



KAJIAN LITERATUR PENGARUH MEDIA VISUAL TERHADAP PENGETAHUAN GIZI DAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO PADA ANAK SEKOLAH

Sindi Febrianti, Suaebah, Nopriantini

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia

Email: Sindifebrianti007@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Anak sekolah merupakan sumber daya manusia (SDM) di masa depan sebagai generasi penerus bangsa yang potensinya dan kualitasnya masih perlu ditingkatkan. Anak sekolah dasar juga merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami gizi kurang diantara penyebabnya ialah tingkat ekonomi yang rendah dan asupan makanan yang kurang seimbang serta rendahnya pengetahuan orang tua.

Tujuan : Tujuan peneliti yaitu mengkaji beberapa hasil penelitian dengan jurnal tentang pengaruh media visual terhadap pengetahuan gizi dan asupan zat gizi makro pada anak sekolah.

Metode : Jenis penelitian ini yaitu kajian literatur yang bertujuan untuk menganalisis jurnal berupa pengetahuan gizi dan asupan zat gizi makro pada anak sekolah melalui media visual. Dengan batasan publikasi jurnal tahun 2009 hingga 2019, terdiri dari jurnal nasional dan internasional. Jurnal yang digunakan sebagai bahan kajian literatur yakni sebanyak 12 jurnal yang memiliki tema yang berkaitan dengan topik atau variabel penulisan.

Hasil : Hasil dari kajian literatur menunjukkan ada peningkatan rata-rata pengetahuan sesudah diberikan media visual dengan selisih kenaikan sebesar 13,9.. Ada perbedaan rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan media visual, dengan selisih 16. Pada asupan zat gizi karbohidrat dengan selisih kenaikan sesudah diberikan media poster (67,7) dan komik (1,7) . Dan hasil statistik menunjukkan terjadi perbedaan rata-rata nilai sebelum dan sesudah, namun pada media komik hasil statistik menunjukkan tidak terjadi perbedaan rata-rata nilai sebelum dan sesudah. Asupan zat gizi energi, protein dan lemak menunjukkan bahwa selisih kenaikan sesudah diberikan media poster dan ppt terjadi penurunan, namun pada asupan protein menggunakan media komik dengan selisih kenaikan terjadi peningkatan (16,7)

Kata Kunci: Anak Sekolah, Pengetahuan Gizi, Asupan Zat Gizi Makro, Media Visual.

ABSTRACT

LITERATURE STUDY ON THE EFFECT OF VISUAL MEDIA ON NUTRITION KNOWLEDGE AND MACRO NUTRIENT INTAKE IN SCHOOL CHILDREN

Background: School children are human resources (HR) in the future as the nation's next generation whose potential and quality still need to be improved. Elementary school children are also a group that is prone to experiencing malnutrition, the causes of which are low economic levels, unbalanced food intake and low parental knowledge.

Objective: The researcher's aim is to examine several research results in journals regarding the influence of visual media on nutritional knowledge and macronutrient intake in school children.

Method: This type of research is a literature review which aims to analyze journals in the form of nutritional knowledge and macronutrient intake in school children through visual media. With journal publication limits from 2009 to 2019, consisting of national and international journals. The journals used as literature study material are 12 journals that have themes related to writing topics or variables.

Results: The results of the literature review show that there is an increase in the average knowledge after being given visual media with a difference of 13.9. There is a difference in the average knowledge before and after being given visual media, with a difference of 16. In the intake of carbohydrate nutrients with a difference increase after being given poster media (67.7) and comics (1.7). And the statistical results show that there is a difference in the average value before and after, but in comic media the statistical results show that there is no difference in the average value before and after. The intake of energy, protein and fat nutrients showed that the difference in increase after being given poster and ppt media decreased, however, protein intake using comic media with the difference increased (16.7).

