalam bekerja akan dapat mengembangkan kemampuan dalam mengambil keputusan yang merupakan keterpaduan menalar secara ilmiah.

2) Faktor Eksternal

- a) Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal ini

terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspons sebagai pengetahuan oleh setiap individu.

- b) Sosial budaya merupakan suatu kebiasaan atau tradisi yang dilakukan seseorang tanpa melalui penalaran, dan menyatakan hal yang dilakukan baik atau buruk. Dengan demikian, seseorang akan bertambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan.
- c) Sumber informasi. Seseorang yang memiliki sumber informasi yang lebih banyak akan memiliki pengetahuan yang lebih luas pula. Salah satu sumber informasi yang berperan penting bagi pengetahuan yaitu media massa.
- d) Media cetak berupa booklet (dalam bentuk buku), leaflet (dalam bentuk kalimat atau gambar), flyer (selebaran), flifchart (lembar balik), rubric (surat kabar atau majalah kesehatan), poster, foto yang mengungkapkan informasi kesehatan.

3. Penyuluhan gizi

Penyuluhan kesehatan dilakukan untuk dapat menyampaikan pesan-pesan kesehatan kepada masyarakat atau kelompok sasaran sesuai dengan masalah kesehatan yang dihadapi oleh kelompok tersebut. Penyuluhan kesehatan masyarakat memiliki pengertian yakni sebagai proses perubahan, pertumbuhan, dan perkembangan diri manusia menuju kepada keselarasan dan keseimbangan jasmani, rohani dan sosial dari manusia tersebut terhadap lingkungannya, sehingga mampu dan bertanggung jawab untuk mengatasi

masalah-masalah kesehatannya sendiri serta masyarakat lingkungannya (Iyong, Kairupan dan Engkeng, 2020).

Menurut Kamus Gizi (Persagi, 2010) penyuluhan gizi adalah upaya menjelaskan, menggunakan, memilih dan mengolah bahan makanan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku perorangan atau masyarakat dalam mengonsumsi makanan sehingga meningkatkan kesehatan dan gizinya. Umumnya, pendekatan penyuluhan gizi merupakan pendekatan kelompok (Hidayah, 2020).

Penyuluhan gizi memiliki tujuan, yaitu suatu usaha untuk meningkatkan status gizi masyarakat, khususnya golongan rawan dengan cara mengubah perilaku masyarakat ke arah yang baik sesuai dengan prinsip ilmu gizi.

Adapun tujuan yang lebih khusus menurut Supariasa (2014) yaitu (Hidayah, 2020).

- a. Meningkatkan kesadaran gizi masyarakat melalui peningkatan pengetahuan gizi dan makanan yang menyehatkan.
- b. Menyebarkan konsep-konsep baru tentang informasi gizi kepada masyarakat.
- c. Untuk membentuk individu, keluarga dan masyarakat secara keseluruhan berperilaku sehubungan dengan pangan dan gizi.
- d. Mengubah perilaku konsumsi makanan yang sesuai dengan tingkat kebutuhan gizi sehingga pada akhirnya tercapai status gizi yang baik.

4. Sayur dan Buah

a. Sayur

1) Definisi Sayur

Sayuran merupakan bahan pangan yang berasal dari tumbuhan yang memiliki kandungan air tinggi, beberapa diantara sayuran tersebut ada yang dapat dikonsumsi langsung tanpa dimasak. Namun, ada juga yang memerlukan proses pengolahan terlebih dahulu, seperti direbus, dikukus.

