

NASKAH PUBLIKASI

**PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA VIDEO
TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG
PENTINGNYA KONSUMSI SAYUR DAN BUAH PADA SISWA
SEKOLAH DASAR**

Naskah Publikasi Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk
memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika



**MUFTIN ANNISA
NIM. P07131218052**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2022**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

NASKAH PUBLIKASI

“Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Video Terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Konsumsi Sayur dan Buah Pada Siswa Sekolah Dasar”

Disusun Oleh

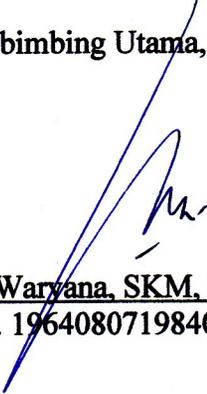
MUFTIN ANNISA
NIM. P07131218052

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

27 Mei 2022

Menyetujui,

Pembimbing Utama,


Dr. Waryana, SKM, M.Kes
NIP. 196408071984021001

Pembimbing Pendamping,


Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes
NIP. 197001051994031002

Yogyakarta, 09 Juni 2022

Ketua Jurusan,



Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si
NIP. 196303241986031001

PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG KONSUMSI SAYUR DAN BUAH PADA SISWA SEKOLAH DASAR

Muftin Annisa¹, Waryana², Slamet Iskandar³
^{1,2,3}Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email: muftinannisa112@gmail.com

ABSTRAK

Menurut Laporan Nasional Riskesdas 2018, proporsi penduduk Indonesia mengonsumsi buah/sayur <5 porsi, pada umur ≥ 5 tahun sebanyak 95.5%. Salah satu factor yang mempengaruhi rendahnya konsumsi sayur dan buah pada anak-anak adalah kurangnya pengetahuan tentang gizi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penggunaan media video dan *leaflet* sebagai media edukasi gizi pentingnya konsumsi sayur dan buah terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap. Metode penelitian ini adalah penelitian *quasi experimental* dengan *pretest-posttest with control group design*. Analisa data menggunakan uji *paired Sample T-test* dan uji *Independent T-test* dengan uji alternative *Wilcoxon* dan *Mann Whitney*. Dari hasil uji didapat bahwa ada perbedaan signifikan sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media video terhadap pengetahuan dan sikap siswa. Adanya perbedaan signifikan sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan *leaflet* terhadap pengetahuan siswa dan tidak ada perbedaan yang signifikan terhadap sikap siswa. Tidak terdapat perbedaan penggunaan media video dan *leaflet* terhadap pengetahuan dan ada perbedaan penggunaan media video dan *leaflet* terhadap sikap. Berdasarkan hal tersebut disimpulkan bahwa media video pentingnya konsumsi sayur dan buah tidak lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dibandingkan dengan *leaflet* dan media video lebih efektif dalam meningkatkan sikap dibandingkan dengan *leaflet*.

Kata kunci: video, *leaflet*, pengetahuan, sikap, sayur dan buah, anak sekolah dasar

THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION WITH VIDEO ON THE KNOWLEDGE AND ATTITUDES ABOUT VEGETABLE AND FRUIT CONSUMPTION IN ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN

Muftin Annisa¹, Waryana², Slamet Iskandar³

^{1,2,3} Department of Nutrition, Health Polytechnic of the Ministry of Health Yogyakarta,
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman

Email: muftinannisa112@gmail.com

ABSTRACT

According to the 2018 National Riskesdas Report, the proportion of the Indonesian population consuming <5 portions of fruit/vegetables at the age of 5 years is 95.5%. One of the factors that influence the low consumption of vegetables and fruit in children is the lack of knowledge about nutrition. The purpose of this study was to determine the effect of using video media and leaflets as a medium for nutrition education on the importance of consuming vegetables and fruit on increasing knowledge and attitudes. This research method is a quasi-experimental research with pretest-posttest with control group design. Data analysis used paired Sample T-test and Independent T-test with Wilcoxon and Mann Whitney alternative test. From the test results, it was found that there were significant differences before and after being given education using video media on students' knowledge and attitudes. There is a significant difference before and after being given education with leaflets on students' knowledge and there is no significant difference in students' attitudes. There is no difference in the use of video media and leaflets on knowledge and there is no difference in the use of video media and leaflets on attitudes. Based on this, it is concluded that video media on the importance of consuming vegetables and fruit is not more effective in increasing knowledge than leaflets and video media is more effective in improving attitudes than leaflets.

Keywords: *videos, leaflets, knowledge, attitudes, vegetables and fruits, elementary school children*

PENDAHULUAN

Prevalensi status gizi (IMT/U) di Indonesia pada anak umur 5-12 tahun di Indonesia sebanyak 10,8% gemuk dan 9,2% mengalami obesitas¹. Sedangkan prevalensi status gizi (IMT/U) pada anak umur 5-12 tahun di Provinsi DIY sebanyak 10,95% mengalami kegemukan dan 10,19% mengalami obesitas dan di Kabupaten Bantul menunjukkan prevalensi anak umur 5-12 tahun gemuk sebesar 11,50% dan Obesitas 8,24%².