Keywords: Schoolchildren, Nutrition Knowledge, Macro Nutrient Intake, And Visual Media



PENDAHULUAN

Anak sekolah merupakan sumber daya manusia (SDM) di masa depan sebagai generasi penerus bangsa yang potensinya dan kualitasnya masih perlu ditingkatkan (Rosnalina & Ernawati, 2010). Pertumbuhan anak usia sekolah yang optimal tergantung pemberian nutrisi dengan kualitas dan kuantitas yang benar. Dalam masa pertumbuhan tersebut pemberian nutrisi pada anak tidak selalu dapat dilaksanakan dengan sempurna (Yulni, 2013). Anak-anak sekolah dasar juga merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami gizi kurang diantara penyebabnya ialah tingkat ekonomi yang rendah dan asupan makanan yang kurang seimbang serta rendahnya pengetahuan orang tua. Kecukupan gizi adalah asupan zat gizi yang cukup penting yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan gizi untuk mencapai kesehatan yang optimal. Kecukupan gizi individu anak-anak dan orang dewasa pada setiap golongan usia berbeda-beda, mengikuti anjuran yang telah didasarkan pada angka Kecukupan Gizi (Irnani & Sinaga, 2017).

Berdasarkan hasil Riset (Risesdes, 2018), menunjukkan bahwa prevalensi anak sangat kurus dan kurus di Kalimantan Barat sebesar 11,65%. Salah satu faktor penyebab masalah gizi pada anak usia sekolah di antaranya, yaitu asupan gizi yang kurang (Hamidah, 2012). Kemudian sejalanannya dengan penelitian (Muzzammil, 2015) yang menyatakan bahwa prevalensi asupan karbohidrat perhari anak sekolah tergolong kurang. Menurut penelitian (Utari & Ernalina, 2016) juga menyatakan bahwa asupan energi, karbohidrat, protein dan lemak pada anak usia sekolah kurang dari AKG. Dampak yang dialami anak sekolah jika asupan gizi tidak tercukupi yaitu intelektual anak menjadi berkurang. Hal itu dikarenakan seorang anak memerlukan proses berpikir yang membutuhkan energi sekitar 20%-30% yang tergolong tinggi dan boros energi. Energi total yang dibutuhkan anak berusia 7-9 tahun sekitar 1.850 kkal dan anak usia 10-12 tahun pada anak laki-laki sekitar 2.100 kkal porsi, sedangkan pada anak perempuan sekitar 2.000 kkal porsi (Risesdes, 2013).

Faktor penyebab masalah gizi lainnya yang dialami anak sekolah yaitu tingkat pengetahuan gizi yang kurang (Irnani & Sinaga, 2017). Pengetahuan makanan dan kesehatan sangat penting untuk dipelajari karena pengetahuan tentang makanan dan kesehatan adalah faktor internal yang mempengaruhi konsumsi makanan anak sekolah. Pengetahuan makanan dan kesehatan adalah penguasaan anak sekolah dasar tentang makanan bergizi seimbang. Pemerintah mengeluarkan sebuah Pedoman Gizi Seimbang dalam upaya menurunkan dan menjaga status gizi masyarakat. Tanggal 27 Januari 2014 Pedoman Gizi Seimbang mengalami pembaharuan

dengan penambahan media promosi “Tumpeng” dan “Piring Makanku” (Kemenkes, 2014) dalam (Pratama, Zulkarnain, & Ririanty, 2018).

Pencegahan timbulnya terjadi masalah gizi diperlukan kegiatan sosialisasi media. Optimalisasi penyampaian pesan gizi seimbang kepada masyarakat diperlukan komunikasi, informasi dan edukasi yang tepat (Kemenkes, 2014). Hasil penelitian yang dilakukan Santriono Refki (2019), menyatakan bahwa adanya peningkatan rata-rata pengetahuan terhadap responden. Hal ini dikarenakan penggunaan Media Visual merupakan media yang memiliki unsur utama berupa garis, bentuk, warna, dan tekstur dalam penyampaiannya. Media visual adalah media yang hanya dapat dilihat saja, tidak mengandung unsur suara. Media visual juga merupakan sebuah media yang memiliki beberapa unsur berupa garis, bentuk, warna, dan tekstur dalam penyajiannya. Bentuk visual berupa : Gambar representasi seperti gambar, lukisan atau foto yang menunjukkan bagaimana tampaknya sesuatu benda., diagram yang melukiskan hubungan-hubungan konsep organisasi dan struktur isi materi, peta yang menunjukkan hubungan-hubungan ruang antara unsur-unsur dalam isi materi dan grafik seperti tabel, grafik dan chart (bagan) yang menyajikan gambaran atau kecenderungan data atau antar hubungan seperangkat gambar atau angka-angka (Sari Della, 2018).