2) Penggolongan Sayur

Klasifikasi berdasarkan organ yang dimakan atau dimanfaatkan, sayuran dibedakan menjadi empat kelompok berdasarkan organ yang dimakan (Nurainy, 2018).

a) Kelompok sayuran yang dimanfaatkan bagian daunnya sebagai sayuran. Contoh:kubis, selada, bayam.

b) Kelompok sayuran yang dimanfaatkan bagian batangnya sebagai sayuran. Contoh:asparagus.

c) Kelompok sayuran yang dimanfaatkan bagian bijinya. Contoh:kacang kapri.

d) Kelompok sayuran yang dimanfaatkan bagian buahnya. Contoh:tomat, terung, labu, timun.

e) Kelompok sayuran yang dimanfaatkan bagian bunganya. Contoh:bunga turi, bunga kol, brokoli.

f) Kelompok sayuran yang dimanfaatkan bagian organ yang berada di dalam tanah (umbi akar, umbi lapis, umbi batang). Contoh: kentang, bit, wortel, lobak, bawang.

3) Kandungan Gizi

Sayuran merupakan sumber penting dari banyak nutrisi, termasuk di dalamnya potasium, asam folat, serat makanan, vitamin A, vitamin E, Vitamin C berfungsi sebagai zat antioksidan, dan antara satu sayuran dengan sayuran lainnya tentu saja memiliki kandungan gizi atau nutrisi yang berbeda. Kandungan gizi meliputi karbohidrat, lemak, protein, mineral, vitamin, dan air. Tidak hanya kandungan gizi, sayuran juga memiliki kandungan non gizi, yakni serat, enzim, karoten, klorofil, dan flavonoid.

- a) Serat dalam sayuran berguna untuk memperlancar buang air besar (BAB) seperti sawi hijau, bayam, kacang panjang, lobak dan wortel.
- b) Karoten atau vitamin A banyak terdapat pada sayuran buah yang berwarna kuning oranye, seperti wortel, tomat, dan labu.
- c) Klorofil banyak terdapat pada sayuran yang berwarna hijau.

b. Buah

1) Definisi Buah

Buah merupakan organ pada tumbuhan berbunga yang perkembangannya dari bakal buah (ovarium) Buah biasanya membungkus dan melindungi biji. Secara botani, buah merupakan bagian dari tanaman yang strukturnya mengelilingi biji dimana struktur

tersebut berasal dari indung telur atau sebagai bagian dari bunga itu sendiri. Buah adalah produk yang tumbuh dari tanaman yang berbunga (Pamuji, 2017).

2) Penggolongan Buah

Penggolongan buah berdasarkan warnanya, buah dibagi menjadi beberapa kelompok.

- a) Warna kuning-oranye. Warna kuning-oranye disebabkan oleh kandungan karotenoid. Karotenoid dapat mencegah kanker kandung kemih. Selain karotenoid, warna oranye pada buah disebabkan flavonoid hesperetin. Contoh: belimbing, nangka, durian, dan nanas.
- b) Warna merah cerah. Warna merah cerah disebabkan oleh likopen. Likopen bersifat antioksidan sehingga bermanfaat sebagai pencegah kanker. Contoh: semangka (banyak mengandung air), pepaya, jambu biji merah, dan jambu air merah.
- c) Warna merah gelap dan biru-ungu. Warna merah gelap, biru, dan ungu pada buah berasal dari pigmen antosianin. Antosianin merupakan senyawa fitokimia yang mengubah warna daun dari hijau menjadi kemerahan, oranye, kuning atau ungu. Contoh: blueberry, buah plum, stroberi, apel merah, buah ceri, dan delima merah.
- d) Warna putih. Warna putih pada buah disebabkan oleh senyawa yaitu: pigmen leukoantosianin dan katekin, isoflavon, alisin, dan alliin. Contoh: salak, kelengkeng, sawo, duku, dan rambutan.

