

PERBANDINGAN EFEKTIVITAS MEDIA POSTER, VIDEO, SERTA KOMIK TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG SARAPAN PADA ANAK SDN MARGAHAYU XIX BEKASI

Almas Barizah Fathaniah*, Ratih Kurniasari

Universitas Singaperbangsa Karawang

*)Korespondensi: almas.barizah@gmail.com/(089517116881)

Article History

Submitted: 03-05-2023

Resived: 05-06-2023

Accepted: 12-06-2023

ABSTRACT

Seven out of ten children in Indonesia are malnourished during breakfast. Nutrition education is one way that can be done to increase their knowledge as early as possible. This study was conducted with the aim of comparing the effectiveness of poster media, animated videos, and digital comics in increasing knowledge about the importance of breakfast among elementary school children. This research is quantitative, and the method used is experimental. The research design employed was a three-group pre-post test design because the study aimed to determine the effect of the given treatment. The data analysis technique used in this study was the paired sample t-test to compare the knowledge of the three treatment groups, and the Wilcoxon sign rank test was used if the data were not normally distributed. The results of the research on poster media showed a significant effect ($p = 0.001$) of using poster media on knowledge related to the importance of breakfast. The results of the research on video media also revealed a significant effect ($p = 0.002$) of providing 3D media in the form of animated videos on knowledge related to the importance of breakfast in children. Similarly, the results of the research on innovation media demonstrated a significant influence ($p = 0.000$) of providing innovative media in the form of digital comics on knowledge related to the importance of breakfast in children. Among the three media provided, comic media was found to be the most effective compared to the other two media.

Keywords : Poster, Video, Comic Media, Knowledge, Breakfast

PENDAHULUAN

Makan pagi atau sarapan merupakan hal yang sangat penting untuk memenuhi kebutuhan gizi sehari bagi seseorang. Sarapan biasanya dilakukan di waktu pagi hari antara pukul 06.00 sampai dengan pukul 10.00 pagi. Sarapan termasuk ke dalam salah satu dari 10 pesan gizi seimbang dikarenakan memberikan kontribusi yang signifikan bagi kebutuhan zat gizi tubuh, terutama otak kita. Menurut Briawan *et al.* (2013), hasil studi yang dilakukannya menunjukkan bahwa sekitar 20 hingga 40 persen anak di Indonesia tidak

terbiasa melakukan kegiatan sarapan di pagi hari ini. Tujuh dari sepuluh anak di Indonesia kekurangan gizi sarapan (Hardiansyah, 2015). Apabila melewatkan sarapan, dapat mengakibatkan pusing, penyakit perut seperti maag, gangguan fungsi otak, mengantuk, dan kehilangan konsentrasi. Kebiasaan sarapan penting untuk ditanamkan dalam kehidupan sehari-hari bagi setiap individu.

Anak-anak usia sekolah merupakan masa yang penting bagi kehidupan seseorang. Pertumbuhan serta perkembangan pada masa ini sedang

menuju tahap kesempurnaan. Oleh karena itu, asupan zat gizi merupakan hal yang penting untuk diperhatikan bagi anak usia sekolah. Konsentrasi belajar sangat diperlukan di masa sekolah. Kebiasaan sarapan dapat meningkatkan konsentrasi belajar seseorang. Meski begitu tidak sedikit bagi anak sekolah yang melewatkan kebiasaan ini. Berbagai alasan sering ditemukan mulai dari siswa yang merasa tidak sempat melakukan sarapan karena waktu sekolah yang terlalu pagi hingga siswa yang merasa akan mual jika sarapan di pagi hari. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi hal ini yaitu dengan memberikan pengetahuan seberapa penting sarapan bagi tubuh dan akibat yang ditimbulkan apabila tidak membiasakan sarapan. Apabila seseorang memiliki pengetahuan yang baik maka akan memiliki kesadaran yang tinggi pula.

Cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan seseorang adalah dengan memberikan pendidikan gizi atau penyuluhan sedini mungkin (Hardiansyah dan Supriasa, 2016). Pendidikan gizi dapat diberikan menggunakan berbagai macam media. Media yang dapat diberikan antara lain berupa media cetak, media audio visual, serta media inovasi. Media yang diberikan kepada anak sekolah dasar harus dapat menarik perhatian serta disampaikan dengan bahasa yang mudah dipahami oleh mereka. Anak-anak cenderung menyukai media dengan gambar menarik serta penjelasan dengan cerita yang mudah dipahami agar tidak membosankan (Kusumarini, 2018). Oleh karena itu, pada penelitian ini media yang digunakan ialah poster, video animasi, serta komik digital. Tujuan dari penelitian ini untuk membandingkan efektivitas dari ketiga media tersebut terhadap peningkatan pengetahuan pada anak sekolah dasar.

METODE

Desain, tempat dan waktu

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan metode yang digunakan adalah eksperimental. Desain penelitian yang digunakan yaitu rancangan tiga grup *pre-post test* karena penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh perlakuan yang diberikan. Penelitian dilakukan selama di SDN Margahayu XIX Kota Bekasi pada bulan Maret 2022.

Jumlah dan cara pengambilan subjek

Besar sampel ditentukan dengan menggunakan teknik *simple random sampling* setiap subjek yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi sampel, dengan kriteria inklusi anak usia 9-12 tahun, berdomisili di Bekasi dan bersedia menjadi responden atau subjek penelitian. Jumlah sampel sebanyak 60 siswa diambil secara acak dari kelas 4 dan 5 SDN Margahayu XIX Kota Bekasi, sebanyak 20 siswa sebagai kelompok perlakuan yang diberi perlakuan menggunakan media poster di kelas 5B, 20 siswa diberi perlakuan dengan menggunakan media video animasi di kelas 4A, dan 20 siswa diberi perlakuan menggunakan media inovasi yaitu komik digital pada kelas 4B.

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Siswa diberikan penjelasan terlebih dahulu terkait pelaksanaan penelitian kemudian diminta persetujuan untuk mengikuti penelitian ini. Siswa yang bersedia diminta untuk mengisi soal pre-test tentang pengetahuan mengenai pentingnya sarapan yang berisi 10 soal. Setelah mengisi soal, siswa diberikan penyuluhan mengenai pentingnya sarapan melalui media poster, video animasi, dan komik digital. Pada siswa kelas 5B media poster diberikan secara langsung, pada kelas 4A dan 4B media video animasi serta komik digital diberikan melalui link yang telah disediakan. Setelah diberikan penyuluhan, siswa diminta untuk mengisi kuesioner *post-test* dengan soal yang sama seperti soal *pre-test*.

Pengolahan dan analisis data

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan uji *paired sample t-test* untuk membandingkan pengetahuan ketiga kelompok perlakuan dan uji Wilcoxon sign rank test apabila data tidak berdistribusi normal. Pada data

kelompok perlakuan menggunakan media poster tidak berdistribusi normal, data pada kelompok perlakuan media video animasi dan komik berdistribusi normal.

HASIL

Karakteristik Siswa

Tabel 1

Karakteristik Siswa kelas 5 dan 4 SDN Margahayu XIX Kota Bekasi Tahun 2022

Karakteristik Siswa	Kelompok 1		Kelompok 2		Kelompok 3	
	n	%	n	%		
Usia (Tahun)						
9	0	0	0	0	4	20
10	7	35	18	90	15	75
11	11	55	2	10	0	0
12	2	10	0	0	1	5
Jenis Kelamin						
Laki-laki	16	80	7	35	13	65
Perempuan	4	20	13	65	7	35
Status Gizi						
Gizi kurang	0	0	0	0	1	5
Gizi baik	16	80	9	45	12	60
Gizi lebih	3	15	8	40	2	10
Obesitas	1	5	3	15	5	25

Tabel 1. menunjukkan bahwa kelompok perlakuan menggunakan media poster memiliki jumlah siswa laki-laki sebesar 80% dan 20% sisanya merupakan siswi perempuan. Pada kelompok perlakuan menggunakan media video animasi memiliki jumlah siswa laki-laki paling sedikit yaitu sebesar 35%, sedangkan jumlah siswi perempuan paling banyak yaitu sebesar 65%. Pada kelompok perlakuan menggunakan media komik, jumlah siswa laki-laki sebesar 65% dan siswi perempuan sebesar 35%.