Berdasarkan uraian diatas rumusan masalah pada kajian literatur ini yaitu pengetahuan gizi dan asupan zat gizi makro pada anak sekolah dengan media visual.

Tujuan penelitian ini ialah Untuk mengkaji beberapa hasil penelitian dengan jurnal tentang pengaruh media visual terhadap pengetahuan gizi dan asupan zat gizi makro pada anak sekolah.

METODE

Jenis penelitian ini yaitu kajian literatur, penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode *Self-study Review* dimana artikel yang dikaji berupa peningkatan pengetahuan gizi dan asupan zat gizi makro pada anak sekolah melalui media visual. Jenis penulisan yang digunakan adalah studi sistematik review yang berfokus pada hasil penulisan yang berkaitan dengan topik atau variabel penulisan.

Penelusuran awal pengumpulan literatur dilakukan melalui situs pencarian *Google Scholar* dengan bantuan aplikasi *Harzing's Publish or Perish*, pencarian artikel atau jurnal difilter 10 tahun terakhir (2009-2019) menggunakan *keyword*. Kata kunci yang digunakan pada pencarian adalah pengetahuan gizi, asupan zat gizi makro, media, dan anak sekolah, atau dengan *keyword knowledge of nutrition, intake of macro nutrients, media, and school children*. Jurnal yang digunakan dalam



bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris dengan format PDF dan merupakan jurnal tidak berbayar.

Kriteria inklusi adalah jurnal penelitian dengan metode penelitian experiment, jurnal penelitian dalam bentuk jurnal, jurnal penelitian Nasional dan Internasional, jurnal dengan sampel anak sekolah, jurnal dengan intervensi menggunakan media visual dan jurnal dengan hasil variabel Pengetahuan dan asupan zat gizi makro.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Karakteristik Isi Jurnal

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa kelompok jurnal ini menggunakan sampel anak sekolah (100%), untuk metode penelitian lebih banyak jurnal menggunakan metode penelitian Quasi Experiment (83,3%), untuk jenis media visual ada beberapa jurnal, namun pada media poster yang tertinggi (25%).

Tabel 1. Karakteristik Isi Jurnal

Karakteristik		n	%
Jenis Jurnal	Nasional	12	100
	Internasional	-	
Total		12	100
Subjek Peneliti	Anak Sekolah	12	100
Lokasi	Kota	11	91,7
	Desa	1	8,3
	Quasi eksperiment	10	83,3
Jenis penelitian	Pre eksperiment	2	16,7
	Booklet	2	16,6
	Komik	2	16,6
	Poster	3	25
	Lembar balik	2	16,6
	Kartu bergambar	2	16,6
	Ppt	1	8,3
Total		12	100

2. Perbedaan Rata-Rata Pengetahuan Gizi Sebelum Dan Sesudah Diberikan Media Visual.

Tabel 1. Rata-Rata Pengetahuan Gizi Dengan Metode Quasi Eksperiment

Kode Jurnal	Nama Peneliti	Rata-rata Pengetahuan			P Value
		Sebelum	Sesudah	Selisih	
1	Zulaekah(2013)/ booklet	54,1	71,56	17,4	0,0001
2	Sudja et al. (2019)/ booklet	60,8	75,3	14,5	0,000
3	Marisa & Nuryanto, (2014)/ komik	56	72	16	0,000
4	Pramono, Puruhita, & Muis, (2014)/ poster	66,46	71,61	5,15	0,0001
5	Yurni & Sinaga (2017a)/ poster	44,2	51,9	7,7	0,010
6	Sofianita, Meiyetrian, & Arini (2017)/ poster	50	73	23	0,000
7	Mulyawati, Kuswardinah, & Yuniastuti (2017)/ (lembar balik)	80,69	94,23	3,5	0,000
8	Septiana & Suaebah, (2019)/ kartu bergambar	89,6	97,4	,8	0,00
9	Briawan, Ekayanti, & Kurniawati(2013)/ kartu bergambar	53,68	3,23	9,5	0,001
	Rata-rata	61,72	5,58	3,9	-