Factor lingkungan sangat erat kaitannya dengan gaya hidup masyarakat. Gaya hidup masyarakat saat ini sudah mengarah pada gaya hidup modern yang ditandai oleh pola makan *western* dengan ciri tinggi karbohidrat, tinggi lemak dan rendah serat disertai dengan aktivitas fisik kurang gerak (*sedentary*)³. Anak lebih menyukai jajan, makan dan minum padat energi yang berasa manis dan berlemak, serta makanan kurang serat dari buah dan sayur⁴. Kurangnya konsumsi sayur dan buah dapat mengakibatkan berbagai dampak yaitu memicu perkembangan obesitas, karena sayur dan buah merupakan makanan yang rendah kalori dan kaya akan serat yang akan menghambat terjadinya penimbunan lemak pada tubuh⁵.

Berdasarkan Pedoman Gizi Seimbang sesuai No. 41 Tahun 2014. 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 makan⁶. Di Indonesia proporsi konsumsi sayur/buah per hari dalam seminggu pada penduduk Indonesia umur ≥ 5 tahun mengonsumsi buah/sayur < 5 porsi sebanyak 95,3% dan pada usia 10-14 tahun sebanyak 96,8%¹. Sedangkan proporsi konsumsi buah/sayur < 5 porsi/hari dalam seminggu pada umur 10-14 tahun di Provinsi DIY sebanyak 95,14% dan pada umur ≥ 5 tahun sebesar 90,7%². Sedangkan proporsi konsumsi buah/sayur < 5 porsi/hari dalam seminggu penduduk dan pada Kabupaten Bantul umur ≥ 5 tahun sebanyak 91,57%².

Pemberian edukasi gizi dan kesehatan yang diberikan di sekolah sampai saat ini masih sangat terbatas³. Dalam upaya edukasi, pengaruh keberhasilan peningkatan pengetahuan dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya yaitu seperti proses dalam penyuluhan seperti penggunaan media yang digunakan untuk menunjang edukasi gizi⁷. Penggunaan media dalam sebuah edukasi dapat meningkatkan motivasi belajar anak usia sekolah, terutama media yang berhubungan dengan panca indera penglihatan dan pendengaran. Media video dibuat dengan menganut pada prinsip bahwa pengetahuan yang ada pada setiap orang diterima atau ditangkap melalui panca indera terutama panca indera penglihatan dan pendengaran, sehingga media video dapat meningkatkan motivasi belajar anak usia sekolah.

Menurut penelitian (Mutiarani, 2018) diketahui terdapat perbedaan selisih (delta) pengetahuan pada kedua kelompok sebesar 0,83 dengan nilai mean pada kelompok penyuluhan menggunakan media video memiliki rata-rata (mean) keefektivitasan yang

lebih besar terhadap pengetahuan siswa mengenai PGS daripada menggunakan media leaflet⁸.

Berdasarkan hal tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi melalui media video dan leaflet terhadap pengetahuan dan sikap anak sekolah dasar tentang konsumsi sayur dan buah.

METODE

Penelitian dilakukan di SDN Jigudan dan SDN Gunturan pada bulan Februari 2022. Penelitian ini merupakan jenis penelitian quasi experimental (eksperimen semu) dengan desain penelitian ini ialah non equivalent control group atau non randomized control group pretest posttest design, kelompok video sebagai kelompok perlakuan dan kelompok leaflet sebagai kelompok pembanding.

Sampel penelitian ini adalah siswa kelas V dan VI SDN Jigudan sebanyak 35 anak sebagai kelompok penyuluhan media video dan siswa kelas V dan VI SDN Gunturan sebanyak 43 anak sebagai kelompok penyuluhan media leaflet. Perhitungan sampel menggunakan Perhitungan besar sampel menggunakan rumus uji hipotesis beda rata-rata dua kelompok berpasangan dengan penambahan jumlah sampel 10% sebagai antisipasi adanya responden yang *drop out*⁹, sehingga didapatkan minimal 35 subyek untuk masing-masing kelompok. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik Purposive Sampling dengan kriteria inklusi : siswa kelas V B dan VI A di SDN Jigudan dan SDN Gunturan, bersedia menjadi subyek penelitian, berusia 10 – 13 tahun, memiliki ijin dari orang tua untuk mengikuti seluruh rangkaian penelitian, dalam keadaan sehat jasmani dan rohani. Adapun kriteria eksklusinya siswa yang tidak mengikuti proses penelitian secara menyeluruh, anak yang sakit dan tidak masuk sekolah pada saat penelitian.

Variable bebas dalam penelitian ini adalah penggunaan media video dan leaflet tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah sebagai edukasi gizi. Variable terikatnya yaitu pengetahuan dan sikap siswa terkait konsumsi sayur dan buah. Definisi operasional variable penelitian: 1) Penggunaan media dalam edukasi gizi. Parameter yang digunakan adalah diberikan edukasi gizi dengan media video dan leaflet dengan skala nominal. 2) Pengetahuan siswa SD tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah yang dinilai dengan skor pre dan post test dengan menjawab 15 soal multiple choice. Parameter yang digunakan adalah skor jawaban benar dengan skala interval. 3) Sikap siswa SD tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah yang dinilai dengan skor pre dan post test dengan menjawab 10 soal (1 = Sangat Tidak Setuju (STS), 2 = Tidak Setuju (TS), 3 = Setuju (S), 4 = Sangat Setuju (SS)). Parameter yang digunakan adalah skor total sikap dengan skala interval.

