

**NASKAH PUBLIKASI**

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA VIDEO GIZI  
SEIMBANG SEBAGAI MEDIA EDUKASI TERHADAP  
TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG GIZI  
SEIMBANG ANAK USIA SEKOLAH DASAR**



**IZAHROFI QIDRIABELA SUPRAPTO  
P07131218009**

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

**NASKAH PUBLIKASI**

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA VIDEO GIZI  
SEIMBANG SEBAGAI MEDIA EDUKASI TERHADAP  
TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG GIZI  
SEIMBANG ANAK USIA SEKOLAH DASAR**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika



**IZAHROFI QIDRIABELA SUPRAPTO  
P07131218009**

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

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Naskah Publikasi

**“EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA VIDEO GIZI SEIMBANG SEBAGAI  
MEDIA EDUKASI TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP  
TENTANG GIZI SEIMBANG ANAK USIA SEKOLAH DASAR”**

Disusun oleh :

IZAHROFI QIDRIABELA SUPRAPTO  
NIM P07131218009

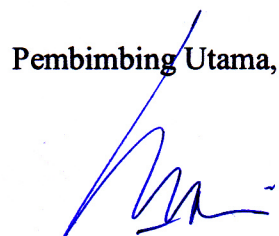
Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

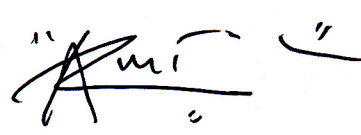
.....25 April 2022.....

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,

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

  
Almira Sitasari, S.Gz., MPH., RD  
NIP. 198703042015032004

Yogyakarta, 09 Juni 2022

Ketua Jurusan Gizi,



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

***EFFECTIVENESS OF USING BALANCED NUTRITION VIDEO MEDIA AS EDUCATIONAL MEDIA ON KNOWLEDGE LEVEL AND ATTITUDE ABOUT BALANCED NUTRITION ON ELEMENTARY SCHOOL AGE CHILDREN***

Izahrofi Qidriabela Suprpto<sup>1</sup>, Waryana<sup>2</sup>, Almira Sitasari<sup>3</sup>  
Department of Nutrition Poltekkes Kemenkes Yogyakarta  
Jalan Tata Bumi No. 3. Banyuraden, Gamping, Sleman  
[bellaragazza01022000@gmail.com](mailto:bellaragazza01022000@gmail.com)/085735007312

***ABSTRACT***

***Background*** : One of the nutritional problems in school-age children is malnutrition which is an unhealthy condition due to not meeting the food needs needed by the body. Education about balanced nutrition using the media is one of the efforts to increase knowledge and change attitudes of balanced nutrition with the aim of tackling the problem of undernutrition. The media in this study were videos and leaflets of balanced nutrition.

***Research Objective*** : Knowing the effectiveness of balanced nutrition education through video media and balanced nutrition leaflets on the level of knowledge and attitudes of elementary school children at Sekolah Dasar Negeri Karangsono 1.

***Research Method*** : This research was a quasi-experimental using a pre-post test with control group design. The study was conducted from January to February 2022. The population of this study were all students at SD Negeri Karangsono 1 with a sample of 31 students in each group. Data analysis using independent sample t-test.

***Result*** : Getting the results of an increase of 25.94 in the treatment knowledge and 18.32 in the control knowledge, and 11.87 in the treatment attitude and 6.22 in the control attitude. The results of the statistical test showed that there was a difference in knowledge ( $p=0.030$ ) and attitude ( $p=0.008$ ).

***Conclusion*** : Balanced nutrition video media is more effective in increasing knowledge and attitudes of balanced nutrition for elementary school age children than balanced nutrition leaflet media.