Tabel 1. menunjukkan kelompok perlakuan menggunakan media poster, jumlah siswa berusia 10 tahun sebesar 35% dan usia 11 tahun sebesar 55%. Pada kelompok perlakuan menggunakan media video animasi, jumlah siswa berusia 10 tahun sebesar 90% dan usia 11 tahun sebesar 10%. Pada kelompok perlakuan menggunakan media inovasi komik, jumlah

siswa berusia 9 tahun sebesar 20%, usia 10 tahun sebesar 75%, dan usia 12 tahun sebesar 5%.

Status gizi diukur menggunakan usia, tinggi badan dan berat badan siswa, lalu mengacu pada *z-score* yang didapatkan. Tabel 1. menunjukkan kelompok perlakuan menggunakan media poster, didapatkan hasil siswa yang memiliki status gizi baik sebesar 80%, status gizi lebih sebesar 15%, serta status obesitas sebesar 5%. Pada kelompok perlakuan menggunakan media video animasi, didapatkan hasil siswa dengan status gizi baik sebesar 45%, status gizi lebih sebesar 40%, dan status obesitas sebesar 15%. Pada kelompok perlakuan menggunakan media inovasi komik digital, didapatkan hasil siswa dengan status gizi kurang sebesar 5%, status gizi baik sebesar 60%, status gizi lebih sebesar 10%, dan status obesitas sebesar 25%.

Pengetahuan Siswa Sebelum diberi Perlakuan**Tabel 2**

Perbandingan Efektivitas Pendidikan Gizi tentang Pentingnya Sarapan dengan Media Poster, Video Animasi, dan Komik Digital

	Kelompok 1 (n=20)	Kelompok 2 (n=20)	Kelompok 3 (n=20)
Rata-Rata Pengetahuan			
<i>Pre-test</i>	7,65	7,9	6,9
<i>Post-test</i>	8,5	8,95	8,75
<i>p-value</i>	0,001	0,002	0,000

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa sebelum diberi perlakuan menggunakan media poster kategori kurang sebesar 10%, kategori cukup sebesar 15%, dan kategori baik sebesar 75%. Pada kelompok perlakuan menggunakan media video animasi, siswa dengan kategori pengetahuan kurang sebesar 10%, kategori cukup sebesar 25%, dan kategori baik 65%. Pada kelompok perlakuan menggunakan media inovasi komik, siswa dengan kategori kurang sebesar 15%, kategori cukup sebesar 45%, dan kategori baik sebesar 40%. Data hasil pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberi pengetahuan dapat dilihat pada Tabel 2.

PEMBAHASAN

Sarapan merupakan salah satu factor yang berpengaruh terhadap status gizi. Sarapan dapat menyumbang energi sebesar 15-30% bagi kebutuhan gizi dalam sehari. Penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan dengan status gizi pada siswa SMP Negeri 5 Banyuwangi (Amalia dan Adriani, 2019). Media komik lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi terkait sarapan pada anak sekolah dasar dibandingkan dengan media video dan poster. Hasil penelitian pada media poster menunjukkan terdapat pengaruh ($p=0,001$) pemberian media poster terhadap pengetahuan terkait pentingnya sarapan pada anak kelas 5 SDN Margahayu XIX

Kota Bekasi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rinita (2019), terdapat pengaruh pemberian penyuluhan terkait gizi seimbang pada anak Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) Medan Senembah Kecamatan Tanjung Monawa ($p=0,000$).