Data yang dikumpulkan berupa data karakteristik reponden (jenis kelamin, umur, dan kelas), nilai pengetahuan dan sikap tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah yang

diperoleh dari kuesioner yang sudah diuji coba sebelumnya. Data sekunder merupakan data tentang gambaran umum lokasi penelitian diperoleh dari dokumentasi.

Prosedur penelitian ini dilakukan dengan dua tahap yaitu tahap pra penelitian dan pelaksanaan. Pada tahap pra penelitian meliputi: 1) proses penyusunan proposal skripsi, 2) pembuatan media video dan leaflet pentingnya konsumsi sayur dan buah, 3) mengurus etika penelitian (*ethical clearance*) pada 19 Januari 2022 dengan No. e-KEPK/POLKESYO/0120/I/2022, 3) mengajukan permohonan usul izin penelitian, 4) pengajuan izin kepada Kepala SDN Jigudan dan SDN Gunturan, 5) melakukan uji validasi media kepada ahli design grafis, 6) melakukan uji kelayakan kuesioner pengetahuan dan sikap, 7) mempersiapkan kelengkapan administrasi yang akan diperlukan dalam penelitian. Pada tahap pelaksanaan penelitian dilakukan dengan pemberian intervensi yaitu tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah sebanyak 1 kali. Pretest pengetahuan dan sikap dilakukan bersamaan dengan pengambilan data awal dan intervensi. Posttest pengetahuan dan sikap dilakukan 7 hari setelah intervensi.

Kuesioner pengetahuan yang akan digunakan merupakan kuesioner dari penelitian (Ganesh, 2019)¹⁰ dan kuesioner sikap dari penelitian (Hastuti, 2018)¹¹. Pengujian validitas kuesioner pengetahuan dan sikap terdahulu pada instrument penelitian ini menggunakan teknik korelasi yang digunakan adalah Pearson Product Moment Correlation sedangkan uji reliabilitas diukur dengan menggunakan Alpha Cronbach. Kuesioner pengetahuan dan sikap dilakukan pengujian ulang dengan teknik yang sama. Didapatkan uji validitas kuesioner pengetahuan menunjukkan 15 soal valid (r hitung $>$ r tabel 0.388) dan kuesioner menunjukkan 10 soal valid (r hitung $>$ r tabel 0.388).

Analisis data dilakukan menggunakan program statistic. Analisis univariate mendeskripsikan distribusi frekuensi responden. Sedangkan data hasil pretest posttest dianalisa uji deskriptif menggunakan SPSS berupa nilai rerata atau mean, nilai minimum, nilai maximum, standar deviasi. Data pengetahuan dan sikap dilakukan uji normalitas sebelumnya. Analisis bivariate dilakukan untuk mengetahui perbedaan nilai sikap sebelum dan sesudah intervensi menggunakan uji Paired Sample T-test, karena data sikap berdistribusi normal dan menggunakan uji Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan nilai pengetahuan anak tentang konsumsi sayur dan buah sebelum dan sesudah intervensi karena data pengetahuan tidak berdistribusi normal. Selain itu, untuk uji beda dua kelompok menggunakan uji Independent T-test untuk uji beda dua kelompok terhadap nilai sikap, karena data sikap berdistribusi normal dan uji Mann-Whitney untuk uji beda dua kelompok terhadap nilai pengetahuan, karena data pengetahuan tidak berdistribusi normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Karakteristik Subyek Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas V B dan VI A SDN Jigudan dan SDN Gunturan dengan total 78 siswa. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin, dan kelas dapat dilihat pada Tabel berikut.

Table 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Kelompok Perlakuan		Kelompok Pembanding		Total		P
	n	%	n	%	n	%	
Umur							
10 tahun	3	8,57	3	6,977	6	7,69	.613
11 tahun	10	28,6	20	46,51	30	38,46	
12 tahun	18	51,4	18	41,86	36	46,15	
13 tahun	4	11,4	2	4,651	6	7,69	
Total	35	100	43	100	78	100	
Jenis Kelamin							
Laki-laki	20	57,1	21	48,84	41	52,56	.374
Perempuan	15	42,9	22	51,16	37	47,43	
Total	35	100	43	100	78	100	
Kelas							
5B	15	42,9	18	41,86	33	42,30	.863
6A	20	57,1	25	58,14	45	57,69	
Total	35	100	43	100	78	100	

Hasil penelitian terkait karakteristik responden (Tabel 1) diketahui bahwa responden pada kelompok perlakuan frekuensi terbesar berjenis kelamin laki-laki sebanyak 57,1% dan pada kelompok pembanding frekuensi terbesar berjenis kelamin perempuan 51,16%. Berdasarkan usia responden, pada kelompok perlakuan sebanyak 51,4% responden paling banyak berusia 12 tahun dan pada kelompok pembanding sebanyak 46,51% responden paling banyak berusia 11 tahun. Berdasarkan kelas, pada kelompok perlakuan dan pembanding sebanyak 57,1% dan 57,69% paling banyak responden kelas 6. Sedangkan hasil uji homogenitas berdasarkan umur, jenis kelamin, dan kelas dari kelompok perlakuan dan kelompok pembanding dapat dikatakan sama atau homogen ($p > 0.05$).