***Keywords*** : Elementary school children, balanced nutrition, leaflet media, video media, knowledge, attitude

# EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA VIDEO GIZI SEIMBANG SEBAGAI MEDIA EDUKASI TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG GIZI SEIMBANG ANAK USIA SEKOLAH DASAR

Izahrofi Qidriabela Suprpto<sup>1</sup>, Waryana<sup>2</sup>, Almira Sitasari<sup>3</sup>  
Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta  
Jalan Tata Bumi No. 3. Banyuraden, Gamping, Sleman  
[bellaragazza01022000@gmail.com](mailto:bellaragazza01022000@gmail.com)/085735007312

## ABSTRAK

**Latar Belakang :** Salah satu masalah gizi pada anak usia sekolah yaitu gizi kurang yang merupakan kondisi tidak sehat akibat tidak tercukupinya kebutuhan makanan yang dibutuhkan oleh tubuh. Edukasi mengenai gizi seimbang menggunakan media merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan perubahan sikap gizi seimbang dengan tujuan untuk menanggulangi masalah gizi kurang. Media dalam penelitian ini adalah video dan leaflet gizi seimbang.

**Tujuan Penelitian :** Mengetahui efektivitas edukasi gizi seimbang melalui media video dan leaflet gizi seimbang terhadap tingkat pengetahuan dan sikap anak sekolah dasar di Sekolah Dasar Negeri Karangsono 1.

**Metode Penelitian :** Penelitian ini adalah eksperimen semu dengan menggunakan rancangan *pre-post test with control group design*. Penelitian dilaksanakan pada Bulan Januari hingga Februari 2022. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa di SD Negeri Karangsono 1 dengan sampel sejumlah 31 siswa setiap kelompoknya. Analisis data menggunakan *independent sample t-test*.

**Hasil :** Mendapatkan hasil kenaikan 25,94 pada pengetahuan perlakuan dan 18,32 pada pengetahuan kontrol, serta 11,87 pada sikap perlakuan dan 6,22 pada sikap kontrol. Hasil uji statistic menunjukkan adanya nilai perbedaan pada pengetahuan ( $p=0,030$ ) dan sikap ( $p=0,008$ ).

**Kesimpulan :** Media video gizi seimbang lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi seimbang anak usia sekolah dasar dibandingkan media leaflet gizi seimbang.

**Kata Kunci :** anak sekolah dasar, gizi seimbang, media leaflet, media video, pengetahuan, sikap

## A. PENDAHULUAN

Masalah gizi merupakan masalah kesehatan pada masyarakat, salah satunya gizi kurang yang disebabkan oleh banyak faktor. Faktor penyebab langsung meliputi asupan makanan dan penyakit infeksi, faktor penyebab tidak langsung meliputi persediaan makanan, perawatan anak, ibu hamil dan pelayanan kesehatan (Persagi dalam Supriasa, 2002). Masalah gizi kurang pada anak usia sekolah dasar merupakan kesenjangan yang perlu diperhatikan, karena anak usia sekolah merupakan aset negara yang sangat penting.

Gizi kurang yang merupakan kondisi tidak sehat akibat tidak tercukupinya kebutuhan makanan yang dibutuhkan oleh tubuh. Padahal usia anak sekolah 6 sampai 12 tahun masih mengalami tumbuh kembang dan memerlukan kebutuhan zat gizi yang cukup. Prevalensi kurus menurut IMT/U pada anak umur 5-12 tahun adalah 18,3% , terdiri dari 4,8% sangat kurus dan 13,5% kurus, serta prevalensi kurus di Provinsi Jawa Timur yaitu 8%, terdiri dari 2,2% sangat kurus dan 5,8% kurus (Risksdas, 2018). Menurut studi pendahuluan yang telah dilakukan, prevalensi gizi kurang di SDN Karangsono 1 yaitu 25,51%, yang terdiri dari 8,16% gizi buruk dan 17,35% gizi kurang (SDN Karangsono, 2021).