Hasil penelitian pada tabel 2, menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-

rata pengetahuan sesudah diberikan media visual dengan selisih kenaikan sebesar 13,9. Selain itu berdasarkan hasil uji statistik, dari 9 jurnal yang dikaji semua menunjukkan ada perbedaan rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan media visual.

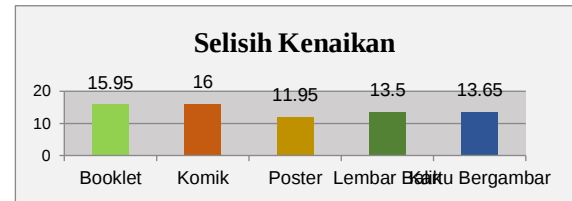
Tabel 3. Rata-Rata Pengetahuan Gizi Dengan Metode Pre Eksperiment

Kode Jurnal	NamaPeneliti	Rata-Rata Pengetahuan			
		Sebelum	Sesudah	Selisih	P Value
10	Damayanti, Lutfiya, & Nilamsari (2019)/ lembar balik	71,67	80	8,33	0,04
11	Irnaningrum & Sinaga (2017)/ ppt	57,5	74,5	17	0,000
	Rata – rata	64,58	77,25	12,66	-

Hasil penelitian pada tabel 3, menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan sesudah diberikan media visual dengan selisih kenaikan sebesar 12,66. Selain itu berdasarkan hasil uji statistik, dari 2 jurnal yang dikaji semua menunjukkan ada perbedaan rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan media visual.

3. Perbedaan Rata-Rata Pengetahuan Gizi Antara Beberapa Media Visual

Berdasarkan grafik 1, dilihat dari hasil rata-rata selisih dari beberapa media visual yang digunakan terdapat hasil tertinggi pada media komik yaitu 16 dan hasil yang terendah



Grafik 1. Perbedaan Selisih Pengetahuan Gizi Antara Beberapa Media Visual Dengan Menggunakan Metode Quasi Eksperiment

pada media lembar balik yaitu 11.95

4. Perbedaan Rata-Rata Pengetahuan Gizi Antara Beberapa Media Visual

5. Perbedaan Rata-Rata Asupan Zat Gizi Makro Sebelum Dan Sesudah Diberikan Media Visual.

Tabel 4. Hasil Perubahan Asupan Zat Gizi Makro Sebelum Dan Sesudah Diberikan Edukasi Melalui Media Visual Dengan Metode Quasi Eksperiment Dan Metode Pre Eksperiment

Asupan Zat Gizi	Metode	Nama Peneliti	Sebelum	Sesudah	Selisih	P Value
Energi (kkal)	Quasi Eksperiment	Yurni & Sinaga (2017a)/ poster	577,8	485,6	-92,2	0,031
	Rata-rata		577,8	485,6	-	-
	Pre Eksperiment	Irnanani & Sinaga (2017)/ ppt	1610	1442	-168	0,002
	Rata – rata		1610	1442	-	-
Karbohidrat (gram)	Quasi Eksperiment	Yurni & Sinaga (2017a)/ poster	72,3	140	67,7	0,042
		Darni (2020)/ komik	191,9	193,4	1,5	0,838
	Rata-rata		132,1	166,7	-	-
	Pre Eksperiment	Irnanani & Sinaga (2017)/ ppt	248,3	221,1	-27,2	0,548
	Rata – rata		248,3	221,1	-	-
Protein (gram)	Quasi Eksperiment	Yurni & Sinaga (2017a)/ poster	17,7	17,3	-0,4	0,45
		Darni, 2020/ komik	46,5	63,2	16,7	0,000
	Rata-rata		32,1	40,25	-	-
	Pre Eksperiment	Irnanani & Sinaga (2017)/ ppt	39,6	32,6	-7	0,001
	Rata – rata		39,6	32,6	-	-
Lemak (gram)	Quasi Eksperiment	Yurni & Sinaga (2017a)/ poster	23,8	18,63	-5,17	0,069
	Rata – rata		23,8	18,63	-	-
	Pre Eksperiment	Irnanani & Sinaga (2017)/ ppt	52,1	45,5	-6,6	0,007
	Rata – rata		52,1	45,5	-	-