3) Kandungan Gizi

Kandungan gizi yang dimiliki buah-buahan itu berbeda-beda. Kandungan gizi utama yang terdapat di dalam adalah provitamin A, vitamin C, vitamin K, vitamin E, dan kelompok vitamin B kompleks. Selain itu, buah juga mengandung mineral yaitu, Kalium, Kalsium, Natrium, Zat Besi, Magnesium, Mangan, Seng, Selenium, dan Boron (Rahayu, 2015). Buah berwarna kuning atau jingga merupakan sumber vitamin A yang baik. Berikut kandungan gizi yang terdapat pada buah yang sering ditemui.

a) Vitamin A

Buah berwarna kuning atau jingga merupakan sumber vitamin A yang baik. Buah berwarna kuning seperti mangga, pepaya, dan pisang raja kaya akan provitamin A. Secara keseluruhan buah merupakan sumber vitamin A, kalium, dan serat. Vitamin A atau retinol atau asam retinoik merupakan nutrisi yang penting untuk organ penglihatan, pertumbuhan tubuh, pembelahan sel, kesehatan sistem reproduksi, dan menunjang sistem kekebalan tubuh.

b) Vitamin C

Sumber vitamin C adalah sayuran dan buah-buahan segar. Buah yang rasanya kecut seperti jeruk, jambu biji kaya akan vitamin C. Secara keseluruhan buah merupakan sumber vitamin C, kalium, dan serat. Vitamin C berfungsi sebagai zat antioksidan. Menurut Williams dan Wilkins (2011), kelompok sayuran Fungsi dari

antioksidan yaitu substansi yang memberikan elektron kepada radikal bebas dan membantu menstabilkan radikal bebas sehingga melindungi sel dari kerusakan. Beberapa fungsi lain dari vitamin C yaitu sebagai sintesis kolagen, biosintesis karnitin, sintesis neurotransmitter, meningkatkan absorpsi zat besi nonheme, mereduksi metal yang toksik dan meningkatkan imunitas. Carr dan frei, 1999 menyatakan Vitamin C tidak dapat dibentuk di dalam tubuh manusia, sehingga diperlukan asupan vitamin C dari luar. Sumber vitamin C dapat diperoleh dari buah-buahan.

c. Kebutuhan Buah dan Sayur

Buah dan sayur sangat penting untuk dikonsumsi setiap hari dengan jenis, jumlah, dan waktu yang tepat untuk mendapatkan kesehatan yang optimal. Badan Kesehatan Dunia (WHO) dalam (Pedoman Gizi Seimbang, 2014), secara umum menganjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan untuk hidup sehat sejumlah 400 gram per orang per hari, yang terdiri dari 250 gram sayur (setara dengan 2½ porsi atau 2½ gelas sayur setelah dimasak dan ditiriskan) dan 150 gram buah (setara dengan 3 buah pisang ambon ukuran sedang atau 1½ potong pepaya ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang). Sebanyak 3-4 porsi sayur dan 2-3 porsi buah setiap hari atau setengah bagian piring berisi buah dan sayur (lebih banyak sayuran) setiap kali makan. Bagi orang Indonesia khususnya anak balita dan anak usia sekolah dianjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan 300-400 gram per orang per hari ('Pedoman Gizi Seimbang', 2014).

5. Media

a. Pengertian Media

Media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan. Media sebagai segala bentuk dan saluran yang dipergunakan orang untuk menyalurkan pesan/informasi (AECT). Media adalah berbagai jenis komponen dalam lingkungan siswa yang dapat merangsangnya untuk belajar. Media adalah segala alat fisik yang dapat menyajikan pesan dan merangsang siswa untuk belajar, seperti buku, film, kaset, dan lain-lain (Ramli, 2012). Media atau alat peraga dalam promosi kesehatan dapat diartikan sebagai alat bantu untuk promosi kesehatan yang dapat dilihat, didengar, diraba, dirasa atau dicium, untuk memperlancar komunikasi dan penyebarluasan informasi (Dinkes Kab. Sleman, 2013).

b. Tujuan Media

- 1) Media dapat mempermudah penyampaian informasi.
- 2) Media dapat menghindari kesalahan persepsi.
- 3) Media dapat memperjelas informasi.
- 4) Media dapat mempermudah pengertian.
- 5) Media dapat mengurangi komunikasi verbalistik.
- 6) Media dapat menampilkan objek yang tidak dapat ditangkap dengan mata.
- 7) Media dapat memperlancar komunikasi.

c. Manfaat Media

Manfaat alat bantu atau media.