Pendidikan gizi dengan cara melakukan edukasi gizi seimbang merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan perubahan sikap tentang gizi (Brun, 1985). Pendidikan gizi sangat efektif untuk memberikan pengetahuan gizi sehingga dapat meningkatkan sikap gizi, efikasi diri, dan sebagian untuk mengurangi faktor makan tidak seimbang anak-anak (Lee, et al., 2008). Dalam pelaksanaan proses pendidikan gizi di sekolah merupakan hal penting bagi siswa (Annan, et al., 2021), karena sekolah menyediakan tempat yang cocok untuk mempengaruhi kesehatan dan perilaku kesehatan anak-anak dan sekolah dasar sangat cocok untuk program perubahan sikap gizi (Mamba, et al., 2019). Faktor yang dapat mempengaruhi proses pendidikan gizi yaitu media, salah satu media yang dapat digunakan antara lain video yang merupakan salah satu pilihan alternatif yang sesuai dengan perkembangan kognitif anak usia sekolah dasar yang merupakan tahap periode operasional konkrit (Piaget Jean dalam Imda, 2015). Periode operasional konkrit menggambarkan bahwa anak usia sekolah dasar sudah

cukup matang dalam menggunakan pemikiran logika atau visual untuk menentukan atau melihat objek yang ada saat ini, sehingga penggunaan video merupakan metode yang layak untuk berbagi dan menyediakan bahan pendidikan yang berkualitas (Arintwe, at al., 2020). Selain itu, handphone tidak hanya digunakan oleh orang dewasa, lanjut usia, maupun remaja, namun pada anak-anak usia 7-11 tahun (Widiawati, 2014) sehingga memungkinkan siswa untuk mengakses video gizi seimbang dari penelitian ini.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dan sikap anak usia sekolah terkait gizi seimbang anak usia sekolah dan mengetahui efektivitas media video gizi seimbang anak usia sekolah diandingkan dengan leaflet gizi seimbang anak usia sekolah.

## **B. METODE**

Penelitian ini adalah eksperimen semu dengan menggunakan rancangan *pre-post test with control group design*. Penelitian dilaksanakan di SDN Karangsono 1, Kwadungan, Ngawi, Jawa Timur Pada Bulan Januari hingga Februari 2022. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV, V, VI di SD Negeri Karangsono 1 dengan sampel sejumlah 31 siswa. Teknik Pengambilan sampel menggunakan Teknik sampling jenuh. Kriteria inklusi pada setiap penelitian ini yaitu siswa kelas IV, V, VI SDN Karangsono 1, dapat membaca dan menulis, memiliki izin dari orang tua untuk mengikuti seluruh rangkaian penelitian. Penelitian ini menggunakan data primer hasil *pretest* dan *posttest*. Variabel penelitian meliputi pengetahuan gizi seimbang dan sikap gizi seimbang siswa. Analisis data pada penelitian ini menggunakan *independent sample t-test*.

## **C. HASIL**

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui jenis kelamin, usia, kelas siswa secara umum disajikan dalam tabel 1. Berikut karakteristik subyek penelitian:

Tabel 1. Karakteristik responden

Karakteristik	Perlakuan		Kontrol	
	N	%	N	%
<b>Jenis Kelamin</b>				
Laki laki	18	29,0	12	19,4
Perempuan	13	21,0	19	30,6
<b>Usia</b>				
9 Tahun	9	29,0	5	8,1
10 Tahun	9	29,0	11	17,7
11 Tahun	4	12,9	5	8,1
12 Tahun	6	19,4	9	14,5
13 Tahun	1	3,2	1	1,6
14 Tahun	2	6,5		
<b>Kelas</b>				
Kelas 4	13	21,0	12	19,4
Kelas 5	8	12,9	9	14,5
Kelas 6	10	16,1	10	16,1
<b>Total</b>	<b>31</b>	<b>100</b>	<b>31</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa sebagian besar karakteristik responden memiliki jenis kelamin perempuan dengan usia 10 tahun berasal dari kelas 4.

Tabel 2. Pengetahuan Gizi Seimbang Responden Sebelum Penyuluhan

Variabel	Kelompok Perlakuan	Kelompok Kontrol	P-value
Mean	52,29	55,68	0,427
Minimum	20	20	
Maksimum	80	87	

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa hasil uji statistik menghasilkan nilai  $p=0,427$  ( $p>0,05$ ) sehingga memiliki interpretasi tidak ada perbedaan yang signifikan diantara rata-rata skor pengetahuan gizi seimbang responden pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol sebelum penyuluhan.