Hasil penelitian pada tabel 3, menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan sesudah diberikan media visual dengan selisih kenaikan sebesar 12,66. Selain itu berdasarkan hasil uji statistik, dari 2 jurnal yang dikaji semua menunjukkan ada perbedaan rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan media visual

Hasil penelitian pada tabel 4, dengan metode quasi eksperiment menunjukkan bahwa rata-rata asupan zat gizi karbohidrat dan protein setelah diberikan media poster dan komik lebih tinggi yaitu karbohidrat sesudah 166,7 gram dibandingkan dengan sebelum 132,1 gram, dan asupan zat gizi protein sesudah yaitu 40,25 gram dibandingkan dengan sebelum 32,1 gram. Tetapi pada asupan zat gizi energi dan lemak setelah diberikan media poster didapatkan rata-rata asupan energi sesudah lebih rendah yaitu 485,6 kkal dibandingkan dengan sebelum 577,8 kkal. Dan rata-rata asupan zat gizi lemak sesudah yaitu 18,63 gram dibandingkan dengan sebelum 23,8 gram. Menurut jurnal yang dilakukan oleh Darni (2020) dengan hasil uji statistik menunjukkan bahwa pada asupan protein terjadi perbedaan yang signifikan, namun pada asupan karbohidrat tidak terjadi perbedaan yang signifikan. Dan hasil uji statistik menurut jurnal Yurni & Sinaga (2017) pada asupan energi dan karbohidrat terjadi perbedaan yang signifikan, namun pada asupan protein dan lemak menunjukkan bahwa tidak terjadi perbedaan yang signifikan.

Penelitian ini juga menggunakan metode pre eksperiment yang menunjukkan bahwa asupan zat gizi makro (energi, karbohidrat, protein, dan lemak) sesudah diberikan media ppt pada asupan energi yaitu 1442 kkal dibandingkan dengan sebelum 1610 kkal, asupan karbohidrat yaitu 221 gram dibandingkan dengan sebelum 248 gram, asupan zat gizi protein yaitu 32,6 gram dibandingkan dengan sebelum 39,6 gram dan asupan zat gizi lemak sesudah diberikan media visual lebih rendah yaitu 45,5 gram dibandingkan dengan sebelum 52,1 gram. Menurut hasil uji statistik menunjukkan bahwa pada asupan zat gizi energi, protein dan lemak terjadi perbedaan yang signifikan, namun pada asupan zat gizi karbohidrat tidak terjadi perbedaan yang signifikan.

PEMBAHASAN

Media Visual merupakan media yang memiliki unsur utama berupa garis, bentuk, warna, dan tekstur dalam penyampaian. Media visual adalah media yang hanya dapat dilihat saja, tidak mengandung unsur suara. Yang termasuk ke dalam media visual adalah film slide, foto, transparansi, lukisan, gambar dan berbentuk bahan yang dicetak seperti media grafis. Media visual merupakan sebuah media yang memiliki beberapa unsur berupa garis, bentuk, warna, dan tekstur dalam penyajiannya. Bentuk visual berupa: Gambar representasi seperti gambar, lukisan atau foto yang menunjukkan bagaimana tampaknya sesuatu

benda. Diagram yang melukiskan hubungan-hubungan konsep organisasi dan struktur isi materi, peta yang menunjukkan hubungan-hubungan ruang antara unsur-unsur dalam isi materi dan grafik seperti tabel, grafik dan chart (bagan) yang menyajikan gambaran atau kecenderungan data atau antar hubungan seperangkat gambar atau angka-angka (Sari Della, 2018).