Hasil penelitian pada media video menunjukkan terdapat pengaruh ($p=0,002$) pada pemberian media 3D berupa video animasi terhadap pengetahuan terkait pentingnya sarapan pada anak kelas 4 SDN Margahayu XIX Kota Bekasi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fadhillah (2019), bahwa terdapat pengaruh pemberian penyuluhan terkait gizi seimbang pada siswa kelas V SDN 016 Samarinda Seberang ($p=0,000$).

Hasil penelitian pada media inovasi menunjukkan terdapat pengaruh ($p=0,000$) pada pemberian media inovasi berupa komik digital terhadap pengetahuan terkait pentingnya sarapan pada anak kelas 4 SDN Margahayu XIX Kota Bekasi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusumarani (2018), bahwa terdapat pengaruh pemberian penyuluhan terkait gizi seimbang pada siswa kelas V SDN Kalicilik 2 Demak ($p=0,004$). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wardhany pada tahun 2018, menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara media komik dan animasi dalam meningkatkan pengetahuan siswa terkait pencegahan covid-19.

Secara keseluruhan media poster,

video, dan komik memberikan pengaruh terhadap pengetahuan tentang pentingnya sarapan pada anak sekolah dasar. Media komik menunjukkan peningkatan pengetahuan yang lebih besar dibandingkan kedua media lainnya, yaitu poster dan video. Kelemahan pada studi ini

KESIMPULAN

Media pendidikan gizi berupa poster, video animasi, serta komik digital dapat memberikan pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan pada siswa SDN Margahayu XIX Kota Bekasi. Pada ketiga media yang diberikan, media komik paling efektif dibandingkan dengan kedua media lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, S. M. K., & Adriani, M. (2019). Hubungan antara Kebiasaan sarapan dengan Status Gizi pada siswa SMP Negeri 5 Banyuwangi. *IAGIKMI & Universitas Airlangga*
- Anissa Ridha, S. 2019. Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Sarapan Pada Anak Sekolah Dasar Dengan Media Video Animasi *Motion Graphic. Jurnal Riset Kesehatan, 11* (2): 45-50.
- Azhari, M. A., & Fayasari, A. Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Ceramah dan Video Animasi Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Sarapan Serta Konsumsi Sayur Buah. *Aceh Nutrition Journal. 2020; 5*(1) : 55 – 61
- Fadhilah, H. 2019. Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas V di SDN 016 Samarinda Sebrang. *Borneo Student Research*.
- Hardiansyah. 2015. “Berbagi PESAN (Pekan Sarapan Nasional)”. Peosiding Seminar Kampanye Berbagi PESAN. Jakarta 2015.
- Indah, J., & Junaidi. Efektivitas Penggunaan Poster dan Video dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Tentang Buah dan Sayur Pada Siswa Dayah Terpadu Inshafuddin. *SAGO : Gizi dan Kesehatan. 2021; 2*(2) : 129-135
- Kusumarini, A. 2018. Pengaruh Media Komik Terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Sayur dan Buah di SD Aisyiyah dan SDN Kalicilik 2 Demak. *Jurnal Riset Gizi, 6*(2): 46-50.
- Rinita, P. 2019. Pengaruh Pemberian Penyuluhan Gizi Seimbang Melalui Media Poster terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perubahan Sikap Anak Sekolah Dasar di Madrasah Ibtida'iyah Negeri (MIN) Medan Senemba Kecamatan Tanjung Morawa. *Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan*.
- Redyastuti, E., dkk. Efektivitas Edukasi Gizi Menggunakan Media Komik Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Riset Gizi. 2017; 5*(2) : 1-6
- Solehati, T. 2019. Pengaruh Pendidikan Kesehatan “Sarapan Sehat” Dengan Media Video Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan, 10*(1).
- Wardhany, N. A., Farida, Y., & Niruri, R. (2022). Pengaruh Media Edukasi terhadap Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar tentang Pencegahan Covid-19. *Jurnal Ilmiah Medicamento, 8*(2), 80-86.
- Wulandari, M., & Prameswari, G. N. Media Komik Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Gizi Pada Anak Yang Gemuk dan Obesitas. *Jurnal of Health Education. 2017; 2* (1) : 73-79