Tabel 3. Sikap Gizi Seimbang Responden Sebelum Penyuluhan

Variabel	Kelompok Perlakuan	Kelompok Kontrol	P-value
Mean	71,29	72,23	0,706
Minimum	38	50	
Maksimum	95	85	

Berdasarkan tabel 3, dapat diketahui bahwa hasil uji statistik menghasilkan nilai  $p=0,706$  ( $p>0,05$ ) sehingga memiliki interpretasi tidak ada



perbedaan yang signifikan diantara rata-rata skor sikap gizi seimbang responden pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol sebelum penyuluhan.

Tabel 4. Pengetahuan Gizi Seimbang Responden Setelah Penyuluhan

<b>Variabel</b>	<b>Kelompok Perlakuan</b>	<b>Kelompok Kontrol</b>	<b>P-value</b>
Mean	78,23	74,00	0,262
Minimum	53	47	
Maksimum	100	100	

Berdasarkan tabel 4, dapat diketahui bahwa hasil uji statistik menghasilkan nilai  $p=0,262$  ( $p>0,05$ ) sehingga memiliki interpretasi tidak ada perbedaan yang signifikan diantara rata-rata skor pengetahuan gizi seimbang responden pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol setelah penyuluhan.

Tabel 5. Sikap Gizi Seimbang Responden Setelah Penyuluhan

<b>Variabel</b>	<b>Kelompok Perlakuan</b>	<b>Kelompok Kontrol</b>	<b>P-value</b>
Mean	83,16	78,45	0,031
Minimum	63	65	
Maksimum	100	98	

Berdasarkan tabel 5, dapat diketahui bahwa hasil uji statistik menghasilkan nilai  $p=0,031$  ( $p<0,05$ ) sehingga memiliki interpretasi ada perbedaan yang signifikan diantara rata-rata skor sikap gizi seimbang responden pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol.

Tabel 6. Peningkatan Pengetahuam Gizi Seimbang Responden

	<b>Pretest</b>	<b>Posttest</b>	<b>Selisih</b>	<b>P-value</b>
<b>Kelompok Perlakuan</b>	52,29	78,23	25,94	0,000
<b>Kelompok Kontrol</b>	55,68	74,00	18,32	0,000

Berdasarkan tabel 6, dapat diketahui hasil uji statistik diperoleh nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol, sehingga dapat diinterpretasikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada skor pengetahuan gizi seimbang sebelum dan setelah dilakukannya penyuluhan menggunakan media video maupun leaflet gizi seimbang.

Tabel 7. Peningkatan Sikap Gizi Seimbang Responden

	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<b>Selisih</b>	<b>P-value</b>
<b>Kelompok Perlakuan</b>	71,29	83,16	12,10	0,000
<b>Kelompok Kontrol</b>	72,23	78,45	6,39	0,000

Berdasarkan tabel 7, dapat diketahui hasil uji statistik diperoleh nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol, sehingga dapat diinterpretasikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada skor sikap gizi seimbang sebelum dan setelah dilakukannya penyuluhan menggunakan media video maupun leaflet gizi seimbang.

Tabel 8. Perbandingan selisih nilai pada penggunaan media video dan leaflet

	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<b>Rerata</b>	<b>Selisih</b>	<b>P-value</b>
<b>Pengetahuan</b>					
Video Gizi Seimbang	52,29	78,23	25,97	<b>7,72</b>	<b>0,030</b>
Leaflet Gizi Seimbang	55,68	74,00	18,26		
<b>Sikap</b>					
Video Gizi Seimbang	71,29	83,16	12,10	<b>5,71</b>	<b>0,008</b>
Leaflet Gizi Seimbang	72,23	78,45	6,39		

Berdasarkan tabel 8, yang merupakan hasil dari Uji Statistik *Independent Sample T-test* dapat diketahui bahwa hasil sig. 0,030 ( $p<0,05$ ) sehingga diketahui terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan gizi seimbang dengan menggunakan media video gizi seimbang dan dengan menggunakan media leaflet gizi seimbang. Selain itu hasil uji *Independent Sample T-test* tersebut menunjukkan hasil sig. 0,008 ( $p<0,05$ ) sehingga diketahui terdapat perbedaan yang signifikan antara skor sikap gizi seimbang dengan menggunakan media video gizi seimbang dan dengan menggunakan media leaflet gizi seimbang.