B. Analisis Univariat

Table 2. Distribusi Frekuensi Nilai Pengetahuan (*Pretest-Posttest*) pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Pembanding

Pengetahuan	Kategori	Sebelum (<i>Pretest</i>)		Sesudah (<i>Posttest</i>)	
		N	%	N	%
Perlakuan (Video)	Baik	22	62.85	33	94,28
	Cukup	13	37.15	2	5,71
	Kurang	0	0	0	0
Total		35	100	35	100
Pembanding (Leaflet)	Baik	26	60,5	39	90,69
	Cukup	16	37.20	4	9,30
	Kurang	1	2.32	0	0
Total		43	100	43	100

Berdasarkan Table 2, menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan tingkat pengetahuan siswa antara *pretest* dan *posttest* mengalami peningkatan, dapat dilihat pada saat *pretest* memiliki tingkat pengetahuan (baik) berjumlah 22 orang (62,85%), meningkat pada *posttest* menjadi 33 orang (94,28%). Sedangkan hasil pada kelompok pembanding menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa antara *pretest* dan *posttest* juga mengalami peningkatan, dapat dilihat pada saat *pretest* memiliki tingkat pengetahuan (baik) berjumlah 26 orang (60,5%), meningkat pada *posttest* menjadi 39 orang (90,69%).

Table 3. Distribusi Frekuensi Nilai Sikap (*Pretest-Posttest*) pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Pembanding

Sikap	Kategori	Sebelum		Sesudah	
		N	%	N	%
Perlakuan (Video)	Positif	31	88.57%	35	100%
	Negative	4	11.42%	0	9.3%
Total		35	100%	35	100%
Pembanding (Leaflet)	Positif	39	90.69%	40	93.02%
	Negative	4	0	3	6.97%
Total		43	100%	43	100%

Berdasarkan Tabel 3, menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan tingkat sikap siswa antara *pretest* dan *posttest* mengalami peningkatan, dapat dilihat pada saat *pretest* memiliki tingkat sikap (positif) berjumlah 31 orang (88,57%), meningkat pada *posttest* menjadi 35 orang (100%). Sedangkan hasil pada kelompok pembanding menunjukkan bahwa tingkat sikap siswa antara *pretest* dan *posttest* juga mengalami peningkatan, dapat dilihat pada saat *pretest* memiliki tingkat sikap (positif) berjumlah 39 orang (90,69%), meningkat pada *posttest* menjadi 40 orang (93,02%)

C. Analisis Bivariat

Table 4. Perbandingan Pengetahuan *Pretest Posttest* pada Kelompok Perlakuan dan Pembanding

Data Pengetahuan	Mean ±SD	Nilai		P
		Min	Max	
Pretest				
Video	10,91±1,463	8	13	.329 ^a
Leaflet	11.16±1,951	9	15	
Kelompok Perlakuan (Video)				
Pretest	10,91±1,463	8	13	.000 ^b
Posttest	12,77±1,457	5	14	
Kelompok Pembanding (Leaflet)				
Pretest	11.16±1,951	9	15	.000 ^b
Posttest	12,91±1,743	8	15	

Keterangan: Signifikan ($p < 0.05$)

^aMann Whitney, ^bWilcoxon

Berdasarkan Table 4, menunjukkan bahwa hasil uji perbedaan pengetahuan sebelum (*pretest*) dilakukan edukasi gizi tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah pada kedua kelompok didapatkan nilai *p-value* 0,329 (> 0.05), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan *pretest* mengenai pentingnya konsumsi sayur dan buah pada kelompok perlakuan dan pembanding. Sedangkan uji perbedaan hasil rata-rata skor pengetahuan *pretest* dan *posttest* menggunakan uji *Wilcoxon* pada kelompok perlakuan didapatkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ dan kelompok pembanding didapatkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ yang berarti bahwa ada perbedaan pengetahuan yang signifikan sebelum dan sesudah diberi edukasi gizi menggunakan media video dan *leaflet*.

Table 5. Perbandingan Sikap *Pretest-Posttest* pada Kelompok Perlakuan dan Pembanding

Data Sikap	Mean ±SD	Nilai		P
		Min	Max	
Pretest				
Video	30.23±4.821	16	37	.040 ^a
Leaflet	32.33±4.034	27	40	
Kelompok Perlakuan (Video)				
Pretest	30.23±4.821	16	37	.000 ^b
Posttest	33.31±3.132	27	40	
Kelompok Pembanding (Leaflet)				
Pretest	32.33±4.034	27	40	.696 ^b
Posttest	32.14±3.950	22	40	

Keterangan: Signifikan ($p < 0.05$)

^aIndependent t test, ^bPaired Sample t test

Berdasarkan Table 5, menunjukkan bahwa hasil uji perbedaan sikap sebelum (*pretest*) dilakukan edukasi gizi tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah pada kedua kelompok didapatkan nilai *p-value* 0,040 (<0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan *pretest* pada kelompok perlakuan dan pembandingan.

Uji perbedaan hasil rata-rata skor sikap *pretest* dan *posttest* menggunakan uji *Paired Sample T-Test* pada kelompok perlakuan didapatkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ yang berarti bahwa ada perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberi edukasi gizi menggunakan media video terhadap sikap siswa. Sedangkan uji perbedaan sikap sebelum dan sesudah pada kelompok pembandingan didapatkan nilai $p = 0,696 > 0,05$ yang berarti bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberi edukasi gizi menggunakan media *leaflet* terhadap sikap siswa.

