

## PENGARUH EDUKASI MENGGUNAKAN MEDIA PAPI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG ANAK SEKOLAH DASAR

Dwi Anisa Purnamasari<sup>1</sup>, Susilo Wirawan<sup>1\*</sup>, Slamet Iskandar<sup>1</sup> dan Irianton Aritonang<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Indonesia

Jl. Tata Bumi No 3 Banyuraden, Gamping, Sleman DIY

Telp./Fax. (0274) 617679

Email : susilo.wirawan@poltekkesjogja.ac.id

### Article Info

#### Article history:

Received July 4<sup>th</sup>, 2023

Revised August 13<sup>th</sup>, 2023

Accepted September 28<sup>th</sup>, 2023

#### Keyword:

Edukasi; Gizi Seimbang;  
Media; PAPI Gizi;

### ABSTRACT (10 PT)

**Background.** Obesity in children not only affects physical health but can also have an impact on mental health. Efforts that can be made to improve nutrition are by conducting nutrition education. Elementary school students are the best target in conducting nutrition education. In conducting nutrition education, interesting media are needed to attract students. Knowing the effect of nutrition education using PAPI GIZI media on balanced nutrition knowledge in elementary school children.

**Methods.** This research is a Quasi Experiment research with pre test post test with control group design. This research was conducted on March 2023. The research locations were at SDN Perumnas Condongcatur (counseling using PAPI GIZI media) and SDN Babarsari (counseling using leaflet media), grade V for 52 students were selected. Statistical test data Saphiro Wilk, Wilcoxon Test, Mann Whitney.

**Result.** The results showed that there was a significant influence by using PAPI GIZI media on knowledge about balanced nutrition ( $p = 0.000$ ) and leaflet media on knowledge about balanced nutrition ( $p=0.001$ ). There was a significant difference in the difference in knowledge scores on balanced nutrition in the PAPIGIZI group and leaflets ( $p = 0.002$ ). The results showed that PAPI GIZI media and leaflets had an effect on increasing students' knowledge about balanced nutrition.

**Conclusion.** PAPI GIZI media has a higher level of effectiveness compared to leaflet media in increasing knowledge about balanced nutrition in elementary school students.

### PENDAHULUAN

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi status gizi anak usia sekolah (menurut IMT/U) di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta dengan kategori obesitas sebesar 10,19% sedangkan pada wilayah Sleman, prevalensi anak dengan kategori obesitas sebesar 10,98%. Berdasarkan data tersebut maka dapat disimpulkan apabila prevalensi anak obesitas di Sleman adalah 0,79% lebih tinggi dibanding anak obesitas di Provinsi DIY. Obesitas pada anak akan berpengaruh pada perkembangannya. Selain dapat berpengaruh buruk pada kesehatan fisik penderitanya, seperti berisiko mengidap diabetes, penyakit jantung, dan lain-lain, bagi anak dan remaja obesitas sering kali mendapat stereotype yang negatif sehingga berdampak pada kesehatan bukan fisik seperti menurunnya harga diri, depresi, dan cemas<sup>6</sup>.

Usaha pemerintah Indonesia dalam melakukan perbaikan gizi salah satunya adalah dengan melakukan peningkatan pengetahuan terkait masalah gizi yaitu dengan melakukan pendidikan gizi. Pendidikan gizi yang diberikan adalah berupa penyuluhan. Pendidikan gizi yang diberikan tidak hanya

kepada petugas kesehatan tetapi juga kepada masyarakat luas. Salah satu bentuk strategi penyebarluasan pendidikan gizi yang dilakukan pemerintah yaitu dengan menyediakan materi komunikasi, informasi dan edukasi (KIE) terkait gizi. (Direktorat Bina Gizi, 2013) Cara paling efektif untuk mensosialisasikan gizi yaitu melalui lembaga pendidikan. Sebanyak 91% sekolah dasar merupakan target terbaik dalam melakukan sosialisasi gizi, diikuti dengan sekolah menengah pertama (19%), sekolah menengah atas (11%), dan perguruan tinggi (9%)<sup>7</sup>.