#### D. PEMBAHASAN

##### Pengetahuan Gizi Seimbang

Berdasarkan tabel 2 dan 3, telah diketahui bahwa hasil dari uji statistik terhadap rata rata skor awal pengetahuan dan sikap gizi seimbang anak usia sekolah dasar mendapatkan intepretasi tidak terdapat perbedaan yang signifikan

rata-rata nilai skor *pretest* diantara kelompok perlakuan yang menggunakan media video gizi seimbang dan kelompok kontrol yang menggunakan media leaflet gizi. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebelum dilakukannya penyuluhan menggunakan media video maupun leaflet gizi seimbang, pengetahuan awal dari kedua kelompok tersebut relative sama. Penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Mutiarani (2018), memiliki interpretasi bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada pengetahuan awal pedoman gizi seimbang diantara kelompok yang menggunakan video dan leaflet pedoman gizi seimbang.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang yaitu informasi (Notoatmodjo, 2014). Pada penelitian ini, semua siswa yang berada pada kelompok perlakuan menggunakan media video dan kelompok kontrol menggunakan media leaflet sama-sama belum pernah mendapatkan informasi terkait pendidikan gizi seimbang anak usia sekolah secara khusus dan mendetail, sehingga nilai *pretest* pengetahuan gizi seimbang anak usia sekolah dasar yang diperoleh kedua kelompok relatif sama.

Faktor yang berperan penting dalam peningkatan pengetahuan yaitu Pendidikan dan minat. Dalam upaya melakukan pendidikan gizi terdapat beberapa hal yang dapat mempengaruhi peningkatan pengetahuan peserta yaitu penyuluh, sasaran, proses dalam penyuluhan seperti penggunaan media (Waryana, 2016). Media yang menarik akan meningkatkan daya tarik tersendiri bagi peserta. Pada penelitian ini peneliti menentukan untuk menggunakan media video dan leaflet sebagai media yang dimana didalam media tersebut terdapat beberapa gambar-gambar dan tulisan dengan warna yang sesuai dengan kategori anak usia sekolah dasar.

Berdasarkan pada tabel 4, dapat diketahui bahwa nilai pengetahuan siswa setelah diberikan intervensi berupa video maupun leaflet memberikan interpretasi bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai *posttest* pengetahuan kelompok perlakuan menggunakan video dan kelompok kontrol menggunakan leaflet. Meskipun demikian, dapat diketahui pada tabel 6, bahwa hasil dari uji statistik kelompok perlakuan mengalami peningkatan rata-rata skor 25,94 dan kelompok kontrol mendapatkan mengalami peningkatan rata-rata skor 18,32. Jika dilihat dari segi nilai absolut pada rata-rata skor peningkatan, maka

nilai pengetahuan kelompok perlakuan menggunakan media video gizi seimbang lebih tinggi, dibandingkan dengan kelompok kontrol menggunakan media leaflet gizi seimbang. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Rahmadewi (2020), mendapat interpretasi bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan pemilihan jajan pada siswa sekolah dasar sebelum dan setelah penyuluhan dengan menggunakan media video maupun leaflet.

### **Sikap Gizi Seimbang**

Berdasarkan tabel 3, telah diketahui bahwa hasil dari uji statistik terhadap rata rata skor *pretest* sikap gizi seimbang anak usia sekolah dasar memiliki interpretasi tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok perlakuan yang menggunakan media video gizi seimbang anak usia sekolah dan kelompok kontrol yang menggunakan media leaflet gizi seimbang anak usia sekolah. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebelum dilakukannya penyuluhan menggunakan media video maupun leaflet gizi seimbang, sikap awal dari kedua kelompok tersebut mayoritas sama. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Febritasanti (2019), memiliki interpretasi bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada sikap awal diantara kelompok yang menggunakan video dan leaflet.