Table 6 Hasil Uji *Mann Whitney-U* Selisih Skor Pengetahuan pada Kelompok Perlakuan dan Pembandingan

Selisih Skor Pengetahuan	N	Mean Rank±SD	Z	Nilai p
Perlakuan (Video)	35	39.74 ± 1.611	-.088	.930
Pembandingan (Leaflet)	43	39.30 ± 1.941		
Perbedaan		0.44		

Keterangan: signifikan (<0.05)

Berdasarkan Table 6, hasil analisis dari selisih skor pengetahuan kedua kelompok tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna antara penggunaan media video dan leaflet terhadap pengetahuan siswa, didapatkan nilai $p = 0.930 > 0.05$ dengan ranking rata-rata kelompok video sebesar 39.74 dan kelompok leaflet 39.30 dengan perbedaan rerata 0.44. Namun pada ranking rata-rata pada kelompok media video lebih besar dibandingkan dengan pada kelompok media *leaflet* efektif daripada media *leaflet* sehingga dapat dikatakan edukasi menggunakan media video lebih baik dibandingkan media *leaflet*.

Table 7. Hasil Uji *Independent T-Test* Selisih Skor Sikap pada Kelompok Perlakuan dan Pembandingan

Selisih Skor Sikap	N	Mean±SD	T	Nilai p
Perlakuan Video	35	3.09±3.914	4.123	.000
Pembandingan <i>Leaflet</i>	43	-0.19±3.096		
Perbedaan		3,28		

Keterangan: signifikan (<0.05)

Berdasarkan Table 7, hasil analisis dari selisih skor sikap kedua kelompok tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara penggunaan media video dan leaflet terhadap variabel sikap, perbedaan ini dapat dilihat dari nilai sign. atau nilai $p = 0.000 < 0.05$ dengan selisih rata-rata kelompok video sebesar 3.09 dan kelompok

leaflet -0.19 dengan perbedaan rerata 3,28. Hal ini membuktikan bahwa selisih rata-rata sikap dalam edukasi gizi menggunakan media video lebih besar dibandingkan dengan menggunakan media leaflet, sehingga dapat disimpulkan media video lebih efektif daripada media leaflet untuk edukasi gizi.

1. Tingkat Pengetahuan Siswa tentang Pentingnya Konsumsi Sayur dan Buah

Pada Table 2, menunjukkan bahwa nilai pengetahuan *pretest* dan *posttest* pada kelompok perlakuan dan kelompok pembanding memiliki nilai yang dominan adalah kriteria baik. Tingkat pengetahuan siswa tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah antara *pretest* dan *posttest* pada kelompok perlakuan dan kelompok pembanding juga mengalami peningkatan, dapat dilihat pada kelompok perlakuan saat *pretest* memiliki tingkat pengetahuan (baik) berjumlah 22 orang (62,85%), meningkat pada *posttest* menjadi 33 orang (94,28%). Sedangkan hasil pada kelompok pembanding saat *pretest* memiliki tingkat pengetahuan (baik) berjumlah 26 orang (60,5%), meningkat pada *posttest* menjadi 39 orang (90,69%). Berdasarkan penilaian *pretest* dan *posttest* tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi gizi menggunakan media video dan *leaflet*.

Pada Table 4, menunjukkan bahwa hasil uji perbedaan pengetahuan sebelum (*pretest*) dilakukan edukasi gizi tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah pada kedua kelompok didapatkan nilai *p-value* 0,329 (>0.05), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan *pretest* mengenai pentingnya konsumsi sayur dan buah pada kelompok perlakuan dan pembanding.

Table 4 pada uji perbedaan hasil rata-rata skor pengetahuan *pretest* dan *posttest* menggunakan uji *Wilcoxon* pada kelompok perlakuan didapatkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ dan kelompok pembanding didapatkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ yang berarti bahwa ada perbedaan pengetahuan yang signifikan sebelum dan sesudah diberi edukasi gizi menggunakan media video dan *leaflet*. Serta dapat disimpulkan bahwa pengetahuan pada kedua kelompok mengenai pentingnya konsumsi sayur dan buah sesudah dilakukan edukasi gizi lebih baik dari pada pengetahuan sebelumnya, hal tersebut dibuktikan ada kolom *mean posttest* pada kelompok perlakuan (12,77) dan kelompok pembanding (12,91) lebih tinggi daripada *mean pretest*.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Fatimah, 2017) yang menunjukkan bahwa penyuluhan menggunakan *leaflet* dapat meningkatkan nilai pengetahuan *pretest-posttest*¹². sejalan pula dengan penelitian (Ardie & Sunarti, 2019) yang diperoleh nilai pengetahuan *pretest* meningkat pada *posttest* dalam penggunaan media video untuk edukasi gizi¹³. Penelitian lain yang mendukung yaitu penelitian (Nafia, 2018) diketahui bahwa menunjukkan ada perbedaan rata-rata skor pengetahuan awal dan akhir¹⁴. Serta pada penelitian (Herdiani, 2019) diketahui bahwa ada kenaikan skor

nilai atau peningkatan pengetahuan yang bermakna antara sebelum dan setelah diberikan media leaflet¹⁵.