Pendidikan tidak terlepas dari proses belajar mengajar. Pendidikan gizi pada anak sekolah dasar harus dilakukan dengan media yang menarik agar penyampaian materi lebih dapat diterima dengan mudah dan menyenangkan. Berbagai media yang digunakan sebagai penunjang dan alat bantu untuk metode penyuluhan salah satunya adalah media visual yang dapat menyalurkan pesan yang berupa simbol-simbol komunikasi visual yang perlu dipahami dalam bentuk leaflet. Leaflet merupakan media perantara yang materi dan penyerapannya melalui selebaran kertas dengan ukuran tertentu yang disajikan dalam bentuk lembaran kertas terlipat dan tanpa lipatan. Penyebarannya dengan cara dibagikan kepada audience<sup>4</sup>. Media papan gizi merupakan media yang memadukan kegiatan belajar dengan bermain. Media ini dipilih karena memiliki keunggulan mudah dimengerti, fleksibel, dapat dipegang dan dimainkan sehingga anak dapat aktif untuk ikut menyimak penyampaian pendidikan berupa gizi seimbang kepada anak sekolah dasar<sup>1</sup>.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh edukasi menggunakan media papan pintar terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada Anak Sekolah Dasar Negeri

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan *quasi experiment* dengan desain penelitian “*pretest-posttest with control group design*” yaitu kelompok eksperimen diberi perlakuan edukasi menggunakan media *PAPI GIZI* dan kelompok kontrol diberikan edukasi menggunakan media *leaflet*. Penelitian dilakukan pada bulan Maret 2023 di SDN Perumnas Condongcatur sebagai kelompok eksperimen dan SDN Babarsari sebagai kelompok control. Sampel penelitian dituntut dengan menggunakan teknik *purposive sampling* sehingga didapatkan 26 siswa yang memenuhi kriteria inklusi antara lain dapat membaca dan menulis, bersedia menjadi responden penelitian, dan dalam keadaan sehat sehingga dapat mengikuti penelitian. Penelitian ini sudah mendapatkan keterangan layak etik dari Komite Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta dengan nomor surat No.DP.04.03/e-KEPK.1/020/2023.

Jenis data pada penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh peneliti dari pengumpulan data secara langsung berupa data karakteristik responden dan data pengetahuan mengenai gizi seimbang dengan menggunakan kuesioner identitas responden dan kuesioner pengetahuan yang diuji sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah dilakukan edukasi. Data sekunder diperoleh peneliti dari jurnal terkait dan data yang tersedia di sekolah untuk mengetahui gambaran umum mengenai lokasi penelitian.

## HASIL PENELITIAN

### Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di SDN Perumnas Condongcatur sebagai kelompok eksperimen yang diberikan edukasi menggunakan media *PAPI GIZI* dan SDN Babarsari sebagai kelompok kontrol yang diberikan edukasi menggunakan media *leaflet*. Kedua sekolah ini berada di wilayah kerja Puskesmas Depok II dan Puskesmas Depok III yang memiliki prevalensi obesitas tertinggi di Kabupaten Sleman.

SDN Perumnas Condongcatur merupakan sekolah dasar yang berlokasi di Jalan Flamboyan No 11, Condongcatur, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman. Jumlah siswa di SDN Perumnas Condongcatur pada tahun ajaran 2022/2023 adalah sebanyak 427 siswa. Sekolah ini memiliki 3 rombongan belajar dalam satu kelas yaitu rombongan belajar A, B, dan C. Sekolah Dasar Negeri Babarsari merupakan sekolah dasar yang berlokasi di Jalan Babarsari, Kledokan Timur, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman. Jumlah siswa di SDN Babarsari pada tahun ajaran 2022/2023 adalah sebanyak 331 siswa. Sekolah ini memiliki 2 rombongan belajar dalam satu kelas yaitu rombongan belajar A dan B.