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi sikap seseorang, salah satunya yaitu pendidikan (Notoatmodjo, 2010). Seseorang dengan Pendidikan yang memadai maka akan memiliki pengetahuan yang tinggi dan sikap yang akan dilakukan semakin baik, hal tersebut terjadi karena seseorang telah mengetahui kebenarannya melalui pengetahuan yang telah didapatkan, sehingga seseorang tersebut akan lebih mempertimbangkan hal yang seharusnya dilakukan. Dengan seseorang lebih banyak mendapatkan pengetahuan maka akan merubah pemikirannya dalam meyakinkan sesuatu hal, sehingga dapat memilih dan memberikan *output* berupa emosi atau dorongan untuk melakukan sikap positif atau sikap negatif.

Pada penelitian ini, semua siswa yang berada pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol belum pernah mendapatkan pendidikan terkait gizi seimbang anak usia sekolah, sehingga pengetahuan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol yang didapatkan sama, begitu juga dengan cara

menyikapi hal terkait gizi seimbang juga sama. Siswa yang belum mendapatkan penyuluhan terkait gizi seimbang maka pengetahuan tentang gizi seimbang belum dapat dipahami dan diyakini sepenuhnya, sehingga belum bisa menentukan mana sikap yang harus dilakukan, selain itu siswa juga belum sepenuhnya dapat menentukan apakah pilihan tersebut merupakan sikap positif atau negatif.

Setelah dilakukan penyuluhan menggunakan media video maupun leaflet gizi seimbang anak usia sekolah, maka siswa lebih mengalami peningkatan pengetahuan dan memberikan dampak positif pada cara siswa menyikapi hal terkait gizi seimbang. Hal tersebut dibuktikan dengan terdapat peningkatan rata-rata nilai *pretest* dan *posttest* sikap gizi seimbang anak usia sekolah dan peningkatan nilai maksimal, serta hasil dari uji *Paired Sample T-test* yang dapat dilihat pada tabel 17, dengan hasil  $p=0,00$  ( $p<0,05$ ) pada sikap kelompok perlakuan dan kelompok kontrol yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest* sikap gizi seimbang anak usia sekolah pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol. Penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Nasution (2016), bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sikap sebelum dan setelah penyuluhan dengan menggunakan media video maupun leaflet.

### **Penggunaan Media Video Dan Leaflet**

Berdasarkan tabel 18, dapat dilihat uji statistik terhadap pengetahuan gizi seimbang anak usia sekolah mendapatkan interpretasi tidak terdapat perbedaan yang signifikan, namun demikian jika dilihat dari nilai absolut rata-rata peningkatan kelompok dengan media video lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok dengan media leaflet. Dapat diartikan bahwa media video gizi seimbang lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi seimbang anak usia sekolah dibandingkan dengan media leaflet gizi seimbang anak usia sekolah. Selain itu, statistik terhadap sikap gizi seimbang anak usia mendapatkan interpretasi terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Dapat diartikan bahwa media video gizi seimbang lebih efektif dalam meningkatkan sikap gizi seimbang anak usia sekolah dibandingkan dengan media leaflet gizi seimbang anak usia

sekolah. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Mutiarani (2018), bahwa kelompok penyuluhan menggunakan media video memiliki rata-rata keefektivitasan yang lebih besar terhadap pengetahuan daripada menggunakan media leaflet. Selain itu, penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Nasution (2016), bahwa Perubahan sikap lebih besar terjadi sesudah diberi perlakuan penyuluhan dengan media video dibanding leaflet.