Salah satu pengaruh keberhasilan peningkatan pengetahuan dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu factor dari penyuluh, sasaran, dan proses dalam penyuluhan seperti penggunaan media yang digunakan untuk menunjang edukasi gizi⁷. Media adalah alat-alat yang digunakan oleh penyuluh dalam menyampaikan informasi gizi. Peran media dalam edukasi gizi yaitu meningkatkan kesadaran pada kesehatan, meningkatkan pengetahuan kesehatan, pemberdayaan diri sendiri dan mempengaruhi perubahan sikap, pengambilan keputusan, dan perubahan perilaku, serta mempengaruhi perubahan masyarakat¹⁶. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa semakin banyak panca indera yang digunakan untuk menerima sesuatu, dalam hal ini penggunaan media edukasi gizi, maka semakin banyak dan jelas pengetahuan yang diperoleh sehingga akan mempermudah pemahaman. Dengan menggunakan media edukasi gizi yang melibatkan panca indera maka akan menimbulkan daya tarik serta minat siswa sehingga pesan yang disampaikan menjadi lebih mudah diterima¹⁷.

2. Tingkat Sikap Siswa tentang Pentingnya Konsumsi Sayur dan Buah

Pada Tabel 3, menunjukkan bahwa nilai sikap *pretest* dan *posttest* pada kelompok perlakuan dan kelompok pembandingan memiliki nilai yang dominan adalah kategori positif. Tingkat sikap siswa tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah antara *pretest* dan *posttest* pada kelompok perlakuan dan kelompok pembandingan juga mengalami peningkatan, dapat dilihat pada kelompok perlakuan saat *pretest* memiliki tingkat sikap (positif) berjumlah 31 orang (88,57%), meningkat pada *posttest* menjadi 35 orang (100%). Sedangkan hasil pada kelompok pembandingan saat *pretest* memiliki tingkat sikap (positif) berjumlah 39 orang (90,69%), meningkat pada *posttest* menjadi 40 orang (93,02%). Berdasarkan penilaian *pretest* dan *posttest* tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan sikap setelah diberikan edukasi gizi menggunakan media video dan *leaflet*.

Pada Table 5, menunjukkan bahwa hasil uji perbedaan sikap sebelum (*pretest*) dilakukan edukasi gizi tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah pada kedua kelompok didapatkan nilai *p-value* 0,040 ($<0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan *pretest* pada kelompok perlakuan dan pembandingan.

Table 5 pada uji perbedaan hasil rata-rata skor sikap *pretest* dan *posttest* menggunakan uji *Paired Sample T-Test* pada kelompok perlakuan didapatkan nilai $p= 0,000 < 0,05$ yang berarti bahwa ada perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberi edukasi gizi menggunakan media video terhadap sikap siswa. Selain itu dapat disimpulkan sikap sesudah dilakukan edukasi gizi pada kelompok perlakuan lebih baik daripada sikap sebelumnya. Hal tersebut pada kolom *mean posttest* pada

kelompok video (33.31) lebih tinggi dari pada *mean pretest*. Sedangkan uji perbedaan sikap sebelum dan sesudah pada kelompok pembandingan didapatkan nilai $p = 0,696 > 0,05$ yang berarti bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberi edukasi gizi menggunakan media leaflet terhadap sikap siswa. Selain itu dapat disimpulkan sikap sesudah dilakukan edukasi gizi pada kelompok pembandingan tidak lebih baik daripada sikap sebelumnya. Hal tersebut pada kolom *mean posttest* pada kelompok leaflet (32.14) lebih rendah dari pada *mean pretest*.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Ardie & Sunarti, 2019) yang diperoleh nilai sikap *pretest* meningkat pada *posttest* dalam penggunaan media video untuk edukasi gizi dan diketahui ada pengaruh penggunaan media video sebelum dan sesudah terhadap sikap siswa tentang gizi seimbang¹³. Penelitian (Afridayanti dkk, 2020) menunjukkan bahwa pada metode *leaflet*, diperoleh peningkatan sikap siswa tentang pernikahan dini sebelum dan sesudah diberikan pendidikan dengan metode *leaflet*¹⁸. Penelitian (Fadhilah, 2020) menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan peningkatan sikap sebelum dan sesudah perlakuan¹⁹.

Ciri – ciri sikap yaitu sikap dapat berubah - ubah dalam situasi yang memenuhi syarat sehingga dapat di pelajari, sikap dapat berlangsung lama atau sebentar, dan sikap mengandung factor persamaan dan motivasi²⁰. Sikap ditentukan oleh keyakinan terhadap konsekuensi yang timbul dari suatu perilaku yang di tampilkan. Seseorang yang percaya bahwa berperilaku tertentu akan memberikan pada hasil yang baik bagi dirinya, maka seseorang akan memiliki sikap yang baik juga. Sedangkan apabila seseorang percaya bahwa berperilaku tertentu akan memberikan hasil yang tidak baik baginya, maka seseorang akan bersikap tidak baik juga²⁰.