### Karakteristik Responden

Responden penelitian ini berjumlah 52 siswa yang terbagi menjadi 2 kelompok. Karakteristik responden meliputi jenis kelamin, usia, dan sumber mendapatkan informasi. Penyuluhan tentang gizi seimbang menggunakan media *PAPI GIZI* dilakukan di SDN Perumnas Condongcatur sebagai kelompok eksperimen dan penyuluhan menggunakan media *leaflet* dilakukan di SDN Babarsari sebagai kelompok

kontrol. Di bawah ini Tabel.1 disajikan hasil distribusi responden penelitian berdasarkan jenis kelamin, usia, dan sumber mendapatkan informasi kesehatan yang diuji dengan menggunakan *chi square*. Nilai *chi square* yang besar mengindikasikan bahwa sampel tidak sesuai dengan  $H_0$  atau tidak memiliki perbedaan yang bermakna.

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

Karakteristik	<i>PAPI GIZI</i>		<i>Leaflet</i>		p
	n	%	n	%	
<b>Jenis Kelamin</b>					
Laki-laki	15	57,7	14	53,8	0,780
Perempuan	11	42,3	12	46,2	
<b>Usia</b>					
11 tahun	20	76,9	22	86,6	0,482
12 tahun	6	23,1	4	15,4	
<b>Sumber Mendapatkan Informasi</b>					
Guru	4	15,4	7	26,9	0,243
Televisi	1	3,8	8	30,8	
Internet	1	3,8	5	19,2	
Keluarga	4	15,4	4	15,4	
Fasilitas Kesehatan	3	11,5	2	7,7	

Mayoritas jenis kelamin siswa pada kedua kelompok adalah laki-laki yaitu 57,7% pada kelompok *PAPI GIZI* (15 orang) dan 53,8% pada kelompok *leaflet* (14 orang). Dengan nilai  $p=0,780 >0,05$  sehingga tidak ada perbedaan yang bermakna. Lebih dari separuh siswa berusia 11 tahun yaitu 76,9% pada kelompok *PAPI GIZI* (20 orang) dan 86,6% pada kelompok *leaflet* (22 orang). Dengan nilai  $p=0,482 >0,05$  sehingga tidak ada perbedaan yang bermakna. Guru merupakan sumber mendapatkan informasi kesehatan paling banyak yaitu 15,4% pada kelompok *PAPI GIZI* (4 orang) dan 26,9% pada kelompok *leaflet* (7 orang). Dengan nilai  $p=0,243 >0,05$  sehingga tidak ada perbedaan yang bermakna.

Sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa pada usia 10-12 tahun merupakan masa kanak-kanak akhir yang ditandai dengan karakteristik senang bermain, bergerak, bekerja dalam kelompok, dan senang merasakan sesuatu secara langsung<sup>5</sup>. Pada siswa kelas 5 memiliki usia antara 10-12 tahun dimana pada usia tersebut anak memiliki ketertarikan untuk belajar sesuatu secara berkelompok dan merasakan secara langsung sehingga usia ini sangat cocok untuk dijadikan kelompok intervensi khususnya penyuluhan dengan media cetak. Sekolah Dasar merupakan tahap pendidikan yang paling baik untuk melakukan penyuluhan gizi sesuai dengan teori<sup>7</sup>. bahwa cara paling efektif untuk melakukan penyuluhan gizi yaitu melalui lembaga pendidikan. Sebanyak 91% sekolah dasar merupakan target terbaik dalam melakukan sosialisasi gizi