Peran media dalam edukasi gizi yaitu untuk meningkatkan kesadaran pada kesehatan, pemberdayaan diri sendiri dan mempengaruhi perubahan sikap, pengambilan keputusan dan perubahan perilaku, serta mempengaruhi perubahan masyarakat. Penggunaan media video dalam edukasi telah berhasil meningkatkan sikap terkait kesehatan dibandingkan dengan penggunaan leaflet (Nasution, 2016). Media video merupakan seperangkat komponen atau media yang mampu menampilkan gambar sekaligus suara dalam waktu bersamaan. Media ini termasuk dalam jenis *audio visual aids* yang dimana menggunakan dua panca indra sekaligus dalam proses penyampaian informasinya yaitu indra penglihatan dan indra pendengaran. Sejalan dengan hal tersebut, anak umur 7-12 tahun termasuk dalam periode operasional konkrit, pada tahap ini anak sudah cukup matang dalam menggunakan pemikiran logika atau visual untuk menentukan atau melihat objek yang ada saat ini (Piaget Jean dalam Ibda, 2015) sehingga dapat diberikan media video yang merupakan media *audio visual* dengan upaya untuk dapat membuat siswa lebih cepat memahami materi tersebut.

Faktor strategis dalam menentukan keberhasilan belajar yaitu faktor motivasi belajar (Waryana, 2016). Dengan menggunakan media video dalam sebuah penyuluhan dapat meningkatkan motivasi belajar anak usia sekolah, karena media tersebut memberikan stimulus lebih dari satu indra yaitu panca indera penglihatan dan pendengaran. Sedangkan pada penyuluhan menggunakan media leaflet hanya memberikan stimulus pada satu indra yaitu penglihatan saja, sehingga dapat membuat anak sedikit lebih bosan. Media disusun berdasarkan prinsip bahwa pengetahuan yang ada pada setiap manusia diterima atau ditangkap melalui panca indra, semakin banyak indra yang digunakan maka semakin banyak pengetahuan yang diperoleh. Pengalaman belajar pada manusia

diperoleh melalui indra penglihatan dengan presentase 75%, melalui indra pendengaran dengan presentase 13%, dan melalui indra lainnya 12% (Edgar dalam Notoadmodjo, 2014). Teori tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa penyuluhan dengan alat bantu *audio visual* dapat menarik perhatian serta meningkatkan pemahaman siswa karena melibatkan penglihatan, sehingga dengan media *audio visual* dapat membangkitkan motivasi belajar, meningkatkan pengetahuan, dan melakukan perubahan sikap.

Penelitian ini memberikan hasil yang sesuai dengan teori S-O-R (Notoatmodjo, 2010) yang menyatakan bahwa perilaku merupakan respon seseorang terhadap stimulus dari luar, terdapat dua jenis respon pada individu yaitu terbuka berupa praktik atau tindakan dan tertutup berupa pengetahuan dan sikap. Intervensi gizi yang dilakukan pada penelitian ini yaitu berupa penyuluhan gizi seimbang anak usia sekolah, yang dimana hal itu termasuk stimulus yang diberikan kepada siswa dengan menggunakan dua media yang berbeda, yaitu kelompok perlakuan menggunakan video dan kelompok kontrol menggunakan leaflet. Penggunaan media bantu sebagai stimulus dapat mempermudah individu untuk mencerna materi yang diperoleh (Siregar, at. Al., 2019).

Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa jika stimulus yang diberikan berbeda maka berbeda pula respon yang akan timbul pada siswa. Penyuluhan dengan menggunakan media video memberikan efek dengan peningkatan lebih tinggi dibanding menggunakan media leaflet. Hal ini disebabkan oleh pada media video lebih banyak menggunakan panca indra dibanding dengan media leaflet. Selain itu pada media video terdapat gambar animasi yang banyak dengan warna yang bermacam-macam, terdapat tulisan yang ditambah dengan gambar sebagai pendukung tulisan, serta suara, sedangkan pada leaflet hanya terdapat tulisan dan gambar yang tidak terlalu banyak.

## **E. KESIMPULAN**

1. Terdapat peningkatan rata-rata nilai pengetahuan gizi seimbang anak usia sekolah dasar sebelum dan sesudah dilakukannya edukasi gizi menggunakan media video gizi seimbang.