Faktor yang mempengaruhi proses evaluasi sikap yaitu factor genetik, fisiologis, psikologis, pengalaman personal, teman sebaya, dan media massa. Faktor genetik adalah sikap yang dibawa sejak lahir yang membawa arah perkembangan sikapnya. Faktor fisiologis seperti sakit, lapar, dan haus. Faktor psikologis seperti minat dan perhatian. Faktor pengalaman personal yang langsung dialami oleh individu akan langsung memberikan pengaruh yang lebih kuat. Faktor teman sebaya juga memiliki pengaruh, ada kecenderungan bahwa seorang individu berusaha untuk sama dengan teman sekelompoknya. Selain itu, faktor yang dapat mempengaruhi sikap yaitu media massa²⁰. Penggunaan media intervensi untuk melakukan promosi kesehatan diantaranya harus memenuhi beberapa aspek agar media intervensi mudah di terima dan dipahami oleh kelompok sasaran²¹.

3. Pengaruh Penggunaan Media Video dan Leaflet dalam Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa

Table 6, hasil analisis dari selisih skor pengetahuan kedua kelompok tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna antara penggunaan media

video dan leaflet terhadap pengetahuan siswa, didapatkan nilai $p = 0.930 > 0.05$ dengan ranking rata-rata kelompok video sebesar 39.74 dan kelompok leaflet 39.30 dengan perbedaan rerata 0.44. Namun pada ranking rata-rata pada kelompok media video lebih besar dibandingkan dengan pada kelompok media leaflet efektif daripada media leaflet sehingga dapat dikatakan edukasi menggunakan media video lebih baik dibandingkan media leaflet.

Table 7, hasil analisis dari selisih skor sikap kedua kelompok tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara penggunaan media video dan leaflet terhadap variabel sikap, perbedaan ini dapat dilihat dari nilai sign. atau nilai $p = 0.000 < 0.05$ dengan selisih rata-rata kelompok video sebesar 3.09 dan kelompok leaflet -0.19 dengan perbedaan rerata 3,28. Hal ini membuktikan bahwa selisih rata-rata sikap dalam edukasi gizi menggunakan media video lebih besar dibandingkan dengan menggunakan media leaflet, sehingga dapat disimpulkan media video lebih efektif daripada media leaflet untuk edukasi gizi.

Media cetak sebagai media intervensi harus menimbulkan minat pada kelompok sasaran untuk melihat dan memahami pesan yang terdapat di dalamnya. Media leaflet dapat di peroleh dengan mudah serta efektif digunakan sebagai media informs. Sebagai media informasi, gambar atau foto haruslah di pilih atau digunakan sesuai tujuan yang telah di tetapkan. Dengan adanya gambar atau foto dapat mengakibatkan motivasi dan minat untuk membantu menafsirkan serta mengingat pesan yang berkenaan dengan gambar atau foto tersebut²¹. Kelebihan leaflet adalah dapat disimpan dalam waktu lama, mudah dibawa kemana-mana, bisa dibaca berulang, dan biaya cetak relatif lebih murah, sedangkan kekurangan leaflet menimbulkan kebosanan dan jika salah dalam mendesain maka leaflet tidak menarik untuk dibaca²².

Pada penelitian ini melalui video edukasi gizi responden memperoleh informasi tentang konsumsi buah dan sayur sehingga mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa. Video yang digunakan berisi tentang materi konsumsi buah dan sayur yang didukung oleh gambar dan suara. Media video dibuat dengan menganut pada prinsip bahwa pengetahuan yang ada pada setiap orang diterima atau ditangkap melalui panca indra terutama panca indra penglihatan dan pendengaran, sehingga media video dapat meningkatkan motivasi belajar anak usia sekolah¹⁶. Keuntungan media video yaitu dapat digunakan sebagai pengganti alam sekitar, dapat menggambarkan suatu proses secara tepat dan dapat dilihat secara berulang ulang¹⁶.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dapat disimpulkan bahwa: 1) Pengetahuan siswa pentingnya konsumsi sayur dan buah sebelum edukasi gizi pada kelompok video diperoleh rerata 10,91 meningkat menjadi 12,77. Sedangkan pada kelompok *leaflet* diperoleh rerata 11,16 meningkat

menjadi 12,91. 2) Sikap siswa pentingnya konsumsi sayur dan buah sebelum edukasi gizi pada kelompok video diperoleh rerata 30,23 meningkat menjadi 33,31. Sedangkan pada kelompok *leaflet* diperoleh rerata 32,33 tidak meningkat yaitu 32,14. 3) Ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah penggunaan media video. 4) Ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah penggunaan *leaflet*. 5) Ada perbedaan sikap sebelum dan sesudah penggunaan media video. 6) Tidak ada perbedaan sikap sebelum dan sesudah penggunaan *leaflet* terhadap peningkatan sikap. 7) Media video pentingnya konsumsi sayur dan buah tidak lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa dibandingkan dengan *leaflet*. 8) Media video pentingnya konsumsi sayur dan buah lebih efektif dalam meningkatkan sikap siswa dibandingkan dengan *leaflet*.