#### Nilai Pengetahuan Kelompok *PAPI GIZI* dan *Leaflet*

Tabel 2. Nilai Pengetahuan Gizi Seimbang pada Kelompok *PAPI GIZI* dan *Leaflet*

Data	Mean±SD	Min	Max	p
<b><i>PAPI GIZI</i></b>				
<i>Pre Test</i>	12,65±2,870	6	17	0,000
<i>Post Test</i>	16,50±2,657	11	20	
<b><i>Leaflet</i></b>				
<i>Pre Test</i>	13,42±3,535	1	18	0,001
<i>Post Test</i>	15,00±2,800	6	20	

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa pada kelompok *PAPI GIZI* nilai *pre test* rata-rata 12,65 nilai *post test* rata-rata 16,50. Sedangkan pada kelompok *leaflet* nilai *pre test* rata-rata 13,42 untuk nilai *post test* rata-rata 15,00. Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui nilai  $p<0,05$ , maka pengambilan keputusan berdasarkan Uji Wilcoxon dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dengan penyuluhan menggunakan media *PAPI GIZI* dan *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang

gizi seimbang. Penyuluhan menggunakan media yang menarik perhatian indra penglihatan dan peraba siswa dengan memperhatikan pemilihan warna dan gambar terbukti memiliki dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan siswa.

Pemberian media *PAPI GIZI* dapat meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa media berbasis papan yaitu papan petak Pesan Gizi Seimbang (PGS) lebih baik daripada media poster dan terdapat peningkatan pengetahuan gizi seimbang yang signifikan pada siswa SD sebelum dan sesudah intervensi yaitu nilai beda rata-rata sebesar 25,4<sup>8</sup>. Selain itu, pemberian media *leaflet* juga dapat meningkatkan pengetahuan pada siswa sejalan dengan penelitian di Kabupaten Binjai Medan pada tahun 2021 yang menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan mengenai makanan cepat saji yaitu sebesar 6,73 dan setelah diberikan intervensi menggunakan media *leaflet* pengetahuan siswa meningkat menjadi sebesar 6,73<sup>3</sup>.

### Tingkat Pengetahuan Kelompok *PAPI GIZI* dan *Leaflet*

Tabel 3. Distribusi Pengetahuan Gizi Seimbang Responden

Pengetahuan Gizi Seimbang	Kelompok Intervensi				Total		p
	<i>PAPI GIZI</i>		<i>Leaflet</i>		n	%	
	n	%	n	%			
<b><i>Pre Test</i></b>							
Baik	5	19,2	7	26,9	12	23,07	0,128
Cukup	14	53,8	16	61,5	30	57,70	
Kurang	7	26,9	3	11,5	10	19,23	
<b><i>Post Test</i></b>							
Baik	18	69,2	12	46,2	30	57,70	0,034
Cukup	7	26,9	12	46,2	19	36,53	
Kurang	1	3,8	2	7,7	3	5,77	

Berdasarkan tabel di atas pengetahuan hasil *pretest* pada kelompok penyuluhan menggunakan media *PAPI GIZI* dan kelompok *leaflet* didominasi oleh siswa dengan kategori pengetahuan gizi seimbang yang cukup, yaitu 57,7% atau 30 siswa dari total 52 responden. Dengan nilai  $p=0,128 > 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan antar dua kelompok pada pengetahuan awal.

Sedangkan setelah diberikan edukasi menggunakan media, hasil *post test* pada kelompok penyuluhan menggunakan media *PAPI GIZI* dan kelompok *leaflet* didominasi oleh siswa dengan kategori pengetahuan gizi seimbang yang baik, yaitu 57,7% atau 30 siswa dari total 52 responden. Dengan nilai  $p=0,034 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antar dua kelompok.