- 1) Menimbulkan minat sasaran pendidikan.
- 2) Mencapai sasaran yang lebih banyak.
- 3) Membantu dalam mengatasi banyak hambatan dalam pemahaman.
- 4) Menstimulasi sasaran pendidikan untuk meneruskan pesan yang diterima kepada orang lain.
- 5) Mempermudah penerimaan informasi oleh sasaran/masyarakat.
- 6) Mendorong keinginan orang untuk mengetahui, kemudian lebih mendalam, dan akhirnya mendapatkan pengertian yang lebih baik.
- 7) Membantu menegakkan pengertian yang diperoleh.

d. Jenis Media

Berdasarkan fungsinya sebagai penyaluran pesan kesehatan, media dibagi menjadi 3, yaitu Notoatmodjo (2014).

1) Media cetak

Media cetak mengutamakan pesan-pesan visual, biasanya terdiri dari gambaran sejumlah kata, gambar, atau foto dalam tata warna. Contoh yang termasuk dalam media ini adalah booklet, leaflet, flyer (selebaran), flip chart (lembar balik), tulisan pada surat kabar atau majalah, poster, foto yang mengungkapkan informasi kesehatan. Kelebihan media cetak antara lain tahan lama, mencakup banyak orang, biaya rendah, dapat dibawa ke mana-mana, tidak perlu listrik, mempermudah pemahaman dan dapat meningkatkan gairah belajar.

Media cetak memiliki kelemahan yaitu tidak dapat menstimulasi efek gerak dan efek suara dan mudah terlipat.

2) Media elektronik

Media ini merupakan media yang bergerak dan dinamis, dapat dilihat dan didengar dan penyampaiannya melalui alat bantu elektronika. Yang termasuk dalam media ini adalah televisi, radio, video film, kaset, CD, VCD. Seperti halnya media cetak, media elektronik ini memiliki kelebihan antara lain lebih mudah dipahami, lebih menarik, sudah dikenal masyarakat, bertatap muka, mengikutsertakan seluruh panca indera, penyajiannya dapat dikendalikan dan diulang-ulang serta jangkauannya lebih besar. Kelemahan dari media ini adalah biayanya lebih tinggi, sedikit rumit, perlu listrik dan alat canggih untuk produksinya, perlu persiapan matang, peralatan selalu berkembang dan berubah, perlu keterampilan penyimpanan dan keterampilan untuk mengoperasikannya.

3) Media luar ruang

Media menyampaikan pesannya di luar ruang, bisa melalui media cetak maupun elektronik misalnya papan reklame, spanduk, pameran, banner dan televisi layar lebar. Kelebihan dari media ini adalah lebih mudah dipahami, lebih menarik, sebagai informasi umum dan hiburan, bertatap muka, mengikutsertakan seluruh panca indera, penyajian dapat dikendalikan dan jangkauannya relatif besar. Kelemahan dari media ini adalah biaya lebih tinggi, sedikit rumit,

perlu alat canggih untuk produksinya, persiapan matang, peralatan selalu berkembang dan berubah, memerlukan keterampilan penyimpanan dan keterampilan untuk mengoperasikannya (Rachman, 2018).

e. Video sebagai media penyuluhan

Video, sebagai media audio visual yang menampilkan gerak, semakin lama semakin populer dalam masyarakat kita. Pesan yang disajikan bisa bersifat fakta (kejadian/peristiwa penting, berita) maupun fiktif (seperti misalnya cerita), bisa bersifat informatif, edukatif maupun instruksional. Adapun karakteristik dari video yaitu mengatasi keterbatasan jarak dan waktu, video dapat diulangi bila perlu untuk menambah kejelasan, pesan yang disampaikan cepat dan mudah, mengembangkan imajinasi peserta didik, memperjelas hal-hal yang abstrak dan memberikan gambaran yang lebih realistis, sangat memengaruhi emosi seseorang, sangat baik menjelaskan suatu proses dan keterampilan, mampu menunjukkan rangsangannya sesuai dengan tujuan dan respon yang diharapkan dari siswa, semua peserta didik dapat belajar melalui video, baik yang pandai maupun yang kurang pandai, menumbuhkan minat dan motivasi belajar siswa, dengan video siswa dapat segera dilihat kembali untuk dievaluasi.