1. Pengetahuan Gizi Antar Beberapa Jenis Media Visual

Pengetahuan gizi adalah kemampuan seseorang untuk mengingat kembali kandungan gizi makanan serta kegunaan zat gizi

tersebut dalam tubuh. Pengetahuan gizi ini mencakup proses kognitif yang dibutuhkan untuk menggabungkan informasi gizi dengan perilaku makan, agar struktur pengetahuan yang baik tentang gizi dan kesehatan dapat di kembangkan (Saputra, 2012).

Berdasarkan hasil analisis dari 12 jurnal, didapatkan 12 (100%) jurnal menyatakan bahwa adanya peningkatan sebelum dan sesudah diberikan intervensi melalui media visual pada anak sekolah, dari analisis yang sudah dilakukan hasil perbedaan selisih pengetahuan beberapa media visual yang digunakan terdapat hasil tertinggi pada media komik yang bertemakan gizi seimbang dengan selisih kenaikan yaitu 16. Alasan utama yang menyebabkan terjadinya peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang adalah pendidikan melalui media yang digunakan dan cara penyampaian materi pendidikan. Komik memiliki karakteristik yang memenuhi syarat-syarat pemilihan media pendidikan yang baik bagi siswa, yaitu menarik minat dan perhatian siswa (attention), sesuai dengan tujuan pembelajaran dan kebutuhan serta kondisi siswa (relevance), mampu menimbulkan rasa percaya pada siswa bahwa mereka mampu dalam menyerap informasi yang diberikan (confidence), dan tidak hanya memberikan pengetahuan kepada siswa tetapi juga mampu menimbulkan rasa senang (hiburan). Komik diberikan dengan waktu +30 menit untuk subyek membacanya sendiri, penjelasan secara lisan selama 4 kali yaitu 1x/minggu selama sebulan oleh peneliti (Marisa & Nuryanto, 2014).

2. Peningkatan Asupan Zat Gizi Makro Sebelum Dan Sesudah

Anak-anak sekolah dasar merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami gizi kurang diantara penyebabnya ialah asupan makanan yang kurang seimbang serta rendahnya pengetahuan orang tua. Pertumbuhan anak usia sekolah yang optimal tergantung pemberian nutrisi dengan kualitas dan kuantitas yang benar. Dalam masa pertumbuhan tersebut pemberian nutrisi pada anak tidak selalu dapat dilaksanakan dengan sempurna (Yulni, 2013).

Nutrisi merupakan dasar bagi tubuh dalam menjalankan fungsinya sehingga akan berpengaruh



terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak selanjutnya. Anak usia sekolah memiliki kegiatan dan interaksi yang banyak sehingga memerlukan zat-zat gizi yang tinggi disetiap aktivitasnya, tanpa gizi yang adekuat anak akan gagal tumbuh dan berkembang secara memuaskan dan tubuh pun tidak dapat ditunjang secara efektif. Faktor penyebab masalah gizi lainnya yang dialami anak sekolah yaitu tingkat pengetahuan gizi yang kurang (Irnani & Sinaga, 2017). Pengetahuan gizi memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk kebiasaan makan seseorang dan akan mempengaruhi seseorang dalam memilih jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi.

Sejalan dengan penelitian (Darni, 2020), menunjukkan bahwa terjadi peningkatan asupan karbohidrat pada asupan protein sesudah pemberian edukasi gizi komik isi piringku. Hal ini Jika dibandingkan dengan angka kecukupan protein yang dianjurkan untuk usia 7 – 12 tahun adalah 49 -56 gram/hari, maka tingkat kecukupan protein pada kelompok perlakuan termasuk tinggi. Telur, ayam, ikan, sumber protein hewani disukai anak-anak. Status gizi anak menjadi baik apabila konsumsi protein tinggi (Hartono, 2010). Protein dapat menyediakan energi (Adeson Trifosfat atau ATP) untuk aktivitas tubuh, protein juga dapat menyediakan alanin dan asam amino lainnya untuk dikonversi menjadi glukosa atau glikogen (Hardinsyah, 2017).