2. Terdapat peningkatan rata-rata nilai sikap gizi seimbang anak usia sekolah dasar sebelum dan sesudah dilakukannya edukasi gizi menggunakan media leaflet gizi seimbang.
3. Media video gizi seimbang lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi seimbang anak usia sekolah dasar dibandingkan media leaflet gizi seimbang.

## **F. SARAN**

Bagi petugas gizi, dapat melakukan kegiatan promosi gizi dengan menggunakan media video gizi seimbang anak usia sekolah untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa tentang gizi seimbang anak usia sekolah.

## **DAFTAR PUSTAKA**

1. Annan, R. A., et. al.. 2021. *Nutrition education improves knowledge and BMI-for-age in Ghanaian school-aged children. African health sciences*, 21(2), 927–941.
2. Arinitwe, R., Willson, A., Batenhorst, S., Cartledge, P. T., & Cartledge, P. T. 2020. *Using a global health media project video to increase knowledge and confidence in the mothers of admitted neonates in Rwanda: A prospective interventional study. Journal of Tropical Pediatrics*, 66(2).
3. Brun J. 1985. *Nutrition education: a model for effectiveness a synthesis of research. J Nutr Educ*. 17: ii–S44.
4. Febritasanti, D. W., Waryana, & Sitasari, A. 2019. *Intervensi media video berpengaruh pada pengetahuan dan sikap remaja putri dalam mencegah kurang energi kronik. AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 4(1), 58.
5. Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
6. Lee, O., Chang, S. O., & Park, M. J. 2008. *Comparison of nutrition knowledge, dietary attitude and dietary habit in elementary school children with and without nutrition education. Journal of the Korean Society of Food Science and Nutrition*, 37(11).



7. Mamba, N. P. S., Napoles, L., & Mwaka, N. M. 2019. *Nutrition knowledge, attitudes and practices of primary school children in Tshwane Metropole, South Africa. African Journal of Primary Health Care and Family Medicine, 11(1).*
8. Mutiarani, Hanissa. 2018. *Efektivitas Penggunaan Media Leaflet dan Video Terhadap Pengetahuan Tentang Pedoman Gizi Seimbang Pada Siswa SMP Negeri 5 Yogyakarta.* Skripsi. In Repository Poltekkesjogja.
9. Nasution, Fitriani. 2016. *Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Leaflet Dan Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa Dalam Upaya Pencegahan NAPZA di AKPER Indah Medan.* Universitas Sumatera Utara.
10. Notoatmodjo, S. 2010. *Ilmu Perilaku Kesehatan.* Jakarta : PT Rineka Cipta.
11. Notoatmodjo, S. 2014. *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan.* Rineka Cipta.
12. Piaget, Jean. Perkembangan Kognitif. Dalam Imda, Fatimah. 2015. *Perkembangan Kognitif: Teori Jean Piaget.* Ntelektualita - Volume 3, Nomor 1.
13. Rahmadewi, D. e., 2020. *Efektivitas Media Video Animasi Dan Leaflet Dalam Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Pemilihan Makanan Jajanan Pada Siswa Sekolah Dasar.* Skripsi thesis, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
14. Sekolah Dasar Negeri Karangsono 1. 2021. *Laporan Data Antropometri Siswa.*
15. Siregar, Y.-, Rochadi, K., & Lubis, N. 2019. *The Effect Of Health Promotion Using Leaflets And Audio-Visual On Improving Knowledge And Attitude Toward The Danger Of Hiv/Aids Among Adolescents. International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS), 2(3).*
16. Supariasa, D, N., Bachyar B., & Ibnu F. 2002. *Penilaian Status Gizi.* Penerbit Buku Kedokteran.
17. Waryana. 2016. *Promosi Kesehatan, Penyuluhan, dan Pemberdayaan Masyarakat.* Yogyakarta: Nuha Medika.
18. Widiawati & Sugiman. 2014. *Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Daya Kembang Anak. Ejournal Keperawatan. 6(2). 1-6.*