Keuntungan menggunakan video antara lain ukuran tampilan video sangat fleksibel dan dapat diatur sesuai dengan kebutuhan. Video merupakan bahan ajar non cetak yang kaya informasi dan lugas karena dapat sampai ke hadapan siswa secara langsung. Video menambah suatu

dimensi baru terhadap pembelajaran. Selain keuntungan di atas, video dapat mempermudah guru dalam hal penyampaian materi pelajaran. Video juga memberikan keuntungan kepada siswa dalam menerima materi secara mudah dan proses pembelajaran menjadi lebih bervariasi dan menyenangkan. Kelebihan video yang secara langsung dapat menarik minat dan perhatian siswa melalui penggunaan unsur-unsur gerak, bunyi, warna, dan cahaya yang tertata secara baik menjadi video dan seterusnya dapat mendorong pembelajaran siswa. Sementara itu, kelemahan video membutuhkan alat proyeksi untuk dapat menampilkan gambar yang ada didalamnya, biaya untuk membuat video pembelajaran membutuhkan biaya yang tidak sedikit (Almuazam, 2017).

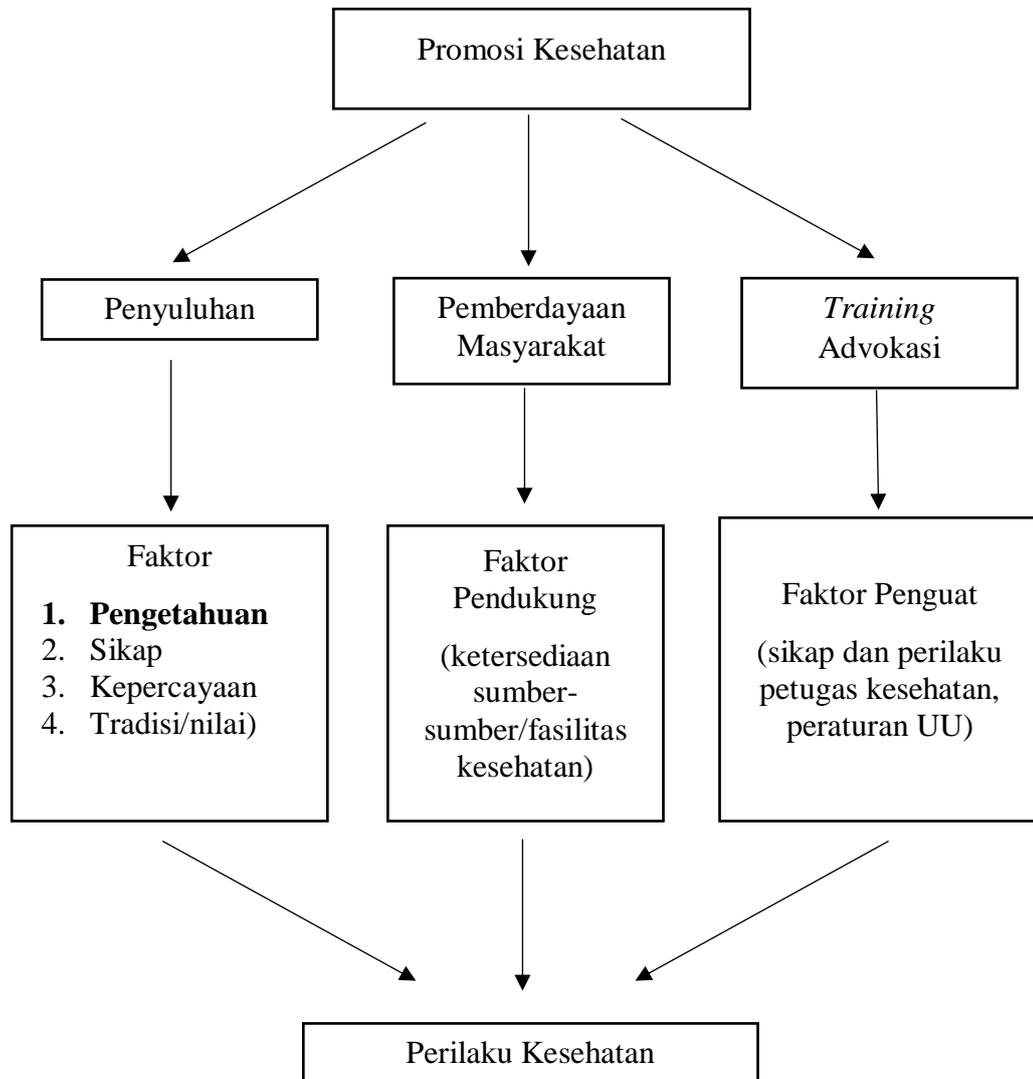
f. *Power point* sebagai media penyuluhan