### Uji Perbedaan Efektivitas Peningkatan Pengetahuan

Tabel 4. Uji *Mann Whitney* Pengetahuan Kelompok Penyuluhan Menggunakan *PAPI GIZI* dan *Leaflet*

Selisih Skor	Mean	Std. Deviasi	p
<i>PAPI GIZI</i>	3,846	2,935	0,002
<i>Leaflet</i>	1,576	2,212	

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai rata-rata selisih skor pengetahuan tentang gizi seimbang pada kelompok *PAPI GIZI* 3,846 dan kelompok *leaflet* 1,576. Hasil Uji Mann Whitney menunjukkan bahwa terdapat perbedaan nilai pengetahuan tentang gizi seimbang pada kelompok *PAPI GIZI* dan kelompok *leaflet*, hal ini dibuktikan dengan nilai  $p=0,002 < 0,05$ . Nilai ini menunjukkan adanya perbedaan secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang gizi seimbang pada kelompok *PAPI GIZI* dan *leaflet*. Hal ini juga membuktikan bahwa penyuluhan menggunakan media *PAPI GIZI* memiliki tingkat keefektifan lebih tinggi daripada kelompok penyuluhan menggunakan media *leaflet* dalam meningkatkan pengetahuan mengenai gizi seimbang pada siswa.

Tercapainya tujuan dari penyampaian pesan gizi seimbang dipengaruhi oleh interaksi yang terjadi diantara peserta didik dan pengajar yang berlangsung di dalam kelas. Selain itu agar siswa dapat menerima materi dengan baik, kegiatan penyampaian materi dilakukan dengan metode belajar sambil

bermain. Bermain merupakan wahana yang penting yang dibutuhkan untuk perkembangan berpikir anak. Dengan bermain kemampuan dan potensi pada anak dapat berkembang secara optimal<sup>2</sup>.

#### **KESIMPULAN**

Media PAPI GIZI memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan siswa tentang gizi seimbang (p value = 0,000). Media leaflet memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan siswa tentang gizi seimbang (p value = 0,001).Selanjutnya Edukasi gizi menggunakan media PAPI GIZI memiliki tingkat efektivitas lebih tinggi daripada kelompok media leaflet (p value = 0,002)

#### **SARAN**

Bagi pihak SDN Perumnas Condongcatur dan SDN Babarsari agar dapat melakukan kegiatan belajar sambil bermain dengan memanfaatkan media PAPI GIZI dalam proses kegiatan pembelajaran untuk meningkatkan pengetahuan siswa. Bagi peneliti selanjutnya hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi peneliti lain yang akan meneliti tentang gizi seimbang yang berkaitan dengan media penyuluhan.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Aliya, H. and Muwahhidah, M. 2017. Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Media Audio Kinestetik (Senam dan Lagu Pesan Gizi Seimbang) terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang pada Anak SD Muhammadiyah4 Kandangasapi Surakarta. *Jurnal Kesehatan*.
- Holis, A. 2016. Belajar Melalui Bermain untuk Pengembangan Kreativitas dan Kognitif Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Universitas Garut*.
- Lestari, P.I. 2021. Pengaruh Penyuluhan Gizi Melalui Media Animasi dan Leaflet Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Makanan Cepat Saji pada Remaja di Desa Binjai. *Skripsi*. UIN Sumatera Utara.
- Mahlufi, E.D. 2021. Perbedaan Efektivitas Peningkatan Pengetahuan Berdasarkan Penggunaan Media Aplikasi dan Leaflet Dalam Gizi Seimbang Masa Balita. *Skripsi*. Yogyakarta: Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Rahmi, P. 2021. Proses Belajar Anak Usia 0 Sampai 12 Tahun Berdasarkan Karakteristik Perkembangannya. *Jurnal Ar-Raniry*.
- Sajawandi, L. 2015. Pengaruh Obesitas pada Perkembangan Siswa Sekolah Dasar dan Penanganannya dari Pihak Sekolah dan Keluarga. *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar (JPSD) UNTIRTA*.
- Soekirman. 2011. Taking The Indonesian History To Leap Into Betterment Of The Future Generation: Development Of The Indonesian Nutrition Guidelines. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*.
- Trianasari, S., Herawati, H. and Gunawan, I.M.A. 2018. Media papanpetak PGS dan Poster pada Penyuluhan Gizi terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Nutrisia*.