Berdasarkan 3 jurnal yang menggunakan media visual, dengan 2 metode yaitu quasi eksperiment dan pre eksperiment didapatkan hasil pada metode quasi eksperiment dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yurni & Sinaga, 2017) dengan menggunakan media poster terjadi penurunan pada rata-rata asupan energi, protein dan lemak. Dan hasil uji statistik menunjukan terjadi perbedaan rata-rata nilai sebelum dan sesudah asupan energi dan karbohidrat, tetapi tidak terjadi perbedaan pada asupan protein dan lemak. Berdasarkan pengamatan, kantin sekolah menjual makanan seperti jajanan semacam aneka chiki, gorengan, siomay, batagor, cilok, dan minuman dingin (es teh). Hal ini mengakibatkan subyek kurang konsumsi sayur dan buah.

Menurut penelitian (Irnani & Sinaga, 2017), dengan metode eksperiment menggunakan media ppt terjadi penurunan rata-rata asupan energi, karbohidrat, protein dan lemak terjadi penurunan. Berdasarkan hasil uji statistik menunjukan ada perbedaan rata-rata nilai sebelum dan sesudah asupan energi dan protein, tetapi ada satu jurnal dengan hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada karbohidrat. Hal ini dikarenakan beberapa penyebab subjek tidak membawa makanan sesuai pgs yaitu ketersediaan makanan di rumah kurang lengkap dan sebagian besar belum mampu menyiapkan makanan atau memasak makanannya sendiri, sehingga subjek membeli makanan di kantin sekolah untuk memperoleh makanan. Dan penurunan rata-rata asupan yang terjadi diduga karena makanan

yang dikonsumsi subjek cenderung lebih sedikit kuantitasnya sebelum dan setelah intervensi. Jenis makanan yang dikonsumsi setelah intervensi juga berkurang. Anak usia sekolah cenderung memiliki nafsu makan yang bervariasi, saat terjadi lonjakan pertumbuhan biasanya nafsu makan dan asupan makanan anak meningkat. Selain fase lonjakan pertumbuhan, juga ada fase pertumbuhan yang menurun yaitu fase dimana terjadi penurunan nafsu makan dan asupan makanan anak. Diduga anak berada pada fase penurunan nafsu makan yang ditandai dengan asupan makanan berkurang.

KESIMPULAN

1. Terdapat perbedaan peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan media visual.
2. Ada pengaruh perbedaan selisih kenaikan pengetahuan dari beberapa media visual pada anak sekolah. Media visual yang lebih tinggi digunakan pada pengetahuan yaitu media komik.
3. Terjadi penurunan asupan zat gizi energi sebelum dan sesudah diberikan media visual
4. Terjadi peningkatan asupan zat gizi karbohidrat sebelum dan sesudah diberikan media visual tetapi ada satu jurnal yg tidak terjadi peningkatan yang signifikan.
5. Terjadi peningkatan pada satu jurnal terhadap asupan zat gizi protein sebelum dan sesudah diberikan media visual tetapi ada dua jurnal yg tidak terjadi peningkatan yang signifikan.
6. Terjadi penurunan asupan zat gizi lemak sebelum dan sesudah diberikan media visual.

SARAN

Pada penelitian selanjutnya diharapkan untuk membuat media visual untuk dilakukan edukasi gizi ke anak sekolah untuk meningkatkan asupan zat gizi makro. Namun disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut, terkait asupan zat gizi pada anak sekolah dengan mengontrol asupan makanan yang dikonsumsi, sehingga dapat diketahui faktor-faktor yang paling berpengaruh terhadap peningkatan dan penurunan asupan zat gizi anak sekolah dan untuk memperkuat penelitian-penelitian sebelumnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih saya ucapkan kepada Bapak Didik Hariyadi, S.Gz, M.Si selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Pontianak. Ibu Nopriantini, SP, M.Pd selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak. Bapak Jurianto Gambir, S.SiT, M.Kes selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Pontianak. Terima kasih kepada Ibu Suaebah, S.Gz, M.Kes dan Ibu Nopriantini, SP, M.Pd yang telah membimbing saya dalam menyelesaikan skripsi ini.