Media *power point* merupakan media pembelajaran yang dikembangkan sebagai solusi untuk meningkatkan pemahaman dan minat siswa. *Microsoft power point* adalah salah satu presentasi aplikasi dalam komputer yang penggunaannya mudah karena program *power point* ini dapat diintegrasikan dengan microsoft lainnya seperti word, excel, access dan sebagainya (Wanti, 2016). Aplikasi *power point* dilengkapi fitur-fitur yang cukup lengkap dan menarik seperti misalnya kemampuan mengolah teks, menyisipkan gambar, audio, animasi, video, dan terdapat efek yang bisa diatur sesuai keinginan sehingga tampilannya menjadi lebih menarik (Hikmah, 2020). Keunggulan dalam aplikasi *power point* lebih mudah diakses dan praktis karena kita dapat langsung mengaksesnya tanpa perlu

terhubung dengan koneksi internet dan ukuran filenya juga relatif lebih kecil. Menurut Sanaky (2009), *power point* sebagai media pembelajaran memiliki beberapa keunggulan secara teknis, di antaranya adalah media ini praktis, memiliki desain penyajian yang menarik, dapat menampilkan gambar, animasi, suara, dan juga video yang membuat siswa lebih tertarik mengamatinya, serta dapat dimanfaatkan untuk kegiatan pembelajaran berulang kali. Akan tetapi, media *power point* juga memiliki beberapa kelemahan yaitu tidak semua materi dapat disampaikan dengan media ini, dibutuhkan keterampilan khusus untuk merancang desain *power point* yang dapat menarik minat siswa, dan juga membutuhkan lebih banyak waktu dan persiapan untuk menampilkan animasi-animasi yang bersifat lebih rumit.

B. Kerangka Teori

Kerangka teori dapat dilihat pada Gambar 1

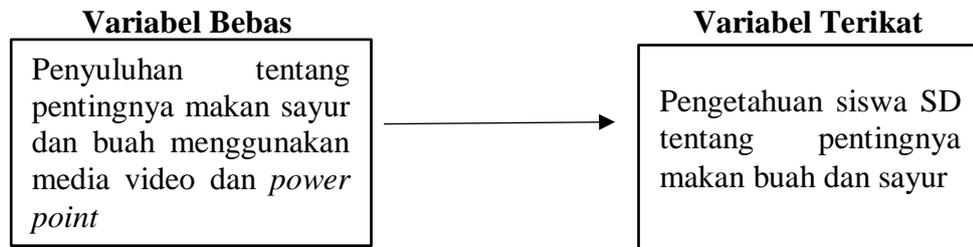


Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian

Sumber : Modifikasi dari (Eri, 2020)

C. Kerangka Konsep

Kerangka konsep dapat dilihat pada Gambar 2



Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian

D. Hipotesis

Penyuluhan dengan media video lebih efektif meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya makan sayur dan buah pada siswa sekolah dasar dibandingkan dengan media *power point*.