Bagi sekolah, dapat memanfaatkan media video sebagai alat/media promosi kesehatan maupun sebagai bahan pembelajaran. Bagi petugas gizi, dapat melakukan kegiatan promosi gizi dengan menggunakan media video pentingnya konsumsi sayur dan buah untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar. Bagi peneliti selanjutnya, dapat memanfaatkan media video dan mengembangkan sebagai media pembelajaran dengan variable lainnya seperti perilaku dan tingkat konsumsi sayur dan buah pada siswa sekolah dasar, dan sebagai referensi peneliti berikutnya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2019.
2. Kemenkes RI. *Laporan Provinsi DIY Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2019.
3. Hardiansyah dan I Dewa Nyoman Supriasa. *Ilmu Gizi: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: EGC. 2017.
4. Lathifuddin, M., Nurhayati, A., dan Patriasih, R. Pengetahuan “Buah dan Sayur” Sebagai Hasil Penyuluhan Gizi Pada Siswa SD yang Mengalami Obesitas di Kota Bandung. *Media Pendidikan, Gizi, dan Kuliner*, 2018:7(1).
5. Friska, H. *Hubungan Kebiasaan Konsumsi Sayur dan Buah, Asupan Makan Terhadap Obesitas Pada Remaja Di SMA 13 Kota Padang Tahun 2019* (Doctoral dissertation, Stikes Perintis Padang). 2019.
6. Menteri Kesehatan Republik Indonesia. *Pedoman Gizi Seimbang Permenkes RI*. 2014:1–96.
7. Waryana. *Promosi Kesehatan, Penyuluhan, dan Pemberdayaan Masyarakat*. Yogyakarta: Nuha Medika. 2016.
8. Mutiarani, H., Nur Hidayat dan Waryana. Efektivitas Penggunaan Media Leaflet Dan Video Terhadap Pengetahuan Tentang Pedoman Gizi Seimbang Pada Siswa SMP Negeri 5 Yogyakarta. *Skripsi*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. 2018.

9. Rachmat, Mochamad. *Metodologi Penelitian Gizi dan Kesehatan*. Jakarta: EGC. 2018.
10. Ganesh, Maulisna M. R., Waryana, dan Herawati. *Pengaruh Media Lembar Balik Pop-Up Terhadap Pengetahuan Sayur dan Buah Siswa SD Negeri Cebongan* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta). 2019.
11. Hastuti, Mona. Pengaruh Media Audiovisual dan Ceramah terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja tentang Pentingnya Konsumsi Sayur dan Buah di SMPIT Al Musabbihin dan SMPIT Namira Medan Tahun 2018. *Tesis*. Medan: (Universitas Sumatera Utara). 2018.
12. Fatimah, Ana Sidik, Weni Kurdanti, dan Th. Ninuk Sri Hartini. Efektivitas Penyuluhan Gizi Menggunakan Media Pgs Cards Dibandingkan Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pedoman Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar. *Skripsi*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. 2019.
13. Ardie, H. Fadhillah dan Sri Sunarti. Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas V Di SDN016 Samarinda Seberang. *Borneo Student Research*. Samarinda: (Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur). 2019.
14. Nafia, Z. I., Waryana, Almira Sitasari, dan Irianton Aritonang. Pengaruh Penyuluhan Gizi Dengan Media Aplikasi Mobile “Stop Anemia” terhadap Pengetahuan Tentang Anemia dan Sikap Dalam Mencegah Anemia pada Remaja Putri di Desa Tridadi Kabupaten Sleman. *Skripsi*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. 2018.
15. Herdiani, G., Waryana, dan Herawati. Pengaruh Pengembangan Media Buku Cerita Bergambar terhadap Peningkatan Pengetahuan Sarapan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar. *Skripsi*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. 2019.
16. Kholid, A. *Promosi Kesehatan: Dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media, dan Aplikasinya*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. 2014.
17. Eri, Y., IMade, A. G., dan Almira, S. Pengaruh Media Booklet Terhadap Pengetahuan Tentang Pentingnya Makan Sayur Dan Buah Pada Siswa Sekolah Dasar (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta). 2019.
18. Afridayanti, E., Yusra Hasibuan, Ardiana Batubara dan Yusniar Siregar. Efektifitas Penyuluhan Media Leaflet Dan Metode Ceramah Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswi Tentang Pernikahan Dini Di Sma Negeri 1 Pancur Batu Deli Serdang Tahun 2019. *Colostrum, Jurnal Kebidanan*. Poltekkes Kemenkes Medan. 2020.
19. Fadhilah, N., Priyadi Nugraha P., dan Ratih Indraswari. Penggunaan Leaflet, Booklet dan Video untuk Tingkatkan Pengetahuan, Sikap, Keyakinan dan Niat Ibu Remaja Mengenai Pemberian Asi Eksklusif di 2 Kecamatan di Kabupaten Magelang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Universitas Diponegoro. 2020.

20. Kholifah, Resti. Pemberian Pesan Gizi Melalui Media Tas Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Konsumsi Buah Dan Sayur Siswa Sekolah Dasar. *Skripsi*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. 2021.
21. Akhsani, R. F., Irianton, A., dan Nur, H. *Edukasi Konsumsi Buah dan Sayur Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Mahasiswa Obesitas Di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta). 2019.
22. Krisnadi, Zahra Hidayati. Efektivitas Penyampaian Pesan Germas Menggunakan Media Komik Dibandingkan Dengan Leaflet Terhadap Pengetahuan Germas di SMPN Mlati Kabupaten Sleman Yogyakarta. *Skripsi*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. 2019.