DAFTAR PUSTAKA

- Briawan, D., Ekayanti, I., & Kurniawati, R. D. (2013). Pengaruh Media Kampanye Sarapan Sehat Terhadap Perubahan Pengetahuan. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 8(2), 115–122.
- Damayanti, R., Lutfiya, I., & Nilamsari, N. (2019). Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Journal of Community Service and Engagements*, 01(1), 28–33.
- Darni, J. (2020). Pengaruh komik isi piringku terhadap asupan karbohidrat dan protein pada anak gizi lebih. *Jurnal Gizi Prima*, 5(1), 16–19.
- Irnani, H., & Sinaga, T. (2017). Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan, praktik gizi seimbang dan status gizi pada anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(1), 58–64.
- Kemenkes. (2014). *Pedoman gizi seimbang*. Jakarta.
- Marisa, & Nuryanto. (2014). Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Komik Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Siswa Sdn Bendungan Di Semarang. *Journal of Nutrition College*, 3(4), 988–993.
- Mulyawati, I., Kuswardinah, A., & Yuniastuti, A. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pengetahuan dan Sikap Anak tentang Keamanan Jajanan terhadap Abstrak. *Public Health Perspective Journal*, 2(1), 1–8.
- Muzzammil, F. (2015). *Gambaran Asupan Karbohidrat dan Status Gizi Anak Usia 13-15 Tahun*. Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Jakarta.
- Pramono, A., Puruhita, N., & Muis, S. F. (2014). Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia*, 3(1), 32–36.
- Pratama, P. A., Zulkarnain, E., & Ririanty, M. (2018). Efektivitas Media Promosi “Piring Makanku” Pedoman Gizi Seimbang Sebagai Panduan Sekali Makan (The Effectiveness of Media promotion “Piring Makanku” Balanced Nutrition Guidelines as a Guide Once Packed). *Jurnal Pustaka Kesehatan*, 6(1), 53.
- Riskesdes. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018 Provinsi Kalimantan Barat*. Jakarta.
- Riskesdes, D. K. (2013). *Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2013*. Jakarta.
- Rosrnalina, Y., & Ernawati, F. (2010). The Correlation Of Micronutrient And Nutritional Status. *Jurnal Gizi*, 33(1), 14–22.
- Sari Della, N. D. L. (2018). Pengaruh Media Pembelajaran Visual Terhadap Hasil Belajar Ekonomi Siswa. *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Ekonomi Akuntansi*, 2(2), 71–80.
- Septiana, P., & Suaebah, S. (2019). Edukasi Media Kartu Bergambar Berpengaruh Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Anak Dalam Pemilihan Jajanan Sehat Di Sd Negeri Pontianak Utara. *Jurnal Poltekkes Pontianak*, 1(2), 56–59.
- Sofianita, N. I., Meiyetrian, E., & Arini, F. A. (2017). Intervensi Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Anak-Anak Sekolah. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 14(2), 59–61.
- Sudja, A., Aminah, A., Mimin Rahmat, Faiqotunnisa, M., Fita Haidhar, & M Hasbi. (2019). Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Asupan Pada Siswa Kurus Sekolah Dasar. *Jurnal Riset Kesehatan*, 11(2), 102–111.
- Trilia. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Dengan Media Kalender Terhadap Pengetahuan Penatalaksanaan Hipertensi Di Instalasi Gawat Darurat Rs Muhammadiyah Palembang. *Gizi Dan Kesehatan*, 7(1), 272–282.
- Utari, L. D., & Ernalia, Y. (2016). Gambaran status gizi dan asupan zat gizi pada siswa sekolah dasar kecamatan sungai sembilan kota dumai. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Kedokteran*, 3(1), 1–17.
- Yulni. (2013). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar Di Wilayah Pesisir Kota Makassar The Relationship Between The Macronutrient Intake And Nutritional Status Of Elementary School Children In The Coastal Region Of Makassar City. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 205–211.
- Yurni, A. F., & Sinaga, T. (2017). Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Praktik Membawa Bekal Menu Seimbang Anak Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia*, 11(2), 183–190.
- Zulaekah, S. (2013). Pendidikan Gizi dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Gizi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 113–120.